





新座市は2025年11月で 市制施行55周年

No.1091



こどもや子育て世帯を社会全体で支える「こどもまんなか月間」の取組の1つとして、 児童虐待防止への関心と理解を深める運動を行っています (詳しくは3ページをご覧ください)。

江戸時代前期に開削された野火止用水は、市内で大きく4つの 流れに分かれています。そのうちの1つである陣屋堀は、現在 の水道道路に沿って旧川越街道方面に流れていました。

この陣屋堀は、高崎藩の陣屋に飲用水を供給するため、野火止 一丁目17番地内で更に分岐する流れになっていました。陣屋が あったとされる場所は、付近が窪地であることから、水路の勾配 を確保するために土を高く盛り、その上に水を通していました。

この築堤が、江戸時代の土木技術の高さを伝える重要な遺構 であることから、令和6年8月に市の文化財(史跡)に指定しまし た。

※築堤周辺は、現在住宅地です。見学の際は近隣住民への配慮 をお願いします

※文化財保護のため、築堤には登らないでください

問合せ/歴史民俗資料館(☎048-481-0177)

## びとめょうすいじんやぼりちくていいこう 火止用水陣屋堀築堤遺構」を 比財に指定しました

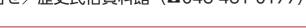


◀野火止用水 陣屋堀築堤遺構 (白線部分)





▲そのほかの 指定文化財は こちら





◀案内図

#### 新座市はSDGsを推進しています









問合せ

#### 福祉政策課 **2**048-424-4693

# DVのこと 知っていまずか?

### DVとは?

DV(ドメスティック・バイオレンス)とは、家族 や恋人など、親密な関係にあるパートナーか らの暴力のことです。令和6年3月に内閣府 が公表した調査では、女性の約4人に1人、 男性の約5人に1人が、配偶者から身体的・ 心理的・経済的・性的のいずれかの暴力を受 けたことがあるという結果が出ています。

また、こどもがいる家庭では、家族が暴力 を受けているのを見たり、こども自身も暴力 を受けたりすることで、こどもの心や体に影 響が表れ、その影響が将来にわたって続くこ とがあります。

大声で怒鳴る

殴る、蹴る

避妊に協力しない

物に当たって脅す

例えば…

こんなことはありませんか?

借りたお金を 返さない

他の人と仲良く すると責める

交友関係や電話・メール などを制限する





友達と会うことを やめさせる

行動や服装などを 細かく指示する

交際相手からの暴力も  $DV(\bar{r}-PDV)$  です

デートのお金を 支払わない

相手が望まない 性行為をする

# 4月から 開設しています/ ひとりで悩まず、小さなことでもご相談ください

### 市配偶者暴力相談支援センター

電話や面談で相談ができます

日 時 毎週月曜~金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分

相談員 女性相談支援員など

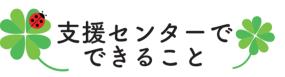
問合せ ☎ 048-485-8672





#### 相談や 相談機関の紹介

緊急時の 安全確保



#### 保護命令とは?

加害者が被害者などに近づくことを法的に禁止することができます。 被害者につきまとったり、住居や勤務先などの付近を徘徊したりす ることを禁止する接近禁止命令や、被害者と共に住む住居から退去す ることを命令する退去等命令があります。

※保護命令を行うには、裁判所への手続が必要です

保護命令制度の 案内

自立に向けた制度や サービスなどの案内

### こちらでも相談できます



#### 法律相談(面談·予約制)

每週火曜·木曜日 ※毎月第2・4木曜日は、女性弁護士

市役所 場所

問合せ 地域活動推進課 **2** 048-477-1583

男性のための電話相談 ※男性臨床心理士が対応

時 毎月第 1·3 日曜日 午前11時~午後3時

問合せ 県男女共同参画推進センター **☎** 048-601-2175



#### 女性弁護士による無料法律相談 (面談•予約制)

問合せ 県男女共同参画推進センター **2** 048-600-3800



#### 性犯罪・性暴力被害者のための ワンストップ支援センター

**☎** #8891

※発信場所の最寄りの同センターに接続

期間限定で受付時間を延長



### 女性の人権ホットライン

日 時 11月13日(水)~19日(火) 午前8時30分~午後7時 (16日出・17日日)は、午前10時~午後5時)

#### ☎ 0570-070-810 (相談専用)

担当者 法務局職員、人権擁護委員

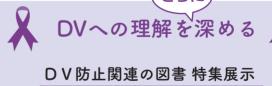
**問合せ** さいたま地方法務局人権擁護課

**2** 048-851-1000



緊急時は迷わず 110 番通報を!





期間 11月1日金~30日生

場所 中央図書館



#### パープルリボンパネル展

日時 11月20日(水)~26日(火) 平日、午前9時~午後5時

場所 市役所市民ギャラリー

内容 市配偶者暴力相談支援センターの 紹介など



▲昨年の展示の様子





#### こども支援課 問合せ **2048-424-9161**

社会全体の課題として、児童虐待防止に取り組みましょう。

### 児童虐待とは?



保護者などが、こどもに対して意図的に苦 痛や不快感をあたえる行為をいいます。たた くなどの暴力だけではなく、こどもを放置する、 心を傷つける言葉や行為、しつけと称した体 罰なども虐待です。

虐待は、こどもの心や体に深い傷を残し、そ の回復には長期間の治療やケアが必要です。

#### 市内の虐待相談件数

#### (令和5年度初回相談件数)

全てのこどもは、安心できる環境で、心も体も健やかに育つ権利があります。



心理的虐待 116件 言葉による脅し、無視、 きょうだい間での差別的扱い、 こどもの前での夫婦喧嘩や暴力

2 身体的虐待 62件

殴る、蹴る、 激しく揺さぶる、 やけどを負わせる、 一室に拘束する など 3 ネグレクト 31 件

(育児放棄) 家に閉じ込める、食事を与えない、 病気でも病院に連れて行かない、 衣服などを不潔なまま放置する、 自動車の中に放置する など

4 性的虐待 5件

こどもへの性行為、 性行為を見せる、 ポルノグラフィの被写体にする など

### まずはご相談ください

#### 児童虐待かもしれないと思ったら…

- 児童相談所全国共通ダイヤル
- ☎ 189 (24時間365日) ※お住まいの地域の児童相談所につながります
- 所沢児童相談所
  - **3** 04-2992-4152

月曜〜金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分〜午後6時15分

- 県虐待通報ダイヤル
- (24時間365日)
- ●市こども支援課

#### ● 新座警察署

**2** 048-482-0110 (24時間365日)



#### **2** 048-424-9161 月曜~金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分

▲詳しくはこちら

(県ホームページ)

#### 子育てや親子関係に悩んだら…

●親と子どもの悩みごと相談@埼玉

県内在住で、子育てに悩む保護者や、虐 待に悩むこどもがLINEで相談できます。 月曜~金曜日 午前9時~午後9時 午前9時~午後5時 土曜·日曜日、祝日 (年末年始を除く)



▲相談はこちら (県ホームページ)

### (祝日、年末年始を除く)

ます

合せ

保育課

保

育

0 4

後児

| 童保育室は2月下旬

に郵送し 治明、放

d.jp※受信確認と返信は、平日の午 ○Eメール相談/soudan@spec.e

前9時~午後5時

**5** 048-822-7007

毎日午前10時30分~午後6時

子どもスマイルネット

こどもや保護者、祖父母など、どなたで

月曜~金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分

話果通知

育

園は

令和フ

年

户 27



オレンジリボン運動は、児童虐待のない社 会を目指す運動です。リボンのオレンジ色は、 こどもたちの明るい未来を表しています。

#### オレンジリボン・児童虐待防止展示

期間 11月18日(月)~29日(金)

場所 市役所市民ギャラリー前

#### オレンジライトアップ

彩の国オレンジライトアップ運動に合わせ て、市役所の樹木をオレンジ色にライトアップ します。

申請受付は11月2日月

必

着〉まで 入室 育室

生活、医療、介護などの資金※内容

▼内容/就学支度、修学(学費など)

保育園·放課後児童保

令和7年4月1日入所

期間 11月1日金~29日金



#### ●市保健センター **3** 048-481-2211

月曜~金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分~午後5時15分

#### 市家庭児童相談室

も電話で相談できます。

**2** 048-477-2865

#### ▼はいしが も 29 √提出及び問令 現況届の提出を 給付課( る方、 ま 令和フ へ※4日回は午 す。 です。 は ※児 ,年1月以降も 048-424 、現況届の 現在の受 合せ 、必要 前 8 書類:

フ月以降に新規 (童扶養手当を 提出 給者 申 寅 請した方 安新手続) 受給して には通知

引き 続き受給

か月~6か月の乳児に多く、まれに

こ存じですか?

とり親家庭等医療

||

7

048-423-2

/ 3 5)

9

放

課

後児童保

くなる原因不明の病気です。生後2

た乳幼児が、眠っている間に突然亡 乳幼児突然死症候群(S-DS) 乳幼児突然死症候群は、元気だっ

▼問合せ/県青少年課(☎048-8 30-2907)

こちら

電子申請(24時間対

ください

**※** 詳

くは申請案内をご

郵送・

※各保育施設·出張所

ぐ 本

の受付不

請書類を市役所

庁舎2階

○保護者専用/☎048-556-0 3192又は#7300 ○18歳以下専用/☎0120-85-

育相談 (24時間365日対応) 相談・通報してください。 気が付いたりしたら、一人で悩まず ■よりそうみんなの電話・メール

いじめを受けていたり、いじめに



窓口

.月13日例

から25日側

#

で (土曜・

曜

日を除く)の午

·前 9

時

# 11月はいじめ撲滅強調月間

▼問合せ/こども支援課(☎048-により限度額などが異なります ▼対象/母子家庭の母、父子家庭の

父、寡婦、父母のいない20歳未満の

# 母子·父子·寡婦福祉資金貸付制度

ŧ

教

時

30分から

▼問合せ/保健センター(☎048-

481-2211

を

直接こど

961

○できるだけ母乳で育てる ○周囲でたばこを吸わない 出金から

あおむけで寝かせる

率が低くなると言われています。

次の点に気を付けることで、発症 歳以上の幼児も発症します。



お 知 5 せ

# 11月1日は市制施行記念日

## 周年を迎えます。 なりました。令和6年で市制施行54 目の市として、新座町から新座市に 昭和45年11月1日に、県内で30番

481-2211)

6752) ▼問合せ/総務課(☎048-481

# 市民説明会 (仮称)三軒屋公園等複合施設

三軒屋公園及び東北コミュニティ

施設整備推進室(☎048-485 説明します。 る同複合施設の基本計画見直し案を センターの敷地に整備を検討してい ▼問合せ/(仮称)三軒屋公園等複合 ▼日時/11月30日出、午前10時から **・場所**/東北コミュニティセンター

## 計画への意見を募集 (パブリックコメント)

康づくり行動計画・第2次新座市食 育推進計画·第2次新座市歯科口腔 いき新座1プラン(第3次新座市健 保健推進計画) (素案) ▼意見を募集する計画/第3次いき

ある方又は法人など、計画に利害関 は在勤在学の方、本市に納税義務が 報コーナー、各公民館・コミュニテ ▼ **意見を提出できる方**/市内在住又 ィセンター及び市ホームページ ▼案の公表/保健センター、市政情

郵送若しくはファックス(048-4 までに、市ホームページの入力フォ ▼提出方法/11月1日 金から30日出 ムから又は書面(書式自由)を窓口

82-6811)で秘書広聴課へ ください。提出する方の住所、氏名 ▼留意事項/意見は日本語で書いて

> 所在地、名称及び代表者の氏名)を 記入してください。 (法人などの場合は主たる事務所の

提出者の氏名、住所は公表しません。 れに対する市の考え方を公表します ▼結果の公表/提出された意見とそ 問合せ/保健センター(☎048

# 市制施行55周年記念プロジェクト 寄附でご支援を



附のご支援をお願いします。所得税 が参加し、楽しめる記念事業を企画 年を迎えることから、市民の皆さん 内在住の方も寄附できます。 や住民税の寄附金控除の対象で、市 しています。事業の実施に向け、寄 市では、令和7年に市制施行55周

▼寄附募集期間/1月5日回まで 目標額/200万円

ルマグネットをプレゼント。一定の シティプロモーション課へ持参 には、返礼品も進呈 金額を寄附した市外在住の個人の方 ※寄附者全員にゾウキリンオリジナ **▼寄附方法**/ふるさと納税サイト ふるさとチョイス」から申込み又は



▲寄附はこちら (ふるさとチョイス

**2**048-424-4686) ·**問合せ**/シティプロモーション課

係がある方

# 令和6年第4回市議会定例会

77-7346) (案)は市ホームページに掲載 問合せ/議会事務局(☎048-4 開会日/11月27日/8%会期日程

# 11月はケアラー月間

解と協力の輪を広げるため、イベン 護や支援をする方(ケアラー)への理 こころや身体に不調がある方の介

# ■ケアラーパネル展

の午前8時3分~午後5時15分 場所/市役所市民ギャラリー前 **日時**/1月1日 例から15日 金まで

# ■ケアラー川柳の募集

24-4693)

**▼問合せ**/福祉政策課(☎048-4

します。受賞作は市ホームページな 介護や認知症に関する川柳を募集

5万5千350円又は3万6千86

# 令和5年度いきいき健康部長賞

押す息荒らし きゃしゃな夫

課(☎048-424-5186)へ ページ、窓口、各公民館などで配布、 記入の上、窓口又は郵送で介護保険 任意様式も可)に必要事項と川柳を 〈必着〉までに、応募用紙(市ホーム 申込み及び問合せ/11月29日金 対象/市内在住又は在勤在学の方

# 市役所周辺の渋滞にご注意を 紅葉シーズンの

ら12月上旬までの予想です。ご理解 とご協力をお願いします。 ます。渋滞のピークは、11月下旬か 11月中旬から紅葉シーズンを迎え

▼問合せ/シティプロモーション課 **2**048-424-4686)

# 新座市遺族会会員の募集

のため、会員を募集しています。戦 どの入会も可能です。 没者の妻や遺児のほか、孫や曾孫な 戦没者の遺族の親睦や福祉の増進

▼申込み及び問合せ/福祉政策課 **3**048-424-4693)

# 祉

# 特別児童扶養手当の支給

級の一部、②療育手帳舎・A及びB どもを家庭で養育し、令和5年中の の有無にかかわらず対象の場合あり ③精神障がいがある※障がい者手帳 身体障がい者手帳1級・2級及び3 所得が一定額未満の方=①おおむね 同程度の障がいがある20歳未満のこ ▼**支給額**/こども1名につき、月額

申請及び問合せ/障がい者福祉課

**3**048-424-8180)

# 障がい児福祉手当の支給

# |特別障がい者手当

場合あり)※本人及び家族の所得制 5の方や難病の方なども対象になる 上継続して病院などに入院中の方は ず審査するため、一部の要介護4・ 方(障がい者手帳の有無にかかわら 日常生活で常時特別な介護を要する (知的を含む)の重度の障がいにより ·対象/2歳以上で、身体又は精神 施設に入所中及び3か月以

一障がい児福祉手当

①・②と同程度の障がいがある(障が ③精神障がいや内部障がいなどで 場合あり)※本人及び家族の所得制 いを支給事由とした年金受給者は対 い者手帳の有無にかかわらず対象の に該当する方=①身体障がい者手帳 ▼対象/20歳未満で、次のいずれか -級及び2級の一部、②療育手帳の 施設に入所中の方及び障が

▼**支給額**/月額1万5千690円

· 保険

▼対象/次の①~③のいずれか又は

特別障がい者手当・

▼支給額/月額2万8千840円

**3**0570-003-004)

## 取壊しや新・増築をし 未登記の建物の た方へ

ます。次に該当する方は、課税課に 年1月1日現在の所有者に課税され 固定資産税及び都市計画税は、毎

▼申請及び問合せ/障がい **2**048-424-8180) < 者福祉課



# 税理士の無料税務相談 談会



~午後4時30分(受付は4時 ▼日時/11月15日金、午前な 10 時 30 分 まで)※

▼場所/朝霞市産業文化センター

住の方 (朝霞市大字浜崎669-1 ▼対象/新座·志木·朝霞·和光市在

5-0025) < 士会朝霞支部事務局(☎048-46 ▼申込み及び問合せ/関東信越税理

納税の手間が省けます。普通徴収(個

人納付)は原則年4回支払ですが、

## 全額が社会保険料控除 国民年金保険料は の対象

を、日本年金機構から送付します。 |険料 (国民年金保険料) 控除証明書 年末調整や確定申告に必要な社会

登録をした方には、紙の控除証明書 付した方=令和7年2月上旬に送付 ら9月3日までに納付した方=10月 希望する場合は、問合せ先に 日から12月31日までに今年初めて納 は届きません。紛失などで再発行を んきんネット]から電子送付希望の ▼留意事項/マイナポータルの「ね 下旬以降に送付、○令和6年10月1 ▼送付時期/○令和6年1 にご連絡 月1日か

▼問合せ/ねんきん加入者ダイヤル

## 市税などの納期

国民健康保険税 5期 5期 介護保険料 後期高齢者医療保険料 5期

納期:12月2日(月)

ご連絡ください。 ○新・増築をして、表題登記をしてい をしていない ○登記物件を取り壊して、滅失登記 ○未登記の家屋を取り壊した 5521) ▼問合せ/課税課(☎048-42 事業者の方へ

# 従業員の個人住民税は「特別徴収」で納税を

原則、パート・アルバイトを含む全 があります。税額の計算は市が行う ため、事業所での計算は不要です。 ての従業員から特別徴収を行う義務 住民税の特別徴収をしてください。 特別徴収にすると、従業員の方の 所得税の源泉徴収とともに、個人

▼問合せ/課税課(☎048-424 9601)

1回当たりの納税額の負担が軽くな 特別徴収は毎月(年12回)支払のため、

# 所得税及び復興特別所得税

予定納税(第2期分)をお忘れなく

ていただく制度です。 分の1相当額を納付期限までに納め 額が15万円以上の場合、原則その3 などに基づき計算した予定納税基準 予定納税とは、前年分の確定申告

67-2211※自動音声案内) ▼**問合せ**/朝霞税務署(☎048-4 納付期限/12月2日月

### ORMATION

### 費用の記載がない講座などは、無料です。

# くらし

ご注意を

問したり、電話をかけてきたりする を行う」とかたる業者が、自宅を訪 との相談が増えています。 市が委託した漏水などの調査の場 「市の委託で、水道や下水の調査

ありません。 ・問合せ/水道施設課(☎048-4

また、委託業者が電話をすることは 帯していますのでご確認ください。 合、業者は市が発行した身分証を携

77-5798)、下水道課(☎04 8-477-1489)

## 野火止用水クリーンデー 参加者募集



▼集合場所/市民総合体育館 ▼日時/12月7日出、午前9時30分 11時30分(小雨決行)

でに電子申請で、シティプロモーシ 加者に記念品をプレゼント ▼内容/野火止用水の清掃活動※参 ▼申込み及び問合せ/11月15日 金ま ▼定員/10名程度・申込順

ョン課(☎048-424-4686)

▲電子申請は

# にいざまち美化パートナーの募集

随時募集しています。 行う、にいざまち美化パートナーを ボランティアで公道などの清掃を

6769)

市の委託をかたる業者に 環境 道の清掃や植樹帯の管理ができる。 県道などの100m以上の区間の歩 ▼支援内容/ボランティア保険の加 体、学校、企業、町内会など、○市道、 ▼対象/次の要件を全て満たす団体 )月1回程度の活動ができる ○10人以上で構成している住民団

どの支給※集めたごみは市で収集 ▼問合せ/環境課(☎048-424 ^、清掃用具の貸与、ごみ袋・軍手な

2621

# 冬の節電にご協力を

○カーテンなどで窓から熱が逃げな 20度を目安に設定する 範囲で節電をお願いします。 です。生活や経済活動に支障がない いようにする ○暖かい服装を心掛け、暖房は室温 冬の電力使用のピークは朝と夕方

品を入れ過ぎないようにする ○使っていない電気製品は主電源を ○冷蔵庫の温度設定を「中」にし、

○使っていない部屋の照明は消す ▼問合せ/環境課(☎048-481 ○照明をLEDに取り換える

# 飲用井戸をご利用の皆さまへ

山5号井(野寺二丁目)で、有機フッ 暫定目標値(1リットル当たり5ナ 素化合物(PFOS及びPFOA)の い、片山4号井(野寺四丁目)及び片 ノグラム)を超える値が検出されま 市の井戸水(原水)の水質検査を行

えた井戸の近隣で井戸水をご利用の 全に利用できます。暫定目標値を超 暫定目標値を下回っている井戸から ▼問合せ/環境課(☎048-481 方は、飲用をお控えください。 のみ取水しているため、水道水は安 現在、該当の井戸の運転を停止し

# · 高齢者

# 高齢者住宅「長寿荘

入居決定/12月中旬

入居者募集(2次募集

·場所/西堀1-5-36 入居開始/1月6日月(予定)

現在居住している民間の賃貸住宅の れている、○市内に1年以上居住し ている、○自立して日常生活を営む 建て替えなどで、立ち退きを要求さ 件を満たす方=○ひとり暮らし、○ ことができる 対象/6歳以上で、次の全ての要

年の収入額に応じて決定) **▼募集戸数**/3戸(単身世帯用) 家賃/月額3万~6万5千円(前

した場合は、2次募集は行いません。 1次募集で入居者が決定(11月中旬) 課(☎048-477-6890)へ※ でに必要書類を直接、長寿はつらつ 申込み及び問合せ/11月29日金ま

# 放射性物質の測定結果

※市内在住又は在勤の方に、空間放 ▼測定結果/水道水(7月1日採取

▼問合せ/環境課(☎048-481

射線量測定機器を貸し出します

# 無料合同相談会 地元の社会保険労務士による

~午後4時30分(受付は4時まで) (朝霞市大字浜崎669-1) ▼場所/朝霞市産業文化センター **日時**/1月15日織、午前10時30

ラブル、成年後見など※地元税理士 による税務相談も同時開催 内容/年金や社会保険、職場のト

8-461-5105) < 険労務士会あさか支部・堀川(☎04 ▼申込み及び問合せ/埼玉県社会保

演芸大会



▼場所/市民会館 ▼日時/1月7日休、

8-477-6890 \*問合せ/長寿はつらつ課(☎04 ・内容/舞踊、歌などの発表

ター[えがおの里](☎048-477 時から、9日は2時まで)、②8日金 後4時 (4日は2時3分まで) から14日休までの午前9時3分~午 での午前9時~午後4時(5日は1 ▼日時/1月①5日
○から9日
○ま 場所及び問合せ/①老人福祉セン

申請書の請求は代理人でも可 郵送及び代理人による申込みは不可。

# シニア世代対象就職面接会



**▼場所**/志木市民会館仮設会議室 ▼日時/11月19日以、午後1時30分 ~3時3分(受付は1時~3時)

(マルイファミリー志木8階) ・定員/100名・申込順 対象/おおむね55歳以上の方

門コード41#)へ 朝霞(☎048-463-2233・部 申込み及び問合せ/ハローワーク

彩愛クラブ新座(老人クラブ連合会)

午前9時45分

老人福祉センター

# サークル作品展示会

※定員に満たない場合、期間 込順で受付。窓口又は電話 陝課(☎048-424-51 で介護 8 6) \ 保 申



接受付 ▼日時/1月2日出、①午前 時、②午後2時~3時※当 日時 直

 $\mathbf{Q} \cdot \mathbf{r} \cdot \mathbf{D}$ 

ナイッキー

集会所 ▼場所 /①池田·前原集会所: **②片山** 

▼内容/人生会議(ACP)や介護相池田·片山·野寺·道場地区在住の方 談、骨密度測定会

ナイキでナイスな部屋探し

・賃貸・売買

TEL0120-719-554

埼玉県知事 (4) 第20548号 (公社)全国宅地建物取引業保証協会反員 埼玉県知事許可(般一2)第68596号

不動産のことなら地元のナイキへ

00)、②福祉の里老人福祉・ [元気の里](☎048−45 (A048-481-500A) - 0 3 1 1) · 第二老人福祉 セン 8-セン 33 9

## 簡単!いきいき脳チェ 脳体力トレーナーCogl デック Evoで

~正午、午後1時3分~4 · 日時/12月10日以、午前0 の時30 分

**▼場所**/市役所

▼定員/70名·申込順 ▼対象/市内在住の65歳以  $\overline{\mathcal{O}}$ 方

-)111、午前10時3分~午後4株式会社日本旅行(☎048-64861)日巛までに電話又は電子申請で、▼申ジみ入て見た。 ▼申込み及び問合せ/11月6日(水か診断不可。健康長寿ポイントの対象えて認知機能をチェック※認知症の えて認知機能をチェック※認知· ▼内容/タブレット端末で問題 時3分、土曜・日曜日を除く へ车











Ø−(☎048-480-58

▼問合せ/東部第一高齢者相談セン

講

座

# デジタルスタンプラリー 新座めぐり

のGPS機能を使ってスタンプを集 め、応募後に賞品と交換※通信料は ポット(16か所)で、スマートフォン ▼内容/市内に設置したスタンプス **▼期間**/1月1日金~1月2日金

分まで

10

.時~正午※予約不要、原則1人30日時/11月6日份・20日份、午前

月6日份:20日份、

キリングッズの詰め合わせ 加賞、○スタンプ3個=抽選でゾウ ▼賞品/○スタンプ1個=全員に参

の説明など

▼共催/同銀行、トレンドマイクロ

店(野火止5-2-28)

**▼場所**/株式会社武蔵野銀行新座支

▼内容/スマー

トフォンの基本操作

※公共交通機関をご利用ください

対象/小学1~3年生と保護者

▼定員/3組(1組2名)・申込順

内容/ボールを投げる・捕る、バ

▼場所/十文字学園女子大学グラウ

ンド〈雨天時は、同大学記念ホール)

1



こちら

▲詳しくは

の混雑状況は、同銀行新座支店(☎

☎048-424-9163)※当日

▼問合せ/デジタル市役所推進室

ットで打つなどの動きに親しむ

株式会社

048-477-6211)

▼参加方法/専用サイト から

▲参加は こちら (11月1日公開)

## ▼問合せ/シティプロモーション課 (**2**048-424-4686) 人権講演会

▼場所/保健センター

11時30分

· 日時/12月9日周、午前9時25分

ココカラー腸活のすすめ

ココカラダ・プログラム

カデミーのコーチほか

申込み/1月2日/8までに、同大

ムページの申込フォームで

▲申込みはこちら

(同大学

11月14日(木)

午前10時~11時

栗原一丁目公園

黒目川通り周辺

どなたでも

なし

南部高齢者相談センタ

**2**048-487-8263

フォーム(TJUP)、新座市

11月30日(±)

午前10時~正午

新座ふれあいの家

新座二丁目ふれあい公園 主に新座・北野・大和田

中野地区在住の方

20名・申込順

北部第二高齢者相談センタ

**2**048-485-8587

▼講師/ライオンズベースボー

学、埼玉東上地域大学教育プラット

主催/埼玉西武ライオンズ、同大

▼対象/18歳以上65歳未満の女性

▼定員/20名·申込順

内容/腸内環境を整えるための運

▼問合せ/同大学地域連携推進

課

(**2**048-477-0958)

医療・介護の市民講座

■模擬訓練の開催予定

日時

象 対

定員

申込み

及び

問合せ

場 所

もしものときを迎える前に~



動と食事の話

ら25日別までに電話で、保健センタ

(A048-481-2211) \

申込み及び問合せ/11月7日休か

開演(開場は1時) ▼日時/12月7日出、午後1 畤 30分

▼定員/200名・申込順※定員に **場所**/市民会館

~足元からの健康づくり~

日時/12月7日出、午後2時

健康講座

の人権標語などの表彰式 題した演奏と講演、市内小・中学生 満たない場合は、当日入場可 ▼内容/「愛と優しさで人は育つ」と

**▼場所**/市民会館

対象/市内在住又は在勤在学の方

場所/あたご・菅沢集会所

▼講師/アイリッシュハープ奏者

ツ課(☎048-477-1498)へ ら窓口又は電話で、生涯学習スポー ▼申込み及び問合せ/1月1日金か

でに、市社会福祉協議会(☎048

▼申込み及び問合せ/11月29日金ま

▼講師/靴内環境歩行改善協同組合

▼定員/36名·申込順

対象/市内在住の方

定員/70名·申込順

必要事項

スマホよろず相談窓口 480-5706)ホームページの申 込フォー

※受講者にエンディングノートを進



## ▲申込みはこちら (同協議会 ホームページ)

親子野球体験イベント

日時/12月14日出、午後1時

窓□又は電話で、介護保険課(☎0

前10時から29日箘までに電子申請 ▼申込み及び問合せ/11月1日銀生

ら電話で、地域活動推進課

▼申込み及び問合せ/1

内部11 新に日間をです。

料、出入り自由

▼費用/300円

国際交流協会事務局(☎048-47

7-1583) <

com)

ファーマーズマーケット

会事務局 (onozawa8623@gmail.

▼問合せ/にいざマルシェ実行委員

# 満たない場合は、申込期間を延長 48-424-5186)へ※定員に

ます 験を通して、認知症への理解を深め 迷い人への声掛けや通報の模擬体

野火止用水公園、②ふるさ

と新座館

野菜、花などの販売

内容/市内の農業団体による新鮮 場所/市役所本庁舎1階ロビー

▼問合せ/産業振興課(☎048-4

▼場所/①野火止ふるさと広場及び

▼内容/②太鼓、ロックバ

1,"

など

24-9605)

▲電子申請 はこちら

# 認知症高齢者見守り模擬訓練

▲電子申記 はこちら

午後5時

午後3時〈雨天中止〉、②午前1時~

日時/12月8日(1)午前10時~

▼日時/11月13日/w·27日/w、午前

10時~午後1時(売り切れ次第終了)

①フリーマーケット、②音楽

木ライブ

新座市役所

にいざマルシェ 楽フェ

## ボランテ 国際交流デー

ィアまつり

すぐそこ 新座発見ウォーキング

がありますので、公共交通機関を プンテラス※駐車場の台数に限り ▼場所/市役所駐車場・市民オー 〈荒天中止〉 ご利用ください



200円)

# NIFA ドイツのクリスマス

▼日時/12月1日出、午後2時

▼日時/12月19日休、午後1時

3

▼**定**員/30 あいまっしょません 学生以上の方 30名・申込順

第49回収穫祭

市内農家の方が出品す

販売、市 る野菜や ①新座快適みらい都市

市民まつり

ケアを前もって考える大切さを学ぶ く生きるために、自分が望む医療や 内容/これからの人生を自分らし わるフル ら、伝統菓子シュトーレンを楽しむ 内容/ドイツのクリスマスにまつ トなどの演奏を聴きなが

内農業団体などの模擬店 果物、草花などの品評会と

▼時間/午前9時3分~午後3時 ②国際交流デー

ドイツ・中国の料理(ピパルカック、 売、音楽演奏、ダンスなどの発表 フランクフルト、ちまきなど)の販 友好(姉妹)都市のフィンランド・

③ボランティアまつり

④すぐそこ新座発見ウォーキング 福祉関係団体の活動紹介や体験 テーマに、ボランティアグループ、 アトムスタンプウォーク(参加費 新座駅からスタートする、鉄腕 「つなげよう!人と人との輪」を

78-0055) 福祉協議会(☎048-480-5 新座市国際交流協会事務局(☎0 行委員会事務局(☎048−424 706)、④市商工会(☎048-4 48-477-1583)、③市社会 適みらい都市市民まつり収穫祭実 ▼問合せ/①産業振興課内新座快 -9605)、②地域活動推進課内

### 6

▼費用/②500円※中学生以下無

### **RMATIO**

### 費用の記載がない講座などは、無料です。

安全・安心

## ② Jアラート全国 一斉情報 伝達試験 防災行政無線の訓練放送 1緊急地震速報

どで中止の場合あり ▼日時/11月①5日巛=午前10時頃 ▼内容/防災行政無線で、次の内容

音〉→「緊急地震速報。大地震です。 います」→〈緊急地震速報チャイム ざです。ただいまから訓練放送を行 ます」→〈チャイム〉 大地震です。これは訓練放送です ①⟨チャイム⟩→「こちらは防災にい いざです。これで訓練放送を終わり ※3回繰り返し→「こちらは防災に

のテストです」※3回繰り返し→「こ ②(チャイム)→「これは」アラート ちらは防災にいざです」→〈チャイ

▼問合せ/危機管理室(☎048-4 /7-2502)

# 消防連合点検



▼日時/11月16日出、午前8時~正

**▼場所**/新座防災基地 、内容/朝霞地区4市の消防団員に

規律の点検、ポンプ車操法など 23-2573) ▼問合せ/危機管理室(☎048-4

よる礼式、機械器具、人員服装及び

# 者

# 企業版ふるさと納税でご支援を

です。最大で寄附額の約9割が法人 に、税制上の優遇を受けられる制度 援税制)とは、企業が寄附を通じて、 市の地方創生の取組を応援した場合 企業版ふるさと納税(地方創生応

合は対象外、○1回当たり10万円以 ▼留意事項/○本社が市内にある場 ▼募集期間/令和7年3月末まで

税などから軽減されます。

上の寄附が対象※寄附の相談を随時

▼問合せ/シティプロモーション課 受け付けています

**2**048-424-4686)

# 学校給食物資納入業者の

資の納入を希望する事業者の申請を 定期的な検便が必要 者も申請が必要です。※納入業者は、 受け付けます。令和6年度の納入業 令和7年度中に、学校に給食用物

で配布)を直接、学務課(☎048-炒~15日蛍に市ホームページ、窓□ ▼申請及び問合せ/11月11日別から 477-6972) 日 金までに、申請用紙 (1月5日

# 取引に関する新しい法律が施行 フリーランス事業者との

業などの発注事業者との間の取引の る法律 (フリーランス・事業者間取引 ▼目的/○フリーランスの方と、企 適正化等法)」が施行されます。 事業者に係る取引の適正化等に関す 令和6年11月1日に、「特定受託

適正化、○フリーランスの方の就業 問合せ/埼玉労働局雇用環境・均

等部指導課(☎048-600-62

### 献 血



分~2時3分、②3時3分~4時30

/①畑中公民館、②大和田公

481-2211)

# 初回献血

の方と一緒に来場し、それぞれが献 血を申し込んだ場合、記念品を進呈 献血経験がある方が、献血未経験

次第終了

▼対象/県内在住の方

**2**048-684-1511)

# 事務員(会計年度任用職員)の募集

午前9時~午後4時(月14日以内)

勤務場所/市役所(課税課)

·時給/1干111円

貼付)、職務経歴書を窓口又は郵送で 人事課(☎048-424-8125) ・申込み及び問合せ/履歴書(写真

スポーツ

▼日時/11月21日休、①午後1時30

▼場所

▼主催/①畑中地区献血会、②大和

▼問合せ/保健センター **2**048

# お友達&ご家族紹介キャンペーン

▼期間/11月30日出まで※なくなり

は県内を巡行する移動採血車 ▼場所/県内フか所の献血ルー

▼問合せ/県赤十字血液センタ

▼任用期間/令和フ年1月~3月 勤務時間/月曜から金曜日までの

**募集人数**/5名程度

ソコン入力など ▼業務内容/住民税の申告資料のパ

5日)※具体的な時間は、配属先で 朝・夕それぞれ2時間程度(週5日) 時30分~午後0時15分、②日曜日、 分~午後5時のうち7時間30分(週 ④月曜から金曜日までの午前8時30 日までの午前7時~午後7時のうち のうち6時間以内、③月曜から土曜 祝・休日の午前8時~午後6時30分 時間3分(週4日)又は6時間(週5 の午前8時3分~午後5時のうちフ 日)、土曜日(年4回程度)の午前8 ▼勤務時間/①月曜から金曜日まで

第一·第二·西堀·北野·新座保育園 ▼募集園/①全園、②新座保育園、③

③資格不問、④看護師資格を持つ方、▼対象/①・②保育士資格を持つ方、

④保健業務、保育補助 ▼業務内容/①·②保育、③保育補助

# 税務署のアルバイトの募集

5時までのうち、4~7時間程度 までのうち、1~3か月間程度 ▼任用期間/令和7年1月から3月 ▼業務内容/パソコン入力、窓口案▼募集人数/60名程度 勤務時間/午前8時4分から午後 **勤務場所**/朝霞税務署

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



▼**募集人数**/各若干名

357円、④1千804円※条件に より期末・勤勉手当の支給あり ▼時給/①·②1千311円、③1千

貼付)、資格証の写しを窓口又は郵 送で、保育課(☎048-477-63 ▼申込み及び問合せ/履歴書(写真

# 求人企業合同面接会

時(受付は、正午~午後3時) 市大宮区桜木町1-フ-5) ▼日時/11月2日金、午後・ ▼場所/ソニックシティ(さ 30 1 份。 いたま 4

業予定で、インターンシップ 3年以内の方、○令和8年3 を令和7年3月に卒業予定又は既卒 ▼対象/○大学·短期大学·専門学校 )に参加

市園呂

176

▼持ち物/履歴書 (複数枚)

リフォームのことなら、なんでも アクティブにおまかせください₹

洗面所

〒352-0001 埼玉県新座市東北 1-10-2

**2048-470-1818** 

キッチン

内装

求人企業情報を来場者に配布 ▼問合せ/同協議会(☎04 **| 清か | 一分のである。** 策協議会ホームページに掲載予定 企業名は、開催2週間前に県雇用 ▼その他/予約不要、入退場 8-6 · ※参加 申

▼時給/1千120円又は ▼申込み及び問合せ/12月 貼 9 十 1

霞市本町1-1-4)で、朝霞 窓口又は郵送(〒351-860 総務課(☎048-467-2 2 1 税務署 朝

〈必着〉までに、履歴書(写真

を (月)

# パーソナルカラーで印象アップ女性向け就職支援ウェブセミナー

▼日時/12月16日月、午前10

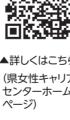
時~正

▼**定員**/130名·申込順 対象/就職を希望する女

**■内容**/就職活動やイベントなど ナルカラーを学ぶ などで

のホームページで ンター(☎048-601-5 ▼申込み及び問合せ/11月1 則9時30分から、県女性キ 8 リアセー日金午 1 0





### 創業22周年 菅野補聴器 認定補聴器専門店·認定補聴器技能者在籍

有限会社

【快適な補聴器選びのご提案】 朝霞市本町2-4-7 曽根田ビル1F

**25** 048-468-6638







朝霞市溝沼5-15-9

**ACTIVE** 

やっぱり

株式会社

アクティブ

家が書

## 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。 当日参加できる パソコン・サロンを 実施しています。

詳しくはこちら▶



#### 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

#### 小さな防災フェスタ 当日 〜地震と大雨から身を守る〜

■11月10日(日)、正午~午後2時**定**120名・受付順**内**水消火器体験、防災グッズ暗記クイズ、防災の話**講**市危機管理室職員

## 世代をつなぐ交流講座 ~フロアで行うカーリング(カローリング)を楽しもう~

■11月①23日(土・祝)・②30日出、全2回、午後1時30分~3時30分**対**小学生以上の方**定**30名・申込順内①ルールの説明とカローリング体験、②グループに分かれて試合講特定非営利活動法人埼玉県レクリエーション協会申11月2日出午前10時から電話で

#### 親子で考えるおこづかい講座



■12月8日(日、午後1時30分~3時対小学生と保護者定15組・申込順内お金の賢い使い方と貯め方講消費生活専門相談員中11月3日(日・祝)午前10時から電話で

#### \_体も地球もよろこぶ!! 米粉deおかしづくり体験

日12月14日出、午前10時~正午**対**18歳以上の方**定**20名・申込順**内**食物アレルギーの話と野菜を皮ごと使った米粉のお菓子作り**講**十文字学園女子大学健康栄養学科学生費500円(材料代)申11月2日出午前10時から電話で

#### シニアのためのボランティア事始め

■①12月20日金、②1月10日金、全2回、午後1時30分~3時**対**50歳以上の方**定**20名・申込順**内**地域活動を始めるためのポイントやヒントを学ぶ**講**①県共助社会づくり課職員、②市社会福祉協議会**申**11月4日(月・休)午前10時から電話で

#### のびっ子おはなし隊のクリスマスおはなし会

■12月21日仕、○午後1時30分~2時15分、○3時~3時45分<mark>対</mark>乳幼児(要保護者同伴)~小学生**定**各12組・申込順**内**ギター演奏、大型絵本、ペープサートを使った読み聞かせ**講**のびっ子おはなし隊**申**11月3日(日・祝)午前10時から電話で

#### 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)

#### 子育て応援講座 〜親子で作ろうクリスマス飾り〜

■12月14日(出、午前10時~正午**対**幼児 ~小学生と保護者**定**10組・申込順**内**押し 花や葉などでクリスマスの飾り作り**講**葉っ ぱの杜美術館・石山努**費**500円(材料代) ■11月12日(火から窓口又は電話で

#### クリスマスおはなし会 ~くるくるクリスマスツリー作り~

■12月14日出、午後2時~2時45分**定**20 名・申込順**講**おはなしオルゴール<mark>車</mark>11月 13日似から窓口又は電話で

#### 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 (四曜-祝日は5時30分まで)

#### 絵本コーナー「マメゾウ文庫」 当日

■11月の毎週土曜日、午後1時~3時対乳 幼児(要保護者同伴)~小学生内絵本の読み聞かせなど(23日(土・祝)は紙芝居屋さん体験など)講絵本の読書会ほか

#### **晩秋の自然ウォーク**~自然や歴史と ふれあいながら、黒目川の源流を訪ねよう~

■11月22日(金)、午前9時30分~午後0時30分〈雨天中止〉定15名・申込順内黒目川の源流さいかち窪から川沿いを歩き、神社・旧跡や自然観察を楽しむ〈小平駅集合、東久留米駅解散〉講市観光ボランティアガイド協会申11月1日(金)から窓口又は電話で

## 健康教室 保育 ~腸を元気にしよう!~

■11月26日(火、午後2時~3時**定**20名・申 込順(保育は8名)内便秘・消化管のしくみ、 腸内細菌の働き、座ってできるおなか体操 など講東京ヤクルト販売株式会社おなか マスター申11月2日(土)から窓口又は電話 で(保育は15円(金まで)

#### 日本一のコーヒーバリスタと楽しむ 至福のひと時 保育

**日**11月28日休、午前10時~正午**定**12名・申込順(保育は8名)**内**サイフォン式のコーヒーの淹れ方とテイスティング**講**Kondo Coffee Šťand・近藤寛之**費**1,500円(材料代)**申**11月7日(株から窓口又は電話で(保育は19日(火まで)

### 趣味の講座 保育 ペチ作りクリスマスリースを飾ろう~

日12月6日金、午後1時~3時**定**20名・申 込順(保育は8名)講アクセサリークリエイター・長竹裕子費1,500円(材料代)申11 月12日似から26日似までに窓口又は電 話で

#### シニア向けスマホ入門講座

■12月7日()・14日(土)・21日(土)、全3回、午前9時30分~11時30分対市内在住又は在勤の60歳以上の方定10名・抽選内メール、LINE、セキュリティ対策など講東京スマホ研究会・佐藤弥子申11月5日(火から8日)金までの午前9時~午後5時に窓口又は電話で

#### 栗原公民館

#### リトミック 〜親子遊び〜 当日

■11月6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

#### みそ汁講座 ~みそ汁を作って味比べ~

■11月30日仕、午前10時~正午定5名・申込順講保谷味噌・保谷隆司費100円(材料代)車11月9日仕から窓口又は電話で

#### 子ども将棋講座

■12月7日出、午後2時~4時**定**10名・申 込順**講**栗原五丁目将棋囲碁の愛好会**申** 11月15日織から窓□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)

## メイクアップ講座 ~今から始める 大人のメイクアップの基本~

■11月19日(火、午後2時~4時**対**市内在 住又は在勤在学の方**定**15名・申込順**講**株 式会社メイクアンリミテッド・土方俊平**申** 11月1日 金から12日 火までに窓口又は電 話で

#### 第30回人形劇フェスティバル

■12月1日(日)、①4歳以上=午前10時~午後0時10分、②1~4歳=午前10時25分~11時**定**①50名、②30名・申込順**内**① 赤ずきん、②にげだしたパンケーキ など申11月2日(出から窓口又は電話で

## スマホサポーター養成講座 ~スマホを通じて地域で支え合いませんか~

■12月4日から25日までの水曜日、全4回、 午後2時~4時**定**16名・申込順内スマート フォンやアプリの使い方、サポーターの心 得など講東京スマホ研究会・佐藤弥子申 11月6日州から窓口又は電話で

### 仏教生誕の地インドの宗教と文化を知る 〜仏教衰退の謎とヒンドゥー教の世界〜

■12月7日(出・14日(出、全2回、午後1時30分~3時30分**定**30名・申込順**講**東海大学准教授・川尻道哉申11月5日似から窓口又は電話で

### 畑中公民館

〒352-0012 畑中1-15-58 TEL 048-478-5411 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)

#### いつもの食材で手軽に作ろう! 冬の簡単薬膳ごはん

■11月21日(お、午前10時~午後1時**定** 16名・申込順内参鶏湯風スープなど**講**ままごとキッチン・前田純子**費**1,000円(材料代)申11月2日(出から窓口又は電話で

#### 歴史街歩き ~文京区をめぐる~

■①11月26日(火、午後1時~2時30分、②12月5日(水、1時30分~4時30分〈現地集合・解散〉、全2回対市内在住又は在勤の60歳以上の方定15名・抽選内①公民館で学習、②現地で学習講学習院大学講師・林東洋申11月1日)金から6日(火までに窓口又は電話で

#### 布絵講座 保育 〜縮緬で作るまねきねこの額飾り〜

■11月29日金、12月6日金、全2回、午前 10時~正午**定**10名・申込順(保育は2名) 講手芸家・土屋ふさ子費500円(材料代) 申11月2日出から窓口又は電話で(保育は 16日出まで)

#### 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 (□曜・祝田は5時30分まで)

#### 歴史講座 ~日本の科学史を彩った 埼玉の女性科学者たち~

日11月27日(水、午前10時~正午**定**40名・ 申込順**講**大東文化大学教授・宮瀧交二**申** 11月1日)金から窓口又は電話で

#### かがやき塾 II ~大和田寄席と民謡ミニコンサート~

■11月28日(水)、午前10時30分~正午<mark>定</mark>50名・申込順<mark>講</mark>立川ういん、尊秀会<mark>車</mark>11月2日出から窓口又は電話で

#### お正月飾りにも使える クリスマスリース

■12月10日(火午前10時~正午**定**15名・申込順**講**フラワーデザイナー・和田三恵**費** 2,000円(材料代)申11月5日(火から窓口又は電話で

#### 冬の歴史さんぽ ~電力王・松永安左立門の 旧別荘(柳瀬荘)を訪ねる~

■12月13日金、午前9時30分~午後0時30分〈小雨決行〉対約5km歩ける方定15名・申込順講市観光ボランティアガイド協会車11月8日金から窓口又は電話で

#### 西堀新堀コミセン

〒352-0032 新堀1-5-9 TEL 042-492-4655 閩館時間…午前9時~午後9時30分 (円曜:約円は5時30分まで)

#### コミセンギャラリー ~サークル作品リレー展示会~

■11月8日〜~12月26日休内硬筆・毛筆、 パステル画、源氏物語、洋画、写真など

#### うたと絵本であそぼう 当日

■11月21日休、午前11時~11時40分対 乳幼児と保護者**定**10組・受付順**内**わらべ うた、絵本、パネルシアターなど**講**おはな しカスタネット

#### コミセン寄席

■11月28日(木)、午後1時30分~3時30分 定40名・申込順内古典落語、手品講真打・ 三遊亭圓王、社会人落語家「三遊会」車11 月1日)金から窓口又は電話で

#### みるく広場のクリスマス会

■12月11日(水、午前10時~11時30分<mark>対</mark>市内在住の生後1か月~1歳半前後の乳幼児と保護者**定**10組・申込順**内**クリスマス製作、フリートークなど**講**特定非営利活動法人新座子育てネットワーク**車**11月1日 (金から窓口又は電話で

#### 11月のおはなし会

当日参加できる 絵本の読み聞かせなど を開催しています。



詳しくは こちら▶



施設名	日時	対象 ※乳幼児・幼児は要保護者同伴	定 員※受付順
大和田公民館	1日金・15日金、午後3時30分~4時	幼児~小学生	定員なし
野火止公民館	毎週火曜日、午後3時30分~4時	乳幼児~小学生	定員なし
東北コミセン	毎週金曜日、午後3時30分~4時	乳幼児~小学生	8組
西堀新堀コミセン	9日出、午前11時~11時30分	幼児~小学生	10組
栗原公民館	9日生、午後3時~3時30分	どなたでも	30名
中央公民館	16日生、午後3時~3時30分	どなたでも	20名

## 公共施設通信

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

### 児童センター・地域子育て支援センター

※各センターとも祝日は休館日です

各センターの講座など 詳しくはこちら▶



#### 童センタ-

〒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)

#### **①プラネタリウム** 当日 ②ベビープラネタリウム

■11月の①毎週土曜・日曜日、②15日金、 午前11時~11時30分、午後2時~2時30 分(①30日出)は2時からの回のみ)**定**各97 名・受付順内①今夜の星空解説、ぼくたち 惑星8兄弟、②ゆうすげ村のちいさな旅館

#### 土曜キッズファーム さつまいもの収穫

■11月9日出、午前10時~10時30分〈雨 天中止〉対幼児~小学生と保護者定30組・ 申込順費400円申11月2日出から窓口又 は電話で

#### ①星空観察会「しし座流星群の話」 ②星と音楽のひととき 当日

■11月①9日出、午後5時30分~7時、② 30日出、午前11時~11時30分対どなた でも(①小学生以下・②乳幼児は要保護者 同伴) 定各97名・受付順内 ①屋上で星空 観察〈雨天時はプラネタリウムで解説〉、② プラネタリウムで音楽と星空解説講新座 星空クラブ

#### どこでも児童館@浅間上児童遊園 【福祉の里児童センターと共催】当日

■11月16日出、午前10時~正午〈雨天中 止〉対18歳までのこども(幼児は要保護者 同伴)内外遊び

#### モリモリクリスマス ~キャンドルナイト・星にねがいを~

**■**12月7日(土)、午後4時~6時**対**どなたで も(小学生以下は要保護者同伴)定50名・ 申込順内LEDライトで飾り付け、灯明のお 焚き上げ講チーム・キャロット申11月17日 (日)から窓口又は電話で

### 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▶



#### ふたご・みつごのびーんずサロン

■11月13日(水)、午前10時30分~11時 30分**対**ふたご・みつごを妊娠中又は子育 て中の方定8組程度・申込順申11月12日 火までに電話又はサイトで

#### ママの気持ちに寄り添う「はぁとたいむ」 保育

日11月19日(火、午前10時30分~正午対 乳幼児を子育て中の母親定4組程度・申込 順**内**子育て中の気持ちを話し合う**申**11月 1日金から電話又はサイトで

### けやきの森保育園栗原園 地域子育て支援センター

〒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

■11月11日 例、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11月1日金(2回目以降の方は7日休)か ら窓口又は電話で

#### 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 (中高牛タイム午後5時~6時)

#### 親子で遊ぼう!miniぐんぐん 当日 ①読み聞かせ、②工作、③プラレール

**■**11月①7日休·19日(火、②28日休)、午前 10時30分~11時、③12日火・26日火、午 前10時30分~11時30分対乳幼児と保 護者定各10組程度・受付順

#### 里のソトプレ! スペシャル 当日

■11月9日出、午前11時~午後1時〈雨天 時はセンターで軽食作り〉場栄緑道対18 歳までのこどもと保護者(幼児は要保護者 同伴)内チャンバラ、火おこし、軽食作りなど

#### 親子くらぶ 当日 ①0~1歳、②2歳

**■**11月①15日俭·②22日俭、午前10時 15分~11時**定**各10組程度·受付順**内**パ ラバルーン遊び、テーマトークなど

#### アトリエくらぶ ~クリスマス★ミニリース~

**日**11月17日(日)、午後2時~3時30分**対**小 学生定10名・申込順内ワイヤーを巻いて作 品作り申11月2日出から窓口又は電話で

#### ぐんぐんキッズ 当日

**■**11月30日出、午前11時~11時30分**対** 幼児と保護者定15名程度・受付順内プラ レールで遊ぶ

### 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

■11月①5日火、午後2時~3時、②11日 (月)、午後2時~3時30分**対**妊娠中の方と家 族定各2組・申込順内①つぼみ見学会、② 沐浴体験、保育園・幼稚園の話中随時電話 ぐ

#### 身体測定

当日

■11月18日(月·19日(火)、①午前9時~11 時30分、②午後1時30分~3時30分**対**乳 幼児(18日月)②は生後10か月くらいまで の乳児)

### <sup>木体月図</sup> 地域子育て支援センター **る一えん**

〒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▶



#### テーブルトーク 「子育てのイライラどうしてる?」

■11月25日间、午前10時30分~11時 30分対乳幼児を子育て中の方定8組程 度・申込順内子育ての情報交換申11月1 日金から窓口又は電話で

#### プレママパパじかん[はじめのいっぽ]

**日**12月17日以、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11月1日 金から電話又は サイトで

#### みどりの丘の保育園 地域子育て支援センター

〒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

#### ハンドメイド

■11月25日(月)·26日(火、①午前9時30分 ~10時、②10時15分~10時45分、③11 時~11時30分対乳幼児と保護者定10組 程度・申込順内クリスマスのスノードーム 作り費300円(材料代)申11月1日金午後 1時から窓口又は電話で

### 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

■11月11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11月1日金から窓口又は電話で

#### 光第二保育園

〒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

#### 体 整

■11月5日(火・19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11月1日 金午前11時~正午又は午 後3時~4時に電話で

#### 白梅第二保育園 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

#### クリスマスファミリーコンサート



■12月12日休、午前10時40分~11時 40分(10時30分開場)場ふるさと新座館 対未就園児と保護者内手遊び歌、パネル シアター講あそび歌作家・鈴木翼申11月 5日火からあすなろ窓口又は電話で

### g こ やか保育園 地域子育で支援センター **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

#### 足形アート

■11月11日(月)·13日(水)·15日(金)、午前10 時30分~正午対未就学児と保護者内足 形でりんご作り

#### <sup>初現保育園</sup> 地域子育て支援センター **ぶんぶん** 新堀保育園

〒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

当日

当日

**■**11月7日休·13日休·21日休·27日休、 午前11時から対乳幼児と保護者内絵本の 読み聞かせ

## 図書館

蔵書点検による休館 ○中央図書館=11月7日(木)~14日(木) ○福祉の里図書館=11月20日(水)~28日(木) ※電子図書館及び返却ポストは利用可

#### 中央図書館

〒352-0011 野火止1-1-2 TEL 048-481-1115 開館日時…火曜~日曜日 (11月4日(月・休)は開館、 5日(火は休館)、午前9時30分~午後6時

#### 特集展示

■11月1日金~30日出内①ミステリーの 本、②介護・ケアラーの本、③心と体の健 康·DV防止の本(2ページに特集記事あり)

#### 秋の読書週間フェスティバル 当日



#### ■大人のためのおはなし会

**■**11月3日(日·祝)、午後2時~3時**定**30 名·受付順**内**朗読など**講**にいざまめの会、 図書館朗読ボランティアグループ・こだま

#### ■赤ちゃんおはなし会

**■**11月4日(月·休)、○午前10時30分~ 11時、○11時30分~正午対0~3歳ぐら いの乳幼児と保護者定各5組程度・受付順 内大型絵本の読み聞かせなど

#### ①おはなし会、②おたのしみ会 当日

■11月①6日份·20日份·27日份、午後3 時30分から、②17日(日)、午前10時から内 絵本の読み聞かせ(②はスタンプラリー対 象)講②おはなしオルゴール

#### あかちゃんタイム

にいざ 電子図書館▶

図書館 ホームページ

■11月①13日級·②20日級、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

#### 祉の里図書館

〒352-0013 新塚1-4-5 TEL 048-481-7070 開館日時…火曜~日曜日(11月3日(日・祝)・ 4日(月・休)は休館)、午前9時30分~午後6時

#### 特集展示 耳をすませば

日11月1日金~12月28日出対児童内い ろいろな音を楽しめる本

#### あなたの知らないボードゲームの世界

**日**11月10日(日)、午後2時~3時30分**对**1 人で参加できる方定24名・申込順内大人 からこどもまで一緒に楽しめるゲーム申 10月27日 (日)から窓口又は電話で

#### はじめてのエンディングノート

■11月15日金、午後1時30分~3時対自 分や家族の終活に興味がある方定20名・ 申込順申11月1日金から窓口又は電話で

#### ①子ども映画会、②映画鑑賞会 当日

■11月①16日出、午前11時から、②17日 (I)、午後2時から**内**(1)「ドナルド・ダック1(1 ~4話 ドナルドのベルボーイほか)](アニ メーション)、②「踊らん哉」(洋画・字幕)

#### 俳句募集中 11月のテーマ「山茶花」

優秀句は館内に掲示、『現代俳句』誌上 に掲載

- ●申込時間の記載がないものは、各施設の開館時間にお申し込みください。
- ●費用の記載がないものは、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。

## 公共施設通信

#### 市民会館

〒352-0011 野火止1-1-2 TEL 048-481-1111



市民会館ホームページ▶ ■ 本品

### シニアのためのスマホ講座

■11月6日(水·13日(水·20日(水·26日(火)、全4回、①午前 10時から、②午後2時から(26日火は②午後2時からの 回のみ)定各18名・申込順内スマートフォンの基本操作 や災害時に役立つ機能を学ぶ中電話で

#### 大ホールひとりじめ

■11月13日冰·14日休·15日金、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11月2日(土)から電話で

#### 人形劇団ひとみ座「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂」

■2月8日仕、午後2時開演費一般2,000円、中学生以下 1,000円※3歳未満の膝上鑑賞は無料申11月16日出 午前10時から同館ホームページ又は午後1時から電話

#### 開館45周年記念 尾崎亜美&岡本真夜コンサート ~ LOVE & HEART ~

**■**2月24日(月·休)、午後4時30分開演**費**一般2,500円、 高校生以下1.500円※宝くじの助成で特別料金申11月

16日出午前9時から 同館ホームページ又 は午後1時から電話



〒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

#### スタインウェイを弾こう

■11月28日(木)、午前10時5分~午後4時30分对中学生 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1区分まで)・抽選申11月7日休・8日金午 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▶



#### 脳トレ体操教室

■12月4日・11日・18日の水曜日、全3回、午後1時~2 時場市民総合体育館対市内在住又は在勤の50歳以上 の方定30名・抽選費990円(保険代含む、初日集金)申 11月15日 金までに同協会サイトから

#### 市民総合体育大会 柔道の部(小学生)



■11月24日(日)、午前9時30分~午後2時場市民総合体 育館対市内在住の小学生定50名・抽選内学年別個人ト ーナメント申11月13日(水)〈必着〉までに、往復はがきに 必要事項、性別、学校名、学年を記入の上郵送で

### 朝霞地区一部事務組合

#### 11月9日生~15日金 秋季全国火災予防運動 「守りたい 未来があるから 火の用心」

空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節です。火の取 扱いに注意しましょう。

#### ■住宅防火 いのちを守る10のポイント

#### 【4つの習慣】

- ①寝たばこはしない・させない
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ③コンロを使うときは火のそばを離れない
- ④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

#### 【6つの対策】

- ①ストーブやコンロなどは安全装置の付いたものを ②住宅用火災警報器は定期的に点検し、10年を目安に 交換を
- ③寝具、衣類及びカーテンは防炎品に
- ④消火器などを設置し、使用方法を確認
- ⑤高齢者や身体の不自由な人の避難経路・方法を常に
- ⑥地域ぐるみで防火対策を
- ■防火のひろば(イベント情報)



■11月14日(水)、午後2時~4時(雨天中止)場ヤオコー 新座店(野火止7-1-25)内消火体験、地震体験、消防自動 車の展示など間新座消防署消防課(☎048-478-1311)

### 高血圧の診断と治療

朝霞地区医師会 相川 大 **2**048-464-4666



#### 【はじめに】

血圧とは動脈内部の圧を指し、血圧が高い状態 が高血圧です。頭痛やめまいなどの症状が出るこ ともありますが、ほとんどの人は自覚症状がなく実 感がわきにくいかもしれません。しかし、高血圧は 長い時間をかけて血管や心臓に強いストレスをか け、脳卒中や心筋梗塞などの重大な病気を起こす 危険性を高めます。高血圧治療の目的はこれらの 病気が起きないように予防することです。

#### 【診断】

血圧には上の値と下の値があり、「(上の値)/(下の 値) mmHg] と表記されます。上の値は心臓が収縮 したときの値(収縮期血圧)で、下の値は心臓が拡張 したときの値 (拡張期血圧) です。

血圧測定には、診察室で測る「診察室血圧」と家 庭で測る「家庭血圧」があります。診察室血圧は緊 張するなどして高くなる傾向があります。そのため、 診察室血圧で140/90mmHg以上、家庭血圧で 135/85mmHg以上を高血圧としています。最近 では家庭血圧が重視されています。家庭血圧の測 定では原則1日2回、朝と晩に測定しましょう。緊張

すると血圧は高くなりますので、リラックスして測る ことも大切です。

自動血圧計は薬局、家電販売店などで購入でき ます。いくつか種類があり、上腕に巻くもの、手首 に巻くもの、指に巻くものなどがあります。一般的 には上腕に巻くものが最も正確とされています。 【治療】

高血圧治療を開始する際、ご自身にあった治療 目標値を設定することが重要です。75歳未満は診 察室血圧130/80mmHg未満·家庭血圧125/75 mmHg未満、75歳以上では診察室血圧140/90 mmHg未満・家庭血圧135/85 mmHg未満を目 指すようにします。ただし、合併する病気によって は目標値が異なる場合もありますので、医師に相 談して治療目標値を決めましょう。

高血圧治療は、通常、まず食事療法、運動療法、 禁煙などの生活習慣の改善から始めます。

第1のポイントは塩分制限です。高血圧には塩分 の摂りすぎが大敵です。高血圧患者の1日の塩分 摂取目標は6g未満とされています。塩分の他に、 カロリーや脂肪分にも気をつけましょう。特に、肥 満や脂質異常症を伴っている場合は注意が必要で す。飲酒は適量であれば緊張をほぐすことが期待 できます。ただし飲みすぎると血圧を上昇させるの で、1日に日本酒なら1合、ビールなら中瓶1本程度 にしましょう。

適度な運動を30分以上、できれば毎日、少なく とも週3回以上行うと効果的です。少し汗ばむくら

1,100A

いのウォーキングをお勧めします。時間の余裕が なければ10分以上の運動を数回行い計30分以上 としても結構です。それでも億劫だと思われる方は 掃除・洗濯・買い物、あるいはエレベーター・エス カレーターでなく階段を使うなど、まずは日常生活 のなかで運動量を増やしてみましょう。

禁煙は大切です。やめるという意思を強くもって 下さい。医師の指導とともに禁煙を助ける禁煙補 助剤を使う方法もあります。ストレスもよくありま せん。上手に気分転換を図りましょう。また急に寒 いところに出る、熱いお風呂に入る、重い物を急に 持ち上げる、排便時にいきむなどの行動は血圧が 急に上昇するので気を付けて下さい。

生活習慣を改善しても血圧が下がらない場合は 降圧薬 (=血圧を下げるための薬) による治療を始め ます。降圧薬には様々な種類があり、その選択は とても複雑です。1剤で血圧が下がらない場合は 複数の種類を組み合わせて内服することがありま す。もし副作用が気になったら遠慮せずに医師に 相談しましょう。また、ふらつき、立ちくらみ、だる さなどを自覚した場合、血圧が下がり過ぎているこ とがありますのでお申し出下さい。

#### 【おわりに】

高血圧治療で一番大切なことは、患者さん自身 の「治療しよう」という気持ちです。ただし、無理を して頑張りすぎると長続きしないかもしれません。 まずはできることをひとつずつ増やしていくのが良 いでしょう。







独身のお子様の 結婚支援 · 孤立化対策

「孫の顔を見れないかも」 「自分たちがいなくなった後が心配」 そんな不安に仲人が親身に対応します。

結婚相談所 TEL お気軽にお問い合せ下さい 048-640-1001 ムスベル



## 3 11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 ※祝日・休日を除きます。 🔊 マークのあるものは予約制です

<b>③</b>	相談名	日にち毎週火曜・木曜日	時間	相談員	問合せ及び場所	
<b>③</b>	法律相談	年调小牌,木牌口		☆灌井		
		母週八曜 八曜日	午前10時~午後3時	弁護士 ※14日休・28日休は、女性弁護士	地域活動推進課 ☎048-477-1583	
労1	11月1日 金から 年金・社会保険・労働相談	14日休	午後1時~4時	社会保険労務士		
	が働・年金無料相談会	24⊟(⊟)	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)	
くらし	11月1日巤から 不動産相談	21日休)	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	
消	<b>  費生活相談(日常生活での契約上のトラブルなど)</b>		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	3重債務相談					
暴	<b></b> 表力団などに関する相談	毎週月曜〜金曜日	午前8時30分~午後5時15分		危機管理室 ☎048-423-0978	
犯	2罪被害者相談			市職員	厄依官连至 ▲040-423-0970	
空	<b>聖き家に関する相談</b>				建築審査課 ☎048-477-4519	
		24⊟(⊟)	午前9時~午後3時30分			
税金	<b>万税などの納税相談</b>	21日休	午後4時30分~7時	市職員	納税課 ☎048-477-1852	
拉拉		毎週月曜~金曜日	午前9時~午後4時30分			
<b>③</b>	11月1日働から 国税に関する税務相談	12日(火)	午後1時~4時30分	税理士	地域活動推進課 ☎048-477-1583	
ひ	ことり親家庭等相談 おおり おおり おおり おおり おおり おおり おおり おおり おおり おお			母子·父子自立支援員	こども支援課 ☎048-477-1548	
子:	予算で相談			家庭児童相談員	家庭児童相談室 ☎048-477-2865	
さども教	女育相談・いじめ相談	毎週月曜〜金曜日	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	
2	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)	
職	<b>職業相談</b>	毎週月曜~金曜日		職業相談員	新座市ふるさとハローワーク ☎048-477-1859	
しごと 😚	就業相談	21日休	午後1時~4時	キャリアカウンセラー	<b>苹</b> ₩振團== <b>○</b> 040 477 6246	
<b>子</b> :	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	産業振興課 ☎048-477-6346	
社	±協ふくし相談 (生活上の心配ごとなど)			 社会福祉士など		
术	デランティア相談 (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	社会福祉協議会 ☎048-480-5705	
	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	
			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	
福祉電	a話健康相談		保健師、栄養士など	保健センター ☎048-481-2211		
	<b>以年後見制度に関する相談</b>		午前9時~正午、午後1時~4時30分	市職員	成年後見制度推進室 ☎048-423-2196	
	副祉総合相談 (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)	福祉相談員など	福祉相談室 ☎048-477-1835	
D)	DV相談		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	
<b>争</b> :	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)	7日休)	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・野火止ー~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

## 11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)

日にち	市域 診療所名 (科目)	電話
3日(日・祝)	新座 イリス内科・糖尿病クリニック(内、糖内)	048-424-8756
3 ( ( ( ( ( ( ( ( ( ( ( ( ( ( ( ( ( ( (	朝霞 はねだクリニック(内、外、消内、肛、放)	048-469-2139
4日(月・休)	志木 志木ホームクリニック(内、小)	048-487-1255
4U (7, W)	和光 和光駅前皮フ科(皮、アレ、美容皮膚科)	048-450-1102
10⊟(⊟)	新座 志木駅前いとう内科内視鏡クリニック(内、消内	) 048-485-1506
100(0)	新座 新座駅前耳鼻咽喉科(耳、アレ)	048-458-0390
17日(日)	朝霞 あいかわ循環器内科・内科(循内、内)	048-461-8585
17 🗆 (ロ)	新座 せおクリニック(消内、内、外、肛)	048-480-3905
23日(土・祝)	朝霞 富岡医院(内、循内、小)	048-461-7581
23 (1 17)b)	朝霞 北朝霞整形外科(整外、内、リウ、リハ)	048-474-7711
24⊟(⊟)	新座 新座クリニック(内、消内、循内、呼内、麻)	048-479-6321
Z4□(□)	和光 せきね耳鼻咽喉科クリニック(耳、アレ)	048-460-3387

#### 日曜日に診療実施の市内の整・接骨院 (午前9時~正午)

日にち	整•接骨院名	電話
3⊟	新座みつばち鍼灸整骨院	048-424-3821
10⊟	さくらBBC整骨院	048-424-3804
17⊟	栄接骨院	048-481-4144
24⊟	渕辺接骨院	048-479-7963

#### 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**(**5**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 **2048-723-8699**

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。





日曜日・祝日に開局の薬局

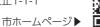
▲朝霞地区薬剤師 会ホームページから 確認できます



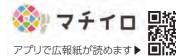
#### 令和6年(2024年)11月1日発行(毎月1日発行) 発行:新座市

編集/総合政策部シティプロモーション課 〒352-8623 埼玉県新座市野火止1-1-1 ☎048-477-1111 FAX 048-479-2226

広報にいざを音訳した「声の広報にいざ」を、市ホームページに掲載しています。



野火止一丁目秋まつり





市役所第2駐車場

### mini れきしてらす通信

#### 企画展示「武蔵野展」

「武蔵野の雑木林」と聞いて、どのよ うな風景を思い浮かべますか。国木田 独歩などの詩人や作家によって描か れた世界を探り、新座に残る雑木林を 紹介します。



▶期間/11月19日(火)~12月28日(土)

#### 押絵羽子板展示

高さ1.2mの大きな作品です。 ▶期間/11月1日 (金~1月30日休)

#### 県民の日イベント すごろく大会

▶日時/11月14日休、午前10時~午 後3時〈雨天中止〉※当日直接受付

#### 睡足軒の森 市民呈茶



- ▶日時/11月24日(日)、午前10時~主 菓子がなくなるまで※当日直接受付
- ▶内容/抹茶の点出し
- ▶担当/新座市茶道連盟
- ▶費用/500円



#### 紅葉の仕組み コラム

市内にはモミジやコナラなどの紅葉 する落葉樹が多く植えられており、11 月下旬になると、赤や黄などに色づく 木々が目に留まります。

では、紅葉がどのような仕組みで起 こるのか知っていますか。

紅葉は、樹木が冬支度をしている姿 です。気温が下がり日照時間が短くな ると、光合成で生産できる養分が減り ます。このため、葉の働きを徐々に止め て幹に養分を送ります。すると、葉に含 まれる葉緑素という緑色の色素が壊 れ、今まで見えていなかった色素が現 れて、イチョウなどの葉は黄色に、モミ ジなどは赤く色づきます。

紅葉は、一般的に朝の最低気温が8 度を下回る日が続くと色づき始め、加











えて昼間の日照時間が短くなることで 色づきが増します。

また、葉がきれいに色づく条件とし て、以下のようなものもあります。

○日中と夜間の温度差が大きく、急激 に冷え込む、○直射日光が樹木全体に よく当たる、○空気中に葉が枯れない 程度の水分がある など

例年、市内の紅葉が見頃を迎える11 月25日 例からの1週間は、当館も休ま ず開館します。今年のもみじ狩りは、れ きしてらすの見学と合わせてお出掛け してみませんか。

#### 問合せ 歴史民俗資料館 **(☎**048-481-0177)

※11月の休館日は、4日(月・休)、 11日(月)、18日(月)、23日(土·祝) (3日(日・祝)は開館します)

### 町内会などの お祭り

秋まつり実行委員会



雨天時の対応など、詳しくは町内会にお問い 合わせください。※市ホームページにも掲載

▶問合せ/地域活動推進課(☎048-477-1583)

※駐車場はありません ■ 11月の催し 行 事 名 日時 場所 主催 野火止一丁目 3日(日·祝)

## //カォトギャラリー

#### パリオリンピック出場選手が 市長を表敬訪問

自衛隊体育学校(陸上自衛隊朝霞駐屯地内)の選手5名が市長を訪問し、パリオリンピック での成果を報告しました。



#### (写真左から)

午前10時~午後4時30分

石黒 隼士 選手 (レスリングフリースタイル86kg級)

佐藤 大宗 選手 (近代五種男子・銀メダル)

高谷 大地 選手

(レスリングフリースタイル74kg級・銀メダル)

新添 左季 選手 (混合団体柔道女子70kg級・銀メダル)

内田 美咲 選手 (近代五種女子)

#### 老人福祉センターで敬老の日の集い



9月16日(月・祝)に、市内3か所の老人福 祉センターで敬老の日の集いを行いました。 福祉の里老人福祉センターでは、楽器の 演奏、歌やダンスの披露などが行われ、参加 者の笑顔あふれる一日になりました。

◀市民カメラマン・岩元 元子さん撮影

## 骨附ありがと



◀小島愛雄さんから市へ、70万円 市では市民表彰を行い、感謝状 を贈呈しました。

#### コブシ福祉基金へ

●児玉さんから4万円





人口と世帯

○人口 166,407人(男82,843人 女83,564人) 〈+27人(男+25人、女+2人)〉※前月比 ○世帯数 80,223世帯〈+128世帯〉【10月1日現在】 月の

## \ 職人のワザが光る/

(抽選で2名に)



時代から続く伝統工芸 品です。今回プレゼン トの羽子板は7寸(約21 m)で、どこにでも飾れ る人気の大きさです。 お正月だけでなく、 -年中飾ることがで き、祝い事などのプレ ゼントとしてもおすす めです!

押絵羽子板は、江戸

【所在地】 菅沢1-4-8 【営業時間】 午前9時~午後6時

店を募集中ですし

読者アンケートのプレゼントを提供いただけるお

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

#### やまとや 有限会社 長谷川人形店

創業から80年以上。押絵羽子板を中心に、正 月・三月・五月人形の製造・販売をしています。羽 子板は全て職人の手作りで、顔つきにも個性が 出ます。

毎年、12月17日~19日の浅草寺歳の市(羽子板 市にも出店していますので、ぜひお越しください。

**2**048-477-6948

【定休日】 不定休



アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で、市内のお店のオススメ品をプレゼントします。当選の方に 引換券を送付しますので、市役所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読み やすい広報にいざの大きさ(現在の大きさ又はA4)、④そのほか広報にいざへのご意見・ご感

▶申込み及び問合せ/11月20日例までに、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、年齢層(例:30代)、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 -4 はこちら