

生涯学習体験教室参加者を募集します!!

教室番号	教室名・内容・講師	日時	会場	費用	定員
1	書道(毛筆・硬筆)のおけいこ 全2回 講師/堂前寿草さん 対象/5歳以上	7月31日(日)・8月28日(日) ≪各回≫午前9時30分～10時30分	産業文化センター	無料	10人
2	ヨガ教室	8月13日(出) 午前10時～11時	西朝霞公民館	無料	各回8人
3	講師/五十嵐玲子さん	8月20日(出) 午前10時～11時			
4	フラダンス(入門) 講師/KANAさん	8月21日(日) 午前11時～正午	南朝霞公民館	無料	15人

対象/市内在住、在勤または在学の方 ※申込多数の場合は抽せん。申込期間終了後、受講に関する通知を郵送
 申込方法/電話、FAXまたはメールで。電話以外の場合、タイトルに「体験教室参加希望」、住所、氏名(ふりがな)、日中連絡のとれる電話番号、教室番号、教室名を記入し、**7月15日(金)【必着】**までに生涯学習・スポーツ課へ
 ※詳しくは、市ホームページまたは市内公共施設に設置するポスター・チラシをご確認ください。

令和4年度放課後子ども教室のサポーターを募集します

放課後子ども教室は、子どもたちとともに文化・スポーツ活動、地域住民との交流活動等を行う教室です。この教室の運営を補助していただくサポーターを募集します。
 日時/9月～令和5年2月の土曜日・午前中・計12回(シフト制)
 謝金/およそ3時間で2,694円(※税引き後・交通費込)
 資格/18歳以上 応募締切/7月15日(金)
 ※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

市民企画講座

主催 NPO 法人あさか市民大学
7月12日(火)「シリーズ朝霞の川と水辺を学ぶ」

主催 コミュニティあさか
7月17日(日)「子供の未来アクション学習会」

を開催します。詳しくは、公民館等に配置されるポスター・チラシをご確認ください。

【図書館】<課題図書・すいせん図書>

夏休み期間中に利用の集中する課題図書および埼玉・夏休みすいせん図書について、8月28日(日)までの間は貸出期間を1週間以内とさせていただきます。

【図書館】夏休みおはなし会

申込制

お友だちをさそってみんなで来てね!
 日時/7月28日(木) ①午前10時30分～ ②午後4時～
 内容/絵本などの読み聞かせ
 会場/図書館(本館) 視聴覚室
 対象/付添なしで1人で聞けるお子さん
 定員/15人(申込多数の場合は抽せん)
 申込期限/7月20日(水) 午後5時まで
 申込方法/電話・窓口・メールまたはFAXで。件名を「夏休みおはなし会」とし、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号をお伝えください。※空きがあれば当日参加も可能です。

【図書館】プレママ・パパ 読み聞かせ講座 **申込制**

～おなかの赤ちゃんと絵本を楽しんでみましょう～
 これから始まる子育てを楽しみに、絵本を開いてみませんか。
 日時/7月30日(出) 午前10時30分～11時30分
 会場/図書館(本館) 視聴覚室
 講師/図書館職員(図書館司書・絵本専門士)
 対象/市内在住・在勤の妊婦さんとそのご家族
 定員/8人(先着順)
 申込方法/7月1日(金)午前10時からメールまたはFAXで。件名を「プレママ・パパ講座参加希望」とし、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を図書館宛にお送りください。図書館(本館)のみ、電話またはカウンターでもお申し込み可能です。※初めてママ・パパになる方を対象としているため保育はありません。

【図書館】書庫見学ツアー

申込制

書庫…それは本をしまっておく倉庫のこと。普段は入ることのできない図書館の書庫にご案内します!
 日時/8月9日(火) ①午前10時～11時
 ②午後2時～3時30分

会場/図書館(本館)
 対象・定員/市内在住・在学の方(申込多数の場合は抽せん)
 ①小学4～6年生…15人
 ②中学生・高校生相当年齢の方…10人
 申込期限/7月25日(月) 午後5時まで
 申込方法/電話・窓口・メール・FAXで。件名を「書庫見学ツアー参加希望」とし、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号をお伝えください。

人権問題講演会 講師:宮崎成悟さん

『ヤングケアラー当事者の人生から考える支援の方法』

**事前申込制
先着順**

日時/7月20日(水) 午後2時～3時30分
 会場/中央公民館・コミュニティセンター
 ※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

収蔵資料紹介展示 東京2020オリンピック・パラリンピック 1周年記念展

博物館が収集・受贈した資料の中から、朝霞市も射撃の会場となった東京2020オリンピック・パラリンピックの1周年を記念し、関連資料を展示します。
 期間/7月23日(出)～8月24日(水)
 時間/午前9時～午後5時
 会場/博物館 展示室・ギャラリー 入館料/無料

※各課・施設の連絡先は23～25ページの上部に記載しています。



スポーツ・レクリエーション

日日時 ㊟会場 ㊟集合場所 ㊟対象 ㊟定員 ㊟参加費
 ㊟締め切り ㊟持ち物 ㊟申し込み ㊟問い合わせ

★朝霞市民体育賞★

表彰基準/令和3年10月2日～令和4年10月1日に開催された大会で、都道府県大会優勝、関東大会第3位以内、全国大会第6位以内または国際大会入賞の方。詳細はホームページへ。



溝沼子どもプール開場!

利用の際の注意事項がありますので、市ホームページをご確認ください。
 ㊟/生涯学習・スポーツ課



奥多摩のダイナミックな渓谷美を満喫しよう 難易度★☆☆ 約6km 主催/朝霞市歩こう会

㊟・㊟/8月28日(日) 午前7時40分 北朝霞駅東口広場(雨天決行) 行程/北朝霞駅→古里駅(降車)→寸庭橋→白丸ダム→奥多摩駅 ㊟/小学生以上(小学生は保護者同伴) ㊟/300円(保険代等) ㊟/8月12日(金) ㊟/弁当・水筒・雨具等 ㊟/はがきにコース名、参加者全員の住所・氏名・電話番号を記入し、生涯学習・スポーツ課へ。参加決定は通知しません。当日は直接集合場所へ。
 ㊟/前川 ☎464-5394

スポーツ教室

主催/朝霞市教育委員会

小学生スポーツ教室

①ミニテニス ㊟/8月2日(火)～4日(木)
 ②なぎなた ㊟/8月16日(火)～18日(木)
 午前9時～正午 ㊟/小学4～6年生
 ㊟/各500円 ㊟/7月18日(月・祝)



市民スポーツ教室 ポッチャ体験教室
 ㊟/8月25日(木) 午後6時30分～8時30分
 ㊟/小学生以上(小学生は保護者同伴)
 ㊟/24人 ㊟/100円 ㊟/7月29日(金)



共通 ㊟/総合体育館 ㊟/申込フォーム、電話、はがき、窓口(申込多数の場合、抽せん) ㊟に必要事項/教室名、氏名(ふりがな)、住所、電話番号、年齢

スポーツ教室

主催/朝霞市文化・スポーツ振興公社

①小学生フィジカルトレーニング教室

㊟/8月25日(木)～ 全8回 ㊟/総合体育館 ㊟/小学生

②バレーエクササイズ

㊟/9月1日(木)～ 全8回 ㊟/総合体育館 ㊟/18歳以上

③enjoy テニス

㊟/9月2日(金)～ 全8回 ㊟/内間木公園 ㊟/18歳以上

④ASAKA ビギナーズサッカースクール

㊟/9月5日(月)～ 全8回 ㊟/中央公園陸上競技場
 ㊟/5歳～小学3年生

開催時間・申込方法等の詳細は、紙面上部のURLをご確認ください。

体育施設臨時休館日 総合体育館 7月11日(月)、8月8日(月) 武道館 7月4日(月)・8月1日(月)
 (7～8月) 滝の根テニスコート 7月4日(月)～8日(金)・19日(火)・8月1日(月)・15日(月)

みんなの図書館

うさみみタイム(幼児・児童向け) ㊟申込制

日時/7月7日・14日・21日 すべて木曜日 午後3時～
 会場/図書館(本館) 視聴覚室
 内容/絵本や紙芝居の読み聞かせ 定員/各回9組
 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、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を図書館(本館)へ。※空きがあれば当日参加も可能です。

「松の木読書会」 ㊟申込不要

日時/7月8日(金) 午前10時～
 会場/図書館(本館) 読書活動支援室
 内容/「北斎まんだら」梶 よう子

7・8月の図書館のおやすみ

本館 7月12日(火)・22日(金)・8月9日(火)・26日(金)
 分館 7月13日(水)・28日(木)・8月10日(水)・25日(木)
 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)

親子でご参加ください「北朝霞分館の絵本のよみきかせ」

日時/7月19日(火) 午後3時30分～ ㊟申込制
 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1
 定員/20人(申込多数の場合は、抽せん)
 申込期限/7月12日(火) 午後5時まで
 申込方法/窓口・電話・メールにて受け付け。申し込み時に住所、氏名(ふりがな)、電話番号をお伝えください。
 ㊟/図書館北朝霞分館

おはなしくらぶ(乳幼児向け)絵本の読み聞かせ

日時/8月5日(金) 午前11時30分～正午 ㊟申込制
 会場/図書館(本館) 視聴覚室
 定員/8組(1組3人まで)
 申込開始/7月1日(金) 午前10時～(先着順)
 申込方法/メールで。件名を「おはなしくらぶ申込」とし、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記載してください。
 ㊟/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。

※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、内容の変更または中止の場合があります。

☆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。

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
旧高橋家住宅	〒351-0005 根岸台2-15-10 (根岸台市民センター隣)	☎463-2927
埋蔵文化財センター	〒351-0033 大字浜崎231-2	☎486-2244

共通 ☎468-0079

施設名	電話番号	住所	メールアドレス
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	tyuo-kom@city.asaka.lg.jp
東朝霞公民館	463-9211	〒351-0005 根岸台6-8-45	higasi-kom@city.asaka.lg.jp
西朝霞公民館	462-1411	〒351-0014 膝折町4-19-1	nisi-kom@city.asaka.lg.jp
南朝霞公民館	461-0163	〒351-0023 溝沼1-5-24	minami-kom@city.asaka.lg.jp
北朝霞公民館	473-0558	〒351-0035 朝志ヶ丘1-4-1	kita-kom@city.asaka.lg.jp
内間木公民館	456-1055	〒351-0032 田島2-18-47	utimagi-kom@city.asaka.lg.jp

※番号はお間違いのないようお願いします。



博物館へ行こう！



国指定重要文化財
旧高橋家住宅からのお知らせ

旧高橋家住宅活用事業ときどきツアー

①夜の昆虫観察 ②夏の虫とり会

雑木林で自然観察をしながら虫捕りに挑戦してみましよう。
 回/①7月24日(日) 午後7時～8時30分 ②8月14日(日) 午前9時～11時 ※雨天中止 会/旧高橋家住宅 対/①市内在住の同居家族(小学3年生以上とその保護者) ②小学3年生以上 定/①6組(1組上限4人まで) ②10人 締/①7月6日(火) ②7月27日(火)【必着】 申/はがきに希望のイベント名・参加者全員分の住所・氏名(ふりがな)・年齢(小学生は学年も)・電話番号を記入し、文化財保護係宛に郵送 ※申込多数の場合、抽せん

7月のおやすみ

- 文化財保護係 4日(月)・11日(月)・19日(火)・25日(月)
- 旧高橋家住宅 4日(月)・11日(月)・19日(火)・25日(月)
- 朝霞市博物館 4日(月)・11日(月)・19日(火)・22日(金)・25日(月)
- 埋蔵文化財センター 4日(月)・11日(月)・19日(火)・22日(金)・25日(月)

公民館のひろば

各催し物の詳細は右記のコードからご覧ください。
(市ホームページにリンクしています)



中央公民館

問/☎465-7272

●サイエンスキッズ「電池のひみつ」

回/8月13日(土) ①午前10時～正午 ②午後2時～4時
 費/250円 対/①市内小学3～6年生 ②市内小学1・2年生
 定/各30人 申/ホームページ・はがき・窓口で7月15日(金)～29日(金) 講/坂口美佳子さん

東朝霞公民館

問/☎463-9211

●「夏だ！ゆかたを着よう」

回/7月30日(土) 午前10時～正午 対/高校生以上の女性
 定/10人 申/電話・窓口で7月20日(火)正午まで
 講/藤田良子さん

●「身体にやさしいチェアヨガ」

回/8月6日(土) 午前10時～11時 定/15人 申/電話・窓口で7月27日(火)正午まで 講/高田桃子さん

西朝霞公民館

問/☎462-1411

●「自分で作るオムライスと読書タイム」

回/7月27日(火) 午前9時～午後1時 対/小学生 定/6組12人(2人で申し込み) 費/400円 申/電話・窓口・ホームページで7月15日(金)正午まで 講/高橋美江さん・公民館職員

北朝霞公民館

問/☎473-0558

●「はじめての和綴じ」

回/7月27日(火) 午後1時30分～3時30分 定/8人
 費/350円 申/電話・窓口で7月19日(火)午後1時まで
 講/外山菜名美さん

南朝霞公民館

問/☎461-0163

●映画会「男はつらいよ～寅次郎相合い傘～」

回/7月22日(金) 午前10時～11時30分 定/30人(先着順) 時/上履き 申/直接会場へ 他/来場者多数の場合、入場規制あり

●南っ子クラブ「小学生プログラミング講座」

回/8月8日(月) ①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時30分 対/①小学1～3年生と保護者 ②小学4～6年生 定/①10組20人(児童と保護者) ②12人 費/①無料 ②1,000円 申/電話・窓口で7月15日(金)正午まで 講/野村泰朗さん

内間木公民館

問/☎456-1055

●子どもランド「レモン電池をつくろう！」

回/7月22日(金) 午前10時～11時30分 対/小学3～6年生 定/10人 申/電話・窓口で7月14日(木)午後3時まで 講/関東電気保安協会職員

●映画を楽しむ会「風が吹くとき(アニメーション)」

回/8月6日(土) 午前10時～11時30分 定/20人(先着順) 申/電話・窓口で7月1日(金)から

7月の各公民館のおやすみ

- 中央公民館 4日(月)・11日(月)・18日(月・祝)・25日(月)
- 東・西・北朝霞公民館 3日(日)・11日(月)・17日(日)・18日(月・祝)・25日(月)・31日(日)
- 南・内間木公民館 4日(月)・10日(日)・18日(月・祝)・19日(火)・24日(日)

※参議院議員通常選挙のため、東・西朝霞公民館は7月9日(土)・10日(日)、内間木公民館は9日(土)もおやすみです。



朝霞地区医師会 ^{いわい} 岩井 ^{よしふみ} 良文
☎464-4666

RS ウイルスを一言で言うと「赤ちゃんが感染すると悪くなりやすい風邪のウイルス」です。季節によっては小児科の入院患者さんの半分くらいがRS ウイルス感染症ということもあり、小児科医にとっては天敵のようなウイルスです。以下ではQ&A形式でRS ウイルス感染症について説明させていただきます。

ルスよりも低いというものがありません。小さな子どもにとっては、毎年流行するRS ウイルスの方が実は怖いウイルスだったという見方もできるのかもしれませんが。

低年齢の子ども以外でも心臓の病気、免疫力が低下する病気、遺伝的な体質をお持ちの方、早産児などはRS ウイルスに感染すると重症化しやすいといわれています。

Q RS ウイルスはいつ頃流行しますか？

A 以前は秋口から感染が始め、冬にピークとなり、春にかけて感染者が減っていくという流行パターンを示していました。しかし、近年は流行時期が前倒しになる傾向があり、ここ数年は夏ごろから流行り始め、秋ごろにピークを迎えています。2021年は夏に感染のピークを迎えており、年によって流行時期は多少変動します。

Q RS ウイルス感染症はどのように診断しますか？

A 迅速抗原検査での診断が一般的です。綿棒で鼻の中の鼻汁をぬぐい、ウイルスの有無を確認します。使用するキットによって時間は異なりますが、10分程度で結果がでることが多いです。外来診療において、迅速抗原検査の保険適応は1歳未満の子ども、重症化リスクが高い子どもに限られています。

Q RS ウイルスに感染するとどんな症状がでるのでしょうか？

A RS ウイルスは一般的な風邪やインフルエンザと同じように、子どもから大人まですべての人に感染し、人生の中で一度きりではなく、生涯にわたり何度も繰り返し感染します。ただし、その症状は患者さんの年齢や持病の有無により大きく異なります。健康な大人や年長児が感染すると鼻水、咳などのちょっとした風邪症状で終わることも多いのですが、低年齢の子どもが感染すると、ウイルスの影響が気道の奥まで進んでしまい、細気管支炎、肺炎を発症することがあります。こうなると、ゼイゼイしたり、呼吸が苦しくなったりしてしまいます。多くの子どもは2歳までに初めてのRS ウイルス感染を経験するといわれていますが、初めてのRS ウイルス感染では30%程度で下気道感染（細気管支炎や肺炎など）を発症し、1~3%は入院治療を要するといわれています。

Q RS ウイルスの予防対策はどのようなことができますか？

A RS ウイルスの感染経路は飛沫感染と接触感染の2つです。飛沫感染では、感染している人が咳や会話をした際に周囲に飛び散る唾液により、感染が広がります。先にも書いたとおり、大人にとっては軽い風邪であっても、小さな子どもが感染すると重症化することもあるので、小さな子どもが近くにいる場合はマスク着用を心がけるようにしましょう（赤ちゃん自身のマスク着用は危険なのでやめましょう）。接触感染ではウイルスが含まれた唾液などを直接的、間接的に触れることで感染が広がります。ウイルスは目に見えるものではないため、物を介しての間接的な接触感染が見落とされがちです。RS ウイルスはコップ、ドアノブ、手すり、おもちゃなどの表面に付着すると数時間生存し、ティッシュペーパー、皮膚の表面でも数十分は生存します。RS ウイルスが付着したものを触った手で目や鼻を触ると感染してしまう可能性があるため、普段から手洗い、手指消毒を行うことが大切です。

余談ですが、新型コロナウイルスの初期の報告の中には、5歳未満の新型コロナウイルスの致死率はRS ウィ

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)
7	3	新座 新座西山内科眼科クリニック	循内、内、眼、小	202-1112	朝霞	あさか心のクリニック	精・心内	458-5561
	10	朝霞 新谷医院	循内、内、消内、小	461-3238	和光	中川眼科	眼	465-1144
	17	新座 くりはら内科クリニック	内、消内、循内	(042) 438-6606	朝霞	朝霞すみえ皮フ科クリニック	皮	423-0496
	18	和光 和光駅前クリニック	外、内、小、整外、消内、肛、リハ	460-3466	朝霞	朝霞整形外科・外科	整外	461-5128
	24	新座 たきやま小児クリニック	小、アレ	477-8620	志木	かとう整形外科・リハビリテーション科	整外、リハ	486-3770
	31	志木 志木いろは橋クリニック	内、小、皮	471-1688	新座	飛田耳鼻咽喉科	耳	479-4062

日曜日、祝日に開局している薬局

下の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。

救急医療のお問い合わせ

●埼玉県南西部消防局 ☎460-0123

●埼玉県救急電話相談 #7119(全国共通ダイヤル)または☎824-4199(ダイヤル回線、IP電話、PHS)

わたくしたちの健康