

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.740

特集

暮らしつづけたいまち
を目指して

ほか

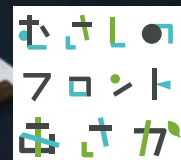
平成31年

1

2019年

謹賀新年

元旦



書き初めするぽぽたん



朝霞市長
富岡 勝則

新しい時代に向かって



明けましておめでとうございます。
皆様におかれましては、希望に輝く新春を健やかにお迎
えのことと、心からお喜び申し上げます。

昨年は、全日本吹奏楽コンクールで、朝霞第一中学校が
見事三年ぶりに金賞に輝くなど大変嬉しい出来事があつた
ほか、市の事業といたしましては、災害時に避難所となる
小中学校の体育館にエアコンを設置する工事を開始し、第
一、第二、第七小学校の整備を行いました。また、市民会
館と保健センターの耐震化工事を実施し、市民会館につ
きましては、内装や照明、ホールの座席、音響の更新など
を行うとともに、保健センターにつきましては、窓口カウ
ンターの改修、エレベーターの設置などを行いました。さら
に近年増加している局地的な豪雨に対応するため、市内で
三か所目となる雨量計をクリーンセンターに設置したほか、
三原地内及び朝志ヶ丘地内の雨水対策を行いました。これ
もひとえに市議会をはじめ、多くの皆様のご理解とご協力
の賜物であると、心から感謝を申し上げます。

さて、本年四月三十日をもって、「平成」という時代
の幕が下りることになっております。実に三十年余り、我
が国の元号では四番目の長さとなりました。この「平成」
という時代を振り返ってみますと、バブル経済の崩壊や
リーマン・ショックに端を発した世界的な金融危機をはじ

め、消費税の導入や郵政民営化など、実に様々な出来事が
ございました。しかしながら、やはり私の心に強く刻みこ
まれておりますのは、平成二十三年に発生した東日本大震
災です。物流の遅延や計画停電などにより、市民生活に大
きな影響を及ぼしました。この震災以降、本市では地域防
災計画の全面的な見直しをはじめ、公共施設の耐震化、岐
阜県瑞浪市など四つの市と災害時相互応援協定を結ぶなど
してまいりましたが、今後も引き続き安全・安心なまちを
目指して各種施策に積極的に取り組んでまいります。

ここで本年予定している主な事業を申し上げますと、小
中学校の体育館にエアコンを設置する工事を進めるほか、
本町に新しい児童館を開館します。また、待機児童解消の
ため、認可保育園二園と小規模保育施設五施設を開園する
とともに、二か所の放課後児童クラブを開所します。そして、
いよいよ来年開催されます東京2020オリンピック・パ
ラリンピック競技大会に向けて、会場へのアクセスルート
となる観音通線やシンボルロードの整備を進めるとともに、
カウントダウンイベントなどの様々な催しで本番に向けた
機運を高めてまいります。

結びに、本年が皆様にとりまして実り多い年となり、新
しい時代が素晴らしいものとなりますよう祈念申し上げます。
そして、新年のあいさつとさせていただきます。



朝霞市議会議長
野本 一幸

年頭にあたり

明けましておめでとうございます。

平成31年の年頭にあたり、朝霞市議会を代表いたしましたし、謹んで新春のお喜びを申し上げます。

市民の皆様には、平素から市議会に対して温かいご支援とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、平昌オリンピック・パラリンピックにおける日本人選手のメダルラッシュ、サッカー・ワールドカップでの日本チームが南米チームを破る歴史的な勝利、大坂なおみ選手おさか なおみの女子テニス・グランドスラム制覇やノーベル生理学・医学賞の本庶佑博士ほんじょ たくやの受賞など、日本人が世界で活躍していることは、私たちに多くの感動や勇気を与えてくれて、大変喜ばしいことでございました。

しかし、こうした明るい話題の一方で、6月の大阪府北部地震、平成30年7月豪雨や9月の北海道胆振東部地震などの大災害がありました。これらの自然災害により多くの方が被災され、復興には時を要する状況であり、お悔やみとお見舞いを申し上げますとともに、被災地の一日も早い

復興を願うものでございます。

さて、日本の景気は緩やかに回復していますが、中小企業・小規模事業者の方々は、経営者の高齢化、後継者問題、労働力不足など経済の好循環を実感できない厳しい状況が続いています。このような中、地方行政に目を向けますと、行政ニーズが多様化し、本市におきましても引き続き厳しい財政状況ではありますが、第5次朝霞市総合計画の「私たちが暮らしつづけたいまち」を実現するために各施策の着実な推進に努めているところです。

私たち市議会としましては、本市の輝かしい未来に向けて、市民の代表としてみずからの責務と役割の重大さを認識し、市民目線に徹しながら今後とも諸課題に取り組んでまいります。これからもご支援、ご協力を賜りますよう、心からお願ひ申し上げます。

本年が、市民の皆様にとりまして、幸多い年でありますことを心からお祈り申し上げます、新年のごあいさつといたします。



特集

新年のあいさつ.....	P.2
シリーズ“暮らしつづけたいまち”を目指して	P.4
審議会等の公募委員候補者・市政モニターご登録のお願い.....	P.5
環境美化ポスター入選作品.....	P.6
交通安全作文・ポスター・標語入選作品.....	P.7
確定申告相談等の案内.....	P.8
児童館ランドセル来館事業説明会のお知らせ.....	P.9
民生委員児童委員をご存知ですか？.....	P.10

表紙の写真 書き初めにチャレンジするぽぽたん

情報BOX	P.12
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.31
みんなすこやか	P.32
PHOTO NEWS	P.33
市民伝言板	P.35



シリーズ“暮らしつづけたいまち”を目指して

問／政策企画課
☎463-3089



子育てがしやすいまち

第5次朝霞市総合計画の将来像「私が 暮らしつづけたいまち朝霞」。“暮らしつづけたい”と思えるまちとなるよう定めた4つの基本概念（コンセプト）から市の取り組みを紹介します。

子育てがしやすいまちとは、「このまちで子どもを育て、その喜びを実感できる」まちです。そのためには、安心して楽しく子どもを育てるためのさまざまな支援が充実していることが必要です。

～市民の声～（市民満足度アンケートより）

初めての出産であり、とても不安に感じる事もありましたが、地域の支援センターでいろいろな話を聞けたり、ベビーマッサージをしたり、とても楽しかったです。



～市の取り組み～子育て支援センター

市では、子育てへの不安解消や育児支援のため、市内の9か所に子育て支援センターを設置しています。各センターでは、定期的にリトミックや読み聞かせなどのイベントも行っていて、毎日多くの方に利用していただいています。イベントなどを通じて、保護者とお子さんが一緒に遊んだり、職員に子育てに関する相談をしたりすることができます。また、同世代の子を持つ保護者同士で情報交換をするなど、交流の場にもなっています。今後も、子育てがしやすいまちを目指し、支援体制とサービスの充実を図っていくとともに、多くの子育て家庭の方々に利用していただけるよう、情報発信を行っていきます。

問／保育課
☎463-2939



インタビュー

①生後10か月のお子さんと来所されたお母さんにお話を伺いました。



Q. 支援センターを知ったきっかけは何ですか？

A. 検診の時に市の職員の方に教えていただき、子どもが生後5か月のころから利用しています。

Q. どれくらいの頻度で利用されていますか？

A. 来られる時は、ほぼ毎日利用しています。職員の皆さんが優しく、自宅よりも広い場所で遊ばせることができるので、とても助かっています。

Q. 利用してみてどうですか？

A. センターでは同年代の子を持つ親同士で気軽におしゃべりできるので気分転換になり、ありがたいです。

②きたはら子育て支援センターの職員にお話を伺いました。



Q. 1日に何人くらいが利用されていますか？

A. 毎日30～50組くらいの方たちがいらっしゃいます。

Q. 何歳のお子さんが利用できる施設ですか？

A. 0～6歳の小学校入学前のお子さんが利用できます。

Q. どのような相談を受けることが多いですか？

A. お子さんの月齢に応じて、離乳食、夜泣き、トイレトレーニングなどに関する相談を受けることが多いです。

Q. 保護者の方たちへのメッセージをお願いします。

A. 支援センターでは小さいお子さんを持つご家庭の皆さんが安心して子育てができるよう応援しています。お子さんと一緒に気軽にお立ち寄りください。

審議会等の公募委員候補者・市政モニター ご登録のお願い

市では、市民の皆さんのご意見を市政に反映させるため、「審議会等の公募委員候補者」および「市政モニター」への登録制度を設けています。無作為抽出された市民の皆さんを対象に、登録案内を2月上旬までに送付させていただきますので、ぜひご登録ください。

【審議会等の公募委員候補者】

問／政策企画課 ☎463-3089

市の審議会等にご出席いただく公募委員の候補者をあらかじめ名簿に登録するものです。
委員の改選時に名簿から候補者を選び、委員への就任を依頼します。
就任依頼の無いまま2年の名簿登録期間を終える場合もあります。

- 登録期間は平成31年4月1日～平成33年3月31日の2年間です。
- 審議会の一例…男女平等推進審議会／子ども・子育て会議／行政改革懇談会など
- 審議会によって開催回数、時間帯、報酬等は異なります。
就任を依頼する際には、各審議会等の担当課からご案内します。



【市政モニター】

問／市政情報課 ☎463-3163

年に数回、市からのアンケートに回答していただくものです。

- 登録期間は平成31年4月1日～平成33年3月31日の2年間です。
- アンケートは年に3・4回程度です（郵送、Eメールどちらかを選択できます）。
- アンケートの内容は、福祉や環境に関すること、市政全般についての満足度や重要度などです。また、広報あさかの内容について伺うものです（過去のアンケート内容および集計結果は、市ホームページをご覧ください）。
- アンケートへの回答に対する報酬等はありません。



■募集および就任の流れ■

案内送付

市内に住所を有する満18歳以上の方から、地域、年齢等のバランスを考慮し、1,000人を無作為に抽出し、ご案内をお送りします（市議、市職員は除く）。

登録していただけない場合
返送は不要です。

登録していただける場合

同封の「同意書」に必要事項を記入のうえ、返送をお願いします。
※審議会等の公募委員候補者と市政モニターは、両方または一方の登録ができます。



【審議会等の公募委員】

名簿に登録（登録期間は2年間）

【市政モニター】

名簿に登録（登録期間は2年間）

就任依頼案内

市の担当部署から委員就任のお願いを通知します。

アンケートの実施

郵送またはメールで年に3・4回、アンケートへの回答を依頼します。

承諾の場合

審議会等の公募委員として会議に参加していただきます。

不承諾の場合

就任を見送ります。

アンケートの集計

担当課で回答を集計し、その結果を公表およびモニターの皆さんにお知らせします。

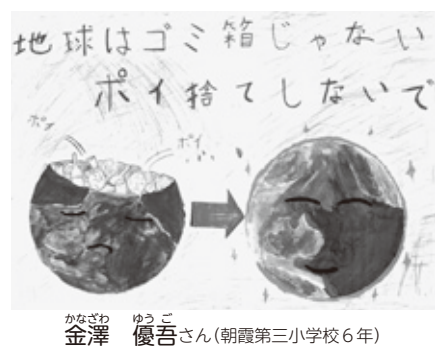
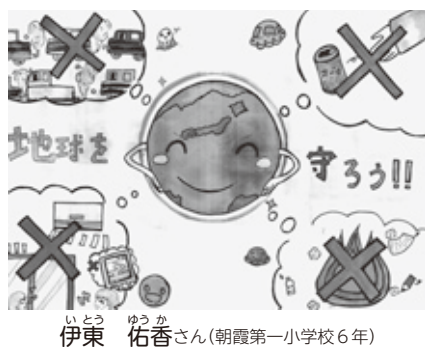
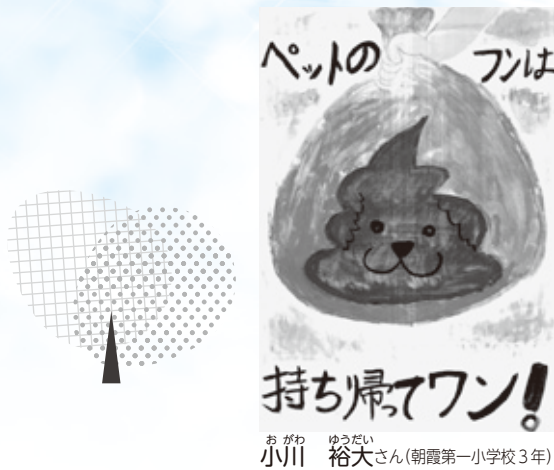
環境美化ポスター 入選作品



市では環境美化啓発の一環として、市内の小学校3年生と6年生を対象に、環境美化ポスターを募集しました。

応募作品150点のうち、次の12点が入選し、平成30年11月19日(月)に表彰式が行われました。

問／環境推進課 ☎463-1504



交通安全作文・ポスター・標語 入選作品

平成30年11月16日(金)、市役所で朝霞市交通安全対策協議会(会長・富岡市長)主催による交通安全作品表彰式が行われました。

市内の小学生から寄せられた応募作品536点の中から、作文6点、ポスター6点、標語6点が選ばれ、主催者から受賞した子どもたちに賞状と記念品が手渡されました。

問/まちづくり推進課 ☎463-1514



作文の部

- 交通安全対策協議会長賞
- 朝霞警察署長賞
- 交通安全協会朝霞支部長賞
- 安全運転管理者協会朝霞支部長賞
- 朝霞市交通安全母の会長賞
- 特別賞

わたしのあぶない登校はん
私の交通ルール
班長になって気づいた交通安全
交通安全について
みんなにめいわくながらスマホ
私と交通安全

朝霞第三小学校3年 **蓮 世梨奈さん**
朝霞第七小学校5年 **水口 瑛梨さん**
朝霞第八小学校6年 **石毛 大真さん**
朝霞第八小学校6年 **櫻井 関太さん**
朝霞第二小学校3年 **金子 未咲希さん**
朝霞第七小学校4年 **松戸 芽生さん**

ポスターの部

- 交通安全対策協議会長賞



たかまつ 芽生さん(朝霞第一小学校3年)



わたなべ 悠希さん(朝霞第四小学校4年)

- 朝霞警察署長賞



おぐら 葵さん(朝霞第二小学校5年)

- 交通安全協会朝霞支部長賞

- 安全運転管理者協会朝霞支部長賞



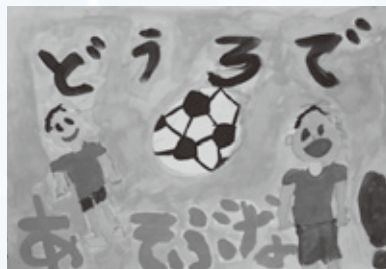
なかむら ささ 咲々さん(朝霞第十小学校4年)



やまなか あおい 葵さん(朝霞第十小学校6年)

- 朝霞市交通安全母の会長賞

- 特別賞



まつい ゆうま 優真さん(朝霞第九小学校1年)

標語の部

- 交通安全対策協議会長賞
あんぜんで じこない町は ぼくのゆめ
朝霞第八小学校2年 **金坂 修弥さん**
- 朝霞警察署長賞
「あっ」という その瞬間が もうおそい
朝霞第三小学校5年 **いまじま 草太さん**
- 交通安全協会朝霞支部長賞
信号の 青のまばたき わたらない
朝霞第一小学校4年 **さとう 拓真さん**

- 安全運転管理者協会朝霞支部長賞
かえりみち おしゃべりがまん たてーれつ
朝霞第十小学校2年 **梶本 夏矢さん**
- 朝霞市交通安全母の会長賞
目は前方 耳はふさがず 前すすめ
朝霞第六小学校6年 **はしもと 遥香さん**
- 特別賞
思いやり 心にゆとり 事故防止
朝霞第六小学校6年 **すずき 友菜さん**



確定申告相談等のご案内

☎朝霞税務署 467-2211 (代表) ※自動音声でご案内します。

郵送での提出先 〒351-8601 朝霞市本町1-1-46 朝霞税務署 個人課税部門宛て

平成30年分の所得税・個人消費税・贈与税の申告・相談会場の開設期間は、

「2月18日(月)～3月15日(金)」です。

受付開始時間	午前8時30分～
相談できる時間	午前9時～ 午後4時
会場	朝霞税務署 1階

土・日曜日は除く

ただし、2月24日(日)と3月3日(日)は開庁します。

ご注意ください

- 相談内容が複雑な場合は、午後3時までにお越しください。
相談が午後5時を過ぎる場合は、後日再度お越しいただく場合があります。
- 申告・相談会場は大変混雑するため、長時間お待ちいただく場合や受け付けを早めに締め切る場合があります。
- 確定申告時期の税務署駐車場は大変混雑します。来庁される際は、公共交通機関をご利用ください。
- 医療費控除を申告される方は、事前に「医療費控除の明細書」を作成してお持ちいただくと申告をスムーズに行うことができます。

国税の納税は便利・安全・確実な口座振替を！

- ・納税をすっかり忘れることなく、振替日にご指定の預貯金口座から自動的に引き落とされます。
- ・金融機関や税務署の窓口まで現金を持ち歩く必要がなく安全です。
- ・一度手続きをすれば、継続して利用できます。

【手続き方法】

「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」(金融機関への届出印の押印が必要)を朝霞税務署または金融機関へ提出してください。

※書類は税務署で配布しているほか、国税庁ホームページからもダウンロードできます。

税務署に来なくてもスマートフォンで、パソコンで、便利に申告書を作成できます！

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用いただくと自宅等で確定申告書が作成できます。

また、ID・パスワードを取得することで、マイナンバーカードやICカードリーダーをお持ちでなくても申告書が作成できるようになりました。ID・パスワードは1月中も引き続き税務署で取得できます。詳しくは広報あさか12月号「税務署からのお知らせ」をご覧ください。

中学生の「税についての作文」受賞者・「朝霞税務署長表彰」受賞校

賞の名称	題名	学校名	学年	氏名
埼玉県納税貯蓄組合総連合会優秀賞	税のつかい方	朝霞第二中学校	3	みなみ まお 南 真央 さん
朝霞税務署長賞	公共の割り勘	朝霞第五中学校	2	ながしま ほのか 長島 穂華 さん
朝霞市長賞	セカイを支える税	朝霞第五中学校	2	みやもと まこ 宮本 まこ さん
朝霞税務署管内租税教育推進協議会長賞	知ろう、税の行方	朝霞第三中学校	2	こだま みおり 児玉美音里 さん
朝霞市教育委員会教育長賞	私たちが陰で支えてくれているもの	朝霞第四中学校	3	そえの さや 添野 紗椰 さん
朝霞税務署管内納税貯蓄組合連合会長賞	国を支える税	朝霞第四中学校	3	ふた え ざくしいら 二重作詩楽 さん
賞の名称	学校名			
租税教育推進校 朝霞税務署長表彰	朝霞第九小学校			



還付申告無料相談会開催

問／税理士会朝霞支部事務局 ☎465-0025 FAX468-1043

※税理士会朝霞支部では毎週水曜日に無料税務相談を実施しています。詳しくは事務局へご連絡ください。

税理士会朝霞支部では還付申告相談と申告書の作成指導を無料で行います。

対象	平成30年分の給与および年金収入が800万円以下で次に該当する方 ●給与所得者で、医療費控除を受ける方 ●年の途中で退職された方（退職所得のある方は除く）で年末調整がお済みでない方 ●公的年金を受給されている方 ※給与または年金以外の所得がある方は、受け付けできません。	
会場	にいざほっとぷらざ（新座市東北2-36-11） （東武東上線志木駅南口：新座市生涯学習センター4階）	税理士会朝霞支部区域内の 各税理士事務所
日時	2月4日(月)～8日(金) 午前10時～11時30分、午後1時30分～3時30分 ※駐車場がありませんので、車での来場はご遠慮ください。 初日および2日目は大変混雑します。混雑時は対応できない場合もあります。できるかぎり午後の時間帯をご利用ください。 にいざほっとぷらざの開館は午前10時からです。午前10時前の受付等はできませんのでご了承ください。	2月1日(金)～15日(金) 上記対象のうち、平成30年分の給与および年金収入が600万円以下の方が対象です。 ※ご希望の方は、事前に事務局へ電話連絡のうえ、ご利用ください。
必要な書類等	※下記のうち該当するものを必ずご持参ください。 ●給与所得者…平成30年分の「給与所得の源泉徴収票」の原本 ●年金所得者…平成30年分の「公的年金等の源泉徴収票」の原本 ●医療費控除を受ける方…平成30年分の医療費控除の明細書、支払った医療費の領収証の原本 ※あらかじめ集計計算をしておいてください。 ●生命保険料控除を受ける方…平成30年分の控除証明書の原本 ●地震保険料控除（旧長期損害保険料を含む）を受ける方…平成30年分の控除証明書の原本 ●社会保険料控除を受ける方…平成30年中に支払った保険料の金額がわかるもの （国民年金保険料の場合は平成30年分の控除証明書の原本） ●印鑑 ●預貯金の口座番号等（申告者名義）がわかるもの ●昨年申告した確定申告書の控え	

児童館ランドセル来館事業説明会のお知らせ

問／各児童館

～平成31年4月の放課後児童クラブを入所保留となった方へ～

【児童館ランドセル来館事業とは】

放課後児童クラブを入所保留となった小学4～6年生を対象に、下校後自宅に帰宅せず、ランドセルを背負ったまま直接児童館に来館できる制度です。利用には**事前に登録が必要**となります。下記のとおり説明会を実施しますので、希望する児童館の2回の説明会のうちどちらかに、申し込みのうえご参加ください。

※説明会には、お子さんと一緒にご参加ください。説明会后、保護者およびお子さんと職員の面接があります（利用日・利用時間、利用方法、来館経路・帰宅経路などを確認します）。

※登録できる児童館は、自宅または学校からの最寄りの児童館**1館のみ**です。

児童館名	日時	電話 (048)
きたはら児童館	3月23日(土)・24日(日) 午前10時～正午	471-7140
はまさき児童館	3月23日(土)・24日(日) 午前10時～正午	486-2477
みぞぬま児童館	3月23日(土)・30日(土) 午前10時～正午	450-0858
ねぎしだい児童館	3月23日(土)・24日(日) 午前10時～正午	450-1815
ひざおり児童館	3月24日(日)・30日(土) 午前10時～正午	458-6969



上記日程でご都合が悪い場合は、利用登録する各児童館へご相談ください。

- 対象／放課後児童クラブの入所申請をし、保留となった小学4～6年生の児童
- 利用開始日／4月8日(月)から
- 持ち物／放課後児童クラブ入所保留通知書、ランドセル来館事業登録カード（あらかじめご記入ください）

民生委員児童委員をご存知ですか？

☎／民生委員児童委員事務局（福祉相談課内） ☎463-1594



▲視察研修（東京臨海広域防災公園そなエリア東京）



▲合同研修会



▲地区定例会（南部地区）

地域の身近な相談相手

近年、地域のつながりが薄れる中、高齢者や障害のある人、子育てや介護をしている人などが、周囲に相談できず、孤立してしまうことが増えています。

民生委員児童委員は、市民の皆さんが地域で安心して暮らせるように、社会全般に関するさまざまな相談相手として、地域の人たちを見守っています。

なお、相談等で知った個人情報には、守秘義務が課せられていますので、安心してご相談ください。

民生委員児童委員について知ろう！ その①

●民生委員児童委員って？

民生委員児童委員は、地域福祉の向上のために厚生労働大臣から委嘱され、地域のさまざまな援助を必要とする人々に対して、相談・助言を行うほか、市や関係機関につなぐパイプ役として活動しています。民生委員児童委員は給与の支給はなく、ボランティアとして活動しています。

●主任児童委員って？

主任児童委員は、育児や子育て仲間づくり、いじめや不登校、児童虐待のことなど、児童および妊産婦福祉を専門的に担当する民生委員児童委員です。担当区域を持たず、区域担当の民生委員と連携しながら活動しています。

民生委員児童委員について知ろう！ その②

今年は民生委員児童委員一斉改選の年です。

●どんな人がなれるの？

住民が安心して相談できるように、相談内容や個人秘密を守り、社会福祉に関心があり、広く地域の実情を知っている方、地域住民の生活相談に応じられる方が適任です。

【年齢要件】

●民生委員児童委員は、30歳以上75歳未満（主任児童委員は55歳未満）の方。

●任期はどれくらいですか？

民生委員児童委員の任期は3年で、今年の12月1日に一斉改選が行われます。

●朝霞市には何人いるの？

東・西・南・北・東北・南西部の6つの地区に分かれ、計153人の民生委員児童委員が活動しています（そのうち12人は主任児童委員です）。お住まいの地域の民生委員児童委員が分からないときはお問い合わせください。

こんなときにはご相談を！

高齢者に関する悩み…介護、一人暮らしの不安など
子どもに関する悩み…子育ての不安、虐待、非行など
生活全般の悩み…日常生活、福祉サービスの情報など



▲平成28年度感謝状贈呈・委嘱状伝達式

民生委員児童委員さんに聞きました

4人の民生委員児童委員さんに活動についてお伺いしました。

- 質問①** 普段はどんな活動をされていますか？
質問② 良かったことやうれしいことはありますか？
質問③ 今までのご感想をお聞かせください。



▲訪問の様子



季節に応じた声かけを！

すだ きくえ
須田 菊枝さん

●東部地区会長
在籍期間 昭和61年12月～現在

答①
一人暮らしの高齢者宅の訪問を中心にしています。今の時期であれば、「ストーブに気をつけてね」と季節に応じた声かけをしています。朝は、登校する子どもたちに「いってらっしゃい」と声かけをしています。また、月1回の地区定例会では情報交換を積極的に行っています。

答②
普段見守りをしている子どもたちの声かけの際に元氣良く「行って来ます」と返してもらえるとうれしいです。また、再度訪問したときなどに自分のことを覚えてくれていたとき、訪問して良かったなと感じます。地域の皆さんから元氣をもらいながら、活動しています。

答③
民生委員児童委員は正直難しいイメージでした。でも、人との関わりで自分自身も成長できるし、たくさん友達もできます。さらに、子どもたちの笑顔から元氣をもらう場面もあります。難しく考えずやれることをやることでここまでやってることができたと思います。



まずは元氣に過ごすこと！

とさ たかこ
土佐 隆子さん

●南部地区会長
在籍期間 平成4年12月～現在

答①
気になる所への訪問が中心です。連絡があってから訪問する場合もあります。他には月1回の地区定例会と月2回のサロン活動を行っています。

答②
やはり、人の役に立てたときです。具体的には行政につなぐことができたとかサロンに来てくれるようになったなど、小さなことでも役に立てたときは、活動していて良かったなと思います。民生委員の仕事はあいまいな部分が多いけれど、民生委員だったからこそさまざまな分野の人と交流ができたことが自分の財産になっています。

答③
今日まであつという間な感じでした。いろいろ民生委員として必要なことがあると思うけれど、何より元氣でいることが大事だと思います。支援の仕方などは状況で違ってくるので、まずは自分が元氣に過ごすことが大事だと思っています。



楽しみがたくさん！

なかむら え
中村 きみ江さん

●東北部地区副会長
在籍期間 平成7年12月～現在

答①
主に一人暮らしの方を訪問しています。その際、相手の様子や季節に応じた声かけをするようにしています。また、母子家庭のお宅には区域外でも、相手のことを考えて、女性の民生委員が訪問することもあります。月1回の地区定例会も楽しみに日々過ごしています。

答②
再度訪問することで高齢者の対応が変わってくることがうれしいです。最初は警戒心があり、ドアを半分も開けてくれなかった人が何回も訪問しているとドアも心も開いてくれます。また、買い物などで会ったときなど、自分のことを覚えてくれていたときがうれしいです。

答③
民生委員を始めたころはできるか不安だったけれど、いろんなことを勉強でき、いろんな人との出会いがあり、楽しいこともたくさんありました。民生委員同士のコミュニケーションも大切にして、難しく考えずにやってきました。



隣近所がすごく大事！

しおみ よしろう
塩味 好郎さん

●南西部地区副会長
在籍期間 平成4年12月～現在

答①
主に一人暮らしの高齢者宅を訪問し、声かけをしています。曜日を決めて定期的に訪問していますが、どうしても会えない場合は曜日を变えて訪問するなど工夫しています。また、月1回の地区定例会の参加のほか保護司の活動などもしています。

答②
民生委員をすることで地域とのつながりを持てるきっかけになりました。また、何度も訪問することで、訪問先の方から気軽に話してもらえのがうれしいです。定期的な研修会もあるので、さまざまな福祉分野のことを学び、私生活にも役立てることができています。

答③
自分が担当している地域では、今まで大きな問題がなかったため、長年務めることができたと思います。加えて、民生委員だけでなく、隣近所の方々が支えあっているのが続けたこられた大きな要因だと思います。

募集

一般職非常勤職員(給食調理員)

対象・人数／20歳以上・若干名
雇用期間／2月1日(金)～3月31日(日)(小・中学校給食実
施日および研修日等に勤務)

勤務時間／午後1時30分～4
時または4時30分

勤務内容／食器洗浄作業

勤務場所／溝沼学校給食セン
ター他

報酬／時給1070円(交通
費支給)

応募方法／1月11日(金)までに
履歴書(JIS規格のもの)
を持参

選考方法／面接
甲・園／学校給食課(溝沼学
校給食センター) ☎45

110370

特別養護老人ホーム 朝光苑正規職員

職種／①介護職員 ②看護師
採用人数／①3人(未経験・
無資格可) ②2人(看護
師資格者)

条件／59歳まで

給料等／法人給与規程による

選考方法／面接

※随時受け付けています。詳
細はホームページ

(http://
www.a-fukusika.org)また

はお問い合わせください。

甲／朝光苑 ☎465132

55

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／1月15日(火)、2月14日

(休)、3月14日(休)いずれも午
前9時～

定員／24人(予約制)

※事前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。

会場・園／(公社)朝霞地区

シルバー人材センター ☎

46510339

朝霞市小学校理科支援員

資格／理科に関する知識や技
能を有し、学校教育に理解

がある方

任用期間／5月1日(水)～平成
32年3月7日(土)

勤務概要／年間20回、1回3
時間、時給1030円

応募期間／1月9日(水)～30日(水)

詳細は、問い合わせ先また
は市ホームページ「職員採用

等でご確認ください。

※報酬は平成30年度実績です。

甲／教育指導課 ☎4631

2884

体験農園利用者

農園主の指導を受けながら、
年間およそ30種類の作付けか

ら収穫まで体験でき、初心者
の方でも楽しみながら野菜作

りを学べます。プロの指導で
野菜作りを体験しませんか。

※体験農園は区画の貸し出し
ではありません。栽培する作

物の選定や時期などは農園主
の指導の下に行います。

募集農園／さかうえ農園(朝
霞第六小学校正門前)

募集区画／若干(1区画約30
平方メートル)

※募集数を越えた場合は抽せん
対象／徒歩または自転車を通
える方(市内在住の方優先)

利用期間／3月上旬～平成32
年1月末(更新可)

利用料／4万円(指導料等)

※種、苗、肥料、農具は農園
主が用意します。

申込方法／1月31日(水)(消印
有効)までに往復はがきに

住所、氏名、年齢、電話番
号、FAX番号、農業体験

の有無を記入し、〒351-0023
朝霞市溝沼6-1-11 さ

かうえ農園渡辺聡宛てへ郵送。
※返信面には何も記入しない
てください。

甲・園／さかうえ農園(渡辺)
☎46210094

高齢者住宅入居者

所在地／根岸台1-5-26
「つつじ荘」2階

応募方法／1月4日(金)から長
寿はつらつ課で配布する申

請書と必要書類を1月31日
(木)までに窓口へ(郵送不可)

※入居資格等はお問い合わせ
ください。

甲・園／長寿はつらつ課 ☎

46311921

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

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 4台完備

朝霞市役所
目の前!

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。

朝霞市教育委員会表彰

今年度開催された大会で次の成績を収めた小・中学生を募集し、表彰します。

対象/都道府県大会入賞、関東大会・全国大会(東日本大会を含む)または国際大会出場

※学校を通して出場した大会に限りません。

書類提出期限/2月6日(水)

※詳しくはお問い合わせください。なお、市内小・中学校に通う児童・生徒は学校から推薦されます。

☎/教育総務課 46312760



ご案内

埼玉県都市競艇組合からのお知らせ

競艇開催日/1月19日(土)～22日(火)
25日(金)～28日(月)
31日(休)～2月4日(月)

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。

☎/埼玉県都市競艇組合 823-8711
http://www.boatrace-toda.jp/

情報BOX

募集

情報BOX

ご案内

あさか市民活動ニュースレター

vol.64

☎/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

楽しい時間を会員の皆さんと一緒に作っています！～すまいるサロン～

今回は、朝霞市内の高齢者の方を対象に、仲間づくりや生きがいづくりの活動をしている、「すまいるサロン」の代表・亀田さんと会員の方にインタビューした内容をご紹介します。

Q.活動内容について教えてください。

A.毎週金曜日午前10時から午後3時頃まで栄町高齢者地域交流室で活動しています。主な活動内容として、折り紙での傘作りや布を使つての小物作り等を行っております。作品の題材は、季節やその年の干支をモチーフにしたり、本を参考に会員の方たちと一緒に作りたい物を選んでいたりしています。完成した作品は毎年11月に開催する、朝霞でいきいきネットワーク(介護予防)主催の「朝霞いきいきふれあいひろば」での展示会や、3月に開催するすまいるサロン主催の作品展でお披露目しています。また、月に1度うめぼし体操で体を動かすことや、脳トレで頭の体操をしています。その他、不定期ですが、AEDの使用法や認知症予防の勉強会等も行っています。

Q.会員の皆さんが活動に参加したきっかけを教えてください。

A.会員募集を兼ねて行った「傘づくり講習会」のチラシを見て入会した方、栄町高齢者地域交流室があるマンションにお住まいで活動している様子をみて入会した方、3月に行う作品展を見て自分も作ってみたいと思い入会した方、会員の紹介で入会した方など、参加したきっかけはさまざまです。

Q.会の活動を通して感じていることを教えてください。

A.私自身、会を運営することが初めての経験で、活動のイメージが持てないままゼロからのスタートで、最初は不安もありました。しかし、会員の皆さんがとても協力的で、仲良く活動できるようにサポートしてくださるので、ト

ラブルもなく活動ができており、会員の皆さんにはとても感謝しています。また、会員の方から「サロンに来るのが楽しみです。」とおっしゃっていただけることが、一番のやりがいにもなっており、頑張ってきて良かったと思います。これからも変わらず皆さんと仲良く活動していきたいと思っています。

～すまいるサロンからのお知らせ～

①朝霞でいきいきネットワーク(介護予防)主催の「もの作り体験」に参加予定です。

日時/3月3日(日) 午前10時～午後3時

会場/産業文化センター

②すまいるサロン主催の「第5回作品展」を開催します。3月15日(金)に「栄町高齢者地域交流室」で開催する予定です。ぜひ、皆さん足をお運びください。お待ちしております。

☎/すまいるサロン代表:亀田 ☎090-1768-5149

※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にてお申し込みください。



小物作りの様子

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

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)

1/6(日) 19(土)

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)

講座参加の方には…
「業者に見積を取る前の外壁塗装の教科書」を差し上げます

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 フロアタイムズ 朝霞店
(株)ライフプラス 朝霞市満洲1272-7

都市計画変更の原案の縦覧
および説明会のお知らせ

根岸台三丁目地内の大規模工場跡地における土地利用が具体的になったことから、地区計画の変更の原案を作成しました。この原案の縦覧および説明会を実施します。

縦覧

縦覧期間／1月中旬に縦覧開始
予定（15日間。土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分）

縦覧場所／まちづくり推進課
または市ホームページ

意見を提出できる方／地区計画区域内の土地所有者または利害関係人

意見書の提出／縦覧場所にある意見書に必要事項を記入のうえ、まちづくり推進課へ持参または郵送

※匿名・電話での意見は受け付けできません。詳しくはお問い合わせください。

説明会

日時／1月17日（木）午後6時～
会場／根岸台市民センター
※事前申込不要、どなたでも参加できます。

図／まちづくり推進課 ☎463-2518

生け垣設置補助制度の拡充

新たに「緑化したフェンスの設置」および「多年生のつる性植物で既存フェンスの緑化」を補助対象に加えしました。詳細は市ホームページをご覧ください。

対象事業／新しい生け垣や緑化フェンスを設置する植栽工事、新たに設置するため高さ50センチ以上のブロッケンを取り壊す工事、既存フェンスへの多年生のつる性植物の植栽費用

図／みどり公園課 ☎463-10374

対象者／本市に住民登録があり、市税を完納している方

補助金額／設置費用および撤去費用に対し1坪あたり1万円まで（それぞれ10万円限度）。既存フェンスへの多年生のつる性植物の植栽費用は、1坪あたり2千円まで（2万円限度）

図／みどり公園課 ☎463-10374

産業文化センターの臨時休館

施設内設備修繕のため、産業文化センターを臨時休館し

ます。施設内の図書館北朝霞分館およびトモソダチャf e C O Z Y もお休みとなります。ご利用の皆さんには大変ご迷惑をおかけしますがご了承ください。

休館日／1月10日（木）
図／産業振興課 ☎463-1903

これってDV？

配偶者等から身体的・精神的暴力等を受けていると感じたら、一度ご相談ください。

図／それいゆぶらざ（女性センター）☎463-0356

朝霞市は男女平等社会の実現を目指しています

「イクメン」みんなで応援する社会へ

「イクメン」という言葉は、ここ数年で浸透し、赤ちゃんを抱っこして、パパだけの買い物姿も珍しくないこのごろです。「イクメン」とは、単純に「子育て中の男性」というよりは、子育てを楽しみ、自らも成長をする男性を指します。

そして、孫の世話や遊び相手をするだけでなく、人生経験やキャリアを活かした「イクジイ」や、イクメンが育児等をきっかけに地域に関わる「イクメン」も増えています。このように、近年、育児の関わりや地域とのつながりに積極的な男性が増え、その意識は変わりつつあるようです。

男性の育児休業取得率は、長期的には上昇傾向ですが、現状では5.14%（厚生労働省「平成29年度雇用均等基本調査」）と、少ない状況です。

子育てに積極的に関わりたいと考える男性の中には、育児休業等の制度を活用しにくい雰囲気があると感じている人もいます。育児休業を活用されたパパのお話によると、応援してくれる仲間を増やした上で、「解雇」覚悟で上司に相談し、何とか取得されたとのことでした。

予測不能な行動をとる子どもと向き合うことは許容力・段取り力等の向上につながり、イクメンが増えることは企業にとって良い影響力を与えていると言われています。仕事と育児を両立しやすい環境整備に努める理解ある上司のことを『イクボス』と呼びますが、イクメンには、必要不可欠な存在です。

男女が共に活躍できる社会のためには、「イクメン」の頑張りだけではなく、職場や地域でそれを支える「イクメンサポーター」を増やしていくことも大切ではないでしょうか。私もその一人として、これから応援していきたいと思えます。

※このコラムは、市と協働している男女平等推進事業企画・運営協力員が、日々の生活の中で感じている「男女平等」について執筆しています。

（次回は2月号に掲載します。）

図／それいゆぶらざ（女性センター）☎463-2697

くつらい不妊治療でお悩みの方

【定休日】 朝霞駅・志木駅より
木・日曜・祝祭日 徒歩8分

まずはお電話を！>

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 昭和薬局

埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106

予約制

漢方合う合わないがございますので
電話予約をして頂きますと
スムーズに診察いただけます。

「普段通りの暮らし」+「確かな安心」=
シニア向け生活支援付き
賃貸マンション 3LDK

入居
募集中!

塩味病院グループが健康をサポート！リハビリ・レクリエーション
介護・医療

・バリアフリー・緊急コールシステム・シニア向け浴室・人感センサー付照明等

サービス付き高齢者向け住宅 シニアルーム

モーニングパーク朝霞 〒351-0023 埼玉県朝霞市溝沼2-4-15-111 TEL 048-486-9500

防災行政無線の点検のため 試験放送を行います

1か所ずつ点検を行いますので、防災ラジオから同じ内容の放送が何度も流れます。ご理解、ご協力をお願いします。

日時/1月16日(水)・17日(木)

午前8時30分～午後5時

場所/危機管理室 ☎463-1788

埼玉県が防災ヘリコプター 夜間離着陸訓練を実施します

訓練当日は騒音等によりご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。なお、訓練の見学スペースはありません。

日時/1月10日(木) 午後3時30分～7時

場所/新座防災基地
場所/埼玉県消防防災課 ☎830-8186

水道管の凍結防止対策 をお願いします

屋外に露出している水道管は、冬の時期は凍結して水がなくなることや、破裂して漏水する可能性があります。保温材を巻きつけたり、少

消費生活センターだより vol.67

場所/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

初心者でも簡単に稼げる? 情報商材の購入・内職に注意!

■相談内容■

半年前、スマホから海外アパレルの写真などをコピーして通販サイトに載せれば、毎月確実に収入が得られるという、サイドビジネスの勧誘メールがSNSで届いた。メールの言葉を信じて情報商材50万円をクレジットカードの分割払いで購入した。業者から提供されたソフトを使って作業を開始したが、2か月後にソフトが動かなくなった。業者に問い合わせたが返信がない。現在カード会社への支払が続いているが、ソフトが使用できず、収入も得られないのにこのまま払い続けるしかないのか。

◆解説◆

誰にでも簡単に稼げることを強調して、もうけ方のノウハウが書かれた情報商材を売りつけるトラブルが発生しています。ブログなどへの宣伝書き込みの内職の契約を迫ったり、内職のために購入させたりするケースもあります。

情報商材は、PDFファイルのダウンロードやDVDの購入等、さまざまな形態があります。簡単に稼げることや高収入が得られることがうたわれていますが、もうかる仕組みの具体的な内容を確認できません。また、契約後の返金や解約に業者がなかなか応じてくれないケースがほとんどです。

【トラブルに遭わないために】

- ①安易に広告を信じて資料請求したり、情報商材を購入したりしないようにしましょう。
- ②何の作業もなしに高収入が得られるなどという「うまい」話はありません。業者の説明をうのみにせず、第三者の意見も聞きつつ冷静に判断しましょう。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。

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。
場所/児童相談所 全国共通ダイヤル ☎189 (いちばやく)

また、長期間水道を利用しない場合は、水道メーターボックス内にあるバルブを閉めるようにしてください。水道管が凍結、破裂した場合、朝霞市指定給水装置工

量の水を出し続けることで凍結を防止することができません。※出す水の量に応じて水道料金がかかりますのでご注意ください。

場所/水道施設課 ☎463-1204

コンビニ交付サービスを 一時停止します

システムメンテナンス作業に伴い、すべての証明書の発行を一時停止します。
停止日/2月12日(水) 13日(木)
場所/総合窓口課 ☎463-2605 課税課 ☎463-2852～3

※対象利子、補助率、補助期間など、詳しくは送付書類をご覧ください。
※対象となる方で1月31日(木)までに申請書類が届かない方はご連絡ください。
場所/産業振興課 ☎463-1903

市融資制度をご利用の方へ
利子補給補助金申請書類を12月下旬に発送しました

対象/市融資制度の利用者で平成30年中に利子を支払った方(代位弁済を受けた方を除く)。市外へ転出した方は、転出した月までの支払利子が対象です。
申請方法/借入れ先の金融機関で支払利子額の証明を受けた申請書を2月28日(木)までに産業振興課まで提出(郵送不可)。提出が遅れた場合は利子補給の対象となりません。

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



相続遺言/建設・宅建・産廃業/法人設立
農地転用/外国人雇用/Visa Application等

毎月1回 無料相談会 開催中!

市役所徒歩1分 お気軽にお問合せ下さい

☎048-450-1390



A S K (エースケー) 行政書士法人

朝霞市本町2-7-21 www.gasaka.com

行政書士 松尾信一/浅川知之/松尾明子

1月下旬に納付済額のお知らせを送付します
確定申告等にご利用ください

平成30年中に普通徴収（納付書または口座振替）で納付された国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料が対象です。

これらの保険税（料）は社会保険料控除の対象となりますので、所得税の確定申告や住民税の申告にご利用ください。

なお、特別徴収（年金からの天引き）で納付された保険税（料）は、各年金保険者から送付される「公的年金等の源泉徴収票」に記載されます。

☎ 国民健康保険税：収納課
463-2040・2046
23、介護保険料：長寿は
つらつ課 463-117
19、後期高齢者医療保険料：保険年金課 463-11928

ゆめぱれす 臨時休館の お知らせ

1月21日(月)は、保守点検のため臨時休館します。

☎ ゆめぱれす
(市民会館)
466-2525

老齢年金受給者の皆さんへ

**1月中旬以降
源泉徴収票が送付されます**

記載されている平成30年中の支払金額は、各種保険料を天引きする前の金額となり、実際の振込額とは異なります。源泉徴収票を紛失された場合には、住所地を管轄する年金事務所まで再交付できます。※遺族・障害年金受給者には、源泉徴収票は送付されません。

☎ ねんきんダイヤル 570-051165
(050)から始まる電話でかける場合は 03-167001165
川越年金事務所 ☎ 049124212657

1月10日(木)は110番の日

埼玉県警察では、110番通報の正しい利用を呼びかけています。各種照会や間違い、いたずら等による110番通報が、本来緊急を要する事件・事故への対応を遅らせています。

急を要さない相談・照会等
けいさつ総合相談センター
☎ #9110 ☎ 8221
9110、朝霞警察署
465-0110

自治会・町内会加入促進活動を実施します!!

☎ 朝霞市自治会連合会事務局（地域づくり支援課内） 463-2645

市内の自治会・町内会への加入率の向上を目的に、加入促進活動を実施します

①街頭活動

1月25日(金)夕方に、朝霞駅前や北朝霞駅前、朝霞台駅前にてポケットティッシュを配布し、自治会・町内会への加入を呼びかけます。

②加入促進強化運動期間

2・3月の2か月間、各地域の自治会・町内会の担当者が、未加入の世帯に直接お伺いし、自治会・町内会への加入のご案内をさせていただきます。

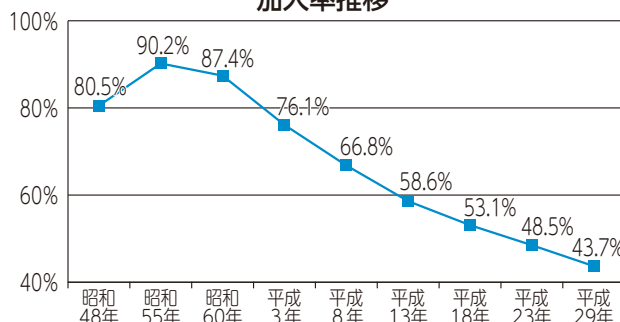
ご自宅への訪問や、お電話をさせていただくことがありますが、ご理解とご協力をお願いします。

自治会・町内会とは？

地域住民同士が住みよくなるよう、良好な住環境の維持を目的として、防犯・防災活動や子どもの見守り活動、環境美化活動、親睦活動などの活動をする任意の自治組織です。

自治会・町内会に加入し、地域の方々と顔の見える関係を築いておくことで、いざという時の災害時の助け合いがスムーズに行えるなど、加入のメリットがたくさんあります。

加入率推移



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://shiminso.jp>

相続についてのお悩み・ご相談は

いりどり

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、不動産業者等の専門家が、
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



わたしたちができること

～障害者差別解消法～

問/障害福祉課 ☎463-1599

No.20 発達障害の種類③

LD (学習障害)

知的能力には遅れがないのに、「読む」「書く」「計算する」などの特定の事柄だけが苦手な状態のことをいいます。



分からないのは、なまけていたり注意不足だったりするのではないことを理解しましょう。「勉強ができない」と決めつけず、その人(子)に合った学び方を工夫しましょう。苦手なことも「できる」に変わることが可能です。

発達障害に関する情報は、こちらのサイトで紹介しております。

発達障害情報・支援センター <http://www.rehab.go.jp/ddis/>

日本手話情報コーナー No.31

問/障害福祉課 ☎463-1599 FAX463-1025

「時間」

(例) 6時



人差し指でもう一方の手首を指さします。
(腕時計を指さす仕草です)



数字を表します。
(画像は「6」を表しています)

数字(1～10) ※相手側から見た形です。



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10

20歳になったら国民年金

成人した皆さん、国民年金は日本に住んでいる20～60歳までのすべての人が加入しなければならぬ制度です。

年金は、皆さんが高齢になったときの所得保障となるほかに、障害を負ったときの保障としての障害基礎年金や、年金加入者が亡くなったときの保障としての遺族年金等もありますので、20歳になったら加入手続きをして保険料を納めましょう。

なお、現在、職場で厚生年金に加入している方は加入手続きの必要はありません。

また、保険料を納めることが困難な方には、次のような制度があります。

学生納付特例制度／学生の方で、本人の所得が一定以下の場合、在学期間中の保険料を後払いにできます。

申請免除制度／20～59歳の方で、本人、配偶者および世帯主の所得が一定以下の場合、保険料が免除されます。

納付猶予制度／50歳未満の方で、本人および配偶者の所得が一定以下の場合、保険料を後払いにできます。

※詳しくは、お問い合わせください。

問/保険年金課 ☎463-10284

国民年金の任意加入制度をご存知ですか

国民年金の老齢基礎年金を満額受け取るためには、保険料を20歳から60歳になるまで40年間納める必要があります。この間に年金の未加入期間や納め忘れがある方などは、65歳になるまで、本人の申し出により国民年金に任意で加入して保険料を納めることができます。

また、日本国籍を持つ20歳以上65歳未満の方が海外に在住する期間は国民年金の加入義務はありませんが、希望により任意で加入することができます。

持参するもの／年金手帳(マイナンバーカード、または通知カードと身分証明書)、金融機関の通帳・届け出印

※すでに老齢基礎年金を受給している方、厚生年金に加入している方などは任意加入できません。

問/川越年金事務所 ☎049124212657、保

84 除年金課 ☎463102

防災行政無線の放送内容を 確認できます

専用ダイヤル/0800-8000-744 (通話無料)

※IP電話からの放送確認はできません。

※定時放送(子どもの見守り放送、夕焼け放送)の放送は除きます。

※回線が混み合っている場合は、つながらないことがあります。

しばらくしてからおかけ直してください。

問/危機管理室 ☎463-1788

ほぼたんLINE やってるぽ!

ぽぼたんが「LINE」で朝霞の素敵な場所やイベント出演情報などをお伝えしてるぽ。QRコードを読み込むか「朝霞市」を検索してお友だちになってぽ♡

問/シティ・プロモーション課 ☎423-3241



煙や降灰の発生が予想されますが、貴重な文化財の保護のため、草焼きの必要性をご理解頂きますようお願いいたします。

日時／1月16日(水) 午前9時

午後2時(予定)

※天候などにより時間の延長や延期となる場合があります。また、途中で中断し、数日に分けて実施する場合もあります。

バス・鉄道共通カードの 引き換えや申請はお済みですか？

問／長寿はつらつ課 ☎463-1921

高齢者の外出支援を目的として、バス・鉄道共通カードの交付やチャージ料の補助を行っています。まだ平成30年度の申請をされていない方は、お早めにお手続きください。

カードの交付

対象／①今年度70歳になる方

(昭和23年4月1日～昭和24年3月31日生まれ)

②今年度転入してきた70歳以上の方

給付金額／3,000円分(カード発行手数料500円を含む)のカードを1枚交付

※当課より送付した引換券をお持ちください。

チャージ料の補助

対象／今年度71歳以上になる方

(昭和23年3月31日以前生まれ)

給付金額／2,000円を指定口座に振り込み

※申請書に必要事項をご記入のうえ、2,000円以上チャージしたことがわかる領収書を添付してご提出ください。

共通事項

交付・申請場所／長寿はつらつ課、支所および各出張所

交付・申請期限／3月31日(日)※お一人様年度内1回限り

1月の納付

市県民税	(4期)
国民健康保険税	(7期)
介護保険料	(7期)
後期高齢者医療保険料	(7期)
※納期限は1月31日(日)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。

場所／田島ヶ原サクラソウ自生地(桜草公園内(さいたま市桜区田島ほか))
問／さいたま市文化財保護課
☎829-11723

☆きらり☆ ASAKA でかがやく外国人にインタビュー

問い合わせ／地域づくり支援課 ☎463-2645 ✉tiiki_sien@city.asaka.lg.jp

広報10月号で紹介しました、朝霞市多文化推進サポーターのレダ・ダニエル・ニガトさんは、日本とエチオピアをつなぐ活動をしており、その一環として、今回、エチオピアワインを日本に初上陸させました。日本で、エチオピアの文化を広めようと頑張っているダニエルさんに、お話を伺いました！

Q ダニエルさんは、白頃どんな活動をしているのですか？

A エチオピアと日本の文化を、相互に伝える活動をしています。

例えば、エチオピアと日本の歌手をお互いの国に招いて交流をしました。演歌とエチオピアの歌は、似ているところがあるんですよ。

他にも、エチオピア大使館と協力してイベントを開催しています。

Q 日本、そして朝霞市は住みやすいですか？

A 日本は安全でとても住みやすいです。朝霞に住んだことで、AISに入り友達も沢山できました。彩夏祭にも出展して、エチオピアをPRすることもできました。

Q エチオピアワインが輸入できるようになるまでの苦労を聞かせてください。

A 日本で販売するためのライセンスを取ったり、口に入れる物なので原材料を一つ一つ検査したりと、輸入できるようになるまでに、とても時間がかかりました。また、品質を維持するため、船ではなく飛行機で輸送しています。コストはかかりますが、船は運搬時間が長く味が落ちてしまう可能性があるからです。エチオピアはコーヒーのイメージが強いと思いますが、おいしいワインがあることを知ってもらい、もっとエチオピアに興味を持ってもらいたいです。ワインはこれから、レストランやお店に置いてもらうなど、販路を拡大する予定です。

Q ダニエルさんの、これからの目標を教えてください！

A エチオピアの文化を世界に発信し、日本と、もっと交流を深めていきたいです。小さなことから地道に始めて、それを大きくできるように、これからも頑張ります！

日本人の口に合う、
飲みやすい
ワインですよ～



ダニエルさんとエチオピアワイン

「自分がエチオピアと日本の架け橋になるんだ」とダニエルさんは笑顔で話してくれました。

《国際交流と日本語学習を行っている団体》

AIS (朝霞地区インターナショナルソサエティ)

活動日時／毎週金曜日 午前10時～12時

活動場所／中央公民館・コミュニティセンター

問い合わせ／伊藤 ☎090-6003-5621

http://ais1989.hp-ez.com

※この日本語学習は、AISが活動の一環として年間を通して行っていますが、日時・場所・内容などが変更になる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。身近に日本語の分からない方がいましたら、この情報をお伝えください。



催し・講座

記載のないものは、費用/無料、
対象/どなたでも

防災講演会「大地震！その時大切な人のいのちを守るために、今、あなたが出来ること」

申・閏/危機管理室 ☎463-1788

東日本大震災や熊本地震で乳幼児ママが直面した「あの日何が起こったか」、「どうやって子どもを守ったか」、そして地震が来る前に、今何が出来るのか。被災地のママのリアルな声と知恵を、映像やスライドを使ってお話しします。
日時/2月2日(土) 午前10時～正午(午前9時30分受付開始)

会場/中央公民館・コミュニティセンター

講師/(一社)スマートサイバープロジェクト特別講師 かもんまゆさん

申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ

保育/先着8人(1歳以上の未就学児)

※保育希望は1月18日(金)までに申し込み

※手話通訳があります。



消防出初め式

閏/危機管理室 ☎463-1788

消防団員による機械器具の点検や人員服装規律の点検および消防演技を行います。また、正午頃～午後1時頃に「消防団ふれあいひろば」を開催し、消防車を使用した放水体験や写真撮影、乗車体験など、お子さんにも楽しんでいただける各種イベントも行われます。

日時/1月13日(日)

午前9時～正午(雨天中止)

会場/市役所正面駐車場

※車でのご来場はご遠慮ください。

※出初め式に伴い、1月11日(金)午後5時15分～13日(日)午後5時は市役所正面駐車場の一般開放は行いませんのでご注意ください。



第43回朝霞市小・中学校図工美術展

閏/教育指導課 ☎463-2884

日時/1月12日(土)・13日(日) 午前9時～午後4時30分

会場/中央公民館・コミュニティセンター

第41回朝霞市小・中・高等学校書きぞめ展覧会

閏/教育指導課 ☎463-2884

市内小・中・高等学校の児童・生徒の書きぞめ作品を展示します。

日時/2月2日(土)・3日(日)

午前9時～午後4時30分

会場/中央公民館・コミュニティセンター

第21回朝霞市吹奏楽・器楽フェスティバル

閏/教育指導課 ☎463-2884

日時/1月27日(日) 午前10時～午後4時

会場/ゆめぱれす(市民会館)

出演団体/朝霞第一小学校、市内全中学校・高校、東洋大学吹奏楽研究部、埼玉県南西部消防音楽隊、朝霞市民吹奏楽団、ジャグラーズ・ウィンド・オーケストラ

市民参画と協働のあり方について考える懇談会

主催・閏/政策企画課 ☎463-3089

市では、市が実施するさまざまな事業に市民の皆さんに参画していただくとともに、地域で活動している団体や市民の皆さんと協働して地域の課題を解決していけるまちづくりを進めています。これからの市民参画と協働によるまちづくりのあり方を一緒に考えませんか。

第2回テーマ「防災・環境・まちづくり」

日時/1月20日(日) 午後2時～4時

発表団体/溝沼第二町内会、あさか環境市民会議

第3回テーマ「市民活動・生涯学習」

日時/2月2日(土) 午後2時～4時

発表団体/NORDICあさか、あさか市民大学

【共通事項】

会場/中央公民館・コミュニティセンター

対象/市内在住、在勤または在学の方

定員/40人

申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ

無料特設行政相談

閏/東京総合行政相談所 ☎03-3987-0229

日時/1月11日(金) 午前10時～午後5時

(受付は午後4時30分まで)

会場/西武池袋本店7階 東京総合行政相談所(行政・法律・くらしの相談コーナー内)

内容/登記、相続、税金、国の行政に関する相談

参加機関/東京法務局、東京弁護士会、東京税理士会 豊島支部、関東管区行政評価局

主催/総務省関東管区行政評価局・東京行政評価事務所

里親入門講座

申・閏/狭山市こども支援課 ☎04-2953-1111

里親とは、さまざまな事情により、親と暮らせない子どもを迎え入れ、あたたかい愛情と家庭のぬくもりをもって養育してくださる方です。里親について興味がある方、里親の体験談を聴いてみたい方など、多くの皆さんに「里親制度」を理解していただけるよう「里親入門講座」を開催します。

日時/2月16日(土) 午前10時～正午(午前9時30分受付開始) 会場/狭山市役所 ※駐車場あり

内容/里親制度の説明、里親支援専門相談員の話、里親体験談等

定員/50人(先着順) 申込方法/電話で

保育/先着10人(1歳以上の未就学児) ※保育希望は2月1日(金)までに申し込み

共催/朝霞市、狭山地区里親会、所沢児童相談所、所沢里親会



催し・講座

記載のないものは、費用／無料、
対象／どなたでも

園庭開放・いっしょにあそぼう保育園で

園／保育課 ☎463-2939

日時／いっしょにあそぼう保育園で… 1月18日(金)

午前9時30分～11時

園庭開放… 1月18日(金)・23日(水)

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）。

※1月18日(金)は園内で工作やリズム遊び等を実施

※本町・浜崎保育園では1月18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／事前申込不要。当日直接会場へ

消費者教室「消費税10%に備える家計見直し術」

申・園／地域づくり支援課 ☎463-2648

✉tiiki_sien@city.asaka.lg.jp

日時／2月5日(火) 午後2時～4時

会場／中央公民館・コミュニティセンター

内容／消費税引き上げが家計に及ぼす影響や、家計管理の基本的なことをについて

対象／市民 定員／40人（先着順）

講師／金融広報アドバイザー 伊田賢一さん

申込方法／1月23日(火) 午後5時15分までに電話、メールまたは窓口へ

保育／6人（1歳以上の未就学児）※申込時に予約

※メールの場合は、件名を「消費者教室申込」とし、氏名、住所、電話番号、保育希望の有無（希望がある場合、お子さんの人数、年齢）を記入してお送りください。

ピースのお部屋

会場・園／子育て支援センター「さくらんぼ」 ☎450-7708

日時／1月29日(火) 午後1時30分～3時

定員／10組（平成30年11月生まれ対象）

予約開始日／1月8日(火)

内容／2か月のお子さんがいる方向士お喋りをしたり、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。

第7回北朝霞どんぶり王選手権

園／産業振興課 ☎463-1903

日時／2月3日(日) 午前10時30分～午後4時

※審査時間は午後2時まで（商品が無くなり次第終了）

※「第12回あさか産業フェア」と同時開催

会場／埼玉県朝霞県土整備事務所駐車場

内容／市内外の飲食店等が、味・アイデア自慢の「どんぶり」を持ち寄り販売します（一杯300円）。

来場者の投票により「どんぶり王選手権グランプリ」を決定します。なお、グランプリになったどんぶりは、出店者のお店で提供されます。

主催／北朝霞商業振興会



第12回あさか産業フェア

主催・園／あさか産業フェア実行委員会（朝霞市商工会）
☎470-5959

あさかの逸品をはじめとした市内商工業の商品・製品の展示販売コーナーやモノ作り体験といったさまざまなイベントを開催します!!

日時／2月3日(日) 午前10時～午後4時

会場／産業文化センター

イベント内容／

○まるしえあさか

・朝霞のオイシイ食べ物、スゴイ商品があつまります！
・あさかの逸品展示販売コーナー

○Made in Asaka朝霞のモノ作り大集合

・工業製品の展示です。朝霞のすごさを見て下さい！
・HONDAレース用バイク、無限カスタマイズ車両展示！

○たくさん体験!!未来の技術者養成所（ワークショップ）

・電子回路でオルゴールを作ろう！（有料）

・ソーラーで動く飛行機作り教室（無料）

・ダンボールクラフト教室（無料）

○アイデアコンテストの「アイデア」作品の展示

○北朝霞商業振興会の主催による「第7回北朝霞どんぶり王選手権」を同時開催！

※イベント内容は変更になる場合があります。雨天決行
※駐車場はありません。

協力／朝霞市、新座総合技術高等学校、埼玉県産業振興公社、本田技研工業(株)、(株)本田技術研究所二輪R&Dセンター、(株)M-TEC

朝霞産農産物直売 あさか新鮮野菜市

園／産業振興課 ☎463-1904

日時／1月17日(木) 午前10時30分～午後1時

会場／市役所1階市民ホール

内容／朝霞産農産物のPRと地産地消を推進するため、旬の野菜を市内の生産者が直売します。

皆さんのご来場をお待ちしています。

主催／朝霞市都市農業推進協議会、朝霞市

協力／ファーマーズ朝霞



第1日曜日の朝は朝市へ！

園／産業振興課 ☎463-1903

日時／1月6日(日) 午前7時～9時

会場／市役所正面駐車場

内容／服飾、雑貨、野菜・果物、お茶などお手ごろな価格で提供しています。

※商品が無くなり次第終了。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

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

創業支援事業計画に基づく特定創業支援事業 女性のための起業セミナー「創業はじめての一步」

【申・問】/産業振興課 ☎463-1903

日時/1月26日(土) 午前10時～午後0時30分

会場/産業文化センター

内容/創業に関する基礎知識やビジネスプランの作り
方など、起業家としてのはじめての一步となる情報をお
伝えします。また、女性起業家の事例を通じて、成
功に向けたヒントや失敗から分かる注意点などもご
紹介します。

対象/市内在住または市内で起業をお考えの女性の方
講師/中小企業診断士 森尚子さん

定員/20人(先着順)

申込方法/1月23日(木)までに電話、FAXまたは市ホー
ムページの応募フォームで

保育/8人(1歳以上の未就学児)。1月16日(木)までに
申し出および保険代1人500円を持参。

就職支援セミナー 履歴書のココが見られている!

【申・問】/産業振興課 ☎463-1903

日時/2月6日(水) 午前9時30分～午後0時30分

会場/産業文化センター

対象/市内在住、在勤または在学の就職希望者

内容/「転職回数って見られてる?」「志望動機って何を
書けば好印象?」など、履歴書に関する疑問について
面接につながる履歴書の作成方法を学ぶセミナーです。
※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

定員/20人(先着順)

申込方法/2月5日(火)までに電話または市ホームペー
ジの応募フォームで

保育/8人(1歳以上の未就学児)。1月25日(金)までに
申し出および保険代1人500円を持参。

モーニングパークラジオ体操

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

ラジオ体操を通じて地域の交流と助け合い!

日時/①毎週火曜日、②毎週木曜日、③毎週金曜日

午前8時30分～8時45分

会場/①アサカグリーン駐車場、

②マルエツ朝霞店駐車場、

③溝沼氷川神社境

対象/おおむね60歳以上の市民

※必要に応じて地域包括支援センターの職
員が健康や介護の困り事相談を承ります。



地域包括支援センターモーニングパーク・朝光苑 合同無料出張相談会

【問】/地域包括支援センターモーニングパーク ☎0120-247355
地域包括支援センター 朝光苑 ☎450-0855

日時/1月29日(火) 午後2時～4時

会場/図書館本館

対象/おおむね65歳以上の市民

内容/健康相談(体重・血圧・握力の測定)、介護につ
いての相談など

※地域包括支援センターの職員がご相談に応じます。

1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市役所で行います。ゼ
ひお越しください。

日時・団体・販売物/

1月10日(土) 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

1月11日(日) 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

1月15日(木) 午前10時30分～午後1時
なかよしカフェ/雑貨、焼き菓子

1月22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

1月23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

会場/市役所1階市民ホール

障害のある方への食事招待会

【申・問】/障害福祉課 ☎463-1598 FAX463-1025
☐syogai_fukusi@city.asaka.lg.jp

「 Grillミートたかさご」のご厚意により、今回で39
回を迎える食事招待会を行います。

日時/2月13日(水) 午前11時～午後0時15分

会場/Grillミートたかさご

対象/市内在住の20歳以上で、身体障害者手帳1・2級、
療育手帳A・B、または精神障害者保健福祉手
帳1・2級を所持している方

定員/20組40人(障害のある方・介助者で1組)

申込方法/1月11日(金)～18日(金)に電話、FAXまたは
メールで

※申込多数の場合は1月30日(水)午前10時から市役所大
会議室で公開抽せん。結果は申込者全員に通知。

東洋大学オリンピック・パラリンピック特別研究プロジェクト 「障がい理解教育のいま」

【問】/東洋大学実習指導室 ☎468-6721

日時/2月2日(土) 午後1時～4時

会場/東洋大学朝霞キャンパス 講義棟314教室

内容/幼児期における多様性理解教育の普及に向けて

第1部 基調講演「幼児期における障がい理解指導」

第2部 パネルディスカッション

「障がい理解教育の最前線から」

保育/若干名(1～6歳)※要事前予約

申込方法/事前申込不要。当日直接会場へ

主催/東洋大学ライフデザイン学部生活支援学子ども支援学専攻

共催/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

第37回彩の国21世紀郷土かるた朝子連大会

主催・**閩**／朝霞市子ども会連合会事務局 **わたなべ** 渡辺
☎・FAX462-0094

仲間作りを進めるとともに、さいたまを知り郷土愛を高め、青少年の健全育成に寄与するために「彩の国21世紀郷土かるた朝子連大会」を開催します。ふるってご参加ください。

日時／1月20日(日) 午前10時開会
(午前9時30分受付開始)

会場／中央公民館・コミュニティセンター

種目／団体…低学年の部(小学1～3年生)

高学年の部(小学4～6年生)

※団体は1チーム4人(1人は交代選手。必ず男女混合3人1組で競技します。)

個人…低学年の部(小学1～3年生)

高学年の部(小学4～6年生)

競技方法／予選はリーグ戦・決勝はトーナメント(参加チーム数により方法を検討)

ルール／埼玉県子ども会育成連絡協議会「彩の国21世紀郷土かるた」競技必携

参加チーム数／制限なし(参加する単位子ども会では、必ず参加1チームにつき1人の審判の推薦をお願いします)

申込方法／1月15日(火)(消印有効)までに〒351-0023 朝霞市溝沼6-1-1 朝霞市子ども会連合会事務局 渡辺宛てにはがきまたは電話、FAXで

後援／朝霞市青少年育成市民会議・朝子連ジュニアリーダーズクラブ

※高学年の各部の優勝者は、3月10日(日)に戸田市で行われる県大会に朝霞市代表として出場する資格が得られます。

埼玉県内市町村職員採用情報フォーラム

主催・**閩**／彩の国さいたま人づくり広域連合 ☎664-6681

日時／2月15日(金) 午後0時55分～4時

会場／埼玉会館

内容／講演、大学生と市町村職員によるディスカッション、職員への質問コーナーなど、県内市町村職員の仕事の内容や魅力をPRするフォーラムです。

定員／1,300人(先着順) ※事前申込不要



第9回あさか市民活動まつり

「ひろげよう市民活動の輪」来て！見て！体験して！

閩／あさか市民活動まつり実行委員会 **さの** 佐野
☎080-5011-1511

地域で社会活動を行っている団体による展示、体験、模擬店や物品販売などを行います。健康チェックや着物の着付け、歌声喫茶、フラダンス、ノルディックウォーキングなど子どもから大人まで楽しめる出店が多数あります。

日時／1月19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

主催／あさか市民活動ネットワーク 協力／朝霞市

成年後見制度研修会・相談会

『わかりやすく楽しく学ぼう!! 成年後見制度の基本』

申・閩／長寿はつつ課 ☎463-1921
障害福祉課 ☎463-1598 FAX463-1025

日時／2月4日(月)(研修会)、2月12日(火)(相談会)
いずれも午後2時～4時

会場／産業文化センター

講師／リーガルサポート埼玉所属の司法書士

対象／市民または介護サービス事業者等
(相談は市民優先)

定員／研修会50人、相談会8人(先着順)

※相談(1人30分)を希望される方は研修会に必ずご参加ください。また、申込時に相談会参加希望とお伝えください。相談内容は緊急性がなく将来を見据えた相談でも構いません。

持ち物／筆記用具

申込方法／1月7日(月)から電話またはFAXで

“フレイル予防”のための「いきいきトレーニング教室」

申・閩／長寿はつつ課 ☎463-1952

加齢に伴う筋肉・筋力といった身体的な機能の衰えや気力・活力といった精神的な状態の低下(フレイル状態)になることを予防します。

日時／1月21日～3月18日 祝日を除く毎週月曜日
全8回(同じ内容で2部開催)

第1部…午前9時15分～10時25分(3月4日まで)
午後1時30分～2時40分(3月11日から)

第2部…午前10時45分～11時55分(3月4日まで)
午後3時～4時10分(3月11日から)

会場／わくわくどーむ(健康増進センター)

対象／市内在住の65歳以上の方で、全8回すべて参加できる方 定員／各部30人(先着順)

内容／筋力トレーニング、ストレッチ、脳トレ、リズム体操、食事・栄養など

申込方法／1月7日(月)から電話で

親子で楽しむ手品講習会

主催・**申・閩**／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／1月27日(日) 午後1時30分～3時30分

会場／東朝霞公民館

対象／市内在住の小中学生と保護者

定員／40人(先着順) 費用／1人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

葬儀個別基本相談

会場・**閩**／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／1月8日(火) 午前9時～11時(一人30分まで先着順) 対象／市内在住の方

申込方法／事前申込不要。当日直接会場へ

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

上級救命講習

申・問/埼玉県南西部消防本部救急課 ☎478-0899

「勇気 行動 その手で 救命!!」を合い言葉に、応急手当の普及を図るため、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。

日時/1月26日(土) 午前9時～午後5時

会場/新座消防署(駐車場はありません)

内容/救命手当とその他の応急手当

対象/市内在住、在勤または在学の方(中学生以上)

定員/30人(先着順)※再受講者も可

申込方法/1月15日(火)から土・日曜日を除く午前8時30分～午後5時15分に電話で

「子どもの育ちとおもちゃ選び」

～おもちゃは子どもにとってアートです!～

主催・申・問/ル・スリール 小島 ☎match@rk2.so-net.ne.jp

おもちゃの重要性や選び方の講演と、段ボールとペットボトルを使ったクーゲルバーン(ビー玉転がし)製作を行います。

日時/1月27日(日) 午前10時30分～正午

会場/中央公民館・コミュニティセンター

講師/東洋大学ライフデザイン学部教授 繁成剛さん

定員/20人(先着順)

申込方法/件名を「1月ル・スリールの申し込み」とし、住所、氏名、年齢、電話番号を記載のうえメールで
保育/20人(小学校低学年以下、先着順)※1人200円
後援/朝霞市



第7・8回危険物取扱者試験(全種類)

問/朝霞消防署消防課 ☎463-1190
(一財)消防試験研究センター埼玉支部 ☎832-0747

日程/第7回…3月3日(日) 第8回…3月10日(日)

会場/第7回…埼玉大学(さいたま市)

第8回…立正大学(熊谷市)

申込方法/

郵送・持参…1月18日(金)～31日(休)(消印有効)に、
〒330-0062 さいたま市浦和区仲町2-13-8 ほまれ会館2階 (一財)消防試験研究センター埼玉支部へ

電子申請…1月15日(火)～1月28日(月) 午後5時までに(一財)消防試験研究センター(<https://www.shoubo-shiken.or.jp/>)から

※消防署で受験案内と願書を配付しています。

※試験日程に合わせ準備講習会を実施しますので、(公社)埼玉県危険物安全協会連合会ホームページ(<https://www.saikiren2007.or.jp/>)または消防課窓口でご確認ください。

The Beatles Night

会場・問/ゆめばれす(市民会館) ☎466-2525

注目のビートルズバンド、THE BEATLE COMPANY! 再び朝霞へやってきます! 高砂の間にて迫力ある生演奏をビール、おつまみ片手にビートルズの名曲と極上のフライデーナイトを朝霞でお過ごしください。

日時/2月8日(金)

午後7時30分～

(午後6時30分開場)

入場料/5,000円(全席指定)

食べ飲み放題

チケット販売/売り切れ次第終了

チケット取扱所/ゆめばれす(市民会館)

主催/(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社



埼玉サイクルエキスポ2019

申・問/埼玉サイクルエキスポ実行委員会事務局 ☎830-2826

日時/2月16日(土) 午前9時～午後5時

2月17日(日) 午前9時～午後4時

会場/さいたまスーパーアリーナ

内容/スポーツサイクルや子ども乗せ自転車、キッズサイクル等の展示・試乗、自転車関連グッズなどの展示販売、ステージイベント、スタンプラリー、ミニサイクリングツアー等

子どもの発達を理解する講演会

「はじめての園生活～家庭でできる関わりと声かけ～」

主催・申・問/健康づくり課 ☎465-8611

日時/2月3日(日) 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/臨床心理士 上野直子さん

対象/市内在住または在勤の方 定員/90人

申込方法/1月31日(木)までに電話で

いつまでも元気で長生きに!～健康寿命を伸ばす3つの鍵～

申・問/朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2525

健康で元気に過ごせるよう専門分野から見た老化についての対策、秘訣をお話ししていただきます!

日時/

日時	講師
第1回 2月13日(火) 午後1時30分～3時	朝霞保健所管内 地域活動栄養士会えぶろんの皆さん
第2回 2月14日(水) 午後1時30分～3時	埼玉県歯科衛生士会 惣田恵さん
第3回 2月15日(木) 午後1時30分～3時30分	理学療法士、ピラティス・トレーナー 長尾知香さん

会場/はあとぴあ(総合福祉センター)

対象/市内在住で65歳以上の全3回受講可能な方

定員/25人(先着順)

申込方法/1月10日(日) 午前9時から電話で



《スポーツ教室 第6期 2月開講（2～3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1期（4～5月）の募集は、第6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	6,048円／全7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	6,048円／全7回
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	リトルチャダンスA（3～6歳の未就学児）	木曜 15:00～16:00	15	
⑦	リトルチャダンスB（3～6歳の未就学児）	木曜 16:15～17:15	20	5,184円／全6回
⑧	キッズHIP HOP（小学1～3年生）	木曜 16:15～17:15	15	
⑨	キッズチャダンス 中級（小学1～6年生）	木曜 17:30～18:30	20	
⑩	キッズHIP HOP（小学4～6年生）	木曜 17:45～18:45	15	4,320円／全5回
⑪	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	
⑫	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	
⑬	キッズチャダンス 初級A（小学1～6年生）	土曜 13:00～14:00	15	6,048円／全7回
⑭	キッズチャダンス 初級B（小学1～6年生）	土曜 14:15～15:15	20	
⑮	キッズ空手 初級（小学1～6年生）	土曜 15:30～16:30	20	
⑯	キッズ空手 中級（小学生～高校生）	土曜 16:40～17:40	20	
⑰	キッズ空手 上級（小学生～高校生）	土曜 17:50～18:50	20	

※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・キッズチャダンス中級の対象は、ダンス歴1年以上となります。
※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.	教室名（プール）	日 程（休館日・祝日を除く）	定員	料 金
⑱	幼児水泳教室A（水慣れ／クロール）	火曜 15:15～16:15	20	6,804円／全7回
⑲	幼児水泳教室B（水慣れ／クロール）	火曜 16:30～17:30	20	
⑳	幼児水泳教室C（水慣れ／クロール）	水曜 15:15～16:15	20	
㉑	幼児水泳教室D（水慣れ／クロール）	金曜 15:15～16:15	20	6,804円／全7回
㉒	幼児水泳教室E（水慣れ／クロール）	土曜 9:30～10:30	20	
㉓	幼児水泳教室F（水慣れ／クロール）	土曜 10:45～11:45	20	
㉔	こども水泳教室A（中級）クロール・背泳ぎ	火曜 17:45～18:45	20	6,048円／全7回
㉕	こども水泳教室B（初級）水慣れ・バタ足・息なしクロール8M	水曜 16:30～17:30	20	
㉖	こども水泳教室C（上級）平泳ぎ・バタフライ	水曜 17:45～18:45	20	
㉗	こども水泳教室（特級）	水曜 19:00～20:00	15	6,048円／全7回
㉘	こども水泳教室D（初級）水慣れ・バタ足・息なしクロール8M	金曜 16:30～17:30	20	
㉙	こども水泳教室E（中級）クロール・背泳ぎ	金曜 17:45～18:45	20	
㉚	こども水泳教室F（上級）平泳ぎ・バタフライ	金曜 19:00～20:00	20	

【お子さん対象教室】No.①～㉚～応募方法～

受付期間／1月1日（火・祝）～14日（月・祝）

結果／1月20日（日）までに通知

※申込多数の場合は抽せん。

ひとり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、上記の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」係宛て（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

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

【16歳以上の方が対象の教室】No.31～56～応募方法～

1次募集：1月2日（月）～14日（月・祝）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1月16日（火）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）。

●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。

《特別イベント おしるこ無料配布》 1月6日（日）午前10時30分～ 2Fレストランで、先着300人におしるこを配布します。

《プールイベント アクアチューブ》 ちくわ型の大きな浮き具に入って、プールを横断。水の上を散歩しているような不思議な感覚を楽しめます。

日時／1月14日（月・祝）①午前10時30分～11時45分 ②午後1時30分～2時45分

受付は各回10分前から監視室で行います。各回35組（1組2～3人）※希望者多数の場合は、抽せんになる場合もあります。

《プールイベント どんぶらっこ》 1月20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

受付は各回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》 冬季（12～2月）は、毎週月曜日（月曜日が祝日の場合、翌平日）がお休みです。

年末年始 平成30年12月31日（月）～1月1日（火・祝）、7日（月）、15日（火）、21日（月）

館内の点検および修繕工事実施のため、1月28日（月）～2月11日（月・祝）は全館休館です。

※工事の状況により、休館日を延長する場合がございます。あらかじめご了承ください。

用…申し込み 間…問い合わせ



ようこそ！あさかの生涯学習へ

祝 平成31年 新成人

1月14日（月・祝）成人の日に平成31年成人式を開催します！

今年は、市内で男性757人、女性763人の計1,520人（平成30年10月1日現在）が成人式を迎えます。

市では、新成人の中から代表として選ばれた方に記念誌の編集や事前準備など運営の一部を担っていただいています。今回はそのメンバーを紹介します！



菅野 かいと
さん
(朝霞第一中卒)

※写真二列目左から2人目
成人式記念誌編集委員として成人式に参画できたことをうれしく思います。
この20年を振り返ってみると、さなざまな出来事があったなあ感慨に浸りました。
節目となる成人式、楽しんでいきましょう！

千坂 明日香さん
(朝霞第一中卒)

※写真一列目右から2人目
成人式という人生の1つの区切りと言えるものに、携われることを大変うれしく思います。
皆さんの思い出に残る成人式になるよう尽力しますので、どうぞ宜しくお願いします。

南 はるかさん
(朝霞第二中卒)

※写真一列目左から1人目
この度は、成人式の運営に携わる貴重な体験ができたことに心より感謝するとともに、大変うれしく思います。
記念誌編集という大役を務めたことで、1人の人間としてさらに成長したことが実感できました。
当日も元氣よく頑張ります！

山井 彩加さん
(朝霞第二中卒)

※写真一列目左から2人目
朝霞市の成人式にこのような形で携わることができ、大変うれしく思います。
記念誌編集委員としての活動は、自分が生まれ育った朝霞市を見つめ直す良い機会となりました。成人式当日は楽しみたいと思います！！

木暮 蒼真さん
(朝霞第三中卒)

※写真二列目左から1人目
小学校の記事制作の中でさなざまな思い出が蘇りました。また、久しぶりに市内を散策したところ、平日の昼間にもかかわらず活気に溢れているのが印象的でした。
それでは次は成人式会場でお会いしましょう！

工藤 あかりさん
(朝霞第三中卒)

※写真一列目右から1人目
人生の節目である成人式にこのような形で携わることができ、大変光栄に思います。
今まで出会ったすべての人々との関わり合いの積み重ねで今の自分はここにいます。その出会いへの感謝を忘れずさらに大人としての自覚を持ってこれからの人生を歩んでいきます。その第一歩として、まずは成人式を成功させられるよう努めますのでどうぞよろしくお願い致します。

安部 竜之介さん
(朝霞第四中卒)

※写真二列目右から1人目
記念誌編集委員として、今回人生の節目となる式に関わることができ、うれしく思います。
記念誌の編集にあたって苦労もありましたが、なんとか編集を終えることが出来ました。残るは本番。皆さんで思い出に残るものにしましょう。

中橋 拓さん
(朝霞第四中卒)

※写真一列目真ん中
成人式という大きな舞台で自分がこのような役を引き受けることになるとは思いませんでした。とてもいい思い出になりました。
一人でも多くの新成人の方楽しんでもらえたら幸いです。良い成人式にしましょう！

高木 信之介さん
(朝霞第五中卒)

※写真二列目右から2人目
この度、成人式記念誌制作、司会を務めさせていただき高木信之介です。
今回は成人式という一生に一度しかない式でこのような役を務めさせていただき大変光栄に思います。
皆さんの成人式が良いものとなるよう、微力ながら尽力させていただきますのでよろしくお願い致します。

森 祐輝さん
(朝霞第五中卒)

※写真二列目真ん中
20歳という節目の年に朝霞市の成人式に直接的に関わったことを光栄に思います。
この活動を通して再び朝霞の良さに触れることができ、この地で育ったことを誇りに思うことが出来ました。ありがとうございました。



式典は、東洋大学管弦楽団（オーケストラ）による演奏とともに行われます。

～「成人式」のお知らせ～

日時／1月14日（月・祝）成人の日 式典／午後2時～3時（午後1時15分開場） 会場／ゆめぱれす（市民会館）
対象／平成10年4月2日～平成11年4月1日に生まれた方で、原則として朝霞市に在住の方。

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.lg.jp

第57回朝霞市ロードレース大会 結果報告



平成30年11月23日(金・祝)第57回朝霞市ロードレース大会が開催されました。爽やかに晴れ渡った空の下、929人のランナーが参加し、走り抜けました。また、小学4年生女子1.7kmで大会新記録が出るなど活気あふれる大会となりました。

各方面のご理解とご協力により、盛況のうちに大会が終了しましたことを感謝申し上げます。

※10位以内に入賞され、メダル・賞状を受け取っていない方は、生涯学習・スポーツ課までお越しください。年度末まで保管しております。お越しいただけない方は、ご相談ください。

大会記録は、市ホームページでご覧になれます。

◇各種目優勝者&タイム◇

小学6年生女子(2.0km)	乃村 維花	7分50秒
小学6年生男子(2.0km)	角田 琉海	6分36秒
小学5年生女子(1.7km)	竹内 朝日	6分15秒
小学5年生男子(1.7km)	多久島 啓人	5分58秒
小学4年生女子(1.7km)	福崎 ミレイ	◎6分21秒
小学4年生男子(1.7km)	塚原 惟歩	6分01秒
ふれあい小学1年生(1.0km)	斉藤 那音・敏典	3分44秒
ふれあい小学2年生(1.0km)	塚原 泰志・博行	3分23秒
ふれあい小学3年生(1.0km)	岡田 昊大・雄治	3分45秒
中学生女子(3.0km)	吉田 陽菜	12分06秒
中学生男子(3.0km)	高橋 慶	10分27秒
一般女子(高校生以上)(5.0km)	坂本 久美子	19分58秒
一般男子(高校生以上)(5.0km)	大久保 誠吾	15分14秒
壮年女子(5.0km)	入江 幸子	21分47秒
壮年男子(5.0km)	新井 裕之	17分15秒
一般女子(高校生以上)(10.0km)	鷹崎 晃子	42分48秒
一般男子(高校生以上)(10.0km)	山田 雄喜	31分14秒

問/生涯学習・スポーツ課

敬称略 ◎は大会新記録

四半的弓道教室

主催/朝霞市教育委員会

日/2月19日(火)・20日(水) 午後7時～9時 会/東朝霞公民館 対/市内在住の中学生以上(中学生は送迎必要) 参/300円(保険代等) 定/15人 申/教室名、氏名(ふりがな)、住所、電話番号、性別、年齢、経験の有無、利き手を明記のうえ、はがき、電話、市ホームページの申し込みフォームまたは直接窓口へ

締/2月5日(火) 問/生涯学習・スポーツ課

チームライフル体験会

主催/朝霞市教育委員会、(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社
協力/埼玉県ライフル射撃協会

日/2月2日(出) ①午後1時～2時30分、②午後3時～4時30分 会/総合体育館 対/①小学4～6年生と保護者のペアまたは中学生以上のペア ②中学生以上 参/無料 定/①20組40人、②40人(①、②ともに申込多数の場合は抽せん、①は親子優先) 締/1月18日(金)必着 申/事業名、希望の時間、氏名・ふりがな(①は2人分)、住所、電話番号、年齢または学年を記入し電話、はがき、市ホームページの申し込みフォームまたは直接窓口で 持/運動できる服装・室内履き・飲み物 問/生涯学習・スポーツ課

朝霞市・越生町交流事業

梅香るおごせハイキング大会

共催/越生町・朝霞市

日/2月23日(出) 午前9時～10時受付 雨天決行【荒天中止】中止の場合は当日午前6時決定 集/越生町中央公民館駐車場 ゆったりコース約3.6km:越辺川遊歩道を経由し越生梅林ゴール、健脚コース約9.8km:上谷の大クスと最勝寺を経由し越生梅林ゴール 参/無料(交通費は各自負担) 申/当日、現地にて申し込み

問/生涯学習・スポーツ課

越生町産業観光課 ☎049-292-3121

安らぎを求め江戸巡礼古道を往く

難易度★☆☆ 約10km

主催/朝霞市歩こう会

日・集/2月24日(日) 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(乗換)→西武秩父駅(下車)→24番法泉寺→25番久昌寺(御手判寺)→浦山口駅 対/小学生以上(小学生は保護者同伴) 参/300円(保険代等) 締/2月8日(金) 持/弁当・水筒・雨具等 申/はがきにコース名、参加者全員の住所・氏名、電話番号を記入のうえ、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

スキー教室

ゆったりエンジョイスキー

主催/朝霞市スキー連盟

日/2月20日(火)～22日(金) 会/ホワイトワールド尾瀬岩鞍 参/11,500円(保険代含む) 宿/湯元温泉 千代田館 2泊16,500円(別途各自精算) 現地集合・解散 ※詳細は連盟ホームページで<http://asakaski.strikingly.com> 問/小林 ☎090-4027-7827

親子でエンジョイスポート

主催/東洋大学ライフデザイン学部 健康スポーツ学科 斉藤ゼミ
後援/朝霞市教育委員会

東洋大学の学生さんと一緒に親子で楽しくからだを動かしませんか?

日/2月2日(出) 午前10時～正午 会/東洋大学キャンパスアリーナ 対/市内在住の幼稚園対象年齢～小学生(低学年)とその保護者(保護者2人参加可、子ども複数可)

参/1組100円(保険代等)当日納入 定/30組(申込多数の場合は抽せん) 締/1月18日(金) 申/事業名、参加者全員の氏名・ふりがな・性別・年齢・学年、住所、電話番号を記入のうえ、電話、はがきまたは市ホームページの申し込みフォームまたは直接窓口で 持/運動のできる服装・室内履き・飲み物 問/生涯学習・スポーツ課

《会員募集》

朝霞ジュニア卓球クラブ

活動日時／土曜日 午前9時～正午 会／朝霞第十小学校 関／市内在住の小学生 入会金／1,000円 月会費／1,000円
 関／茂木 ☎461-8397

琉球古武術部わんぱく道場

活動日時／木・土曜日 午後7時～ 会／朝霞第三中学校柔道場 関／市内在住の小・中学生の男女 月会費／1,000円
 関・関／鳥海 ☎090-3514-1022

《総合体育館トレーニングルームのご案内》※使用できない時期がございます。詳しくは下記体育施設臨時休館日欄をご確認ください。

ランニングマシン・エアロバイク等、さまざまな器具を取りそろえています。運動指導員がいる時間もあり、初心者でも気軽にトレーニングが行えます。皆さんの健康づくりに、ぜひお役立てください。

ご利用は中学生以上でトレーニング講習会を受講された方となります。※中学生は午後6時以降、保護者同伴

利用時間／午前9時～午後9時30分 利用方法／1回2時間 利用券を券売機で購入

トレーニング講習会 (30分～45分程度)			
月・水・木・日曜日	火曜日	金曜日	土曜日
午前10時	午後6時30分	午後6時30分	午後1時
午後0時30分	午後8時30分	午後8時	午後4時

※講習会の事前予約は不要です。時間に余裕を持ってお越しください。

持ち物／①トレーニングウェア②室内履き③本人確認および住所確認ができる物（運転免許証、学生証、健康保険証等）④利用証用の顔写真（縦3.0cm×横2.4cm 6か月以内撮影 色付きメガネ・帽子禁止）または、写真付きの身分証とコピー代10円
 ⑤市内在勤および在学の方は、証明できる物（社員証、学生証等）
 関／総合体育館

体育施設臨時休館日（1～2月）

総合体育館 1月21日(月)

2月4日(月)～6月28日(金)（改修工事期間）

※改修工事期間は窓口業務のみ行います。また、トレーニングルームは4月1日以降のご利用となります。詳しくは市ホームページまたは総合体育館内掲示等でお知らせします。

武道館 1月21日(月)・2月25日(月)

滝の根テニスコート 1月7日(月)・21日(月)

2月4日(月)～8日(金)・18日(月)

※年始《1月3日(木)まで》は、上記施設を含む全体育施設が休館となります。

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

公社HP <http://absk.or.jp>

総合体育館



公民館のひろば

施設名	電話番号	住所	1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	1/1～3・7・14・21・28
東朝霞公民館	463-9211	〒351-0005 根岸台6-8-45	1/1～3・6・14・15・20・28
西朝霞公民館	462-1411	〒351-0014 藤折町4-19-1	1/1～3・6・14・15・20・28
南朝霞公民館	461-0163	〒351-0023 満沼1-5-24	1/1～3・7・13・14・21・27
北朝霞公民館	473-0558	〒351-0035 朝志ヶ丘1-4-1	1/1～3・6・14・15・20・28
内間木公民館	456-1055	〒351-0032 田島2-18-47	1/1～3・7・13・14・21・27

※番号はお間違いないようにお願いします。

特に記載のないものは、どなたでも参加することができます。お気軽に申し込みください。



申込方法の表記が変わりました！

- ・申込方法は、各イベントの申込期限までに電話または企画実施公民館窓口で受け付けます。
- ・別途申込方法が記載されている場合はそちらの方法をご利用ください。
- ・特に記載のないものは事前の申し込みは不要です。

中央
公民館

プラネタリウム冬休み特別上映 不思議な扉～子熊のミノルの冒険～

年初めの「ワクワク」と「癒し」は、ぜひプラネタリウムで。美しい星空と特別クイズがあなたを待っています。

日時／1月5日(出)

午前11時～午後1時30分～（2回上映）

対象／どなたでも 定員／各回90人

費用／中学生以下100円、高校生以上200円

※小銭をご用意ください。

※市内在住・在勤・在学または在園のいずれにも当てはまらない方は費用が5割増しとなります。

受付／当日、上映開始時間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

成人教養講座

これでわかる！資産運用はじめての一步

将来のための資産形成など、お金に関する基本知識を学習していきます。

回	日時	内容
1	1月22日(火) 午前10時～正午	将来に備えたライフプラン
2	1月29日(火) 午前10時～正午	金融商品の基礎知識

対象／成人（2回とも参加できる方） 定員／30人

講師／日本証券業協会

金融・証券インストラクター 山木戸啓治さん

費用／無料 持ち物／筆記用具

申込方法／1月15日(火)（必着）までに、市ホームページの申し込みフォーム、はがき（「朝霞市中央公民館 成人教養講座」宛）または窓口で

※氏名（ふりがな）、住所、電話番号、年齢が必要です。

※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。

北朝霞
公民館

教養講座 男の料理工房～キムチ料理～

男の料理講座の第6弾！キムチパワーで寒い季節を乗り越えましょう！キムチの漬け方レクチャーもあります。

日時／1月27日(日) 午前10時～午後1時

対象／成人男性 定員／12人

講師／管理栄養士 木村倫代さん

内容／チゲ、オイキムチ他

費用／800円(材料費)

持ち物／エプロン、三角きん、ふきん(2枚)

申込期限／1月19日(土) 午後1時まで

内間木
公民館

映画を楽しむ会 裸の大將放浪記 山下清物語

放浪の天才画家山下清の生涯を感動と溢れるユーモアで描いた心温まる作品。

日時／1月31日(木) 午前10時～午後0時15分

対象／どなたでも

作品／「裸の大將放浪記 山下清物語」

(1981年公開/117分)

出演／芦屋雁之助、中村玉緒ほか

※会場の都合で40人を超えた場合には入場を制限することがあります。

内間木
公民館

さわやか健康教室 バランスボールで身体を動かしみんな健康になろう！

楽しみながら良い姿勢の感覚を身につけて健康寿命を伸ばしましょう。

日時／1月30日(水) 午前10時～11時30分

対象／どなたでも 定員／20人

講師／Gボールグループインストラクター

小澤美智子さん

※動きやすい服装でお越しください。

申込期限／1月20日(日) 午後3時まで

保育／1歳以上の未就学児(定員6人)

南朝霞
公民館

さわやか健康教室 誰でも簡単！肩こり改善ストレッチ

肩こりに悩む老若男女の皆さんに、とっておきの講座です。ぜひこの機会にご参加を！

日時／1月31日(木) 午前10時～11時30分

対象／どなたでも 定員／20人

講師／運動実践指導者 下田英枝さん

運動トレーナー 樋口順也さん

申込期限／1月20日(日) 午後5時まで

西朝霞
公民館

レッツ・チャレンジ ダブルチョコチップマフィンを作ろう

美味しいチョコマフィンにチャレンジします。障害のあるお友達も保護者同伴で参加しませんか？

日時／2月2日(土) 午前10時～午後1時

対象／小・中学生(障害がある方は保護者同伴)

定員／16人

講師／生活介護事務所「なかよしかふえ」のみなさん

費用／500円(材料費)

申込期限／1月24日(木) 午後3時まで

内間木
公民館

せつぶん映画会 ～ぽぽたんもくるよ！～

楽しい映画の後に、ぽぽたんと一緒に豆まきをするよ。みんなできてね！

日時／2月3日(日) 午前10時～11時

対象／どなたでも

作品／「福は内、鬼は外」(11分)

「10ぴきのかえる」(19分)



北朝霞
公民館

人権教育講座 高齢者介護の現状について

高齢者の介護をする方・される方両者の視点から、要介護者の介護の仕方や接し方を学んでみませんか。

日時／1月31日(木) 午前10時～11時30分

対象／どなたでも 定員／30人

講師／地域包括支援センター 内間木苑職員

申込期限／1月30日(水) 午後1時まで

保育／1歳以上の未就学児(定員5人)

保育を希望される方は1月24日(木)午後1時までに申し込みください。

※手話通訳あり

南朝霞
公民館

南っ子クラブ 第22回将棋教室

子どもから大人まで手軽に楽しめる将棋。初めての人も、腕に自信がある人も南朝霞公民館に集まれ！第二の将棋名人はきみだ！

日時／2月3日(日)

①初心者コース・将棋教室…午前9時30分～11時30分

②対局コース・将棋大会…午後1時～3時

対象／小・中学生

定員／各コース20人

講師／朝霞市将棋愛好会の皆さん

(南朝霞公民館サークル)

申込期限／1月25日(金)

午後5時まで

※自分のコースが分からない方はご相談ください。



昨年の様子

東朝霞
公民館

生活教養講座 動物ポンポンマスコットを作ろう！

ポンポンメーカーを使って、かわいい動物のマスコットを作りましょう

日時／2月6日(木) 午前10時～正午

対象／どなたでも 定員／15人

講師／手作りの会の皆さん(東朝霞公民館サークル)

費用／700円(材料費)

持ち物／手芸用はさみ、ピンセット

申込期限／1月26日(土) 午後3時まで

保育／1歳以上の未就学児(定員5人)

お願い

駐車台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関の利用、またはお乗り合わせのうえ、ご来館ください。

※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。 ※記載の無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。

博物館へ行こう！

ギャラリー展示

市指定文化財 内間木神社大絵馬
「秩父札所参り」

1月26日(土)～3月10日(日)

内間木神社大絵馬
「秩父札所参り」全体像

部分拡大

今回の展示では、市指定有形文化財内間木神社大絵馬の4面のうち、「秩父札所参り」を紹介します。

「秩父札所参り」は縦155cm、横192cmの大絵馬で、寛延4年（1751）に奉納されたものです。確認されている絵馬のうちでは市内で最古のものとなっています。

当時の風俗がうかがい知れる貴重な資料をぜひご覧ください。

歴史講座「石造物を学ぶ」

日頃目にする庚申塔などの“石造物”。その種類や歴史を学習します。

	日程	タイトル・講師
1	2/2 (土)	“石造物入門” 講師：京都造形芸術大学 准教授 石神裕之さん
2	2/9 (土)	“板碑を学ぶ” 講師：台東区文化財保護調査員 伊藤宏之さん
3	2/16 (土)	“庚申塔を学ぶ” 講師：京都造形芸術大学 准教授 石神裕之さん

時間／各回午後2時～3時30分

対象・定員／どなたでも・40人 会場／博物館 講座室

申込方法／要事前予約（先着順）。電話または博物館窓口で受け付け。連続受講を原則とし、空きがあれば単回受講も可能です（単回受講は各回1週間前から受け付けます）。

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、文化財保護法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）。

1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		

2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		

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FAX468-0079

重要文化財 旧高橋家住宅からのお知らせ

お正月あそび・まゆだまづくり

【お正月あそび】

旧高橋家住宅でこま、けん玉など昔ながらのあそびを楽しみませんか？

日時／1月5日(土)・6日(日) 午前10時～正午

対象・定員／どなたでも・なし

※事前申込不要。当日直接会場にお越しください。

【まゆだまづくり】

小正月の伝統的な飾り物「まゆだま」づくりを見学・体験できます。

日時／1月12日(土) 午前10時～正午

対象・定員／小学生・当日先着10人

費用／無料

※体験をご希望の方はエプロン・三角巾をご用意ください。

文化財防火デー関連事業
旧高橋家住宅消防訓練

放水銃からの放水

1月26日(土)は文化財防火デーです。旧高橋家住宅では、この日にちなんでも消防訓練を行います。

放水銃を使用した放水訓練を行うほか、朝霞消防署・消防団による訓練を併せて行います。

貴重な文化財を守るための消防訓練です。ぜひご参加・ご見学ください。

日時／1月26日(土) 午前10時～約1時間(予定)

会場／旧高橋家住宅

※事前申込不要。当日直接会場にお越しください。

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

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。

シネマライブラリー

入場無料

作品／マイ・フェア・レディ（1964年作品）
 日時／2月3日(日) 午後2時～（172分）
 監督／ジョージ・キューカー
 出演／オードリー・ヘップバーン ほか
 会場／図書館（本館）視聴覚室



親子でご参加ください

「北朝霞分館の絵本のよみきかせ」

入場無料

日時／1月15日(火) 午後3時～
 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
 問／図書館北朝霞分館



新春特別企画「本の福袋」を行います！

図書館職員がさまざまなテーマで選んだ本を、中身が分からないように包んで貸し出します。
 ジャンルやテーマをヒントにお選びください。
 普段自分では選ばない本に出会えるかも？！
 どんな本が出てくるかは開けてみてのお楽しみ！

日程／1月5日(土)～7日(月)

※用意した本が無くなり次第終了します

会場／図書館（本館）話題本コーナー

問／図書館（本館）

♪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)	1/10 (木)	まんが日本昔ばなし としがみさま／すりばちをなめた猫 25分	午後3時～ [読み聞かせのあと、えいが会です。]	視聴覚室
	1/17 (木)	せなけいこ あかちゃんビデオ はんしろうがねらってる／ちいさなたまねぎさん 17分		
	1/24 (木)	大造じいさんとガン 20分		
	1/31 (木)	ふるさと再生 日本の昔ばなし いくさはやめた／大蛇と狩人／尻尾のつり 23分		
松の木読書会	1/18 (金)	おさがしの本は 門井慶喜／著	午前10時～正午	和室
おはなしくらぶ (乳幼児向け)	1/28 (月)	絵本の読み聞かせ	午前11時30分～正午	視聴覚室

ようこそ！
あさかの生涯学習へ

入場無料 参加自由 どなたでも

北朝霞分館 すてきなおはなし会

読み聞かせボランティア「おはなしの木」によるおはなし会です。「すてきな～」というタイトルで始まる作品を集めてお送りします。

日時／2月9日(土) 1回目 午前11時～
 2回目 午後2時～

時間／約30分

内容／人形劇「すてきなバスケット」
 すてきな手遊び「カレーライスのうた」
 大型絵本「すてきな三にんぐみ」ほか

会場／産業文化センター2階 研修室兼集会室2

問／図書館北朝霞分館



「図書館まつりに参加してみませんか？」 第33回 図書館まつり参加説明会

図書館まつりは、図書館や図書に親しんでもらうきっかけづくりの催しを、市民の皆さんと企画・開催するイベントです。

自身の作った作品の展示、読み聞かせや朗読等の出演者として参加を希望される個人または団体の方を募集しています！運営は実行委員会が行ない、参加される方には月1回の会議にご出席いただきます。

今年のまつりは、6月29日(土)・30日(日)に開催予定です。

参加希望の方は、ぜひ説明会にお越しください。

日時／2月21日(木) 午前10時～

会場／図書館（本館）視聴覚室



※都合の合わない方は、2月23日(土)に個別に説明いたします。ご都合の良い時間にお越しください。

問／図書館（本館）

1・2月の図書館のおやすみ

《本館》◇定期休館（第2火曜日、第4金曜日）

1月／1日(火・祝)～4日(金)・8日(火)・25日(金)

2月／12日(火)・22日(金)

《分館》◇定期休館（第2水曜日、第4木曜日）

1月／1日(火・祝)～4日(金)・10日(木)*・24日(木)

2月／13日(木)・28日(木)

※1月9日(木)から10日(木)に休館日を変更しています。

《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)

※年始は本館・分館ともに1月1日(火・祝)～4日(金)はお休みです。

新着図書の紹介 ()内は所蔵館とコーナー名

一般書

とても短い長い歲月 (本館 日本文学)

古川日出男／著 河出書房新社 Wフル

ここからセクハラ！ (本館・分館 社会科学)

牟田和恵／著 集英社 367.2

*新着図書は他にも多数あります。図書館のホームページで毎週新刊案内を更新しています。棚にない時は職員にお尋ねください。

お願い 駐車台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関の利用、またはお乗り合わせのうえ、ご来館ください。

朝霞市立図書館（本館） ☎351-0016 青葉台1-7-26 ☎466-8686 FAX466-8441 北朝霞分館 ☎351-0033 大字浜崎669-1 ☎470-6011 FAX470-6013

広報あさか 2019.1

わたくしたちの健康

年頭所感

朝霞地区医師会 会長 村山正昭

☎464-4666

新年明けましておめでとうございます。市民の皆さんにはつつがなく新しい年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年は第6次埼玉県地域保健医療計画で設置が決定されていた、高度急性期、急性期の増床病棟がいよいよ稼働しました。和光市では独立行政法人「埼玉病院」に、この地域で長年求められてきた地域周産期母子医療センターを中心に200床が新病棟として増床され、朝霞市では「朝霞中央総合病院」が東洋大学キャンパス跡に移転するとともに「TMGあさか医療センター」として120床増床して新たなスタートを切り、新座市では「新座志木中央総合病院」が新病棟建築・耐震化工事中であり、増床の予定です。今までも、4市からなる埼玉県南西部消防本部管内での救急車地域内収容率は3次救急指定病院が無いにもかかわらず約80%と埼玉県内でも高い収容率を維持していますが、今後はより地元で完結出来る急性期医療を目指して行きたいと思っております。

次の第7次埼玉県地域保健医療計画では回復期、慢性期病棟の整備が検討されます。現在、近隣の富士見市、ふじみ野市、三芳町と合わせた6市1町で構成される埼玉県南西部医療圏地域医療協議会で検討・調整が進められています。

皆さんご存じの様に日本は高齢者

人口の割合が急速に増加しています。埼玉県でも、私たちの住む埼玉県南部はこれから急速に高齢化率（全人口に占める65歳以上の人口）が上昇すると言われています。ちなみに、2015年度全国の高齢化率は26・6%、埼玉県24・8%、和光市16・8%、朝霞市18・6%、志木市23・1%、新座市24・1%でこの4市は比較的高齢化率が低いことがわかります。2025年度の推定値では、全国30・0%、埼玉県28・4%、和光市17・3%、朝霞市19・5%、志木市26・1%、新座市25・4%と

なっています。このように高齢化が進む中、昨年もこのご挨拶でご説明したように、国は看取りも含めて、慢性期および高齢者医療に関しては出来るだけ入院医療から在宅医療（家庭の病棟化）に移行する意向を示しています。その目的を推進するのが「地域包括ケアシステム」で、昨年から運営主体が各市町村となりました。認知症を含め地域に生活する高齢者の方が住み慣れた地域で自分らしい生活を人生の最後まで送れるよう、住居・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供し、「安心・安全な地域」を実現するために4市はそれぞれ積極的に努力されています。

医師会では4市からの要請に基づき、介護・看護と医療を繋ぐ「地域包括ケア支援室」を引き続き運営し

ておりますが、今一つ利用頻度が増えていないようです。今年度は市民の方、介護事業者の方により「地域包括ケア支援室」の活動を知って頂けるように広報に心がけていくつもりです。

地域包括ケア支援室では、退院後在宅医療が必要な患者さんに、在宅訪問医療をする医師をご紹介します。また、介護者の方のご都合で介護施設のショートステイの利用をお願いしても患者さんが日常的に医療が必要ない場合に出来ない場合は、在宅支援ベッドを利用した「レスパイト入院」のご紹介も出来ますので介護・医療で困った事があつたらご相談いただくと幸いです。

近年、台風・地震など自然災害が世界的に多発しています。災害時の地域の医療の確保についても、医師会として4市と協定を結ぶと共に、埼玉県南西部地域災害拠点病院である「埼玉病院」と連携しつつ災害に備えての医療のシステム作りを推進していきます。

朝霞地区医師会は少子高齢化の時代、安心・安全の地域社会を発展的に維持実現するために、4市の市民の皆さんと共に今年も歩んで行きたいと思っております。

本年が4市の市民の皆さんにとって希望と笑顔に満ちた一年となりますことを祈念して、新春のご挨拶いたします。

日曜・休日に実施している医療機関

午前10時～午後4時

月日	場所	施設名	科目	電話(048)	場所	施設名	科目	電話(048)
1	6	新座 たきやま小児クリニック	小・アレ	477-8620	新座	三須耳鼻咽喉科	耳・アレ・気	480-1187
	13	和光 和光小児科クリニック	小・内	467-1108	新座	くりはら内科クリニック	内・消内・循内	042-438-6606
	14	志木 志木ホームクリニック	内・小	487-1255	朝霞	北朝霞整形外科	整外・内・リウ・リハ	474-7711
	20	朝霞 ファミリータイズクリニック	小・アレ	458-5522	新座	清水医院	内・外・循内・皮	476-2111
	27	朝霞 伊藤耳鼻科クリニック	耳	486-0087	朝霞	北朝霞藤宮眼科	眼	474-1417



※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。



各種健(検)診等の年間日程
は「朝霞市保健センターガイ
ド」に掲載しています。

申・問／健康づくり課

☎465-8611

FAX 466-7522



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 マタニティ教室	2月21日(木) 午前10時30分～正午 もしくは午後1時30分～3時30分	保健センター	平成30年3～7月生の第1子のお子さんとその保護者1人	申／1月10日(木)から電話で ※調理実習は午後の回のみ実施																										
<table><tr><th>日</th><th>程</th><th>実施時間</th><th>対象(初妊婦)</th><th>内 容</th><th>会 場</th><th>そ の 他</th></tr><tr><td>2月 (短縮1日コース)</td><td>9日(出) ※妊婦・パパになる方対象</td><td>午前10時～ 午後4時</td><td>平成31年5～7月出産予定</td><td>お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映</td><td rowspan="3">保健センター</td><td>すでに受け付けを行っています。</td></tr><tr><td rowspan="2">3月 (基本2日コース)</td><td>1回目：9日(出) ※妊婦のみ対象</td><td>午前10時～ 正午</td><td rowspan="2">平成31年6～8月出産予定</td><td>妊娠中の歯つばい講座 妊娠中の栄養講座</td><td rowspan="2">申／1月10日(木)から電話で</td></tr><tr><td>2回目：24日(日) ※妊婦・パパになる方対象</td><td>午前10時～ 午後4時</td><td>お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映</td></tr></table>					日	程	実施時間	対象(初妊婦)	内 容	会 場	そ の 他	2月 (短縮1日コース)	9日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 午後4時	平成31年5～7月出産予定	お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映	保健センター	すでに受け付けを行っています。	3月 (基本2日コース)	1回目：9日(出) ※妊婦のみ対象	午前10時～ 正午	平成31年6～8月出産予定	妊娠中の歯つばい講座 妊娠中の栄養講座	申／1月10日(木)から電話で	2回目：24日(日) ※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			
日	程	実施時間	対象(初妊婦)	内 容	会 場	そ の 他																								
2月 (短縮1日コース)	9日(出) ※妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 午後4時	平成31年5～7月出産予定	お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映	保健センター	すでに受け付けを行っています。																								
3月 (基本2日コース)	1回目：9日(出) ※妊婦のみ対象	午前10時～ 正午	平成31年6～8月出産予定	妊娠中の歯つばい講座 妊娠中の栄養講座		申／1月10日(木)から電話で																								
	2回目：24日(日) ※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	<table><tr><th colspan="5">2月の乳幼児健診</th></tr><tr><th></th><th>4か月児健診</th><th>10か月児健診</th><th>1歳6か月児健診</th><th>3歳児健診</th></tr><tr><td>対象</td><td>平成30年10月生まれ</td><td>平成30年4月生まれ</td><td>平成29年7月生まれ</td><td>平成27年10月生まれ</td></tr><tr><td>日程</td><td>6日(木)・20日(木)</td><td>8日(金)・27日(木)</td><td>5日(木)・19日(木)</td><td>1日(金)・15日(金)</td></tr><tr><td>会場</td><td colspan="4">保健センター</td></tr></table>				2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10月生まれ	平成30年4月生まれ	平成29年7月生まれ	平成27年10月生まれ	日程	6日(木)・20日(木)	8日(金)・27日(木)	5日(木)・19日(木)	1日(金)・15日(金)	会場	保健センター				※左記の方へ、個別通知します。 (1月中旬発送予定)
2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10月生まれ	平成30年4月生まれ	平成29年7月生まれ	平成27年10月生まれ																										
日程	6日(木)・20日(木)	8日(金)・27日(木)	5日(木)・19日(木)	1日(金)・15日(金)																										
会場	保健センター																													
定期予防接種	<table><tr><td>B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌 等</td><td>生後1か月児(平成30年12月生まれ)</td></tr><tr><td>日本脳炎</td><td>3歳児(平成27年12月生まれ)</td></tr></table>			B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌 等	生後1か月児(平成30年12月生まれ)	日本脳炎	3歳児(平成27年12月生まれ)	※左記の方へ、個別通知します。																						
B型肝炎・ヒブ・小児用肺炎球菌 等	生後1か月児(平成30年12月生まれ)																													
日本脳炎	3歳児(平成27年12月生まれ)																													

平成30年度高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ(希望される方)

現在実施中の高齢者インフルエンザ予防接種は、1月31日(木)で終了となります。
希望される方は、1月中に接種してください。
※詳しくは広報あさか10月号38ページをご覧ください。お問い合わせください。

平成30年度高齢者肺炎球菌定期予防接種のお知らせ(希望される方)

肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を
防ぎます。
現在実施中の「高齢者肺炎球菌定期予防接種」は、3月31日(日)までとなります。
右記の生年月日の方で、接種を希望される方は、早めに接種をしてください(対
象者には平成30年4月にむらさき色のはがきを送付しています)。
※過去に接種したことのある方は対象となりませんのでご注意ください。

<平成30年度の対象者>

昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生(65歳となる方)
昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生(70歳となる方)
昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生(75歳となる方)
昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生(80歳となる方)
昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生(85歳となる方)
昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生(90歳となる方)
大正12年4月2日～大正13年4月1日生(95歳となる方)
大正7年4月2日～大正8年4月1日生(100歳となる方)

※上記生年月日の方が公費助成を受けられるのは平成30年度の
みです。平成31年4月1日以降に接種する場合は、全額自己
負担となります。
★平成31年度以降は、高齢者肺炎球菌定期予防接種の対象者は
65歳の方のみになる予定です。



成人の方へ

内 容	日 時	会 場	対 象	そ の 他
成人歯科健診	2月13日(木) 午後1時～2時30分 2月14日(金) 午前9時～10時30分	保健センター	16歳以上の市民	内容／歯と歯ぐきの健診およびブラッシング指導 定員／1日60人 申／1月7日(月)～31日(木)に電話または窓口で
こころの健康相談	1月30日(木) 午後2時～3時	保健センター	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／1月25日(金)までに電話で

※1月の休日歯科応急診療所

実 施 日 1月3日(木)・14日(月・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 合 せ ☎048-481-2211

☆1月1日～31日 「はたちの献血」キャンペーン月間です。

※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)

「埼玉県コバトン健康マイレージ事業」に申し込もう!! ～楽しく歩いてポイントを貯めよう!～

歩数計またはスマートフォンを使用し、ウォーキングの歩数に応じたポイントを貯めて、抽せんで県の特産品等が当たります!

対象／市内在住の18歳以上の方(高校生は対象外) 費用／無料※歩数計を選択した場合は、1人494円の送料の負担あり。

申込方法／郵送またはWEBで

●郵 送：申込書と健康保険証の写しを〒330-9091 さいたま新都心郵便局 私書箱159号 埼玉県コバトン健康マイレージ事務局へ送付

●WEB：パソコン、スマートフォンから申し込みをし、後日、保険証の写しを宛先へ送付

※詳しくは健康マイレージ事務局(☎0570-035810)へお問い合わせください。

ボーナス抽せん会のお知らせ

埼玉県コバトン健康マイレージ事業に参加し、対象事業(特定健診、特定保健指導、がん検診、人間ドック)を受けた方を対象に、健康グッズ、朝霞の逸品などが当たるボーナス抽せんを行います。対象の方に個別に案内をします。

問／健康づくり課 ☎465-8611、保険年金課 ☎463-1178



きれいなまちに

平成30年11月19日(月)、長年にわたり、道路の清掃やきれいなまちづくり運動に積極的に参加していただくなど、環境美化活動にご尽力いただいた方に対し、感謝状を贈呈いたしました。平成30年度は、4人の方を表彰しました。

左から三好教育長、駒井康男さん、大野義定さん、
薄羽喜代子さん、西田留さん、富岡市長



朝霞市防火安全協会から乗用車が寄贈されました!!

埼玉県南西部消防本部では、朝霞市防火安全協会創立50周年記念事業として、乗用車を寄贈された同協会に対し、高橋消防長から感謝状を贈呈しました。

寄贈いただいた車両は、朝霞消防署の連絡車として、平時および緊急時の人員搬送や火災予防をはじめとする業務全般で、有効に活用させていただきます。



左から感謝状を贈呈する高橋消防長と小寺朝霞市防火安全協会長



祝! 人口14万人突破!!

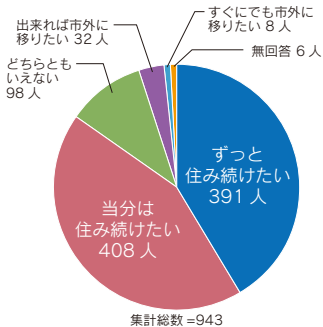


平成30年12月8日(土)に朝霞市の人口が14万人を突破しました!

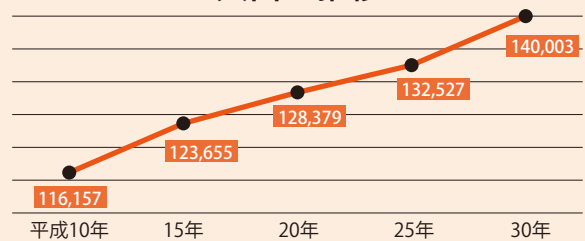
これからも朝霞というまちを愛し、朝霞に暮らし続けたいと思えるような、魅力的で住みやすいまちを目指します!

Q あなたはこれからも朝霞市に住み続けたいと思いますか。

YES!!
「暮らし続けたい」人が
84.8%

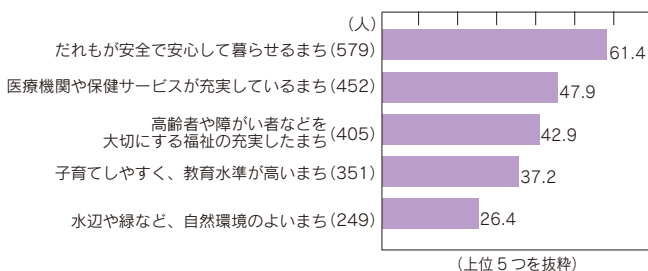


人口の推移

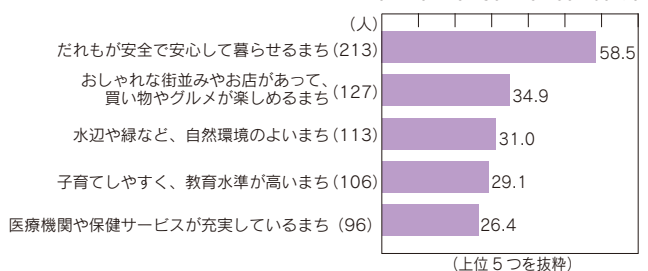


Q あなたは、10、20年後の朝霞市をどのようにしていきたいと思いますか。(複数回答可)

18歳以上の回答 集計総数=943



12～17歳の回答 集計総数=364



出典：市民意識調査・青少年アンケート

ひとの推移 平成30年12月1日現在()内は前月比

人口 13万9,976人(+139人) 男 7万0,664人(+68人) 女 6万9,312人(+71人)

世帯数 6万5,236世帯(+91世帯)

📷 今年も農業祭は大盛況！

平成30年11月25日(日)に実りのまつり「朝霞市農業祭」を中央公民館・コミュニティセンターで開催しました。抜けるような青空の下、朝霞の農業者の方々が丹精こめて育てた新鮮な旬の野菜の販売やほくほくの焼き芋等の模擬店を楽しみに多くの方が来場しました。農業者と消費者を繋ぐこの祭りは毎年開催していますので、今回お越しになれなかった方はぜひ次回ご来場ください！



📷 オリパラに向けてバリアフリーの現地視察を実施しました



平成30年11月21日(木)に、東京2020オリンピック・パラリンピックに向け、朝霞駅～射撃会場のまち歩きが想定されるルートのバリアフリーについて、障害者団体と市が共同で確認をしました。当日はおよそ80人の参加があり、実際にルートを歩きながら歩道や交差点、点字ブロック、公衆トイレの状況などについて確認した後、報告会で意見の交換を行いました。

また、健常者による車いす体験も行いました。

市では、東京2020大会を契機として、ユニバーサルデザインのまちづくりを推進しています。



祝53位

くぼ。	ていくので、改めてよろし	たくさんの人へとお伝えし	てもうれしかったばう。	これからは朝霞の魅力を	ゆるキャラグランプリの会場	でも、ぽぼたんに応援や投票	をしに来てくれたお友達がた	くさんいたばう。とってもとっ	53位だったばう!!	今年の順位は………	去年の78位から大幅に	ジャンプアップ! みんなが	毎日投票してくれたからだと思	っているばう。ありがとばう。	票にいつてきたばう♪	に東大阪市花園中央公園で	行われた「ゆるキャラグラ	ンプリ2018」の決戦投	平成30年11月17日・18日
-----	--------------	--------------	-------------	-------------	---------------	---------------	---------------	----------------	------------	-----------	-------------	---------------	----------------	----------------	------------	--------------	--------------	--------------	-----------------

ゆるキャラ
グランプリの思い出

くろめ川 たんぽぽ組
ぽぼたん

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

ハピマミ3B親子体操

日時・会場/すべて1月、各回1時間
①25日(金)午前11時20分～ 根岸台市民センター、②17日(木)・24日(木)午前11時10分～ 弁財市民センター、③21日(月)・28日(月)午前11時10分～ 岡町内会館、④15日(火)・29日(火)午前11時15分～ 宮戸市民センター、⑤25日(金)午前11時15分～ 溝沼市民センター、⑥8日(火)・22日(火)午前10時～ 栄町市民センター 対象/歩きはじめ～未就園児 申込方法/メールで 主催/(公社)日本3B体操協会 問・問/タマキ
☐ tamaki3b@gmail.com

ニューイヤーオペラガラ・コンサート

日時/1月20日(日) 午後2時～ 会場/ゆめばれす(市民会館) 費用/一般3,000円、ペア5,000円、学生1,000円 申込方法/電話で その他/年明けにふさわしいコンサートです。 主催・問/PASSIONE事務局 ☎0120-921-881

カンツォーネを歌ってみよう

日時/1月16日(火) 午後3時～4時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター 費用/500円 申込方法/電話で その他/先生がイタリア語の読みから教えてくれます。練習曲は「カロ・ミオ・ベン」筆記用具持参 主催/イタリア音楽を歌う会 問・問/斎所 ☎090-5539-4180

コーラス体験教室

日時/1月13日(日) 午前10時～正午 会場/中央公民館・コミュニティセンター 費用/500円 申込方法/電話で その他/先生がブレスや発声を教えてくれます。「アヴェ・ヴェルム・コルプス」を練習します。 主催/コーラスリリカ 問・問/中島 ☎090-4238-9939

コーラス体験教室

日時/1月16日(火) 午後7時～8時30分 会場/中央公民館・コミュニティ

センター 費用/500円 申込方法/電話で その他/先生がブレスや発声を教えてくれます。「小さな空」などを練習します。 主催/コーラスぐるーぷゆりかご 問・問/小田野 ☎090-1399-9348

天使たちのコンサート

日時/1月31日(木) 午前10時30分～11時30分 会場/溝沼市民センター 費用/1,500円 対象/0～3歳児と保護者 申込方法/電話またはメールで その他/子育て中の講師による楽しい歌がいっぱい! バランスボールプログラムも。 主催/オペラ喫茶ファルモル 問・問/小澤 ☎090-8840-0645
☐ kokoro_18@docomo.ne.jp

「遺言・相続・成年後見」無料相談会

日時/1月20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・成年後見で相談したい方 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日曜日にこの無料相談会を実施しています。 主催/士業による遺言相続無料相談会 問/藤田 ☎469-2850

あさか歌の集い

日時/1月19日(土) 午後2時～4時 会場/中央公民館・コミュニティセンター 費用/500円 主催/あさか歌の集い 問/高藤 ☎464-2700

会員募集

グリーンクラブ 2クラス(英会話)

日時/毎週木曜日 午前10時45分～正午 会場/中央公民館・コミュニティセンター 入会金/1,000円 会費/月3,500円 その他/外国人の先生と日常会話をします。見学可 問/原 ☎080-5019-0390

モダンバレエ アラベスク

日時/毎週火・金曜日 午後4時40分～ 会場/南朝霞公民館 入会金/2,500円 会費/月4,000円～ 対象/年少から その他/振付家・ダンサーとして活躍中の先生が指導してくれます。体験・見学可。ホームページあります。 問/田中 ☐ grp.arabesque@gmail.com

朗読会 すまいる

日時/毎月第1・3水曜日 午後1時～3時 会場/東朝霞公民館 会費/月2,000円 その他/本を朗読して言葉の輝きを再発見してみませんか。体験可 問/島田 ☎080-6627-3041

モダンバレエミルキーズ

日時/毎週火曜日 午後5時30分～7時(小学生以下)、午後7時～8時30分(中学生以上) 会場/東朝霞公民館 会費/月4,000円 対象/3歳から その他/無料体験・見学可 問/鬼崎 ☎090-4620-3156

mamii yoga(ベビトレヨガ)

日時/月2回 午前10時～11時 会場/溝沼市民センター 会費/1回1,200円 対象/0～3歳児と母親 その他/親子で触れ合いながら一緒にヨガを楽しみましょう! 問/mami
☐ mamiyoga@gmail.com

朝霞中国語の会

日時/毎週土曜日 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 会費/月3,500円 問/大嶋 ☎090-1801-7103

ピッピサークル

日時/毎週木曜日 午前10時～正午 会場/内間木公民館 会費/月300円 対象/歩きはじめ～4歳の未就園児 その他/親子で工作、運動、手遊び、季節行事等を楽しむサークルです。体験可。 問/室井 ☎080-1028-3860

D.Sスマイル(社交ダンス)

日時/毎週火曜日 午前9時～正午(講師は午前10時～11時45分) 会場/内間木公民館 入会金/1,000円 会費/月2,500円 対象/成人 その他/ソシアル・ラテンダンスの基本を重視します。 問/星野 ☎090-4959-2353

TEAMジュニア(バドミントン)

日時/毎週日曜日 午前9時～午後1時ほか 会場/朝霞第四小学校ほか 会費/月2,000円 対象/競技スポーツとしてバドミントンを学びたい小学1～4年生 問/高山 ☎090-4001-4749

木馬クラブ(親子幼児サークル)

日時/毎週水曜日 午前10時30分～11時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター 会費/月2,200円 対象/2歳(平成31年4月1日時点)～未就園児 その他/先生の指導による手遊び、工作、リトミックや季節のイベントなど。1月末～2月に体験会、4月からスタート。 問/長野 ☐ mokubaclub2019@gmail.com

朝霞市は東京2020オリンピック ・パラリンピック射撃の会場市です

ライフル・イス・
ビューティフル
Rifle is Beautiful
Beautiful

朝霞市・和光市・新座市
合同企画

チケット申込・購入は、
TOKYO 2020
IDの登録から。



TOKYO 2020
TICKET
ID登録受付中



公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会

東京2020大会オリンピック・パラリンピック公式チケット販売
の開始(日本国内向け)は、2019年春以降の予定です。

また、公式チケット販売サイトでチケットを購入する際に必要な、
TOKYO 2020 IDの登録が開始しています。チケット販売の詳細
やID登録については、右のQRコードからご覧ください!!



2018年7月

TOKYO 2020 ID登録

2019年春～

オリンピックチケット販売開始

2019年夏～

パラリンピックチケット販売開始

2020年春以降(予定)

チケットの受け取り

2020年7月～

東京2020大会観戦!

©朝霞市
ぼぼたん



ボクも観戦に
行きたいぽ♪

裏表紙についての問/
オリンピック・パラリンピック室

もっと漫画を見たい方はこちら→
☎462-0801



漫画は隔月(奇数月)で連載します。次回は3月号です。お楽しみに!

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/>



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.740

発行日/平成31年1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(デジタイズ形式)
を図書館本館と北朝霞分館で貸し
出しています。

広報あさかは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