

Asaka

— 私が暮らしつづけたいまち 朝霞 —



HOST VENUE
朝霞市は東京2020オリンピック・
パラリンピック射撃の競技会場です

広報あさか
No.736

特集

関八州よさこいフェスタ審査結果ほか



平成30年

9

2018年

特集

こんにちは家庭児童相談室です…………… P.2
 防災をもっと身近に、もっと楽しく！
 総合防災訓練・防災フェアを開催!! …… P.3
 へるすアップ…………… P.4
 9月は「がん征圧月間」 …… P.5
 男女平等推進情報そよかぜ…………… P.6
 関八州よさこいフェスタ審査結果…………… P.35

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.23
 わたくしたちの健康 P.30
 みんなすこやか P.31
 PHOTO NEWS P.31
 市民伝言板 P.34



表紙の写真 第35回朝霞市民まつり「彩夏祭」演舞の様子

こんにちは
こども未来課
家庭児童相談室です ♪

☎家庭児童相談室(市役所こども未来課内) 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になったりする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
- 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



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、おうちで面倒見てもらっているのかしら… など

お子さんが成長していく過程で起こってくる、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。

——相談室の利用について——

- 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。

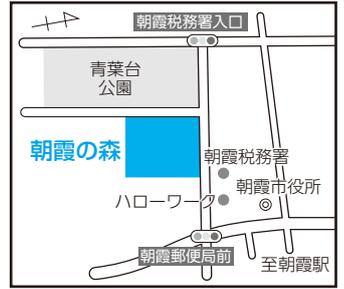
防災をもっと身近に、もっと楽しく！ 総合防災訓練・防災フェアを開催!!

日時／9月30日(日) 午前9時～午後0時30分(午前8時30分入場開始)

※大雨等による中止の場合、午前8時に防災行政無線でお知らせします。

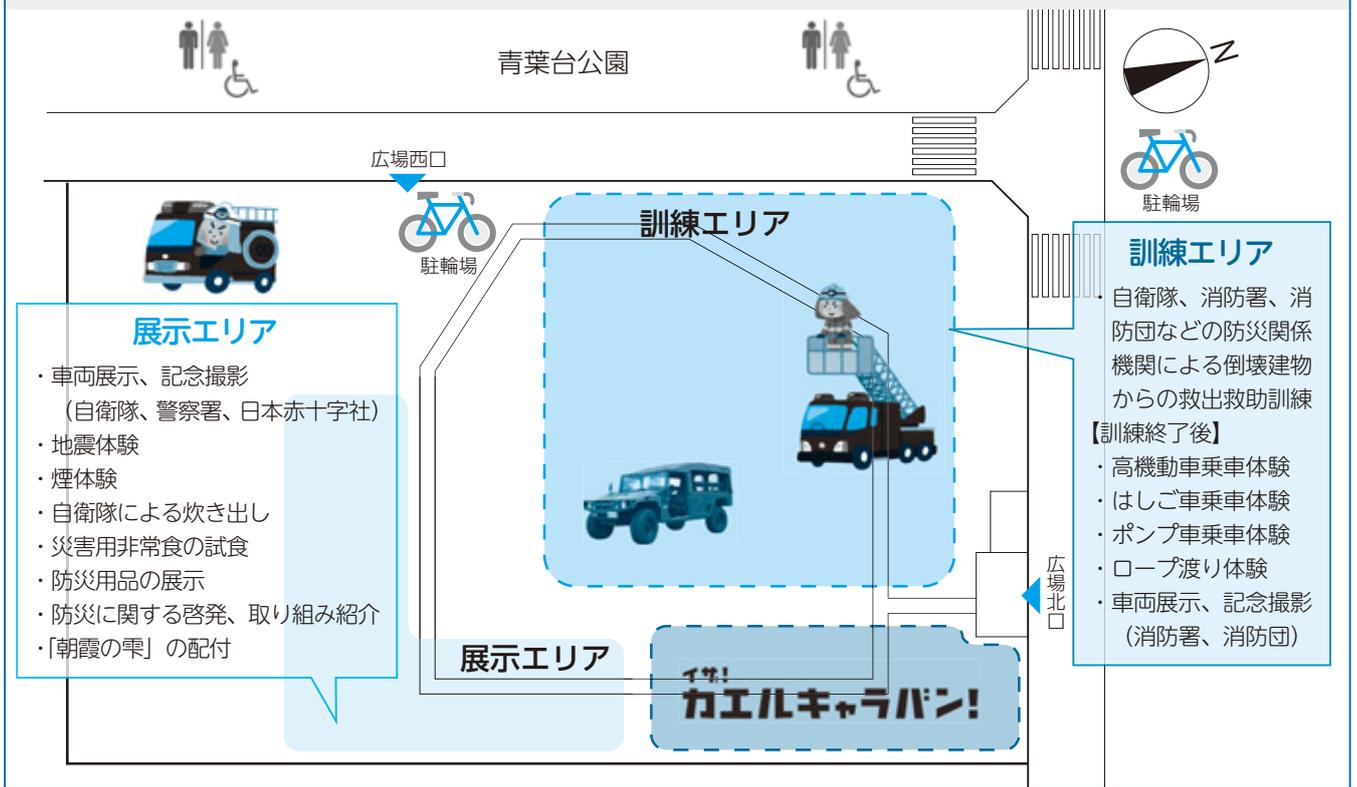
会場／朝霞の森 圃／危機管理室 ☎463-1788

市では、自衛隊、警察署、消防署および消防団などの防災関係機関の連携強化を目的とした総合防災訓練を実施します。また、子どもから大人まで楽しく学べる防災フェアを同時開催します。ご家族や近所の皆さんお誘い合わせのうえ、ぜひご参加いただき、この機会に防災への意識を高めてみませんか。



会場見取り図

※会場には駐車場がありません。



イザ!カエルキャラバン!とは、子どもたちや若い親子などを対象に、震災時に必要な「技」や「知識」を身につける新しい防災訓練のイベントです。

参加者は、ゲーム感覚で楽しみながら「消火」、「救出」、「救護」などのプログラムを体験するとポイントがたまり、そのポイントでおもちゃと交換ができます。



詳しくはこちら
<http://kaeru-caravan.jp/>



イザ!カエルキャラバン!のおそびかた

- 1 おそびなくなったおもちゃをもってこよう!
- 2 かえっこバンクにもっていき、カエルポイントにおもちゃをかえてもらえるんだって!
- 3 そのポイントでかいじょうのおもちゃをかえてもらえるよ!
- 4 いろいろな防災プログラムをたいけんするとポイントがもらえるよ!
- 5 ポイントをためてかえっこオークションにさんかすることできるよ!

特殊車両の乗車体験を実施します

普段乗ることのできない自衛隊、消防署、消防団の車両に乗車体験が出来ます。

車両／高機動車、はしご車、ポンプ車
時間／午前10時30分～午後0時30分
※乗車体験には整理券が必要です。
※整理券の配付方法については、後日市ホームページなどでお知らせします。

自衛隊による炊き出しおよび試食を行います

自衛隊による炊き出しを行うほか、災害用非常食の試食を実施します。





©朝霞市ぼぼたん

健康づくりを応援するページ

へるす アップ

☎健康づくり課 465-8611



か『噛む』ってすごい! 『噛む』って大切!

「よく噛んで食べなさい!」と言ったり言われたりした経験はありませんか? 実は「噛む」ってたくさんのいいことがあるのです。噛むことの効果を知って、健康の入口、お口の健康について振り返ってみましょう。

生活習慣病の予防に!

よく噛んで食べると、満腹感が得られやすく食べ過ぎを防ぎ、肥満や生活習慣病予防につながります。

記憶力向上、認知症予防!

噛む刺激は脳の活性化に繋がります。噛むことで記憶に関係する脳内物質が増えると言われています。

唾液が消化を助ける!

噛むと唾液が多く出ます。唾液には消化を助ける酵素が含まれています。また、よく噛み食べ物が細かくなることで消化しやすくなり、栄養も吸収されやすくなります。

虫歯・歯周病予防が期待できる!

噛むと唾液が多く出ます。唾液には口の中をきれいにする作用があります。歯磨きだけでなく、よく噛むことも虫歯や歯周病の予防につながります。

あごの発達を促す!

あごの骨は噛むことで丈夫になります。丈夫なあごはよい歯並びの土台となります。

噛むことの効果

食べる時の工夫

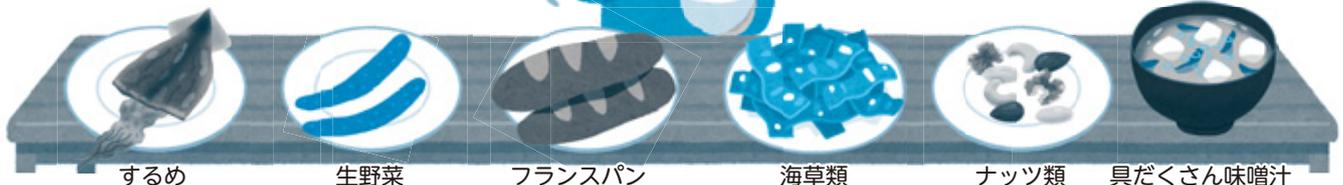
- 早食いの方は時間をかけて食べる
- 噛む回数を数える

調理の工夫

- 大きく切る
- 煮すぎない
- 具たくさんにする



よく噛める食材のおすすめ



するめ

生野菜

フランスパン

海藻類

ナッツ類

具たくさん味噌汁

歯に関する今後のおすすめ情報

①講演会

11月8日(木) (いい歯の日) に体験型の講演会を予定しています。詳細は広報あさか10月号に掲載予定です。乞うご期待!!

②成人歯科健康診査

16歳以上の市民の方を対象とした無料の歯科健診です。平成31年2月13日(水)・14日(木)に予定しています。申込方法等は広報あさか1月号に掲載予定です。

健康あさか普及員活動報告&次回のご案内

<普及員数/339人(平成30年7月現在)>

6月14日(木)、保健センターでASA健康ラウンジを行いました。

健康あさか普及員の方たちが4月に行ってきた「こんにやくパーク」交流ツアーの報告がありました。

情報交換では、「よく噛んでみよう!!」をテーマにグループワークを行い、よく噛む食べ物やレシピ、調理方法や食べ方の工夫をみんなで考えました。また、肺や口の機能の維持・向上の効果がある吹き矢の体験会を開催し、個人戦と団体戦で戦い、盛り上がりしました。

次回のASA健康ラウンジは、9月13日(木)、詳細は31ページの「みんなすこやか」をご参照ください。

※健康あさか普及員についての詳細は、<http://www.city.asaka.lg.jp/soshiki/24/kenkouplan21.html>



9月10日(月)~16日(日)は自殺予防週間です

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

「こころの体温計」とは…あなたや、あなたの大切なご家族など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。

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月は『がん征圧月間』

☎健康づくり課 ☎465-8611

市では、健康の保持増進、がんの早期発見・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、子宮頸がん検診）と指定日に保健センター等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31年2月28日（休））1回限り、下記の金額で受診できます。

※勤務先等で検診を受ける機会のある方は受診できません（勤務先等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、精密検査等に係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、予約が必要な場合があります）。

→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、保健センターガイド、平成30年度個別検診のご案内、市ホームページをご覧ください。

●持ち物／健康保険証等（住所および本人確認ができるもの）

※平成30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。

●各がん検診で対象外となる方がいますので市ホームページ、平成30年度個別検診のご案内（市内公共施設に設置）をご参照いただくか、お問い合わせください。

また、当日の体調や問診によりがん検診を受診できない場合があります。

集団がん検診は、広報あさか6月号および市ホームページをご参照ください。



★胃がん検診(30歳以上)★

検診費用／1,000円

検診内容／問診・胃部エックス線検査(バリウム)または胃内視鏡検査(どちらか一方を選択できます)

★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(PSA)

★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

★肺がん検診(30歳以上)★

検診費用／200円※

検診内容／問診・胸部エックス線検査(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。すべ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。

★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・マンモグラフィ(乳房エックス線検査)

※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。

★子宮頸がん検診(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。すべ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。

【平成30年度がん検診無料クーポン券対象者】

子宮頸がん検診(女性)(※子宮体部は対象外)		乳がん検診(女性)・大腸がん検診(男性・女性)	
年齢	生年月日	年齢	生年月日
20歳	平成9年4月2日～平成10年4月1日	40歳	昭和52年4月2日～昭和53年4月1日
25歳	平成4年4月2日～平成5年4月1日	45歳	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日
30歳	昭和62年4月2日～昭和63年4月1日	50歳	昭和42年4月2日～昭和43年4月1日
35歳	昭和57年4月2日～昭和58年4月1日	55歳	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日
40歳	昭和52年4月2日～昭和53年4月1日	60歳	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日

無料クーポン券は、6月下旬にはがきで送付済みです。朝霞市への転入や市内転居、氏を変更された方はご連絡ください。

～がんリスクチェックをしよう!～

がんは、喫煙や飲酒、食事などの日常生活習慣に関わる場合が多く、健康的な生活習慣を送ることで、ある程度予防できることがわかっています。国立がん研究センターでは、生活習慣等に関する質問に回答することで、がんなどになるリスクを算出する「がんリスクチェック」のサイトを公開しています。あなたのがんリスクがどれくらいか、チェックしてみませんか? 詳細は国立がん研究センター予防研究グループのサイトをご覧ください(市ホームページからもサイトへのリンクがあります)。

「ハラスメント」について考える

～もしかして、それもハラスメント!?～

あなたはハラスメントしてない？されてない？

最近、心配して声をかけたのに相手を不快にさせてしまった、そんなことはありませんか？

セクハラ（セクシュアル・ハラスメント）、マタハラ（マタニティ・ハラスメント）、パワハラ（パワー・ハラスメント）…さまざまなハラスメントが社会問題として注目されています。ハラスメントとは、嫌がらせ、相手を不快にさせる言葉や行動などを言います。かつては問題視されなかったことも、時代の流れや世間の価値観の変化により、ハラスメントとされてしまうこともあります。多様な人と共に生きていくために、お互いが尊重し合える関係づくりやハラスメントについての理解を深めることが必要になっています。

次の会話は身近で起きていることを表しています。皆さんはどう思いますか？

ある日のそよかぜ家の会話



けさ、隣のおばさんに「最近きれいになったね、彼氏できたの?」、「そろそろ結婚してお母さんにお孫さん見せてあげなさいよ」って言われたの。余計なお世話だと思わない?

大学のサークルで、よく飲み会があるんだよね。盛り上がってくると「一気に」コールとか罰ゲームとか無理強いされるのが嫌だなあ。やたらと写真を撮って、勝手にSNSに掲載する人もいるし…。



囲碁同好会で、ここのところ顔を出さない仲間がいたから「早く出て来いよ」って何度もメールしたんだよ。そしたら、「もう連絡しないでくれ」って返信が来たんだ。ちょっとしつこかったかなあ…。



私の友達なんだけど、夜遅く帰ってきた夫に「小腹が減ったから何かパパッと簡単に作ってよ」って言われて、頭にきたからカップ麺を出したんですって。彼女の気持ち、よくわかるわ。



クラスのヤツに、ちょっとエッチな画像を見せたら怒ってたんだよな。男どうしなのに何でだろう…?



私の会社で、ある部下がデスクに妻と子どもの写真を貼っているんだけど、独身の社員の中には「あれはちょっと不愉快ですね」と言う者もいるんだよ…。

☆さて、いかがでしたか? 「これはハラスメントだ!」と感じる方、逆に「何がいけないの?」と疑問に思う方もいるかもしれません。同じ言葉や行動でも、受け手によって感じ方は異なります。どうすれば、お互いが傷つかず、良いコミュニケーションを取ることができるのでしょうか。それぞれの立場になって話し合ってみませんか?

～♪それいゆぷらざ（女性センター）をぜひご利用ください♪～

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）を行っていますのでぜひお立ち寄りください。また、男女共同参画社会の実現などの目的をもって活動する団体との協働を図るため、団体登録も行っております。

※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

よりよい人と人との関係をつくるヒント ～ハラスメントを晴らす（そよかぜ流）～

①コミュニケーションを取り、ルールを決めましょう。

どんなことが「ハラスメント」となるのかは、受け手の状況やお互いの関係性などによって変わってきます。未然に防ぐためには、日頃からコミュニケーションをこまめに取り、嫌なことは「NO」と言える関係を築き、会社や家族などでも話し合い、ルール作りをしておくことが大切です。

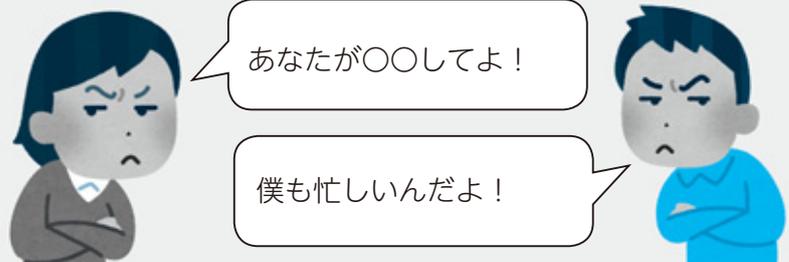
②相手を尊重しながら、自分の気持ちを率直に伝えましょう。～わたしメッセージの活用～

何か問題があるときは、早めに「伝える」ことで小さな問題のうちに対処することが大切です。自分の気持ちを相手に伝えるとき、「あなたメッセージ」と「わたしメッセージ」という伝え方があります。

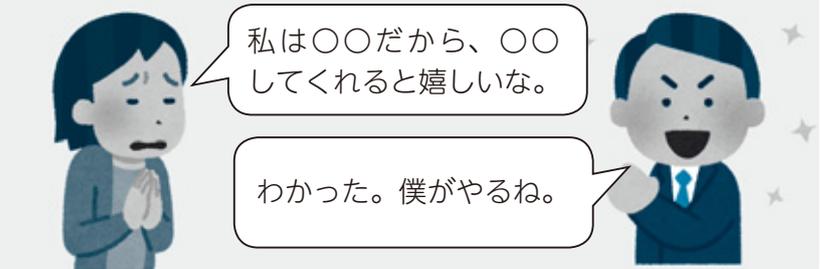
あなたメッセージは主語を「あなた」にする言い方で、「あなたは○○だ」、「あなたが○○すべき」など内容によっては相手を責め、批判していると受け取られてしまいがちです。

逆にわたしメッセージは、主語を「私」にして、自分の気持ちや考えを率直に伝えることができます。「私は○○だから、○○してほしい」など、本当に伝えたいことは何なのか、順序立てて伝えることで誤解を生まず、言葉の後ろにある正直な気持ちを相手に伝えることができます。

あなたメッセージの例



わたしメッセージの例



☆ハラスメントのない社会をつくるために、まず一人ひとりが意識を持つことから始めましょう。

相談窓口

女性総合相談（対人関係などの悩みや問題などに関する相談） ※毎週木曜日 午前10時～午後3時／面談のみ、予約不要	それいゆぶらざ （女性センター）	☎463-2697
家庭内のもめ事や近隣とのトラブルなど人権に関する相談 ※毎月第1月曜日	朝霞市人権相談	☎463-1738
職場におけるセクシュアル・ハラスメントに関する相談	埼玉労働局 雇用環境・均等室	☎048-600-6210
女性をめぐるさまざまな人権問題についての相談	女性の人権 ホットライン	☎0570-070-810

そよかぜ協力員感想

- ★違う年代の方々とのディスカッションは、とても刺激的で勉強になりました（12年）
- ★「そよかぜ」の発行にあたり、世間のいろいろな様子が良く見えてきました。相手への気持ち「思いやり」大切にしたいですね。（アキちゃん）
- ★今まで何気なく「セクハラ」、「モラハラ」と言葉だけ使っていたけれど、調べてみたら深かった。（a.i）
- ★今回初めてそよかぜの協力員になりました。朝霞市に住んで7か月です。皆さんとそよかぜを作成する楽しみ、喜びを味わいました。（ポッキー）
- ★人ともっと丁寧な関わりを持とうと思いました。不機嫌にならぬよう、心身共に健康であることも必要だなと思いました。（ちゅう）

【Book コーナー】

『バナナを逆からむいてみたら』
アーチャン・ブラム 著／畔上司 訳
株式会社主婦の友社

忙しくて余裕がない、なんだかギスギスとした毎日をご過ごしていませんか？思わず手に取りたくなる、タイトルと真黄色のカバーのこの本は、ユーモラスでソフトな語り口なので、隙間時間にさらっと読めます。目次の小見出しをいくつか読むだけでも、心が温かくなって軽やかになります。いつもとは違った視点から見ることで、人生をはるかにラクに過ごすことができるレッスン本だと思います。【そよかぜ協力員】





かんじる
感

富岡 勝則

皆さんこんにちは。

暦の上では秋を迎えますが、まだまだ夏真っ盛りといった暑さです。先日、朝霞ロータリークラブのご協力をいただき、朝霞駅南口に東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のカウンタダウンカレンダーを設置しました。朝霞市は射撃の競技会場ですので、これからも皆さんと一緒に盛り上げていきたいと思っています。

さて、近年、熊本地震や大阪北部地震などの大きな地震が全国各地で発生しているほか、九州北部豪雨や西日本豪雨など強い雨が長く降り続き大きな被害をもたらす自然災害が多く発生しています。そこで、9月30日(日)に朝霞の森で、今後発生する可能性のある首都圏直下型の地震を想定した大規模な総合防災訓練を実施します。訓練エリアでは、消防署や消防団、自衛隊や警察などの関

係機関の連携強化を目的とした倒壊建物からの救出救助訓練を行うほか、普段は乗ることのできない自衛隊の高機動車や消防署のはしご車などの乗車体験、自衛隊による炊き出しカレーの試食などを行います。また、展示エリアでは、防災関係機関による防災用品の展示や煙体験、地震体験など、お子さんから大人まで楽しく体験できるメニューを多数用意していますので、ぜひご参加いただき、あらためて防災について考えるきっかけにしていただければと思います。

ところで、9月22日(土)と23日(日)に、総合体育館で全国ろうあ者体育大会のバドミントン競技が行われ、聴覚に障害のある選手が日ごろの練習の成果を競い合います。バドミントンはトップレベルの選手になるとスマッシュの初速が400km/hを超えるスピード感が魅力のスポーツです。参加される選手の皆さんは、シャトルを打つ音などが聞こえないので、特にダブルスでは前衛にいる場合、後衛のペアとの一体感が難しいそうです。この大会には前回の混合ダブルスの優勝者で、市内在住の沼倉選手も出場する予定です。聴覚に障害のある方々が参加するオリンピックである「デフリンピック」にも出場したトッププレイヤーですので、世界レベルの素晴らしいプレーを見せてくれると思います。皆さんもぜひ会場で応援してください。では、また。

地域のつながりを考える市民フォーラム **入場無料** **申込不要** **手話通訳・要約筆記あり**
今こそあなたのチカラが必要です～人生百歳時代をみんな笑顔で迎えるために～

☎/長寿はつらつ課 ☎483-4520

住み慣れた地域でいつまでも元気に生活するためには、住民どうしの助け合いが重要になってきます。このフォーラムで「互助」の大切さをより身近に感じていただき、お互いさまの活動や助け合いの重要性について一緒に考えてみませんか！

日時/10月9日(火) 午後1時30分～4時 (午後1時開場)
 会場/ゆめぱれす (市民会館) ホール 定員/500人 主催/朝霞市
 共催/ (公財) さわやか福祉財団 協力/朝霞市社会福祉協議会

富岡市長も参加します！
 一緒に助け合いの大切さを考えましょう!!

＜第1部 基調講演＞

講師/堀田力さん
 ((公財) さわやか福祉財団会長)
 テーマ/今、助け合いを広めるとき



講師経歴
 ・東京地検特捜部副部長
 ・最高検察庁検事
 ・法務大臣官房長
 ・弁護士

＜第2部 実践報告＞

司会/堀田力さん
 パネリスト/①高田ちづ子さん (さくらの会)
 ②渋沢敏光さん (朝霞ぐらんぱの会)
 ③飯泉龍雄さん (ノルディック・ウォークさくらんぼ会)



お誘い合わせのうえ、皆さんの参加をお待ちしています!!
 ※会場は駐車場に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

ひとの推移

人口 13万9,604人 (-140人) 男 7万0,468人 (+63人) 女 6万9,136人 (-203人)
 世帯数 6万5,012世帯 (-203世帯) 平成30年8月1日現在 () 内は前月比

募集

保育園職員募集

一般職非常勤職員

職種／給食調理補助員

勤務場所／さくら保育園

勤務時間／午前8時30分～午後0時30分

休日／日曜日、隔週土曜日

時給／950円

保険等／雇用保険、労災加入

必要書類等／履歴書、印鑑

臨時的任用職員

職種／代替保育士(要資格)

勤務場所／栄町保育園

勤務時間／午前8時30分～午後5時(休憩1時間)早番・遅番勤務、時間外勤務あり

休日／日曜日のほか、シフトにより

時給／1350円

保険等／社会保険、雇用保険、労災加入

必要書類等／履歴書、保育士資格証写し、印鑑

共通事項

任用期間／11月1日(木)～平成31年3月31日(日)

募集人数／1人ずつ
応募期間／随時
応募方法／電話で。面接あり
申・圃／保育課 ☎46312939

県立特別支援学校埼玉第一学園(盲学校) 高等部専攻科(3年課程) 入学希望者

視覚障害(全盲または弱視)の10～60代の方が、あん摩・マッサージ・指圧、はり、きゅうの技能を習得しています。

対象／県内在住で次のいずれにも該当する方

①両眼の矯正視力がおおむね0.3未満または矯正視力が0.3以上で、盲学校の教育を受けることが適当である方(身体障害者手帳を未取得の方も含む)

②高等学校を卒業または平成31年3月卒業見込みもしくはこれらと同等以上の学力があると認められる方

選考日／第1次募集：11月30日(金) 第2次募集：平成31年2月14日(木)

※第1次募集で募集人員に達した場合、第2次募集は行いません。

相談・見学／随時受け付け。詳細はお問い合わせください。
申・圃／県立特別支援学校埼玉第一学園(盲学校) 高等部専攻科 ☎049123112121

彩の国動物愛護推進員

動物の愛護や正しい飼育方法に関する知識情報等の普及啓発にご協力いただけます。

募集期間／11月30日(金)まで

活動内容／動物の愛護と適正な飼養・管理の重要性の啓発活動、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。

圃／埼玉県生活衛生課 ☎83013612

東京2020オリンピック・パラリンピックホストファミリー
海外選手の家族などをゲストとして受け入れてくださるホストファミリーを募集します。
圃／(公財)埼玉県国際交流協会 ☎833-2992(平日午前8時30分～午後5時15分)

詳細は、埼玉県オリンピック・パラリンピック課のホームページをご覧ください。(右記QRコード)



市内の視覚障害の方に広報あさか音声CD(デージー形式)を郵送(無料)しています
朝霞リーディングサークルのご協力により作成した「広報あさか音声CD」を自宅に郵送(無料)しています。ご希望の方はご連絡ください。
※声の広報あさかとして、市ホームページから聞くことができます。
圃／シティ・プロモーション課 ☎463-3059



ふれあいまつりボランティア
日時／11月3日(土・祝)
午前11時～午後3時
内容／模擬店・利用者の付き添いなど
会場・圃／障害者支援施設すわ緑風園 ☎46113028

な飼養・管理の重要性の啓発活動、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。
圃／埼玉県生活衛生課 ☎83013612

塗り替えをする前に聞きたい知りたい予備知識を教えます
屋根・外壁の塗り替えセミナー(参加費無料)
9/8(土) ①10～12時 ②13～15時
根岸台市民センター第2会議室(朝霞市根岸台2-15-12)
9/24(月・祝) ①10～12時 ②13～15時
朝霞市産業文化センター研修室兼集会室(3)(朝霞市大字浜崎669-1)
参加申し込みはお電話をお願いします 主催 一般社団法人 市民講座運営委員会
0120-167-555 協賛 プロタイムズ 朝霞店 (株)ライブプラス 朝霞市溝沼1272-7



大切な人とのお別れは
(株)花輪式典
がプロデュースする安心サポートご葬儀で。
直葬(火葬式)・家族親族葬・一般葬
合祀墓・散骨・樹木葬・納骨堂
お手配、ご準備致します
24時間年中無休で受け付けております。
TEL 0120-452-870
〒351-0005 朝霞市根岸台 4-11-12 http://shimins.jp

高齢者住宅入居者

所在地／根岸台1-5-16
「つらつ庄」2階

募集戸数／1戸

家賃(使用料)／月額3万円

入居資格／9月3日(月)現在で、

- 次のすべての要件を満たす方
- ・満65歳以上でひとり暮らし
- ・借家、アパートなどに居住し、建て替えなどのため、立ち退きを要求されている
- ・市内に引き続き3年以上住所がある
- ・自立して日常生活を営むこと

防災行政無線内容や防災・災害等に関する情報等をメール配信サービスで送信しています

市ホームページ、携帯電話ホームページおよび右のQRコードから登録することができます。



http://www.city.asaka.lg.jp

http://www.city.asaka.lg.jp/mobile

そのほか、市内の火災に関する情報・朝霞市からのお知らせ・子育て支援に関する情報も希望により配信しています。

※配信内容については、一部を除きツイッター・フェイスブックでも配信しています。

〒146-3059 朝霞市プロモーション課 ☎463-3059

とができる

応募方法／申請書と必要な書類を9月28日(金)までに、長

寿はつらつ課へ(郵送不可) ※申請書は9月3日(月)から長

寿はつらつ課で配布します。 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書類審査で住宅困窮度の高い順②

住宅困窮度が同程度の人が複数で、順位が決められない場合は抽せん

申・圃／長寿はつらつ課 ☎463-11921

シルバー人材センター会員

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18日(火)、10月16日(火)、11月15日(木) いずれも

午前9時～ 定員／24人(事前予約制) ※窓口で申し込みが必要です。

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。

緑風園 ☎461-3028

会場・申・圃／公益社団法人朝霞地区シルバー人材センター

〒146-5103 朝霞市4-6-5-10339 ☎465-10339

平成30年度彩の国埼玉環境大賞

環境保全の意識醸成や行動促進を図るため、他の模範となる優れた取り組みを埼玉県知事が表彰します。

応募資格／県内で活動する団体、事業者または個人(自薦、他薦は問いません)

応募／詳細を埼玉県環境政策課ホームページで確認のうえ、10月5日(金)までに応募

申・圃／埼玉県環境政策課 ☎830-13019

障害者支援施設すわ緑風園臨時支援員

勤務内容／知的障害者の日常生活介助および支援

採用期間／10月1日(月)～平成31年3月31日(日)

対象／60歳程度まで 勤務日／週4日以内(応相談)

勤務時間／①午前7時～午後3時45分 ②午前10時～午後6時45分(休憩1時間)

時給／1200円 選考方法／面接

申・圃／障害者支援施設すわ緑風園 ☎461-3028

0794 圃／教育管理課 ☎463-10794



ご案内

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25日(休) 午後1時30分
朝霞第二小学校	11月1日(休) 午後1時15分
朝霞第三小学校	10月18日(休) 午後1時30分
朝霞第四小学校	11月15日(休) 午後1時15分
朝霞第五小学校	11月29日(休) 午後1時30分
朝霞第六小学校	11月20日(火) 午後1時30分
朝霞第七小学校	10月22日(月) 午後1時30分
朝霞第八小学校	10月31日(水) 午後1時30分
朝霞第九小学校	11月28日(水) 午後1時45分
朝霞第十小学校	10月24日(水) 午後1時30分

※通知は10月中旬までに各家庭へ届くように発送します。通知が届かない場合や相談のある方はご連絡ください。

※指定の学校以外でも受けることができますが、必ず事前にご連絡ください。

圃／教育管理課 ☎463-10794



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.greenpaceitd.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

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

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)の有効期限は、9月30日(日)までです。新しい保険証(青色)は9月中旬に郵送しますので、住所、氏名、性別、生年月日に間違いがないかご確認ください。

配達方法／家族全員分(6人以上の世帯は2通)を世帯主の方に簡易書留で郵送します。不在票の保管期間が過ぎてしまった場合はご連絡ください。

届け出が必要です

異動(転入・転出・他の健康保険への加入または脱退・出生・死亡など)した方の国民健康保険の届け出が済ませてあるかご確認ください。

また、修学や施設入所等のため、他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
 - ・修学：在学証明書、保険証、修学生生の居住地の住民票
 - ・施設入所等：在所(在園)証明書、保険証、入所者の居住地の住民票
- ※届け出にはマイナンバー

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、ホテル・旅館(約400施設)と保養施設契約をしています。後期高齢者医療の被保険者の方も助成が受けられます。

利用方法

- ① 契約保養施設に直接電話予約をする(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) ※すでに他の割引が適用されているご予約では、利用できない場合があります。
 - ② 宿泊前に保険年金課で保養施設宿泊利用申込手続きをし、宿泊利用券および宿泊助成券を受け取る
- ※同一世帯以外の方(団体の代表者の方など)が手続きをす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

宿泊利用券／協定料金で宿泊できます。市内在住の方なら年何回でも発行可

宿泊助成券／協定料金から大人2000円、小学生以下1000円を差し引いた金額で宿泊できます(年度内一回限り)。国民健康保険被保険者または後期高齢者医療の被保険者の方で保険料(料)を滞納していない方が対象(社会保険等に加入の方は対象外)。

持参するもの／保険証

※施設一覧は保険年金課または市ホームページで
☎／保険年金課 ☎463-1178

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10月1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。

平成30年住宅・土地統計調査を実施します

総務省・埼玉県・朝霞市では、住宅や居住している世帯に関する実態を調べるため、10月1日を基準日として住宅・土地統計調査を実施します。調査の結果は、暮らしと住まいに関する計画や施策の基礎資料として利用されます。

対象は、全国から無作為に選定した約370万世帯で、市内では約3700世帯となります。対象世帯には、調査書類の配付や調査票の記入のお願いなどのため、9月上旬から10月上旬にかけて統計調査員がお伺いしますので、ご協力をお願いします。

☎／市政情報課 ☎463-3163

学校施設を貸し出します

市内小・中学校の学校施設を、教育活動の支障とならない範囲で貸し出しています。希望される方は、各学校へ申請してください。

☎／教育管理課 ☎463-0793

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



相続登記

お済みですか?

土地・建物名義変更、会社設立、役員変更の登記代理手続き
遺言書、成年後見申立てなど各種手続き・ご相談



信頼と実績の47年
株式会社 栗山 昇

栗山司法行政事務所
朝霞市本町2-1-1野口ビル201

048-465-2261 P4台完備

朝霞市役所
目前!

自衛隊記念日観閲式実施

10月14日(日)、自衛隊記念日観閲式を陸上自衛隊朝霞訓練場で実施することに伴い、9月下旬ごろから訓練および予行等を開始するため、航空機の飛行等により大きな音等が生じることがあります。

期間中の航空機の編隊飛行予定等は、陸上自衛隊東部方面隊のホームページ (<http://www.mod.go.jp/gsd/ae/>) でご確認ください。

周辺の皆さんには、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。

〆陸上自衛隊東部方面総監部 部外連絡協力班 〆460-11711

国民年金保険料の5年後納制度

9月30日(日)まで、5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付する「後納制度」が利用できます。

利用には申し込みが必要です。一定の日数を要しますので、お早めにご相談ください。なお、すでに老齢基礎年金を受給している方などは、後納制度の利用はできません。

※詳細はお問い合わせ先へ。

〆年金加入者ダイヤル 〆0570-10031004
川越年金事務所 〆049124212657
国民健康保険の一部負担金の減免および徴収猶予

国民健康保険の一部負担金の減免および徴収猶予

国民健康保険の被保険者で、生活が一時的に困難となった場合において必要であると認められるとき、一部負担金の減額・免除または徴収猶予(支払い時期の延期)を受けられる制度があります。

災害・事業の休止・失業等により医療費の一部負担金の支払いが困難となったときは、医療機関等を受診される前にお問い合わせください。

〆保険年金課 〆46310283

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。

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。
〆児童相談所 全国共通ダイヤル 〆189 (いちはやく)

ラグビーワールドカップ2019™ 開催1年前イベント開催！

- ラグビーワールドカップ2019日本大会 埼玉県・熊谷市開催を盛り上げるため、1年前イベントを開催します。
- 皆様のご来場をお待ちしております。
- 日時/9月23日(日) 午前10時～午後5時
- 会場/熊谷ラグビー場前特設ステージ
- 内容/トークショーやご当地キャラクター有志によるラグビー応援団の出演ステージ、ラグビー体験コーナーなど。
- その他/併催「熊谷圏オーガニックフェス2018」「熊谷市ラグビー祭り」
- 〆埼玉県ラグビーワールドカップ2019大会課 〆830-6870



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(所得要件等あり)。申請の翌月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、教育管理課または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 または教育管理課
※お子さんが通う学校ごとに申請書が必要となります。

申・〆教育管理課 〆46310793
洪水ハザードマップを配置しています
浸水想定区域や洪水時の避難行動、情報収集方法などが掲載された洪水ハザードマップを配置しています。
配置場所/危機管理室、内閣木支所、各出張所、産業文化センター、内閣木公民館、西朝霞公民館
〆危機管理室 〆46311788

お庭の事なら個人庭専門の
※見積無料 ~庭師 中村屋へ~

植木剪定 1本の高さの価格		造園・土木作業の価格の目安	
(1~3m未満)	3,000円	(コンクリート打ち)	1㎡/8,000円
(3~4m未満)	6,000円	(ブロック3段積み)	1㎡/11,300円
(4~5m未満)	8,000円	(白砂利敷き)	1㎡/3,000円

1級造園師 中村 健人
・植木1本でも作業致します ・丁寧な対応をお約束します
・「大きな会社には頼みにくい...」何でもご相談ください
〆0120-194-284
〒352-0011 新座市野火止3-10-34

朝霞市で実績53年の建築塗装・漆製作販売
外壁塗装・塗装工事なら 診断・見積り無料

(有)永井塗装

キャンペーンにつきご契約者様全員に
自社塗り天然木加工の漆器プレゼント!!!
~7~10年が塗り替えの目安です~
〒351-0015 朝霞市幸町2-2-11 TEL048-463-4752
担当者 永井携帯 090-7243-1136

奨学金をお貸しします

これってDV?

配偶者から精神的虐待を受けたと感じた場合、相談してください。
 問/それいゆぶらざ(女性センター)
 ☎463-0356

修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方に、奨学金を無利子でお貸しします。

貸与金額

①高等学校：月額1万円

②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、専門学校、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人以上の保証人が必要です。

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、貸与を受けた2倍の月数以内の期間内に返済
申込方法 / 10月1日(月)～22日(月)に貸与申込書、家庭調書、

入学準備金貸付事業

学校教育法に規定する左記の学校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。

対象となる学校

- ①小・中学校、義務教育学校
- ②高等学校(高等専門学校および専修学校の専門課程以外)
- ③大学(短期大学および専修学校の専門課程を含む)

対象

- ・市内に住所があり、引き続き2年以上居住している方
- ・対象となる学校に入学が確定した方
- ・市税を滞納していない方
- ・資金の調達が困難な方

※②・③は1人以上の連帯保証人が必要です

(原則は市内に在りますが、市外の方でも要件を満たす場合がございますので、ご相談ください)。

申・問/教育管理課 ☎46310793

ラグビーワールドカップ2019™ チケット一般先行抽せん販売開始!



ラグビーワールドカップ2019日本大会の一般先行抽せん販売が開始されます。先行抽せん販売の最後のチャンスをお見逃しなく。

申込期間 / 9月19日(水)～11月12日(月)
 抽せん結果発表 / 11月26日(月)

※チケットIDの登録が必要です。詳しくは、公式チケットサイト (tickets.rugbyworldcup.com/) をご覧ください。

問 / 埼玉県ラグビーワールドカップ2019大会課 ☎830-6870



貸付限度額

- ①：5・7・10万円から選択
- ②：公立20万円、私立45万円
- ③：70万円

貸付日

平成31年3月中旬予定 ※早めの貸し付けを希望される方はご相談ください。

返済方法

- ①：入学した年の7月から1か月あたり5千円の返済
- ②：貸し付けの翌月から起算して6か月経過した後、30か月以内に返済
- ③：貸し付けの翌月から起算して6か月経過した後、42か月以内に返済

申込方法 / 下記の書類を教育

管理課へ持参

- ①：入学準備金貸付申込書(小学校等)
- ②：③：入学準備金貸付申込書(高等学校等)、家庭調書、資金調達計画書、同意書、卒業(見込み)証明書等

受付期間

- ①：10月1日(月)～平成31年1月31日(木)
- ②：③：10月1日(月)～平成31年1月15日(火)(受験前でも申し込みできます)

申込書等配布先 / 教育管理課 内間木支所、各出張所 申・問 / 教育管理課 ☎46310793

くつらい不妊治療でお悩みの方
 【定休日】 朝霞台駅・志本駅より 徒歩8分
 本・日曜・祝祭日
 妊娠を望まれている方の体づくりと心のケアは、薬力と相談薬師へ
 お問い合わせ・予約・ご相談専門ダイヤル
048-473-7830
昭和薬局
 朝霞市 東方 1-2-6-106
 埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106
予約制
 生理痛・生理不順・更年期障害等でお悩みの方ぜひご相談下さい

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

「第52回全国ろうあ者体育大会in埼玉」開催！ Part 2

☎ 463-1599 障害福祉課

全国から、聴覚に障害のある約1,500人の選手が埼玉に集い、競い合います。魅力ある多彩なプレーや絆が深められるよう、皆さんの応援やご協力をお願いします。

今月号では、朝霞会場で開催される「バドミントン競技」をご紹介します。

大会に向けて体験教室を開催しました。

7月8日(日)、朝霞市聴覚障害者協会、手話サークルあじさいのご協力のもと、大会スタッフが競技ルールを学ぶための体験教室を行いました。



試合中、聴者（聞こえる選手）との違いは？

聞こえる選手は、打った音で球を予測し、ダブルスでは前後の選手同士で声を掛け合うことができますが、聞こえない選手は、音で判断することができないため、球や、味方と相手の動きをよく見て判断しています。



☆第52回全国ろうあ者体育大会in埼玉☆

日程／9月20日(木)～9月23日(日・祝)

朝霞会場 (バドミントン競技)

会場／総合体育館

日程／9月22日(土)～9月23日(日・祝)

時間／午前9時～



イチ押し注目選手！



沼倉昌明さん、沼倉千紘さん

市内在住の沼倉ペア。2017年夏季デフリンピックに出場し、昨年開催された全国ろうあ者体育大会in静岡のバドミントン混合ダブルスで見事優勝！2連覇への期待大です。

大会ホームページ <http://deafsports2018.sai-deaf.org/>

46311921
 貸出回数／30台(先着順)
 囲・圃／長寿はつらつ課
 申込方法／申請書(長寿はつらつ課、地域づくり支援課、内閣木支所、各出張所で配布または市ホームページでダウンロード)を長寿はつらつ課に提出(郵送可)

※その他特別な事情のある方はご相談ください。
 対象／市内在住の左記の方
 ① 65歳以上の高齢者のみの世帯の方
 ② 同居している方が勤務等で65歳以上の方のみとなることとが常態の世帯の方

通話録音装置の無料貸し出し
 振り込み詐欺や悪質な電話勧誘による被害防止のための通話録音装置を無料で貸し出します。

埼玉県都市競艇組合からのお知らせ
 競艇開催日／8月30日(木)～9月2日(日) 9月28日(金)～10月3日(水)
 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。
 圃／埼玉県都市競艇組合
 ☎823-8711
<http://www.boatrace-toda.jp/>



ヘルプマークを配付しています
 外見では健康に見えても、義足や人工関節を使用している、内部障害(心臓、呼吸器)などの体の内部の機能障害がある、妊娠初期であるなど、援助や配慮を必要としている人に窓口でお話を伺ったうえで、配付しています。
 郵送は行っていません。
 配付窓口・圃／障害福祉課
 ☎46311599

相続遺言 / 建設・宅建業 / 農地転用
 法人設立 / Visa Application 等
 市役所徒歩1分。お気軽に
 お問合せ下さい。☎048-450-1390
 ASK(イーエスケー)行政書士法人
 朝霞市本町2-7-21 HP:www.gasaka.com
 行政書士 松尾信一、清水庸子、浅川知之、松尾明子
 毎月1回 無料相談会 開催中!

こども医療費制度の申請と 適正受診にご協力ください

こども医療費支給制度

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。一定期間が経過すると申請ができなくなりますので、お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

※学校(保育園・幼稚園を含む)管理下における、けが等で日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度の対象となる場合や他の公費負担医療制度から支給される医療費については、市から支給できませんのでご注意ください。

医療機関への適正受診

軽い症状にもかかわらず、休日や夜間に救急外来を受診する、いわゆる『コンビ二受診』が増えています。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。

救急医療を本来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のご理解(ご協力)をお願いします。その他、こども医療費の詳細は、市ホームページの「こども医療費支給制度の概要」や「Q&A」をご覧ください。
☎/こども未来課 ☎46312834

ひとり親家庭児童就学 支度金支給制度

小学校入学準備に必要な経費の一部としてひとり親家庭児童就学支度金を支給します。
対象／次のいずれも満たす方
・お父さんが平成31年4月に小学校入学予定
・市内在住の母子家庭の母、父子家庭の父、父母がいな

い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、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。

支給要件

・平成30年度住民税非課税世帯
・生活保護受給中でないこと
申込方法／12月28日(金)までに

育成保育(障害児保育) の入園申し込み

6312834

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でお互いを分かり合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。
制度説明・申込書配付期間／10月10日(水)~12日(金)
※予約制です。事前に保育課へご連絡ください。所要時間は30分程度です。
※11月中に体験保育を実施します。書類配付時に体験保育の希望園・日程を伺います。
申込書受付期間／10月29日(月)~31日(水)
入園時期／平成31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。

☎・☎/保育課 ☎46312836

消費生活センターだより vol.60

☎/消費生活センター(市役所別館4階) ☎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

お試し1回のもりが定期購入に…契約内容を確認しましょう

■相談内容■

インターネットで、「お試し1箱500円」と記載されていたサプリメントの広告を見つけ、すぐに注文した。500円の1回限りのつもりでいたが、届いた商品に同封されていた請求書には次回の商品発送予定日と5回定期購入コースであることが書かれていた。しかも、2回目以降は商品の金額が1箱5,000円と高額である。すぐに解約しようとして業者に電話をかけたが、何度かけても全くつながらず解約できない。

◆解説◆

通信販売では、スマートフォンやパソコンから24時間いつでも手軽に注文できるインターネット通販が、幅広い世代の方に利用されています。一方で、インターネットでの注文時に規約や注意事項をよく読まずに注文してしまい、「お試し1回購入のもりで注文したのに定期購入になっていた」といったトラブルに関する相談が増加しています。

【トラブルに遭わないために】

①「初回お試し」や「1回だけ」といった価格が設定されている場合、定期購入が条件となることがあります。平成29年の特定商取引法施行規則の改正により、定期購入に関しては、通信販売の広告やインターネット通販における申し込み・確認画面上に、定期購入契約である旨および金額(支払代金の総額等)、契約期間その他の条件を表示することが義務付けられました。
商品を注文する際には、契約内容や解約条件・返品特約等をしっかり確認しましょう。

②未成年者が、お試し価格で安価なため小遣いで払えると思い、保護者の知らない間に注文し、トラブルになる事例もあります。未成年者は保護者と契約内容をよく確認し、同意を得てから申し込みましょう。

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。

総務省統計局では、都道府県を通じて、毎月労働力調査を実施しています。対象は全世帯の中から無作為に選定した約4万世帯に居住する15歳以上の方です。調査から得ら

労働力調査にご協力を
願います



児童館 に遊びに行こう!

【児童館のおすすめ“ちびっこランド”】

ちびっこランドは親子のスキンシップ、仲間作り、育児不安の解消や情報交換を目的に、ふれあい遊びや体操など、毎月季節に応じたさまざまな内容を企画しています。内容や日程については各児童館で異なりますので、詳しくはおたより・HPをご覧ください。直接児童館へお問い合わせください。



ちびっこ運動会



パラバルーン遊び



新聞紙遊び

きたはら児童館
みぞぬま児童館
ひざおり児童館

☎471-7140
☎450-0858
☎458-6969

はまさき児童館
ねぎしだい児童館

☎486-2477
☎450-1815

れるデータは、国や都道府県が実施する雇用失業対策などの企画・立案をする上で重要な指標として利用されます。統計調査員が調査票の記入をお願いに伺った際には、ご協力をお願いします。

☎ 830

1 2 3 1 4

☎ 埼玉県統計課

あさか市民活動ニュースレター

vol.62

☎市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎463-1417 ✉simin_katudo@city.asaka.lg.jp

障害のある人もない人も、共に暮らす社会を目指しています。

今回は、知的障害のある方々に対し、住み慣れた地域で社会の一員として地域の人たちと共に生活するグループホーム「エムケーホームみんなの希望の家」を運営している、特定非営利活動法人ぶりずむの代表・柴田弘子さんにインタビューした内容をご紹介します。

Q.どのような思いで、団体を立ち上げましたか？

A. 市内在住の知的障害のある子どもをもつ数人の親たちと、福祉作業所の施設職員が「住み慣れた地域で、自分らしく普通に暮らせる場所をつくりたい」という思いで、平成19年に立ち上げました。

Q.主な活動内容は？

A. 団体を立ち上げた当初は、平成21年春に開設したグループホーム「エムケーホームみんなの希望の家」を運営しながら、資金集めのためのリサイクル活動（資源回収）や、売店の出店を行っていました。現在は、人員不足や会員の高齢化等の問題もあり、グループホームの運営のみ行っています。

Q.グループホーム「エムケーホームみんなの希望の家」とはどんな施設ですか？

A. 障害者総合支援法に基づくグループホーム（介護サービス包括型）として運営をしています。多くのグループホームは、身の回りのことが自分でできること（身辺自立）を前提としていますが、「エムケーホームみんなの希望の家」では、食事、お風呂、トイレなどの、日常生活で手助けが必要な知的障害のある方も利用できます。利用日は、原則、平日と土曜日とし、日曜日、祝日の夜間と年末年始などの長期休暇は休所にして、自宅でご家族と過ごす時間を作っていただいています。現在、4名の知的障害のある方が生活し、平日の日中は、通所施設に通い、土日や祝日は、地域のイベントに参加したり、ショッピングや外食などを楽しんでいます。外出することで、環境の変化に適応することができるようになり、会話も増え、コミュニケーションが豊かになったことで、ご家族の方からも喜ばれています。

Q.地域の方に伝えたいことは？

A. 古くからあるコミュニティの中に知らない人たちが入ってくることに不安を感じるのとは当然だと思いますが、地域の皆さんには快く受け入れてもらいました。いろいろとご迷惑をかけていることもあるかと思いますが、温かく見守っていただいていることで、安心感が生まれます。また、地域の皆さんが明るく挨拶をしてくださるので、利用者の方々も挨拶ができるようになり、コミュニケーションを取れるようになっています。地域の皆さんには、とても感謝しています。

障害福祉のシステムも大きく変化していますが、本質的な部分は、障害のある方の保護や救済ではなく、一人ひとりが平等に社会に位置し、尊厳を持って生活を送ることを目指したものではないかと考えています。私は、この温かい地域の中で暮らしていくことで、目指すものに近づいているのではないかと感じています。

～会員募集～

私達の活動の趣旨に賛同して応援して下さる方は、入会をお待ちしています。詳細は、お問い合わせください。

☎特定非営利活動法人ぶりずむ 代表・柴田弘子
☎475-3011

※このコーナーは、主に朝霞市内でNPOなどの市民活動を行っている団体にインタビューした内容を掲載しています。活動内容等の詳細につきましては、団体にお問い合わせください。

☆メールマガジン配信のお知らせ☆

市民活動に関する情報や市民活動団体によるイベントのお知らせ等について、毎月メールマガジンを配信しています。配信を希望する方は、件名「メールマガジン配信希望」として、配信希望アドレスを記載のうえ、市民活動支援ステーション・シニア活動センターまでメールを送信してください。



グループホームでの生活の様子

電気自動車用急速充電器を設置しています

設置場所/市役所駐車場内
利用時間/午前8時15分～午後9時(年末年始等を除く)

利用料/1回500円(30分以内)

※100円硬貨、500円硬貨専用

※9月14日(金)は保守点検のため、終日利用ができません。

☎/環境推進課 ☎463-1512

第6回東京都圏パーソントリップ調査にご協力を

埼玉県では、人の1日の動きを把握・分析することによって、暮らしやすい都市づくりや広域的な交通計画の検討を進めるため、9～12月にかけて移動に関する調査を実施します。対象の家庭には埼玉県から調査の依頼状を郵送しますので、ご協力をお願いします。

☎/埼玉県都市計画課 ☎30153337

夕焼け放送の時間が変わります

9月1日(土)から9月30日(日)までは、午後5時に放送します。

☎/教育指導課 ☎463-2884

情報BOX

案内

情報BOX

催し・講座

みんなの迷惑です！路上喫煙

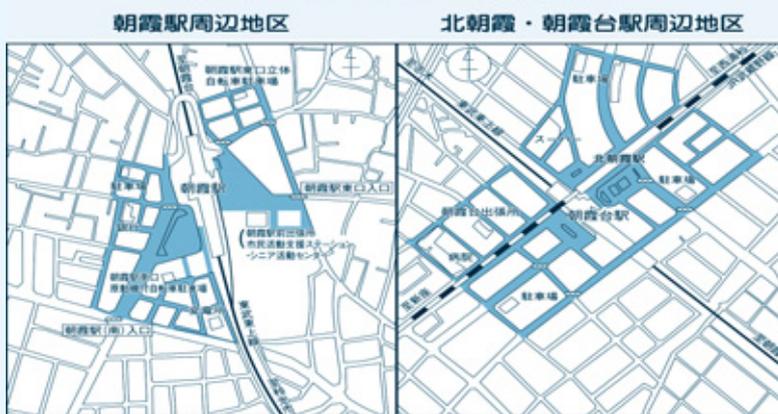
☎/環境推進課 ☎463-1504

市では「朝霞市路上喫煙の防止に関する条例」により、市内での道路、公園、その他の公共の場所では喫煙をしないよう努力義務が規定されています。さらに、駅周辺は「路上喫煙禁止」とし、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い、悪質な違反者に対しては過料を徴収する場合があります。

路上喫煙により、他者へのやけどの危険、副流煙による健康被害、ポイ捨てなど、周りの方の迷惑となるような行為は絶対にやめましょう。皆さんの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。



※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。



このマークが禁止地区の目印です

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

第1日曜日の朝は朝市へ!

☎/産業振興課 ☎463-1903

日時/9月2日(日) 午前7時～9時
会場/市役所正面駐車場
内容/服飾・雑貨、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あり
主催/朝霞市朝市出店者協議会

マタニティ・ヨーガ体験

会場・甲・☎/独立行政法人国立病院機構埼玉病院 ☎462-1101

日時/9月27日(日) 午後2時～3時30分
対象/妊婦さん
申込方法/9月26日(土)までに電話で

園庭開放・いっしょにあそぼう 保育園で

☎/保育課 ☎463-2939

日時/いっしょにあそぼう保育園で…9月11日(火) 午前9時30分～11時
園庭開放…9月11日(火)・28日(金) 午前9時30分～正午
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。
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11日(火)は園内で工作やリズム遊び等を実施
※根岸台・北朝霞保育園では9月11日(火)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/事前申込不要。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

朝霞市農業体験事業 さつまいも掘り体験

☎/産業振興課 ☎463-1904

日時/10月13日(出)

第1部…午前9時30分 第2部…午前11時

※雨天の場合は20日(出)

会場/大字浜崎地内

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【応募多数の場合抽せん】

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し込みフォーム(「さつまいも掘り」で検索)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および第2希望の時間を記入し9月14日(金)【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)

※申し込みは1家族ごと1回のみ。申し込み後の変更はできません。

主催/朝霞市都市農業推進協議会、朝霞市

第16回北足立郡市町人権フェスティバル

～聴いて観て感じる思いやりの心～

☎/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(金) 午前10時45分～午後3時30分

会場/草加市文化会館

内容/【講演】

演題:「名作映画に描かれた人権問題～登場人物の生き方に学ぶ～」

講師:渡辺俊雄さん(元NHK衛星映画劇場支配人・映画評論家)

その他/オープニングイベント、各市町団体の物産展示・販売、人権啓発DVD上映・パネル展示ほか

里親入門講座

☎・☎/こども未来課 ☎463-0364

日時/10月13日(出) 午前10時～正午(30分前から受け付け)

会場/ゆめぱれす(市民会館)※駐車場あり

内容/里親制度について所沢児童相談所や推進担当の話、里親体験談など

定員/50人(先着順)

申込方法/電話で

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5日(金)までに申し込み

共催/朝霞市、朝霞市地区里親会、埼玉県所沢児童相談所、埼玉県所沢里親会

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・☎・☎/子育て支援センター「さくらんぼ」 ☎450-7708

日時/9月25日(火) 午後1時30分～3時

定員/10組(平成30年7月生まれ対象)

予約開始日/9月5日(火)

内容/2か月のお子さんがある方どうしお喋りしたり、お友達を作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。

朝霞市・志木市・新座市認定訪問介護員(生活支援のホームヘルプスタッフ)合同養成研修

☎/長寿はつらつ課 ☎463-1719

☎・☎/株式会社シグマスタッフ ☎782-5173 FAX782-5175

本研修の修了者は、「介護予防・日常生活支援総合事業」において、市が指定する訪問型サービスAの事業所で働くことができます。仕事内容は掃除、洗濯、買い物、調理などの身体介護を伴わない生活援助です。

日時・内容・講師/

10月19日(金) 午前9時30分～午後4時15分	・高齢社会の現状、介護保険制度の理解 ・介護予防・日常生活支援総合事業について など	介護サービスに従事している介護福祉士、看護師、理学療法士等
10月23日(火) 午前9時30分～午後4時15分	・認知症の理解 ・医療・介護・福祉にかかわる職種の理解と連携 など	
10月24日(水) 午前9時30分～午後4時15分	・生活支援の理解、内容について ・介護サービスにおける報告・連絡・相談 ・コミュニケーション演習 など	

※3日間連続の研修(1日6時間×3日間 計18時間) ※受付開始は午前9時10分～

会場/産業文化センター

対象/以下の要件をすべて満たす方

(1) 市内在住の18歳以上の方で、在宅における生活支援に興味があり、働く意欲のある方。

(2) 3日間の研修に参加できる方。

定員/20人 ※申込多数の場合は抽せん(無資格者を優先)

受講料/無料 ※別途テキスト代1,300円(税込み)

申込方法/9月3日(月)～28日(金)に長寿はつらつ課、内間木支所、各出張所、各公民館に設置の申込書を、株式会社シグマスタッフ(〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町1-9-1 三谷ビル7F)へFAXまたは郵送で

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 ●●●●●●●●●●

県南西部地域の見どころをボランティアガイドと巡る自転車ツアー!

申・閏/埼玉県南西部地域振興センター ☎451-1110
FAX451-1113 ✉j5111104@pref.saitama.lg.jp

日時/A・Bコース…9月29日(土) 午前9時～午後3時 (小雨決行。荒天時は9月30日(日))
C・Dコース…9月22日(土) 午前9時～午後3時 (小雨決行。荒天時は9月23日(日・祝))

※予備日も荒天の場合中止
内容/自転車ガイド「ジモトの魅力伝え隊」による自転車ツアー(各コースの詳細はホームページをご覧ください)

Aコース…女子大生推薦!グルメ・パワースポットコース(志木駅発着 志木市・朝霞市・新座市方面)
Bコース…オリンピック・パラリンピックの街体感コース(和光市駅発着 朝霞市・和光市・新座市方面)
Cコース…川越街道と循環型農業の三富新田巡りコース(鶴瀬駅発着 富士見市・ふじみ野市・三芳町方面)
Dコース…新河岸川サイクリングと歴史巡りコース(鶴瀬駅発着 富士見市・ふじみ野市方面)

対象/発着地まで自転車持参で参加できる小学生以上の方(自転車を持参できない場合は要相談)

※小・中学生は保護者同伴(13歳未満はヘルメットの着用必須。13歳以上の方も安全のためヘルメットの着用をお勧めします)。

定員/A・Bコース…20人
C・Dコース…15人

※申込多数の場合は抽せん
費用/無料(ただし、飲食代、拝観料等は参加者負担)

※傷害保険に加入しますが、参加者負担はありません。
申込方法/9月14日(金)(必着)までに電話または下記URLにある申込用紙に記入のうえFAX、メール、郵送(〒351-0025 朝霞市三原1-3-1)または直接持参

<http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/b0103/index.html>



長寿を祝う会

閏/長寿はつらつ課 ☎463-1921

日時/9月17日(月・祝) 午前10時～(約2時間)
会場/ゆめばれす(市民会館)
対象/今年度中に77歳、80歳、88歳、90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。
※会場の都合により、出席希望者が多数の場合は、抽せんさせていただきます。

認知症サポーター養成講座

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

認知症に関する正しい知識と対応を理解し、あなたも認知症の方やその家族の「応援者(サポーター)」になりませんか。受講者にはオレンジリングを配付します。
日時/9月24日(月・休) 午後2時～3時30分
会場/特別養護老人ホームハレルヤ
対象/市民
定員/40人(先着順)
申込方法/9月14日(金)までに電話またはFAXで

認知症サポーター・フォローアップ講座「徘徊高齢者声かけ訓練IN 東洋大学」

申・閏/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、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。福祉を学ぶ大学生や見守り協定企業の皆さんも一緒に参加します。
日時/10月14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内在住、在勤または在学の方
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3日(月)から電話またはFAXで。
※初めて参加する方を優先します。

甲種防火管理再講習

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

収容人員300人以上で不特定多数の人が出入りする建物の防火管理者は、一定期間ごとの再講習が義務付けられています。

日時/10月25日(木) 午後1時20分～4時
対象/市内在住または在勤で、甲種防火管理講習を修了した方

定員/20人(先着順)
費用/教材費1,350円(当日購入)
申込方法/9月25日(火)～10月12日(金) 午前8時30分～午後5時15分に、窓口または消防本部ホームページ(<https://www.kennanseibu119.jp/>)にある受講申請書、直近の修了証(新規講習または再講習)の写し、市内在住または在勤を証明するもの(免許証・社員証等)および写真1枚(縦3cm×横2.4cm)を持参
※災害等による中止または延期あり

ノルディック・ウォーク教室

申・閏/地域包括支援センター つつじの郷 ☎472-1574

日時/10月5日～12月14日の毎週金曜日(11月23日を除く)全10回 午後1時30分～3時30分
会場/弁財市民センター
対象/おおむね65歳以上の市民の方で、原則、上記日程にすべて参加できる方
内容/北欧生まれで、ポールを持って全身の筋肉を刺激するノルディック・ウォーク
講師/全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員
定員/男女各10人(先着順)
申込方法/9月3日(月) 午前9時から電話で

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

聞こえないってどんなこと?「ろうの世界へようこそ」

【申・閏】障害福祉課 ☎463-1599 FAX463-1025

芝居や講演、絵画活動等で活躍中の^聴砂田アトムさん(ろう者)のトークイベントです。聞こえる人も聞こえない人も一緒に楽しめます。新しい発見がいっぱい!
日時/10月6日(土) 午後1時30分~3時30分(午後1時開場) 会場/産業文化センター
講師/砂田アトムさん 定員/140人(先着順)
申込方法/9月3日(月)~20日(木)に電話またはFAXで
※手話通訳・文字通訳あり

巡回聴覚障害者相談

【閏】埼玉聴覚障害者情報センター ☎814-3353 FAX814-3355

来所できない方のために、巡回聴覚障害者相談または希望者への訪問相談を行います。相談内容に決まりはありませんので、お気軽にご相談ください。
日時/9月19日(水) 午前10時~正午(巡回相談)
午後1時~3時(訪問相談) 会場/鶴ヶ島市役所
対象/聴覚に障害のある方または聴覚に障害のある方と関わりのある方
※ご家庭などへの訪問相談をご希望の方は、事前にお問い合わせください。

葬儀個別基本相談

会場・【閏】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10日(月) 午前9時~11時
(1人30分まで先着順)
対象/市内在住の方 申込方法/当日直接会場へ

動物愛護講演会

- ①ペット防災~災害時に備えて飼い主ができること~
- ②終生飼養~出会えた命と最後のときまで~

【閏】環境推進課 ☎463-1504

日時/9月23日(日・祝) ①午前10時~ ②午前11時~
会場/中央公民館・コミュニティセンター
講師/①あさか台動物病院獣医師 宗像俊太郎さん
②彩の国動物愛護推進員 清水啓恵さん
定員/各回40人
申込方法/9月19日(水)までに電話で

動物愛護パネル展

【閏】環境推進課 ☎463-1504

日程/9月20日(木)~25日(水)
会場/中央公民館・コミュニティセンター
内容/ペットの適正飼養、遺棄虐待の防止、ペット防災など動物愛護に関するパネル展示、啓発冊子等配布、市内動物愛護団体の紹介

9月の朝霞市障害福祉施設自主製作品展示販売会

【閏】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市役所で行います。ぜひお越しください。

日時・団体・販売物/

9月10日(月) 午前11時30分~午後0時30分 ひまわり工房/手芸品等の雑貨
9月13日(木) 午前10時30分~午後0時30分 はあとぴあ福祉作業所/レザークラフト、菓子
9月14日(金) 正午~午後1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18日(火) 午前10時30分~午後1時 なかよしかふえ/雑貨、焼き菓子
9月25日(火) 午前10時30分~午後2時30分 あさか向陽園/メモ帳、縫製品等の雑貨、季節の野菜
9月26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、鑑賞用メダカ

会場/市役所1階市民ホール

健康太極拳教室

【申・閏】朝霞市社会福祉協議会高齢者・児童福祉課 ☎486-2525

日時/10月2日(火)~平成31年3月19日(火)
月2回火曜日 午前10時~11時30分(全12回)
会場/はあとぴあ(総合福祉センター)
対象/65歳以上の市民 定員/20人(先着順)
持ち物/動きやすい服装、室内履き、タオル、飲み物
申込方法/9月6日(木) 午前9時から電話または窓口で

甦れ!少年の心Part2

~手作りおもちゃで子ども達や孫にアピール~

【申・閏】朝霞市社会福祉協議会高齢者・児童福祉課 ☎486-2525

日時/10月10・24日、11月7・14日 すべて水曜日
午前10時~11時30分(全4回)
※11月14日(水)は子ども達と一緒に作ります。
会場/はあとぴあ(総合福祉センター)
内容/おもちゃ作り(紙ひこうき、割りばし鉄砲など)
講師/NPO法人朝霞ぐらんぱの会
対象/65歳以上の男性市民 定員/20人(先着順)
持ち物/筆記用具、はさみ、カッター、定規
申込方法/9月5日(水) 午前9時から電話または窓口で

オープンA I S

【閏】朝霞地区インターナショナルソサエティ 伊藤 ^{いとう} ☎090-6003-5621

A I Sは、国際交流や外国人への日本語学習支援を行っている会です。活動の様子を見学に来ませんか?
日時/9月21日(金) 午前10時~正午
会場/中央公民館・コミュニティセンター
その他/活動はホームページでもご覧いただけます。
<http://ais1989.hp-ez.com>

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

朝光苑まつり

主催・会場・☎/朝光苑 ☎465-3255

日時/9月9日(日) 午前10時~午後2時
内容/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、施設見学なども行います。
※駐車場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。



不動産取引無料相談会

☎/(公社)全日本不動産協会埼玉県本部 ☎866-5225

日時/10月1日(月) 午前10時~正午、午後1時~4時
(受け付けは午前、午後とも終了30分前まで)
会場/市役所1階市民ホール
内容/不動産の取引上の注意事項、疑問点、不動産に関する法律・税金の相談(先着順)
主催/(公社)全日本不動産協会埼玉県本部所沢支部

市民講師による公開講座

主催・☎・☎/NPO法人あさか市民大学 さかもと 坂本 ☎090-8680-3018 ✉sakamoto-kzy@jcom.home.ne.jp

日時/9月12日(水) 午前10時~
会場/中央公民館・コミュニティセンター
内容/相続を争族にしないために
講師/行政書士・彩相続相談所代表 ふじたたかひさ 藤田孝久さん
定員/30人(先着順) 費用/300円
申込方法/電話またはメールで

親子で楽しむ手品講習会

主催・☎・☎/NPO法人朝霞ぐらんぱの会 かたやま 片山 ☎466-2942 ✉mituhiko550206@jcom.home.ne.jp

日時/9月30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
対象/市内在住の小学生と保護者
定員/40人(先着順)
費用/300円
申込方法/ホームページ
(<http://asaka-grandpa.com/>)
電話またはメールで



Dayキャンプinオータム~秋を家族で楽しもう~

☎・☎/NPO法人朝霞ぐらんぱの会 ちば 千葉 ☎090-7940-7490

日時/10月14日(日) 午前10時~午後3時
会場/産業文化センター、黒目川周辺
対象/市内在住の小学1~3年生と保護者
費用/500円(昼食、保険代)
申込方法/ホームページ(<http://asaka-grandpa.com/>)
または電話で

第4回ウェスタ川越矯正展

☎/川越少年刑務所 ☎049-242-0226

日時/9月15日(土) 午前10時~午後4時30分
9月16日(日) 午前10時~午後4時
会場/ウェスタ川越
内容/矯正行政を紹介したパネル展示、刑務所作業製品の展示販売、地域協賛店による販売、ステージイベント、性格検査体験コーナー
その他/駐車場は有料で限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

川越女子高等学校 紫苑祭

☎/紫苑祭実行委員会 ☎049-222-3511

「カワコレ~KAWAJO KAWAII COLLECTION 2018~」をスローガンに、統一感のある「KAWAII」文化祭を盛大に開催します!
日時/9月8日(土) 午前11時~午後4時
9月9日(日) 午前9時30分~午後4時
※最終入場は午後3時30分
会場/川越女子高等学校

暮らしと事業のよろず相談会

☎/埼玉県社会保険労務士会 ☎826-4864

日時/11月3日(土) 午前10時30分~午後3時30分
会場/浦和コルソ
内容/11団体の専門家が一堂に会し、それぞれの専門性を活かして県民、事業者等を対象とした無料相談会を開催し、ワンストップサービスでの相談機会を提供します(事前申込不要)。
主催/埼玉友好士業協議会
後援/埼玉県、さいたま市

求人企業合同面接会

☎/埼玉県雇用対策協議会 ☎647-4185

日時/10月10日(水) 午後1時~4時
(受け付けは正午~午後3時30分)
会場/大宮ソニックシティビル
対象/平成31年3月に大学・短大または専門学校を卒業見込みの方、3年以内の既卒者
※予約不要、入退場自由、企業情報を来場者全員に配付。
※履歴書を複数枚お持ちください(会場でコピー可)。
※参加企業名は、9月下旬にホームページ(<http://www.kotaiyou-saitama.ne.jp/>)に掲載予定。

中小企業・個人事業主のための無料法律相談会

主催・会場・☎/埼玉弁護士会法律相談センター ☎710-5666

日時/9月8日(土) 午後1時~4時
(受け付けは午後3時30分まで)
内容/中小企業経営者および個人事業主の皆さんを対象に、経営再建、債権回収、労使問題、契約トラブル、事業承継に関して、弁護士が法律相談に応じます。
申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ



《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)。

※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~平成31年1月)の募集は、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	20	7,776円/全9回	
②	キッズバレエ(小学1~6年生)	火曜 16:30~17:30	15		
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	20		
④	キッズテーマパークダンスA初級(小学1~6年生)	水曜 16:30~17:30	25		
⑤	キッズテーマパークダンスB中級(小学1~6年生)	水曜 17:45~18:45	20		
⑥	リトルチアダンス(3~6歳の未就学児)	木曜 16:00~17:00	15		6,912円/全8回
⑦	キッズHIPHOP(小学1~3年生)	木曜 16:15~17:15	15		7,776円/全9回
⑧	キッズチアダンス中級(小学1~6年生)	木曜 17:30~18:30	20		6,912円/全8回
⑨	キッズHIPHOP(小学4~6年生)	木曜 17:45~18:45	15		7,776円/全9回
⑩	キッズストリートダンス(小学3年生~中学生程度)	木曜 18:45~19:45	25		6,912円/全8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	15	7,776円/全8回	
⑫	キッズチアダンス初級(小学1~6年生)	土曜 14:15~15:15	20	6,048円/全7回	
⑬	キッズ空手初級(小学1~6年生)	土曜 15:30~16:30		5,184円/全6回	
⑭	キッズ空手中級(小学生~高校生)	土曜 16:40~17:40			
⑮	キッズ空手上級(小学生~高校生)	土曜 17:50~18:50			

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(水慣れ・クロール)	火曜 15:15~16:15	20	8,748円/全9回
⑰	幼児水泳教室B(水慣れ・クロール)	火曜 16:30~17:30		
⑱	幼児水泳教室C(水慣れ・クロール)	水曜 15:15~16:15	30	7,776円/全8回
⑲	幼児水泳教室D(水慣れ・クロール)	金曜 15:15~16:15		
⑳	幼児水泳教室E(水慣れ・クロール)	土曜 9:30~10:30		
㉑	幼児水泳教室F(水慣れ・クロール)	土曜 10:45~11:45	20	5,832円/全6回
㉒	幼児水泳教室H(水慣れ・クロール)	月曜 15:30~16:30		
㉓	こども水泳教室A中級(クロール・背泳ぎ)	火曜 17:45~18:45	35	7,776円/全9回
㉔	こども水泳教室B初級(水慣れ・パタ足・息なしクロール8m)	水曜 16:30~17:30		
㉕	こども水泳教室C上級(平泳ぎ・パタフライ)	水曜 17:45~18:45		
㉖	こども水泳教室特級	水曜 19:00~20:00	15	
㉗	こども水泳教室D初級(水慣れ・パタ足・息なしクロール8m)	金曜 16:30~17:30	35	6,912円/全8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		
㉙	こども水泳教室F上級(平泳ぎ・パタフライ)	金曜 19:00~20:00		
㉚	こども水泳教室G初級(水慣れ・パタ足・息なしクロール8m)	月曜 16:45~17:45	20	5,184円/全6回

【お子さん対象教室】No.①~⑳ 応募方法

受付期間: 9月1日(出)~14日(金)/結果: 9月20日(休)までに通知
※申込多数の場合は抽せん。

1人で複数教室への申し込みも可能ですが、はがきで応募の際は1枚につき1人1教室までです。

ただし、受講確定後の一部キャンセルはできません。

●web予約

公式HP(「わくわくどーむ」で検索)もしくは、右記のQRコードをご参照ください。

●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
〒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
(返信はがき:表にご自宅住所、お名前のみ記入)



web予約QRコード

※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。

※キッズテーマパークダンスB・キッズチアダンス中級の対象は、ダンス歴1年以上となります。

※キッズHIPHOPは第2スタジオで行います。

※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。

※No.②、④~⑩、⑫の教室は、10月は発表会の練習が中心となりますのでご了承ください。

●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については、ご本人の許可なく当初の目的以外には使用しません。

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にて掲載

31	ファイトアタックBEAT	32	ズンバ	33	シェイプヨガ	34	体質改善ストレッチ	35	ボディケアヨガ	36	朝のハタヨガ	37	ソフトボールピラティス
38	ソフトウェーブピラティス	39	楽しく体操(60歳以上)	40	アクティブピラティス	41	健康ヨガ	42	楊名時太極拳	43	背骨コンディショニングA	44	24式太極拳
45	背骨コンディショニングB	46	トータルケア	47	ダンスエクササイズ	48	キック&パンチ	49	ルーシーダットン	50	簡単ベリーダンス	51	レディース水泳教室(平泳ぎ・パタフライ)
52	レディース水泳教室(水慣れ・クロール・背泳ぎ)	53	レディース水泳教室(上級)	54	シニア水泳教室A(60歳以上)	55	シニア水泳教室B(60歳以上)	56	成人水泳教室	57	アクアビクス		

【16歳以上の方が対象の教室】No.31~57 応募方法

1次募集: 9月1日(出)~14日(金)前期継続者優先期間

2次募集: 1次募集にて定員に満たない教室がある場合は9月15日(出)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・和光市・新座市など)在住の方も申し込みます。

申込手続きはわくわくどーむ窓口のみで受け付けます(電話申込不可)。

《キャラメルポップコーン無料配布》 9月15日(出) 午前10時30分~2Fレストランで「キャラメルポップコーン無料配布」のイベントを開催します。(先着300人)

《プールイベント 忍者マット》 9月30日(日) ①午前11時15分~11時45分 ②午後2時~2時30分 ③午後3時30分~4時

受け付けは各回10分前から監視室で行います。各回30人(先着順)

《わくわくどーむの休館日》 9月3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。



公民館の

ひろば

施設名	電話番号	住所	9月の休館日
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	9/3・10・17・24
東朝霞公民館	463-9211	〒351-0005 根岸台6-8-45	9/2・10・16・17・23・24・30
西朝霞公民館	462-1411	〒351-0014 膝折町4-19-1	9/2・10・16・17・23・24・30
南朝霞公民館	461-0163	〒351-0023 溝沼1-5-24	9/3・9・17・18・23・24
北朝霞公民館	473-0558	〒351-0035 朝志ヶ丘1-4-1	9/2・10・16・17・23・24・30
内間木公民館	456-1055	〒351-0032 田島2-18-47	9/3・9・17・18・23・24

※番号はお間違いないようにお願いします。

南朝霞
公民館

さわやか健康教室
歌って、踊ってカラフィット♪

歌謡曲を歌いながら簡単な振り付けでフィットネス。
日時／9月29日(土) 午前9時30分～11時
対象／どなたでも 定員／20人
講師／朝霞市生涯学習ボランティア 金子真由美さん
申込方法／9月19日(水) 午後5時まで電話または南朝霞公民館窓口で受け付けます。

内間木
公民館

コミュニケーション講座
スポーツキッズの成長期の食育を考えてみませんか！

何をどう食べればよいか、楽しく学びましょう！
日時／9月30日(日) 午前10時～11時30分
対象／中学生以上 定員／20人
講師／アスリートフードマイスター 吉田栄子さん
申込方法／9月22日(土) 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

さわやか健康教室
心身を整える骨盤体操

歪んだ骨盤を整えて、心身をリセットしましょう。
日時／10月4日(木) 午前10時30分～正午
対象／成人女性 定員／22人
講師／NPO法人美えな塾 骨盤リーダー 片山弥生さん
保育／1歳以上の未就学児(定員8人) 申込方法／9月20日(木) 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

内間木公民館 サークル活動見学・体験

日頃のサークル活動を見たり体験したりしてみませんか。
日時・団体・内容・対象(事前申込不要)

10月3・10・17・24日(水) 午前10時30分～11時30分
ハート&ボディ(ヨガ) / 健康に最適なヨガを一緒にやってみませんか。《どなたでも》

10月4・18日、11月1・15・29日(木) 午後1時30分～3時30分
朝霞殺陣の会ジョイ(殺陣) / 実際に刀や道具を使って体験してみませんか。時代劇の好きな方待っています。《高校生以上》

10月7・21日、11月4・18日(日) 午後5時～6時30分
D&B(テーマパークダンス) / テーマパークの曲に合わせて踊ります。音楽に合わせて体を動かしてみませんか。《どなたでも》

10月12・26日、11月16・30日(金) 午前10時～11時
ダンスパル(ダンス) / 社交ダンスをやりたい方お待ちしています。体験希望の方は運動靴をご持参ください。《どなたでも》

10月9・23日(火) 午後1時30分～3時30分
スマイル卓球クラブ(卓球) / 健康維持のため卓球を楽しんでみませんか。《成人》

10月20日、11月17日(土) 午前10時～正午
手づくりパン工房(パン作り) / パン作りを見学できます。興味のある方お待ちしています。【見学のみ】《成人》

10月27日(日) 午後2時～3時
オカリナ風恋土(オカリナ演奏) / オカリナを用意しますので、お気軽にお越しください。《小学生以上》

10月31日(水) 午前10時～11時
楽脳体操チーム(体操) / 脳を活性化させる体操を一緒にやってみませんか。《成人》

東朝霞
公民館

生活教養講座
苔玉盆栽をつくろう

苔玉盆栽の作り方から管理の仕方まで学びます。
日時／10月14日(日) 午前9時30分～正午
対象／どなたでも 定員／15人
講師／朝霞市盆栽連盟会長 盆栽技師1級 増田馨さん
あさか山野草同好会の皆さん
費用／1,300円(材料費) 申込方法／10月5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。

内間木
公民館

快適せいかつ講座
植木剪定教室

剪定の基本について学び、剪定作業も行います。
日時／10月7日(日) 午前10時～午後3時(1時間昼食休憩があります。昼食は各自ご用意ください。)
対象／成人 定員／12人
講師／日本園芸協会庭園技能学習指導員 山中正二さん
申込方法／9月27日(水) 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。

中央
公民館

さわやか健康教室
知って得する健康法！

対象／市民(全日程参加できる方) 定員／50人 申込方法／9月1日(土)～14日(金)に市ホームページの申し込みフォーム、はがきまたは中央公民館窓口で ※申し込みには住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号が必要です。 ※はがきの場合は9月14日(金)必着です。 ※講座内容は、都合により変更となる場合があります。 ※保育(1歳以上の未就学児・定員6人)を希望される方は、その旨をお申し出ください。(講義時間は、全日程 木曜日 午前10時～正午)

回	日時	タイトル	講師
1	10月4日	「コッソリと当てて、スカッとしよう!!ユニカル体験」～冬季オリンピック出場の気分～	あさかユニカル愛好会代表、日本ユニカル協会普及指導員 出沼義次さん ほか
2	10月11日	「楽しい!健康づくり習慣」	～2本のポールで体幹づくり～ NORDICあさか 河内章治さん ほか
		～噛むといいこと5つのこと～	健康づくり課 保健師
3	10月18日	「香り豊かな習慣」～上手なアロマ活用術～	アロマセラピスト 金澤美和さん ほか
4	10月25日	「野菜の豆知識を学び健康に!」～あさか野菜deベジブルメ～	野菜ソムリエ Canacoさん

※申込多数の場合は、市内在住者優先のうえ抽せんいたします。※記載のないものは費用無料です。

※申し込み結果は、はがきまたは封書にてお知らせいたします。※費用は原則当日徴収いたします。

あさかの生涯学習へ

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21日(日) 午前10時～午後3時
 ※市民登録の受け付けは午前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」は子どものまちのため、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せん。
参加費／500円(市民登録料) 当日集金
申込期限／9月14日(金)【必着】
その他／・車での来場はできません。
 ・お子さんの参加にあたっては、必要に応じて送迎をするなど、安全の確保に努めてください。
申込方法／往復はがき(子ども1人につき、はがき1枚)でお申し込みください。
 往信用文面に「子ども大学あさか学園祭参加希望」、学校名、学年、氏名(ふりがな)、郵便番号、住所、電話番号、メールアドレスを記入し、返信用宛名も忘れずに記入してください。
 ※参加者の顔写真が新聞、県や市のホームページ等に掲載される可能性がありますので、あらかじめご了承ください。

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)と市民カードを受け取って入場。(市民登録料/500円)
- ②「ミニあさか」で遊びや買い物をしてお金がなくなったら…。
- 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、地域の大学や企業・NPO等、県と市が連携して、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。



ようこそ！
あさかの生涯学習へ

家庭教育学級合同講演会 子どもの可能性を伸ばす10の黄金法則

元プロテニスプレーヤーの杉山愛さんの母親である杉山美沙子さんに、スポーツの枠にとらわれない「人間力育成」の極意、親としてのあり方や家庭でできることはなにか等について講演いただきます。一緒に学び、考えましょう。

日時／10月18日(木) 午前10時～正午(開場：午前9時30分)
会場／ゆめばれす(市民会館) 大ホール ※車での来場はご遠慮ください。
講師／一般社団法人SMILE協会 代表理事 杉山美沙子さん
主催／朝霞市教育委員会

入場無料
手話通訳・
要約筆記あり



保育 申込期間／9月20日(木)～10月1日(月)(土・日曜日を除く平日午前9時～午後5時) 生涯学習・スポーツ課へ電話で申し込みをしてください。
対象／1歳～未就学児の幼児 **定員**／60人(先着順) **保育料**／100円(保険代込み)

市民企画講座

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

朝霞基地跡地の自然を守る会主催事業 朝霞、そこは基地の街だった ～基地跡地にはどんな歴史が刻まれているのでしょうか～

残された朝霞基地跡地へのシンボルロードや公園作りがいよいよ始まります。戦前は陸軍の被服廠、戦後は米軍キャンプドレイクが置かれ、朝鮮戦争、ベトナム戦争に深く関わってきました。歴史教育に関わってきた元中学社会科教師からお話を聞きます。

日時／9月15日(土) 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 **対象**／どなたでも **定員**／50人(先着順) **費用**／無料 **講師**／元朝霞市立中学校教諭 中條克俊さん **申込方法**／事前申込不要。当日直接会場へ **協賛**／朝霞市基地跡地の歴史研究会 **問**／大野 ☎090-5209-9467

NPO法人あさか市民大学主催事業 朝霞の自然・景観を探访して学ぶ(その3)

①基地跡地へのシンボルロード作りを楽しもう ②写真で巡る朝霞のまちなみと自然

日時／①9月4日(火) ②9月26日(木) いずれも午前10時～正午 **集合場所**／①朝霞の森 ②中央公民館・コミュニティセンター **講師**／①基地跡地利用市民連絡会 大野良夫さん ②よちよちパソコン教室 増井清志さん **定員**／30人(先着順)
費用／各回300円(教材費) **申込方法**／電話、メールまたは当日直接会場へ。 ※①は歩きやすい服装で
問・問／坂本 ☎090-8680-3018 ✉sakamoto-kzy@jcom.home.ne.jp

認定・埼玉県指定NPO法人メイあさかセンター主催事業 「音楽で楽しく健康に」～楽器と歌でトライ！トライ!!～

年齢・障害等を越えてリハビリテーションミュージック(音楽療法)を体得して、仲間と共に楽しく健康な日々を繋げましょう。
日時／9月20日(木) 午前10時10分～11時30分 **会場**／中央公民館・コミュニティセンター
講師／公益財団法人東京ミュージックボランティア協会 理事長 赤星多賀子さん
費用／300円(資料代) **申込方法**／電話または当日直接会場へ。 **問・問**／尾池 ☎468-6972

あさかパートナー2期会主催事業 英語できかかれて困った事例集

日時／10月20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／2期会会員 平
 方英俊さん 費用／無料 申込方法／当日直接会場へ。 問／梶原 ☎080-5013-8557

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一緒に作り上げていく講座です。

教室番号	教室名・内容・講師	日時	会場	費用	定員
21	3Bキッズ体操 親子と一緒に音楽に合わせて体操をしたり、手遊びをしたり、同じ年代のお友達と交流しながら、楽しみましょう。 対象／未就園児とその保護者 講師／大和田恵美さん 持ち物／タオル、飲み物 ※動きやすい服装（スカート不可）で参加してください。	10月4日(休) 午前10時30分～11時30分	弁財市民センター	無料	8組
22	シルバーアクセサリー教室 焼成すると純銀になるアートクレイシルバー（銀粘土）を使って、簡単にシルバーアクセサリーを作ることができます。 講師／小寺恵さん	10月5日(金) 午前9時30分～正午	産業文化センター	1,900円 (教材費)	20人
23	着付け教室 2回連続講座 着付けを楽しく学んでみませんか。伝統文化でもある“着物”の良さを知る良い機会です。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／着付け用具一式	10月6日(土)・13日(出) (各回) 午前10時～正午	東朝霞公民館	無料	10人
24	押し花教室 乾燥マットで押した押し花で気軽に楽しめるフレーム作りを学んでみませんか。対象／成人 講師／田中良子さん 持ち物／筆記用具、はさみ、作品を持ち帰る袋	10月10日(休) 午後1時30分～4時	産業文化センター	800円 (教材費)	10人
25	笑い健康法 笑い健康法やオキシトシン療法について学びます。オキシトシン療法はペアで行いますが1人での参加も可能です。	10月11日(休) 午後2時～3時30分	産業文化センター	無料	各回 20人
26	講師／恩田邦彦さん 持ち物／筆記用具	10月27日(出) 午後2時～3時30分	仲町市民センター		
27	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特別にあなただけにこっそり教えます。講師／三橋政起さん 持ち物／筆記用具	10月12日(金)・19日(金) (各回) 午後1時30分～3時	産業文化センター	無料	20人
28	オペラコーラス体験 イタリアオペラのコーラスをします。オペラ歌手の先生がイタリア語の読み方から音とりを指導します。最後はみんなで歌ってみましょう。オペラ「ナブッコ」より「行け 黄金の翼ののって」 講師／吉見佳晃さん 持ち物／筆記用具	10月14日(日) 午後1時～3時	中央公民館・コミュニティセンター	200円 (教材費)	20人
29	よちよちパソコンサークル 3回連続講座 パソコンで年賀状の作成と、ワードの初歩を学びましょう。 講師／田中勝美さん 持ち物／筆記用具、お持ちの方はノートパソコン	10月14日(日)・21日(日) ・28日(日) (各回) 午後1時～3時	中央公民館・コミュニティセンター	無料	20人
30	グラスアート教室 グラスの輝きにフィルムで彩りを添えて、ステンドグラス風のグラスアートを学んでみませんか。対象／成人 講師／田中良子さん 持ち物／筆記用具、はさみ、作品を持ち帰る袋	10月16日(火) 午後1時30分～4時	溝沼市民センター	1,000円 (教材費)	10人
31	遺言書作成基礎講座 相続を争族にしない為に、どうすべきか。遺言書作成の必要性について説明します。講師／藤田孝久さん 持ち物／筆記用具	10月21日(日) 午前10時～正午	産業文化センター	無料	20人
32	絵手紙クラブ 生涯現役で暮らすために、元気に外出！筆を使った絵手紙で、人を喜ばせ、自分も楽しみましょう。講師／片柳芳枝さん ※墨を使うので汚れてもいい服装で参加してください。	10月24日(水) 午前10時～正午	南朝霞公民館	無料	10人

対象／市内在住、在勤または在学の方 ※申込多数の場合は抽せん ※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またはメールで。電話以外の場合、タイトルは「体験教室参加希望」、住所、氏名（ふりがな）、日中連絡のとれる電話番号、教室番号、教室名を記入し、9月14日(金)【必着】までに生涯学習・スポーツ課へ。 ※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、電話で送達をご確認ください（月～金曜日の午前9時～午後5時）。

問・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.lg.jp

第57回 朝霞市ロードレース大会

11月23日(金・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

©朝霞市ぼぼたん

種目	距離	種目	距離
ふれあい (小学1～3年生と保護者)	1.0km	一般(高校生以上)	5.0km
小学4・5年生	1.7km	壮年(40歳以上)	5.0km
小学6年生	2.0km	一般(高校生以上)	10.0km
中学生	3.0km		

申／市ホームページにある申し込みフォームまたは生涯学習・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)に記入し、生涯学習・スポーツ課へ持参または郵送
 参／1人500円(ふれあいは1組1,000円)当日納入
 締／10月12日(金)当日消印有効
 問／生涯学習・スポーツ課

※当日は競技場および青葉台公園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63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28日(日) 午前9時受け付け、9時15分開会式
 会／総合体育館 問／市内在住・在勤または在学の方
 種／小学生(男女一緒)の部、中学生の部、一般の部、40歳以上の部、55歳以上の部、65歳以上の部
 参／小学生無料、中学生200円、高校生以上500円
 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。
 締／10月17日(水) 問／塩味 ☎466-3977

合気道教室

主催／朝霞市体育協会合気道部

日／9月2日(日)・9日(日) 午前10時30分～正午 会／武道館
 問／高校生以上 参／無料 申／当日直接会場へ
 ※運動のできる服装で 問／箕輪 ☎464-6006

第28回24時間リレーマラソン

主催／朝霞ジョギングクラブ

日／9月8日(出)・9日(日) 午前10時 会／中央公園陸上競技場外周ジョギングコース 問／大人、子ども(個人またはチームで参加できます) 参／無料 申／個人は直接会場受付へ。チームは問い合わせ先へ予約 他／飲料主催者用意 問／早川 ☎465-0056

《会員募集》

朝霞ジュニア卓球クラブ

日／土曜日または日曜日 午前9時～正午
 会／朝霞第十小学校 問／市内在住の小学生
 入会金／1,000円 月会費／1,000円
 問／茂木 ☎090-9810-0298

紅葉の山道を竹寺(490m)へ

難易度★★★ 標高差375m 約10km 主催／朝霞市歩こう会

日・日／10月27日(出) 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→所沢駅→吾野駅(下車)→前坂→竹寺→中沢→前坂→吾野駅 問／小学生以上(小学生は保護者同伴) 参／300円(保険代等) 締／10月12日(金) 問／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／久保 ☎466-8253

第4回秋桜カップ(ダブルステニス大会)

主催／朝霞市テニス協会

日／男女Aクラス…10月28日(日)、男女Bクラス…11月4日(日) 予備日11月11日(日) 会／青葉台公園テニスコート 問／市内在住・在勤または在学の方および協会員 参／1ペア一般2,500円 協会員2,000円 締／10月13日(出) 申／協会ホームページから申込書を取り出し、必要事項を記入し総合体育館窓口へ。参加費は郵便振り込み 問／蕪木 ☎090-2404-7195
<http://www.zf.em-net.ne.jp/~tennis-asaka/>

KeepActive(運動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 健康スポーツ倶楽部 ASAKA

日／9月29日(出)～12月15日(出) 午前10時40分～午後0時10分 全11回土曜日 会／東洋大学朝霞キャンパス体育館 問／60歳以上30人 参／保険代1,000円(説明会当日に徴収) 申／9月15日(出) 午前10時40分に東洋大学朝霞キャンパス体育館内で申込受け付け。希望者多数の場合はその場で抽せん 問／健康スポーツ倶楽部 ASAKA 総務 ☎keepactive2018@gmail.com

★★(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(10月～)秋号★★

	教室名	日時・会場	定員・参加費	内容
1	はじめてのフラダンス教室	10月3日(水)～11月21日(水) 全8回 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フラダンス教室です。ゆったりとした動きでリフレッシュしましょう。
2	はじめてのテニス教室	10月5日(金)～11月30日(金) 全8回 ※予備日あり (11月23日除く) 午前9時10分～10時30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5日(金)～11月30日(金) 全8回 ※予備日あり (11月23日除く) 午前10時50分～午後0時10分 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 問／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／往復はがきに教室名(1枚につき1教室)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入のうえ、総合体育館宛てに郵送または公社HPから申し込み ※申込多数の場合は抽せん 締／9月10日【必着】参加の可否は9月16日までに通知 問／総合体育館

体育施設臨時休館日(9月・10月)

総合体育館 9月10日(月)、10月15日(月)
 武道館 9月3日(月)、10月1日(月)・15日(月)
 滝の根テニスコート 9月3日(月)・18日(火)
 10月1日(月)・15日(月)

生涯学習・スポーツ課 〒351-8501 本町1-1-1

☎463-2403(直) FAX467-4716
 ☐syogaku_sports@city.asaka.lg.jp
 総合体育館 〒351-0016 青葉台1-8-1
 ☎465-9811(直) FAX464-2429
 HP <http://absk.or.jp>

総合体育館





10月7日(日)
午前8時開会



会場／朝霞中央公園陸上競技場

第63回朝霞市民総合体育大会 市民体育祭



雨天中止
(予備日はありません)
※開催の可否は当日、午前6時以降
市ホームページで確認できます。

地区対抗種目

地区の代表選手による競技です。参加を希望する方は、お住まいの各町内会・自治会にご相談ください。また、参加時は地区名の入ったゼッケン、または地区名が分かるものを身につけてください。

自由種目

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
- 市内実業団選手による1500m走
- 朝霞高校バトン部の演技
- 市民体育賞表彰

PRブース

- 体力測定コーナー
- 健康相談
- ラグビーワールドカップ2019ゆる玉スタンプラリー

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	輪っショイリレー	地区対抗(レク種目)	小学生以上男女	9:15
5	中学校対抗リレー	エキシビジョン	中学生男女	9:50
	男子1500m走		市内実業団選手	
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・母親父親世代・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		演奏:朝霞市民吹奏楽団 市内中学校吹奏楽部	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	年齢・性別の制限なし	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。

市が撮影した写真は市民体育祭のPRに使用させていただきます。

問／生涯学習・スポーツ課

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

朝霞市県展作品展

協賛：朝霞市美術協会

9月15日(土)～30日(日)

「第68回埼玉県美術展覧会」の日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真の各部門から、市内作家の入選・招待・審査員・運営委員作品を併せて紹介します。

身近な作品から芸術を楽しんでみませんか。

「気になる木」(日本画)
星野静江さん作



ギャラリー展示

みんなあーちすと ～かお・かお・かお～

子どもたちが描いてくれたたくさんの「かお」を展示します。笑った顔、泣いた顔、変な顔、家族の顔、自由な作品が博物館のギャラリーいっぱいひろがります。

★9月8日(土)～17日(月・祝)

ワークショップ参加者作品の展示

★9月20日(木)～30日(日)

市内保育園・幼稚園児作品の展示



第33回企画展

朝霞町へ行楽にーゴルフ場があったころー

10月13日(土)～11月25日(日)

昭和初期、東上線で行き来ができる朝霞周辺は、東京住民による行楽先の一つでした。

当時の行楽ガイドには、東京ゴルフ倶楽部朝霞ゴルフ場、東園寺の紅葉や芋掘り、内間木の桜草などが登場します。

本展では行楽地だった朝霞町を、当時の地図やガイドブックなど、さまざまな資料からご紹介します。



東武電車沿線案内(部分)
東武博物館蔵

企画展講演会①「江戸時代の行楽と名所図会」

江戸時代の人々が行楽の手引きとした名所図会は、明治以降の行楽にも大きな影響を与えました。江戸時代の人々の行楽を、名所図会から読み解きます。

講師/目白大学教授 鈴木章生 さん

日時/10月14日(日) 午後2時～3時30分

対象:定員/どなたでも:50人

申込方法/9月1日(土)から電話または博物館窓口で先着順

重要文化財 旧高橋家住宅からのお知らせ

手打ちうどんをつくろう

地元の方を講師に迎え、うどんづくりに挑戦してみましよう。

日時/10月6日(出)

午前10時～正午

会場/旧高橋家住宅

対象:定員/小・中学生とそ

の保護者:8組(1組3人まで) ※応募者多数の場合抽せん

申込方法/往復はがきに参加希望者全員分の住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号、「手打ちうどんづくり希望」と明記のうえ、**9月19日(水)【必着】**までに、〒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。



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20日(出) 午前10時～11時30分

会場/旧高橋家住宅

対象:定員/小学生以上:30組(1組3人まで)

※応募者多数の場合抽せん

※小学生は保護者と一緒にお申し込みください。

申込方法/往復はがきに参加希望者全員分の住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号、「さつまいも掘り希望」と記入のうえ、**10月3日(水)【必着】**までに 〒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 博物館に準じますが、第4金曜日は開園します。

住所 〒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 文化財課文化財保護係 ☎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

28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

26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、図書館までお問い合わせください。

平成30年度 児童文化講座

一冊の絵本ができるまで ～絵本づくりの舞台裏～

参加無料・申込制

一冊の絵本が読者の手元に届くまでにどのような過程があるのか。

絵本づくりの現場や、絵本の楽しみ方について、鈴木出版社の編集長であり、絵本専門士の波賀稔さんにお話をいただきます。ぜひご参加ください！

日時／10月6日(出) 午前10時～11時30分
会場／図書館(本館) 視聴覚室
講師／波賀稔さん
対象／大人
定員／45人(申込多数の場合は抽せん)



【波賀稔さん】

・鈴木出版社編集長
・絵本専門士
・「にゃーご」、「たまごにいちちゃん」、「つきよのくじら」など、長年にわたり絵本や児童書の編集にかかわりながら、全国各地で読み聞かせ活動を実施している

保育定員／8人(1歳～未就学児) ※講座受講時は、お子さんの同席はできません。

申込方法／9月17日(月・祝) 午後6時までに、Eメール(tosyo@city.asaka.lg.jp)、FAXまたはハガキに「児童文化講座参加希望」と明記のうえ、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、保育の希望の有無を記入し、図書館(本館)宛てにお送りください。図書館(本館)のみ、電話またはカウンターでもお申し込みが可能です(申し込み先は下記)。

♪ほんかんの催し物♪

行事等	月日	内容	時間	場所
シネマライブ러리	9/2 (日)	アマデウス(1984年作品) 160分	午後2時～	視聴覚室
うさみみタイム (幼児・児童向け)	9/6 (休)	とうさんまいご/しりとりにくぐる/ 海は広いね、おじいちゃん 21分	午後3時30分～	
	9/13 (休)	まんが日本昔ばなし 耳なし芳一/月見の枝 25分		
	9/20 (休)	なかよしおばけ おばけ遊園地に行くほか全3話 21分		
松の木読書会	9/27 (休)	まんが世界昔ばなし⑩ 王様の耳は羊の耳/ オルペウスのたて琴 22分	午前10時～正午	
	9/21 (金)	震度0 横山秀夫/著		
おはなしくらぶ (乳幼児向け)	9/24 (月・祝)	絵本の読み聞かせ	午前11時30分～ 正午	

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18日(火) 午後3時30分～

内容／手遊びとよみきかせ

会場／産業文化センター2階 研修室兼集会室2

間／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／11日(火)・28日(金)

10月／9日(火)、18日(休)～26日(金)*

※蔵書点検のため休館します。

●分館の休館日(第2水曜日、第4木曜日)

9月／12日(水)・27日(休)

10月／10日(水)・25日(休)

●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)

インターネットで資料の予約ができます！

図書館の「利用カード」をお持ちの方は「パスワード」を登録すると、資料の予約のほか、利用照会から、ご自身の予約状況の確認や貸出期限の延長を行うことができます。

【パスワード取得方法】

朝霞市立図書館のホームページ(利用者メニュー>新規パスワード登録)、または本館・北朝霞分館の窓口にて「パスワード」を取得できます。

(来館時には、免許証・保険証等の身分証明書をお持ちください。)

返却期限を守りましょう

貸出期限を30日以上過ぎても返却がされない方への、新たな貸し出し、予約、貸出期限の延長はできません。図書館資料の有効活用にご協力をお願いします。

新着図書紹介 ()内は所蔵館とコーナー名

一般書

焼肉の達人(本館・分館 実用書B) 小関尚紀/著
ダイヤモンド社 291.36ピンク

世界史を大きく動かした植物(本館 科学工業)
稲垣栄洋/著 PHP研究所 615

完全犯罪の死角 刑事花房京子(本館 日本文学)
香納諒一/著 光文社 Wカノ

児童書

打順未定、ポジションは駄菓子屋前(本館 児童コーナー)
はやみねかおる/作 ひのた/絵 講談社 Kハヤ
さがせ!かくれる生き物(本館・分館 児童コーナー)
学研プラス K481

※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を作成していただいておりますので、ご利用希望の方は、図書館本館へお問い合わせください。

*その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たずねください。
*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。

わたくしたちの健康

在宅医療（小児科）

朝霞地区医師会 すぎた まさおき 杉田 正興

☎464-4666

今回は、小児在宅医療についてお話をいたします。

さまざまな理由で、病院や診療所に足を運ぶことが困難な患者様が多くいらっしゃいます。移動が困難な方、医療機器を装着している方などの場合には、定期的に医師や歯科医師、看護師、薬剤師などの医療スタッフが自宅に訪問し、患者様の診療を行ったり、医療相談や指導を行ったりする「在宅医療」が、広く普及しています。

現在、この制度を利用されている方の多くは、ご高齢の方になりますが、最近では、小児についてもこの「在宅医療」が注目を浴びています。

大きな病院の新生児集中治療室（NICU）や、小児集中治療室（PICU）に長期間入院しているお子さんの中には、退院が困難なお子さんがあります。呼吸や栄養摂取をサポートする機器を装着しているお子さんや、注意深い観察やケアを要するお子さんの場合、退院後も自宅でさまざまな医療の介入（在宅医療）が必要になります。

このような場合、退院後の在宅医療の準備を整えてから退院することになり、十分な準備が整わないと退院が困難になってしまうケースもでてきてしまいます。

お子さんの状態や、医療の内容

によって異なりますが、退院後の在宅医療開始のために、具体的に以下に記すような準備が必要になります。

- (1) 地域の医療機関（病院・診療所）の手配。
- (2) 訪問看護ステーションの手配。
- (3) 保健所・保健センターなどの関連各機関の情報共有。
- (4) 医療機器などの手配。
- (5) 関係各機関、入院主治医、保護者との情報交換や退院前の打ち合わせ。

これらの事柄がすべて整ってから、退院することになります。この中のどれか一つが欠けても、在宅医療へのスムーズな移行ができなくなるおそれがあります。

しかし、これらの事柄が充実している地域が、全国的に非常に少なく、大きな問題となっています。

小児医療に精通し、在宅医療を行うために必要な人的資源が確保できる医療機関が必要とされるなかで、小児科専門の医師が少ないうえ、少人数で運営している医療機関が多く、条件を満たす医療機関が少ないのが現状です。小児医療に対応可能な訪問看護ステーションの数も全国的に不足しております。

これらの問題を解決すべく、小児医療関連の学会や研究会が中心となり、さまざまな活動を展開し

ておりますが、完全な問題解決には至っておりません。

そのような中、朝霞地区（朝霞市・新座市・和光市・志木市）では、医師会・二次救急病院・県保健所・各訪問看護ステーション・各市保健センターが中心となり、朝霞地区小児在宅医療協議会（ASZ）を立ち上げ、様々な角度から検討を重ねてきました。

NICUや、PICUなどから退院する際の主治医からの連絡窓口の創設や、手続きの一元化、関係各機関への連絡・情報共有の方法などのシステム作りを進め、現在稼働しております。

地域の受け入れ体制が不十分なために、病院からの退院が困難になってしまうケースを少しでも減らし、退院後の混乱やトラブルをなくす努力を今後も継続していく必要があります。

また、この問題の解決に向けて、活動されている多くの保護者の方に、敬意を表します。

小児在宅医療が抱える問題についての認知度は、あまり高くありませんが、できるだけ多くの方が関心を持ち、活発に議論を進めていくことが大切であると考えています。

わたくしたちの健康

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)
9	2	朝霞	村山クリニック	内・循内	和光	富澤整形外科・内科	整外・リウ・泌・内・消内・リハ	468-3456
	9	志木	幸町クリニック	消内・内・外・肛	朝霞	根本整形外科	整外	467-4154
	16	新座	遠山荘一郎内科クリニック	内	志木	志木大腸肛門クリニック	肛外・消内	423-8768
	17	朝霞	青柳診療所	内・消内	新座	永弘クリニック	泌・内・外	474-3708
	23	和光	和光内科外科診療所	内・外・皮・小・リハ	朝霞	まつおか眼科クリニック	眼	450-2030
	24	新座	新座中央通り診療所	内・小	志木	志木駅前クリニック	内・循内・腎内・糖内	473-8101
	30	新座	新座クリニック	内・消内・循内・呼内・麻	志木	眼科龍雲堂医院	眼	471-0200



※当番医は変更になる場合があります。確認してからお出かけください。



乳幼児と保護者の方へ

※費用：無料

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18日(木) 午前10時30分～正午 もしくは午後1時30分～3時30分	中央公民館・コミュニティセンター	平成29年11月～平成30年3月生 の第1子のお子さんとその保護者1人	申/9月6日(休)から(電話で要予約) ※調理実習は午後の回のみ実施

日	程	実施時間	対象(初妊婦)	内容	会場	その他
10月 (短縮1日コース)	13日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 午後4時	平成31年1月～ 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	中央公民館・ コミュニティセンター	申/10月(短縮1日コース)はすでに受け付けを行っています。
11月 (基本2日コース)	1回目：10日(出) ※妊婦のみ対象 2回目：18日(日) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 正午 午前10時～ 午後4時	平成31年2月～ 4月出産予定	妊娠中の歯つびい講座 妊娠中の栄養講座 お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映	産業文化センター	11月(基本2日コース)は9月6日(休)から電話で予約開始

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
対象	平成30年6月生まれ	平成29年12月生まれ	平成29年3月生まれ	平成27年6月生まれ
日程	3日(休)・17日(休)	10日(休)・24日(休)	2日(休)・23日(休)	19日(金)・26日(金)
会場	中央公民館・コミュニティセンター			

※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	
B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌等 日本脳炎	生後1か月児(平成30年8月生まれ) 3歳児(平成27年8月生まれ)

※左記の方へ、個別通知します。



成人の方へ

内容	日時	会場	対象	その他
ASAKA健康ラウンジ	9月13日(木) 午後1時30分～3時30分 ※当日直接会場へ。ただし、中央公民館・コミュニティセンターから歩いていく場合は、午後0時30分に中央公民館・コミュニティセンターに集合	城山公園 ※雨天時は中央公民館・コミュニティセンター	健康あさか普及員と健康づくりに興味のある市民	城山公園に設置している健康遊具の使用体験。動きやすい服装と靴でご参加ください。
こころの健康相談	9月26日(木) 午後2時～3時	中央公民館・コミュニティセンター	精神面の健康に心配のある方や、認知症を含む精神障害のある方とその家族	申/9月21日(金)までに健康づくり課へ予約

※9月の休日歯科応急診療所
実施日 9月17日(月・祝)、23日(日・祝)、24日(月・休)
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
●埼玉県南西部消防本部 ☎048-460-0123
●埼玉県救急電話相談 #7119(全国共通ダイヤル)
または☎048-824-4199(ダイヤル回線、IP電話、PHS)
※従来同様、次の番号からも電話をかけられます
小児救急電話相談 #8000(携帯電話からも相談可能)
大人を対象とする救急電話相談 #7000(携帯電話からも相談可能)

☆9月24日～30日 結核予防週間です。

PHOTO NEWS

「病児保育に関する協定」を締結しました

7月25日(木)に医療法人社団武蔵野会と、「病児保育に関する協定」の締結式を行いました。

この協定締結によって、病気により集団保育が困難かつ保護者の勤務等の都合で家庭で保育を行うことができない、生後6か月から小学3年生までの市内在住の児童等が、TMGあさか医療センター附属たまご保育園内の「病児保育室たまご」を優先的に利用できるようになります。



写真左から富岡市長、医療法人社団武蔵野会中村理事長

迅速な人命救助活動に対し、感謝状を贈呈

池田一朗さんは、6月1日(金)、朝霞市大字溝沼の黒目川で流されていた女性を救出しました。

池田さんの迅速な人命救助活動に対して、朝霞消防署浅川署長から感謝状を贈呈しました。



池田さん

📷 カウントダウンカレンダーを設置しました

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会まで、いよいよ残り2年を切りました。

射撃の競技会場である朝霞市では、東京2020大会に向けた期待をより一層高めるため、オリンピックとパラリンピックの開催までの日にちをお知らせする、カウントダウンカレンダーを朝霞駅南口の駅前交番前に設置しました。

なお、カウントダウンカレンダーは、朝霞ロータリークラブから、朝霞市にご寄贈いただきました。



📷 オリンピック2年前イベントを開催しました

7月22日(日)に「川越藩火縄銃鉄砲隊保存会演武×東京2020オリンピックに向けた2年前カウントダウンイベント」を開催しました。

朝霞駅南口駅前広場では、カウントダウンカレンダーのお披露目や、本市が射撃会場となる縁から川越藩火縄銃鉄砲隊保存会による発砲演武が行われました。

また、コミュニティセンターでは、元スピードスケート選手で1998年長野オリンピック銅メダリストの岡崎朋美さんによる講演会が行われ、5回のオリンピック出場のご経験や東京2020大会に向



けた期待などのお話をいただき、同じく元ライフル射撃選手で1992年バルセロナオリンピック銅メダリストの木場良平さんとのトークショーも行いました。

そのほか、1964年東京オリンピック大会の資料展示、射撃体験(エアースポーツガン)、「ねぎライフルで遊ぼう!」などの催しを行いました。

今後も、本市はさまざまなイベントで、皆さんとともに東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を盛り上げてまいります。

📷 新しいし尿処理施設が完成しました

7月30日(月)、老朽化した施設の更新施設として建設を進めてきた新しいし尿処理施設の竣工式が行われました。当施設は、朝霞市、志木市、和光市、新座市のし尿・浄化槽汚泥を適正に処理し、公共下水道に放流する施設です。朝霞地区一部事務組合し尿処理場では、今後も施設の運営管理に万全を期して、生活環境の保全に努めてまいります。



写真左から島田久仁代新座市議会議長、齊藤秀雄和光市議会議長、野本一幸朝霞市議会議長、河野芳徳志木市議会議長、松本武洋和光市長、吉田廣太郎北関東防衛局長、並木傑新座市長、富岡市長、春川武文志木市長

今年もゆるキャラグランプリに

2018

エントリーしました!



ぼぼたんへ
投票をお願いします♪

8月1日(水)から、ゆるキャラグランプリの投票がスタートしてほぽ。
今年も応援よろしくお願いします♪

投票期間

8月1日(水) 午前10時～11月9日(金) 午後6時

投票方法

投票には、ID登録が必要です(初回のみ)。1つのID(メールアドレス)につき、1日1回投票できます。
投票方法ページ(ID登録方法) <http://www.yurugp.jp/vote/method.php>

ボクの投票ページ
のQRコードだほ



東京2020オリンピック・パラリンピック 埼玉県の都市ボランティア募集!

募集人数 / 5,400人 募集期間 / 8月16日(木)～9月30日(日)

活動内容 / 観戦客が利用する駅周辺等での道案内や県内の魅力PRなど

活動日数 / 大会期間中に3日間以上(一部の役割は5日間以上)

※詳細は、埼玉県オリンピック・パラリンピック課のホームページを
ご覧ください。(右記QRコード)

問 / 埼玉県都市ボランティア募集コールセンター

☎048-833-2700(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後6時)



「社会を明るくする運動」駅前啓発活動を実施しました

7月11日(水)に、朝霞地区保護司会朝霞支部と朝霞地区更生保護女性会朝霞支部の共催で朝霞市内各駅前において第68回「社会を明るくする運動」駅前啓発活動を行いました。この運動は、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、地域の人々が力を合わせ犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

午後5時から朝霞駅前、朝霞台駅前ではリーフレットやうちわなどの啓発物品を配布しました。当日は天候に恵まれ、道行く数多くの方々へお声がけすることができました。



世界チャンピオンの凱旋!!



7月21日(土)にアメリカで毎年開催されているストライダーワールドカップ(Strider Cup World Championship)。今年は世界14か国のストライダーを楽しむキッズたちがアメリカのコロラド州デンバーに集結。

朝霞市在住の渡邊伶音くんは日本代表として2歳の部に出場。他を寄せつけない圧巻の走りで見事優勝をおさめ、世界チャンピオンに輝きました!

8月9日(日)にはご両親と共に市長を表敬訪問し優勝の報告をしました。前人未達の4連覇を目指した今後の活躍に期待が掛かります。
ガンバレ伶音選手!!



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/シティ・プロモーション課
☎463-3059

記載のないものは、費用/無料 対象/どなたでも 申込方法/当日直接会場へ
※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

介護保険改定に伴う勉強会

日時/9月13日(木) 午前10時~正午
会場/弁財市民センター 費用/100円
その他/市役所職員が講師となり説明会を行い、意見交換会も実施します。(定員20人) 主催/あさか介護者サロン「ほっとの会」 問/森田 ☎080-3176-4938

宅建オープンセミナー「ワールドカップの裏側から見たホントの話」

日時/9月6日(木) 午後2時~4時(予定) 会場/ゆめぱれす(市民会館) 申込方法/電話で その他/講師は元男子サッカー日本代表アスレティックトレーナー並木磨去光さん 問・問/(公社)埼玉県宅地建物取引業協会県南支部 ☎468-1717

「遺言相続・成年後見」無料相談会

日時/9月16日(日) 午前10時~午後4時 会場/産業文化センター 対象/遺言・相続・成年後見でお困りの方 申込方法/電話、フェイスブックまたは当日直接会場へ その他/毎月第3日曜日、遺言相続成年後見無料相談会実施 主催/土業による遺言相続無料相談会 問・問/藤田 ☎469-2850

第8回同行援護従事者養成研修一般課程(県指定)

日時/10月23日(火)・25日(木)・30日(火)・11月1日(木) 午前10時~午後4時 会場/中央公民館・コミュニティセンター 費用/17,000円 対象/同行援護従事者として従事することを希望する方 申込方法/10月12日(金)(必着)までに、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」と明記のうえ、はがきまたはメールで 主催・問/NPO法人障害者も地域で共に・コーヒータム 〒351-8799 朝霞郵便局私書箱23号 ☎info@coffeetime.jp 問/坂本 ☎467-7749

第2回てづくり雑貨市カーリーノ

日時/9月20日(木) 午前11時~午後3時 会場/産業文化センター その他/雨天決行 主催/カーリーノ 問/岩本 ☎Kari_no2017_4@yahoo.co.jp

ベビトレwithママ(ベビーマッサージ・ヨガ・バランスボール・リトミック)連続講座

日時/10月毎週水曜日(17日を除く) 午前11時15分~午後0時5分 会場/仲町市民センター 費用/4回連続・6,000円(ヨガボールプレゼント) 対象/3か月~歩く前までのお子さんとママ 申込方法/電話またはメールで その他/動きやすい服装で、飲み物持参。 主催/ベビママ&ファルモル 問・問/小澤 ☎090-8840-0645 ☎kokoro_18@docomo.ne.jp

留学生支援のためのバザーのお知らせ

日時/9月23日(日) 午後1時~3時 会場/志木聖母教会 その他/①バザー品を寄付してください。②バザー前日・当日のボランティアをお願いします。 主催/アジアの留学生と交流する会 問/八代 ☎476-3376

賢く使うマンションの修繕積立金セミナー

日時/9月22日(土) 午後2時~4時 会場/産業文化センター 対象/マンション居住者 申込方法/住所、氏名、マンション名、電話番号、参加予定人数を記入し、はがき、FAXまたは電話で 主催・問/NPO法人匠リニューアル技術支援協会(事務局奈良宛) 〒176-0012 東京都練馬区豊玉北5-15-14 共栄ビル4階 問/奈良 ☎090-6790-1518 FAX 03-5999-5561

司法書士無料法律相談

日時/10月1日(月) 午前10時~正午 会場/産業文化センター 対象/市民 主催/埼玉司法書士会 問/森本 ☎473-5611

員募集

ティアレ タヒチ(カプア)

日時/毎週火または金曜日 午前10時~正午 会場/中央公民館・コミュニティセンター 会費/月2,500円 対象/50歳以上 その他/講師は月2回指導。見学・初心者歓迎! 問/渡会 ☎485-1208

竹峰会(観世流謡曲と仕舞)

日時/毎月第1・3金曜日 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 会費/月4,000円 対象/能楽謡曲と仕舞に興味がある老若男女 その他/名誉師範竹内先生の親切な指導のもと楽しく稽古できます 問/宮本 ☎090-4127-3213

ウクレレサークル星のレイ(ウクレレソロ)

日時/毎月第1・3金曜日 午後2時~4時 会場/東朝霞公民館 入会金/1,000円 会費/月3,000円 問/金子 ☎463-2202

朝霞リトルリーグ

日時/毎週日曜日、第2・4土曜日(祝日も活動あり) 午前9時~午後4時 会場/上野荒川運動公園野球場 入会金/3,000円 会費/月4,000円(小学1年生以下は2,000円) 対象/幼稚園年中~小学6年生 その他/体験無料 問/東山 ☎090-8179-8851

霞風会(観世流謡曲)

日時/毎月第2・4木曜日 午前10時~正午 会場/西朝霞公民館 会費/月3,000円 対象/謡曲に興味のある方。初心者歓迎 その他/竹内先生の親切な指導が受けられます。 問/富永 ☎465-3433

NPO法人NORDICあさか(健康増進のノルディック・ウォークサークル)

日時・会場/①毎月第1・3月曜日 産業文化センター ②第1・2・3水曜日 中央公民館・コミュニティセンター いずれも午前9時30分~11時30分 入会金/1,000円 会費/月1,200円 その他/8~86歳まで、130人以上の会員で楽しく歩いています。 問/河内 ☎090-1257-9986 ☎skawachi@ezweb.ne.jp

着付けサークル 藤の会

日時/月2回火曜日 午前10時15分~正午、月2回土曜日 午後1時30分~3時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター、栄町市民センター 入会金/1,000円 会費/月3,000円 対象/女性 その他/お持ちの着物でレッスンします。見学、体験可 問/近藤 ☎090-1103-0471

約70万人の方が訪れた第35回朝霞市民まつり「彩夏祭」は、訪れた皆さんの輝く笑顔とあふれる元気で、夏の暑さを吹き飛ばし、関八州よさこいフェスタの鳴子踊りや各種イベントを通じて、朝霞市内が熱く盛り上がる3日間となりました。

関八州よさこいフェスタ審査結果



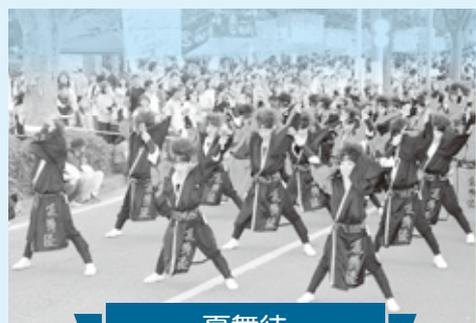
REDA 舞神楽



朝霞高校 若櫛



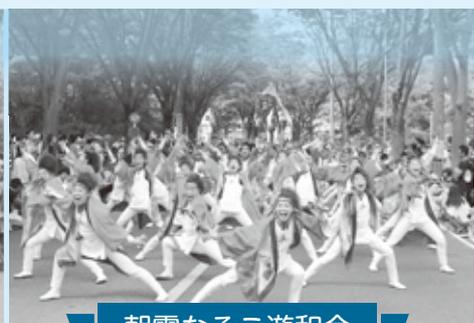
富士見町内会武蔵 (武州武蔵)



夏舞徒



リゾンなるこ会飛鳥



朝霞なるこ遊和会

第35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

ファイナルステージ審査		その他の賞		
鳴子大賞 (埼玉県知事賞)	REDA 舞神楽	審査員特別賞 (高知市長賞)	鴉	20回出場賞 かつみ獅子蓮花、なるこ連「若輝」、泉水保育園鳴子隊
準鳴子大賞 (朝霞市長賞)	朝霞高校 若櫛	審査員特別賞 (高知県知事賞)	かつみ獅子蓮花	
準鳴子大賞 (朝霞市コミュニティ協議会長賞)	富士見町内会武蔵 (武州武蔵)	コミュニティ協議会特別賞 (朝霞市コミュニティ協議会長賞)	御心拍子 縁 踊乱會	こども審査 こども鳴子大賞 (朝霞市教育長賞) 滝の根保育園 チーム織依舞
優秀賞 (埼玉県議会議長賞)	夏舞徒	市民まつり特別賞 (朝霞市議会議長賞)	朝霞真誠塾	コミュニティ協議会こども特別賞 (朝霞市コミュニティ協議会長賞) 向日葵 浜崎鳴子隊
優秀賞 (朝霞市民まつり実行委員長賞)	リゾンなるこ会飛鳥 朝霞なるこ遊和会	市民まつり特別賞 (朝霞市商工会長賞)	七色七味	市民まつりこども特別賞 (朝霞市自治会連合会長賞) ゆりの木保育園 ゆりのきっず 仲町どろんこ鳴子隊
ファイナルステージ賞 (演舞順)	朝霞なるこ遊和会、CHIよREN北天魁、霞童、朝霞鳴子一族め組、富士見町内会武蔵 (武州武蔵)、朝霞・風摩、燦-SUN-、リゾンなるこ会飛鳥、朝霞高校 若櫛、和道、REDA舞神楽、夏舞徒	実行委員会特別賞	弾人	
		地域コミュニティ振興賞	朝霞なるこ 人魚姫、朝霞市立朝霞第五中学校、朝霞どろんこ鳴子隊	



行事

彩夏祭

「朝霞市民まつり」として、市民自らが育んできた30年あまりの歴史があり、本市の誇れるイベントとして成長を続け、近年は市内外から約70万人もの来場者を集めています。

本州で初めて開催された鳴子踊りの祭典である「関八州よさこいフェスタ」や市街地で打ち上げられる花火は、市外から多くの誘客を図ることができる地域資源として、平成30年4月にシティ・セールス朝霞ブランドに再認定されました。



むさしの
フロント
あさか
CITY SALES
ASAKA BRAND

ハートに見える花火に「あさかさん お願いごとしたほまじゅ

あさか野菜 de ベジグルメ

日本酒バル まいかけ 『大根おでん 揚げちゃいました。』

「あさか野菜 de ベジグルメ」[made in Asaka] をキーワードに、市内の生産農家と飲食店事業を結び、野菜ソムリエ（料理研究家）Canacoさんを中心にアイデアを出し合い、各飲食店の持ち味を活かした朝霞産の野菜を使った商品や料理メニューを考案したコラボ企画です。完成した商品を、毎号のコラムで紹介しています。

揚げたてが美味しい『大根おでん 揚げちゃいました。』は、冬限定のメニューながら、毎日必ず注文の入る大人気のメニューだったそう。季節になれば朝霞産の大根でご利用いただけますので、ぜひ一度ご賞味ください。

朝霞駅前口から徒歩2分、オープンして一年半となる「日本酒バル まいかけ」さんは、お酒と料理のペアリング（相性）を気軽に楽しんでもらいたいというコンセプトで、メニューは、どれも日本酒に合うものばかりが並んでいます。今回の朝霞産野菜を使った商品を考案する企画で誕生したのは、『大根おでん 揚げちゃいました。』。朝霞産の大根を使用した冬の定番「おでん」を大胆にもから揚げにした、斬新なメニューです。衣のサクツとした食感に続き、大根に染み込んだおでん出汁がジューツと口の中に広がる逸品。意外なマッチングですが、後を引く美味しさでも、もちろん、お酒のつまみにもピッタリです。



お出汁の香りも楽しめる、サクサクの揚げ物も楽しめる、そしてあさか野菜も味わえる。そんな素敵なコラボレーションの一品です♪



■日本酒バル まいかけ

朝霞市仲町2-2-11セイコーガーデン2F
☎499-2141
<http://www.maikake.me/>



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>



広報あさか No.736
発行日/平成30年9月1日（毎月1回1日発行） 発行人/朝霞市長 編集/朝霞市シティ・プロモーション課
朝霞市役所/〒351-8501 埼玉県朝霞市本町1-1-1 TEL 463-1111(代) FAX 467-0770(代)

広報あさか音声CD（デジジー形式）を図書館本館と北朝霞分館で貸し出しています。

広報あさかは市で委託した業者が各家庭のポストへ直接配布しています。発行日（毎月1日）までに広報あさかが届いていない場合はシティ・プロモーション課へご連絡ください。



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