



募集

会計年度任用職員

詳しくは、各コードから市ホームページをご確認ください。

給食配膳員

人数／9人程度

任用期間／4月1日～令和7年3月31日

勤務内容／給食の仕分け、コンテナの運搬など

勤務時間／給食実施日等の午前11時～午後2時（1日3時間）

勤務場所／市内小・中学校

報酬／時給1,030円（令和5年度実績）

申込方法／1月31日(水)【必着】までに申込書（窓口配付または市ホームページでダウンロード）と履歴書を郵送（住所は最終ページ下部に記載）または持参



選考方法／面接

申・問／教育総務課 ☎463-2764

給食調理員

人数／若干名

任用期間／2月1日(木)～3月31日(日)

※契約更新の可能性あり（条件あり）

勤務日時／給食実施日の午後1時15分～4時30分

勤務場所／溝沼学校給食センターまたは浜崎学校給食センター

勤務内容／食器洗浄

報酬／時給1,150円

申込方法／1月10日(水)までに学校給食課に履歴書（市販のもの）を持参 ※郵送不可

選考方法／面接

申・問／学校給食課（溝沼学校給食センター）
☎451-0370

さわやか相談員・サポート相談員

資格／①さわやか相談員…カウンセリング等の講習を受け、カウンセラー等の資格を有する方

②サポート相談員…学校教育に理解があり、子どもの悩みに親身になって相談に応じられる方

人数／各1人

任用期間／4月1日～令和7年3月31日

勤務内容／①さわやか相談室の運営、児童・生徒や保護者からの相談等への対応

②さわやか相談員と連携し、児童・生徒や保護者からの相談等への対応

勤務日時／週5日（月～金曜日）で、①は1日6時間、

②は1日4時間程度

勤務場所／市内中学校

報酬／①時給1,450円 ②時給1,030円

※令和5年度実績。令和6年度からは勤労手当も支給予定

申込方法／1月4日(木)～19日(金)【必着】に、会計年度任用職員採用選考申込書・履歴書（所定用紙）を郵送（住所は最終ページ下部に記載）または持参

※市ホームページからもダウンロードできます。

選考方法／面接（時刻・

場所等は電話でお知らせ）

申・問／教育指導課

☎463-2884



朝霞市で働いてみませんか？

朝霞市では、事務補助や保育、小・中学校の教科支援員など、さまざまな業務で、会計年度任用職員等の方が活躍しています。

随時募集を行っていますので、興味のある方は、市ホームページ「職員採用」をご確認ください。



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-ASK) 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？



信賴と実績の52年
司法書士 栗山 昇
司法書士 青木まゆみ

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 P 4台完備

朝霞市役所
目の前！



あさか・スクールサポーター

資格／原則として、教員免許状（校種・教科等不問）を有すること

人数／2人

任用期間／4月1日～令和7年3月31日

勤務内容／学級担任・教科担当の教科指導の補助

勤務日時／週5日（月～金曜日）の午前8時30分～午後0時30分

※児童・生徒の授業のある日。学校により前後有り。

報酬／時給1,450円（令和5年度実績）

※令和6年度からは勤勉手当も支給予定

申込方法／1月4日（木）～19日（金）【必着】に、会計年度任用職員採用選考申込書・履歴書（所定用紙）を郵送（住所は最終ページ下部に記載）または持参

※市ホームページからもダウンロードできます。

選考方法／面接（時刻・場所等は電話でお知らせ）

申・問／教育指導課 ☎463-2884



建築・開発相談員

資格／都市計画法・建築基準法に精通している方

人数／1人

任用期間／4月1日～令和7年3月31日

勤務内容／開発許可等に関する事務補助、窓口業務、電話対応など

勤務日時／月～金曜日の午前9時～午後1時のうち、週19時間以内（応相談）

報酬／時給1,290円

申込方法／1月26日（金）までに、申込書と履歴書を郵送（住所は最終ページ下部に記載）または持参

選考方法／書類および面接

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

申・問／開発建築課 ☎463-2510



「内間木公園拡張整備基本構想（素案）」に関するパブリック・コメント（意見募集）

意見を提出できる方／市内在住・在勤・在学の方、市内に事務所・事業所を有する個人および法人、構想到利害関係を有する方

提出方法／住所、氏名（法人の場合は所在地、名称、代表者名）、意見とその理由を記入し、各期間内に郵送【必着】、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「内間木公園拡張整備基本構想（素案）への意見」と記入し、添付ファイルは使用せず、メール本文に記載

意見の公表／個別に回答は行わず、個人情報を除き、市ホームページで公表する予定

期間／1月4日（木）～2月2日（金）

資料閲覧場所／市政情報コーナー、内間木支所、各出張所、各公民館、市ホームページ、みどり公園課

市民説明会

日時／①1月13日（出） 午前10時～正午
②1月20日（出） 午前10時～正午

会場／①内間木公民館 会議室
②中央公民館・コミュニティセンター 第1・第2集会室

申・問／みどり公園課
☎463-0374 FAX463-9490
✉midori_koen@city.asaka.lg.jp



朝霞市教育委員会表彰

対象／今年度、都道府県大会に入賞、関東大会・全国大会（東日本大会を含む）・国際大会に出場した小・中学生

※学校を通して出場した大会に限る

申込方法／1月26日（金）までに書類を提出

※詳しくは、お問い合わせください。なお、市内在学の方は学校から推薦されます。

問／教育総務課 ☎463-2760

「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



有限会社
獅子倉工務店

朝霞市溝沼7-4-53
TEL048-461-6823



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



さかうえ農園 体験農園利用者

農園主の指導の下、作付けから収穫までの農作業が体験できます。

場所/さかうえ農園 (朝霞第六小学校正門前)

※1区画約30㎡

対象/徒歩、自転車で通える方 (市内在住の方優先)

利用期間/3月上旬～令和7年1月末 (更新可)

利用料/5万円(指導料含む)

※種、苗、肥料、農具は農園主が用意します。

申込方法/住所・氏名・年齢・電話番号を、メールで

※申込多数の場合、抽せん

申込締切/1月31日(水)【必着】

申・問/さかうえ農園 (渡辺) ☎090-8563-7877

✉ sakauenouen@yahoo.co.jp

朝霞市社会福祉協議会 正規職員

朝霞市社会福祉協議会では令和6年4月1日採用の正規職員を募集します。

職種/福祉総合職員

資格/資格、年齢要件等あり

人数/1人 (予定)

報酬/本会給与規程による

申込方法/1月18日(木)までに、書類等を郵送または持参

※土・日曜日、祝日、年末年始を除く午前9時～午後5時

試験日/1月27日(土)

※詳しくは、受験案内をご確認ください。受験案内は窓口配布のほか、右のコードの本会ホームページからもダウンロードできます。

申・問/朝霞市社会福祉協議会

☎486-2479



特別養護老人ホーム 朝光苑職員

詳しくは、各ホームページをご確認ください。



①～④



⑤

①介護職員 (正規職員・新卒・既卒)

人数/若干名

条件/3交代シフト (早番、日勤、夜勤) 勤務

新卒: 令和6年4月1日採用

既卒: 随時募集 (59歳まで)

②正看護師 (正規職員)

人数/1人

条件/随時募集 (59歳まで・普通自動車免許)

夜勤なし、オンコール体制あり

③介護支援専門員 (正規職員)

人数/1人

条件/随時募集 (59歳まで・基本的なPCスキル・普通自動車免許)

④社会福祉士・主任介護支援専門員・保健師またはこれに準ずる者のいずれか

人数/1人

条件/随時募集 (59歳まで・基本的なPCスキル・普通自動車免許)

⑤介護職員 (パート職員)

人数/若干名

条件/年齢不問 (未経験の方も可、勤務時間・夜勤等応相談)

共通事項

勤務場所/特別養護老人ホーム 朝光苑(青葉台1-10-32)

報酬/①～④法人給与規程による

⑤時給1,330円～ (手当含む)

選考方法/面接

申・問/特別養護老人ホーム 朝光苑 ☎465-3255

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 徒歩8分
木・日曜・祝祭日
まずはお電話を!
お問合わせ・予約・ご相談専門ダイヤル
☎048-473-7830
朝霞市 漢方 検索
http://www.saitamakanpo.com/ 昭和薬局
埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106
予約制
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。
混み合う場合がございますので電話予約をして頂けるとスムーズにご相談いただけます。

相談 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



(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社施設管理 パート職員

人数/7人(予定)
 対象/昭和32年4月2日以降に生まれた方(高校生不可)
 契約期間/4月1日~令和7年3月31日
 勤務内容/受託施設の管理業務(受付、清掃、軽作業、一般事務等)
 ※契約更新の可能性あり
 報酬/時給1,030円(午後5時以降1,050円)
 ※令和5年度実績
 申込方法/1月15日(月)~2月13日(火)に、所定の採用試験申込書等を記入し、窓口【ゆめぱれす(市民会館)4階】へ持参
 ※土・日曜日、祝日を除く午前9時~正午、午後1時~5時
 ※受験案内・採用試験申込書等は公社総務課で配布するほか、公社ホームページからもダウンロードできます。
 試験日/2月17日(土)
 ※時間は、採用試験申込受付時にお知らせします。
 問・問/ (公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社総務課 ☎424-5122



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/1月15日(月)午前9時~、
 2月15日(木)午前10時~、3月14日(木)午前10時~
 会場/朝霞地区シルバー人材センター(武道館敷地内) ※2月以降はゆめぱれす(市民会館)会議室
 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。
事務所移転のお知らせ
 武道館耐震等改修工事のため、事務所を移転します。現事務所での業務は2月9日(金)までとなります。
移転期間/2月13日(火)~令和8年1月末(予定)
移転先/ゆめぱれす(市民会館)5階 会議室501
 〒351-0011 本町1-26-1
 ※電話、FAX、メールアドレスはそのままです。
業務時間/月~金曜日 午前9時~午後5時45分
 ※公共施設の一部をお借りするため、時間前に対応できません。
 問/公益社団法人朝霞地区シルバー人材センター
 ☎465-0339



ご案内

第6次朝霞市総合計画策定のための市民意識調査にご協力をお願いします

市では、令和8年度から始まる第6次朝霞市総合計画の策定にあたっての基礎資料とするため、子育て世帯の方を対象とした意識調査を行っています。調査票が届いた方は、調査への回答にご協力をお願いします。
調査対象/市内在住の5歳児(令和5年4月1日時点)のお子さんの保護者
 ※18歳以上の方を対象として、別途実施した意識調査の対象となった方がいる世帯を除きます。
回答方法/1月15日(月)までに同封の返信用封筒で調査票を返送(切手不要)または調査票に掲載されている二次元コードからWeb回答
調査結果/市ホームページ等で公表
 ※詳しくは市ホームページをご確認ください。
 問/政策企画課 ☎463-3089



相続・遺言・交通事故・離婚・土地建物トラブル

その他、民事・家事・刑事・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・離婚の初回相談料(1時間)は無料です。
 受付時間:月~金曜日 午前9時~午後6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
 朝霞台駅南口徒歩1分



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

ご葬儀・ご法要

の事なら
 東上プライベートホール 朝霞
 朝霞市幸町 3-10-15
 ☎048-463-2610
 東上セレソ



“私が暮らしたいまち 朝霞”の実感 は？ホームページアンケートを実施します！

暮らしたいと思えるまちであるための4つのコンセプト、「安全・安心なまち」「子育てがしやすいまち」「つながりのある元気なまち」「自然・環境に恵まれたまち」について、皆さんがどのように感じているかをお聞かせください。

結果は今後のまちづくりに活用していきますので、ぜひご回答ください。

アンケート結果は市ホームページで公表します。

期間/1月5日(金)～31日(火)

問/政策企画課 ☎463-3089



20歳になったら国民年金

国民年金は、日本に住んでいる20～59歳のすべての人が加入する制度です。年金は、皆さんが高齢になったときの所得保障となるほかに、障害を負ったときの保障としての障害基礎年金、年金加入者が亡くなったときの保障としての遺族年金等もあります。

20歳になったら日本年金機構から通知が届きますので、忘れずに保険料を納めましょう。

なお、現在、職場で厚生年金に加入している方は国民年金納付の必要はありません。また、保険料の納付には次のような制度があります。

学生納付特例制度

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

申請免除制度

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

納付猶予制度

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

問/保険年金課 ☎463-0284

朝霞市中小企業融資・起業家育成資金融資制度の利子補給補助金

申請期限/2月29日(休)

対象/令和5年1月1日～12月31日に利子を支払った方

※郵送不可。代位弁済を受けた方を除く。市外へ転出した方は、転出した月までの支払利子分が対象。

問・問/産業振興課 ☎463-1903

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。また、防災ラジオからは同様の試験放送が何度も流れます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

日時/1月16日(火)～17日(水)

午前8時30分～午後5時

問/危機管理室 ☎463-1788

人権相談

人権相談は、毎月第1月曜日の午後1時から4時まで市役所1階市民相談室で行っています。

令和6年1月の人権相談は、第1・2月曜日が祝日のため、次のとおりとなります。

日時/1月15日(月) 午後1時～4時

会場/市役所3階 301会議室

※予約不要、先着順。秘密厳守です。

問/人権庶務課 ☎463-1738

ひとの推移

人口/145,004人 (+36人)

男/73,055人 (+19人)

女/71,949人 (+17人)

世帯数 70,172世帯 (+19世帯)

※令和5年12月1日現在。

() 内は前月比

屋根・外壁塗装
おまかせください

全国第1位 店舗塗装
全国第1位 累計施工件数
全国第1位 お客様満足度

※全国展開住宅塗装ネットワークに関する調査の結果
※調査委託先：日本マーケティング・リサーチ機構 調査期間：2023年7月～9月

株ライフプラス プロタイムズ 朝霞店 朝霞市溝沼1272-7 (東洋大学前)

0120-167-555

HPIはこちら

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



あなたの自転車は大丈夫ですか？

朝霞市内では、前年に比べ自転車盗の被害が増加しています。被害の約6割が無施錠状態によるもので、被害の場所は自宅敷地内や集合住宅の駐輪場が約5割を占めています。

自転車が自宅にある時や買い物等で短時間の駐輪であっても、必ず施錠してください。また、備え付けの鍵のほかに、ワイヤー錠等を使用しツーロックにすると、さらに効果的です。

問/朝霞警察署 ☎465-0110

「田島ヶ原サクラソウ自生地」で草焼きを実施します

サクラソウの芽吹きを促進するため、草焼きを実施します。煙や降灰の発生が予想されますが、貴重な文化財の保護のため、草焼きの必要性にご理解をお願いします。

日時/1月10日(水) 午前9時～午後4時(予定)

場所/桜草公園内「田島ヶ原サクラソウ自生地」

(さいたま市桜区大字田島ほか)

※天候により、延期や数日に分けて実施する場合があります。

問/さいたま市文化財保護課 ☎829-1723

DVの悩み、ひとりで抱えていませんか？

「これってDVかな」「自分だけでなく子どもたちも心配」など、ひとりで悩まず相談してください。

問/それいゆぷらざ(女性センター)

☎463-0356

DV相談+ (プラス) もご利用ください。チャット相談のほか、電話とメールは24時間相談できます。

専用相談番号/☎0120-279-889



市ホームページ



DV相談プラス

発達障害者就労支援センター(ジョブセンター)のご案内

埼玉県では発達障害に特化し、就労相談から職業能力評価、就労訓練、就職活動支援、職場定着までを支援する「発達障害者就労支援センター(ジョブセンター)」を運営しています。

※利用には事前の予約が必要です。

対象/医師の診断や障害者手帳の有無にかかわらず、発達障害の特性を持ち、その自覚がある方で企業等への一般就労を希望している方



問/

①ジョブセンター川口 ☎299-2070

②ジョブセンター草加 ☎929-7600

③ジョブセンター川越 ☎049-299-4927

④ジョブセンター熊谷 ☎501-8917

ゆめぱれす臨時休館のお知らせ

1月15日(月)は、保守点検のため臨時休館します。

問/ゆめぱれす(市民会館) ☎466-2525

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。

問/児童相談所虐待対応ダイヤル

☎189(いちはやく) ※通話料無料

Instagram で市の魅力発信中！

Instagramで、「むさしのフロントあさか」の魅力を開示しています。ここでしか見られない取材の裏側も・・・？ぜひフォローして、朝霞市の魅力をご覧ください！

ASAKA_CITY.PROMOTION

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術者が担当します

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)

朝霞市向け 上手な粗大ごみの捨て方 お部屋の片付け方

朝霞市民専用 お掃除カレンダーをプレゼント

ノウハウ動画 公開中

大村商事株式会社
OH/AURA
0120-538-113 朝霞市上内間木 713-8
大村商事 不用品



朝霞市は男女平等社会の実現を目指しています 「くらしとジェンダー」

問／それいゆぷらざ（女性センター） ☎463-2697

私の娘は小さいころから、女の子たちが主人公の戦隊ものアニメを見て育った。

主人公たちは変身して、さらに可愛くなり、とても強そうには見えない。しかし、敵の攻撃を受けても屈せず、最後には必殺技で勝つのだ。強そうに見えなくても、内に秘めた強さが尊ばれるのではないだろうかと感じている。そんな戦隊ヒーロー達も昔とは違い、男女問わずヒーローに変身し、キャラクター達の色使いも性別関係なく多様化している。

そんな一方で、かつて私の子どもの通う学校では、出席番号は男女別となっていた。今では学校によっては、すでに男女混合名簿であったり、友達同士を「～さん」と呼び合うなど、教育の現場でもジェンダーへの取り組みは感じられるようになってきている。

しかし、社会に目を向けるとワンオペ育児やDVなど、ジェンダーギャップの強い影響を受けているように感じる。

世界各国の男女格差を測るジェンダー・ギャップ指

数でも、日本は令和5年は146か国中125位となり、前年の116位から後退した。

こうしたジェンダーギャップを変えていくためには、身近な家庭と社会との両輪で子どもたちに伝えていくことなのではないだろうか。子どもは身近な家庭から親の役割を見て育ち、性別役割を意識しはじめるのではないかと感じる。しかし、家庭内だけでジェンダーフリーを呼びかけても、社会の制度や受け入れ体制が変わらなければ始まらない。

一人ひとりが自分らしく生きられる社会になって欲しいと願いながら、こんなよもやま話も普段はすることがない。結論の出る話ではないが、こんなことを考えたり、話したりする時間をもっとあっても良いのでは、と思っている。

※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。

「し案内

日本手話情報コーナー No.88

問／障害福祉課 ☎463-1599 FAX463-1025

「一緒に〇〇する」

YouTube「朝霞市協 公式チャンネル」



【基本形】 一緒に

両手の人差し指を伸ばし、左右から引き合わせます。

一緒に遊ぶ

両手の人差し指を伸ばし、頭の横で交互に前後させます。

一緒に歌う

両手の人差し指と中指を伸ばし、口元から広がるように2回動かします。

一緒に行く

「一緒に」の手話を、そのまま前に出します。

※ 「一緒に+〇〇」 = 「一緒に〇〇する」 になります。

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

胃・大腸カメラ

乳腺外科・婦人科・肛門科

- ※医師・スタッフ 全員女性
- ※骨密度検査
- ※プラセンタ注射

- ※日帰り肛門手術可能
- ※土日・当日の検査も可能
- ぜひご相談ください



たまきクリニック

埼玉県朝霞市本町2-4-1 8ハモビル4FB

お問い合わせはこちらまで
 TEL：048-423-2204
 ホームページ：tamaki-clinic.net



▶ 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.78 『外見からは見えない障害を理解しよう』(第2回)

障害の種類はさまざまで、外見からは症状がわかりにくい障害もあり、その個人差も大きく周囲の理解が必要で

す。前月に引き続き、目に見えないさまざまな障害の特性や配慮の例をご紹介します。

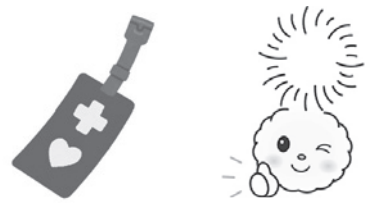
～発達障害のひとつである注意欠陥多動性障害 (ADHD) の特徴の一例～

不注意や多動性、衝動性が特徴です。不注意には、注意が持続しにくい、作業にミスが多いといった特性があり、忘れ物や紛失が多い、気が散りやすいなどの症状があります。また、多動性、衝動性の特性として、落ち着きがない、座っていても手足をもじもじする、しゃべりすぎる、他人の会話に割り込むなどの行動がみられます。

不注意や多動性、衝動性の複数の特性が認められる場合も、いずれかが認められる場合もあります。

★配慮の方法 (例)

- ゆっくり、穏やかな口調、共感的な態度で接する。
- 必要に応じて、期限などの重要事項にマーカーや付箋を付ける。
- 一度に多くの情報が入ると整理しきれなくなる場合があるため、伝える情報は紙に書くなどしてゆっくり具体的に伝える。



「ヘルプマーク」は援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることができるマークです。このマークを見かけたら、電車・バスの中で席を譲る、困っているようであれば声をかけるなど、思いやりのある行動をお願いします。

埼玉県コバトン健康マイレージが3月末に終了し、新しく「コバトンALKOOマイレージ」が始まります

申・問/健康づくり課 ☎465-8611

新規アプリは、1月中旬に発表予定です(新規マイレージでは、歩数計はご利用になれません)。現行マイレージをご利用の方は、登録情報の引き継ぎを行うことで新規アプリへスムーズに移行できます。

また、新規マイレージ参加者向けの操作説明会を開催します。参加者には景品のご用意もありますので、ぜひご参加ください。現行マイレージの終了、新規マイレージの開始、操作説明会に関するご案内など、詳しくは市ホームページをご確認ください。

【コバトンALKOOマイレージ参加者向け操作説明会】

日時/2月27日(火) 午後2時~3時30分 対象/どなたでも

定員/50人(先着順) 持ち物/スマートフォン、筆記用具

申込方法/1月24日(水)午前8時30分から、窓口・電話・市ホームページの申込フォームで



市ホームページ



申込フォーム

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が力を合わせて丁寧にお掃除します!

エアコン/洗濯機/浴室/レンジフード/キッチン
トイレ/洗面所/玄関/ベランダ/定期コースなど

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

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/1月11日(木)~14日(日)

1月31日(水)~2月4日(日)

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/1月7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)
内容/インテリア雑貨、和・洋菓子、野菜、新春福袋など
※Instagramで#あさか朝市と検索!



園庭開放

問/保育課 ☎463-2939

日時/1月12日(金)・17日(水) 午前9時30分～11時30分
※雨天中止。1月17日、仲町・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)



消防出初め式

問/危機管理室 ☎463-1788

消防団員が各種点検や消防演技等を行います。
日時/1月14日(日) 午前9時～正午 ※雨天中止
会場/市役所正面駐車場
※正午～午後1時に、「消防団ふれあいひろば」を開催し、放水体験や水消火器体験など、各種イベントも行われます。12日(金)午後5時15分～14日(日)午後5時は、市役所正面駐車場の利用ができません。



第24回朝霞市吹奏楽・器楽フェスティバル

問/教育指導課 ☎463-2884

日時/1月21日(日) 午前10時～午後4時
会場/ゆめばれす(市民会館)
出演団体/朝霞第一・第三・第四・第五中学校、朝霞高校、朝霞西高校、東洋大学吹奏楽研究部、埼玉県南西部消防音楽隊、朝霞市民吹奏楽団、彩夏交響吹奏楽団、ジャグラーズ・ウィンド・オーケストラ



朝霞産農産物直売 あさか新鮮野菜市

問/産業振興課 ☎463-1904

旬の野菜を朝霞市内の生産者が直売します。
日時/1月18日(木) 午前10時30分～午後1時
会場/市役所1階 市民ホール



おうちでできる感覚統合あそび

会場・問/子育て支援センター
おもちゃ図書館なかよしばあく ☎474-7316

日時/2月10日(土) 午前10時30分～正午
講師/作業療法士 佐々木誠子さん
対象/市内在住の方
申込方法/1月9日(火)から電話で



さくらんぼのイベント

会場・問/子育て支援センター「さくらんぼ」 ☎450-7708

ピースのお部屋	日程/1月23日(火)	対象/生後2か月	定員/6組
タッチのお部屋	日程/1月16日(火)	対象/生後5か月	定員/6組
ハニーのお部屋	日程/1月18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/1月9日(火)から電話で(先着順)



第12回北朝霞どんぶり王選手権

問/産業振興課 ☎463-1903

市内外の飲食店等が、味・アイデア自慢の「どんぶり」を販売し(一杯500円)、投票でグランプリを決定します。
日時/2月4日(日) 午前10時30分～午後3時
※荒天中止。審査は午後2時まで(商品がなくなり次第終了)
会場/埼玉県朝霞県土整備事務所駐車場



第17回あさか産業フェア

問/朝霞市商工会 ☎470-5959

地元のグルメ、製品・ものづくり体験が勢ぞろい!
日時/2月4日(日) 午前10時～午後3時 ※雨天決行
会場/産業文化センター
内容/・市内事業所のグルメ販売、製品の展示
・ものづくり体験イベント
・アイデアコンテスト作品展示



親子で楽しむ手品教室

主催・問/NPO法人朝霞ぐらんぱの会 かたやま 片山
☎466-2942 ✉mituhiko550206@jcom.home.ne.jp

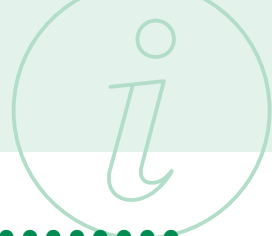
やさしい手品をお教えます。
日時/1月28日(日) 午前10時～正午
会場/中央公民館・コミュニティセンター
講師/朝霞マジックサークル
対象/市内在住の小学生とその保護者
定員/10組20人(先着順) 費用/1人300円
持ち物/筆記用具 申込方法/電話またはメールで



ガンカモ調査

問/あさか環境市民会議 まつなが 松永
☎090-3451-0381

渡り鳥のカモの種類と飛来数を調べます。黒目川を下流に歩きながら、新河岸川の合流点まで行きます。
日時/1月14日(日) 午前8時～正午
集合場所/泉橋 費用/100円(保険代)
持ち物/飲み物、帽子、防寒具、筆記用具、双眼鏡(お持ちの方)
申込方法/電話で(事前申込制)



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



陸上自衛隊中央音楽隊朝霞市演奏会

会場・甲・閏/ゆめばれす (市民会館) ☎466-2525

毎年大人気の陸上自衛隊中央音楽隊によるコンサート。迫力ある演奏を地元・朝霞で気軽にお楽しみください。
日時/3月2日(土) 午後2時30分～(開場:午後2時)
入場料/【全席指定】無料(事前申込制・申込多数の場合、抽せん) ※5歳以下の方は入場できません。
申込方法/1月19日(金)【必着】までに、往復はがきの「往信用裏面」に、全員分の住所・氏名・電話番号、希望席数(2席まで)、「返信用表面」に住所・氏名を明記してお申し込みください。(〒351-0011 本町1-26-1)



フラワーセラピー教室

主催・甲・閏/NPO法人あさか市民大学 かわいけ川池 ☎090-5219-0262 ✉lupin-the-3rd-55@jcom.home.ne.jp

日時/1月26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/プリザーブドフラワーでリースを作ります。 講師/フラワーセラピスト かわいけ川池さえ子さん
定員/20人(事前予約制) 費用/1,500円(材料費など)
持ち物/工作用はさみ、持ち帰り袋 申込方法/電話またはメールで



新年カラオケ大会

主催・甲・閏/ほっとスペースあさか須藤 すどう☎090-1773-9961

日時/1月13日(土) 午前10時～午後4時
※途中参加・退出自由
会場/ビッグエコー朝霞店(本町2-4-18 バモスビル3F)
対象/精神障害のある方とその保護者
定員/20人(市内在住の方優先)
費用/無料(お弁当代1,000円は自己負担)
申込方法/1月11日(木)までに電話で(事前申込制)



家族として病気と向き合うために

主催・甲・閏/ほっとスペースあさか須藤 すどう☎090-1773-9961

精神障害を持つ方に周りはどう接していけばよいのか、病気の理解など具体的な対処の方法を学びます。
日時/1月20日(土)
第1部:午前9時30分～11時30分 講演会
第2部:午前11時30分～ 食事会(希望者のみ)
会場/産業文化センター
講師/ひだクリニック副院長 きむらひさみ木村尚美さん
費用/無料(食事代は自己負担)
申込方法/電話で(事前申込制)



スマホ勉強会

甲・閏/地域包括支援センターつつじの郷 ☎472-1574

スマホを持つだけでなく、使えるように一緒に学んでみませんか。
日時/【基礎編】1月22日(月) 【応用編】1月29日(月) それぞれ午後1時45分～3時30分
会場/弁財市民センター 講師/ソフトバンク朝霞台駅前店 スマホアドバイザー
対象/全2回参加できる65歳以上の方 ※スマホは会場を用意します。 定員/20人(先着順)
申込方法/1月4日(木)午前9時から電話で



今から考えよう！ 「終活・葬儀」講座

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

日時/1月30日(火) 午後1時～2時30分
会場/産業文化センター 研修室兼集会室
講師/東上セレモサービス 終活コーディネーター
対象/市内在住・在勤の方
定員/20人(先着順)
申込方法/1月4日(木)から電話またはFAXで



成年後見制度研修会・相談会

甲・閏/長寿はつらつ課 ☎463-1921

日時/2月6日(火)
①研修会 午後1時30分～2時30分
②相談会 午後3時～4時(1人20～30分程度)
会場/ゆめばれす(市民会館)
①梅会議室 ②301・304会議室
対象/成年後見制度を含む権利擁護に関心のある方
定員/①40人 ②6人程度
申込方法/1月10日(水)午前10時から、電話・窓口で



地球温暖化対策講演会

閏/環境推進課 ☎463-1512

重要な環境問題の一つである「気候変動問題」の実態と影響について、具体的な対策等を交えて解説します。
日時/2月1日(木) 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
講師/埼玉県環境科学国際センター しまだともひで嶋田知英さん 対象/市内在住・在勤の方 定員/80人(先着順)



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



第8回ノルディックウォーキング・ポールウォーキング全国大会

問/志木市健康政策課 ☎473-1674

日時/3月24日(日) 午前9時～午後3時
 会場/志木市役所(志木市中宗岡1-1-1)
 ※志木市役所をスタートして、志木市内他を回る全4コース(2・5・8・15km)
 定員/800人程度
 費用/志木市外在住の方2,000円
 中学生以下・80歳以上の方500円
 申込方法/志木市ホームページをご確認ください。



第5・6回甲種防火管理新規講習

問/埼玉県南西部消防局予防課 ☎460-0121

日時/第5回:2月6日(火)・7日(水)の2日間
 第6回:2月8日(木)・9日(金)の2日間
 ※いずれも午前9時30分～午後4時30分
 会場/和光消防署3階 講堂(和光市広沢1-3)
 対象/市内在住・在勤の方(各回1事業所1人まで)
 定員/各17人(先着順)
 費用/4,000円(教材費)
 申込方法/1月15日(月)～19日(金)に、受講申込書を朝霞消防署消防課窓口へ持参
 ※詳しくは、消防局ホームページをご確認ください。



認知症サポーター養成講座

問・問/各地域包括支援センター

地域包括支援センター	日時	会場	定員	持ち物	申込方法
ひいらぎの里 ☎291-9111 FAX291-9090	1月16日(火) 午前10時～正午	根岸台市民センター	30人 (先着順)	筆記用具	電話またはFAXで
つつじの郷 ☎472-1574	2月10日(土) 午後1時30分～3時30分	弁財台市民センター	20人 (先着順)	筆記用具	1月15日(月)午前10時から電話で



“住民参加型”在宅福祉サービス あいはあと事業 新規協力会員向け講習会

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

困った時はお互いさま!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。20～80代の方が協力会員として活動しています!話だけでも聞いてみたい方大歓迎です。

日時/①1月18日(休) ②2月2日(金) それぞれ午前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・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。



第2回ボランティア講座「ふくしをみんな de 学び隊」

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

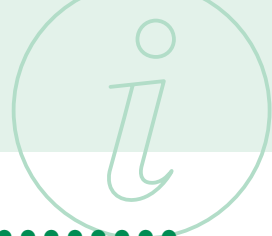
日時/2月9日(金) 午前10時～正午 会場/根岸台市民センター
 内容/ボランティア活動の説明、住民参加型在宅福祉サービスあいはあと事業説明、視覚障害の方からの話など
 定員/20人(先着順)
 申込方法/2月2日(金)までに、電話・FAX・メールで、氏名(ふりがな)・住所・電話番号・年齢・メールアドレスをお伝えください。
 ※詳しくは、右のコードをご確認ください。



第41回彩の国21世紀郷土かるた朝子連大会

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

日時/1月27日(土) 午前10時～(受付:午前9時30分～) 会場/中央公民館・コミュニティセンター
 種目/団体:低学年の部、高学年の部 個人:低学年の部、高学年の部
 ※低学年の部は小学1～3年生、高学年の部は小学4～6年生。団体は1チーム男女混合4人(1人は交代選手)
 競技方法/予選はリーグ戦・決勝はトーナメント(参加チーム数により方法を検討)
 ルール/埼玉県子ども会育成連絡協議会「彩の国21世紀郷土かるた」競技必携
 申込方法/1月20日(土)【当日消印有効】までに、はがき(〒351-0023 溝沼6-1-1)・電話・FAX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



地域デビュー支援セミナー

主催・申・閏/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

日時/1月27日(出) 午後1時30分~4時45分 会場/産業文化センター
対象/地域での市民活動等に関心のある方、何かを始めたい方
内容/①講演・対談&団体活動事例発表(事前申込制) ②活動体験コーナー(ユニカール、ノルディック・ウォーク)
③相談会(ライフプラン、健康測定、ボランティア、市民活動など)
申込方法/電話・メールで



子どもの発達を理解する講演会

申・閏/健康づくり課 ☎465-8611 ☎466-7522 ✉kenko_zukuri@city.asaka.lg.jp

日時/2月17日(出) 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 阿子島茂美さん 対象/市内在住・在勤の方 定員/90人程度
保育/1歳~未就学児(定員20人・先着順) 申込方法/1月10日(火)~2月14日(水)に電話・FAX・メールで



事業者・労働者等相談窓口

申・閏/産業振興課 ☎463-1903

①労働・社会保険についての相談(労働条件・職場トラブル)
日程/第2・4金曜日、第3土曜日(第3土曜日のみ産業文化センターが会場) 対象/市内在住・在勤の方、市内事業者
②経営についての相談(物価高騰・インボイスなど)
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/市役所5階 503会議室 申込方法/電話で



葬儀個別基本相談

会場・閏/斎場 ☎460-0055

葬儀の疑問に斎場職員が個別にお答えします。当日は式場の見学もできます。
日時/1月19日(金) 午前9時~11時(1人30分まで)
対象/市内在住の方
申込方法/当日直接会場へ(先着順)



入間東部障害者就職面接会

申・閏/ハローワーク川越
☎049-242-0197(部門コード46#)

日時/1月26日(金) 午後1時~4時(事前申込制)
会場/富士見市民文化会館「キラリ☆ふじみ」
対象/障害者手帳をお持ちの方
申込方法/1月9日(火)~22日(月)に窓口で
※ハローワークの求職登録が必要です。



わくわくどーむからのご案内

会場・閏/わくわくどーむ(健康増進センター)
☎472-6000

《第6期 2月開講(2~3月)スポーツ教室のご案内》

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。
・幼児水泳教室(火曜日~土曜日) ・こども水泳教室(初級・中級・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/1月1日(月・祝)~14日(日) ※申込多数の場合、抽せん

詳細・申込方法等は、わくわくどーむホームページまた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

◇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 ・成人水泳教室(金曜日)

1次募集受付(前期継続者優先期間)/1月2日(火)~14日(日)

2次募集受付/1月16日(火)~ ※1次募集で定員に満たない教室がある場合のみ

《わくわくどーむ1月の休館日》

1月1日(月・祝)・9日(火)・15日(月)・22日(月)・29日(月)~2月12日(月・祝)(館内点検・修繕工事のため)



わくわくどーむホームページ



Web 予約