



募集

会計年度任用職員

人数／1人

任用期間／9月1日～令和6年3月31日

勤務内容／事務補助（電話対応、ワード・エクセル等
パソコンへの入力・確認作業、書類整理等）

勤務日時／月～木曜日（週4日勤務）

午後0時30分～4時30分（実働4時間）

報酬／時給1,020円

申込方法／7月21日（金）【必着】までに、必要書類を
郵送（住所は最終ページ下部に記載）
または持参

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

申・問／市政情報課 ☎463-1759



一緒につくろう朝霞の景観

各制度の内容や必要書類については、
市ホームページをご確認いただくか、
お問い合わせください。

景観形成補助金制度

景観計画に基づき、住民などが主体となった良好な
景観づくりの取り組みを支援するため、その活動等に
要した費用の一部に補助金を交付します。

交付対象者／景観重要建造物および景観重要樹木の所
有者、景観資源の所有者および管理者、景観協定を
締結した者、景観づくり団体、景観づくり協定を締
結した者等

交付対象行為／まちの魅力を高める良好な景観づくり

景観重要建造物・樹木

良好な景観の形成に、特に重要な建造物や樹木の保
全と活用を支援します。



指定のメリット／維持管理に関する技術的助言および
財政的支援を受けられる・建物の利用制限に応じた
適正評価による相続税の優遇措置

指定基準等／景観計画で定める基準、景観審議会の審
議等

指定後の管理義務等／良好な景観が損なわれないよう、
条例で定める基準に沿って適切に維持管理する義務
が生じるほか、増築や外観の変更を伴う修繕等を行
う場合は市長の許可が必要になります。

景観づくり団体

認定を受けることにより、景観づくり活動に対し市
が技術的・財政的な支援をします。

認定要件／主体的に景観づくりに取り組むおおむね5
人以上で構成された団体で、活動内容が景観計画の
趣旨に適合していること等

活動内容／まちの魅力の向上や、にぎわいの創出等に
つながる景観づくり活動

申・問／まちづくり推進課 ☎463-2518

みどりの保護地区・保護樹木制度

緑地保全や緑化推進のため、保護地区および保護樹
木を指定しています。

保護地区

指定基準／樹木が集団で生育している土地で、面積が
300㎡以上であるもの等

奨励金の額／指定経過年数に応じて、保護地区に係る
固定資産税の30～50%以内の額

保護樹木

指定基準／高さが10m以上で、地上1.2mの高さに
おける幹の周囲がおおむね1m以上であるもの等

奨励金の額／指定経過年数に応じて、樹木1本当たり
1,800～3,000円

申・問／みどり公園課 ☎463-0374

ハウスクリーニング専門店

おうちクリーニングにここ



ハウスクリーニング士と家事代行アドバイザーの夫婦
と一緒に、丁寧に心を込めてお掃除いたします！

エアコン／キッチン／レンジフード／浴室／洗面所
トイレ／ベランダ／玄関／定期コース／家事代行など

お得なキャンペーンを随時行っております→



朝霞市三原3-4-37 090-7013-2707
土日祝日営業 8時～19時 お見積り無料



相続・遺言書・成年後見のことなら

彩（いろどり）相続相談所

毎週日曜日に無料相談会開催中（予約制）

お気軽にご相談ください。日時と場所はホームページか
電話で確認して、ご予約をお願いします。

☎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





男女平等の推進に取り組んでいる市民・市内事業所・団体を顕彰します

対象／次の①～⑤のいずれかに該当する市民・市内事業所・団体（自薦・他薦問わず）

- ①男女平等の推進に関する取り組みを積極的に行っているもの
- ②女性の能力活用および職域拡大に積極的に取り組んでいる事業所
- ③職業生活と家庭生活等を両立できる多様な就業形態に配慮した就業環境の改善が図られている事業所
- ④男女が対等に参画できる環境づくりに積極的に取り組んでいる団体
- ⑤その他、特に顕彰に値すると認められるもの

顕彰方法／賞状を贈呈し、市ホームページ等で公表

顕彰件数／5件以内（選考により決定）

申込方法／それいゆぷらざ（女性センター）・市民活動支援ステーションにある顕彰推薦書(市ホームページでもダウンロード可)に必要事項を記入し、郵送(〒351-0016 青葉台1-7-1)・メールまたは持参



申・問／それいゆぷらざ（女性センター）
☎463-2697 ✉soreiyu@city.asaka.lg.jp

「あさか環境市民会議」に参加しませんか？

あさか環境市民会議は、身近な暮らしの環境に着目して生活環境の改善、自然環境の保全を目指して活動している市民団体です。

年会費／個人：1,000円 団体：3,000円
事業者：5,000円

申込方法／入会申込書（市ホームページまたは窓口で配付）に必要事項を記入し、年会費とともに窓口へ持参



申・問／あさか環境市民会議事務局
（環境推進課内）
☎463-1504

あさか生き物調査2023

皆さんが見つけた市内の多様な生き物を、市ホームページやSNSで一部公表します。

申込方法／12月22日(金)【必着】までに、調査用紙等を郵送またはメールで

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

申・問／みどり公園課

☎463-0374 ✉midori_koen@city.asaka.lg.jp



明るい選挙啓発ポスター作品

内容／明るい選挙の呼びかけを自由に表現したもの

対象／市内在住または在学の小・中学生、高校生

画材／自由(紙・布・絵の具など、材料に限らない)

基準／画用紙の四つ切り(542mm×382mm)、八つ切り(382mm×271mm)もしくはそれに準ずる大きさ

申込期限／9月8日(金)

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

申・問／選挙管理委員会事務局

☎463-2444



子ども屋台村参加者

子どもたちが中心になり、彩夏祭でかき氷や飲み物等の、屋台での販売を体験します。

日時／8月5日(土) 午後1時～7時、

6日(日) 午後1時～5時

会場／青葉台公園芝生広場

対象・人数／小学生・40人程度(先着順)

子ども屋台村 OGOB・若干名

申込方法／7月11日(火)までに

右コードのエントリーフォームで

説明会・看板作り等

日時／7月22日(土) 午後2時～4時

会場／中央公民館・コミュニティセンター

申・問／NPO 法人まちづくり夢会議 わたなべ 渡邊

☎090-4946-0205



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

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

ASK (I-エスケー) 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

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 P4台完備

信賴と実績の52年
司法書士 栗山 昇
司法書士 青木まゆみ

朝霞市役所 目の前!



シルバー人材センター会員

資格/原則、60歳以上の健康で働く意欲のある方

内容/公共施設管理・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/7月14日(金)、8月16日(水)、9月14日(木)

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/公益社団法人朝霞地区シルバー人材センター

☎465-0339

朝霞市社会福祉協議会

資格要件など、詳しくは社協ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。



正規職員(10月1日採用)

職種/福祉総合職員

人数/1人

報酬/本会給与規程による

申込方法/7月20日(木)までに、必要書類を窓口へ持参

試験日/7月29日(土)

申・問/朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2479

総合相談支援係相談員(臨時職員)

資格/①社会福祉士または同等以上の資格

②生活困窮者等相談支援業務経験1年以上

人数/1人

業務内容/生活困窮者に対する生活福祉資金貸付業務の相談

勤務場所/はあとぴあ(総合福祉センター)

報酬/①時給1,270円

②時給1,170円

申込方法/事前連絡し、面接時に履歴書を持参

選考方法/面接

申・問/朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2478

優良自動車運転者を表彰します

対象/過去5～50年以内に行政処分、交通事故、交通法令違反がない方

表彰の種類/5～50年の間で、5年きざみ

申請できる方/

①交通安全協会の会員の方

②朝霞警察署管内(朝霞市、志木市、和光市)に居住している方

③過去に同種の表彰または同種以上の表彰を受けていない方

表彰式・会場/10月7日(土)・ゆめぱれす(市民会館)

申込方法/7月3日(月)～8月31日(木)に、次の書類を提出

①表彰申請書

②無事故・無違反証明書(証明期間の末日が、令和5年6月1日以降のもの)

③交通安全協会員証

※①・②の申請用紙は、朝霞地区交通安全協会・朝霞警察署・市内各交番、まちづくり推進課で配布(②は発行に2週間かかります)

申・問/朝霞地区交通安全協会事務局(朝霞警察署内) ☎462-9876



ご案内

防災行政無線の点検のため試験放送を行います

防災行政無線の保守点検に伴い試験放送を行います。防災ラジオからも試験放送が何度も流れます。

日時/7月27日(木)、28日(金)

午前8時30分～午後5時

問/危機管理室 ☎463-1788

借金問題

相続・遺言

離婚・後見

交通事故

民事・労働

刑事・行政

まずはご相談ください。

解決の糸口を見つけましょう。弁護士小山香

埼玉弁護士会所属

弁護士小山香



☎048-465-0125

朝霞駅東口
徒歩1分

小山法律事務所

〒351-0006 朝霞市仲町2-2-38 アウステル805 土日相談可
法テラスの無料相談・民事法律扶助利用可(一定の要件あります)

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



いし案区

市議会議員一般選挙立候補予定者説明会

12月3日(日)に実施される市議会議員一般選挙に立候補を予定している方は、説明会へ出席してください。

※代理人可・候補者1人につき3人まで

日時/10月3日(火) 午後1時30分

会場/市役所別館5階 大会議室

☎/選挙管理委員会事務局 ☎463-2444

マンション管理計画認定制度およびマンション長寿命化促進税制

マンション管理適正化推進計画を作成した自治体から認定を受けたマンションまたは計画が未整備な自治体でも、助言・指導を受けたマンションは、長寿命化工事が実施されたなどの一定の要件を満たす場合、翌年度分の建物に係る固定資産税の一部が減税されます。



詳しくは、市ホームページをご確認ください。

☎/開発建築課 ☎423-3854

育成保育(障害児保育)の入所申請に係る「主治医意見書」を配布します

令和6年4月入園の申請に必要な書類の「主治医意見書」(市指定様式以外での申請不可)の取得には3か月以上の時間を要することがあるため、先行して配布を開始します。制度の説明や郵送配布を希望する方は、ご連絡ください。申請書類の配布・提出受付期間は、広報あさか9月号と市ホームページでご案内します。

☎/保育課 ☎463-2836

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。

☎/児童相談所虐待対応ダイヤル

☎189(いちはやく) ※通話料無料

水道等に関するお知らせ

(1) 水道メーターを交換します

検定満期の水道メーターの交換を行います。該当するご家庭にはお知らせを配付し、メーター交換には市が委託した業者が伺います。(交換費用無料)

交換時のお願い

○メーターボックスの上に物が置いてあるとメーター交換の支障となります。メーターボックスの上に物を置かないでください。

○不在の場合でも交換します。交換後は水を少し流してからお使いください。

日程/7月~令和6年3月末(予定)

(2) 水道管の漏水調査を行います

市が委託した調査員(漏水調査員の腕章と上下水道部発行の身分証明書を携帯)が、宅地内に立ち入り調査をすることがあります。なお、調査に際し、物品の販売や費用の請求をすることはありません。

日程/7月中旬~令和6年3月末(予定)

☎/水道施設課 ☎463-1204

生け垣等設置補助制度

生け垣の設置や設置のためのブロック塀撤去、緑化したフェンスの設置および多年性つる性植物で既存フェンスの緑化に係る費用を一部補助します。

対象事業/生け垣や緑化フェンスを設置する植栽工事

または高さ50cm以上のブロック塀を取り壊し、生け垣や緑化フェンスを設置する植栽工事、既存フェンスへの多年性つる性植物の植栽費用

対象者/本市の住民基本台帳に記載されている方で、市税を完納している方

補助金額/

生け垣等設置・ブロック塀撤去費用:1m当たり1万円まで・限度額はそれぞれ10万円

既存フェンスへの多年性つる性植物の植栽費用:1m当たり2,000円まで・限度額は2万円

☎・☎/みどり公園課 ☎463-0374

くつらい不妊治療でお悩みの方
【定休日】 朝霞台駅・志木駅より
木・日曜・祝祭日 徒歩8分
妊婦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 検索 昭和薬局
http://www.saitamakanpo.com/

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。

生理痛・生理不順・更年期障害等
でお悩みの方もぜひご相談下さい。

「やっぱり家がいい。」
～家族の心と体が休まる場所を～
住む人が幸せになれる。そんな家や空間をご提供していきたい。

耐震等級3 パッシブデザイン
UA値0.34 高気密C値0.5
高気密高断熱・高耐震・高耐久・自然素材

SHISHIKURA & KODUMITEN
有会社
獅子倉工務店
朝霞市溝沼7-4-53
TEL048-461-6823



建築物に対する埼玉県の補助制度

埼玉県では、建築物に対しさまざまな補助を行っています。詳しくは県ホームページをご確認ください。

多数の人が利用する建築物の耐震診断・耐震改修

補助内容／耐震診断、耐震補強設計および耐震改修工事の費用の一部

対象／昭和56年5月31日以前に建築確認を受けて建築された建築物のうち、病院や店舗、福祉施設、賃貸住宅（共同住宅に限る）などの多数の人が利用する建物で一定規模以上の建築物



問／埼玉県建築安全課 ☎830-5527

建築物のアスベスト対策

対象／アスベスト含有のおそれのある吹付け材の含有調査および吹付けアスベストの除去等工事費用



問／埼玉県建築安全課 ☎830-5525

国民年金保険料には免除・猶予制度があります

一部免除の月額保険料（令和5年度）／

4分の1免除：12,390円 半額免除：8,260円

4分の3免除：4,130円

条件／本人、配偶者、世帯主の前年所得がそれぞれ一定の基準額以下であること

ほかの免除・猶予制度／

- ・納付猶予制度：50歳未満の方
- ・学生納付特例制度：対象学校等の学生の方
- ・法定免除：障害年金や生活保護を受給している方等

※法定免除以外は所得審査あり

問／保険年金課 ☎463-0284

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。



問／それいゆぷらざ(女性センター) ☎463-0356

熱中症対策に「クールオアシス」をご利用ください！

7月は本格的な夏となり、気温が急に高くなるため熱中症になりやすい時期です。市では熱中症対策の一環として、外出時における一時休息所・高温時の緊急避難所として、市内公共施設等を「クールオアシス」に指定しています。指定施設等の詳細は、市ホームページをご確認ください。



問／健康づくり課 ☎465-8611

7月は「再犯防止啓発月間」です

犯罪や非行を繰り返すことなく、地域全体で立ち直りを支え、地域社会の一員として円滑な社会生活を営めるよう支援していきましょう。



問／福祉相談課 ☎463-1594

会食は食べきってみんな笑顔！

友人らと楽しい会食が増えるシーズンです。おいしい料理をきれいに食べきれば、お財布にもやさしく、お店もごみが減ってみんな笑顔！

ポイント

- ・食べきれない量を注文しましょう
- ・提供された料理はできたての美味しいときに食べましょう
- ・料理が残っていたら、「もったいないから食べようよ」と声かけしましょう
- ・どうしても残ってしまったら、持ち帰りできるかお店の人に相談しましょう

問／資源リサイクル課（クリーンセンター）

☎456-1593

市への寄付ありがとうございました

東水利組合清算人会から、13,011,726円の寄付をいただきました。いただいた寄付金は、送水管撤去工事費用として活用させていただきます。

最大5万円が戻ってくる!!

朝霞市のリフォーム補助金



当店で申請お手伝いします

㈱ライフプラス プロタイムズ 朝霞店 朝霞市清沼1272-7(東洋大学前)

0120-167-555

HPはこちら



相続・遺言・家族信託・交通事故・離婚

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・離婚・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(土曜日は事前予約があれば可)

TEL 048-472-7300 【埼玉弁護士会所属】

〒351-0022

朝霞市東弁財 2-12-21

https://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





食中毒に気をつけましょう

夏季は細菌による食中毒が発生しやすくなります。原因の多くは、食肉を生や加熱不足で食べることに由来するものです。

食肉を食べる際のポイント

- ①肉の生食は食中毒のリスクがあります。たとえ生食用であっても、子ども、高齢者や抵抗力の弱い方は生食を控えてください。
- ②レバーなどの内臓や食肉を調理するときは、しっかり加熱（75℃で1分間以上）しましょう。表面が焼けていても、内部が生であることがあります。
- ③肉は購入から調理までの間、細菌が増殖しないように低温保存（10℃以下）しましょう。
- ④焼肉やバーベキューをするときは、生肉に触れた箸やトングで、焼きあがった肉やサラダなどを食べないようにしましょう。
- ⑤野菜・果物・調理済みの食品は、生肉やその肉汁と触れないようにしましょう。
- ⑥生肉の調理に使用した包丁やまな板などは、その都度、洗浄消毒をしましょう。
- ⑦調理の前、生肉に触れた後やトイレの後には、手指の洗浄消毒をしましょう。

☎朝霞保健所 ☎461-0468

「サマージャンボ宝くじ」と「サマージャンボミニ」が2種類同時発売

お求めは埼玉県内の宝くじ売り場で！パソコンやスマホからもインターネット購入できます！

発売期間・金額／7月4日(火)～8月4日(金)
1枚300円

抽せん日／8月18日(金)

○サマージャンボ宝くじ

発売総額720億円・24ユニットの場合

1等：5億円×24本 前後賞：各1億円×48本

○サマージャンボミニ

発売総額210億円・7ユニットの場合

1等：2,000万円×28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。

7月検針分から、インボイス制度対応の検針票に切り替わります

令和5年10月開始のインボイス制度に対応するため、7月検針分からインボイス制度対応の検針票に切り替わります。

☎上下水道総務課 ☎462-3366

日本手話情報コーナー No.82

☎障害福祉課 ☎463-1599 FAX463-1025

「曜日覚えよう」

YouTube「朝霞社協公式チャンネル」



木曜日



両手の親指と人差し指を開いて、手首を返しながら上にあげます。

金曜日



親指と人差し指で輪を作り、手首を捻ります。

土曜日



親指と人差し指をこすり合わせます。

日曜日



唇の前で人差し指を横に動かし、下に向けた手のひらを中央に寄せます。

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。

武蔵野植木 株式会社

〒351-0023 朝霞市溝沼5-15-9

TEL 048-424-3928 FAX 048-424-3982

乳がん検診を受けるなら

※個別がん検診実施医療機関 検診の検査は全て女性技師が担当します



あさか台 乳腺クリニック

お問い合わせ Tel. 048-487-7057

朝霞市東弁財 1-5-18 カロータ3階(朝霞台駅徒歩1分)





▶ 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.72 『ほじょ犬について知ろう④』～介助犬～

手や足に障害のある人の日常生活におけるサポートをします。落としたり、指示した物を持ってきて渡したり、ドアの開け閉めや、衣服の着脱などの手助けをしてくれます。「介助犬」と書かれた表示をつけています。



ほじょ犬は、ペットではなく「はたらく犬」として法律(※)で認められています。そのため、ほじょ犬と共に公共施設、電車・バスなどの乗り物、さまざまな店舗(スーパー、映画館、病院など)を予約なしでいつでも利用することができます。※身体障害者補助犬法という法律があります。

ご案内

▶ あさか市民活動ニュースレター

vol.90

問/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

「地域の活動に参加する」きっかけづくりをお手伝いしています

今回は、「コミュニティあさか」の、熊澤健さんにインタビューした内容をご紹介します。

Q. 団体の活動内容は？

A. ボランティアや地域の活動に参加したいという思いを持つ方の相談に応じているほか、貧困等の子どもの問題を社会全体の問題として考える「子どもの未来アクション学習会」を定期的に開催しています。活動する一人ひとりが、良い生きがい、自己実現できるためのお手伝いができたらという思いで活動をしています。

Q. 活動を始めたきっかけは？

A. 介護に関する研修を受けた際、「高齢者を支えるには地域の力が必要である」と学びました。そこで「地域活動をしたい方と実際の地域活動をつないでみたい」との好奇心からこの活動を始めました。今では、地域活動は誰でも身近に出来ることだと感じています。

Q. 「子どもの未来アクション学習会」について教えてください。

A. 悲しい体験をしたり、成長にあたり必要な経験が積めない子どもが増えていっているとされています。こうした問題に共感し、自分たちに何が出来るか一緒に考

えようという主旨で行っています。これまでに、「不登校」や「社会的養護(親に頼れない子ども達を社会全体で支える仕組み)」等をテーマに、参加者の方と議論や交流を深めています。

Q. 今後の目標は？

A. 学習会を中心に、多方面からの社会参加の方法を考え、市民活動団体や市民の方と連携していきたいと思っています。また、参加していただいた市民の方がより楽しく活動できるよう工夫していきたいです。

～「コミュニティあさか」からのお知らせ～

今回の学習会では、学生が運営している子ども食堂やプレーパーク等の活動を紹介します。ぜひ、お越しください。

日時/7月16日(日) 午前10時～
 会場/中央公民館・コミュニティセンター

申込方法/
 右のコードで



問/コミュニティあさか
 ☎090-3533-6626(熊澤)
 ✉communityasaka@gmail.com



長年の痛み、シビレ、重い症状…
 諦めていませんか？
 それは【骨格の歪み】が原因かもしれません。

カイロプラクティック
 ルート鍼治療 6000円～

院長 齋藤 学

【歪み矯正】に強い当院にご相談ください
 ☎090-8261-9326

アディオ 完全予約制 女性セラピスト在籍 子連れOK! 駐車場2台完備

鍼灸カイロプラクティック 朝霞市根岸台2-12-18 2F 営業日/毎週火曜・水曜 第2・4月曜

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



ケース

朝霞市は男女平等社会の実現を目指しています 「夫と義母との爆笑介護」

問/それいゆぷらざ(女性センター) ☎463-2697

私の潜在意識の中で、介護って女性の仕事のように思っていました。男性が関わってはいけないとか、やらせてはいけないと思っていた訳ではないのですが。

祖母の介護の時は、母が寝不足になりながら頑張っていましたし、叔母も友人も職場の先輩も同様でした。とにかく使命感を持って、ご家族の介護に取り組む女性が、私の周りにはたくさんいました。

自分の中の潜在意識に気付かなかったことも、それは思い込みなのではないかと感じなかったことも、今となっては不思議なことです。

私の場合はというと、結婚をする前から、夫の父親が要介護だということはわかっていました。介護のことは、やれる範囲で良いから、と夫に言われていましたし、義母からもこれといって要望はされなかったのですが、そうはいかないだろうと、覚悟を決めて結婚をしました。

実際どうだったかということ、自分の想像を良い意味で裏切ってくれました。

夫と義母とで手分けして取り組み、あえて決めごとはせず、持ちつ持たれつの気持ちを忘れずに家族全員が仕事と両立しながら、義父との時間を過ごしました。特に夫はみんなが無理のない関わり方ができるよう考え、積極的に取り組んでいました。

失敗もたくさんありましたが、「やっちゃったかあ」なんて笑い飛ばし、教訓にすれば良いよと前向きな言葉を言い合っていました。

義父の人柄がそうさせたのかなと感じます。食べ物をごぼしてしまっても、ニヤリと笑うんです。見ているこちらもつい笑ってしまいます。

さっきはこんなことがあったのよと家族に話すと、またみんなで笑って…。専門家、専門機関にもお世話になりながら、こういう介護の形ってあるんだな、と学べることの多い日々でした。

ケアマネジャーさんとも対等に膝を付き合わせて話し合う夫の様子を見て、士気が上がったのを覚えています。

私としては、ある意味、序盤で拍子抜けしました。悲壮感タツプリの介護生活と思っていたからです。そして自分でも信じられませんが、どんどん義父が愛おしくなりました。

義父の介護に関わらせてもらったことにも、きちんと主体性を持って取り組んでくれた夫にも、とても感謝しています。義母との距離も縮まりましたし、そして何よりも、私自身が無意識に思い込んでいたことから「解放」してもらったのですから。

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

市内の視覚障害のある方に広報あさか音声 CD（デージー形式）を無料で郵送しています
 問/シティ・プロモーション課 ☎463-3059

朝霞リーディングサークルのご協力により作成した「広報あさか音声 CD」を、市内の視覚障害のある方のご自宅に無料で郵送しています。ご希望の方はご連絡ください。

朝霞リーディングサークルとは
 広報あさか等の音声 CD を作成し、視覚障害のある方にお届けしているボランティアサークルです。サークルでは一緒に活動して下さる方を募集しています。興味のある方は、ぜひご連絡ください。

気になる“鼻のお悩み”解決しませんか？

鼻の手術 ご相談ください

朝霞台駅 徒歩1分
北朝霞駅 徒歩3分

最先端の医療機器導入 短期入院手術可能

アレルギー性鼻炎 / 鼻中隔湾曲症 / 慢性副鼻腔炎 等

朝霞台駅前 **みなみ耳鼻咽喉科** 詳細はこちら
048-474-8733
 朝霞市東弁財1-5-18カロータ2F

埼玉県都市ボートレース企業団からのお知らせ

競艇開催日/6月29日(木)~7月3日(月)
 7月14日(金)~17日(月・祝)
 7月27日(木)~31日(月)

会場/戸田ボートレース場

※朝霞市は埼玉県都市ボートレース企業団に加盟しており、企業団からの配分金をさまざまな事業に活用しています。

問/埼玉県都市ボートレース企業団 ☎823-8711
<https://www.boatrace-toda.jp/>



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



あさか朝市

問/産業振興課 ☎463-1903

日時/7月2日(日) 午前7時～9時 ※雨天中止
会場/花の池テラス(市役所正面噴水広場)
※Instagramで#あさか朝市と検索!



朝霞産農産物直売 あさか新鮮野菜市

問/産業振興課 ☎463-1904

日時/7月6日(木) 午前10時30分～午後1時
会場/市役所1階 市民ホール



園庭開放

問/保育課 ☎463-2939

日時/7月5日(水)・12日(水) 午前9時30分～11時30分
※雨天中止。7月12日、根岸台・浜崎保育園で出張家庭児童相談室を実施します。
会場/各公設保育園(北朝霞保育園分園は除く)



親子映画会

問/子ども未来課 ☎463-2930

日時/7月23日(日) ①午前10時～ ②午後2時～
※開場は各回とも30分前から
会場/ゆめばれす(市民会館) 大ホール
内容/映画「ペット」(90分)の上映
その他/各回900人を超えた場合、入場制限があります。



古紙から手すきはがきをつくろう!

問/資源リサイクル課(クリーンセンター)
☎456-1593

日時/7月21日(金) ①午前10時～11時30分
②午後2時～3時30分
会場/リサイクルプラザ
対象/小学4～6年生
定員/各回16人(申込多数の場合、抽せん)
申込方法/7月7日(金)までに市ホームページ
の申込フォームで



切り絵体験・ オリジナルうちわを作ろう!

申・問/朝霞市社会福祉協議会
☎486-2525 FAX486-1455

日時/7月26日(水) 午後1時30分～3時30分
会場/はあとぴあ(総合福祉センター)
講師/加藤三郎さん、野本正幸さん
対象/市内在住でおおむね65歳以上の方
定員/25人(先着順・初心者優先)
申込方法/7月3日(月)午前9時から電話またはFAXで



親子で作品作り

主催・申・問/NPO 法人あさか市民大学川池 ☎090-5219-0262 ✉lupin-the-3rd-55@jcom.home.ne.jp

日時/7月21日(金) 午前10時～正午 会場/中央公民館・コミュニティセンター
内容/「小さなサマーリース」作り 講師/フラワーセラピスト 大本郁子さん、仲村貴子さん、川名純恵さん
定員/20組40人(事前予約制・先着順) 費用/800円(材料費500円、資料代300円)
持ち物/筆記用具、はさみ、持ち帰り袋 申込方法/電話またはメールで



さくらんぼのイベント

会場・申・問/子育て支援センター
「さくらんぼ」 ☎450-7707(仲町保育園)

同じ月齢の子どもがいる方が集まるイベントです。
ピースのお部屋 日程/7月25日(火)
対象/生後2か月 定員/6組
タッチのお部屋 日程/7月19日(水)
対象/生後5か月 定員/6組
ハニーのお部屋 日程/7月20日(木)
対象/生後8か月 定員/6組
共通事項 時間/午前9時30分～10時30分
申込方法/7月4日(火)から電話で(先着順)



夏休み親子下水道教室

申・問/(公財)埼玉県下水道公社
☎466-2400

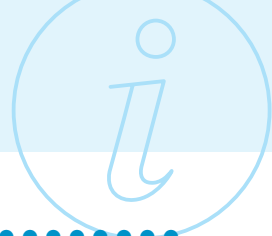
日時/7月28日(金) ①午前9時～正午
②午後1時30分～4時30分
※現地集合
会場/新河岸川水循環センター(和光市新倉6-1-1)
内容/下水処理施設の見学と水質実験
対象/小学生とその保護者
定員/各20組40人(先着順)
申込方法/7月3日(月)～14日(金)に電話で(土・日曜日を除く、午前9時～午後5時)



はじめてのヨガ

主催・申・問/NPO 法人あさか市民大学川池 ☎090-5219-0262 ✉lupin-the-3rd-55@jcom.home.ne.jp

日時/7月27日(木) 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/初めてヨガをしたい人への分かりやすいヨガ教室 講師/アイアンガーヨガ認定指導員 久保幸子さん
定員/20人(事前予約制・先着順) 費用/300円
持ち物/ヨガマットまたはバスタオル、動きやすい服装 申込方法/電話またはメールで



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



親子料理教室

申・閏/学校給食課 ☎451-0370 FAX451-0372 ✉gakko_kyusyoku@city.asaka.lg.jp

日時/①7月26日(水) ②7月28日(金) いずれも午前10時～午後1時
会場/①溝沼学校給食センター ②浜崎学校給食センター 内容/調理の疑似体験、試食、調理場内の見学
対象/小学生以上の児童生徒とその保護者 ※未就学児の同伴はできません。
定員/①30組60人程度 ②20組40人程度 ※申込多数の場合、抽せん
参加費/1人300円(材料費・保険料を含む) 持ち物/エプロン・三角巾・筆記用具・上履き
申込方法/7月7日(金)までに、メールまたはFAXで件名を「親子料理教室希望」とし、児童生徒氏名(ふりがな)・学校名・学年・保護者氏名・住所・電話番号・希望日を明記してください。



夏休み親子消費者教室

申・閏/地域づくり支援課 ☎463-2648

ボードゲームを使って社会や経済について楽しく学んでみませんか?
日時/8月19日(土) 午前9時30分～11時30分 会場/産業文化センター
講師/(一社)日本経済教育センター 梅津芳彦^{うめくほよしひこ}さん 対象/小学4～6年生とその保護者 定員/20組(先着順)
申込方法/7月4日(水)～8月16日(水)午後5時までに、氏名(ふりがな)・電話番号・学年を電話または窓口で



Classic for Babies

会場・閏/ゆめぱれす(市民会館)
☎466-2525

0歳からのお子さんと一緒に入場できるコンサートです。家族で楽しめるクラシックの魅力をお届けします。
日時/10月14日(土) 午前11時～(開場:午前10時30分)
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
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/7月1日(土)午前10時から窓口で(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)



平和パネル展

閏/人権庶務課 ☎463-1738

あらためて平和の大切さを見つめ直してみませんか。
パネルの展示
日程・会場/①7月21日(金)～27日(木) わくわくどーむ
②7月28日(金)～8月3日(木) それいゆぶらざ(女性センター)
③8月4日(金)～15日(水) 市役所1階別館入口
内容/①「沖縄戦の絵」パネル展
②③「ヒロシマを知ろう!! 8月6日、きのこ雲の下で」平和ポスター展示
DVDの上映 日時/8月3日(木) 午後1時30分～
会場/それいゆぶらざ(女性センター)
内容/「太陽をなくした日」(アニメ:約20分)



朝霞駐屯地納涼大会

閏/朝霞駐屯地 ☎460-1711 (内線4443)

日時/7月12日(水)(予備日:13日(木))
午後4時45分～9時(入門は午後8時まで)
会場/朝霞駐屯地(北グラウンド)
※開放門:朝霞門、和光門、大泉門。また、車両での入門、ペットの入場はできません。
内容/音楽演奏、太鼓、盆踊り、花火大会、売店等



認知症サポーター養成講座

申・閏/地域包括支援センターつつじの郷
☎472-1574 FAX472-2203

日時/7月8日(土) 午後1時30分～3時
会場/弁財市民センター
講師/地域包括支援センターつつじの郷職員
定員/20人(先着順) 持ち物/筆記用具
申込方法/6月30日(金)午前10時から電話・FAXで

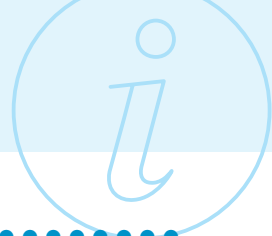


もしかして認知症? その時のための家族介護教室

申・閏/長寿はつらつ課 ☎463-1921

会場/第1・2部:ゆめぱれす(市民会館)会議室201 第3部:ゆめぱれす(市民会館)会議室梅
対象/認知症(もの忘れ)が心配な家族がいる市民(別居・同居問わず)
定員/第1部:50人 第2部:50人 第3部:20人 申込方法/7月3日(月)～14日(金)に、電話または窓口で

	日時	内容	講師
第1部	7月22日(土) 午後1時30分～2時45分	認知症という病気について学ぼう!	和光病院長 ^{いまい ゆきみち} 今井幸充さん
第2部	7月22日(土) 午後3時～4時	認知症の方との接し方について学ぼう!	朝霞中央クリニック 訪問リハビリテーション職員
第3部	7月29日(土) 午後1時30分～3時30分	認知症介護経験について話し合おう!	認知症の人と家族の会



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



保育園・放課後児童クラブ 就職相談会

問/保育課 ☎463-2939

日時/7月14日(金) 午後2時~4時
会場/産業文化センター
内容/各ブースでの個別相談等
参加事業所/市内の保育園・小規模保育施設・放課後児童クラブ法人
その他/保育あり。「保育士の就職支援セミナー」同時開催(午後1時~)
セミナーに関すること 問/産業振興課 ☎463-1903



事業者・労働者等相談窓口

申・問/産業振興課 ☎463-1903

新型コロナ・物価高騰等、さまざまな相談ができます。
①労働・社会保険についての相談
日程/第2・4金曜日、第3土曜日
対象/市内在住・在勤者、市内事業者
②経営についての相談
日程/毎週火曜日 対象/市内事業者
共通事項 時間/午後1時~4時(1人1時間まで)
会場/産業文化センター3階 会議室
申込方法/電話で



あいはあと事業 新規協力会員向け講習会

申・問/朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2485 FAX486-2418 ✉chiiki@asaka-shakyo.or.jp

協力会員(ボランティア)が、高齢者や障害のある方等の日常生活の中での困りごと(窓拭き掃除、換気扇掃除など)をお手伝いする、地域の支え合い活動を行っています。協力会員は、講習会を受講してから活動となります。
日時/①7月25日(火) ②8月7日(月) 午前10時~11時
会場/①Zoomによるオンライン参加 ②はあとぴあ(総合福祉センター)
定員/①100人 ②30人
申込方法/メール・電話・FAXで、氏名(ふりがな)・年齢・住所・電話番号・参加日程をお伝えください。 ※詳しくは、右のコードをご確認ください。



朝霞地区4市特定健診受診率 向上キャンペーン in 和光市

問/保険年金課 ☎463-1178

朝霞地区4市(朝霞・志木・和光・新座)国民健康保険加入者の医療費の状況や、特定健康診査および特定保健指導について解説したポスターを展示します。
日時/7月29日(土) 正午~午後3時30分
会場/和光市保健センター(和光市広沢1-5-51)



夏が来た!よろず相談会

問/地域包括支援センターあさか中央 ☎423-2761 FAX423-2762

地域包括支援センターについて紹介します。介護・健康相談にいらっしやいませんか?
日時/8月4日(金) 午後1時30分~4時
会場/地域包括支援センターあさか中央
対象/市内在住・在勤の方



わくわくどーむからのご案内

会場・問/わくわくどーむ(健康増進センター) ☎472-6000

《第3期 8月開講(8・9月)スポーツ教室・夏の短期水泳教室のご案内》

対象/市内在住・在勤・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)
※各教室の日程や対象者などの詳細は、わくわくどーむホームページをご確認ください。

お子さん対象に開催予定の主な教室 申し込みは Web からがおすすめです!!

- ◇プール ※幼児はおむつが完全に外れている満3歳以上の未就学児が対象です。
・幼児水泳短期教室/3日間 ・子ども水泳短期教室(初級・初中級)/3日間、5日間
・こども水泳教室(上級・特級)

◇スタジオ

- ・キッズ基礎ダンス ・リトルチアダンス ・キンダースポーツクラブ ・キッズバレエ ・キッズテーマパークダンス ・キッズチアダンス(初級~中級) ・キッズHIPHOP(初級~中級) ・キッズ空手(初級~上級)

受付期間/7月1日(土)~14日(金) ※申込多数の場合、抽せん
詳細・申込方法等は、右のコードをご確認ください。

16歳以上の方が対象の教室

◇スタジオ全20種・成人水泳教室(金曜日)

1次募集受付(前期継続者優先期間)/7月1日(土)~14日(金) ※2次募集は定員に満たない場合のみ

◇レディース水泳教室(初級・中級・上級)・シニア水泳教室(60歳以上)・アクアビクス

※9月のみ開講。詳細、申込方法等は、わくわくどーむホームページをご確認ください。

《ベビースタイムお休みのお知らせ》 7月21日(金)~8月28日(月)は、利用者が集中するため一時休止とします。

《わくわくどーむ7月の休館日》 7月3日(月)

※3~11月は毎月第1月曜日、12~2月は毎週月曜日がお休みです。(祝日の場合は、翌営業日が休館日となります。)



わくわくどーむホームページ



Web 予約