

募集

会計年度任用職員

職種／事務補助員

任用期間・人数／①10月1日(休)

～令和3年3月31日(休)・2人

②10月21日(休)～令和3年1月14日(休)・1人

勤務概要／①月～金曜日 午前9時～午後0時30分または午後0時30分～4時30分

②月～金曜日のうち4日 午前9時～午後3時30分

報酬／時給970円

申込方法／①9月11日(金)まで、

②10月2日(金)までに採用選考申込書と履歴書(市販のもの可)を長寿はつらつ課窓口にて持参

選考／書類審査の上、面接

申・問／長寿はつらつ課

☎463-11921

朝霞市放課後児童クラブ指導員

職種・人数／①指導員(正規職員)

②指導員補助(臨時職員)

職員・①②とも若干名

勤務場所／朝霞市内放課後児

童クラブ

資格／①保育士・教員免許等

②不問(保育士・教員免許等があればなお可)

給料／①当法人給与規程による

②時給1020円(資格あり) 時給1000円(資格なし)

選考／①小論文・面接 ②面接

採用時期／①②随時

※詳細は朝霞市社会福祉協議会ホームページまたはお問い合わせください。

申・問／社会福祉法人朝霞市社会福祉協議会

①☎486-2479

②☎486-2487

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15日(火)、10月15日(木)、11月16日(月) いずれも午前9時～

会場／朝霞地区シルバー人材

センター(武道館敷地内)

定員／24人(事前申込制)

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。

申・問／(公社)朝霞地区シルバー人材センター

☎465-10339

彩の国動物愛護推進員

募集期間／11月30日(月)まで

活動内容／動物の愛護と適正な飼養・管理の重要性につ

いての啓発活動、地域住民の求めに応じた繁殖制限措置に関する助言や譲渡仲介の支援など

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

問／埼玉県生活衛生課

☎830-36612

高齢者住宅入居者募集

場所／根岸台1-5-26

「つじ庄」(2戸)

家賃(使用料)／月額3万円

入居資格／9月1日(火)時点で、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年以上住所があり、自立して日常生活を営むことができる

申込方法／9月1日(火)から長

寿はつらつ課で配付する申請書と必要な書類を、9月30日(火)までに持参

朝霞地区福祉会職員

職種・資格／①保育士(正規・保育士資格(資格取得見込可)・35歳未満 ②介護職員(パート)・資格不問

採用予定時期／①令和3年4月1日(新卒) または応相談(既卒) ②随時

給与等／①朝霞地区福祉会給与規程・就業規程による

②時給1290円から(手

当含む、条件による)

※勤務地や申込方法等の詳細はホームページをご覧ください。くか、お問い合わせください。

申・問／

①朝霞地区福祉会本部

☎471-3139

②朝光苑 ☎465-3255

塗装業者の選び方・見積の見方を学んで失敗のない塗装を。

屋根・外壁の塗り替え講座

要予約
参加費無料

各日①10～11時 ②14～15時 ※9/12のみ①10～12時 ②13～15時

YouTubeで気軽に視聴『オンライン講座』

9/5(土)・16(水) ※お申し込み後専用URLをお伝えします

コロナ対策を徹底し、3組限定『対面講座』

9/12(土) 朝霞市根岸台市民センター第2会議室

9/25(金) 朝霞市宮戸市民センター 第1会議室

参加申し込みはお電話かQRコードから

0120-167-555

プロタイムズ 朝霞店 株ライフプラス内

http://protimes-asaka.com/

朝霞市溝沼 1272-7

くつらい不妊治療でお悩みの方 まずはお電話を!>

【定休日】 朝霞台駅・志木駅より
木・日曜・祝祭日 徒歩8分

妊娠を望まれている方の
体づくりと心のケアは
漢方相談薬局へ

お問い合わせ・予約・ご相談専門ダイヤル

☎048-473-7830

朝霞市 漢方 相談 漢方 相談 漢方 相談

http://www.saitanaka.co.jp

昭和薬局

埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106



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





景観形成補助金制度 ハード整備事業

景観形成補助金のうち、視
点場の整備や休憩スペースの
設置などのハード整備に特化
した事業を募集し、補助金を
交付します。

交付対象者／景観協定を締結
した者、景観づくり団体等
交付対象行為／景観協定また
は、景観づくり重点地区の

区域内における良好な景観
の形成に寄与すると認めら
れる行為、交付対象者が行
う良好な景観の形成に寄与
すると認められる行為等

※制度の詳細や必要書類は、
市ホームページをご覧ください
くか、お問い合わせください
申・問／まちづくり推進課
☎463-12518

8020よい歯のコンクール

応募資格

①市内に在住し、令和2年4
月1日に80歳以上で、自分
の歯が20本以上(親知らず
を含む)ある健康な方
②当コンクールで表彰歴のな
い方

申込方法／9月30日(水)までに
電話で

選考方法

／10月19日(月)～31日
(土)に指定した市内歯科医院
にて審査。詳細は申し込み
後に郵送します。

申・問／(一社)朝霞地区歯
科医師会 ☎465-122
44、健康づくり課 ☎4
65-18611

ご家庭で使わなくなった
「おもちゃ」を公園で活用
させていただきます！

今秋、青葉台公園にお子さ
ん向けプレイランドをオープ
ンするにあたり、まだ使える
けど使わなくなったおもちゃ
を大募集！

受付物品／屋外用おもちゃ
(屋外用玩具や遊具、乗り
物など)

受付方法／事前に電話でお問
い合わせ後、総合体育館へ
お持ちください。

※破損や汚れの著しいおも
ちゃはお断りさせていただく
場合があります。

主催／公益財団法人朝霞市文
化・スポーツ振興公社
申・問／総合体育館
☎465-19811

彩の国埼玉環境大賞の候補者

環境保全などの取り組みを

行つ、県内で活動する団体、
事業者、個人(自薦、他薦は
問わず)を埼玉県知事が表彰
します。

申込期限／10月2日(金)
※詳細は県環境政策課のホー
ムページで

申・問／埼玉県環境政策課
☎830-13019



ご案内

朝霞市農業祭を中止します

11月29日(日)に開催を予定し
ていた朝霞市農業祭は、新型
コロナウィルス感染症の拡大
防止と、参加者の健康と安全
を最優先に考え中止します。

なお、短根人参品質改善増
収共進会および農産物品評会
は農業関係者のみで実施する
予定です(一般の方のご来場
はできません)。

申・問／産業振興課
☎463-11904

令和2年度長寿を祝う会 の動画を配信します

9月21日(月・祝)、敬老
の日に開催を予定しておりま
した「長寿を祝う会」は、新
型コロナウィルス感染症の拡

大防止のため、皆さんの健康・
安全面を第一に考慮した結果、
対象者の方のご招待を中止し
その様子をユーチューブを用
いたライブ配信(生放送)や
10月末まで動画配信をいたし
ます。詳細は、市ホームペー
ジをご確認ください。

会場での観覧を楽しみにし
てくださった皆さんには恐縮
ですが、ご理解いただきます
よう、お願い申し上げます。

申・問／長寿はつらつ課
☎463-11921

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)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。

申・問／危機管理室 ☎463-1788



JAあさか野 ライフサービス

24時間対応

市民葬指定
朝霞市・志木市
和光市・新座市

24時間 良く供養
☎0120-24-4994

惜別の儀式にまごころこめて...
葬祭のことならJAあさか野ライフサービスにお任せください!!

病院のお迎えから、葬儀までサポートいたします。

〒351-0011 埼玉県朝霞市本町1-7-5

JAあさか野

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

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、災害・事業の休止・失業等により生活が一時的に困難となった場合で、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。

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。

問／保険年金課
☎463-0283

あなたの資源物が狙われています！

ごみ集積所に出している古紙類（新聞、本、段ボール、牛乳パック、雑誌）は売ることができ、ため第三者が無断で持ち去る行為が横行しています。市では集積所を巡回し監視活動を行っておりますが、次のことに協力ください。

- ①集積所に出す場合は午前8時30分ごろお出ください。
- ②集団資源回収をご利用ください。
- ③市ホームページにある持ち

去り禁止の意思表示紙を貼って集積所に出してください。



資源物の持ち去りを発見された場合は、直接声を掛けずに警察（110番）またはクリーンセンターへご連絡ください。

問／クリーンセンター
☎456-11593

マイナポイントを活用した消費活性化策が始まります

マイナンバーカードを取得し、マイナポイントの予約・申込をした方を対象に、選択したキャッシュレス決済サービスでのチャージ・買い物の額に応じて国がポイント（最大5000円分）を付与します。

予約・申込方法／ご自身のスマートフォンまたはパソコンから行うことができます。

必要な環境、対応機種等は、国のホームページでご確認ください。

※市では申し込みに必要な機器をお持ちでない方のために支援窓口を設置しています。

支援窓口／総合窓口課（令和3年3月31日まで）
受付時間／月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

必要なもの／マイナンバーカード、マイナンバーカード交付時に設定した利用者証明用電子証明書の暗証番号（数字4桁）、キャッシュレス決済サービスIDおよびセキユリティコード

問／マイナポイント事業に関すること：マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-9510178（音声ガイダンス5番）

支援窓口に関すること：政策企画課 ☎463-13089

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支給します。

対象／次のいずれも満たす方

- ・お子さんが令和3年4月に小学校入学予定
- ・市内在住の母子家庭の母、父子家庭の父または父母がいないお子さんを養育している方

※配偶者と死別・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間労働ができない方なども対象となる場合があります。

受給要件／

- ・令和2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25日（金）までに申請者の振込口座が確認できるもの（通帳など）および申請書（こども未来課で配布または市ホームページからダウンロード）を持参

※令和2年1月2日以降に転入された方は、前住所地の市区町村発行の所得証明書が必要で

支給時期／令和3年3月上旬
支給額／お子さん一人につき8000円

問・問／こども未来課
☎463-12834

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地域の皆さんの使用日時や用途などに応じ貸し出しています。希望される方は、各学校へ申請してください。

問／教育管理課
☎463-10793

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





奨学金をお貸しします

対象学校・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

対象

- ・市内に引き続き2年以上居住し、対象学校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

申込期間

- ※1人以上の保証人が必要です
- ※1人以上の保証人が必要です
- ※1人以上の保証人が必要です

申込書配布先

- ・内間木支所、各出張所
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください

申込書配布先

- ・内間木支所、各出張所

入学準備金貸付事業

対象学校

- 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の課程を含む)
- ③大学(短期大学および専修

学校の専門課程を含む

- ・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

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

- ※貸付日/令和3年3月中旬予定
- ※貸付日/令和3年3月中旬予定
- ※貸付日/令和3年3月中旬予定

貸付期間

- ①：10月1日(木)～令和3年2月1日(月)
- ②：10月1日(木)～令和3年1月15日(金)
- ③：10月1日(木)～令和3年1月15日(金)

申込書配布先

- ・内間木支所、各出張所
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください

申込書配布先

- ・内間木支所、各出張所
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください

申込書配布先

- ・内間木支所、各出張所
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください

申込書配布先



情報BOX

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。
- ・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。
- ・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。

申請時期

- ・申請時期/随時(所得要件等あり)
- ・申請時期/随時(所得要件等あり)
- ・申請時期/随時(所得要件等あり)

申請方法

- ・申請方法/申請書・印鑑・保護者の通帳・所得証明書(必要な方のみ)を学校または教育管理課へ提出
- ・申請方法/申請書・印鑑・保護者の通帳・所得証明書(必要な方のみ)を学校または教育管理課へ提出
- ・申請方法/申請書・印鑑・保護者の通帳・所得証明書(必要な方のみ)を学校または教育管理課へ提出

申請書

- ・申請書/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。
- ・申請書/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。
- ・申請書/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。

申込書

- ・申込書/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。
- ・申込書/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。
- ・申込書/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。

申込書

- ・申込書/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。
- ・申込書/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。
- ・申込書/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。

申込書

- ・申込書/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。
- ・申込書/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。
- ・申込書/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。

申込書

- ・申込書/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。
- ・申込書/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。
- ・申込書/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。

入園時期

- ・入園時期/令和3年4月(予定)
- ・入園時期/令和3年4月(予定)
- ・入園時期/令和3年4月(予定)

保育課

- ・保育課/随時(所得要件等あり)
- ・保育課/随時(所得要件等あり)
- ・保育課/随時(所得要件等あり)

ベビーシッターなどを利用するときの留意点

- ・ベビーシッターなどを利用するときの留意点
- ・ベビーシッターなどを利用するときの留意点
- ・ベビーシッターなどを利用するときの留意点

留意点

- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)

留意点

- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)

留意点

- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)

留意点

- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)

留意点

- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)
- ・留意点/随時(所得要件等あり)

相続登記

お済みですか？



信託と実務の50年
司法書士 栗山 昇
〒351-8501 朝霞市本町2-1-1 野口ビル201
048-465-2261 P4台完備

不動産名義変更 会社設立 役員変更 遺言書 成年後見

栗山司法行政事務所

朝霞市役所 目の前！

048-465-2261 P4台完備

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。

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	11月5日(木)受付開始 午後1時30分
朝霞第二小学校	10月29日(木)受付開始 午後1時15分
朝霞第三小学校	10月22日(木)受付開始 午後1時30分
朝霞第四小学校	11月19日(木)受付開始 午後1時30分
朝霞第五小学校	11月12日(木)受付開始 午後1時30分
朝霞第六小学校	11月10日(火)受付開始 午後1時30分
朝霞第七小学校	10月30日(金)受付開始 午後1時30分
朝霞第八小学校	11月13日(金)受付開始 午後1時30分
朝霞第九小学校	11月25日(水)受付開始 午後1時45分
朝霞第十小学校	11月18日(水)受付開始 午後1時30分

※健康診断の通知は、10月1日(木)までに各家庭へ届くように発送します。

※指定の学校以外でも受けることができますが、必ず事前に連絡をしてください。

問／教育管理課

☎463-0794

持続可能な医療制度のために

医療機関への適正受診

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

情報BOX



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

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度等

学校(保育園・幼稚園を含む)管理下でのけが等で、日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度や他の公費負担医療制度の対象となる医療費は、市から支給できませんのでご注意ください。

ジェネリック医薬品をご存知ですか?

品質や安全基準を守って製造されている後発医薬品で、新薬と同等の効能や効果を持ち、費用も安くすみます。ご利用は医師や薬剤師にご相談ください。

限度額適用認定証を利用しましょう!

医療費が高額になる場合は、ご加入中の健康保険に「限度額適用認定証」の交付を申請し、認定証を医療機関に提示すれば、窓口負担を自己負担限度額までにすることが出来ます。

その他、こども医療費に関する詳しい情報は、市ホームページ

ページをご覧ください。

問／こども未来課

☎463-2834

すてるな!すてるな!動物虐待! ペットの遺棄・虐待は犯罪です

9月21日(月・祝)〜30日(水)は「愛護動物の遺棄等虐待防止旬間」

適正飼養

動物の習性、年齢、大きさ等に適した方法で飼いましょう。

終生飼養

最後まで愛情と責任をもって飼いましょう。

繁殖制限

子犬や子猫が飼えない場合は、不妊・去勢手術をしましょう。

問／犬に関する相談：朝霞保健所 ☎461-0468

猫に関する相談：埼玉県動物指導センター南支所 ☎855-0484

感染予防と火災予防

新型コロナウイルス感染症対策として、飛沫防止用シートや消毒用アルコールを使用する機会が増えていますが、火災事例も報告されていますので、使用には十分注意してください。

①飛沫防止用シート(ビニールシート)は、燃えやすい

ため、調理場など火気を使用する場所に設置しないようにしましょう。

②消毒用アルコールは引火しやすいため、火気の近くで使用してはいけません。

※詳しくは、埼玉県南西部消防本部ホームページをご覧ください。

問／埼玉県南西部消防本部予防課 ☎460-0121

国民年金の付加年金制度をご存知ですか

老後に、より高い老齢基礎年金を受給したい人は、毎月の国民年金保険料に付加保険料を上乗せして納めることができます。納付額は毎月400円で、国民年金第1号被保険者や任意加入被保険者が加入可能です。付加年金の受取額は、年額1200円×付加保険料納付月数です。

※国民年金基金加入者は対象外 ※希望される方は、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)、印鑑を持参してください。

問／川越年金事務所 ☎04

9-242-2657、保

険年金課 ☎463-0284

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

相続・遺言・交通事故・離婚・債務整理

その他、民事事件・家事事件・刑事事件・少年事件などのご相談にも応じます。

●法律相談の予約は、電話または窓口にて受け付けております。

相続・遺言・交通事故被害の初回相談料(1時間)は無料です。

受付時間：月～金曜日 午前9時～午後7時

TEL 048-472-7300 【埼玉弁護士会所属】

〒351-0022

朝霞市東弁財 2-12-21

<http://www.shiomi-law-office.com>

塩味法律事務所
Shiomi Law Office

代表弁護士 塩味 達次郎
弁護士 塩味 滋子
弁護士 上野 奈央子
弁護士 正野 寛樹
弁護士 遠藤 浩紀

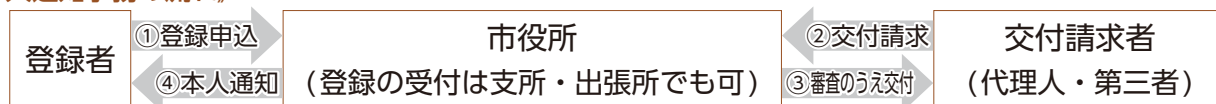


あなたの個人情報を守るために本人通知の登録を! 問/総合窓口課 ☎463-2605

本人通知とは、代理人や第三者（国または地方公共団体の機関を除く）に住民票の写しや戸籍謄本などを交付したとき、事前に登録した本人または法定代理人に「朝霞市住民票の写し等交付通知書」を郵送し、交付した年月日、証明書の種別、交付請求者の種別をお知らせするものです（戸籍事項の記載がない住民票の写しや弁護士などの特定事務受任者の請求のうち、裁判や紛争手続きに関する証明書の交付を除く）。

万が一、虚偽や成りすましによる不正取得があれば早期に発見するきっかけになります。

《本人通知事務の流れ》



《登録方法》

申込先/総合窓口課、内間木支所、朝霞駅前出張所、朝霞台出張所

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

※申込できるのは原則本人です（未成年者または成年被後見人の場合は、法定代理人による申込可）。

必要書類/・登録申込書（申込窓口にて配布または市ホームページからダウンロードできます）

・本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証、パスポートなど）

※代理人の場合は登録申込書、代理人の本人確認書類のほか、法定代理人の場合は戸籍謄本等の法定代理人であることが証明できる書類、法定代理人以外の代理人の場合は登録者本人が自署した委任状が必要です。

登録日/総合窓口課における受付日の翌開庁日（支所および各出張所での申し込みの場合は、総合窓口課に申込書が届いてからの翌開庁日となります）

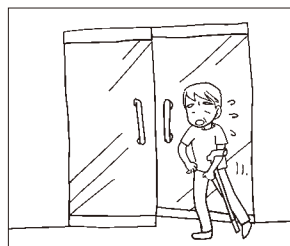
わたしたちができること

～障害者差別解消法～

問/障害福祉課 ☎463-1599

No.39 困っていること⑤

イラストの人は、どんなことに困っているのでしょうか？



片麻痺等で体に障害があり、開き戸が開けにくい。
※「片麻痺」は、右半身・左半身のどちらかにおこる麻痺です。運動障害・感覚障害・言語障害など、さまざまな症状があります。

片麻痺等で体に障害のある人の、日常生活での困りごと

- ・ビンやペットボトル、お菓子の袋などの開け閉めが難しい
- ・着脱の困難（袖口ボタン、スカートのホック、ファスナーなど）
- ・雑巾が絞れない、靴ひもが結びにくい
- ・爪切りや耳掃除が困難など、他にもまだまだあります。

困っている人を見たら、声をかけ、お手伝いをしてみましょう。

日本手話情報コーナー No.49

問/障害福祉課 ☎463-1599 FAX463-1025

「駅」



片方の手のひらを、もう片方の親指と4指ではさみます。
（親指と人差し指の2本ではさむ表現もあります。）

「どこですか？」 ※広報あさか8月号参照



すこし曲げた指を下に向け、軽く置きます。



人差し指を立て、軽く左右に振ります。
（相手にたずねる表情をします）

YouTube『朝霞市協公式チャンネル』で定期的に手話の動画などを配信しております。ぜひご覧ください。



アートにふれて、心をゆたかに

丸沼芸術の森

<http://marunuma-artpark.co.jp/>

朝霞市上内間木493-1 TEL048-456-2533

「丸沼」バス停下車徒歩5分、朝霞市障害者ふれあいセンターとなり常設展示はございません。詳細はホームページをご覧くださいませ。

協力：株式会社丸沼倉庫

ゆる募 新卒・中途社員募集!

都内の有名テナントビルや公共施設、オフィスや店舗の新築・改修工事の電気工事はおまかせあれ

株式会社 雅電設

〒351-0031 埼玉県朝霞市宮戸3-4-18

TEL:048-424-3067

<https://miyabi-densetsu.co.jp/>

埼玉県知事 登録第300168号

☎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
自分自身の体を知り、学べる場をもっと身近に！

女性が健康で安心して過ごせるように日々活動されている、特定非営利活動法人美えな塾の代表の片山やよいさんにインタビューした内容をご紹介します。

Q.どのような活動をされていますか？

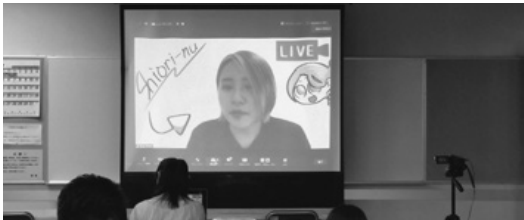
A.産前産後の心身のケアに関する相談、情報提供ならびに普及活動や、抱っこ紐講座、子育てサロンなどの育児支援を行っています。



子育てサロンの様子
赤ちゃんの体をマッサージ♪

Q.活動をしていて喜びを感じる時はどんな時ですか？

A.朝霞市は子育て世代が多く、また最近では産後も仕事に復帰する方も増えたため、親同士の交流をどこでもあったらいいのかわからない、出産や育児において誰に相談していいのかわからないという方がたくさんいらっしゃいます。活動を通じて交流の場を提供することで、そんな方々に喜んでもらえるのが本当に嬉しいです。



講座「子どもと一緒に明るく話そう性のこと」の様子
ビデオ会議アプリを利用したオンライン講座

Q.新型コロナウイルスの感染拡大により、活動にも大きな影響が生じていることと思います。このような時代に新たに取組まれていることはありますか？

A.ふれあい、集うことを極力避け、人と人が物理的な距離をとることが強く求められるようになりました。活動においては会場の換気や、参加者同士の身体的距離を

かり確保し、感染対策を徹底しています。また、対面での講座と並行して、ビデオ会議アプリを利用したオンライン講座を開催しています。

Q.市民の皆さんに伝えたいことはありますか？

A.朝霞市の市民センターなどで、産後の骨盤エクササイズや子育てサロンをしています。

もちろん、換気やソーシャルディスタンスの確保等、しっかりと対策もしています。自身のリフレッシュ、悩み相談など、どなたでも気軽に参加できますので、お子さんと一緒にぜひ一度参加してみてください！

また、宮戸市民センターで7月より骨盤エクササイズクラスが始まりました。産後、体調を戻しておくことは、健やかな育児にもつながります。体験は500円です。ピンときた方はinfo@vienna-juku.comまで、メッセージをくださいね♪

(件名(体験希望)、氏名、電話番号を明記してください 大人気「まんまる抱っこ講座」の様子
さいね♪)

また、活動については美えな塾のホームページもご覧ください。(http://viennajuku.com)



※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。

埼玉県では、介護の仕事に興味がある皆さんを支援しています

介護の仕事は、人を支え社会を支える、やりがいのある仕事です。埼玉県では、介護の仕事に興味がある方に対し、研修の受講から県内介護施設等への就職までを幅広く支援しています。

事業内容

(1) 介護職員雇用推進事業 県内介護施設等での就職を希望している方に対し、介護職員初任者研修の受講から就職までを支援します。

(2) 介護助手の養成・確保 60歳未満で、主に短時間での働き方を希望している方に対し、県内介護施設等で介護助手として働くための研修の受講から就職までを支援します。

説明会の開催日時・会場は右のQRコードからホームページをご覧ください。[埼玉県雇用推進事業]で検索してください。

☎株式会社シグマスタッフ大宮支店(受託事業者) ☎782-5173 事業委託元/埼玉県高齢者福祉課



9月の納付

市県民税 (随期)
国民健康保険税 (3期)
介護保険料 (3期)
後期高齢者医療保険料 (3期)
※納期限は9月30日(火)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。

虐待かな？

児童虐待(疑いを
含む)を発見した場
合はご連絡ください。
☎189(いちばやく)
※通話料無料

植木カット・お庭づくり・ガーデニング

◎新設市 2010

※見積無料

植木1本の高さと値段
(1~3m未満) 3,000円 (4~5m未満) 8,000円
(3~4m未満) 6,000円
※伐採(抜根)・除草・植栽等も致します

0120-194-284

いくよ にわし

個人様・1本・1坪からお任せください
法人様・大規模植栽管理・休日対応・福祉施設
不動産管理組合様・植栽管理・コストカット・空き家管理

詳しくは! (株)庭屋中村 検索

庭屋中村 中村 健人
〒352-0017
新座市宮沢2-11-11



みんなの迷惑です！路上喫煙

問／環境推進課 ☎463-1504 健康づくり課 ☎465-8611

市では「朝霞市路上喫煙の防止に関する条例」を定めており、この条例により、喫煙者は市内の道路等で路上喫煙をしないように努めなければなりません。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ております。

また、令和2年4月から改正された健康増進法が施行され、望まない受動喫煙の防止を図るため、多数の者が利用する施設等はその類型に応じて原則禁煙となるほか、喫煙者は望まない受動喫煙を生じさせることがないよう周囲の状況に配慮する義務も定められています。例えば、バス停や駅に向かうまでの道で喫煙すると、流れた煙が多くの人々の迷惑となります。

みんなが気持ちよく過ごせるよう、喫煙者の皆さんにはご理解、ご協力をお願いします。



このマークが禁止地区の目印です

なくそう！
受動喫煙

路上喫煙とは？

道路、公園、その他の公共の場所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。

TNRって何？

問／環境推進課 ☎463-1504



さくら耳（猫）が手術済みのしるし！
V字カットした耳先が桜の花びらに似ていることから名づけられました。

市では、猫によるふん尿・鳴き声などによる生活環境の悪化に関する相談が寄せられているため、ボランティア活動団体などにご協力をいただきながら、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術（TNR活動）を推進しています。

外で生活する飼い主のいない猫は、感染症や交通事故など多くのリスクを負っています。不幸な猫を増やさないためにも、また、私たちの生活環境を守るためにも、TNR活動にご理解とご協力をお願いします。

TNR活動は人にも猫にもメリットがいっぱい！！

- ＊自然繁殖を制限し、野良猫の増加を抑制
- ＊発情期の鳴き声を軽減し、性格が穏やかになる
- ＊スプレー行動（マーキングで匂いの強い尿を撒く）の抑制

◆飼い猫は室内飼いに◆

国の基準でも、猫は屋内で飼養することを推奨しています。室内飼いするときは、猫のための室内環境を整え、災害等に備えての身元表示（首輪、マイクロチップ）のほか、不妊・去勢手術も行いましょう。



"TNR活動"とは？



- ①捕獲して
- ②手術をして（この時サクラ耳カット）
- ③元の場所に戻す

＼会社を元気に！／
中退共の退職金制度
国が掛金の一部を助成
掛金は全額非課税
管理がカンタン
詳しくはホームページをご覧ください
中退共 検索
独立行政法人勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
TEL (03) 6907-1234

埼玉県都市競艇組合からのお知らせ

競艇開催日／9月2日(水)～6日(日)
9月25日(金)～28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。
問／埼玉県都市競艇組合
☎823-8711
<https://www.boatrace-toda.jp/>

「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」が2種類同時発売

発売期間／9月23日(水)～10月20日(火) ※1枚300円
抽せん日／10月27日(火)
「ハロウィンジャンボ宝くじ」
発売総額330億円・11ユニットの場合
1等3億円×11本 前後賞各1億円×22本
「ハロウィンジャンボミニ」
発売総額150億円・5ユニットの場合
1等1,000万円×50本
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

PCやスマホからもインターネット購入できます！

高齢者のよろず相談窓口～地域包括支援センター～

☎長寿はつらつ課 ☎483-4520

公的な相談機関の地域包括支援センターでは、介護保険をはじめ、必要なサポートや制度の紹介、手続きの代行を行っています。また、日頃の健康づくりや介護予防、高齢者への虐待防止や、悪質な訪問販売・電話勧誘などの消費者被害の防止対応、成年後見人制度等の活用支援なども行っています。

◎相談場所一覧

お住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご相談ください。

※大字浜崎および大字溝沼にお住まいの方は、番地によって担当が異なりますので、お問い合わせください。

①地域包括支援センター内間木苑	住所：大字上内間木498-4 ☎458-2022
《担当地域》朝志ヶ丘、北原、西原、宮戸、大字宮戸、浜崎、田島、大字上内間木、大字下内間木	
②地域包括支援センターつつじの郷	住所：西弁財1-10-21ブリランテ朝霞台103 ☎472-1574
《担当地域》東弁財、西弁財、三原、泉水、膝折町3丁目2～7、膝折町4丁目12～13、15～22	
③地域包括支援センターモーニングパーク	住所：溝沼3-2-26 ☎0120-247-355
《担当地域》本町、溝沼	
④地域包括支援センターひらぎの里	住所：岡3-17-59 ☎291-9111
《担当地域》岡、大字岡、仲町、根岸台、大字根岸、大字台	
⑤地域包括支援センター朝光苑	住所：青葉台1-10-32 ☎450-0855
《担当地域》青葉台、栄町、幸町、膝折町1～2丁目、膝折町3丁目1、膝折町4丁目1～11、14、膝折町5丁目	

◎相談受付時間：平日 午前8時30分～午後5時

かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう

☎保険年金課 ☎463-1178

■かかりつけ医

身近で頼りになる、かかりつけ医を持ちましょう。普段の様子や病気の経過がわかるため、急に体調が悪くなった時も安心です。

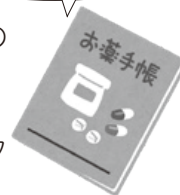
■かかりつけ薬局

薬をもらう薬局を1か所にしましょう。同じ作用の薬の重複や注意する薬の飲み合わせ、過去の副作用、飲み残しや飲み忘れなどの相談もでき、健康管理を助けてくれます。

★お薬手帳を活用しましょう！

お薬手帳は、異なる病院で処方された薬がひと目でわかるため、薬の効能や副作用等をチェックしてもらえる大変貴重な記録です。

一冊にまとめよう



ツイッター・フェイスブックページで 朝霞市からのお知らせをご覧いただけます



市では、公式のツイッターおよびフェイスブックページで、市の事業、催しやお知らせなどさまざまな情報を発信しています。「フォロー」または「いいね！」をしていただきご覧ください。

※市ホームページのトップページからもご覧いただけます。

☎シティ・プロモーション課

☎463-3059



ツイッター



フェイスブックページ

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。

☎／それいゆぷらざ
(女性センター)

☎463-0356

夕焼け放送の 時間が変わります

9月1日(火)～30日(火)は、午後5時の放送になります。

☎／教育指導課

☎463-2884



催し・講座

記載のないものは、対象／どなたでも
費用／無料、申込方法／事前申込不要

広報あさかに掲載したお知らせは、新型コロナウイルスの影響で、催しの中止や内容を変更する場合があります。詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。
なお、催しの中止情報等は市ホームページからもご覧いただけます。



親子寄せ植え教室第2期

☎／総合体育館 ☎465-9811

日時／10月25日(日) 午前10時～11時30分 ※雨天中止 会場／青葉台公園芝生広場隣

対象／小学生とその保護者 費用／1組2,000円 定員／20組40人(申込多数の場合は抽せん)

申込方法／10月4日(日)【必着】までに、往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢(学年)、電話番号、保護者氏名を記入のうえ、総合体育館宛てに郵送(〒351-0016 朝霞市青葉台1-8-1)または公社ホームページの申込フォームで





催し・講座

記載のないものは、対象/どなたでも
費用/無料、申込方法/事前申込不要

広報あさかに掲載したお知らせは、新型コロナウイルスの影響で、催しの中止や内容を変更する場合があります。詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。
なお、催しの中止情報等は市ホームページからもご覧いただけます。



ピースのお部屋



会場・甲・閏/子育て支援センター「さくらんぼ」
☎450-7708

日時/9月29日(火) 午後1時30分～3時
定員/10組(令和2年7月生まれ対象)
予約開始日/9月8日(火)
内容/2か月のお子さんがいる方どうしおしゃべりをしたり、お友達を作りたい方が集まる場所です。

園庭開放



閏/保育課 ☎463-2939

日時/園庭開放(雨天中止)…9月8日(火)・25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)

手話講習会(中級)



甲・閏/朝霞市社会福祉協議会手話通訳者等派遣事務所 ☎486-2479 FAX486-2473

日時/10月7日～令和3年3月3日(すべて水曜日)
午前10時～正午 全20回(特別講演2回含む)
会場/中央公民館・コミュニティセンター
対象/市内在住または在勤で、手話講習会(基礎)を修了または同程度の技術を有する全日程参加可能な方
定員/20人(申込多数の場合は抽せん)
費用/3,300円(テキスト代)
申込方法/9月1日(火)～18日(金)に、電話、FAX、または朝霞市社会福祉協議会窓口で
※詳細は、朝霞市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

保育園保育料・放課後児童クラブ保育料 休日納付相談窓口



閏/保育課 ☎463-2836(保育園保育料)
☎463-2939(放課後児童クラブ保育料)

日時/9月20日(日)
午前8時30分～正午
会場/市役所保育課
※北側通用口からお入りください。
内容/保育園保育料・放課後児童クラブ保育料の納付受付および相談
※電話での問い合わせも受け付けています。

市民活動団体支援補助事業



『親子で楽しむ“科学教室”』

主催・甲・閏/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27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その保護者
定員/20人(先着順)
費用/1人200円
講師/岩田真弓先生
申込方法/電話またはメールで

若者対象就職面接会



閏/ハローワーク朝霞 ☎463-2233

日時/10月5日(月) 午後1時15分～4時
(午後0時45分受付開始)
会場/大宮ソニックシティ 地下展示場
対象/既卒3年以内の方および34歳以下
内容/企業担当者による面接・企業説明(参加企業50社程度)
持ち物/履歴書複数枚、ハローワーク受付票(お持ちの方)。履歴書なしでも参加可。

新型コロナウイルス感染症で影響を受けている事業者等への相談窓口



閏/産業振興課 ☎463-1903

①雇用調整助成金、休業支援金・給付金等、国・県給付金や労働・社会保険についての相談

日程/9月4日・11日・18日・25日(すべて金曜日) 対象/市内在住・在勤の勤労者および市内事業者
会場/市役所2階 相談室 相談者/社会保険労務士

②持続化給付金、家賃支援給付金等、国・県給付金や経営についての相談

日程/9月1日・8日・15日・29日(すべて火曜日) 対象/市内事業者
会場/市役所4階 相談室 相談者/中小企業診断士

①、②共通 時間/午後1時～4時(1人1時間まで) 申込方法/電話で(先着順) ※10月以降も実施します。



催し・講座

記載のないものは、対象／どなたでも
費用／無料、申込方法／事前申込不要

広報あさかに掲載したお知らせは、新型コロナウイルスの影響で、催しの中止や内容を変更する場合があります。詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。
なお、催しの中止情報等は市ホームページからもご覧いただけます。



市民活動団体支援補助事業 『市民講師による公開講座』

主催・・／NPO法人あさか市民大学
☎090-5219-0262 (川池) ☎090-5208-2643 (山本)
✉lupin-the-3rd-55@jcom.home.ne.jp

日時／9月16日(水) 午前10時～正午
会場／中央公民館・コミュニティセンター
内容／「妻が認知症なら遺言書を書いておけ！」
講師／不動産コンサルタント 正木隆雄さん
定員／20人
費用／300円
持ち物／筆記用具
申込方法／電話またはメールで（要事前申込）



～これからはじめたい人、 はじめて間もない人向け～ 市民活動のSNS基礎活用相談会

主催・会場・・／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

SNSは、新時代の情報発信ツールです。SNSの基礎
を理解し、団体運営にお役立てください！
日時／9月27日(日) 午前9時30分～午後4時
内容／SNSの特徴と活用方法、ルールなどのSNSの基
礎を学ぶ
対象／市民活動団体、団体を立ち上げたい方（SNS初
心者）
定員／7団体 1団体当たり30分（事前予約、先着順）
申込方法／電話またはメールで

情報
BOX



催し・
講座



葬儀個別基本相談

会場・／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29日(火) 午前9時～11時（1人30分まで・
先着順）
対象／市内在住の方



第1日曜日の朝は朝市へ！

／産業振興課 ☎463-1903

日時／9月6日(日) 午前7時～9時 ※雨天中止
会場／市役所正面駐車場
内容／服飾、雑貨、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



プレミアム率50%！3,000円分のチケットが2,000円!! 飲食店をみんなで応援！ あさかばる2020「商工まつり特別版」

／朝霞市商工会 ☎470-5959

朝霞で第6弾のまちバルを開催します。チケットを買って、食べ・飲み歩きのグルメイベントです。
今回は、新型コロナウイルスの影響を大きく受けた飲食店を応援する取り組みとして、チケットに50%のプレミア
ムをお付けして、なんと3,000円分のチケットが2,000円でお求めいただけます！
このオトクなチケットで、ご家族・友人や職場の方と一緒に朝霞市の飲食店を応援しましょう！



『あさかばる』の楽しみ方

- ①ばるチケットをゲット！ 3,000円分を2,000円で購入
↓
- ②パンフレット片手にお店探し！ チケットについてくるパンフレットから行ってみたいお店を見つけましょう！
↓
- ③飲食店で楽しんで！ お店へGO！今回は、お好きなメニューを楽しんで、お支払い時に会計金額分の「ばるチケッ
ト」をお出してください！

利用期間／10月2日(金)～12月30日(水) ※前売りは9月13日(日)から開始
金額／2,000円（500円×6枚・1,000円分プレミアム）
発行冊数／2,500冊（限定）
購入場所／朝霞市商工会・産業文化センター
購入限度／1人5冊（10,000円） 参加店舗／68店舗程度
主催／朝霞市商工会 商業部会

りんりん



最大5,000円も
お得だよ

あさかばる
シンボル
キャラクター
かばるん



催し・講座

記載のないものは、対象/どなたでも
費用/無料、申込方法/事前申込不要

広報あさかに掲載したお知らせは、新型コロナウイルスの影響で、催しの中止や内容を変更する場合があります。詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。
なお、催しの中止情報等は市ホームページからもご覧いただけます。



フレッシュトレーニング教室

☎・☎/長寿はつつ課 ☎463-1952・1719

運動機能低下防止のための健康体操を習得し、自宅で継続することを目的とした体操教室です。

会場1：ゆめぱれす (市民会館) (本町1-26-1)

日程/9月23日～11月11日の毎週水曜日 (全8回)

時間/各回30分 ①午前9時20分～ ②午前10時15分～ ③午前11時10分～ 定員/各25人 (先着順)

会場2：(株)ランダルコーポレーション (西原1-7-1)

日程/9月24日～11月12日の毎週木曜日 (全8回)

時間/各回40分 ①午前9時15分～ ②午前10時15分～ ③午前11時15分～ 定員/各10人 (先着順)

共通事項

対象/市内在住の65歳以上で軽い運動ができる方 ※基礎疾患等のある方は細心の注意を払ってご参加ください。

持ち物/上履き、飲み物、タオル、運動できる服装、マスク

※マスクをしていない方、当日朝の検温結果が高い方は参加をお断りする場合があります。

申込方法/9月7日(月)～11日(金)に電話または窓口で ※新規の方を優先し、前回参加者は抽せん (欠員時)。



地域支えあいネット講座

「どなたでも簡単！ヨガで体ほぐし」

☎/地域包括支援センターつつじの郷 ☎472-1574

無理なく体をほぐしながら歪みを調整し、呼吸法により自律神経を整え心身の健康を保ちましょう。

日時/9月11日(金) 午後1時30分～3時30分

会場/産業文化センター 講師/ヨガ講師 MANAさん

対象/おおむね65歳以上の市民

定員/20人 (先着順) 費用/100円 (保険代)

持ち物/汗拭きタオル、飲み物

※マスク着用のうえ動きやすい服装

申込方法/9月1日(火)から電話で



地域支えあいネット講座

「有料老人ホームのいろは」

☎/地域包括支援センター内間木苑 ☎458-2022

有料老人ホームの種類・費用・入居要件・見学する上でのポイントなど、わかりやすく解説します。

日時/9月16日(火) 午後2時～3時

会場/宮戸市民センター

講師/㈱かなめプランニング

ケアマネジャー 高野晃司さん

定員/25人 (先着順) 持ち物/筆記用具

申込方法/9月1日(火)から電話で



ノルディック・ウォーク教室(全10回)

☎/地域包括支援センターモーニングパーク ☎0120-247-355 FAX465-5845

ポールを使って歩くことで歩行姿勢が正され、肩こり解消・転倒防止・腰痛軽減などの効果があります。初めての方にも基礎から丁寧に指導します。

日時/10月1日～12月10日の毎週木曜日

(11月5日を除く全10回)

午後1時30分～3時30分

会場/溝沼町内会館 (溝沼市民センター3階)

講師/全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員

対象/おおむね65歳以上の市民で、全10回のすべてに参加できる方

定員/男女各10人 (先着順)

持ち物/飲み物、タオル、マスク、リュックまたはウエストポーチ、動きやすい服装、帽子、ひも付き運動靴 (屋外用)

申込方法/9月3日(木) 午前9時から電話またはFAXで



羽田空港見学会

☎/国土交通省東京航空局東京空港事務所 環境・地域振興課 ☎03-5757-3021

国主催の羽田空港の見学会を開催します。

日時/11月～令和3年1月 (全15回)

日時や申込方法など詳しくは東京航空局のホームページをご覧ください。

申込期間/9月1日(火)～30日(火)【必着】に郵送で



愛護 i go. 共生社会へ。 ～動物愛護パネル展～

☎/環境推進課 ☎463-1504

日程/9月19日(土)～26日(土) (25日(金)は休館日)

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、最終日は午後4時まで)

会場/図書館 (本館) 展示・集会室

内容/ペットの適正飼養、遺棄虐待の防止、ペット防災、TNR活動などの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など



わくわくどーむからのご案内

会場・用・間／わくわくどーむ（健康増進センター）
☎472-6000

《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（保険代は表中の料金に含まれています）。

※次回、第5期（12月～令和3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！

幼児水泳…完全におむつが外れている3歳以上の未就学児が対象です。こども水泳…小学生以上のお子さんが対象です。

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	15	6,160円／全7回
②	キッズバレエ（小学1～6年生）	火曜 16:45～17:45	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	15	
④	キッズテーマパークダンスA 初級（小学1～6年生）	水曜 16:45～17:45	15	7,040円／全8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 18:15～19:15	15	
⑥	リトルチアダンスA（3～6歳の未就学児）	木曜 15:00～15:50	8	
⑦	リトルチアダンスB（3～6歳の未就学児）	木曜 16:15～17:05	15	
⑧	キッズチアダンス 中級（小学1～6年生）	木曜 17:30～18:20	15	6,534円／全9回
⑨	キッズHIP HOP（小学1～3年生）	木曜 16:15～17:05	8	
⑩	キッズHIP HOP（小学4～6年生）	木曜 17:30～18:20	8	
⑪	キッズHIP HOP 中級	木曜 18:45～19:35	15	
⑫	キッズストリートダンス（小学3年生～中学生程度）	木曜 18:45～19:35	15	
⑬	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	8,910円／全9回
⑭	キッズチアダンス 初級A（小学1～6年生）	土曜 13:00～13:50	8	6,534円／全9回
⑮	キッズチアダンス 初級B（小学1～6年生）	土曜 14:15～15:05	15	
⑯	キッズ空手 初級（小学1～6年生）	土曜 15:30～16:20	15	
⑰	キッズ空手 中級（小学生～高校生）	土曜 16:45～17:35	15	5,808円／全8回
⑱	キッズ空手 上級（小学生～高校生）	土曜 18:00～18:50	15	

No.	教室名（プール）	日 程（休館日・祝日を除く）	定員	料 金
⑲	幼児水泳教室A（水慣れ／クロール）	火曜 15:15～16:15	10/6～11/24 ※11/3除く	6,930円／全7回
⑳	幼児水泳教室B（水慣れ／クロール）	火曜 16:15～17:15	10/6～11/24 ※11/3除く	
㉑	幼児水泳教室C（水慣れ／クロール）	水曜 15:15～16:15	10/7～11/25	7,920円／全8回
㉒	幼児水泳教室D（水慣れ／クロール）	金曜 15:30～16:30	10/2～11/27	
㉓	幼児水泳教室E（水慣れ／クロール）	土曜 9:30～10:30	10/3～11/28	8,910円／全9回
㉔	幼児水泳教室F（水慣れ／クロール）	土曜 10:30～11:30	10/3～11/28	
㉕	幼児水泳教室H（水慣れ／クロール）	月曜 15:30～16:30	10/12～11/30 11/2・23除く	5,940円／全6回
㉖	こども水泳教室A（中級）クロール・背泳ぎ	火曜 17:30～18:30	10/6～11/24 ※11/3除く	6,160円／全7回
㉗	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 16:45～17:45	10/7～11/25	7,040円／全8回
㉘	こども水泳教室C（上級）平泳ぎ・バタフライ	水曜 17:45～18:45	10/7～11/25	
㉙	こども水泳教室（特級）	水曜 18:50～19:50	15	
㉚	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	10/2～11/27	7,920円／全9回
㉛	こども水泳教室E（中級）クロール・背泳ぎ	金曜 17:30～18:30	10/2～11/27	
㉜	こども水泳教室F（上級）平泳ぎ・バタフライ	金曜 18:30～19:30	10/2～11/27	
㉝	こども水泳教室G（初級）水慣れ・バタ足・息なしクロール8m	月曜 16:30～17:30	10/12～11/30 11/2・23除く	5,280円／全6回

※No.⑤・⑧は、ダンス歴1年以上の方が対象となります。

※No.⑪はインストラクターの承認を得た方のみとなります。

※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。

【お子さん対象教室】No.①～⑳ ～応募方法～

受付期間／9月1日(火)～14日(月) 結果／9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。

また、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）もしくは右のQRコードをご参照ください。

web予約QRコード



●往復はがき

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）

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・時間等はわくわくどーむホームページに掲載

※No.⑳～㉝以外の成人スポーツ教室は、新型コロナウイルス感染予防対策として1回毎のチケット制になっております。

詳しくは、わくわくどーむホームページでご確認ください。

㉞	レディース水泳教室（水慣れ・クロール・背泳ぎ）	㉟	レディース水泳教室（平泳ぎ・バタフライ）	㊱	レディース水泳教室（上級）	㊲	シニア水泳教室A（60歳以上）	㊳	シニア水泳教室B（60歳以上）	㊴	成人水泳教室	㊵	アクアビクス
---	-------------------------	---	----------------------	---	---------------	---	-----------------	---	-----------------	---	--------	---	--------

【16歳以上対象教室】No.㉞～㊵ ～応募方法～

1次募集：9月1日(火)～14日(月)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(火)から2次募集を行います。

2次募集は市外（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となります（電話申込不可）。

わくわくどーむホームページ



《わくわくどーむ9月の休館日》 9月7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。（祝日の場合は、翌営業日が休館日となります。）

