



▲アサガオの観察

予告 **キャッシュレス決済
ポイント還元キャンペーン** 9月1日(日)~30日(月)



◀詳しく
はこちら

このキャンペーンに先立ち、8月にキャッシュレス決済使い方相談会を実施します。詳しくは4ページをご覧ください。

ぶ+らすにいざ

新座の魅力を再発見！
+ シティプロモーション動画

市民の目線で市の魅力を紹介する、シティプロモーション動画を、市公式YouTubeチャンネルで公開しました。

動画では、市に移住した方、農業を営む方、起業した方、市立中学校の先生が、それぞれの立場で市の魅力を語ります。ぜひ、ご覧ください。

▶問合せ/シティプロモーション課
(☎048-424-4686)



▲視聴はこちら
(市公式 YouTube
チャンネル)



特集1

子育ての味方
子育て支援コーディネーター



特集2

電子黒板 ここがすごい！
にいざのICT教育

プロモーション
動画にも登場



子育ての味方 子育て支援 コーディネーター

子育て支援コーディネーターは、主に就学前までのこどもを子育て中の方や妊娠中の方を対象に、子育てに関する疑問や悩み、困りごとなどを一緒に考え、解決に向けてお手伝いします。

また、子育てに関する情報提供を始め、ニーズに応じて、関係機関や専門家につなげるなど、一人ひとりに寄り添った支援を行います。

問合せ こども支援課
☎048-424-9608

こんなときはありませんか？

「子育てが思うようにいかない…」
「初めての妊娠・子育てで分からないことだらけ」
「なんだかイライラする…。気持ちを切り替えたい」
そんなときは、子育て支援コーディネーターにご相談ください。

コーディネーターは、市内11か所にある地域子育て支援センターのうち、「つぼみ(野火止)」、「セサミ(本多)」、「るーえん(栄)」に各1名います。

相談方法を選べます

「相談室でゆっくり個別面談したい」、「センターでみんなと一緒に気軽にしゃべりたい」など、そのときの気持ちに合わせて利用できます。また、電話やメール、Zoomを利用してオンラインでも相談できます。

まずは、お問い合わせください。
※個別面談は予約優先です



つぼみ
月曜～金曜日
午前9時～午後4時



つぼみ
ホームページはこちら

コーディネーターから
ひとこと

私たちが子育て中のママです！
子育ては予想外のことばかり。
「ちょっと困ったな」、「誰かに話を聞いてもらいたいな」と思ったときは、気軽にご利用ください。パパやママ、妊娠中の方と家族、祖父母、里親、新座に引っ越してきたばかりの方など、どなたでも利用できます。
相談室で相談するほどではないけど、「ちょっと知りたい」、「新座の〇〇教えて」などの情報収集や、気軽なおしゃべりも大歓迎です！そんなときは、地域子育て支援センターでこどもと遊びながらお話しできます。

セサミ
火曜～土曜日
午前10時～午後4時

セサミ
ホームページ
はこちら



るーえん
月曜～金曜日
午前10時～午後4時

るーえん
ホームページ
はこちら



初めての
出産・育児

プレママ・パパ向け講座を開催中

赤ちゃんの人形を使って、抱っこやおむつ替え、沐浴などの体験ができます。保育園・幼稚園の話や、乳幼児親子との交流もあり、産後の暮らしをイメージできると好評です。

受講者の声

今までは、インターネットの情報を参考にしていましたが、実際に体験することで実感が湧き、少し自信にもなりました。



子育てのことを初めてしっかり学べたので、パパになる実感が湧いてきました。



気軽にいろいろお話できて良かったです。産前から、困ったときに相談できる場所があると知り、不安を解消できました。



地域子育て支援センターに行ってみよう

この他にも、季節の行事や工作などの講座を開催しています。開催予定は、毎月の広報にいざなどでお知らせしています。

詳しくは、
13ページをご覧ください。



抱っこするときのポイントは…
ドキドキの沐浴体験



7kg口のおもりを付けて妊婦体験



人形を使って初めてのおむつ替え



電子黒板 ここがすごい！ にいざのICT教育

市では、児童・生徒1人に1台のタブレット端末を整備して、ICTを活用した教育を積極的に推進しています。

タブレット端末の更なる利活用のため、令和5年度に全市立中学校に75インチの電子黒板を168台導入しました。

また、令和6年度には、全市立小学校の5・6年生の教室に117台の電子黒板を導入します。今後も、小学校の全学年に段階的に導入する予定です。

※ICT教育とは、タブレット端末やインターネットなどを活用した教育です

問合せ 教育支援課
☎048-477-7142

電子黒板 3つのすごい！



大きくて見やすい

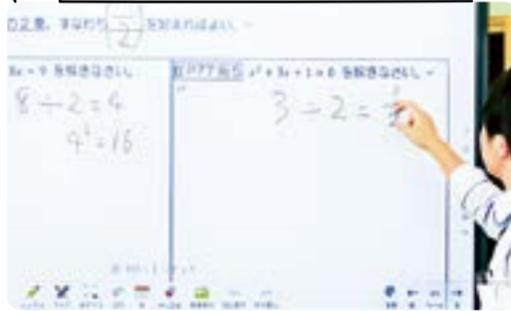


写真や動画などの資料を映すことで、教科書だけではイメージしにくい内容も分かりやすく学べます。インターネットに接続しているため、電子黒板から直接、情報の検索ができます。

75インチの大画面で、どの席からも見やすいです。また、生徒のタブレット端末と連動しているため、細かいところは手元でも確認できます。



書き込める、保存ができる



タッチパネル式で、画面に直接書き込むことができます。

資料を映し出すことで、板書をする時間が減り、その分生徒が考える時間や教師が解説する時間を増やすことができます。

書き込んだ文字はデータで保存できるので、いつでも見返すことができます。



オンラインで人とつながる



オンライン
生徒総会の様子

遠く離れた場所にいる外部講師や他校の生徒などとオンラインでつながり、話を聞いたり、意見を交換したりして、学びを深めることができます。

また、各教室をつないで、全校集会やオンライン生徒総会などを行うこともできます。

例えば・・・こんな授業をしています

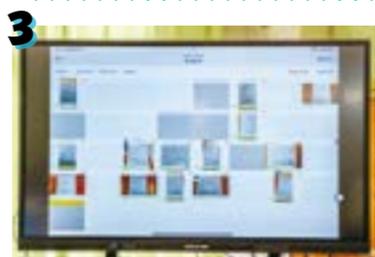
家庭科 魚の栄養素や調理のポイントを学ぶ授業



魚を使った献立を考える場面。
生徒は、タブレット端末を使ってインターネットで調べたり、教科書で調べたりと、自分に合った方法で考えます。



先生は、生徒の考えを整理したり、ヒントを与えたりして、一人ひとりの主体的な学びを支援します。
生徒は、考えたレシピをプリントにまとめ、タブレット端末で写真を撮ります。



撮った写真は、電子黒板でリアルタイムに共有できます。



先生は、いくつかのレシピを紹介して生徒の考えを深めたり、視点を広げたりします。
考えをまとめたプリントは生徒のタブレット端末に残るので、いつでも授業の振り返りができます。

タブレット端末で作成した資料を電子黒板に映しながら発表すると、自分の考えを分かりやすく伝えることができます。



大きな画面で、いろいろな考え方に触れたり、比較したりすることができるので、友達と一緒に話し合ったり、自分の考えを振り返ったりする機会が増えました。



タブレット端末と電子黒板を活用することで、手を挙げて発言することが苦手な生徒も、考えを発信したり共有したりしやすくなり、子どもたちが主役の授業が実現しています。





お知らせ

第75回全国植樹祭記念 木製地球儀の展示

▼日時／8月9日(金)・13日(火)・14日(水)、午前8時30分～午後5時15分(9日(金)は午後3時から)

▼場所／市役所本庁舎1階ロビー

▼内容／令和7年春に県内で開催される全国植樹祭を記念した木製地球儀の展示

■木製地球儀引渡し式

▼日時／8月9日(金)、午後3時から

▼内容／先着50名に記念品進呈



▲県内の巡回日程・会場などはこちら(県ホームページ)

▼問合せ／産業振興課(☎048・424・9605)

8月は人権尊重社会をめざす 県民運動強調月間

人権とは、人として幸せに生きるための権利です。日本国憲法の中で、侵すことのできない権利として保障されています。しかし、現実には、同和問題を始め、女性、障がい者、性的マイノリティの方などへの差別的やインターネット上での差別的情報の書き込みなど、様々な人権課題があります。

こうした課題を解決するために、障害者差別解消法、ヘイトスピーチ解消法、部落差別解消推進法といった法律が整備されています。

▼問合せ／人権推進室(☎048・477・1513)

市制施行55周年記念事業 アイデアの募集

市は、令和7年11月に市制施行55周年を迎えます。市の魅力発信につ

ながる事業のアイデアを募集します。

▼対象／どなたでも
▼結果の公表など／頂いたアイデアは事業の参考にし、実施する事業を発表する際に紹介します※応募者の氏名などは公表しません

▼申込み及び問合せ／8月25日(日)までに、応募要項(市ホームページに掲載)を確認の上、電子申請でシテイプロモーション課(☎048・424・4686)へ



▲電子申請はこちら



シニア・高齢者

埼玉未来大学受講生の募集

▼対象／令和6年4月1日時点で、満50歳以上の方

▼学科／ライフデザイン科(オンラインコース後期)

▼カリキュラム／〇体と頭脳のパワーアップ、〇埼玉の魅力と現代社会、〇地域社会でいきいきと、〇楽しく安心シニアライフ



▲詳しくはこちら(同大学ホームページ)

▼問合せ／公益財団法人いきいき埼玉未来大学事務局(☎048・728・2299)

シルバー人材センター入会説明会

▼日時／8月5日(月)・18日(日)、9月3日(火)・15日(日)、午前10時～正午

※途中入場不可

▼場所／シルバー人材センター

▼対象／60歳以上の方

▼申込み及び問合せ／事前に電話で、同センター(☎048・481・1430)へ



イベント・講座

キャッシュレス決済 使い方相談会



▼日時／8月①6日(火)・②8日(水)・③20日(火)・④22日(木)、午前10時～午後4時※予約不要。当日、直接受付

▼場所／①栗原公民館、②西堀・新堀コミュニティセンター、③栄公民館、④東北コミュニティセンター

▼対象／市内在住又は在勤で、初めてキャッシュレス決済を利用する方
▼内容／9月に実施する市内対象店でのキャッシュレス決済20%分のポイント還元キャンペーンに先立ち、利用者向けのキャッシュレス決済の使い方説明・相談

▼対象キャッシュレス決済／Pay Pay、auPAY、d払い、楽天ペイ、楽天Edy



▲詳しくはこちら

▼問合せ／新座市キャッシュレス決済事業運営事務局(☎0120・0938・622)

ファーマーズマーケット in 新座市役所

▼日時／8月28日(水)、午前10時～午後1時(売り切れ次第終了)

▼場所／市役所本庁舎1階ロビー

▼内容／市内の農業団体によるぶどうの販売※ぶどうの成育状況で変更あり

▼問合せ／産業振興課(☎048・424・9605)

新座市平和展

▼日時／8月1日(水)・2日(金)、5日(月)・9日(金)、午前9時30分～午後4時30分

▼場所／市役所市民ギャラリー

▼内容／高校生が描いた「ヒロシマ原爆の絵」、「世界の難民は今」、「紛争下の子どもたち」のパネル展示

▼協力／広島平和記念資料館、アムネスティ・インターナショナル日本

▼問合せ／人権推進室(☎048・477・1513)

職業的自立に悩む若者の親・家族向け ①セミナー、②個別相談会

▼日時／8月17日(土)、①午後1時30分～3時30分、②3時30分～5時15分

▼場所／和光市勤労青少年ホーム(和光市新倉1・20・40)

▼対象／義務教育を修了した49歳までの未就労者の親又は家族(本人の参加不可)

▼定員／①20名(オンライン参加は定員なし)、②4組(申込順)

▼内容／職業的自立に悩む若者への理解、家族の適切な接し方、若者自立支援センター埼玉の支援内容、県内支援機関の紹介

▼申込み及び問合せ／8月14日(水)までに電話又はメール(kawaguchi.aposute@mailo-hara.ac.jp)より同センター(☎048・255・5868)へ

女性のデジタル人材育成講座

▼対象／デジタルスキルを習得して県内で働くことを検討している女性

▼内容／就業に役立つデジタルスキルが学べるオンライン講座Ⅱ〇基礎講座(パソコンの基礎知識、〇応用講座(データ分析、WEBクリエイター又はCADエンジニアのコースから選択)※パソコン・タブレット・ス

マートフォン及びインターネット通信環境が必要(操作をしながらの学習にはパソコンが必要。修了後、実践講座の受講も可能)

▼費用／無料※通信料などは自己負担

▼申込み及び問合せ／県女性キャリアセンターの専用サイトから、同センター(☎048・601・5810、月曜から土曜日までの午前9時30分～午後5時30分)へ



▲セミナー専用サイトはこちら(同センターホームページ)

点字基礎講座受講生の募集

▼日時／9月5日から令和7年1月23日までの毎週木曜日(予定)、午前10時～正午

▼対象／市内在住又は在勤在学中で、点字入門講座を修了若しくは同程度の技術がある方(目が見える方向け)

▼定員／15名(抽選)

▼費用／3千円程度(テキスト代)

▼申込み及び問合せ／8月23日(金)までに窓口、電話又はファックス(048・481・3303)で、福祉の里障がい者福祉センター(☎048・481・2910)へ※月曜日(祝日の場合は翌日も)、祝日は休館

認知症サポーター養成講座

認知症の方とその家族を、地域で見守り支援するために、認知症を学ぶ基礎講座です。

▼日時／9月8日(日)、午前10時～11時30分

▼場所／デイサービスセンター晴和苑(東3・7・26)

▼対象／主に東北・東地区在住の方

▼定員／15名(申込順)
▼申込み及び問合せ／電話で、北部第一高齢者相談センター(☎048・486・5011)へ

骨粗しょう症予防料理講習会

▼日時／9月18日(水)、午前10時～午後1時

▼場所／保健センター

▼対象／市内在住の方

▼定員／16名(申込順)

▼内容／骨粗しょう症予防の話と調理実習

▼主催／新座市食生活改善推進員協議会

▼費用／300円(食材代)

▼申込み及び問合せ／8月2日(金)から28日(水)までに電話で、保健センター(☎048・481・2211)へ



税・年金

国民年金の任意加入制度

老齢基礎年金の受取に必要な受給資格期間は10年です。

▼対象／①任意加入Ⅱ60～64歳で要件に満たない方又は基礎年金額が満額でない方、②特例任意加入Ⅱ65歳時点で要件に満たない方※厚生年金に加入している方は対象外。要件など詳しくはお問い合わせください

▼必要書類／①年金手帳、預金通帳、通帳届出印※②は年金事務所にお問い合わせください

▼申込み及び問合せ／川越年金事務所(☎049・242・2657)、国保年金課(☎048・424・9612)へ

市税などの納期

市・県民税、森林環境税	2期
国民健康保険税	2期
介護保険料	2期
後期高齢者医療保険料	2期

納期:9月2日(月)

INFORMATION

●掲載記事の詳細は、市ホームページをご覧ください。
●費用の記載がない講座などは、無料です。



福祉・保険

保養施設の宿泊利用補助

▼対象／市国民健康保険に加入している小学生以上の方又は後期高齢者医療制度に加入している方※対象外の方でも、市に住民登録がある場合は、各対象施設との協定料金で利用できます

▼条件／保険料(料)を滞納していない

▼助成額／中学生以上2千円、小学生1千円(年度内1回まで)

▼申込み及び問合せ／対象施設を予約後、宿泊予定日の前月1日から宿泊日の10開庁日前までに、電子申請又は被保険者証を持参の上、国保年金課(☎048-424-4853)若しくは長寿はつらつ課(☎048-424-9610)へ※別世帯の申請は委任状が必要です



▲電子申請はこちらから
※「保養施設」と検索

国民健康保険 限度額適用認定証の交付申請

限度額適用認定証(非課税世帯の方は限度額適用・標準負担額減額認定証)は、保険証と併せて医療機関などに提示することで、入院・外来ともに、1か月の支払が自己負担限度額(世帯の所得状況によって異なる)までになるものです。医療費が高額になる場合は、早めに申請してください。現在お持ちの方で引き続き必要な場合は、申請が必要です。

なお、マイナ保険証(マイナンバーカードを健康保険証として登録したもの)をお持ちの場合は、限度額適用認定証などの交付を受けずに、限度額を超える支払を免除できます

(対応している医療機関のみ)。
※国民健康保険税の滞納があると、認定証の交付及びオンラインでの限度額の適用ができない場合があります

▼申請に必要なもの／保険証又は本人確認書類(住民票が同一の親族は、代理申請可。それ以外の方が代理で行う場合は、委任状が必要)

▼申請及び問合せ／国保年金課(☎048-423-3809)へ※郵送での申請も可能です。詳しくは、お問い合わせください

成年後見制度利用費助成金の交付

令和6年度から、交付対象を拡大しました。

▼対象／次の全てに該当する成年被後見人など①本人、配偶者、四親等以内の親族又は市長が審判の請求を行った、②市内に住所がある又は本市を実施機関として、介護・福祉サービスなどの給付を受けている、③生活保護世帯又は住民税非課税世帯で、世帯員全員の預貯金額の合計が150万円(単身世帯は100万円)以下、かつ、その他活用可能な資産がない

▼対象経費／申立費用及び報酬費用(費目指定及び上限額あり)

▼申請及び問合せ／審判確定日の翌日から3か月以内に、申請書(市ホームページ)・長寿はつらつ課、障がい者福祉課で配布し必要書類を添付して、成年被後見人などが65歳未満の場合は障がい者福祉課(☎048-477-6891)へ、65歳以上の場合は長寿はつらつ課(☎048-424-9611)へ

※審判確定日が令和6年4月から7月までの申請は、各課へご相談ください。成年後見制度は、成年後見制度推進室(☎048-423-2196)にお問い合わせください

特別障がい者手当・障がい児福祉手当・特別児童扶養手当 届出の提出

8月分以降も引き続き手当を受給する場合は、届出が必要です。

※現在の受給者には通知を送付します

▼届出の種類／○特別障がい者手当、障がい児福祉手当、現況届、○特別児童扶養手当、所得状況届

▼提出及び問合せ／8月9日(金)から9月11日(水)までに窓口又は郵送で、障がい者福祉課(☎048-424-8180)へ



健康・スポーツ

10月の集団検診

▼日にち／10月13日(日)

▼場所／新座病院

▼対象／市に住民登録があり、職場などで検診の機会がない方

▼費用／無料※個別検診・集団検診いずれか年度内1回

▼申込み／8月30日(金)まで(土曜・日曜日、祝・休日を除く)の午前8時30分～午後5時に、専用電話(☎03-6634-1455)へ

※申込順。詳しくは健康応援ガイドをご覧ください。聴覚に障がいがある電話以外で予約する場合は、ホームページを参照

▼問合せ／保健センター(☎048-481-2211)

況や特定健康診査・特定保健指導を解説したポスターの展示

▼問合せ／国保年金課(☎048-424-4853)

無料の歯科検診を受けましょう



20歳以上の8割以上が、歯周病にかかっていると言われています。大切な歯と身体の健康を守るために、歯科検診を受けましょう。

▼期間／1月31日(金)まで

▼場所／市内委託医療機関※健康応援ガイドなどを参照

▼対象／市に住民登録があり、令和7年3月末時点で、20・30・40・50・60・70歳になる方(年齢ごとに1回まで)

▼申込み／各市内委託医療機関へ

▼問合せ／保健センター(☎048-481-2211)

HPVワクチン(子宮頸がん予防) 9月末までに1回目の接種を

対象者は、令和7年3月31日まで無料(公費)で接種できます。接種完了までは6か月掛かりますので、計画的に接種しましょう。

ワクチンの種類は、2価・4価に加えて9価も対象になりました。ワクチンの効果や副反応などを理解した上で接種してください。



▲詳しくはこちら

▼対象／市に住民登録があり、平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性

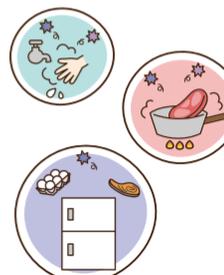
▼問合せ／保健センター(☎048-481-2211)

不育症を「存じ」ですか 「専門医」にご相談を

不育症とは、妊娠しても流産や死産などを繰り返す状態のことです。原因は様々ですが、専門医による正しい検査と治療により、80%以上の方が出産できることが分かっています。

▼問合せ／保健センター(☎048-481-2211)

食中毒に気を付けましょう



夏は湿度や気温が高く、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、肉を生や加熱不足で食べることです。肉を食べる際は、次の点に注意しましょう。

■注意点

- 生食用の肉でも、こどもや高齢者、抵抗力が弱い方は控える
 - レバーなどの内臓や食肉を調理するときは、75℃で1分間以上加熱し、内部まで火を通す
 - 肉は、細菌が増殖しないように、調理するまで10℃以下で保存する
 - 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食べない
 - 野菜、果物及び調理済みの食品は、生肉や肉汁が触れないようにする
 - 生肉の調理に使用した包丁やまな板などは、その都度、洗浄消毒する
 - 調理の前や生肉に触れた後、トイレの後は、手を洗う
- ▼問合せ／朝霞保健所(☎048-610468)

ナイキでナイスな部屋探し
不動産のことなら地元のナイキへ

naiki
株式会社 ナイキ

管理・賃貸・売買・リフォーム
TEL0120-719-554

新座市野火止6-6-17
埼玉県知事(4)第20548号
(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員
埼玉県知事許可(般-2)第68596号

市民葬・福祉葬
家族葬・一般葬

まごころ葬儀

新座市・朝霞市・志木市・和光市 指定
市民葬委託葬儀社

火葬のみ 可能 手配料 無料
墓石のみ 不可

メモリアル ヨーユー
TEL0120-544-100

水もれ・つまり・漏水調査

信頼の 新座市指定上下水道工事店

水まわりの便利屋さん
たすかる水道サービス

親切 ていねい 確実 安心

令和5年度 新座市立小・中学校・保育園・集会所等
取引実績 埼玉県警察・埼玉県機動隊・新座警察署

TEL048-483-0268

〒352-0033 埼玉県新座市石神2-12-5

住宅リフォームなら
地元のハウズドクターへ

▼WEBサイト

(株)きくちライフサービス
新座市馬場1-11-15 048-478-8190

安全・安心

Jアラート全国斉情報伝達試験



- ▼日時／8月28日(水)、午前11時頃 ※気象状況などで中止の場合あり
- ▼内容／防災行政無線で、次の内容を放送
 - 〈防災行政無線チャイム〉→「これはJアラートのテストです」※3回繰り返して「こちらは防災にいざです」
 - ↓「防災行政無線チャイム」
- ▼問合せ／危機管理室 ☎048・477・2502

こども・教育

「未来の市長」作文の募集



- こどもたちの意見を市政の参考にし、市に対する関心や愛着を深めるため、作文(400字以内)を募集します。
- ▼対象／市内在住の小学4～6年生
 - ▼テーマ／もしわたしが市長になったら、こんなことをして新座市を盛り上げます！
 - ▼申込み及び問合せ／市立小学校の児童は各学校へ、その他の児童は9月6日(金)までに郵送で、秘書広聴課 ☎048・477・1488へ



詳しくはこちら

ファミリーサポート・センター会員の募集



- ファミリーサポート・センターは、保育施設などへの送迎や預かりなど、子育ての援助が必要なときに利用できます。また、援助活動に協力できる方も募集しています。子育て中の方、仕事をしている方でも、空き時間で援助できます。※1時間700～900円の報酬あり
- ▼会員登録①利用会員(援助を希望する方)、②協力会員(援助を行う方)、③両方会員①②の両方を希望する方)
 - ▼登録条件①援助活動の説明を受ける、②③講習会の参加

9月の協力・両方会員講習会 ※講習会は2月も実施

日 時	内 容
11日(水) 午前9時30分～午後0時30分	援助活動について
13日(金) 午前9時30分～午後0時30分	幼児安全法(心肺蘇生法やAEDの使用法など)
18日(水) 午後1時15分～2時15分	こどもの健康と事故防止
午後2時25分～4時25分	こどもの栄養と食生活
19日(木) 午後1時～3時	保育の心

▼申込み及び問合せ／電話で、ファミリーサポート・センター ☎048・424・8277へ

親がまなぶ子育て練習法



- DVDの視聴やロールプレイなど、子育てのコツを楽しく練習するプログラムを通して、こどもとの良いコミュニケーションやほめ方、叱り方を学びます。
- ▼日時／9月17日から10月22日までの火曜日、全6回、午前10時～正午
 - ▼場所／市役所
 - ▼対象／3歳から小学3年生までのこどもの保護者(未受講で、全日程参加可能な方)
 - ▼定員／8名・申込順※保育あり(生後5か月以上のごとも5名まで)
 - ▼申込み及び問合せ／8月5日(月)から23日(金)までに、窓口又は電話で家庭児童相談室 ☎048・477・2865へ

ベルマークの回収にご協力を



- 回収箱は、学校やスーパーマーケットなどに設置しています。
- ▼問合せ／生涯学習スポーツ課 ☎048・477・1498

医療的ケア児の保育園利用のための体験保育



- 医療的ケアが必要なおこどもが、市内認可保育施設へ入所を希望する場合は、申請前に体験保育に参加する必要があります。
- ▼日時／10月の平日のうち1回(半日)
 - ▼場所／公立保育園のいずれか
 - ▼対象／次の全てを満たすこども
 - 令和7年4月に市内認可保育施設への入所を希望する、○保護者の就労などの事由で保育の必要性が認められる、○主治医から、集団保育が可能と判断された医療的ケア児
 - ▼申込み及び問合せ／8月26日(月)から10月11日(金)までに、申込書(市ホームページ、窓口で配布)、主治医の意見書などを直接、保育課 ☎048・477・2779へ

ひとり親家庭に対する自立支援制度

- ひとり親自立支援プログラム策定 専門の相談員が面接などを通じて自立支援計画を策定し、就労に向けた継続的に支援します。必要に応じてハローワークとも連携します。
- ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金 雇用保険制度指定の教育訓練講座の修了後に、給付金を支給します。 ※所得制限などあり。受講開始前に要申請。雇用保険法による教育訓練給付金の受給者には、差額分を支給
- ▼支給額／受講費の6割(上限年額20万円)
- ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金・修了支援給付金 看護師、介護福祉士、保育士などの資格を取得するために、6か月以上養成機関で修業する方に、給付金を支給します。詳しくは、お問い合わせください。
- ▼支給期間／最長4年間
- ▼支給額／○課税世帯Ⅱ訓練促進給付金(月額7万5000円、最終学年(月額)11万5000円、修了支援給付金2万5000円、○非課税世帯Ⅱ訓練促進給付金(月額)10万円、最終学年(月額)14万円、修了支援給付金5万円 ※訓練促進給付金は申請月分から支給、修了支援給付金は修了時に支給
- ▼問合せ／こども支援課 ☎048・477・1548

「こどもの人権相談」強化週間



- さいたま地方事務局と埼玉県人権擁護委員連合会は、こどもからの電話相談の受付時間を延長するなど、相談体制を強化します。 ※秘密は厳守します
- ▼期間／8月21日(水)から27日(火)までの午前8時30分～午後7時 ※24日(土)25日(日)は、午前10時～午後5時
 - ▼相談先／☎0120・007・110(全国共通・無料) ※IP電話からは接続できません
 - ▼相談担当／法務局職員、埼玉県人権擁護委員連合会こども人権委員会
 - ▼問合せ／さいたま地方事務局人権擁護課 ☎048・851・1000

交通事故被害者の家族へ 援護一時金を給付

- ▼対象／県内在住で、令和5年4月1日以降に保護者が交通事故により死亡又は重い障がいを負った日時点で18歳以下の方
- ※18歳まで毎年支給される援護金もありません(所得制限あり)
- ▼給付額／交通遺児1名につき10万円(1回のみ)
- ▼給付時期／①11月、②令和7年5月
- ▼申込み／①8月30日(金)まで、②令和7年2月28日(金)までに、申請書類(交通政策課、学校などで配布)を窓口又は郵送で、みずほ信託銀行浦和支店 〒330・0063さいたま市浦和区高砂2・12・10、☎048・822・0191へ
- ▼問合せ／県防犯・交通安全課 ☎048・830・2955

児童扶養手当現況届の提出を

- 11月以降も引き続き児童扶養手当を受給するには、現況届の提出が必要となります。 ※現在の認定者には、通知書を送付します
- ▼提出及び問合せ／8月30日(金)までに、必要書類を直接、こども給付課 ☎048・424・9619へ ※8月18日・25日の日曜日は臨時開庁

ひとり親パパママお仕事応援キャンペーン

- ▼日時／8月1日(木)から31日(土)までの平日、午前10時～午後5時
- ▼内容／児童扶養手当受給者の安定雇用に向けた、専任の支援員との就労相談※予約者優先
- ▼申込み及び問合せ／市ふるさとハローワーク ☎048・477・1859へ

INFORMATION

●掲載記事の詳細は、市ホームページをご覧ください。
●費用の記載がない講座などは、無料です。



くらし・環境

フードドライブ 食品の寄附にご協力を



フードドライブとは、食品ロスの削減と資源の有効活用のため、家庭で余っている食品を回収し、福祉団体や施設などに提供する活動です。

▼回収期間／①②通年、③9月2日(月)～11月29日(金)

▼場所／①ファミリーマート新座市役所通り店、②ファミリーマート片山一丁目店、③環境課

▼対象食品／○生鮮食品以外で常温保存が可能なもの(缶詰、インスタント食品、レトルト食品、乾物、菓子、飲み物、調味料、穀類など)、○賞味期限までに2か月以上あり、その表示があるもの、○未開封で包装や外装の破損がないもの
※瓶詰・アルコール類は除く

▼問合せ／環境課(☎048-477-1547)

浄化槽の維持管理を忘れずに

浄化槽の所有者は、定期的な維持管理(保守点検・清掃・法定検査の3

高齢者を守る お助けかわらばん

トイレ修理のトラブルにご注意!!

水が流れない! トイレのトラブル修理 500円～

ここにしよう!

便器を外して確認しないと 2万円かかります

高圧洗浄しないと 14万円です

請求書

点検基本料	500円
作業料	20,000円
洗浄代	140,000円
出張費等	89,500円
合計	250,000円

広告と全然違う!!

お願い致します

◎県消費生活課
○慌てて依頼せず、作業内容や追加料金などをよく確認する
○想定外の料金に、その場で了承しない
○広告表示額と請求額が大きく異なる際は、クーリング・オフ(契約解除)ができる場合あり
▶問合せ／消費生活センター(☎048-424-9162)

つ)の義務があります。また、3つの維持管理の一括契約もあります。

▼依頼先／○保守点検Ⅱ県に登録している事業者、○清掃Ⅱ朝霞地区一部事務組合の許可事業者、○法定検査Ⅱ県の指定検査機関

▼問合せ／環境課(☎048-424-2621)

犬のふん害対策 イエローチョーク作戦

イエローチョーク作戦とは、「近所の目を飼い主に意識させ、ふんの持ち帰りを促す取組です。」

▼実施方法／○放置されたふんをチョークで囲む→発見した日時を書き、ふんが残っているときは、確認した日時を書き、繰り返し返す。なくなるときは「なし」と書く



▲実施例

▼チョーク配布場所／環境課、各公民館・コミュニティセンター※無料

▼問合せ／環境課(☎048-424-2621)

犯罪から身を守るため 地域の見守りにご協力を



市内の犯罪発生件数は減少傾向ですが、不審者に遭遇するなどの被害は少なくありません。

市内では、犯罪を減らすために、各町内会、PTA、事業所などの自主防犯パトロール隊が活動したり、防犯カメラを設置したりするなど、地域の見守り活動が行われています。皆さんも、犬の散歩や買い物などで外出するときは、地域の見守りをお願いします。

「わんわんパトロール隊」隊員の募集

犬の散歩をしながらパトロールをする活動です。詳しくはお問い合わせください。

▼問合せ／危機管理室(☎048-423-0978)

受水槽は毎年検査が必要です

市の水道水を受水槽に溜めた後、飲み水などとして供給する受水槽の設置者は、厚生労働大臣の登録を受けた検査機関に依頼して、毎年、管理状況の検査を受ける必要があります。検査を怠った設置者は、罰則が

リサイクルプラザ「利彩館」 で再生家具を販売



適用される場合があります。

▼問合せ／環境課(☎048-424-2621)、水道施設課(☎048-477-5798)

市などで収集された再利用可能な家具などを修理し、富士見環境センター内「利彩館」で安価で販売しています。※詳しくは、志木地区衛生組合のホームページをご覧ください

▼問合せ／同組合(☎049-254-1125)

猫の飼い方とつけ方



動物が嫌いな人、苦手な人にも理解が得られるようにルールとマナーを守り、家族の一員として責任を持って飼いましう。

猫は室内で飼いましう

屋外で放し飼いにすると、近所でふん尿をしたり、車に傷を付けたたり、猫同士のけんかだけがをしたりすることがあります。

家の中で運動ができる場所を作るなど、安心満足できる環境を整え、必要なしつけを行えば、室内で飼うことができます。

名札を付けましう

迷子になったり、保護されたりした場合、身元の表示がないと飼い主を探すことは困難です。連絡先などを記入した名札を付けましう。

繁殖を望まない場合は、避妊・去勢手術をましう

避妊・去勢手術をすることで、発情期の鳴き声やマーキング行為の軽減、病気の予防が期待できます。

▼飼い方に関する相談／県動物指導センター南支所(☎048-855-0484)

マイクロチップ登録制度

ペットショップなどで販売される犬や猫には、マイクロチップの装着が義務化されています。詳しくは、環境省ホームページをご覧ください。

▼問合せ／環境課(☎048-424-2621)

公道に物を置かないでください



公道に物を置くと、歩行者が転倒するなど危険です。

特に、植木鉢を置くと、泥で道路が汚れたり、側溝の水の流れを妨げたりします。植木鉢は、自宅の敷地内に置いてください。

▼問合せ／道路管理課(☎048-477-4596)

庭木1本から承ります!

お客様へのお約束

- 庭木1本より明瞭料金
- トイレはお借りしません
- 土日でもOKです
- お茶はご遠慮します

広報にいざをご覧の方に

生垣の剪定 長さ1m 高さ2m 通常 2,200円を ※税込

先着10名様 1,100円

1本からの庭木サービス

ガーデンエクスプレス

新座店 新座市新郷2-8 川越店 川越市山田1621-1

0120-61-4128

9:00~17:00

預け合いを取り入れた親子の活動

なかまほいく

参加者募集中

9/25~11/27 毎週水曜日 全10回 10:00~12:00

会場: 新座子育てネットワーク事務所 ●参加費500円×10回 申込・詳細はHPから

NPO法人新座子育てネットワーク

管沢 1-4-5-2F 048-482-5732(代) office@ccn01.mygbiz.com

認定補聴器専門店

関東補聴器センター

ご来店予約等お気軽にお電話下さい

TEL. 048-475-3684

志木新座店 新座市東北2-25-3 (新座志木中央総合病院前)

月火水金土 9:30~17:00
木曜日 9:30~12:00
日曜・祝日定休

ホームページ

庭木1本から承ります!

お客様へのお約束

- 庭木1本より明瞭料金
- トイレはお借りしません
- 土日でもOKです
- お茶はご遠慮します

広報にいざをご覧の方に

生垣の剪定 長さ1m 高さ2m 通常 2,200円を ※税込

先着10名様 1,100円

1本からの庭木サービス

ガーデンエクスプレス

新座店 新座市新郷2-8 川越店 川越市山田1621-1

0120-61-4128

9:00~17:00



じいじ・就職

小・中学校教員(非常勤講師含む) 臨時的任用教職員の募集



- ▼勤務時間／月曜から金曜日までの週5日(1日7時間45分)
- ▼対象／小・中学校教諭1種又は2種免許を持つ方※短時間勤務を希望する方や未経験の方も対象
- ▼問合せ／学務課(☎048-477-6869)

労使トラブル 円満な解決をお手伝いします

- 県労働委員会は、中立・公正な立場で、労働者と使用者とのトラブル解決をお手伝いする機関です。手続は簡単、無料で、秘密は厳守します。
- ▼内容／解雇・雇止め、労働条件の見直し、パワーハラスメントなど
- ▼問合せ／同委員会事務局(☎048-830-6452)

公立保育園会計年度任用職員の募集 保育士①パートタイム、②休日保育、③早延長保育員、④看護師



- ▼勤務時間／①月曜から金曜日までの午前8時30分～午後5時のうち7時間30分(週4日)又は6時間(週5日)、土曜日の午前8時30分～午後0時15分(年4回程度)、②日曜日、祝休日の午前8時～午後6時30分のうち6時間以内、③月曜から土曜

日までの午前7時～午後7時のうち(朝夕それぞれ2時間程度(週5日)、④月曜から金曜日までの午前8時30分～午後5時のうち7時間30分(週5日)※具体的な時間は、配属先により決定

- ▼募集園／①全園、②新座保育園、③第一・第二・西堀・北野・新座保育園、④第二保育園
- ▼対象／①・②保育士の資格を持つ方、③資格不問、④看護師の資格を持つ方

- ▼募集人数／各若干名
- ▼業務内容／①・②保育、③保育補助、④保健業務、保育補助
- ▼時給／①・②1千311円、③1千357円、④1千804円※条件により期末・勤労手当の支給あり
- ▼申込み及び問合せ／履歴書(写真貼付)、資格証の写しを窓口又は郵送で、保育課(☎048-477-6344)へ

市内法人保育園・認定こども園・小規模保育施設・放課後児童保育室 就職相談会

- ▼日時／8月20日(火)、午後0時30分～3時30分※予約不要・服装自由
- ▼場所／市民会館
- ▼対象／市内の保育施設などに就職を希望する方
- ▼募集職種／保育士、保育補助、保育教諭、給食調理員、放課後児童支援員など
- ▼参加施設／市内法人保育園21園、認定こども園1園、小規模保育施設2園、放課後児童保育室17室、県社会福祉協議会



詳しくはこちら

- ▼問合せ／保育課(☎048-477-6344)



市職員の募集 (令和7年4月1日付け採用)

- ▶試験日／9月22日(日・祝)
- ▶場所／市役所ほか
- ▶申込み／7月25日(木)から8月20日(火) (技師有資格者は9月17日(火)までに、原則、市ホームページから電子申請で)
- ▶問合せ／人事課 (☎048-424-8125)



←受験案内など詳しくはこちら

一緒に新座市を盛り上げよう!!



技 師 採用人数／全区分で5名程度			
区 分	生年月日	学歴・資格など	
有資格者	建 築	昭和59年4月2日以降	一級建築士の資格を有する方
		平成2年4月2日以降	二級建築士の資格を有する方
	土 木	昭和59年4月2日以降	1級土木施工管理技士の資格を有する方
		平成2年4月2日以降	2級土木施工管理技士の資格を有する方
専門課程専攻者	建築専攻	平成6年4月2日以降	大学で建築を専攻し、卒業した方又は令和7年3月までに卒業見込みの方
		平成6年4月2日以降	大学(土木施工管理技術検定の指定学科に限る)で土木を専攻し、卒業した方又は令和7年3月までに卒業見込みの方
	土木専攻	平成9年4月2日以降	短期大学・専門学校(土木施工管理技術検定の指定学科に限る)で土木を専攻し、卒業した方又は令和7年3月までに卒業見込みの方
		平成11年4月2日以降	高等学校(土木施工管理技術検定の指定学科に限る)で土木を専攻し、卒業した方又は令和7年3月までに卒業見込みの方

一般事務 採用人数／全区分で10名程度			
区 分	生年月日	学歴・資格など	
大 学 卒	平成6年4月2日以降	短期大学・専門卒	大学、短期大学、専門学校、高等学校を卒業した方
		高等学校卒	又は令和7年3月までに卒業見込みの方
		社会福祉	昭和59年4月2日以降
障がい者対象	平成2年4月2日以降	平成6年4月2日以降	社会福祉主事任用資格を有する方又は令和7年3月までに取得見込みの方
		平成2年4月2日以降	高等学校以上の学校を卒業した方又は令和7年3月までに卒業見込みの方で、障がい者手帳の交付を受けている方 ※受験に際して配慮が必要な方は、応募の際にご相談ください

保 育 士 採用人数／若干名			
区 分	生年月日	資 格	
保 育 士	昭和59年4月2日以降	保育士の資格を有する方又は令和7年3月までに取得見込みの方	

新座市 LINE 公式アカウント
友だち募集中

欲しい情報を 選んで受け取れます

友だち登録▼

問合せ/シティプロモーション課 ☎048-424-9600

お困り事サポート
対象年齢：65歳以上の方

～作業内容～

- ☑家具の移動
- ☑電球交換
- ☑草むしり、剪定
- ☑スマホの設定、操作

その他お気軽にご相談下さい

料金 15分につき 660円

朝霞市東5-10-87 営業時間：月・火・水・木 9～17時 (09:30～18:00)

はほえみサポート朝霞店 TEL.FAX 090-2484-7509

創業22周年

有限会社 菅野補聴器

認定補聴器専門店・認定補聴器技能者在籍

【快適な補聴器選びのご提案】

朝霞市本町2-4-7 曾根田ビル1F

☎ 048-468-6638

うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人が親身にお答えします

まずはお気軽に仲人までご相談下さい

☎ 048-640-1001

結婚相談所ムスベル さいたま市大宮区下町1-6-2 TS-1ビル7階

INFORMATION



コブシ福祉基金へ
● 彰山 粧麗さんから10万円

令和6年能登半島地震災害義援金へのご協力ありがとうございました

市民の皆さまから多数の義援金をお寄せいただきました。この義援金は、日本赤十字社を通じて被災地にお届けしました。皆さまのご支援・ご協力に心から感謝申し上げます。

なお、日本赤十字社では、引き続き義援金の受付を行っています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

■ご協力いただいた皆さま

石神町会、大戸榮次、片山三丁目緑ヶ丘自治会、株式会社並木産業、旧新座第四サッカースポーツ少年団、社会福祉法人にぎ後援会、人格なき社団石神共有地、新堀三丁目町内会、新堀二丁目自治連合会、道場町内会、新座観音神護院、新座市建設業防災協力会、新座市民生委員・児童委員協議会、新座住宅町内会、パピヨン歌謡教室、ふるさと新座商店会、マレットゴルフ楽しむ会、令和6年能登半島地震被災者救援の会、老人クラブ石神会(敬称略・五十音順、6月21日現在)
※そのほか多くの皆さまからも、義援金をお寄せいただいています

▶ 問合せ / 福祉政策課 (☎048-424-4693)



9月10日～16日は自殺予防週間

ひとりで悩みを抱えていませんか？

問合せ 保健センター ☎048-481-2211

職場や学校、家庭での悩みごと、健康上の不安など様々なストレスで、苦しい気持ちになっていませんか。こころの不調を感じたときに、相談できる窓口があります。電話やLINEなど、自分に合った相談窓口を利用してみましょう。

相談窓口

埼玉県こころの電話

☎048-723-1447

月曜～金曜日(祝日、年末年始を除く)
午前9時～午後5時

こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570-064-556

24時間・365日

埼玉いのちの電話

(社会福祉法人埼玉いのちの電話)

☎048-645-4343

24時間・365日

LINEで相談 /

こころのサポート@埼玉

毎日・午後7時～11時
令和7年3月31日まで



▲LINEでの相談(友だち追加)はこちら

いのちの電話みんなのインターネット相談

入力フォームから相談内容を送信すると、約1週間後にメールで返信が届きます



▲インターネット相談はこちら



そのほかの相談窓口はこちら

こどものSOSサイン

悩みやストレスが大きくなり、こころがダウンしそうなおとき、様々なサインが現れます。いつもと違う様子に気付いてあげることが大切です。こどもから話を聞いてみましょう。

辛い症状が続いている場合には、専門家に相談してみることをお勧めします。

心のSOSが出る4つの面

睡眠 食欲 体調 行動



本の特集展示

自殺予防週間に合わせて、「ちょっとひと休み」をテーマに、こころが落ち着く本や絵本、写真集などの特集展示を行います。

▶ 期間 / 9月1日(日)～29日(日)

▶ 場所 / 中央図書館



▲令和5年度の展示の様子

■投票区別投票結果

投票所名	投票者数(名)			投票率(%)
	男	女	計	
大和田小学校	701	677	1,378	31.49
野火止小学校	947	998	1,945	30.93
石神小学校	622	641	1,263	28.81
畑中公民館	483	472	955	27.30
中央公民館	514	575	1,089	28.71
栗原六丁目集会所	669	666	1,335	30.13
東北コミュニティセンター	931	1,017	1,948	30.71
栄公民館	578	605	1,183	28.31
西堀・新堀コミュニティセンター	566	617	1,183	30.17
八石高齢者いきいき広場	476	518	994	30.67
北野ふれあいの家	825	801	1,626	29.59
新座市役所	682	735	1,417	31.81
新座小学校	469	522	991	34.99
新座ふれあいの家	544	621	1,165	32.44
池田小学校	650	683	1,333	26.71
石神集会所	681	763	1,444	30.58
野寺小学校	606	636	1,242	28.53
東野高齢者いきいき広場	724	795	1,519	32.49

投票所名	投票者数(名)			投票率(%)
	男	女	計	
総合運動公園管理事務所	197	212	409	26.80
あたご・菅沢集会所	209	228	437	32.96
片山集会所	557	624	1,181	26.02
大和田公民館	953	906	1,859	26.84
栗原小学校	471	464	935	33.72
新堀三丁目集会所	352	408	760	28.60
中野集会所	78	70	148	30.33
野火止八丁目集会所	645	667	1,312	30.56
東ふれあいの家	947	960	1,907	32.90
栄集会所	318	312	630	29.25
栗原公民館	572	596	1,168	28.82
馬場集会所	318	338	656	27.37
畑中会館	633	649	1,282	27.80
新堀ふれあいの家	475	507	982	30.14
野火止五丁目集会所	389	423	812	31.67
野火止中集会所	551	536	1,087	33.01
西堀集会所	462	460	922	27.12
合計	19,795	20,702	40,497	29.86

7月7日(日) 新座市長選挙の投・開票結果

投票者総数...40,497名
有効票...39,916票
無効票...581票
持ち帰り票...0票



■開票結果

(敬称略・得票順)

当落の別	得票数(票)	候補者氏名	政党等の名称
当	24,467	並木まさる	無所属
落	15,449	工藤かおる	無所属

問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎048-477-1475

朝霞地区一部事務組合だより

消防体験学習の参加者募集



▶日時／10月12日(土)、午前9時～午後0時30分
 ▶場所／新座消防署
 ▶対象／市内在住又は在学の小学4年生
 ▶定員／70名・抽選
 ▶内容／はしご車搭乗体験、煙中体験、消火体験、救助体験など
 ※雨天時は変更あり
 ▶申込み及び問合せ／8月5日(月)から26日(月)までに、県南西部消防局ホームページから又は往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、生年月日、学校名、クラス、保護者氏名(要押印)、緊急連絡先を記入の上、窓口若しくは郵送で新座消防署消防活動課(☎048-482-0119)へ

障害者支援施設すわ緑風園 会計年度任用職員の募集



▶募集職種／①支援員、②看護師(看護師又は准看護師免許を持つ方)
 ▶勤務時間／①週4日以内、②週3日以内、1日7時間45分※いずれも短時間勤務も可
 ▶勤務場所／同施設(和光市南2-3-2)
 ▶勤務内容／知的障がい者の①生活の介助及び支援、②健康管理及び看護
 ▶時給／①1,270円以上、②1,560円以上※条件を満たす場合、賞与の支給あり
 ▶選考方法／面接
 ▶申込み及び問合せ／随時、同施設(☎048-461-3028)へ

令和7年4月1日採用 すわ緑風園支援員の募集

▶1次試験日／10月20日(日)
 ▶勤務内容／施設利用者の生活・作業などの支援、入浴・排せつなどの介助
 ▶試験案内／すわ緑風園、新座・朝霞・志木・和光の各消防署及び朝霞地区一部事務組合ホームページで配布
 ▶申込み及び問合せ／9月2日(月)から11日(水)までに郵送(消印有効)又は2日(月)から13日(金)までに直接、同施設(☎048-461-3028)へ



▲すわ緑風園

花火を安全に楽しむために

火薬類を使用する花火は、ルールを守らないと大変危険です。次の点に気を付けましょう。
 ○遊び終わった花火は、水につけて完全に火を消してから捨てる
 ○花火を人や家に向けない
 ○燃えやすい物の近くで遊ばない
 ○一度にたくさんの花火に火をつけない
 ○途中で火が消えても、花火の筒先をのぞかない
 ○風が強いときは、花火をしない
 ▶問合せ／県南西部消防局予防課(☎048-460-0121)

■朝霞地区一部事務組合事務局

朝霞市溝沼1-2-27

☎048-461-2415

ホームページはこちら▶



■埼玉県南西部消防局

朝霞市溝沼1-2-27

☎048-460-0119

ホームページはこちら▶



睡眠障害



朝霞地区医師会 石井 和夫
 ☎048-464-4666

睡眠に関連した病気をまとめて睡眠障害といいます。症状としては、寝入りに時間がかかる、夜中に何度も目が覚める、朝早く目が覚める、寝ているときに息が止まり何度も目が覚める、日中の耐え難い眠気、大きな寝言、睡眠中に夢を見て暴れる、足がむずむずして眠れない、昼夜逆転して学校や仕事に行けない、少しずつ寝る時間が遅くなる、といったものです。

睡眠障害は大きく分類すると、①不眠症、②過眠症、③睡眠時随伴症があります。原因はストレス、生活習慣や睡眠環境のほか、精神疾患や身体疾患、アルコール、薬剤の副作用など様々です。睡眠障害は生活習慣病やうつ病といった病気や事故のリスクを高めることがあり、正しい診断、原因に応じた適切な生活指導や治療を受けることが大切です。

①不眠症は、睡眠障害のなかで最も多く、入眠障害(寝つきが悪い)、中途覚醒(眠りが浅く途中で何度も目が覚める)、早朝覚醒(早朝に目覚めて再び眠ることができない)があり、日中に倦怠感、意欲低下、集中力低下、食欲低下などが出現する疾患です。睡眠障害の方のうち約30～40%の人が、これらの症状を一時的に経験し、約10%の人が慢性的な不眠症です。不眠で悩む人の割合は、加齢に伴って増加し、60歳以上では約半数の方で認められます。眠れない日が続くと、「また眠れないのでは」という不安などで、更に不眠が悪化するという悪循環が生じます。

②過眠症は、日中に過剰な眠気が生じます。仕事や学習など日常生活に支障を来す場合は、病的と考えられます。ナルコレプシー、特発性過眠症などの疾患があります。

③睡眠時随伴症は、睡眠中に起こる異常な行動や体験を特徴とします。例えば、小児に多い睡眠時遊行症(夢遊病)や、悪夢、夜驚症、高齢者に多いレム睡眠行動障害などがあります。

その他、体内時計と環境のリズムが合わなくなる概日リズム睡眠障害や、夜間のいびきと無呼吸、日中の眠気、疲労感を伴う睡眠時無呼吸症候群、睡眠に伴って下肢を中心とした異常感覚が出現するレストレスレッグス症候群(むずむず脚症候群)など、専門的な検査が必要になる疾患もあります。

睡眠障害の治療では、体内時計を整えるため、まず生活習慣の見直し大切です。睡眠をとりやすい環境づくりとして、同じ時間に起きて、日中に日光を浴びるようにしましょう。また、寝室は照明を暗めにする、エアコンなどで室温を調節する、スマートフォンを持ち込まないようにする、就寝の1～2時間前に入浴することなどが推奨されます。適度な運動や規則正しい食事、寝る前の読書や音楽といったリラクゼーションも有効です。そのほかにも、夕方以降はカフェインの摂取を控える、過度なアルコール摂取を避ける、眠るために飲酒をしないことも大切です。無理に寝ることにこだわらず、眠れなければ寝床から一度出ることも勧められます。

それでも改善しない場合、睡眠薬による治療が一般的であり、日本では成人の5%が服用しています。最近ではメラトニン受容体作動薬やオレキシン受容体拮抗薬といった比較的安全性が高い薬剤も増えました。また、認知行動療法という心理療法も有効性が示されています。

OECD(経済協力開発機構)の2021年調査によると、日本人の平均睡眠時間は、7時間22分で加盟国33か国の中で最も短いという結果でした。令和6年2月に厚生労働省は新たな睡眠指針として、「健康づくりのための睡眠ガイド2023」を公開し、推奨する睡眠時間や生活習慣などを示しています。

睡眠には個人差がありますが、十分な睡眠を確保することは、心身の健康を保持し、生活の質を向上させるために重要です。睡眠での困りごとがあれば、まずかかりつけ医にご相談ください。

ふるさと納税返礼品 協力事業者 募集中

経費負担
ゼロ

ふるさと納税の返礼品として、製品やサービスを提供していただける協力事業者を随時募集しています。販路拡大にぜひご活用ください

詳しくはこちら▶



問合せ/シティプロモーション課
☎048-424-4686

随時募集

図書館雑誌スポンサー



図書館の雑誌の購入費用をご負担いただく代わりに、その雑誌の最新号のカバーに事業者の広告を掲載します。

▶問合せ/中央図書館
(☎048-481-1115)



詳しくはこちら▶

お住いの地域で くもんの先生を募集しています



KUMON

子どもたち、地域の未来をつくるお仕事です
55歳までの方を募集しています

先生のお仕事-説明会のお申込みはこちら▶



★説明会キャンペーン実施中★
8月9月の説明会にご参加いただいた方に、
もれなくAmazonギフトカード1,000円分をプレゼント!
株式会社教育研究会主催のイベントです。Amazon、Amazon.co.jp、
Apple StoreはAmazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

公文教育研究会 埼玉プランテックチーム
0120-834-414(平日9時～17時)
さいたま市大宮区桜木1-9-6 大宮センタービル2F

公共施設通信

- **当日**の記載のあるものは、当日直接受付です。
- 申込時間の記載のないものは、各施設の開館時間にお申し込みください。
- 費用の記載のないものは、無料です。

- **必要事項**と記載がある場合は、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・講座などの名称を記入の上、お申し込みください。
- イベント・講座で対象の記載がないものは、「市内在住又は在勤の方」が対象です。

図書館  

図書館 ホームページ  にいざ 電子図書館 

中央図書館
〒352-0011 野火止1-1-2 TEL 048-481-1115
開館時間…午前9時30分～午後6時

特集展示①夏休み! 対決シリーズ
アウトドア対インドア、②自由研究・歴代課題図書&図書館員オススメの本

日①8月1日(木)～31日(土)、②8月31日(土)まで
対②児童内①夏休みに「自然を満喫する」か「家で涼しく過ごす」かの、どちらのテーマの本の貸出しが多いか対決(9月に結果発表)、②夏休みに読んでほしい本

あなたのおすすめの本を教えてください

日8月1日(木)～31日(土)対市内在住又は在勤在学の方内図書館で所蔵している本の中から選んだ「おすすめの本」の推薦文を募集※応募作品は、館内や図書館ホームページで紹介申図書館ホームページから又は応募用紙(各図書館・図書室で配布)を窓口へ

おはなし会 **当日**

日毎週水曜日、午後3時30分から内紙芝居、絵本の読み聞かせ

あかちゃんタイム **当日**

日8月①14日(水)、②21日(水)、午前10時30分～正午場①福祉の里図書館、②中央図書館対2歳までの乳幼児と保護者内おすすめ絵本や図書館の紹介

夏のちょっとこわーいおたのしみ会

日8月18日(日)、午前10時～10時40分対小学生以上の方定30名・申込順内こわくて楽しい素話と絵本の読み聞かせ申8月1日(日)から窓口又は電話で

夏の平和映画会 **当日**



日8月10日(土)、午後2時から定30名・受付順内「勇気の花がひらくとき・やなせたかしとアンパンマンの物語」

福祉の里図書館
〒352-0013 新塚1-4-5 TEL 048-481-7070
開館時間…午前9時30分～午後6時

特集展示 あつい本

日8月1日(木)～9月29日(日)内「あつい」にちなんだいろいろな種類の本

夏休み工作会
なんちゃってスタンドグラスを作ろう



日8月3日(土)、午前10時30分～11時30分対小学校低学年定8名・申込順内スタンドグラス風の壁飾り申窓口又は電話で

夏休み こども一日図書館員



日8月7日(水)、午前10時～正午対小学3～6年生定8名・申込順内図書の貸出しや資料探しなどの体験申窓口又は電話で

①こども映画会、②映画鑑賞会 **当日**

日8月①17日(土)、午前11時から、②18日(日)、午後2時から内①「ムーミン 劇場版/ムーミン谷の夏まつり」(パペット・アニメーション)、②「カサブランカ」(洋画・字幕)

こども人形劇



日8月18日(日)、午後2時30分～3時対幼児～小学校低学年定50名(同伴者を含む)・申込順講人形劇団かもめくらぶ申8月4日(日)から窓口又は電話で

俳句募集中
8月のテーマ「踊(おどり・をどり)」

優秀句は館内に掲示、『現代俳句』誌上に掲載。

市民会館
〒352-0011 野火止1-1-2 TEL 048-481-1111
開館時間…午前9時～午後9時30分

およこde楽しむ夏休み企画
～思い出のアイスクリーム作り～



日8月7日(水)、午前10時30分～正午対小学生と保護者定15組30名・申込順内ドライカレーひとくち試食、アイスクリーム作り、食育クイズなど費1組1,000円申窓口又は電話で

夏休みホール探検ツアー

日8月11日(日・祝)、午前10時～11時対小学生定15名・申込順申窓口又は電話で

大ホールひとりじめ

日8月12日(月・休)・20日(火)・27日(火)、午前9時～午後9時内ホールで自分だけのコンサート体験費1区分(30分)750円(最長4区分)・申込順申8月2日(金)から電話で

ふるさと新座館
〒352-0011 野火止6-1-48 TEL 048-478-4523
開館時間…午前9時～午後9時30分

夏休みファミリー公演
「雨ふり小僧」

日8月17日(土)、午後2時開演(1時30分開場)定240名・申込順内少年モウ太と妖怪雨ふり小僧の友情や絆を描いた漫画家・手塚治虫氏の短編の舞台費全席指定2,500円、小学生以下1,000円申窓口又は電話で

スタインウェイを弾こう



日8月28日(水)、午前10時5分～午後4時30分対中学生以上の方内ホールを貸切りで演奏体験費1区分(60分)2,000円(1名につき1区分まで)・抽選申8月6日(火)・7日(水)午前10時～午後5時に窓口又は電話で

スポーツ協会
〒352-0022 本多2-1-20 TEL 048-482-2002

サイトでの申込みは同協会サイトへ 

湯ノ丸山トレッキングツアー

日9月3日(火)、午前6時に市民総合体育館集合(雨天決行)場長野県東御市対市内在住又は在勤の18歳以上で、健康に自信があり5時間程度歩ける方定40名・抽選内初心者向け日帰りトレッキング費6,600円(軽食代・保険代含む)申8月10日(土)までに同協会サイトから

ズンバ教室



日9月3日・10日、10月1日・8日・22日・29日、11月12日・19日・26日、12月3日・10日・17日の火曜日、全12回、午後7時30分～8時30分場市民総合体育館対市内在住又は在勤在学の18歳以上の方定30名・抽選内ラテン音楽で楽しむダンス系エクササイズ費5,280円(保険代含む、初日集金)申8月15日(木)までに同協会サイトから

ズンバゴールド体験教室
～初心者向け～

日9月14日・21日・28日の土曜日、全3回、午後1時30分～2時15分場市民総合体育館対市内在住又は在勤在学の18歳以上の方定30名・抽選費990円(保険代含む、初日集金)内ラテン音楽で楽しむ初心者向けダンス系エクササイズ申8月15日(木)までに同協会サイトから

市民スポーツ教室
ジュニアソフトテニス

日9月1日から毎週日曜日(通年)、9月・10月=午前7時～8時45分、11月～2月=午前8時～9時45分場市営西堀庭球場対市内在住又は在学の小学生費9,000円(保険代含む、初日集金)申8月15日(木)までに往復はがきに必要事項を記入の上郵送で

ジュニア硬式テニス
トーナメント大会

日9月①7日(土)・②8日(日)、午前9時～午後5時場市営栄庭球場対新座・朝霞・志木・和光市在住又は在学の小・中学生種目①小学生の部(リトルチャレンジャー、チャレンジャー、アドベンチャー)・男女別、②中学生の部(アドベンチャー)・男女別※種目の詳細は市テニス協会ホームページ(<http://www.niiza-tennis-ac.com>)を参照費①1,500円、②2,500円(保険代含む、当日集金)申8月16日(金)〈必着〉までに、同協会ホームページ又は往復はがきに必要事項と部門、種目、保護者の連絡先を記入の上郵送で

秋季バレーボール大会



日9月8日(日)、午前9時～午後5時場市民総合体育館対市バレーボール連盟登録チーム種目9人制女子の部申8月16日(金)までに電話で同連盟事務局・山本(☎090-5337-3303)へ

今月の本だな

勇気の花がひらくとき — やなせたかしとアンパンマンの物語 —



かけはし くみこ
梯 久美子/文
フレーベル館

この本は、正義のヒーロー「アンパンマン」の生みの親、やなせたかしさんの伝記です。

「アンパンマン」の作品が生まれたのは、やなせさんが50歳を過ぎてからでしたが、そのずっと前から彼の心の中にアンパンマンはいました。戦争では飢えに苦しみ、敗戦後にはこれまでの正義がひっくり返ってしまうのを目の当たりにし、自分は何のために生き残ったのか、「ほんとうの正義」とは何かをずっと考えていたのです。

やがて、漫画家として独立したやなせさんは、自分なりの正義を「アンパンマン」という作品に込めました。有名なテーマソングは、詩人でもあったやなせさん自身が作詞したものです。

やなせさんの生き方と優しい言葉で紡がれる詩に、生きる喜びや勇気をもらえる1冊です。

※中央図書館「夏の平和映画会」で、この本を原作にしたアニメーションを上映します。詳しくは同ページ参照

※所蔵館などは、中央図書館(☎048-481-1115)にお問い合わせください

- 「保育」の記載のあるものは保育あり。おおむね2歳以上が対象です。
- 公民館のイベント・講座で対象の記載がないものは、「市内在住又は通勤の方」が対象です。

公共施設通信

公民館

公民館・コミュニティセンターでは、部屋に空きがある場合、自習室として開放しています。詳しくは、各館にお問い合わせください。

野火止公民館

〒352-0011 野火止6-1-48 (ふるさと新座館内)
TEL 048-478-4523 開館時間…午前9時～午後9時30分

のびのびのびっ子絵本のお部屋 当日



日8月の毎週火曜日、午後3時30分～4時
対乳幼児～小学生(要保護者同伴)内絵本の読み聞かせ講のびっ子おはなし隊

やさしい「論語」を読む ～生活の中の論語～

日8月30日(金)、午後1時30分～3時30分
定30名・申込順内論語の解説と音読講漢文音読の会・古茂田彰男申8月2日(金)午前10時から電話で

デコパージュ講座 ～身近な小物をデコレーションで彩る～



日9月4日から25日までの毎週水曜日、全4回、午前10時～正午定10名・申込順内ペーパーナプキンなどをカットしインテリア小物に貼り付けて作品作り講クラフトマイスター・和田裕子費6,000円(材料代・各回1,500円ずつ集金)申8月2日(金)午前10時から電話で

歴史講座 中世の普光明寺と「鎌倉街道」



日9月6日(金)・13日(金)、全2回、午前10時30分～正午定30名・申込順講大東文化大学教授・宮瀧交二申8月3日(土)午前10時から電話で

百人一首を味わう



日9月7日(土)、午後1時～2時30分定40名・申込順講東洋大学教授・菊地義裕(同大学講師派遣事業)申8月3日(土)午前10時から電話で

イスに座ってダンス♪

日9月18日(水)・25日(水)、全2回、午後1時30分～2時30分定20名・申込順内簡単なステップで座ったままダンス講ダンスインストラクター・平岡舞申8月4日(日)午前10時から電話で

初級太極拳講座



日9月20日(金)・27日(金)、全2回、午後1時～3時定20名・申込順内動作、足の運び、整理体操など講太極拳を学ぶ会・鈴木雄二申8月4日(日)午前10時から電話で

大和田公民館

〒352-0004 大和田1-26-16 TEL 048-479-0517
開館時間…午前9時～午後9時30分 (日曜・祝日は5時30分まで)

大和田小さな家おはなし会 ～夏のおたのしみ会～ 当日

日8月2日(金)、午後3時30分～4時対どなたでも(幼児は要保護者同伴)内大型絵本、紙芝居、手遊びなど※変わり絵本をプレゼント講大和田小さな家

こどもK-POPダンス講座 ～楽しくK-POPを踊ろう～

日8月①17日・②24日・③31日、9月④7日・⑤14日の土曜日、全5回、①=午前10時～正午、②～④=午後1時～3時、⑤=午後3時30分～5時30分対小・中学生定20名・申込順講HipHop/パラダイス・RAICHI申8月1日(木)から窓口又は電話で

パソコン講座(初級) ～家計簿を作ってみよう～

日8月22日(木)・23日(金)、全2回、午前9時～正午定10名・申込順内パソコンの起動から簡単な表計算まで講黒江直行費150円(資料代)申8月2日(金)から窓口又は電話で

中央公民館

〒352-0024 道場2-14-12 TEL 048-479-2321
開館時間…午前9時～午後9時30分 (日曜・祝日は5時30分まで)

パソコン・サロン 当日 ～操作の疑問を解決します～

日8月13日(火)・27日(火)、午後1時30分～4時定各12名・受付順講パソコン指導者ボランティアサークル・パンボラいるか持パソコン※貸出し可

絵本の広場 当日

日8月17日(土)、午後3時～3時30分対幼児～小学生と保護者(大人のみも可)定20名・受付順内絵本の読み聞かせ、パネルシアター、紙芝居など講十二の会

ビートルズの魅力の探求! ～ビートルズはなぜ世代を超えて魅了し続けるのか～

日8月31日(土)、午後1時30分～3時30分定30名・申込順講ビートルズ研究家・藤本国彦申8月2日(金)から窓口又は電話で

初心者のためのオカリナ講座



日9月12日(木)・19日(木)・26日(木)、全3回、午前10時～正午対市内在住又は通勤の方定15名・申込順講鈴木恵美費1,100円(楽器購入代)申8月1日(木)から22日(木)までに窓口又は電話で

魅惑のアウトドア講座 ～ファミリーキャンプのノウハウを楽しく学ぶ～

日9月14日(土)、午前10時～午後1時場児童センター(雨天時は中央公民館)定8組(1組3名程度)・申込順内テントの設営や野外での料理など講特定非営利活動法人埼玉県キャンプ協会・並木あさみ費1組500円(材料代)申8月3日(土)から31日(土)までに窓口又は電話で

栗原公民館

〒352-0035 栗原3-8-34 TEL 042-423-6801
開館時間…午前9時～午後9時30分 (日曜・祝日は5時30分まで)

リトミック ～親子遊び～ 当日

日8月7日(水)、午前10時～11時対未就学児と保護者定10組20名・受付順講リトミックサークルまめちゃんズ・林篤子

おはなし会夏休みスペシャル 当日

日8月10日(土)、午後3時～3時30分定30名・受付順内読み聞かせ、紙芝居、パネルシアター、歌、手遊び、魚釣りゲームなど※プレゼントあり講おはなしグループほたる

丸山眞男 人と思想

日9月6日から27日までの毎週金曜日、全4回、午前10時～正午定30名・申込順講明治大学非常勤講師・金子元申8月8日(木)から窓口又は電話で

コスモス学級 ～懐かしい曲を楽しく歌いましょう～



▲上江理都氏(新座市観光親善大使)

日9月26日(木)、午前10時～正午定10名・申込順講コーラスサークル「ステラマリス」=上江理都、ピアノ=吉岡佑弥申8月29日(木)から窓口又は電話で

栄公民館

〒352-0013 新塚1-4-2 TEL 048-481-1101
開館時間…午前9時～午後9時30分 (日曜・祝日は5時30分まで)

パソコン・サロン 当日 ～操作の疑問を解決します～

日8月15日(木)、午後1時30分～4時定5名・受付順講パソコン指導者ボランティアサークル・パンボラいるか持パソコン※貸出し可

シニア向け スマホ入門講座

日8月27日(火)・28日(水)・29日(木)、全3回、午前10時～正午対60歳以上の方定12名・抽選内写真、メール、LINEの操作方法など講東京スマホ研究会・佐藤弥子申8月1日(木)から3日(土)までに窓口又は電話で

漢文講座「孟子を読む」 ～あなたの性は善か悪か～

日9月13日(金)・20日(金)・27日(金)、全3回、午後1時30分～3時30分定30名・申込順内孟子の思想(性善、王道、仁義)を学ぶ講漢文音読の会・古茂田彰男申8月13日(火)から窓口又は電話で

暮らしを彩る講座Ⅱ 保育 ～中秋の名月にお花を飾ろう～



日9月17日(火)、午前10時30分～正午定15名・申込順内中秋の名月に飾るフラワーアレンジメント講池坊華道会教授・二宮圭子費1,500円(材料代)申8月24日(土)から9月7日(土)までに窓口又は電話で

西堀新堀コミセン

〒352-0032 新堀1-5-9 TEL 042-492-4655
開館時間…午前9時～午後9時30分 (日曜・祝日は5時30分まで)

土曜日のおはなし会 当日

日8月3日(土)、午前11時～11時30分対幼児と保護者、小学生定10組・受付順講赤いりんご朗読会

わくわく♪ファミリーコンサート



日8月31日(土)、午前10時30分～11時30分対小学生以下の子どもと保護者定50名・申込順内クラシックや子どもも楽しめる曲、リトミックなど講フルート=降旗咲子・伊東絵美、ピアノ=柿沼清香申8月2日(金)から窓口又は電話で

わかると楽しい スマホでLINE

日9月5日(木)・12日(木)・19日(木)、全3回、午後1時30分～3時30分対60歳以上でスマートフォンの基本操作ができる方定12名・抽選講東京スマホ研究会・佐藤弥子申8月1日(木)から4日(日)までに窓口又は電話で

東北コミセン

〒352-0001 東北2-28-5 TEL 048-474-2577
開館時間…午前9時～午後9時30分 (日曜・祝日は5時30分まで)

コミセンおはなし会 当日

日8月の毎週金曜日、午後3時30分～4時対乳幼児(要保護者同伴)～小学生定各8組・受付順内読み聞かせ、手遊び、紙芝居など講ぼけっと ほか

東北コミセン絵本コーナー 当日 「マメゾウ文庫」～夏休みお楽しみ会～

日8月の毎週土曜日、午後1時～3時対乳幼児(要保護者同伴)～小学生内絵本を自分で探して読む、読み聞かせなど講絵本の読書会 ほか

■夏休みお楽しみ会

日8月24日(土)、午後1時から定10組・受付順内工作やゲームなど

文化講座 保育 ～紫式部と源氏物語～

日9月17日(火)・24日(火)、全2回、午前10時～正午定30名・申込順内紫式部の少女時代を「紫式部集」から、「源氏物語」を「紫式部日記」からひも解く講東京学芸大学名誉教授・石井正己申8月2日(金)から窓口又は電話で(保育は9月5日(木)まで)

シニア向けやさしいスマホ講座

日9月18日(水)・25日(水)、全2回、午後2時～4時対60歳以上の方定12名・抽選内電話やカメラ、アプリのインストール方法、安全に使うための基本操作講東京スマホ研究会・佐藤弥子申8月6日(火)から9日(金)までの午前9時～午後5時に窓口又は電話で

文学講座 森鷗外の歴史小説を楽しむ ～「阿部一族」の魅力を読み解く～

日9月19日(木)・26日(木)、10月3日(木)、全3回、午前10時～正午定30名・申込順内江戸時代初期の史実を基にした作品の解説講大妻女子大学名誉教授・須田喜代次申8月3日(土)から窓口又は電話で

公共施設通信

- **当日**の記載のあるものは、当日直接受付です。
- 申込時間の記載のないものは、各施設の開館時間にお申し込みください。
- 費用の記載のないものは、無料です。

児童センター・地域子育て支援センター

各センターの講座など詳しくはこちら▶



児童センター

〒352-0022 本多1-3-10 TEL 048-479-8822
開館日時…火曜～日曜日、午前9時～午後6時
(中高生タイム午後5時～6時)

いきもの観察会

日8月2日(金)、午前9時30分～11時**対**幼児～高校生(幼児は要保護者同伴)定20名・申込順**内**児童センター周辺に生息する生き物の観察講環境アドバイザー・吉野修弘**申**随時窓口又は電話で

- ① プラネタリウム **当日**
- ② 夏休みお楽しみプラネタリウム

日8月の①毎週土曜・日曜日、午前11時～11時30分、午後2時～2時30分(10日(土)は11時からのみ)、②8月30日(金)までの平日、午後3時～3時30分**定**各97名・受付順**内**①プラネタリウムドラえもん 宇宙の模型、②当日のお楽しみ

- ① かえっこバンク **当日**
- ② かえっこバザール

日①8月3日(土)・17日(土)、午後3時～4時、②9月1日(日)、午後2時～4時**内**①遊ばなくなったおもちゃに値段をつけてチケットに交換、②交換したチケットで買い物やゲームコーナーで遊ぶ**持**①遊ばなくなったおもちゃ、②おもちゃを入れる袋

■もったいないおもちゃを募集!
遊ばなくなったおもちゃを児童センターにお持ちください。かえっこバザールで出品します(チケットの交換はありません)。日8月7日(水)～23日(金)

かえっこ子ども店長会議

日8月4日(日)・18日(日)・25日(日)、全3回、午後1時30分～3時**対**小学3年生～高校生**定**10名・申込順**内**9月1日に開催するかえっこバザールの企画や準備**申**随時窓口又は電話で

- ① 星と音楽のひととき **当日**
- ② 星空観察会「月と夏の大三角」

日8月10日(土)、①午後2時～2時30分、②午後7時～8時30分**対**どなたでも(乳幼児は要保護者同伴)定各97名・受付順**内**①ポップス音楽を聴きながらプラネタリウムで星空観察、②屋上で星空観察(雨天時はプラネタリウムで解説)講新座星空クラブ

けやきの森保育園 地域子育て支援センター どんぐり

〒352-0035 栗原1-6-4 TEL 042-471-5652
開所日時…月曜～金曜日、午前9時～午後4時

ベビーヨガ

日8月13日(火)、午前10時から(30分程度)**対**首が座った乳児と保護者※産後の運動制限がない方**定**4組・申込順講浅利織那**申**8月1日(木)(2回目以降の方は5日(月))から窓口又は電話で

みどりの丘の保育園 地域子育て支援センター グラン・マ

〒352-0011 野火止5-11-40 TEL 048-203-0240
開所日時…月曜～金曜日、午前9時～午後4時
第4土曜:午後1時～2時

赤ちゃん広場

日8月8日(木)、午前10時30分～11時30分**対**乳幼児と保護者**定**10組程度・申込順**内**ふれあい遊び、手形アート作り**申**8月7日(水)までに窓口又は電話で

福祉の里児童センター

〒352-0013 新塚1-4-5 TEL 048-481-6477
開館日時…火曜～日曜日、午前9時30分～午後6時
(中高生タイム午後5時～6時)

かえっこバザール **当日**

日8月3日(土)、午後1時30分～4時**対**幼児から18歳までのこどもと保護者**内**おもちゃの交換会、こどもたちが企画したお店が並びお祭り

アトリエくらぶ ～糸かけアートに挑戦～



日8月9日(金)・23日(金)、午後2時～3時30分**対**小学生**定**各15名・申込順**内**段ボールの台紙に糸をかけて模様を作る**申**8月1日(木)から窓口又は電話で

ビブリオバトル **【福祉の里図書館と共催】**

日8月16日(金)、午後3時～4時**対**小学生**定**8名・申込順**内**お気に入りの本を紹介し合い、一番読みたい本を決める**申**8月1日(木)から窓口又は電話で

キッズ&パパ **【パパと一緒に水遊び】**

日8月18日(日)、午前10時30分～11時30分**対**乳幼児と父親**定**20名・申込順**内**工作と水遊び※おむつが取れていないこどもは水遊びパンツ着用**申**8月1日(木)から窓口又は電話で

おはなしオルゴール **【当日】** ～夏のおはなし会～

日8月22日(木)、午後2時～2時30分**対**乳幼児～小学生と保護者**定**20名程度・受付順

すぎのこ保育園 地域子育て支援センター つぼみ

〒352-0011 野火止5-18-21 TEL 048-202-6882
開所日時…月曜～金曜日、午前9時～午後4時

妊婦さんようこそ



日8月①5日(月)、午後2時～3時、②13日(火)、午後2時～3時30分**対**妊娠中の方と家族**定**各2組**内**①つぼみ見学会、②沐浴体験、保育園・幼稚園の話など**申**随時電話で

身体測定 **【当日】**

日8月20日(火)・21日(水)、①午前9時～11時30分、②午後1時30分～3時30分**対**乳幼児(20日(火)②は生後10か月くらいまでの乳児)

白梅第二保育園 地域子育て支援センター あすなろ

〒352-0011 野火止7-3-29 TEL 048-423-5025
開所日時…月曜～金曜日、午前9時～午後4時

あすなろランド **【当日】**

日8月19日(月)、①午前9時から、②11時30分から**対**2歳児以上の親子**内**①遊具遊び、②体操、読み聞かせ**持**水筒、タオル

栄保育園 地域子育て支援センター るーえん

〒352-0014 栄2-8-17 TEL 048-483-1263
開所日時…月曜～金曜日、午前10時～午後4時(日曜日は月1回原則午前中)

サイトでの申込みは運営法人サイトへ▶



パパママ学習会 **【栄保育園の一時保育】**

日8月30日(金)、午後2時～2時45分**対**乳幼児と保護者**定**8組程度・申込順**内**栄保育園の一時保育利用の説明会**申**8月1日(木)から窓口又は電話で

プレママパパじかん **【はじめてのいっぽ】**

日9月10日(火)、午後2時～4時**対**妊娠中の方と家族**定**2組・申込順**内**おむつ替え、沐浴体験など**申**8月1日(木)から電話又はサイト

光第二保育園 地域子育て支援センター りんご

〒352-0031 西堀1-3-15 TEL 048-485-9215
開所日時…月曜～金曜日、午前10時～午後4時

整体

日8月6日(火)・20日(火)、午前10時から(20分ずつ)**対**乳幼児の保護者**定**各5名・申込順**申**8月1日(木)午前11時～正午又は午後3時～4時に電話で

新堀保育園 地域子育て支援センター ぶんぶん

〒352-0032 新堀2-11-2 TEL 042-497-7176
開所日時…月曜～金曜日、午前10時～午後4時

おはなし **【当日】**

日8月8日(木)・14日(水)、午前11時から**対**乳幼児と保護者**内**絵本の読み聞かせ

児童センター 地域子育て支援センター セサミ

〒352-0022 本多1-3-10 TEL 048-479-8823
開所日時…火曜～土曜日、午前10時～午後4時

サイトでの申込みは運営法人サイトへ▶



くらぶOver37 **【当日】**

日8月14日(水)、午前10時30分～11時30分**対**おおむね37歳から40歳代で妊娠中又は乳幼児を子育て中の方**定**10組程度・受付順

プレママパパじかん **【はじめてのいっぽ】**

日9月14日(土)・28日(土)、午後2時～4時**対**妊娠中の方と家族**定**2組程度・申込順**内**おむつ替え、沐浴体験など**申**8月1日(木)から電話又はサイトで

山びこ保育園 地域子育て支援センター 山ゆり

〒352-0004 大和田4-18-53 TEL 048-478-8725
開所日時…月曜～金曜日、午前9時～午後4時

ベビーマッサージ&寝相アート撮影会

日8月19日(月)、午前10時30分から**対**生後2か月～1歳未満の乳児と保護者**定**8組・申込順**申**8月1日(木)から窓口又は電話で

すこやか保育園 地域子育て支援センター のびのび

〒352-0011 野火止4-14-12 TEL 048-480-5570
開所日時…月曜～金曜日、午前9時30分～午後3時30分

リトミック **【当日】**



日8月20日(火)、午前11時から**対**未就学児と保護者**内**楽器を使ったリズム遊び

児童センター・地域子育て支援センター 案内図



お住まいの地域にかかわらず利用できます

★印のセンターには、子育て支援コーディネーターが在籍しています(コーディネーターの詳細は、2ページ参照)



8月の相談いろいろ

※予定を変更する場合は、市ホームページでご案内します
※祝・休日を除きます。☎マークのあるものは予約制です

カテゴリ	相談名	日 ち	時 間	相 談 員	問 合 せ 及 び 場 所	
暮らし	☎法律相談	毎週火曜・木曜日	午前10時～午後3時	弁護士 ※8日(木)・22日(木)は、女性弁護士	地域活動推進課☎048-477-1583	
	☎8月1日(木)から 年金・社会保険・労働相談	8日(木)	午後1時～4時	社会保険労務士		
	年金・社会保険・労働相談会	11日(日・祝)	午後1時～4時	社会保険労務士	社会保険労務士会あさか支部☎042-477-3243 ※場所は朝霞市産業文化センター(朝霞市大字浜崎669-1)	
	☎8月1日(木)から 不動産相談	22日(木)	午後1時～3時	宅地建物取引士	(公社)埼玉県宅地建物取引業協会県南支部 ☎048-468-1717 ※水曜日・祝日・休日を除く	
	人権相談 (人権侵害、名誉毀損など)	22日(木)	午後1時～3時 (受付は2時30分まで)	人権擁護委員	人権推進室☎048-477-1513	
	行政相談 (国の行政機関などに関する苦情・要望など)	26日(月)	午前10時～正午 (受付は11時30分まで)	行政相談委員		
	消費生活相談 (日常生活での契約上のトラブルなど)	毎週月曜～金曜日	午前10時～午後4時	消費生活相談員	消費生活センター☎048-424-9162 消費者ホットライン☎188	
	多重債務相談					
	暴力団などに関する相談				危機管理室☎048-423-0978	
	犯罪被害者相談				市職員	
空き家に関する相談		午前8時30分～午後5時15分		建築審査課☎048-477-4519		
税金	市税などの納税相談	25日(日)	午前9時～午後3時30分	市職員	納税課☎048-477-1852	
		15日(木)	午後4時30分～7時			
		毎週月曜～金曜日	午前9時～午後4時30分			
☎8月1日(木)から 国税に関する税務相談	13日(火)	午後1時～4時30分	税理士	地域活動推進課☎048-477-1583		
子ども	ひとり親家庭等相談	毎週月曜～金曜日	午前9時15分～正午、 午後1時～4時45分	母子・父子自立支援員	こども支援課☎048-477-1548	
	子育て相談			家庭児童相談員	家庭児童相談室☎048-477-2865	
	教育相談・いじめ相談		午前10時～午後6時 (来談は5時まで)	教育相談員	教育相談室☎048-477-4152	
	こどもの発達に関する相談		午前9時～午後4時30分	臨床心理士、児童相談員、保育士	児童発達支援センター☎048-485-8921	
高齢者	高齢者に関する相談 (高齢者虐待、介護保険など)	毎週月曜～土曜日	午前9時～午後5時30分	高齢者相談センター職員	各高齢者相談センター(担当地区などは※参照)	
しごと	職業相談	毎週月曜～金曜日	午前10時～午後5時	職業相談員	新座市ふるさとハローワーク☎048-477-1859	
	☎就業相談	15日(木)	午後1時～4時	キャリアカウンセラー	産業振興課☎048-477-6346	
	☎経営相談【にいざビジネスサポート】	毎週月曜・水曜・金曜日	午後2時～5時	中小企業診断士		
健康・福祉	社協ふくし相談 (生活上の心配ごとなど)	毎週月曜～金曜日	午前9時～午後4時	社会福祉士など	社会福祉協議会☎048-480-5705	
	ボランティア相談 (ボランティアをしたい方・受けたい方対象)		午前8時30分～午後5時	ボランティアコーディネーター		
	障がいに関する相談 (障がい者の虐待・生活支援・差別など)		午前9時～午後4時30分	市職員、社会福祉主事	障がい者福祉課☎048-477-6891	
			午前9時～午後6時	相談支援専門員など	基幹相談支援センターえん☎048-456-6051	
	電話健康相談		午前9時～午後5時30分	相談支援専門員、 精神保健福祉士など	基幹相談支援センターにいざ生活支援センター ☎048-480-5153	
	成年後見制度に関する相談		午前9時～正午、午後1時～4時30分	保健師、栄養士など	保健センター☎048-481-2211	
	福祉総合相談 (福祉に関する困りごと、離婚、家族の問題など)		午前9時～正午(受付は11時30分まで) 午後1時～5時(受付は4時30分まで)	市職員	成年後見制度推進室☎048-423-2196	
	DV相談		午前9時～正午(受付は11時30分まで) 午後1時～5時(受付は4時30分まで)	福祉相談員など	福祉相談室☎048-477-1835	
	☎精神保健相談 (心の不調で悩んでいる方やその家族の相談)		22日(木)	午前8時30分～午後5時15分	女性相談支援員など	配偶者暴力相談支援センター☎048-485-8672
				午後1時30分～3時30分	精神科医	保健センター☎048-481-2211

※高齢者相談センター担当地区：東部第一(池田・道場・片山・野寺)☎048-480-5853、東部第二(畑中・馬場・栄・新塚)☎048-480-7808、西部(本多・あたご・菅沢・野火止一～四丁目)☎048-477-1707、西堀・新堀(西堀・新堀)☎042-497-8106、南部(石神・栗原・堀ノ内)☎048-487-8263、野火止五～八丁目(野火止五～八丁目)☎048-485-8936、北部第一(東北・東)☎048-486-5011、北部第二(中野・大和田・新座・北野)☎048-485-8587

8月の休日医療機関いろいろ

日曜日・祝日・休日に診療実施の医療機関 (午前10時～午後4時)

日 ち	市 域	診 療 所 名 (科 目)	電 話
4日(日)	朝霞	村山クリニック (内・循内)	048-471-1636
	新座	梅沢皮フ科クリニック (皮)	042-472-5118
11日(日・祝)	和光	和光クリニック (内・アレ・リウ)	048-468-2115
	和光	和光内科外科診療所 (内・外・皮・小・リハ)	048-466-2235
12日(月・休)	和光	田中医院 (内)	048-461-2060
	志木	志木駅前クリニック (内・循内・腎内・糖内)	048-473-8101
18日(日)	新座	玲子内科クリニック (内・消内)	042-421-8800
	新座	中島眼科 (眼)	048-479-1313
25日(日)	新座	中村クリニック (内・小・皮)	048-478-1327
	朝霞	ささい耳鼻科クリニック (耳)	048-450-3710

日曜日に診療実施の市内の整・接骨院 (午前9時～正午)

日 ち	整・接骨院名	電 話
4日	淵辺接骨院	048-479-7963
11日	長南接骨院	048-280-6501
18日	いちかわ整骨院	048-201-0808
25日	吉田接骨院	048-477-6867

医療に関する情報サービス

○埼玉県救急電話相談(大人・小児)

#7119(☎048-824-4199)

24時間対応で、急な病気・けがの対処方法や受診の必要性について、看護師が相談に応じます。(一部対象外の相談あり)

※小児の相談は、#8000(☎048-833-7911)のご利用も可能です

○精神科救急情報センター

☎048-723-8699

夜間や休日に、精神疾患のある方及び家族からの緊急の相談を受け付けます。



埼玉県 AI救急相談
病院に行くか迷ったとき
などご活用ください



▲朝霞地区薬剤師会ホームページから確認できます

特別編集 広報にいざを ささえる人たち

広報にいざは、市民の方の力をお借りしながら毎月発行しています。縁の下の力持ちの皆さんをご紹介します。

最高の一枚を求めてカメラを構える

市民カメラマン

平成18年発足。季節の風景や市のイベントなどを撮影し、広報にいざへの掲載や記録資料として活用しています。現在、9名の市民カメラマンが活躍中です。

※活動中は、腕章を付けて撮影しています

フォトギャラリー

4~6月の
イベントなど

4月 跡見学園女子大学の桜



(撮影：岩元 元子さん)

4月17日 平林寺半僧坊大祭



(撮影：山本 登さん)



(撮影：吉田 紀生さん)

4~5月 公民館・コミセンまつり



(撮影：佐瀬 智さん)



(撮影：島村 正壽さん)



(撮影：池上 麻矢さん)

6月 野火止ホテルの里



(撮影：前田 尚宏さん)

6月2日 福祉フェスティバル



(撮影：岩井 章弘さん)



(撮影：細川 将太さん)

5年ぶりに開催!

市民カメラマン 写真展

▶日時/9月3日(火)~9日(土)
曜・日曜日を除く、午前10時~
午後5時(3日(火)は午後2時から、
9日(月)は4時まで)

▶場所/市役所市民ギャラリー

▶問合せ/シティプロモーション課(☎048-424-9600)

視覚障がい者の“目”として広報を読む

音訳グループ 花だいこん

昭和52年に発足して、今年で47年目です。広報にいざや社協だよりなどを読み上げ(音訳)、視覚障がいのある方へ録音したCDを配布しています。

文章を正確に読むだけでなく、視覚障がい者の目として「聴いて分かる」ようにするために、写真やイラストも声で届けています。

グループ名の由来の「花だいこん」という花は、春に咲く薄紫色のかわいい、けれどもたくましい花です。この花のように、メンバーが力を合わせて、活動しています。



▲音訳した「声の広報にいざ」は、市ホームページで視聴できます。また、中央図書館でCDを貸し出しています(CDの再生には、パソコン又は専用の再生機器が必要)。



録音は
真剣勝負!



録音した内容を一つひとつ聞き直し、発音や誤りがないか確認します。分かりにくいところがあれば、その部分を録り直し、編集しています。



市ホームページ▶

アプリで広報紙が読めます▶

れきしてらす通信

年中行事を学ぼう②

意外と知らない「お盆」の由来や伝統などを学んでみませんか。

■8月の展示「お盆」



▶期間／8月1日(木)～31日(土)

■「お盆」展示解説

▶日時／8月17日(土)、午前10時～11時、午後2時～3時※当日、直接受付

▶講師／市学芸員

企画展示：新座の考古学
～発掘調査ってなんだ?～

市内には約100か所の遺跡があります。発掘調査で出土した土器などを通じて、考古学や発掘調査の仕組みを解説します。

また、期間限定で、土器に触れるコーナーを設置します。

▶期間／8月1日(木)～9月26日(木)

■展示解説・触れる展示

▶日時／8月1日(木)～10日(土)、23日(金)～25日(日)、午前10時～正午及び午後1時～3時



コラム

地中に眠る文化財

市内には数多くの文化財が存在していますが、土の中に眠っている「埋蔵文化財」(遺跡)を知っていますか。

埋蔵文化財は、古墳・住居跡などの遺構や土器・石器などの遺物のことで、遺跡ともいいます。地中にある遺構・遺物は、文字のない・文字に残らない時代の暮らしを教えてくれる貴重な痕跡です。



▲古墳時代の住居跡

では、遺跡はどのような場所にあるのでしょうか。市内の代表的な遺跡として、黒目川の両岸に広がる片山地区の嵯峨山遺跡や市場坂遺跡、柳瀬川の両岸に広がる大和田地区の新開遺跡や大和田カミ遺跡などがあります。

いずれの遺跡も、水に近い場所にあり、当時の人々は川や湧水を使

って生活していたことが伺えます。

何百年・何千年前の人々の痕跡は、発掘調査を経て現代の私たちの目に触れることになります。



▲発掘調査の様子

発掘調査の流れや方法は、8月から開催する「新座の考古学～発掘調査ってなんだ?～」展の中で解説します。

皆さんが普段生活している足元にも、埋蔵文化財が眠っているかもしれません。展示を見て、当時、この地に住んでいた人々の歴史を掘り起こしてみませんか。

問合せ 歴史民俗資料館 (☎048-481-0177)

※8月の休館日は、毎週月曜日、11日(日・祝)、30日(金)



雨天時の対応など、詳しくは各町内会にお問い合わせください。※市ホームページにも随時掲載しています

▶問合せ／地域活動推進課(☎048-477-1583)

■8月の催し

主催	行事名	日時	場所
栗原一丁目町内会	夏まつり	3日(土) 午後4時～8時	栗原小学校 ※
道場町内会	道場町内会夏祭り	18日(日) 午後4時30分～8時	新座セントラルキッズパーク ※
マーテルヒルズ自治会	マーテル祭り	24日(土) 午後3時30分～8時	マーテルヒルズ(駐車場なし)
北原町会	夏の北原祭り	25日(日) 午後3時～7時	石神小学校 ※

●柳瀬川ふれあい祭りは中止です

フォトギャラリー

国際ロボット競技会「FIRST LEGO League」
世界大会に出場



児嶋晴さん(第六中学校2年)が市長を訪問し、「FIRST LEGO League」全国大会で総合6位に入賞し、オーストラリアで開催される世界大会に出場することを報告しました。

市役所第三庁舎増築棟が開所



市の福祉業務の一部を社会福祉協議会に委託し、より専門性の高い市民サービスの提供を目指すため、市役所第三庁舎を増築しました。今後は、地域福祉の拠点として活用していきます。

野火止用水散策と旬のブルーベリー狩り



7月6日(土)に、市観光ボランティアガイド協会の主催で開催しました。れきしてらすの見学後、緑あふれる野火止用水の遊歩道を、観光ボランティアガイドの解説を聞きながら散策し、旬のブルーベリー狩りを楽しみました。

(市民カメラマン・岩元元子さん撮影)

読者アンケートのプレゼントを提供いただけるお店を募集中です!

広報紙を通して商品のPRをしてみませんか。詳しくはシティプロモーション課(☎048-424-9600)へ

読者アンケート
今月のプレゼント

防災グッズに最適! /

LED懐中電灯

(抽選で5名に)

今回は、シンプルで使いやすいLEDライトをプレゼント!

形もコンパクトで持ちやすく、雨の中でも使える防滴仕様です。単4電池3本付きで、いざというときにすぐ使えます!



パナピット うめつ

創業57年目になるまちの電気屋です。信頼される電気屋をモットーに、お客様の困りごとや希望に寄り添った対応を心掛けています。家電の購入や修理、リフォームや補聴器の購入など、お気軽にご相談ください!

【所在地】野寺3-2-13 ☎048-479-5951

【営業時間】午前9時～午後7時

【定休日】毎週水曜日、第1・3木曜日



◀パナピットうめつホームページ



アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で、市内のお店などのオススメ品をプレゼントします。当選者にプレゼントの引換券を送付しますので、お店などで引き換えてください。

※当選者の発表は、引換券の発送をもって代えさせていただきます

▶読者アンケート／①今月号で良かった記事、②取り上げてほしい内容やコーナー、③広報にいざをどこで手に取りましたか(自宅、市ホームページ、アプリ(マチイロ)、公共施設、駅、そのほか)、④そのほか広報にいざへのご意見・ご感想

▶申込み及び問合せ／8月20日(木)までに、市ホームページの入力フォームから又ははがきに住所、氏名、電話番号及び読者アンケートを記入の上、郵送でシティプロモーション課広報係(☎048-424-9600)へ



▲入力フォームはこちら

掲載希望の方は市ホームページ又はシティプロモーション課(☎048-424-9600)へ

市内サークルなどの
会員募集・催し物 情報を
市ホームページに掲載!

詳しくはこちら

新座市公式アカウント

市公式X(旧ツイッター) アカウント名「@Niiza_city」

市公式フェイスブック ユーザーID「@niiza.saitama」

市公式LINE アカウント名「@niizashi」

YouTube 新座市公式チャンネル

人口と世帯

◎人口 166,326人 (男 82,776人 女 83,550人) (+44人(男+38人、女+6人))※前月比

◎世帯数 79,968世帯(+73世帯) [7月1日現在]