

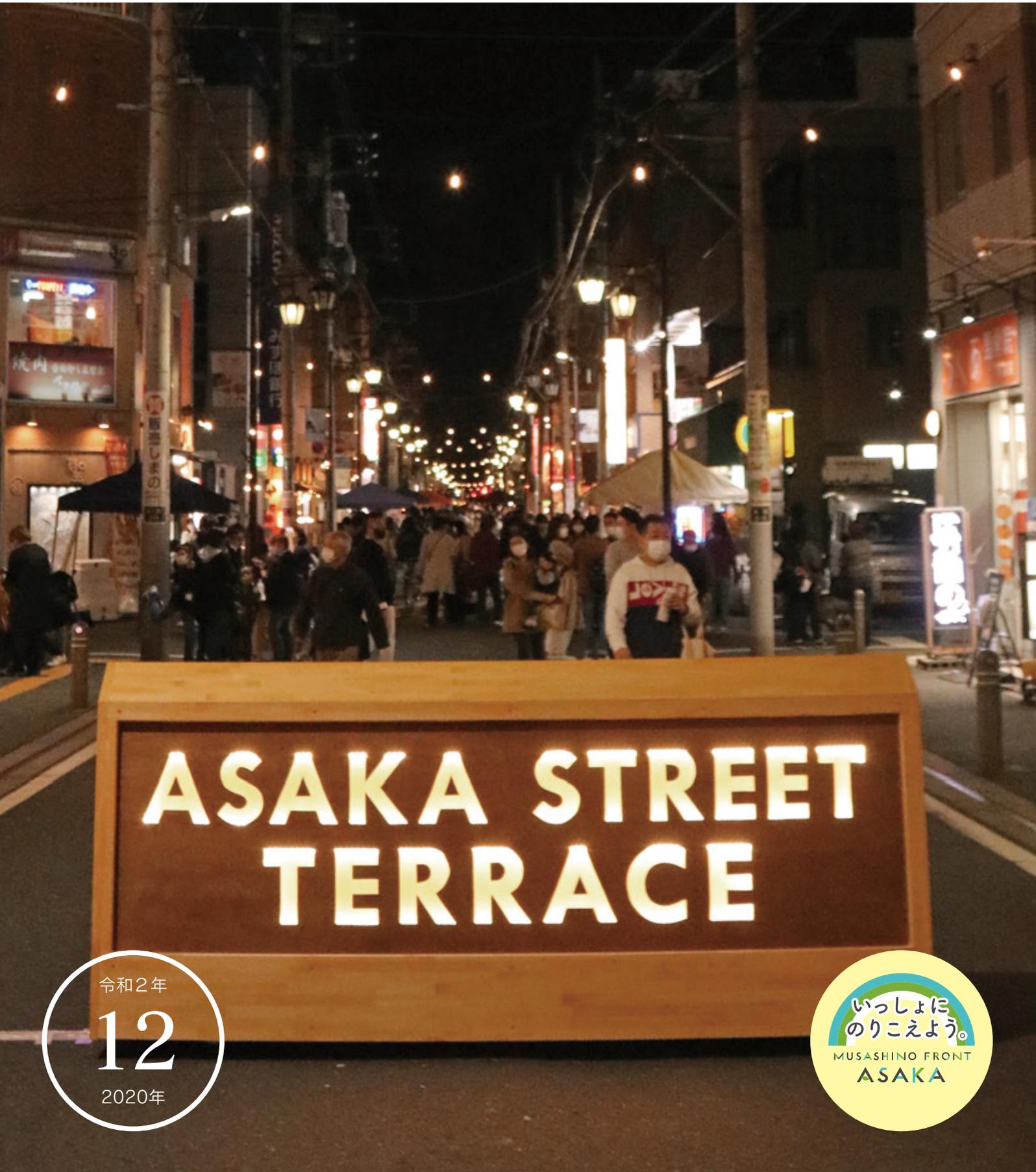
Asaka

— 私が暮らしたいまち 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.763



令和2年

12

2020年

いっしょに
のりこえよう。

MUSASHINO FRONT
ASAKA

特集

消費者情報アンテナ！…………… P.2
 年末年始業務のご案内…………… P.4
 【個人向け】新型コロナウイルス感染症の支援・相談窓口一覧… P.6
 【事業者向け】新型コロナウイルス感染症の支援・相談窓口一覧… P.7
 市の家計簿を公表します…………… P.8
 市・県民税(個人住民税)が変わります…………… P.10
 朝霞地区一部事務組合だより…………… P.12
 イルミネーション「あさか冬のあかりテラス」開催★ …… P.14
 都市間交流～ぼぼたんが紹介する福島県須賀川市はこんなトコ!! … P.15
 へるすアップ…………… P.16
 避難行動要支援者台帳への登録をお願いします…………… P.17

市長コラム…………… P.18
 情報BOX…………… P.19
 ようこそ!あさかの生涯学習へ…………… P.29
 わたくしたちの健康…………… P.33
 みんなすこやか…………… P.34
 PHOTO NEWS…………… P.35
 市民伝言板…………… P.35



表紙の写真 10月24日(出)に朝霞駅前通りとシンボルロードで開催された ASAKA STREET TERRACE

消費者情報 アンテナ!

～相談に乗るとお金がもらえる!～
こんなうまい話はありません!!

事例

「悩みがある人の相談に乗るとお小遣いがもらえる」というサイトがあり登録した。

相手からメールが届き、何度かやり取りをした後、「お礼の100万円を支払うためには、支払用のサイトシステム料をポイントで買う必要がある」と言われ、何回かポイントを購入した結果、20万円を支払った。

その後、相手とは連絡がとれず、お礼のお金は貰えていない。返金してほしい。

アドバイス

・見知らぬ人から簡単なやりとりだけでお金がもらえるということは、絶対にありません。

相談に乗るだけでお金をあげるなどの言葉をうのみにせず、知らない相手とのやりとりはしないようにしましょう。

・メールの相手はサイトが雇ったサクラである可能性があります。謝礼金等を貰える条件として、ポイント購入などお金の支払いを要求されることになります。

一度お金を支払ってしまうと取り戻すことは非常に困難です。



イラスト：国民生活センターHPより引用

～年末に向けて～公式そっくりの偽販売サイトに注意!

通信販売サイトで商品を注文し代金を支払ったものの、商品が届かないなどの相談が多く寄せられています。また、人気の家電製品などの公式サイトそっくりな偽サイトもあることから、この偽サイトから注文した人たちからの相談も寄せられています。



通信販売サイトを利用する際の注意点

- ・正規の値段に線が引かれ格安価格になっている場合は、安易に注文しないようにしましょう。
- ・注文する前には、必ずサイトのURLが公式のものか確認しましょう。
- ・販売サイトを最後まで見て、日本語に不自然なところがないか確認しましょう。



2020年4月1日から 『民法(債権法)の契約等に関する部分』が変更されています

今回の民法改正点のうち、「賃貸借に関するルール」の一部について説明します。

◀賃貸借に関するルール改正のポイント▶

◆賃貸借契約中のルール

●賃貸物の修繕に関する要件の見直し

【事例】 AさんはBさんから家を借りて住んでいるが、台風で屋根が損傷し、雨漏りがするようになった。次の台風が接近しており、早く修理したい。

【改正点】 次の場合には、**賃借人(Aさん)が損傷箇所を修理することができる**こととされ、賃借人が損傷箇所を修繕したとしても**貸借人(Bさん)から責任を追究されることはない**ことが明確になりました。

- ①賃借人が貸借人に修繕が必要である旨を通知したか、または貸借人がその旨を知ったのに貸借人が相当の期間内に修繕をしないとき
- ②急迫の事情があるとき



そのほかの改正点…賃貸不動産が譲渡された場合のルールの明確化

◆賃貸借終了時のルール

●賃借料の原状回復義務及び収去義務等の明確化

【事例】 AさんはBさんから借りていた家を退去することになったが、Bさんから日焼けしたクロスの張替費用を負担するように求められた。Aさんとしてはクロスの張替費用まで負担することに納得できない。

【改正点】 賃借人は賃借物を受け取った後に生じた損傷について、原状回復義務を負うことになっていますが、**通常損耗や経年変化については原状回復義務を負わない**ことを明記しました。

●通常損耗・経年変化に当たる例

- 家具設置による床、カーペットのへこみや設置跡
- クロスの変色（日照などの自然現象によるもの）、壁等の画鋸、ピン等の穴
- テレビ、冷蔵庫等の後部壁面の黒ずみ（いわゆる電気ヤケ）
- 鍵の取り替え（破損、鍵紛失のない場合） など

●通常損耗・経年変化に当たらない例

- 引っ越し作業で生じたひっかきキズ
- 日常の不適切な手入れもしくは用法違反による設備等の毀損
- タバコのヤニ・臭い
- 飼育ペットによる柱等のキズ など

そのほかの改正点…敷金に関するルールの明確化、賃貸借契約から生ずる債務の保証に関するルールなど

※ 「パンフレット(全般)」「パンフレット(賃貸借契約)」(法務省)
(http://www.moj.go.jp/MINJI/minji06_001070000.html)をもとに作成 詳しくは法務省ホームページへ



ご利用ください消費生活相談

相談日／毎週月～金曜日（祝日、12月29日～1月3日除く）午前10時～正午、午後1時～4時

場所／消費生活センター（市役所4階48番窓口）

問／☎048-463-1111（内線2256）

消費生活センターでは、契約に関するトラブル、商品の品質や安全性、悪質商法、多重債務など消費生活に関する相談や苦情に対して、専門の資格を持つ相談員が電話や面談で相談を受け、アドバイスや事業者とのあっせん、専門機関の紹介などを行っています。

年末年始業務のご案内



☎/朝霞市役所(代表)

☎463-1111 ☎467-0770

年末年始の市役所等のお休み

施設	閉所期間	施設	閉所期間
市役所	12月29日(火)～1月3日(日)	朝霞台出張所	12月29日(火)～1月3日(日)
内間木支所		朝霞駅前出張所	
水道庁舎		保健センター	

※出生、死亡、婚姻などの届け出は、休み中も市役所警備員室で受け付けます。

主な施設のお休み

施設	閉所期間
宮戸・栄町・溝沼・根岸台 市民センター	12月28日(月)～1月4日(月)
弁財・朝志ヶ丘・仲町・膝折 市民センター	12月29日(火)～1月3日(日)
ゆめぱれす(市民会館)	12月28日(月)～1月4日(月)
市民活動支援ステーション・ シニア活動センター	
斎場	1月1日(金・祝)～3日(日)
図書館(本館)・北朝霞分館	12月28日(月)～1月4日(月)
博物館	12月27日(日)～1月4日(月)
埋蔵文化財センター	
旧高橋家住宅	12月28日(月)～1月4日(月)
中央公民館・コミュニティセンター	
それいゆぶらざ(女性センター)	12月28日(月)～1月3日(日)
東朝霞・西朝霞・北朝霞公民館	12月27日(日)～1月4日(月)
南朝霞・内間木公民館	12月31日(木)～1月1日(金・祝)

※上記以外の施設は、各施設にお問い合わせください。

施設	閉所期間
溝沼老人福祉センター	12月29日(火)～1月3日(日)
浜崎老人福祉センター	12月28日(月)～1月4日(月)
はまさき・ねぎしだい児童館	12月29日(火)～1月3日(日)
きたはら・みぞぬま・ひざおり・ほんちよう児童館	
さくら・きたはら子育て支援センター	12月28日(月)～1月4日(月)
ファミリー・サポート・センター	12月28日(月)～1月4日(月)
はあとびあ(総合福祉センター)	
産業文化センター	12月29日(火)～1月3日(日)
エコネットあさか(リサイクルプラザ)	12月28日(月)～1月4日(月)
総合体育館・武道館	12月31日(木)～1月3日(日)
朝霞中央公園陸上競技場	
青葉台公園テニスコート・芝生広場	
北朝霞公園野球場	
弁財公園・滝の根テニスコート	
上野荒川運動公園野球場・サッカー場	
内間木公園テニスコート・弓道場	

年末年始のごみ収集日程



☎/資源リサイクル課(クリーンセンター内)

☎456-1593

年末年始は、ごみの量が多くなりますので、通常より収集に時間がかかります。ご了承ください。

●資源(びん・かん・ペットボトル等)

●燃やせないごみ、プラスチック資源

収集コース	年末最終日	年始開始日	収集コース	年末最終日	年始開始日
月	12月28日(月)	1月4日(月)	水	12月30日(水)	1月6日(水)
火	12月29日(火)	1月5日(火)	木	12月24日(木)	1月7日(木)
水	12月30日(水)	1月6日(水)	金	12月25日(金)	1月8日(金)
木	12月24日(木)	1月7日(木)	月	12月28日(月)	1月4日(月)
金	12月25日(金)	1月8日(金)	火	12月29日(火)	1月5日(火)

※地区ごとに横一列で表記しています。(ごみの種類によって違う列になる地区はありません。)

●燃やすごみ(生ごみ等)

●粗大ごみ(申込制有料収集)

収集コース	年末最終日	年始開始日
月・木	12月28日(月)	1月4日(月)
火・金	12月29日(火)	1月5日(火)
水・土	12月30日(水)	1月6日(水)

申込受付	年末最終日	年始開始日
	12月28日(月) 午後4時まで	1月4日(月) 午前9時から

☎/☎458-1322

受付/土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後4時

●直接搬入および事業系ごみ搬入

搬入受付	年末最終日	年始開始日
	12月28日(月) 午前9時～午後4時	1月4日(月) 午前9時～午後4時

・搬入先/クリーンセンター

・受付時間/月～金曜日 午前9時～午後4時
土曜日(予約制) 午前9時～正午
日曜日・祝日は搬入できません。

※年末年始の直接搬入は非常に混雑しますので、できるだけ避けるようご協力ください。

市内循環バス「わくわく号」の年末年始運休のお知らせ



☎/まちづくり推進課 ☎463-1514

運休日/12月31日(木)～令和3年1月1日(金・祝)

※12月30日(水)、令和3年1月2日(土)・3日(日)は、土・日曜日・祝日ダイヤで運行します。

医療機関年末年始診療実施予定表

No.	施設名	電話番号 (048)	12月28日(月)		29日(火)		30日(水)		1月4日(月)	
			午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1	朝霞厚生病院	473-5005	○	○	○	○	救	救	○	○
2	TMGあさか医療センター	466-2055	○	○	○	○	○	救	○	○
3	朝霞病院	465-1181	○						○	
4	塩味病院	467-0016	○	○	○	○	○	○	○	○
5	あいかわ循環器内科・内科	461-8585	○	○					○	○
6	あおば台診療所	474-5270							○	○
7	青柳診療所	465-5077	○	○					○	○
8	朝霞あおば台整形外科	424-2841	○	○	○				○	○
9	朝霞駅東口たんば内科クリニック	450-2211	○	○					○	○
10	あさか心のクリニック	458-5561		○						○
11	あさか産婦人科	466-4103	○	○	○	○	○	○	○	○
12	朝霞すみえ皮フ科クリニック	423-0496							○	○
13	朝霞整形外科・外科	461-5128	○	○						
14	朝霞台駅前みなみ耳鼻咽喉科	474-8733	○	○	○	○	~11:00		○	○
15	朝霞台クリニック	472-1288	○	○					○	○
16	朝霞台呼吸器科・内科・外科クリニック	485-1620	○	○	○	○			○	○
17	あさか台メンタルクリニック	476-9700	○	○	○	○				
18	朝霞皮膚科診療所	464-2270		○						
19	あさくらクリニック	423-8470	○						○	○
20	阿部産婦人科医院阿部レディースクリニック	465-8118	○	○	○	○	○		○	○
21	石塚医院	465-1155	○		○					
22	石原クリニック	486-1890							○	○
23	磯貝医院	463-2370	○	○	○					
24	伊藤耳鼻科クリニック	486-0087							○	○
25	上野胃腸科	461-6565	○	○	○	~15:00			○	○
26	大城クリニック	463-1575	○	○	○					
27	大野眼科クリニック	424-3733	○	○	○	○				
28	北朝霞・朝霞台えきまえエスエスこどもクリニック	476-3002	○						○	
29	北朝霞駅前クリニック	486-6333	○	○	○	○				
30	北あさか城北クリニック	474-9066	○	○	○				○	
31	北朝霞整形外科	474-7711	○	○	○	○			○	○
32	北朝霞藤宮眼科	474-1417	○	○	○	○	○	○	○	○
33	栗原整形外科	463-2325	○	○	○	○				
34	くろだ内科クリニック	450-7711							○	○
35	さない耳鼻科クリニック	450-3710	○						○	
36	塩味クリニック	461-6100							○	○
37	新谷医院	461-3238	○	○	○					
38	すぎたこどもクリニック	458-6600	○	○	○				○	○
39	鈴木内科	473-6611	○	○						
40	関医院	465-8550	○	○	○	○	○			
41	谷合眼科	462-2355	○	○					○	
42	TMGサテライトクリニック朝霞台	452-7700	○	○	○	○	○		○	○
43	所医院	463-1316	○							
44	富岡医院	461-7581	○						○	○
45	なおあきクリニック	467-7140	○	○	○	○				
46	根本整形外科	467-4154	○	○	○	○				
47	はねだクリニック	469-2139	○	○					○	○
48	はまなか皮フ科クリニック	476-1223							○	○
49	ひるま小児科クリニック	466-0320	○	○						
50	ひろせこどもクリニック	460-2900							○	○
51	ファミリータイズクリニック	458-5522	○	○	○	○			○	○
52	福島眼科	469-1006	○	○	○	○			○	○
53	ふじい整形外科	450-1188	○	○	○				○	○
54	弁財泌尿器科・内科クリニック	487-8160	○	○	○				○	○
55	増田耳鼻咽喉科医院	463-9218	○	○	○	○				
56	まつおか眼科クリニック	450-2030	○	○					○	○
57	三浦医院	461-3802	○							
58	みやた内科クリニック	423-0406	○	○	○				○	○
59	宮戸クリニック	474-5103	○	○	○	○	○			
60	みらいず眼科	423-7310	○	○	○	○			○	○
61	村山クリニック	471-1636	○	~16:00					○	○
62	渡邊クリニック朝霞	467-3584							○	○

※12月31日(水)～令和3年1月3日(日)は、救急以外の診療の実施予定はありません。

【個人向け】新型コロナウイルス感染症の支援・相談窓口一覧 ★印は本市独自の事業

※詳細は、お問い合わせください。

○助成金・支援金・補助金・給付金

名称	対象	問い合わせ(市外局番は048です)
住居確保給付金	離職・やむをえない休業等で家賃の支払いが困難な方	福祉相談課 ☎423-5082
ひとり親世帯臨時特別給付金	ひとり親の子育て世帯(所得制限あり)	こども未来課 ☎463-2834
★特別出産給付金	令和2年4月28日～12月31日に生まれたお子さんを育てている方など	健康づくり課 ☎465-8611
傷病手当金(会社等に勤めている方)	朝霞市国民健康保険・後期高齢者医療保険の被保険者で、感染または感染の疑いにより会社等を休んだ方	保険年金課 国民健康保険 ☎463-0283 後期高齢者医療保険 ☎463-1928
★傷病見舞金(自営業などの方)	朝霞市国民健康保険の被保険者で、自営業で新型コロナウイルス感染症に感染し、休業等となった方	
小学校等の臨時休業に対応する保護者支援(厚生労働省)	委託を受けて個人で仕事をする方	厚生労働省学校等休業助成金・支援金、雇用調整助成金コールセンター ☎0120-60-3999
新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金	事業主の指示を受けて休業(休業手当の支払いなし)した中小企業の労働者	厚生労働省新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金コールセンター ☎0120-221-276

○貸付・融資

★福祉資金貸付	家計の維持が苦しい世帯	福祉相談課 ☎463-1594
特例緊急小口資金・特例総合支援資金		社会福祉協議会 ☎486-2478
★朝霞市奨学金制度	学費などに困っている学生など	教育管理課 ☎463-0793
埼玉県高等学校等奨学金制度		埼玉県教育局財務課授業料・奨学金担当 ☎830-6652
日本学生支援機構奨学金制度		日本学生支援機構奨学金相談センター ☎0570-666-301

○料金・税金等の納付の猶予・減免等

国民健康保険税の減免	税金・保険料を支払うことができない方	保険年金課 ☎463-0283
介護保険料の支払猶予・減免		長寿はつらつ課 ☎463-1952
後期高齢者医療保険料の徴収猶予・減免		保険年金課 ☎463-1928
国民年金保険料の免除		保険年金課 ☎463-0284
市税の納税猶予	税金を一時的に納付することが困難な方	収納課 ☎463-2023
県税の納税猶予		朝霞県税事務所 ☎463-1671
国税の納税猶予		関東信越国税局猶予相談センター ☎0120-948-249
水道料金・下水道使用料の支払猶予等	料金等を一時的に支払うことが困難な方	水道経営課 ☎462-3366
★証明書郵送請求時の返信送料の免除	証明書等を郵送請求された方	総合窓口課 ☎463-2605
★住民票・印鑑登録証明書の手数料免除	住民票・証明書等を発行された方	総合窓口課・朝霞駅前出張所・朝霞台出張所・内間木支所 ☎463-2605
新型コロナウイルス感染症対策に関する税制上の措置	制度・対象についてはお問い合わせください。	課税課 市民税係 ☎463-2852～3 固定資産税係 ☎463-2875 庶務係 ☎463-2851
所得税の確定申告(朝霞税務署)	期限内に申告等が困難な方	朝霞税務署 ☎467-2211

○その他

生活困窮に関する相談	離職や休業等で生活にお困りの方	福祉相談課 ☎423-5082
生活保護に関する相談	傷病、失業等で生計の見通しが立たない方	生活援護課 ☎463-1562・1576
障害年金受給者の障害状態確認届の届出期間の延長	障害年金を継続して受給するため、届出が必要な方	保険年金課 ☎463-0284
★自転車等駐車場使用料の還付(学生の定期利用者)	通学先の学校が休業となった学生で、還付を希望される方	まちづくり推進課 ☎463-1514
消費生活相談	悪質商法等について電話・対面相談をしたい方	地域づくり支援課 ☎463-1111 内線2256
外国人相談窓口	新型コロナウイルスでお困りで、日本語に自信がない外国人の方	埼玉県外国人向け新型コロナウイルス相談ホットライン ☎711-3025

【事業者向け】新型コロナウイルス感染症の支援・相談窓口一覧 ★印は本市独自の事業

※詳細は、お問い合わせください。

○貸付・融資

名称	内容	問い合わせ(市外局番は048です)
★朝霞市中小企業融資制度および利子補給	市内中小企業者が経営の安定化に必要な事業資金の融資および支払利子の補給 ※令和2年1月から12月支払い利子は全額補給	産業振興課 ☎463-1903
★融資制度利用に係る各種証明書の発行手数料の免除	市内事業者の方で、市、県および国の融資を利用する際の証明書発行の手数料を免除	
埼玉県中小企業制度融資	県内中小企業者で、経営の安定化を図るうえで必要な事業資金についての融資	埼玉県産業労働部金融課 ☎830-3801 朝霞市商工会(申請先) ☎470-5959
新型コロナウイルス感染症特別貸付等の日本政策金融公庫の融資制度	一時的な業績悪化をきたしている方へ設備資金および運転資金を貸付	日本政策金融公庫事業資金相談ダイヤル ☎0120-154-505

○認定書等の発行

セーフティネット保証4号、5号、危機関連保証の認定書発行	各種保証、補助金申請に必要な認定書・証明書の発行	産業振興課 ☎463-1903
小規模事業者持続化補助金の申請に関する新型コロナウイルス感染症の影響を受けたことの証明書発行		

○助成金・支援金等

持続化給付金(経済産業省)	営業自粛等で影響を受ける事業者に対しての事業全般に使用できる給付金	持続化給付金事業コールセンター ☎0120-279-292
家賃支援給付金(経済産業省)	売上が減少した事業者の地代・家賃(賃料)の負担を軽減する給付金	家賃支援給付金コールセンター ☎0120-653-930
雇用調整助成金(埼玉労働局)	事業活動縮小により従業員雇用維持を図る場合で、休業手当等の一部を助成	ハローワーク朝霞 ☎463-2233
埼玉県中小企業・個人事業主等家賃支援金	テナント向け 売上が減少したテナント事業者の方に家賃の一部を支援	埼玉県中小企業等支援相談窓口 ☎0570-000-678
小学校等の臨時休業に伴う保護者の休暇取得支援(厚生労働省)	小学校等臨時休業に伴い、保護者に休暇を取得させた事業者向けの助成金	厚生労働省学校等休業助成金・支援金、雇用調整助成金コールセンター ☎0120-60-3999
★中小・小規模企業者支援金	令和2年1月～12月で、前年の同月と比較し、売上が20パーセント以上減少している事業者へ、一律10万円支給	産業振興課 ☎463-1903
★持ち帰り・宅配サービス導入奨励金	令和2年2月～10月に持ち帰り(テイクアウト)または宅配(デリバリー)を始めた飲食店に、一律5万円支給	
中小事業者等が所有する事業用家屋および償却資産に係る令和3年度分の固定資産税・都市計画税の軽減措置	令和3年度分の固定資産税・都市計画税の課税標準を、事業収入の減少幅に応じ、2分の1またはゼロとします。	課税課固定資産税係 ☎463-2875

○相談窓口

商工業者の経営や融資に関する相談	事業者の方で、感染症、経営、融資、労働に関する相談を実施	朝霞市商工会 ☎470-5959
感染症に関する経営相談		埼玉県よろず支援拠点 ☎0120-973-248
感染症に関連する特別労働相談		埼玉県労働局相談窓口 ☎600-6262
農業者・食品事業者等向けの感染症に関する相談		関東農政局企画調整室 ☎740-0311・0016
新型コロナウイルス感染症等で影響を受けている事業者等への無料相談窓口		産業振興課 ☎463-1903

市の家計簿を公表します

令和2年9月30日現在の財政状況

市では毎年2回、市民の皆さんに納めていただいた大切な税金などが、どのように使われているかを知っていただくため、財政状況を公表しています。このほか、財政に関する情報は市ホームページに掲載しています。



市ホームページ

☎ 463-3179

予算現額	625億 581万 3千円	歳入	歳出	予算現額	625億 581万 3千円
収入済額	354億 4,788万 2千円 (56.7%・173.6%)			支出済額	347億 3,652万 3千円 (55.6%・187.0%)
	253億 4,027万 7千円	国庫支出金	民生費		384億 2,929万 6千円
	182億 9,052万 5千円 (72.2%・569.6%)				253億 8,131万 3千円 (66.0%・250.7%)
	229億 1,476万 2千円	市税	教育費		67億 7,650万 3千円
	126億 1,041万 3千円 (55.0%・101.0%)				21億 1,273万 6千円 (31.2%・101.8%)
	32億 5,271万 7千円	県支出金	総務費		50億 3,416万 7千円
	4億 4,806万 5千円 (13.8%・130.8%)				19億 709万 9千円 (37.9%・97.4%)
	27億 6,800万円	地方消費税交付金	衛生費		34億 4,323万 1千円
	15億 1,365万 3千円 (54.7%・119.2%)				11億 2,382万円 (32.6%・113.2%)
	26億 7,548万円	市債	土木費		32億 3,337万 6千円
	(- %・ - %)				13億 9,029万 5千円 (43.0%・159.5%)
	12億 9,824万 9千円	諸収入	公債費		31億 928万 9千円
	4億 2,979万 4千円 (33.1%・83.2%)				14億 8,347万円 (47.7%・100.2%)
	11億 6,688万円	繰越金	消防費		13億 6,731万 7千円
	11億 6,688万円 (100.0%・87.0%)				7億 7,005万 4千円 (56.3%・101.1%)
	7億 8,170万 5千円	使用料及び手数料	商工費		7億 22万 3千円
	3億 4,888万 4千円 (44.6%・83.2%)				3億 9,048万 7千円 (55.8%・284.6%)
	5億 6,978万 3千円	分担金及び負担金	議会費		2億 8,505万 1千円
	1億 3,762万 6千円 (24.2%・33.8%)				1億 4,533万 9千円 (51.0%・107.2%)
	4億 5,004万 4千円	繰入金	農林水産業費		6,960万 2千円
	(- %・ - %)				3,149万 4千円 (45.2%・94.9%)
	2億 2,850万円	地方譲与税	諸支出金		600万 7千円
	6,442万 4千円 (28.2%・106.6%)				(- %・ - %)
	2億 1,792万 3千円	地方交付金	労働費		175万 1千円
	4,258万 8千円 (19.5%・68.0%)				41万 6千円 (23.8%・93.3%)
	8億 4,149万 3千円	その他	予備費		5,000万円
	3億 9,503万円 (46.9%・134.0%)				(- %・ - %)

※パーセント表記のものについては、小数点以下第2位を四捨五入しています。
 ※歳入「その他」は、地方特例交付金、財産収入、国有提供施設等所在市町村助成交付金、配当割交付金、株式等譲渡所得割交付金、法人事業税交付金、環境性能割交付金、利子割交付金、交通安全対策特別交付金、寄附金、ゴルフ場利用税交付金の合計です。
 ※()内は、[収入率または支出率]・[収入済額または支出済額の対前年度比]を表しています。

- 民生費**…福祉や保育など、住民の一定水準の生活を確保し、安定した社会生活を保障するための経費です。
- 教育費**…学校・博物館・公民館・図書館などの施設の設置管理、その他教育や学術文化に関する事務を行うための経費です。
- 総務費**…徴税・戸籍・選挙・統計などのための経費です。
- 衛生費**…公害対策やごみ処理など、住民の健康で衛生的な生活環境を保持するための経費です。
- 土木費**…道路橋りょうの整備・改良、都市計画などのための経費です。

- 公債費**…市が借り入れた市債（借金）の元金、利子の償還（返済）費です。
- 消防費**…埼玉県南西部消防本部の運営や、消防団の活動などのための経費です。
- 商工費**…中小企業への融資支援、商工業の振興などのための経費です。
- 議会費**…議会の活動のための経費です。
- 農林水産業費**…農業の改良や組合の指導育成、農業施設の管理のための経費です。
- 労働費**…労働者を支援する各種事業のための経費です。

一般会計 収入と支出の状況

市の一般的な仕事や事業に係る基本的な経費を賄うのが一般会計です。

令和2年度（2020年度）の一般会計当初予算額は、435億1千万円でしたが、前年度からの繰越事業や補正により、9月末予算現額は、625億581万3千円となりました。

新型コロナウイルス感染症の対策として実施した特別定額給付金の給付や感染症拡大防止対策事業等に対して国から補助金が交付されたため、国庫支出金は前年同月に比べて59.6%となり、市税よりも予算額・収入済額ともに大きくなっています。

一方、市税の状況としては、前年同月に比べて収入済額は1億2千162万9千円増えており、前年度と同程度の収入率となっていて、今後の見通しは不透明ですが、現時点では新型コロナウイルス感染症の影響は出ていません。

収入済額は、予算現額の56.7割にあたる354億4千788万2千円で、支出済額は、55.6割にあたる347億3千652万3千円となっています。

■財政調整基金の残高（令和2年9月30日現在）

平成28年度末現在高	平成29年度末現在高	平成30年度末現在高	令和元年度末現在高	令和2年度末現在高（見込み）
20億704万6千円	22億3,567万7千円	25億7,546万円	25億3,789万3千円	26億3,283万円

■市民の税負担状況（令和2年9月30日現在）

税目	予算現額	収入済額	税目	予算現額	収入済額
市民税	114億3,484万3千円	54億4,329万8千円	市たばこ税	7億7,363万8千円	3億9,549万9千円
固定資産税	92億7,027万4千円	58億2,577万4千円	都市計画税	13億480万6千円	8億388万7千円
軽自動車税	1億3,120万1千円	1億4,195万5千円	合計	229億1,476万2千円	126億1,041万3千円

人口 14万3,063人 世帯 6万7,688世帯（令和2年9月30日現在）

人口1人当たり 8万8,146円(99.8%) 世帯1世帯当たり 18万6,302円(99.0%) ※（ ）内は対前年度比

	市民税	固定資産税	軽自動車税	市たばこ税	都市計画税
人口	3万8,048円 (101.1%)	4万722円 (98.8%)	992円 (106.8%)	2,765円 (94.6%)	5,619円 (99.6%)
世帯	8万418円 (100.3%)	8万6,068円 (98.1%)	2,097円 (106.0%)	5,843円 (93.9%)	1万1,876円 (98.9%)

■市債の残高（令和2年9月30日現在）

区分	現在高（千円）	構成比	区分	現在高（千円）	構成比
総務債	35億4,646万1千円	13.9%	諸支出金債	5,302万2千円	0.2%
民生債	13億7,102万3千円	5.4%	減収補てん債	6,044万円	0.2%
衛生債	4億3,578万1千円	1.7%	減税補てん債	3億9,178万5千円	1.5%
土木債	38億4,784万9千円	15.1%	臨時財政対策債	104億5,830万1千円	41.0%
消防債	1億3,847万2千円	0.5%	合計	255億2,186万3千円	100.0%
教育債	52億1,872万9千円	20.5%			

国民健康保険	予算現額	106億 304万3千円
	収入済額	44億8,144万8千円 (42.3%・94.7%)
	支出済額	43億3,852万3千円 (40.9%・92.4%)
介護保険	予算現額	74億1,745万8千円
	収入済額	37億5,961万8千円 (50.7%・109.6%)
	支出済額	29億6,397万3千円 (40.0%・103.4%)
後期高齢者医療	予算現額	14億 6万3千円
	収入済額	5億2,731万5千円 (37.7%・105.8%)
	支出済額	4億4,647万6千円 (31.9%・106.9%)

※（ ）内は、[収入率または支出率]・[収入済額または支出済額の対前年度比]を表しています。
※特別会計の下水道事業は、令和2年4月から下水道事業会計（公営企業会計）に移行しました。

特別会計は、特別に決めた目的や利便のために、一般会計から区別して経理される会計です。
令和2年度（2020年度）の3つの特別会計の当初予算額は合計で、189億4千629万5千円でしたが、補正により、9月末予算現額は、194億2千56万4千円となりました。収入済額は、予算現額の45.1割にあたる87億6千838万1千円で、支出済額は、39.9割にあたる77億4千897万2千円となっています。

特別会計 収入と支出の状況

市・県民税(個人住民税)が変わります

令和3年度からの主な改正点をお知らせします。
 詳しい税制改正の内容は、市ホームページをご覧ください。

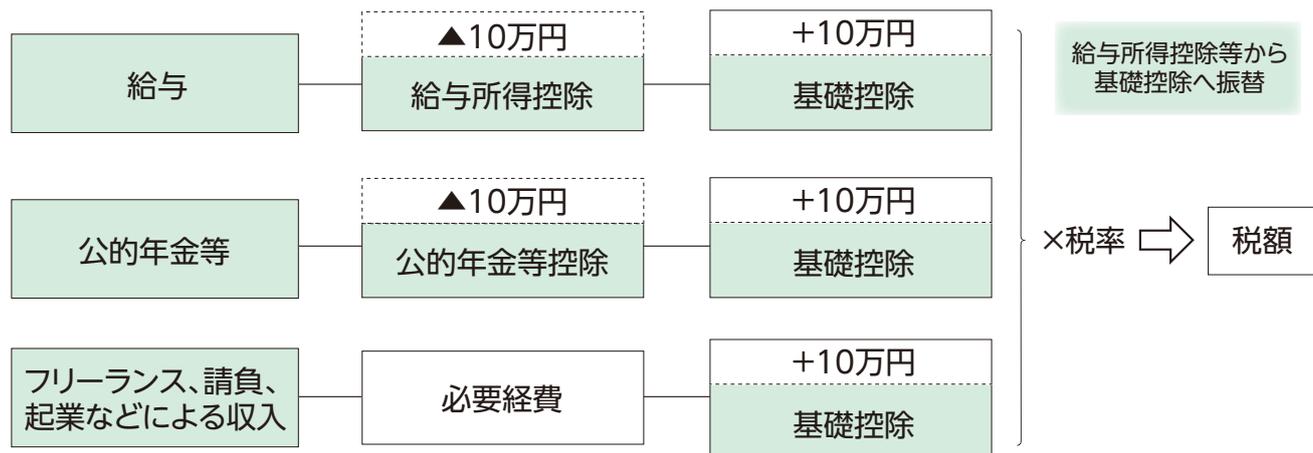
☎課税課 ☎463-2852~3



市ホームページ

●給与所得控除・公的年金等控除額が10万円引き下げられます

これにより、所得金額が高くなりますが、基礎控除額が一律10万円引き上げられるため、結果として多くの場合、税額に影響はありません。



※給与所得と公的年金所得の両方がある方は、負担増となることを防止するために、給与所得から最大10万円を控除する「所得金額調整控除」が新しく創設されました。詳しくは次ページをご覧ください。

※フリーランス、請負、起業などによる収入のみの方は、基礎控除額が10万円引き上げられるため、税負担が軽減されます。

Q. 税額に影響がある人はどのような人ですか？

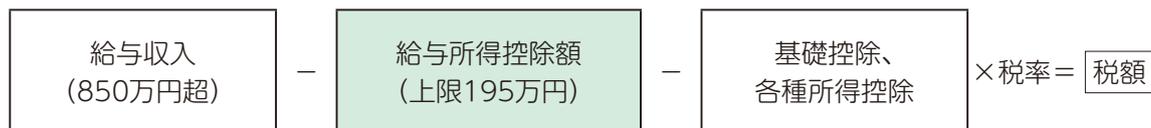
A. 給与収入が850万円超の方、年金収入が1,000万円超の方、合計所得金額が2,400万円超の方は税負担が大きくなります。

Q. 扶養に入ることができる収入金額は変わりますか？

A. 変わりません。給与収入のみの場合であれば、収入が103万円までであれば扶養に入ることができます。ただし、給与収入以外の収入がある方は変わる可能性があります。

●税負担が大きくなる主な例

(1) 給与収入が850万円超の方…給与所得控除額の上限が195万円となります。



(2) 公的年金等の収入が1,000万円超の方…公的年金等控除額の上限が195万5,000円となります。



(3) 公的年金等雑所得以外の所得が1,000万円超の方

…公的年金等雑所得を算出する際、控除額が減額されます。

公的年金所得以外の所得金額	減額される控除額
1,000万円超2,000万円以下	10万円
2,000万円超	20万円

(4) 合計所得金額が2,400万円超の方…合計所得金額に応じて基礎控除額が逡減します。

合計所得金額	基礎控除額
2,400万円以下	43万円
2,400万円超 2,450万円以下	29万円
2,450万円超 2,500万円以下	15万円
2,500万円超	適用なし

(5) 合計所得金額が2,500万円超の方…調整控除が適用されないこととなります。

新たに創設または改正されるもの

●所得金額調整控除の創設

(1) 子育て世帯等に対する調整措置

給与等の収入が850万円を超える方のうち、次の①から③のいずれかに該当する場合、所得金額調整控除額が給与所得から控除されます。

- ①ご自身が特別障害者に該当する
- ②年齢23歳未満の扶養親族を有する
- ③特別障害者である同一生計配偶者もしくは扶養親族を有する

$$\text{所得金額調整控除額} = (\text{給与等の収入額 (1,000万円を超える場合1,000万円)} - 850\text{万円}) \times 10\%$$

(2) 給与所得と公的年金等雑所得の両方を有する方の調整措置

給与所得および公的年金等雑所得の、それぞれの所得控除後の金額を合計した額が10万円を超える方は、所得金額調整控除額が給与所得から控除されます。

$$\text{所得金額調整控除額} = (\text{給与所得 (10万円を限度)} + \text{公的年金等雑所得 (10万円を限度)}) - 10\text{万円}$$

●ひとり親控除の創設

すべてのひとり親に対する公平な税制を実現するため、ひとり親控除が創設されました。

寡婦控除と同様に、合計所得金額が135万円以下であれば非課税となります。

控除額／30万円

対 象／次の要件をすべて満たす方（性別問わず）

- ①総所得金額等が48万円以下の生計を一にする子がいる
- ②合計所得金額が500万円以下
- ③事実上の婚姻関係にある者がいない

●寡婦控除の改正

ひとり親控除の創設に伴い、寡夫控除が廃止され、寡婦控除の対象の方に、要件が追加されました。

控除額／26万円（従前と同様）

対 象／子以外の扶養親族を有する死別・離別の女性、扶養親族を有しない死別の女性

追加要件／①合計所得金額が500万円以下 ②事実上の婚姻関係にある者がいない

朝霞地区一部事務組合だより

令和元年度決算の概要

歳入決算額は、予算現額51億8097万2000円に対し、収入済額52億200万4778円で100・4%の収入率となっております。

歳出決算額は、予算現額51億8097万2000円に対し、支出済額49億1727万8477円で94・9%の執行率となっております。

障害者支援施設すわ緑風園の運営に3億5527万796円を、し尿処理場の運営に1億3148万2177円を支出しました。

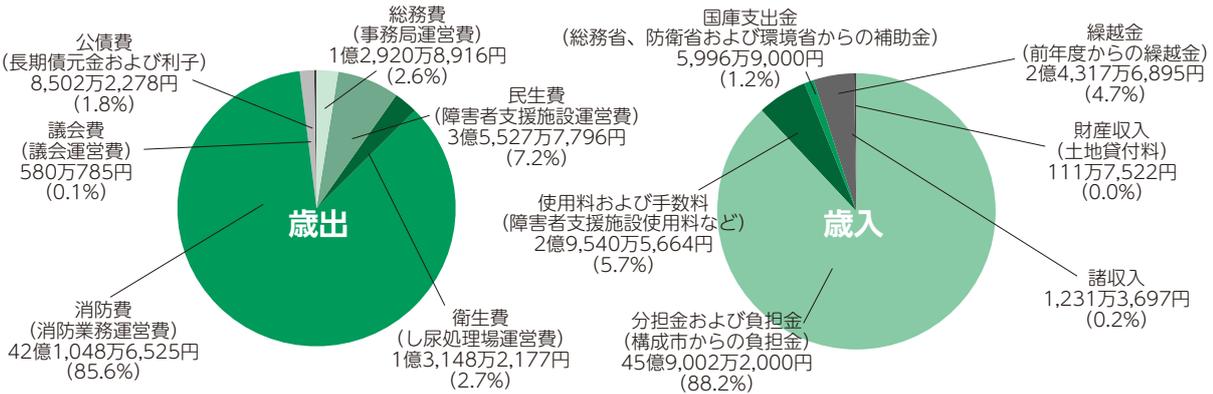
また、埼玉県南西部消防本部の業務運営や施設設備の整備に42億1048万6525円を支出しました。

市民1人当たりに使われたお金
1万5266円

(注) 令和元年10月1日現在の構成市住民基本台帳人口46万7188人で算出しています。

☎ 総務課

☎ 46112415



職員募集

令和3年4月採用の職員を募集します。

募集職種・採用予定人数

- ① 一般事務職・若干名
- ② 障害者支援施設男性支援員・若干名

※②の勤務内容は、施設利用者（主に男性）への生活、作業等の支援および入浴、排泄等の介護業務

応募資格

- ① 上級：平成4年4月2日以降に生まれた方
 - 中級：平成6年4月2日以降に生まれた方
 - 初級：平成8年4月2日以降に生まれた方
 - ② 上級：昭和60年4月2日以降に生まれた方
 - 中級：昭和62年4月2日以降に生まれた方
 - 初級：平成元年4月2日以降に生まれた方
- ※上級は、大学を卒業または卒業見込みの方
中級は、短大を卒業または卒業見込みの方
初級は、高校を卒業または卒業見込みの方
- 第1次試験日／令和3年1月9日(土)

受付期間／12月7日(月)～18日(金) 午前9時～午後5時
(土・日曜日を除く)

受験案内／ホームページ、朝霞地区一部事務組合(総務課、障害者支援施設すわ緑風園、朝霞・志木・和光・新座の各消防署)で配付

☎ 46112415

☎ 46113028

し尿処理場からのお願い

近年、し尿処理場へ搬入される浄化槽汚泥の中に、多量に油分を含んだ汚泥や、長期間浄化槽の清掃を実施しなかつたために腐敗した汚泥などが搬入される場合があります。このような汚泥は、し尿処理に悪影響を及ぼしますので、次のことにご協力をお願いいたします。

- ・合併浄化槽を利用されている方は、廃食用油等をご家庭の台所や事業所等の調理場などの排水口から流さず、ゴミとして出してください。
- ・浄化槽管理者は、毎年1回以上、浄化槽の保守点検および浄化槽の清掃を実施してください(実施回数は、

浄化槽の処理方式や規模によって異なります)。
・トイレの中には、トイレレットパー以外のもを入れないでください(紙おむつ、下着、ビニール、たばこの吸い殻など)。

☎ 46719921

年末年始のし尿収集日

ご不明な点は、お問い合わせください。

【収集最終日】12月28日(月)

【収集開始日】令和3年1月4日(月)

☎ 46719921

令和3・4年度入札参加資格審査受付

朝霞地区一部事務組合が発注する事業の入札に参加するための資格審査の受け付けを行います。

受付期間／令和3年2月1日(月)～15日(月)

☎ 46112415

受付方法／郵送 ※提出書類や郵送先など詳細は、ホームページをご覧ください。

☎ 46112415

消毒用アルコール容器に 適正表示をお願いします

新型コロナウイルス感染症対策で、消毒用アルコールを使用する機会が増えています。

消毒用アルコールは消防法に定める危険物（第4類引火性液体）です。飲料用ペットボトル等、法令に適合しない容器には詰め替えないでください。

また、消毒用アルコールを製造、販売する際は、容器の外部に「危険物の品名」など、適正な表示をすることが必要となります。詳しくはホームページをご覧ください。

☎ 消防本部予防課

☎ 460-0124

救急に関する標語の決定

今年度の最優秀作品として新座市在住の山川有子さんの作品「救急車 命をつなぐ 適正利用」が選ばれました。

この標語は、ボールペン等に印字され、救急講習や催物等で配布し、市民の皆さんへの救急車適正利用の啓発に活用していきます。

☎ 消防本部救急課

☎ 460-0124

たばこ火災にご注意ください！

たばこ火災の多くは、寝たばこやポイ捨てなど喫煙者の不注意やマナーが原因です。

◆**たばこ火災を防ぐポイント**

◆ 布団などの上で、寝転びながらの喫煙はしない。

◆ 喫煙する際は、水を張った灰皿を使用し、確実に消火後、吸殻はこまめに捨てる。

◆ 屋外など風通しのよい場所で喫煙するときは、たばこの火種や吸殻が飛ばないようにする。

詳しくはホームページをご覧ください。

☎ 消防本部予防課

☎ 460-0124

セルフスタンドでの給油中は 静電気対策をしましょう

ガソリンは、常温下で可燃性蒸気が発生するため、小さな火源でも火災に至ります。

特に乾燥した季節は、身体に帯電した静電気が放電しやすく、給油口から発生する可燃性蒸気に引火する危険性が非常に高くなります。

給油口を開ける前に必ず、給油設備に設置された「静電気除去シート」に触れてから、

給油をしてください。

☎ 消防本部予防課

☎ 460-0124

埼玉県救急電話相談 埼玉県A-1救急相談

埼玉県では、急な病気やけがの際に、家庭での対処方法や医療機関への受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じる埼玉県救急電話相談（#7119）を実施しています。また、全国初となるA-1を活用した「埼玉県A-1救急相談」も、判断に迷ったときなどは、ご利用ください。

◆ 相談時間 24時間365日

◆ 救急電話相談

#7119（ダイヤル回数・IP電話・PHSをご利用の場合は、☎824-4199）

◆ 埼玉県A-1救急相談

この電話相談等は医療行為ではなく、電話等でのアドバイスにより、相談者の判断の参考としていただくものですので、あらかじめご理解のうえご利用ください。



☎ 埼玉県保健医療部医療整備課

☎ 830-13559

NET119緊急通報システム

「NET119」は、音声による119番通報が困難な方を対象とした緊急通報システムです。スマートフォン画面操作だけで救急車や消防車を簡単に呼ぶことができます。

システムの詳しい内容および登録方法は、ホームページをご覧ください。

対象／市内に在住、在勤または在学の方で、音声による119番通報が困難な方

利用開始には消防本部に申請が必要です。

☎ 消防本部指令統括課

☎ 460-0123

FAX 460-0125

火災・病院案内

管内での火災発生状況、休日・夜間などに診療を行って医療機関（管内・近隣含む）の診療状況を音声ガイダンスにより案内しています。

病院を受診される方は、直接病院に電話連絡のうえ、受診してください。

◆ 案内専用ダイヤル

☎ 461-18181

☎ 消防本部指令統括課

☎ 460-0123

ホームページ有料広告募集

掲載できる方／原則朝霞市、志木市、和光市または新座市内に事業所等を有する方

◆ 申込方法／ホームページにある申込書に必要事項を記入のうえ、営業証明書および広告の版下原稿を添えて申し込みください。

◆ 掲載の決定／申込受付後、内容を審査のうえ、掲載の可否を決定し、通知します。※詳細は、ホームページをご覧ください。

☎ 総務課

☎ 461-2415

朝霞地区一部事務組合は、朝霞市・志木市・和光市および新座市の4市で構成され、し尿処理場、障害者支援施設すわ緑風園、埼玉県南西部消防本部の業務を共同で行っています。

■ 朝霞地区一部事務組合 事務局
朝霞市溝沼1-2-27 ☎461-2415
ホームページアドレス
<https://www.kennanseibu119.jp/>



■ 埼玉県南西部消防本部
朝霞市溝沼1-2-27 ☎460-0119
ホームページアドレス
<https://www.kennanseibu119.jp/firedepartment/>



朝霞の自然を浮かび上がらせる灯りのギフト

イルミネーション「あさか冬のあかりテラス」開催☆

問／みどり公園課 ☎463-0374



点灯期間／12月4日(金)～令和3年2月14日(日)

点灯時間／午後5時～9時

場 所／シンボルロード、朝霞中央公園石畳、市道1000号線（朝霞郵便局付近）、朝霞駅南口駅前広場

シンボルロードを中心としたエリアを舞台に、新たな朝霞の冬の風物詩が誕生！夏の風物詩「彩夏祭」とのコラボレーションも実現！

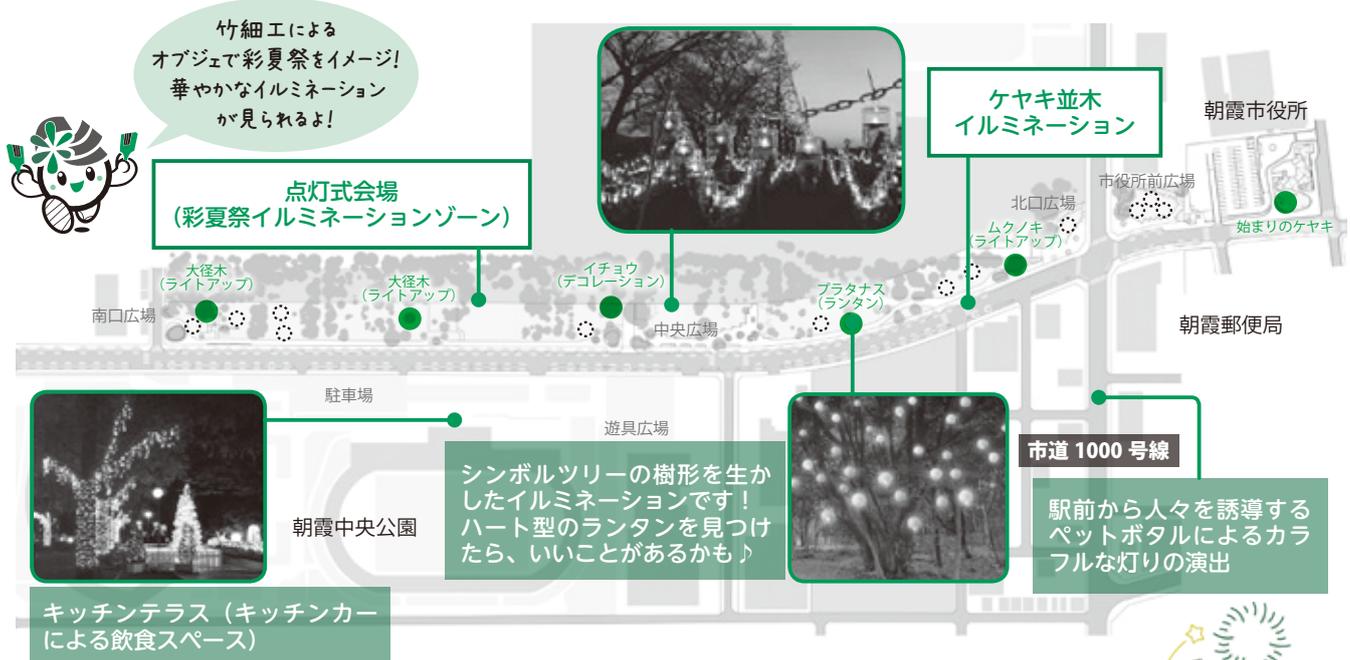
訪れる人々の心に「元気」や「希望」の光が届けられるよう、竹細工やペットボトル（ペットボトルにLEDが入った飾り）など、さまざまな灯りの演出で冬の朝霞を彩りますので、ぜひお立ち寄りください。

点灯式

日時／12月4日(金) 午後5時～

会場／彩夏祭イルミネーションゾーン

- 点灯カウントダウン
- 朝霞西高等学校音楽部による生演奏



朝霞駅南口駅前広場でもイルミネーションが点灯しています！ぜひお立ち寄りください♪

※12月25日(金)にクリスマスイベント企画！当日は、市道8号線公園通り（ケヤキ並木周辺）の通行止めを予定しています。（午後4時～10時予定）

※駐車場は台数に限りがございますので、公共交通機関でお越しください。

※ご来場の際は、新型コロナウイルス感染予防対策へのご協力をお願いします。

主催／朝霞市、彩夏祭（朝霞市民まつり実行委員会）

共催／朝霞市コミュニティ協議会、シンボルロードイルミネーション実行委員会、朝霞市商工会、朝霞市商工会青年部、朝霞駅前商店会、(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社



ぽぼたんが紹介する

す かがわ

福島県須賀川市はこんなトコ!!



☎/地域づくり支援課 ☎463-2645

朝霞市は、「災害時相互応援協定」に基づき、福島県須賀川市と交流をしています。
豊かな自然環境に恵まれた、魅力がいっぱいの須賀川市に皆さんもぜひ訪れてみてください♪

福島県須賀川市

人口は約75,000人、福島県のほぼ中央に位置し、福島空港や、JR東北本線、東北自動車道など、交通網が充実!

「おくのほそ道」で知られる松尾芭蕉もかつて訪れた、歴史あるまちでもあります。



須賀川市マスコットキャラクターポータン

須賀川イベントカレンダー

- 4月 さくらまつり
須賀川牡丹園開園
- 5月 大桑原つつじ園開園
- 7月 きうり天王祭
- 8月 しゃかどうがわ 釈迦堂川花火大会
- 9月 長沼まつり
- 10月 つばらやこうさち 円谷幸吉メモリアルマラソン大会
いわせ悠久まつり
- 11月 たいまつ 松明あかし
ぼたんたきび 牡丹焚火

Pick Up!

しゃかどうがわ 釈迦堂川花火大会

県内最大級の花火大会。
有名花火師による尺玉の競演や創作花火など1万発もの花火が楽しめます。



たいまつ 松明あかし

420年以上の伝統を誇る火祭り。
松明は全部で約30本で、大松明は長さ10m、直径2m、重さ3tもあり、迫力満点です!



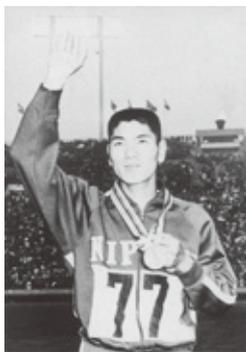
須賀川出身の【二人の円谷】

つばらやこうさち ①円谷幸吉

1964年東京オリンピックのマラソン競技で銅メダルを獲得。

当時、朝霞市の自衛隊体育学校に所属していました。

毎年、10月第3日曜日には、その偉業を称えるとともに、第二の円谷選手育成も目指して、円谷幸吉メモリアルマラソン大会が開催されています。



つばらやえいじ ②円谷英二

「特撮の神様」と称されるウルトラマンの生みの親。その縁があり、須賀川市と「M78星雲 光の国」は姉妹都市提携をしています。

ウルトラマンに会えるまちとして、市内には、ウルトラヒーローや怪獣のモニュメントが設置されているほか、関連グッズや、グルメがあります。



©円谷プロ

須賀川市公式ホームページ
「観光すかがわ」



須賀川市観光物産振興協会
オンラインショップ「すかがわのモノウム」

アクセス

車：浦和I.C→須賀川I.C (東北自動車道)【約2時間30分】
公共交通機関：東京駅→郡山駅 (東北新幹線)【約1時間40分】
郡山駅→須賀川駅 (JR東北本線)【10分】



新しい生活様式のなかで

プラス10分身体を動かそう！

身体を今より10分多く動かすだけで、健康寿命をのばすことができます。新型コロナウイルス感染症の影響で身体を動かす時間が減っていませんか？

「新しい生活様式」の中でできる身体の動かし方を日常生活に取り入れ、年末年始を健康に過ごしましょう！

生活の中で、身体を動かせる場面を見つけよう

～身体の動かし方実践例～

朝起きて

散歩、ジョギング、ラジオ体操、庭の手入れ



通勤・通学する時

歩幅を広くする、早歩き、階段を使う、少し遠回りをする



家事をする時

掃除などの家事をこまめにする、歩いて買い物に行く、物事の間ストレッチをする



仕事中

軽いストレッチや筋トレをする、階段を使う、遠くのトイレに行く、デスクワークの場合は時々立つ

夜寝る前に

軽い筋トレ、ストレッチ



コロナうつにならないために

生活様式の変化にとまない、最近ストレスを感じていませんか？

コロナうつとは、大きな環境の変化や感染への不安などからストレスを感じ、こころに不調が出てしまうことです。

十分な睡眠をとり、休養を上手にとりましょう。

そして、好きな音楽を聴いたり、身体を動かしてみるなど、自分に合ったストレス解消方法を見つけましょう。

ストレッチやウォーキングなど、身体を動かし筋肉をほぐすことは、気分転換にもなるため、心身がリラックスできておすすめです。



簡単ストレッチ！



- ・手伸びをする
- ・腰をひねる
- ・首をまわす、曲げる
- ・足首をまわす
- ・かかと上げをする

など

こり固まった筋肉を伸ばすイメージでストレッチしてみましょう。

おうちで簡単にできる筋トレは、広報あさか6月号のへるすアップのページに掲載しています。市ホームページで閲覧可能です。

右のコードから、ページ下部の「へるすアップ」をご覧ください。



こころの体温計 試してみませんか？

現在のこころの状態を知るチェックリストです。より健康的な生活を送るためのツールとしてご利用ください。

<https://fishbowlindex.jp/asaka/demo/index.pl>



健康あさか普及員活動報告

健康あさか普及員数：402人

(令和2年11月末現在)

10月のASAKA健康ラウンジは東洋大学神野先生と普及員で意見交換会を行いました。

<次回開催予定> 12月6日(日)
 詳細は34ページをご覧ください。

“いざ”というときに備え、

避難行動要支援者台帳への登録をお願いします



☎長寿はつらつ課 ☎463-1921、障害福祉課 ☎463-1598、危機管理室 ☎463-1788

市では災害時に備え、**避難行動要支援者**が掲載された**避難行動要支援者名簿**を作成しています。

身近にいる避難支援に携わる関係者（避難支援等関係者）への情報提供に同意をいただいた方は**避難行動要支援者台帳**に登録し、平常時から災害対策に役立てています。

●避難行動要支援者（以下、「要支援者」といいます）とは

災害時に自ら避難をすることが困難な方や、正しい判断をすることが難しく、手助けが必要な方



～市では、下記の①～⑧のいずれかに該当する方を要支援者としています～

①75歳以上の方のみで構成された世帯	⑤精神障害者保健福祉手帳（1・2級）を所持する方
②要介護1以上の認定を受けている方	⑥難病に係る医療受給者証の交付を受けている方
③身体障害者手帳（1～3級、または4級第1種）を所持する方	⑦障害支援区分の認定を受けている方
④療育手帳（A、A）を所持する方	⑧その他、本人等の申し出により支援が必要と認められる方

●避難行動要支援者名簿とは

要支援者がすべて掲載されたもの。

↓どのように活用するの？

災害時にのみ使用し、安否確認や円滑な避難活動の支援に役立ってます。

●避難行動要支援者台帳とは

要支援者のうち、市へ台帳登録の届け出をされた方のみを掲載したもの。

↓どのように活用するの？

平常時からお住いの地域を担当する**避難支援等関係者**に提供し、災害時に地域で孤立しないよう、台帳の情報に基づき、個々の状況確認や避難訓練など災害に備えた活動に役立ってます。

避難行動要支援者台帳の提供先

- 朝霞消防署
- 朝霞警察署
- 朝霞市社会福祉協議会
- 民生委員・児童委員
- 自主防災組織（自治会・町内会）
- 消防団
- 地域包括支援センター

避難行動要支援者台帳に記載する情報

- ・住所
- ・氏名
- ・性別
- ・生年月日
- ・電話番号
- ・身体状況
- ・緊急連絡先
- ・地域支援者氏名など



●避難行動要支援者台帳への登録方法

新たに台帳への登録を希望される方の申し込みは、随時受け付けています。

要支援者の①、②、⑧に該当する方は長寿はつらつ課に、③～⑦に該当する方は障害福祉課にお問い合わせください。

- ・台帳への登録は強制ではありません。
- ・登録内容の変更や、登録の必要が無くなった場合は市へ届け出てください。
- ・個人情報、適切に管理します。

※避難行動要支援者台帳の地域支援者氏名は、日頃からお付き合いがあり、災害発生時などのいざという時に、声かけなどの支援をしてくださる方をご記入いただくものです。ご近所など、身近な人で支援してくださる方を探してみましょう。



あたためる
温

富岡 勝則

皆さんこんにちは。

早いもので、本年最後のコラムとなりました。今年も、新型コロナウイルスの感染拡大により、私たちの生活が一変する年となりました。来年はこの状況が落ち着くことを願っています。

さて、去る10月24日、車両を通行止めにした朝霞駅前通りとシンボルロードを会場に「ASAKA STREET TERRACE」が開催されました。このイベントは、市民の皆さんに地元のお店を知っていただきたいとの思いから朝霞駅前商店会が主催し、市や商工会が協力して実現したものです。当日は大変な賑わいで、路上に飲食店や雑貨店など約70もの店が軒を並べ、街角子どもギャラリーなどのアート活動やジャズの演奏などもあり、約3万5千人もの方々に訪れていただきました。私も色々なお店を見て回りましたが、三

密を回避しやすい屋外のテラス営業に加え、各店舗がアルコール消毒液や飛沫防止パネルを設置するなど、新型コロナウイルスの感染防止策をしっかりと行っていたので、安心して楽しむことができました。参加したお店からは、イベント後に初めて来店してくれたお客様が増えたという声もありましたので、地域の活性化のためにも今後もこのようなイベントに協力していきたいと思います。

ところで、12月4日(金)から来年2月14日(日)まで、シンボルロードを中心としたエリアと朝霞駅南口駅前広場で「あさか冬のあかりテラス」を実施します。昨年までは、シンボルロードイルミネーション実行委員会などが中心となりケヤキ並木や陸上競技場前石畳でイルミネーションを点灯していましたが、今年も、朝霞市民まつり実行委員会や商工会青年部、朝霞駅前商店会の皆さんにもご協力をいただき特別版で行います。毎年好評のイルミネーションに加え、シンボルロードの大径木のライトアップ、彩夏祭のよさこい鳴子踊りの躍動感をイメージした竹灯籠のほか、太陽光を利用したペットボトルで彩る巨大ぼぼたんのほか、キッチンカーも出店しますので、ぜひお越しください。今年も彩夏祭など多くのイベントが中止となり、寂しく感じている方もたくさんいらっしゃると思いますので、少しでも皆さんの心を温める光になればと思っています。では、また。

12月3日～9日は 障害者週間です



問/障害福祉課 ☎463-1599 FAX463-1025

障害者週間は、障害のある方の福祉について国民の関心と理解を深めるとともに、障害のある方が社会、経済、文化のほかあらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めるために定められています。



「障害者週間」 特別展示



日程/12月3日(休)～9日(休)

※8日(火)は除く

会場/図書館(本館)

市内の地域活動支援センター3施設(ぱれっと・レモンの木・れすと)の日頃の活動の様子等を展示します。



昨年の展示の様子



「地域活動支援センター」とは

障害のある方等が通所し、創作的活動や生産活動の機会の提供等を通じて、自立と社会との交流促進を図るとともに、家庭における介護の負担を軽減することを目的とする施設です。



★今月の「日本手話情報コーナー」[わたしたちができること～障害者差別解消法～]はお休みします。

ひとの推移

人 □ 14万3,119人(+56人) 男 7万2,160人(+25人) 女 7万0,959人(+31人)

世帯数 6万7,741世帯(+53世帯)

令和2年11月1日現在()内は前月比



情報BOX

information

募集

パブリック・コメント (意見募集)

①第4期朝霞市地域福祉計画・
第4期朝霞市地域福祉活動計
画(素案)

募集期間/12月10日(木)～令和
3年1月8日(金)【必着】
☎463-11594
☎463-11025
FAX 463-11025
✉fukusi@city.asaka.lg.jp

②第6期朝霞市障害福祉計画・
第2期朝霞市障害児福祉計画
(素案)

募集期間/12月10日(木)～令和
3年1月8日(金)【必着】
☎463-11596
☎463-11025
FAX 463-11025
✉syogai@fukusi@city.asa
ka.lg.jp

③第8期朝霞市高齢者福祉計
画・介護保険事業計画(素案)

募集期間/12月16日(水)～令和
3年1月15日(金)【必着】
☎463-11597
☎463-11025
FAX 463-11025
✉syogai@fukusi@city.asa
ka.lg.jp

☎483-14520
☎463-11025
FAX 463-11025
✉toyoju_haturatu@city.as
aka.lg.jp

④第4次朝霞市防犯推進計画
(素案)

募集期間/12月15日(火)～令和
3年1月14日(木)【必着】
☎463-11788
☎463-11195
FAX 463-11195
✉kiki_kanri@city.asaka.
lg.jp

⑤朝霞市地域公共交通計画
(素案)

募集期間/12月1日(火)～31日
(木)【必着】
☎463-11514
☎463-19490
FAX 463-19490
✉mat_zukuri@city.asaka.
lg.jp

共通事項
提出できる方/市内在住、在
勤、在学の方、市内に事務
所・事業所を有する方(法
人含む)、この案件に利害
関係を有する方
資料閲覧場所/各担当課、市
ホームページ、内間木支所、
ホームページ、内間木支所、
勤務時間/月～金曜日

①交通指導員
資格/児童等の交通安全に関
心があり、健康で元気な方
募集人数/若干名
任用期間/令和3年4月～令
和4年3月
勤務内容/市内通学路で、児
童等の登下校時の交通指導
勤務時間/月～金曜日

②事務補助員
募集人数/午前・午後 各1人
任用期間/12月中旬～令和3
年1月31日(日)
勤務内容/書類整理・データ
入力・電話応対など
勤務場所/資源リサイクル課
(クリーンセンター)
勤務日時/午前:月～土曜日
のうち5日間 午前9時～
午後1時
午後:月～金曜日 午後1
時～4時45分
報酬/時給970円
申込方法/12月10日(木)までに
履歴書(市販のもの)を持参
※12月14日(月)の午前にリサイ
クルプラザにて面接予定
☎456-11593

各出張所、各公民館、図書
館(本館、北朝霞分館)、
市政情報コーナー
提出方法/住所、氏名(法人
の場合は所在地、名称、代
表者名)、ご意見とその理
由を記入のうえ、郵送(郵
送先住所は欄外左上に記載)、
FAX、メールまたは持参
※様式自由。匿名・電話は不
可。メールの場合、件名を
「〇〇への意見」とし、添付
ファイルを使用せず、メール
本文に記載してください。
意見の公表/提出されたご意
見に対し、個別に回答は行
いません。いただいた意見
は個人情報を除き市ホーム
ページで公表する予定です。

午前7時30分～8時30分、
午後2時～5時
(状況により勤務する曜日
および時間変動あり)
報酬/時給1120円(令和
2年度実績)
申込方法/12月11日(金)までに
履歴書(市販のもの)を持
参(履歴書は返却しません)
※令和3年1月中旬面接予定
☎463-10794

③会計年度任用職員
資格/児童等の交通安全に関
心があり、健康で元気な方
募集人数/若干名
任用期間/令和3年4月～令
和4年3月
勤務内容/市内通学路で、児
童等の登下校時の交通指導
勤務時間/月～金曜日

④第4次朝霞市防犯推進計画
(素案)
募集期間/12月15日(火)～令和
3年1月14日(木)【必着】
☎463-11788
☎463-11195
FAX 463-11195
✉kiki_kanri@city.asaka.
lg.jp

⑤朝霞市地域公共交通計画
(素案)
募集期間/12月1日(火)～31日
(木)【必着】
☎463-11514
☎463-19490
FAX 463-19490
✉mat_zukuri@city.asaka.
lg.jp

共通事項
提出できる方/市内在住、在
勤、在学の方、市内に事務
所・事業所を有する方(法
人含む)、この案件に利害
関係を有する方
資料閲覧場所/各担当課、市
ホームページ、内間木支所、
ホームページ、内間木支所、
勤務時間/月～金曜日

相続登記

お済みですか?

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
朝霞市本町2-1-1野口ビル201
048-465-2261 4台完備

信賴と実績の50年
栗山 昇
栗山 昌
栗山 昌

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。

多言語案内サイト掲載店舗

市では、朝霞市を訪れる外国人に対応するため、市の公共施設や店舗などが掲載されている多言語案内サイトを運営しております。

サイトへの掲載を希望する店舗を募集します
ので、詳細はホームページをご覧ください。



店舗の募集について：産業振興課

☎463-11903
多言語案内サイトについて：シティ・プロモーション課
☎463-3059

高齢者住宅入居者

場所／朝志ヶ丘4-5-10
「けやき荘」1階（1戸）

家賃（使用料）／月額3万円
入居資格／12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／12月1日（火）から長

寿はつらつ課で配布する申請書と必要書類を、12月28日（月）までに持参

※書類審査のうえ、入居者決定
※入居者決定は1月中旬（予定）、入居開始は2月（予定）
☎463-11921



消防出初め式を中止します

令和3年朝霞市消防出初め式は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止となりました。

☎463-11788
☎463-12605

令和2年分決算説明会の開催を中止します

例年12月に開催している「青色決算説明会」および「白色決算説明会」は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、開催を中止します。なお、決算の方法・注意点を説明する動画をYouTube（国税庁動画チャンネル）に掲載する予定です。

☎467-12211
☎463-12605

マイナンバーカードの休日交付を行います

日時／12月6日（日）・19日（土）
午前8時30分～午後3時

会場／総合窓口課
実施内容／マイナンバーカードの交付、電子証明書の更新等、マイナポイントの案内
※住民票、印鑑登録、戸籍に関する届け出や証明書の交付はできません。

また、事前予約制で、12月10日（木）から、朝霞駅前出張所で木曜日、朝霞台出張所で水曜日にマイナンバーカードの交付を行います。

中小・小規模企業者支援金の対象期間は12月までです

対象／令和2年4月29日までに創業した事業者で、ひと月の売上高が前年同月と比較して20%以上減少している方

支給額／一律10万円
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
※5月に開始したもので、新制度ではありません。

☎463-11903

持ち帰り・宅配サービス導入奨励金の受付が終了します

受付期限／12月28日（月）【当日消印有効】

対象／令和2年2月～10月に新たに持ち帰り・宅配サービスを始め飲食スペースのある市内飲食事業者の方
支給額／5万円
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
※5月に開始したもので、新制度ではありません。

☎463-11903
☎463-12605

市への寄付ありがとうございました

▼朝志ヶ丘3-1-13-4
有志15世帯様から
1万5000円

ゆめぱれす臨時休館のお知らせ

12月21日（月）は、保守点検のため臨時休館します。
☎466-12525

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
---	---



給与支払報告書の提出

給与支払者(事業所)は、令和3年2月1日(月)までに令和3年度給与支払報告書を提出してください。

埼玉県内の市町村では、市・県民税の特別徴収(給与天引き)を徹底しています。普通徴収を認める基準に該当し、かつ普通徴収を希望する方がいる場合は、給与支払報告書と一緒に「普通徴収切替理由書」の提出が必要で、「普通徴収切替理由書」の提出がない場合は、原則として特別徴収となります。

☎463-1285233

建物の取り壊しや、新築・増築をされた方へ

固定資産税・都市計画税は、1月1日(賦課期日)現在の土地・家屋の所有者に課税されます。令和2年中に建物の取り壊しや新築・増築をし、その登記をしていない場合は、課税漏れや課税誤りの原因となりますので、「ご連絡ください。」

☎463-12875

☎課税課

償却資産の申告をお忘れなく

市内に土地・家屋以外の事業用資産を所有している方(貸駐車場やアパート経営を含む)は、令和3年1月1日現在所有している償却資産の申告書を作成し、課税課固定資産税係へ提出(郵送・電子申告「eTAX」推奨)してください。

☎463-12875

強風、降雪など荒天時のごみ排出のお願い

強風時は、クリーンネットや容器等が風に飛ばされたり、ネットがあらわれて通行人が転倒するおそれがありますので、適切な管理をお願いします。

また、降雪や積雪後はごみ収集が遅れるほか、凍結により足元が滑りやすく、危険を伴うため、お手元で保管が可能な場合は、次の収集日にお出してください。

☎456-11593

☎資源リサイクル課

後期高齢者医療制度の健康診査(無料)・人間ドック検診(有料)は3月31日まで

健康(検)診は、生活習慣病対策になります。毎年受診し、健康づくりに役立てましょう！
なお、受診は健康診査か人間ドックのどちらか一方で、年度内1回です。

※国民健康保険の特定健康診査、人間ドックを受診した方は対象外です。
※予約は、直接医療機関へ申し込みください。
※受診券を紛失された方や、転入・新規加入された方で受診を希望される方は、お問い合わせください。

☎463-11928

漏水を発見したら

道路やメーターボックスなど、宅地内で漏水を発見した場合は水道施設課までご連絡ください。

月々金曜日の午後5時15分以降、土・日曜日、祝日、年末年始は委託会社の電話対応となります。

☎463-11204

☎水道施設課

河川の異常水質事故防止にご協力を

機械を扱う際の不注意や施設の老朽化などで油類が流出すると、河川などを汚染する異常水質事故につながります。特に年末年始は、大掃除や施設の再始動により、汚水や廃油の流出事故が発生しやすくなります。異常水質事故を見つけた場合には、速やかにご連絡ください。

☎049-244-1250

☎環境推進課

「年金相談」をご利用ください

相談日/第2・4木曜日
午後1時~5時
※休日は除く(予約制)
会場/市役所1階市民相談室
相談員/社会保険労務士

☎463-11264

☎保険年金課

☎463-10284

虐待かな? (疑いを含む)を発見した場合は、
☎児童相談所 虐待対応ダイヤル 189 (いちはやく)
※通話料無料

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



植木カット・お庭づくり・ガーデニング

※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	



いくよ にわし
0120-194-284

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
〒352-0017
朝霞市本町2-1-1



「やさしい日本語」をつかってみよう！ その2

問い合わせ/地域づくり支援課 ☎048-463-2645 ✉tiiki_sien@city.asaka.lg.jp

今回のテーマは、外国人の方がむずかしいと感じる「あいまい表現」です。

★あいまい表現とは★

「けっこうです」、「いいです」、「まあまあ」など、日本語は断定的な表現を避ける傾向があります。これらの表現は、外国人の方に意図が十分に伝わらず、誤解を生んでしまう可能性があります。「これらの表現をできるだけ使わない」「はっきりと言う」ことがポイントです。

★「やさしい日本語」にしてみましょう★

- ①お茶はけっこうです ⇒ _____
- ②この皿はけっこう大きい ⇒ _____
- ③やめた方がいいです ⇒ _____
- ④この本はタダです ⇒ _____
- ⑤この味はまあまあだね ⇒ _____

やさしい日本語には正解がなく、あくまで伝えようと工夫することが大切です。皆さんも積極的につかってみましょう♪

このそばは「まあまあ」だね



おいしくないのかな…

【問題の回答例】

- ①お茶 (ちゃ) は いらない …… 「けっこう」は文脈によりさまざまな意味があります。
- ②この皿 (さら) は 大 (おお) きい
- ③やめて ください …… やるのか、やらないのか、はっきり言いましょう。
- ④この 本 (ほん) は 0円 (えん) です …… 「ただ」にもさまざまな意味があります。
- ⑤これは おいしい …… 「まあまあ」おいしいのか、おいしくないのか、日本人でも難しいことがありますね。

※やさしい日本語についてもっと知りたい方はコチラ (埼玉県ホームページ)
<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/index.html>



情報BOX



12月は「地球温暖化防止月間」です！

地球温暖化とは

問/環境推進課 ☎463-1512

車や電気をたくさん使うことで、温室効果ガス(CO₂等)が増加し、地球の温度が年々上昇していきます。このまま地球温暖化が進行してしまうと、台風・洪水・ゲリラ豪雨の増加などの異常気象や、農作物への影響もあり、私たちの生活に大きな被害がもたらされると言われています。

身近でできる地球温暖化防止

- 冬の省エネ・節電にご協力をお願いします！
- マイバッグを持って、買い物に行きましょう！
- 埼玉県の冬のエコライフDAYに参加しよう！
- アイドリングストップで空気をきれいに！

あなたができるライフスタイルの「選択(クールチョイス)」が温暖化防止につながります。



温室効果ガスの排出量の報告

「第3次朝霞市地球温暖化対策実行計画」(市の事務・事業編) 令和元年度実績報告
削減目標：対平成25年度比で年平均1%
温室効果ガス総排出量：約1万6,671t (対平成25年度比△1.71%)

あさか プレミアム付商品券

除菌・抗菌コーティングも

水漏れ修理も

0120-167-555

〈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・志本駅より 大・日曜・祝祭日 徒歩8分

妊娠を望まれてる方の 体づくりと心のケアは 漢方相談薬局へ

お問い合わせ・予約・ご相談専門ダイヤル ☎048-473-7830

朝霞市 漢方 漢方 昭和薬局

http://www.saitama.jp/ 埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106

予約制

痛み合う場合もございますので 電話予約をして頂けますと スムーズにご診察いただけます。



人権が尊重される社会の実現に向けて 12月4日(金)～10日(木)は「人権週間」です！

☎/人権庶務課 ☎463-1738

人権とは、かけがえのないひとりの人間として尊重され、幸せに生きる権利であり、誰もが、自由で平等に生きることが出来る基本的な権利です。しかし、現実には差別を受け、悩み苦しんでいる人々があります。差別をなくすためには、自分自身の心の中に差別を生み出す「偏見」、あるいは「差別心」がないかを見つめ直し、他者への思いやりを忘れることなく、豊かな人間関係をつくるのが大切なことではないでしょうか。

～人権問題の解決に向けてさまざまな法律が施行されています～

平成28年4月に「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律」、平成28年6月に「本邦外出身者に対する不当な差別的言動の解消に向けた取組の推進に関する法律（ヘイトスピーチ解消法）」、平成28年12月に「部落差別の解消の推進に関する法律」が施行されています。

人権相談のご利用を！

令和2年度は新型コロナウイルスの影響により市役所での相談は行っておりませんが、電話等による相談は随時受け付けております。人権に関するお悩みがある際はご利用ください。

○全国共通人権相談ダイヤル ☎0570-003-110 ○子どもの人権110番 ☎0120-007-110

○女性の人権ホットライン ☎0570-070-810

○法務局常設人権相談（さいたま地方法務局人権擁護課） ☎859-3507

○外国語人権相談ダイヤル ☎0570-090-911 ○インターネット相談窓口 <https://www.jinken.go.jp/>



法務大臣表彰受賞

10月26日(月)に法務省において、朝霞市の人権擁護委員の久瀬逸子さんが法務大臣表彰を受賞されました。法務大臣表彰は、永年にわたって人権擁護活動に尽くされた方に対し贈られる賞で、久瀬さんは、平成21年1月から、人権相談をはじめとしてさまざまな人権擁護活動をされており、このたび、その功績が認められての受賞となりました。

受賞された久瀬逸子さん



～日常生活圏域で活動する“協議体”の活動を紹介します!!～【第4回/全5回】

☎/地域包括支援センターひいらぎの里 ☎291-9111

「地域のつながりづくり」や「助け合いの仕組み」を普及するため、市内5つの地域で協議体が活動しています。今回は、仲町・岡・根岸台地区で活動している協議体を紹介します。

○協議体名/「ひいらぎお助け隊」

○活動日時/毎月第4月曜日 午前10時～11時

○活動場所/ひいらぎの里や仲町市民センターなど

《ひいらぎお助け隊の目標》

- ・地域住民の力で困りごとを解決できる仕組みをつくること。
- ・通いの場が少ないため、活動場所を見つけること。
- ・できる範囲で活動に協力してくださる人材と繋がること。

新型コロナウイルス感染症の影響で半年程活動をお休みしていましたが、現在はソーシャルディスタンスを保ちながら定例会を行っています。難しいことは行いません！お住まいの地域をより良い環境にするための話し合いはきっとわくわくしますよ！人数は10人程、アットホームで和やかな会です。活動に興味がある方は、お気軽にお問い合わせください。



安心と信頼のJA群 24時間対応

JAあさか野 ライフサービス

市民葬指定
朝霞市・志木市
和光市・新座市

24時間 高く信頼

☎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

令和2年度「青少年健全育成の集い」優秀作品と「ふれあい標語」入賞作品が決まりました

今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、作文発表会および表彰式は中止となりましたが、皆さんから多くのご応募をいただきました。作成した「青少年健全育成の集い優秀作品集」は、小・中学校や図書館(本館・分館)、各公民館で読むことができます。また、「ふれあい標語」の最優秀賞に選ばれた作品は、垂れ幕やポスターにして小・中学校や市内公共施設に掲示されます。

令和2年度「青少年健全育成の集い」優秀作品

朝一小 5年	宮本 侖那さん	私の夢や希望
朝二小 5年	清水 咲陽さん	海洋プラスチック問題
朝三小 6年	坪田 七海さん	バリアフリーと思いやり
朝四小 5年	細野 斗吾さん	バスケットボールという道
朝五小 5年	梅原 小絵さん	「助ける」ということは
朝六小 6年	門戸 悠太さん	人を信じる力
朝七小 5年	岩永 道佳さん	昔の自分と今の自分
朝八小 4年	山田 智揮さん	ファミリーコンサート 感動した出来事
朝九小 6年	大槻 南奈さん	感謝の気持ち
朝十小 4年	阿南 佑莉歌さん	公園のマナーについて
朝一中 2年	稲場 天音さん	つなげる想い
朝二中 2年	佐藤 小春さん	想いを受け継ぐ
朝三中 2年	原田 花さん	「当たり前」じゃない幸せ
朝四中 1年	鈴木 花權さん	英語ではなく笑顔にするために
朝五中 2年	北野 なつみさん	私達と高齢者

※他にも、各校から優良作品が選出されています。「青少年健全育成の集い」優秀作品集をご覧ください。

令和2年度「ふれあい標語」入賞作品

最優秀賞	日常の小さな感動 大切に (応募テーマ「感動」)	朝二小 6年	鈴木 花果さん
テーマ「感動」			
佳作	生きている 生きている事に 意味がある	朝八小 6年	今成 圭翔さん
佳作	発見だ 自分のいいところ 見つけたよ	朝二小 3年	杉山 雅紀さん
佳作	感動は わすれられない だから物	朝二小 4年	島津 佳乃さん
テーマ「家族」			
優秀賞	言えるかな 日々の感謝の ありがとう	朝三中 3年	田中 伶旺さん
佳作	伝えよう 家族のみんなに 感謝の言葉	朝三小 3年	佐藤 大地さん
佳作	あたりまえ だけど感謝 伝えなきゃ	朝六小 6年	衣袋 夏輝さん
佳作	家族なら えがおもなみだも わけあえる	朝八小 3年	阿部 由実さん
テーマ「友達」			
優秀賞	見つけよう 悪いところより いいところ	朝二小 4年	関根 壮泰さん
佳作	君の色と ぼくの色 まぜればすてきな 色になる	朝一小 6年	肥留川 健心さん
佳作	それだめと いえる友だち 真の友	朝五小 4年	池田 咲希さん
佳作	コロナでも 心の距離は 変わらない	朝三中 1年	富樫 琴乃さん

情報
BOX



12月の納付

- 市県民税 (随期)
 - 固定資産税・都市計画税 (3期)
 - 国民健康保険税 (6期)
 - 介護保険料 (6期)
 - 後期高齢者医療保険料 (6期)
- ※納期限は令和3年1月4日(月)です。
○納税・納付は納期限までに済ませましょう。
○便利で確実な口座振替をご利用ください。

「マチイロ」アプリを使っていますか

広報あさかの情報がスマートフォン等で見られるほか、自分に合わせた情報が届きます。
 マチイロ

埼玉県都市競艇組合からのお知らせ

競艇開催日/12月3日(木)~7日(月)
12月11日(金)~14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。
 圃/埼玉県都市競艇組合
 ☎823-8711
<https://www.boatrace-toda.jp/>

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>

相談無料 相続・遺言書・成年後見のことなら
 (いりどり) 相続相談所

定期相談会・リモート相談会・出張相談会開催中

弁護士・司法書士・税理士・行政書士等の専門家がチーム
となってお客様の不安や疑問を解決します。

☎048-469-2850

運営事務局:行政書士藤田孝久事務所
朝霞市本町2-2-32セレネ朝霞202





~ご受章おめでとうございます~

秋の褒章

●黄綬褒章(業務精励) 油木 大樹さん(60歳) 現(株)武蔵野種苗園社長

秋の叙勲

●瑞宝小綬章(防衛功労) 古川 照久さん(72歳) 元 陸上自衛隊情報保全隊副隊長

●旭日双光章(薬事功労)

松永 仁さん(75歳) 元(一社)朝霞地区薬剤師会会長

●瑞宝双光章(地方自治功労)

松下 貞夫さん(85歳) 元 朝霞市助役

危険業務従事者叙勲

●瑞宝双光章(消防功労)

秋山 知律さん(66歳) 元 東京消防庁消防監

●瑞宝双光章(防衛功労)

入江 和也さん(61歳) 元 1等陸尉

●瑞宝双光章(防衛功労)

齊藤 章伸さん(62歳) 元 1等陸尉

●瑞宝双光章(防衛功労)

西尾 英一さん(61歳) 元 2等陸佐

●瑞宝双光章(警察功労)

本澤 章さん(72歳) 元 警視正

●瑞宝単光章(防衛功労)

爲井 築紫さん(61歳) 元 3等陸尉



情報BOX



ご案内

情報BOX



催し・講座



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。



浜崎農業交流センター(農産物直売所) 年末大売出し

☎/産業振興課 ☎463-1904

朝霞の新鮮野菜で年越しを!
 日時/12月29日(火) 午前10時~午後4時
 場所/浜崎農業交流センター(大字浜崎18-2)
 ※年内最後の営業日です。新年は令和3年1月9日(土)午前11時から営業します。

朝霞産農産物直売 あさか新鮮野菜市

☎/産業振興課 ☎463-1904

日時/12月3日(休)、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

児童館に遊びに行こう!【12月の各館のおすすめ事業】

☎/各児童館

詳しい日程、参加方法などは各館のおたより、朝霞市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

児童館	開催日	事業名	内容
はまさき児童館 ☎486-2477	12月19日(土)~25日(金)	はまXmas 6days	クリスマスクイズラリーやフォトスポットなどのクリスマスイベントを開催予定!あそびにきてね~♪
きたはら児童館 ☎471-7140	12月17日(木)~24日(木)	きたはランド☆クリスマスバージョン	簡単に楽しめる工作などをして、一緒にクリスマス気分を味わいましょう♪
みぞぬま児童館 ☎450-0858	12月21日(月)~25日(金)	クリスマス おたのしみ週間	クリスマスにちなんだゲームコーナーやおはなしの時間、工作キットの配布や写真館など楽しいことがたくさん!
ねぎしだい児童館 ☎450-1815	12月15日(火)~(なくなり次第終了)	工作にトライ! ~クリスマスver~	クリスマスらしいかわいい工作が作れます!ぜひ、おともだちも一緒につくりにきてね☆
ひざおり児童館 ☎458-6969	12月14日(月)~20日(日)	ひざおりクリスマスweek★	工作やフォトスポット、クイズラリーなど、クリスマスにちなんだ楽しいイベントが盛りだくさん!お楽しみに♪
ほんちょう児童館 ☎487-8582	12月19日(土)~(なくなり次第終了)	クリスマスでPon!	フォトスタンドが作れる工作を用意しています!クリスマスデコレーションして、お気に入りの写真を飾ろう♪

ぜひみなさん遊びにきてくださいね♪

ホームページ



ツイッター



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。



第1日曜日の朝は朝市へ!



問/産業振興課 ☎463-1903

日時/12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。
※商品がなくなり次第終了。内容は変更になる場合があります。
主催/朝霞市朝市出店者協議会

ピースのお部屋



会場・問/子育て支援センター「さくらんぼ」
☎450-7708

日時/12月22日(火) 午後2時~3時
定員/5組 (令和2年10月生まれ対象)
予約開始日/12月1日(火)
内容/2か月のお子さんがある方向士お喋りをしたり、お友達を作りたい方が集まる場所です。

3市(朝霞市・新座市・志木市) 合同就職準備基礎セミナー



問/産業振興課 ☎463-1903

日時/令和3年1月20日(水) 午後1時30分~4時30分
会場/いろは遊学館 第1研修室
対象/就職(再就職を含む)を考えている方
内容/応募書類の書き方、自己分析の方法、面接のコツなど就職活動に必要な基本的スキルを学びます。
講師/キャリアカウンセラー 横田倍美さん
定員/15人(先着順)
申込方法/12月21日(月)から電話または市ホームページで

園庭開放



問/保育課 ☎463-2939

日時/12月8日(火)・11日(金) 午前9時30分~正午
※雨天中止
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。
※令和2年度の「いっしょにあそぼう保育園」および「出張家庭児童相談室」はすべて中止し、園庭開放のみ実施します。

【女性限定】就職支援セミナー 就活の基本 就職活動の流れと心構え



問/産業振興課 ☎463-1903

日時/令和3年2月4日(水) 午前10時~正午
会場/産業文化センター
内容/就職活動を始めるにあたって必要な事や進め方を知り、具体的なスケジュールを立ててみましょう。
講師/女性キャリアセンター カウンセラー
対象/就職を希望する女性 定員/30人(先着順)
※セミナー終了後、個別相談もできます(要予約)。
申込方法/電話、FAXまたは市ホームページ申し込みフォームで
保育/1歳以上の未就学児(定員4人)。令和3年1月20日(水)までに申し出。保険代1人500円。

ブランクのある看護職の方の 再就業技術講習会



申・問/埼玉県医療人材課 ☎830-3543

看護の最新の知識や技術を現場で研修し、職場復帰につなげる講習会を実施します。
日時/令和3年1月28日(水)・29日(木)
午前9時~午後4時
会場/TMGあさか医療センター
対象/子育てや家族の介護等で看護職の仕事から離れている方
申込方法/電話で

令和2年度 子どもの発達を理解する講演会 就学前までにやっておきたいこと~家庭と学校のよりよい関係作りのために~



申・問/健康づくり課 ☎465-8611 FAX466-7522

日時/令和3年1月16日(土) 午前10時~11時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター ホール
講師/公認心理師 上野直子さん 作業療法士 佐々木誠子さん
対象/市内在住または在勤の方(特に幼児期~就学前の子どもの保護者)
定員/90人程度 保育/1歳~未就学児(定員15人・先着順)
申込方法/12月8日(火)~令和3年1月14日(水)に電話またはFAXで その他/手話通訳あり





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。



埼玉OVER50起業塾

問/株埼玉新聞社 ☎795-9932

日時/令和3年1月23日(土) 午後1時30分～3時40分
2月6日(土) 午後1時30分～3時40分

会場/産業文化センター

対象/概ね50歳以上の方

講師/株アイリスプランナー 奥野美代子さん

内容/全2日間の講習で、事業化の方法や留意点、全体的な流れなどを専門家が説明します。小規模でも実現可能な起業の具体的なイメージをつかみ、「やりたいことを仕事に」するための知識を学べます。

定員/45人(先着順) 申込方法/電話で

共催/朝霞市、埼玉県



がんワンストップ電話相談

申・問/埼玉県疾病対策課 ☎830-3651

☎a3590-06@pref.saitama.lg.jp

働くがん患者さんの治療と仕事の両立を支援するため、複数の専門職による相談会を開催します。

日時/12月4日(金)・16日(水)、令和3年1月8日(金)・20日(水)、2月2日(水)・15日(月)、3月2日(水)・19日(金)
午後6時15分～8時15分(最終受付は午後8時)

対象/県内在住または在勤する就労中のがん患者の方(休職中の方も含む)

申込方法/電話、メールまたは県ホームページで



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

問/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/12月11日(金)・19日(土)・25日(金) 対象/市内在住・在勤の勤労者および市内事業者

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/12月1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)・28日(月) 対象/市内事業者 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)

会場/市役所5階503会議室(①の19日(土)は産業文化センターで実施) 申込方法/電話で(先着順)

※1月以降も実施します。



フレッシュトレーニング教室

申・問/長寿はつらつ課 ☎463-1952・1719

日時/令和3年1月15日～3月19日 令和3年1月29日および2月26日を除く毎週金曜日(同じ内容で2部開催)全8回

第1部 午前9時15分～10時15分 第2部 午前10時45分～11時45分

会場/総合体育館 サブアリーナ 定員/各部30人(先着順)

対象/市内在住の65歳以上で軽い運動ができる方 持ち物/上履き、飲み物、タオル、運動ができる服装、マスク

申込方法/現在、フレッシュトレーニング教室に

①参加していない方:12月7日(月)～15日(水) ②参加している方:12月9日(水)～15日(水)

どちらも電話で



(仮称)あさかFMアクションプラン(素案)に係る市民意見交換会

問/政策企画課 ☎463-3089 FAX467-0770

市では、保有する公共施設の長寿命化対策や維持管理費縮減等に向けた取り組み方針の具体化を図る計画として、令和3年度からの5年間を計画期間とする(仮称)あさかFMアクションプランの策定に向けた取り組みを進めています。

このたび、計画の素案がまとまりましたので、市民意見交換会を開催します。

第1回	日時/12月5日(土) 午前10時～正午	会場/市役所5階 大会議室
第2回	日時/12月7日(月) 午後6時～8時	会場/産業文化センター 2階 研修室兼集会室

※オープンハウス方式(事前申込不要・入室自由)で行います。 ※2回とも同じ内容です。





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。



福祉分野の計画策定に向けた市民懇談会

申・問/福祉相談課 ☎463-1594 FAX463-1025 ✉fukusi@city.asaka.lg.jp

朝霞市の地域福祉計画・地域福祉活動計画、高齢者福祉計画・介護保険事業計画、障害福祉計画・障害児福祉計画について概要を説明後、意見を幅広く伺い、計画内容に反映していくため、市民懇談会を開催します。

日時/12月12日(土) 午前10時～11時30分 会場/中央公民館・コミュニティセンター

定員/30人(先着順) 対象/市内在住、在学または在勤の方

申込方法/12月8日(火)までに電話、FAXまたはメールで 主催/朝霞市・朝霞市社会福祉協議会

その他/手話通訳者を配置しています



東京シティフィルのドラゴンクエスト交響組曲 公開リハーサル

会場・問/ゆめぱれす(市民会館) ☎466-2525

本番さながらの演奏で、普段は鑑賞することのないリハーサルを楽しんでいただけます。開演から1時間程度を公開します。

①交響組曲「ドラゴンクエストⅢ」そして伝説へ… 公開リハーサル

日時/令和3年2月4日(木) 正午開演(午前11時30分開場)

②交響組曲「ドラゴンクエスト」Ⅳ～Ⅵベストセレクト 公開リハーサル

日時/令和3年3月2日(火) 正午開演(午前11時30分開場)

①、②共通事項

入場料/500円 対象/6歳以上 ※未就学児入場不可 出演・主催/東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団

発売日/12月19日(日) 午前10時～(電話予約は同日午後1時30分～)

チケット取扱/ゆめぱれす(市民会館) 共催/(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社



陸上自衛隊中央音楽隊 ジャズ&ポップスコンサート

会場・問/ゆめぱれす(市民会館) ☎466-2525

日本の国賓、公賓に対して演奏を行っている陸上自衛隊中央音楽隊によるジャズとポップスのコンサートです。

日時/令和3年2月13日(土) 午後2時開演

対象/6歳以上 ※未就学児入場不可

申込方法/中央音楽隊ホームページで

※新型コロナウイルスの影響により、入場人数・入場方法・鑑賞時のマスク着用等、通常の演奏会と異なる場合があります。最新状況は中央音楽隊ホームページやツイッターでご確認ください。



中央音楽隊ホームページ



Classic for Babies

会場・問/ゆめぱれす(市民会館) ☎466-2525

0歳児から一緒にご入場いただける約1時間のコンサートです。前回に引き続きバレエダンサーも登場します!おむつ交換や授乳、写真撮影スペースもあります。

日時/令和3年2月14日(日)

午前11時開演(午前10時30分開場)

入場料/500円(全席指定)

※小さなお子さんもチケットが必要です

発売日/12月5日(土) 午前10時～

(電話予約は同日午後1時30分～)

チケット取扱/ゆめぱれす(市民会館)

出演/東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団

東京シティ・バレエ団



わくわくどーむからのご案内

申・問/わくわくどーむ(健康増進センター) ☎472-6000

≪わくわくどーむ休館日≫

12月7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月) ※年末年始は12月31日(木)～令和3年1月1日(金・祝)がお休みです。

12月～令和3年2月は毎週月曜日、令和3年3月～11月(8月は除く)は、毎月第1月曜日がお休みです。

スポーツ教室 第5期(12月～令和3年1月)開講中!

参加希望の方はお気軽にお問い合わせください。各種教室の募集概要はホームページにも

掲載しています。https://meijisp.jp/wakuwakudome/school

主催/株式会社 明治スポーツプラザ(指定管理者)



わくわくどーむホームページ



生涯学習体験教室参加者募集!!

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当日の教室内容が変更となる場合があります。

教室番号	教室名・内容・講師	日時	会場	費用	定員
26	はじめてのキッズチアダンス ポンポンを持って、華やかでカワイイ、チアダンス♪ 対象/年中～小学2年生 持ち物/動きやすい服装、室内履き、タオル、飲み物 講師/P E K I さん ※ポンポン作りが難しいお子さんは保護者がサポートしてください。	12月28日(月) 午前10時30分～11時50分	膝折市民センター	100円 (教材費)	15人
27	はじめてのヒップホップダンス 楽しく踊ってカッコイイ自分を発見しよう! 基礎から学び、簡単なステップで振り付けをマスターできます。 対象/年中～小学2年生 持ち物/動きやすい服装、室内履き、タオル、飲み物 講師/P E K I さん	12月28日(月) 午後2時～3時15分	膝折市民センター	無料	15人
28	書き初め教室 みんなで一緒に、新しい年に新しい気持ちで書き初めを楽しみましょう。 対象/小学3年生～大人 持ち物/書道用具(書き初め用)、新聞紙、レジャーシート(1.5m×1.5m程度、なければ新聞紙)、雑巾、動きやすい服装 講師/鈴木泰代さん	令和3年1月5日(火) ②午後1時～2時30分 ②午後3時～4時30分	中央公民館・コミュニティセンター	100円 (教材費)	各回20人
29					
30	けんぱんハーモニカ講座 [2回連続講座] 楽譜が読めなくてもどなたでも簡単に音を出せる"ケンハモ"。大人が楽しむ楽器として、また、心身の健康にも効果的です。 持ち物/鍵盤ハーモニカ ※貸出可(マウスピース別途500円) 講師/田中ゆかさん	令和3年1月 ③21日(休)・28日(休) 午前10時～11時 ③21日(休)・28日(休) 午前11時～正午	溝沼市民センター	無料	各回5人
31					

対象/市内在住、在勤または在学の方 ※申込多数の場合は抽せん ※申込期間終了後、受講に関する通知を郵送します
 申込方法/電話、FAXまたはメールで。FAX、メールの場合「体験教室参加希望」と明記のうえ、住所、氏名(ふりがな)、日中連絡のとれる電話番号、教室番号、教室名を記入し、12月14日(月)【必着】までに生涯学習・スポーツ課へ

あさかの生涯学習へ

施設名	電話番号	住所	12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	12/7・14・21・28～31
東朝霞公民館	463-9211	〒351-0005 根岸台6-8-45	12/6・14・20・28～31
西朝霞公民館	462-1411	〒351-0014 膝折町4-19-1	12/6・14・20・28～31
南朝霞公民館	461-0163	〒351-0023 溝沼1-5-24	12/7・13・21・27～31
北朝霞公民館	473-0558	〒351-0035 朝志ケ丘1-4-1	12/6・14・20・28～31
内間木公民館	456-1055	〒351-0032 田島2-18-47	12/7・13・21・27～31

※番号はお間違えの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。

北朝霞公民館 **教養講座 はじめてのパッチワーク～ランチョンマットを作っちゃおう～**

はじめは簡単なモチーフから。基本を学びながらステキなランチョンマットを作っちゃおう。

日時/12月17日(休) 午後1時～3時30分
 対象/成人 定員/12人
 講師/日本手芸普及協会指導員 米澤真由美さん
 費用/800円(材料費) 持ち物/裁縫道具、2B鉛筆
 申込期限/12月9日(火) 午後1時まで

南朝霞公民館 **南っ子クラブ 本物そっくり! 工作で“お弁当”～おかずはなににする?～**

紙粘土や毛糸を使って、自分だけの特別なお弁当をつくってみよう。

日時/令和3年1月17日(日) 午前10時～11時30分
 対象/小学1～3年生 定員/15人
 講師/子ども造形教室講師 手島まゆ子さん
 材料費/200円 持ち物/うわばき
 申込期限/12月25日(金) 午後3時まで

西朝霞公民館 **伝統文化講座 書き初め**

先生の指導を受けて書き初めをします。

日時/12月26日(土) 午前の部 午前10時～正午
 午後の部 午後1時30分～3時30分
 対象/小学3～6年生 定員/各部8人
 講師/午前の部 西朝霞公民館サークル講師 鈴木栄子さん
 午後の部 中央公民館社会教育指導員 勝良ひとみさん
 持ち物/お手本(必ずご持参ください)、書道の道具、書き初め用紙10枚以上、新聞紙2日分
 申込期限/12月17日(休) 午後3時まで

- ・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。
- ・申込多数の場合、市内在住者優先のうえ抽せんします。
- ・申込結果は、はがきまたは封書にてお知らせします。
- ・特に記載のないものは費用無料。費用は原則当日徴収します。

【お願い】 公民館をご利用の際は、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ご利用をお願いします。



総合体育館リニューアル記念「Tリーグ公式戦」観戦事業（男子・T.T彩たま主催試合）

新しくなった総合体育館にTリーグ（新卓球リーグ）がやってきます！今シーズン初の有観客試合の開催です。
 （公財）朝霞市文化・スポーツ振興公社では、朝霞市内在住の方（各日10組20人）を無料でご招待いたします。この機会にぜひ会場で選手のプレーやアリーナの臨場感を体感してみませんか。

日/令和3年1月20日(水)、21日(木) 夕方開催（試合開始時間や一般販売については、決まり次第公社HP等でお知らせします）

会/総合体育館 メインアリーナ

締/12月15日(火)【必着】※申込多数の場合抽せん。当選結果は12月22日(火)までに郵送します。

申/往復はがきの**往信表**に〒351-0016 朝霞市青葉台1-8-1 朝霞市立総合体育館「Tリーグ観戦事業係」、**往信裏**にペア2人との氏名・住所・電話番号、大人または高校生以下を記入。**返信表**に申込者氏名・住所を記入してご郵送ください。

《申し込み上の注意》

重複申込は無効です。朝霞市在住の方のみ申込・入場可。入場時に本人確認のため身分証をご持参ください。席はすべて指定とし新型コロナウイルス感染症対策にご協力のうえご入場いただきます。

お客様から提供された個人情報は、この無料ご招待の運営および新型コロナウイルス対応のために主催者が利用することにご同意いただいたものとし。※市内向けの先行情報となりますので、SNS等への転載はご遠慮ください。

問/総合体育館

第11回ベテランダブルステニス大会

主催/朝霞市テニス協会

日/令和3年1月24日(日) 予備日31日(日)

会/青葉台公園テニスコート 種/男子・女子ダブルス (45歳以上・60歳以上) 対/協会員または市内在住・在勤の方 参/協会員2,000円・一般2,500円(保険代含む)

締/令和3年1月9日(土)

申/協会ホームページの「大会要項」の横にある「申込」から(右コード参照)

問/✉asakatennis.office@gmail.com



令和3年 健康祈願初歩こう会

難易度★☆☆

約8km

主催/朝霞市歩こう会

日・集/令和3年1月24日(日) 午前9時 朝霞中央公園陸上競技場前石畳(雨天決行)→岡水川神社参拝

対/小学生以上(小学生は保護者同伴) 参/300円(保険代等) 締/令和3年1月8日(金) 持/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。当日は直接集場所へ。※例年開催しておりました懇親会は中止とさせていただきます。 問/前川 ☎464-5394

よこそ！あさかの生涯学習へ

★★スポーツ教室のご案内★★ (12月～)

主催/(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社

	教室名・内容	日時・会場等
1	小学生フィジカルトレーニング教室(第5期) 子どもの運動能力が著しく発達する年代に体の動かし方、動作、技術を教わりませんか。5年後につながるトレーニングです。	日/令和3年1月7・14日、2月4・18・25日、3月11・18・25日(全て木曜日)全8回 会/総合体育館 対/市内在住または在学の小学生 A(小学1～3年)午後4時30分～5時30分 B(小学4～6年)午後5時40分～6時40分 C(小学1～3年)午後6時50分～7時50分 D(小学4～6年)午後8時～9時 定/各14人 参/6,500円
2	ASAKAビギナーズサッカースクール(第3期) サッカーを始めてみたい子におすすめ。チームに所属していなくても大丈夫。基本を丁寧に指導します。楽しい!好き!を育てる教室です。	日/令和3年1月4・18・25日、2月1・8・15・22日、3月1日(全て月曜日)全8回※雨天順延予備日あり 会/中央公園陸上競技場 対/5歳～小学4年生 A(5～6歳)午後3時～4時 B(小学1～2年)午後4時15分～5時15分 C(小学3～4年)午後5時30分～6時40分 定/A…20人 B・C…各24人 参/A・B…7,000円・C…7,500円

申し込みを受け付けています。詳しくは公社ホームページまたは直接総合体育館にお問い合わせください。

締/12月15日(火)【必着】※申込多数の場合抽せん

申/《申込フォーム》紙面上部のコードからアクセスし必要事項を入力

《往復はがき》教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、メールアドレス、電話番号、保護者名をご記入のうえ、総合体育館宛に郵送

他/開催日は、やむをえず変更する場合があります。ご了承ください。事業開催に際しては、新型コロナウイルス感染症の予防対策を行いますので、ご協力をお願いします。 問/総合体育館

体育施設臨時休館日 (12月～令和3年1月)

総合体育館・武道館 12月14日(月)・令和3年1月18日(月)

滝の根テニスコート 12月7日(月)・21日(月)、令和3年1月4日(月)・18日(月)

全体育施設共通 休館日 12月31日(木)～令和3年1月3日(日)

日日時 会会場 集集場所 種種目 対対象 定定員 参参加費 締締め切り 持持ち物 申申し込み 他その他 問問い合わせ

博物館へ行こう!

朝霞市博物館	〒351-0007 岡2-7-22	☎469-2285
文化財課文化財保護係	同上(博物館内)	☎463-2927
埋蔵文化財センター	〒351-0033 大字浜崎231-2	☎486-2244

共通FAX 468-0079

年末年始における施設のお休みについて

博物館、埋蔵文化財センター、旧高橋家住宅は、以下の期間年末年始のためお休みとなります。
また、各施設は令和3年1月5日(火)から開館、開所、開園します。

<休館・休所・休園期間>

12月27日(日)～令和3年1月4日(月)

<文化財保護係の窓口業務>

12月27日(日)の文化財保護係の業務(埋蔵文化財の包蔵地の確認、届出の受理など)は**通常どおり行います**。

博物館は年末年始の休館中のため、正面入り口の自動ドアは施錠されているため開きません。窓口にご用の方は、非常扉をご利用ください。

※図書室、展示室など窓口以外への立ち入りはできません。

※文化財保護係の業務は12月28日(月)～令和3年1月4日(月)の期間、お休みとなります。

<12月27日(日)の入館方法>



ギャラリー展示および収蔵資料紹介展示

ギャラリー展示：写真展～旧高橋家住宅の秋模様～

収蔵資料紹介展示：当館における資料の三次元計測技術の試験的導入に向けての取り組みについて

会期/開催中～12月13日(日) 時間/午前9時～午後5時

会場/＜ギャラリー展示＞ 博物館 ギャラリー ＜収蔵資料紹介展示＞博物館 展示室

入館料/無料



～根岸台に残る、江戸時代の武蔵野の農家風景～

国指定重要文化財

旧高橋家住宅からのお知らせ

旧高橋家住宅は、江戸時代中期に建てられた、茅葺屋根の農家建築です。

茅葺屋根は、植物性の素材(ヨシ)を使用しているため傷みやすいところから長持ちさせる工夫として、かまどで火をたいて日常的にくん煙をしています。

物を燃やした煙でいぶし、熱で乾燥させることで茅葺屋根が長持ちすると言われており、昔から伝わる知恵の1つです。

※火をたいていない日もありますので、ご了承ください。



展示およびイベント中止のお知らせ

今年度実施を予定しておりました以下の展示およびイベントは中止となりました。

また、今後実施予定の事業につきましても変更・中止の可能性がります。その際は市ホームページにてお知らせします。

<博物館>

・博物館体験教室「おりがみで干支を折ろう！」

<文化財保護係>

・旧高橋家住宅活用事業「お正月あそびをしよう」
「まゆだまづくり」

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(祝日にあたる日は開館)、

祝日の翌日(土日にあたる日は開館)、12月27日～1月4日

※第4金曜日は館内整理のため休館していますが、文化財課の業務は館内事務室にて行っています。

※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(臨時開館・休館の日は除く)。

12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		

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						

22日(金)は臨時開館

旧高橋家住宅 利用案内

開園時間 午前9時～午後4時30分

休園日 月曜日(祝日の場合は開園)、12月27日～1月4日、祝日の翌日(土・日曜日にあたる日は開園)

住 所 朝霞市根岸台2-15-10 (根岸台市民センター隣)

問い合わせ 文化財課文化財保護係 ☎463-2927

みんなの図書館

朝霞市立図書館（本館） 〒351-0016 青葉台1-7-26
 ☎466-8686 FAX 466-8441 ✉tosyo@city.asaka.lg.jp
 北朝霞分館 〒351-0033 大字浜崎669-1
 ☎470-6011 FAX 470-6013 ✉tosyobun@city.asaka.lg.jp

親子でご参加ください **申込制** **入場無料** 「北朝霞分館の絵本のよみきかせ」

日時／12月15日(火) 午後3時～
 内容／手遊びと読み聞かせ
 会場／産業文化センター 2階 研修室兼集会室3
 定員／20人（申込多数の場合は抽せん）
 申込期限／12月8日(火) 午後5時まで
 申込方法／窓口・電話・メールにて受付します。
 申込時に住所、氏名（ふりがな）、電話番号を
 お伝えください。
 関／図書館北朝霞分館



年末年始特別企画「本の福袋」 今回は年末から！

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!?何が出てくるかは開けてみてからの楽しみ！
 今回は年末から始め、実施期間を長くしています。
 年末年始の休みにゆっくり読書はいかがですか？

日程／12月26日(出)～令和3年1月11日(月・祝)
 ※なくなり次第終了します
 会場／図書館（本館）話題本コーナー
 関／図書館本館

♪ほんかんの催し物♪

事前申込制の催し

うさみみタイム(幼児・児童向け)
 日時／12月3日・10日・17日・24日、令和3年1月7日
 すべて木曜日 午後3時～
 会場／おはなし室
 内容／絵本や紙芝居の読み聞かせ
 定員／各回7人
 申込方法／窓口、電話、メール、FAXによる事前申込
 参加希望日1週間前の木曜日午前10時から前日までに、住所、氏名、電話番号を図書館（本館）へお知らせください。
 ※令和3年1月7日の申込開始は12月24日(木) 午前10時～
 ※空きがあれば当日参加も可能です。



事前申込不要の催し

松の木読書会
 日時／12月11日(金) 午前10時～正午
 会場／和室
 内容／「夜行」森見登美彦

12・1月の図書館のおやすみ

- 本館の休館日
12月／8日(火)・18日(金) 1月／12日(火)・22日(金)
- 分館の休館日
12月／9日(水)・24日(木) 1月／13日(水)・28日(木)
※臨時休館(蔵書点検)11月26日(木)～12月3日(木)
- 本館・分館 年末年始の休館日
12月28日(月)～令和3年1月4日(月)
- 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)
- 公民館図書室臨時休室日
各公民館図書室は蔵書点検のため、次のとおり臨時休室となります。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
12月3日(木) 南朝霞公民館 12月8日(火) 内間木公民館
12月10日(木) 北朝霞公民館 12月17日(木) 中央公民館

よこそ！
あさかの生涯学習へ

「赤ちゃん和妈妈・パパのおはなしタイム」を再開します **事前申込**

例年ブックスタートを受けた方向けに開催していた「赤ちゃん和妈妈・パパのおはなしタイム」を12月から再開します。

日時／①12月23日(水) ②令和3年1月6日(水)
 1回目：午前10時30分～11時15分 2回目：午後2時～2時45分 3回目：午後3時～3時45分
 ※令和3年1月6日(水)以降の日程は図書館ホームページに随時掲載予定です。

内容／絵本の紹介・てあそび・わらべうた・図書館利用登録 など

会場／図書館（本館）展示集会室

対象／市内在住の令和元年10月以降生まれの赤ちゃんと保護者

申込開始／①12月1日(火) 午前10時～ ②12月23日(水) 午前10時～

定員／各回10組（先着順）

申込方法／窓口、電話、メール、FAXによる事前申込

住所、氏名、月齢、電話番号を図書館（本館）へお知らせください。

※毎回同じ内容のため、1回限りの参加となります。

※体調が良くない場合は無理なさらず、キャンセルのご連絡をお願いします。

関／図書館（本館）



お願い 図書館をご利用の際は、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ご利用をお願いします。

☆所蔵雑誌の Sponsor 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。

わたくしたちの健康

こつそ 骨粗しょう症

朝霞地区医師会 須田 義朗

☎464-4666

骨粗しょう症とは、骨がもろくなって骨折しやすくなる病気です。女性は閉経後、骨吸収を抑える働きがある女性ホルモンが減少するため、骨量が急激に減少します。男性でも加齢により徐々に骨量が減少します。

骨粗しょう症の初期には自覚症状はありませんが、進行に伴って背中や腰の痛み、背骨が曲がる、身長が縮むといった症状が現れ始めます。さらに、進行して骨量の低下が進むと骨折しやすくなります。特に手首、背骨、太ももの付け根が骨折しやすい部位です。

現在、日本では1000万人以上の骨粗しょう症の患者さんがいると推定されています。しかし、実際に治療を受けている方は約2割と言われています。骨粗しょう症による骨折を起こすと生活の質が低下し、介護が必要になったり、寝たきりの生活になったりする場合があります。さらに、背骨や太ももの付け根を骨折すると、その後の寿命が短くなることが知られています。このような患者さんを増やさないためには、正確な診断と適切な治療を受けることが大切です。

骨粗しょう症の診断は、X線検査による骨折の有無の確認と骨密度の測定によって行います。骨密度検査は、若い人の骨密度の平均値と比較して自分の骨密度が何%であるかで表されます。X線検査で背骨や太ももの付け根に骨折が認められれば、骨粗しょう症と診断されます。また、骨折が認められなくても骨密度が若い人の平均の70%以下の場合は骨粗しょう症と診断されます。血液検査や尿検査を行い、骨の代謝の状態や他の病気の有無を調べる

場合もあります。

骨粗しょう症の治療は骨折の予防が目的であり、薬物療法を中心に、食事療法と運動療法を組み合わせで行います。日常生活においても、転倒の予防など、骨折しないための工夫も大切です。

食事では、骨の構成成分であるカルシウムと、カルシウムの吸収を助けるビタミンDを多く含む食品を摂取することが大切です。カルシウムは乳製品や大豆製品、小魚、緑黄色野菜、海草などに多く含まれています。毎日バランスの良い食事を取ることを心がけ、その上でカルシウムの摂取を意識して行うとよいでしょう。運動は、骨を強くする効果が期待でき、また筋肉を鍛えることで転倒予防につながります。散歩するだけでもよいので、自分に合った運動を行きましょう。

骨粗しょう症の薬は、骨の吸収を抑えるもの・骨の形成を促すもの・骨の材料を補うものの3種類に分けられ、患者さんの状態に合わせて選択します。最近では、2つの作用を併せ持った薬も登場しています。投与の方法（内服又は注射）や投与間隔は薬によって様々ですので、医師や薬剤師の指示の内容をよく確認しましょう。

薬物治療はすぐに効果が表れるものではなく、息の長い治療が必要です。しかし、治療を開始しても、1年後には患者さんの約半数が処方通りの服薬ができていないという報告があります。薬が飲みづらかったり、服薬が難しい場合は、自己判断で中断せずに医師や薬剤師に相談してください。

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)	
12	6	新座	玲子内科クリニック	内、消内	042-421-8800	朝霞	朝霞すみえ皮フ科クリニック	皮	423-0496
	13	志木	志木ホームクリニック	内、小	487-1255	朝霞	福島眼科	眼	469-1006
	20	和光	恵クリニック	内、消内、皮	464-9893	新座	新座駅前耳鼻咽喉科	耳、アレ	458-0390
	27	新座	新座中央通り診療所	内、小	473-3331	志木	志木大腸肛門クリニック	肛、消内	423-8768

日曜日、祝日に開局している薬局
下記のQRコードから確認できます。



※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。

休日歯科応急診療所 (新座市保健センター内)

実施日 / 12月30日(木)・31日(金)
受付時間 / 午前9時～11時30分
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 / ☎481-2211

救急医療のお問い合わせ

●埼玉県南西部消防本部 ☎048-460-0123
●埼玉県救急電話相談 #7119(全国共通ダイヤル)または ☎048-824-4199 (ダイヤル回線、IP電話、PHS)



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	令和3年1月28日(休) 午前10時～11時30分 または午後1時30分～3時	保健センター	令和2年2月～6月生の第1子のお子さんとその保護者	申/12月3日(休)から電話で ※午前と午後の内容は同じです
マタニティ教室	令和3年2月13日(出) 午前10時～正午 または午後1時30分～3時30分		令和3年5月～7月出産予定の初妊婦・パパになる方	内容/沐浴・妊婦体験、DVD上映 申/12月3日(休)から電話で
乳幼児健康診査	詳しい日程は、市ホームページまたは保健センターガイドをご確認ください。			



成人の方へ

内容	日時	会場	対象	その他
こころの健康相談	12月17日(休) 午後1時15分～2時15分	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/12月14日(月)までに電話で
大人の歯の健診	令和3年1月21日(休) 【受付時間】 午前9時～11時、午後1時～3時		16歳以上の方	申/12月3日(休)～令和3年1月8日(金)に電話または窓口で ※受診は年度内1回のみ
ASAKA健康ラウンジ	12月6日(日) 午後1時30分～3時		健康あさか普及員	内容/今後の健康あさか普及員の活動、健康づくりについての意見交換 申/前日までに電話で(先着10人)

予防が大切！冬にかかりやすい感染症に気をつけましょう！

●冬にかかりやすい感染症

インフルエンザ	潜伏期間/1～3日 感染経路/飛沫感染(咳・くしゃみなど)、 接触感染など	症状/38度以上の高熱、頭痛、関節痛、全身のだるさなどの全身症状。鼻水、せき、のどの痛みなども伴います。 通常は、4～5日発熱が続き、1週間程度で回復します。
R S ウイルス感染症	潜伏期間/2～8日 感染経路/飛沫感染(咳・くしゃみなど)、 接触感染など	症状/鼻水、せき、のどの痛み等の風邪のような症状。乳幼児期に多く、生後6か月未満では重症化しやすいため、注意が必要です。
ウイルス性胃腸炎 (嘔吐下痢症)	潜伏期間/1～3日 感染経路/経口感染(食べ物など)、 接触感染など	症状/発熱、吐き気、嘔吐、下痢(クリーム色～白色が多い)などの症状。 嘔吐、下痢から脱水症状を起こすこともあります。

●感染症を予防するには？

手洗い、うがいが基本です。規則正しい生活と十分な休養、バランスのとれた食事を摂ることも大切です。体調がすぐれない時は、医療機関に電話で相談のうえ、早めに受診しましょう！

せきエチケットで感染拡大防止！

- ・せきやくしゃみをする際は、マスクを着用しましょう。マスクが無い場合は、ティッシュや衣類で口を覆い、他の人に飛沫を飛ばさないようにしましょう。
- ・せきやくしゃみをしている人には、マスクの着用をお願いします。

発熱などの症状がある場合の、医療機関の受診方法が変わりました

問/埼玉県感染症対策課 ☎830-3557

発熱などの症状がある場合、県ホームページの埼玉県指定 診療・検査医療機関を確認し、事前予約のうえ受診してください。医師の判断で、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの検査をします。

埼玉県受診・相談センター ☎048-762-8026 月～土曜日 午前9時～午後5時30分(祝日でも対応可)

詳しくは、埼玉県ホームページをご覧ください。

埼玉県指定 診療・検査医療機関



📷 減らそう犯罪の日に防犯パトロールを実施しました

埼玉県では、10月11日を「減らそう犯罪の日」と定めており、毎年、「わがまち防犯隊」や事業者の皆さんに防犯パトロールの実施を呼びかけています。

今年も地域の安全のため、多くの方に防犯パトロールを実施していただきました。これからも、犯罪を起ささない安心・安全なまちづくりにご協力をお願いします。

☎/危機管理室 ☎463-1788



上の原町内会防犯活動隊・幸町団地自治会防犯隊の皆さん

📷 朝霞市優秀建設工事表彰式を行いました

10月19日(月)、朝霞市優秀建設工事表彰式を実施し、初年度となる今回は、建築工事部門で永田建設株式会社、土木工事部門で株式会社林土木関東支店が受賞しました。

この表彰式は、市が発注した建設工事を、特に優秀な成績で完成させた受注業者を表彰し、施工意欲の高揚および技術力の向上を図り、公共工事の品質確保の促進に寄与することを目的としています。

受賞者の皆さんおめでとうございます。

☎/検査室 ☎463-2958



左から株式会社林土木関東支店 宮村孝之土木部長、日中聡取締役関東支店長、関野副市長、富岡市長、永田建設株式会社 野村満代表取締役社長、齊藤信建築部長

📷 環境功労者に感謝状を贈呈しました

10月20日(火)に、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。令和2年度は、9人を表彰いたしました。

(後列左から) 宮村市民環境部長、富岡友治さん、小野勲さん、林隆子さん、宮野茂さん(代理)、富岡市長

(前列左から) 塩野泰三さん、秋山康純さん、本橋健一さん、弘田綾子さん



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行事案内・会員募集を掲載しています。掲載を希望される方は市ホームページをご覧ください。



☎/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。

市民伝言板に掲載したお知らせは、新型コロナウイルスの影響で、中止や延期となる場合があります。詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。

行事案内

杉原浩司さん講演会 「敵基地攻撃能力とは何か」

日時/12月6日(日) 午後1時40分～3時30分 会場/図書館本館 その他/当日午後1時～1時40分に「あさか・九条の会」定期総会も開催します。皆さんご

参加ください。主催/あさか・九条の会 ☎/真下 ☎080-6787-0242

会員募集

モダンバレエ コスモス

日時/毎週木曜日 午後4時40分～ 会場/西朝霞公民館 入会金/2,500円 費用/月4,000円 対象/年少から その他/優しい先生と楽しくレッスンしています。見学・体験可。HPあります。☎/江田 ✉ a.r.b.s.q.123@gmail.com

朝霞市は埼玉県内で唯一パラリンピック競技(射撃)が開催されます

— 応援企画!「夏の夢の始まりに」—

パラ・パワーリフティングを知ろう!

「パラ・パワーリフティング」とは、下肢に障害のある方がベンチプレスを使って行うパラリンピック正式競技です。

《試技の流れ》

Bar is loaded!

(準備完了!)

主審



名前を呼ばれて選手が入場。

脚にベルトを巻いて体を固定。準備ができればバーベルを持つ。

3秒間で勝負は決まる!

Start!

(試技開始!)

主審



胸でバーベルをピタッと止める。

左右バランスよくバーベルを押し上げ、腕を伸ばす。

Rack!

(バーを戻せ!)

主審



主審の掛け声があったらバーを戻し、試技終了。

《審判の判定》

審判3人で判定(白=成功/赤=失敗) 2人以上が「白」で成功です。

《記録》

3試技の中で成功した1番重い記録が採用されます。

競技について、詳しくは日本パラ・パワーリフティング連盟のサイトをご覧ください。



動画で石原選手とパラ・パワーリフティングをもっと知ろう! ←詳しくはこちら!



パラパワー 9719報 石原正治

Do the BEST!!



いしはら まさはる 石原正治選手

オリンパス テルモ バイオマテリアル株式会社所属

プロフィール 朝霞市在住

17歳の時の事故で両下肢に障害が残り、リハビリで始めた車いすバスケットボールで、2000年シドニーパラリンピックに出場。

その後、パラ・パワーリフティングに転向、現在、東京2020パラリンピック出場を目指している。

《インタビュー》

- Q. 大会前などに必ず行うルーティーンはありますか?
- A. ルーティーンは作らないようにしています。それが出来なかったことで失敗したんだと思いたくないからです。
- Q. 自己新記録などを出した時のご褒美はありますか?
- A. お酒が好きなので、大会前は禁止しているお酒を、グッと飲むことです。
- Q. 大会に向けて、市民へのメッセージをお願いします。
- A. 選手として選ばれるまで大変険しい道が残っています。これからもトレーニングを頑張つて、東京2020パラリンピックに出られるように頑張りたいと思います。応援よろしくをお願いします。



【朝霞市特設サイト】

朝霞市の東京2020大会に関するイベントなどの情報を発信中!

問/オリンピック・パラリンピック室 ☎462-0801

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。



市ホームページ

朝霞市キャラクターぼぼたん



広報あさか No.763

発行日/令和2年12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(デジター形式)を図書館本館と北朝霞分館で貸し出しています。また、市内の視覚障害のある方で郵送をご希望の方は、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、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。※写真は編集の都合上、加工する場合があります。



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