



e スポーツフェスタ来場者、イベント出演「立教大学フラメンコサークル ^{フェリス} Feliz」、ゾウキリンとペコちゃんのフォトブース来場者

市制施行 55 周年記念イベントを
開催しま





市制施行 55 周年記念 新座の魅力 発見 DAY

11/1(土)に記念式典やイベントを開催し、皆さんと55周年をお祝いしました。



記念式典

第1部 表彰式

各分野で活躍し、市政の進展に顕著な功績を挙げた個人及び団体の皆さんを表彰しました。

表彰式では、各分野の代表者に登壇いただき、表彰状・感謝状を授与しました。

また、受賞者を代表し、鈴木松江さんから謝辞を頂きました。



▲式辞を述べる並木市長



▲表彰式の様子(高橋正一さん)

市制施行55周年記念

■ 特別表彰

- 自治功労者として、長年にわたり、市政の発展に尽力した方々(79名)
- 社会福祉や消防行政などの各分野で、顕著な功績を収めた方々(8名)
- 公共のために私財を提供し、市政の進展に多大な貢献をした方々(3名及び12団体)

※代表者(敬称略) 自治功労者: 高橋靖子
各分野功労者: 栗原貞一、鈴木克典、鈴木松江
私財寄附者: サンケン電気株式会社、高橋正一



▲謝辞を述べる鈴木松江さん

■ 市民表彰

- 自治功労者として、長年にわたり、市政の推進に貢献した方々(230名)
- 社会公共のために奉仕活動又は協力をし、市政に貢献した方々(15名及び1団体)

※代表者(敬称略) 自治功労者: 橋本正明、公共奉仕活動実践者: 新井敏夫



◀受賞者名簿はこちら

問合せ 総務課
☎048-481-6752

第2部 新座ブランド認定式

55周年を記念して新たに認定した6品の認定式と市長・副市長・教育長による認定品の試食を行いました。



▲試食会の様子

第3部 観光親善大使お祝いメッセージ

大使の皆さんからのメッセージと新たに大使となった川島海荷さんからのお祝いのメッセージ動画を上映しました。



▲川島海荷さん



▲メッセージはこちら

問合せ シティプロモーション課
☎048-424-4686

式典やイベント也大盛況！



式典のオープニングを飾る「和太鼓どどん」



「むさし中々連」の阿波踊り



商工会青年部のミニトレイン



eスポーツフェスタ



にいざの魅力ドコロ！ まるごとマルシェ



立教大学フラメンコサークル「Feliz」



活動の場を地域で支える 部活動の地域展開

問合せ 教育支援課
☎048-477-7142

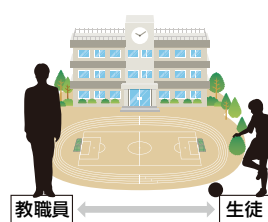
ID 0152422

少子化が進む中で、部活動数の減少や学校単位でのチーム編成が困難になるなどの状況が予想されています。こども達が継続的にスポーツや文化芸術に親しむ機会を確保・充実するためには、学校だけでなく、地域ぐるみでの環境づくりが必要です。

市では、中学生の興味や関心を大切にしたい活動の場を保障するため、地域で活動するスポーツ・文化団体などと連携して「地域クラブ活動」を立ち上げ、中学生を応援していきます。

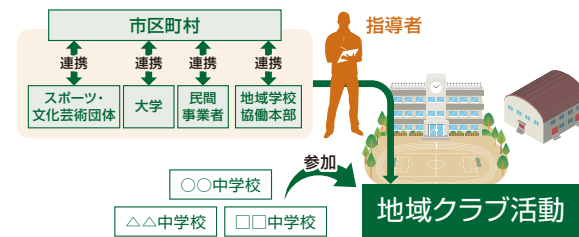
令和8年度からの実施に向けて、令和7年度は3つの種目で「地域クラブ活動」の実証事業をしています。

学校の部活動と地域クラブ活動の違い



学校の部活動

- 学校単位で活動しているため、部活動の種類は学校によって異なる。
- 指導者は学校の教職員が務めるため、専門的な知識がないことが多い。
- 放課後や休日の部活動が、教職員の長時間勤務の原因となっている。



地域クラブ活動

- 地域で活動するスポーツ・文化芸術団体などが活動の場を担う。
- 通学する学校にかかわらず、生徒が希望する活動に参加できる。
- 指導者は、専門知識や経験がある地域住民や希望する教職員などが務める。

指導者の声

中学からバスケットボールを始めた生徒が多く、まずは基本を中心に練習をしてきました。練習を重ねるごとに、少しずつ上達してきていると思います。みんな楽しそうに練習しているので、これからが楽しみです。



バスケットボール指導者
北原信介(市ミニバスケットボール連盟会長)

複数の中学校の生徒と地域の指導者が集まり、共に稽古できる、これまでになかった有意義な活動になっています。生徒が活躍できる場を作ることによって剣道の競技人口を維持し、技術だけでなく武道の持つ精神も伝えられればよいと考えています。



剣道指導者
安田武史(新座中学校剣道部顧問)

地域クラブ活動の練習を通して、バドミントンを好きになってもらえるように心掛けています。技術の向上だけでなく、礼儀や思いやりの心も大切にし、仲間と共に成長できる活動を目指しています。



バドミントン指導者
高橋未羽(元SJリーグIIプレイヤー)



生徒・保護者の声

- 他校の生徒と練習することができ、友達が増えた。
- 所属する中学校にはない種目の活動に参加することができて、とても嬉しい。
- 実績があるコーチの専門的な指導を受けることができて良かった。
- 教師の負担が減ることは良いことだと思う。
- 学校の部活動よりも費用負担が増えている。
- 練習場所までの距離が遠い。

新しい活動の場を知ろう！ 発表会・体験会

- 文化活動発表会
☑ 2/7(土) ☑ 市民会館
☑ 中学生の受入れを歓迎する団体などの発表
- 中学校・地域合同吹奏楽発表会
☑ 2/8(日) ☑ 市民会館
☑ 学校の枠を超えた中学生と市吹奏楽団の演奏
- スポーツ体験会
☑ 3/15(日)
☑ 市民総合体育館・新座中学校
☑ 地域クラブ活動の指導者による、小・中学生向けのスポーツ体験会

地域クラブ活動 応援企業募集

地域クラブ活動にご支援いただける企業などを募集しています。

- 地域クラブ活動への指導者派遣
- 施設(活動場所)や用具の提供
- 地域クラブ活動への財政的支援 など

ご賛同いただける企業などの方は、教育支援課にお気軽にご連絡ください。

PICK UP

環境センターへの
年末年始のごみ直接搬入

～早めの予約を！年末年始は混み合います～

ID 0134987

搬入できる日

～12/20(土)	21(日)	22(月)～26(金)	27(土)
通常 どおり	×	粗大ごみ のみ	午前中 粗大ごみ のみ

28(日)	29(月)・30(火)	31(水)～1/4(日)	5(月)～
×	粗大ごみ のみ	×	通常 どおり

予約が必要です

予約締切 12/27(土)・29(月)・30(火)に搬入
12/26(金)16:00まで

上記以外の日に搬入

希望日の当日まで
※予約状況により搬入できない場合あり

予約方法 電話で、粗大ごみ受付センター
(☎048-479-5300)へ

※各集積所の収集日程は、広報にいざと同送した
「令和7年度年末・年始のごみ収集のお知らせ」を参照

問合せ 環境課 (☎048-477-1547)

令和8年4月1日付け採用
市職員の募集

ID 0135820



試験日 1/18(日) 場所 市役所

募集職種

技 師		採用人数／全区分で合わせて5名程度
区 分	生 年 月 日	学 歴 ・ 資 格 な ど
①有資格者	建築	一級又は二級建築士の資格を持つ方
	土木	昭和55年 4月2日以降 (45歳以下) 1級又は2級土木施工管理技士の資格を持つ方
	電気	1級又は2級電気工事施工管理技士の資格を持つ方
②専攻者	建築 専攻	大学で建築を専攻し、卒業した方 又は令和8年3月末までに卒業見込みの方
	土木 専攻	平成2年 4月2日以降 (35歳以下) 大学、短期大学、高等専門学校、専門学校又は高等学校(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8年3月末までに卒業見込みの方
	電気 専攻	大学、短期大学、高等専門学校、専門学校又は高等学校で 電気を専攻し、卒業した方 又は令和8年3月末までに卒業見込みの方

保健師 採用人数／若干名

区 分	生 年 月 日	資 格 な ど
③保健師	昭和60年 4月2日以降 (40歳以下)	保健師の資格を持つ方 又は令和8年3月末までに取得見込みの方

申込み ②・③12/1(月)～16(火)、①12/1(月)～1/14(水)に、
市ホームページで

問合せ 人事課 (☎048-424-8125)

公共施設など 12月の業務最終日・1月の業務開始日

種 別	施 設 名	最終日	開始日
行政	市役所、保健センター	26日(金)	5日(月)
	各出張所(東北、栗原、西堀・新堀)		
	栄出張所	27日(土)	6日(火)
	新座市パスポートセンター	28日(日) 12:00まで	5日(月)
生活	放置自転車返還所	28日(日)	4日(日)
	水道お客様センター	27日(土)	5日(月)
	市営墓園 ※1	31日(水)	4日(日)
	片山農産物直売所	21日(日)	1/31(土)
文化・地域	歴史民俗資料館(れきしてらす)	27日(土)	4日(日)
	睡足軒の森	28日(日)	
	市民会館、ふるさと新座館		
	各公民館・コミュニティセンター		
	各集会所・ふれあいの家		6日(火)
こども	地域子育て支援センターいちご	26日(金)	6日(火)
	地域子育て支援センターセサミ	27日(土)	
	そのほかの各地域子育て支援センター	26日(金)	5日(月)
	児童発達支援センター(アシタエール)、教育相談室		
	児童センター、福祉の里児童センター	28日(日)	4日(日)

※1 1/1(木・祝)～3(土)の8:30～17:00は、お墓参りのために正門を開きます。

※2 返却用ブックポストの利用可能日は、各図書館・図書室の業務最終日・開始日と同じです。詳しくは図書館ホームページ参照

種 別	施 設 名	最終日	開始日
福祉	老人福祉センター「えがおの里」、 第二老人福祉センター「元気の里」	28日(日)	4日(日)
	福祉の里老人福祉センター、障がい者福祉センター		
	各高齢者いきいき広場	27日(土)	5日(月)
	東部第一・南部・北部第一・野火止五～八丁目 高齢者相談センター		
	東部第二・北部第二 高齢者相談センター	29日(月)	
スポーツ	西部・西堀新堀 高齢者相談センター	30日(火)	
	市民総合体育館、福祉の里体育館	28日(日)	4日(日)
	各運動場・庭球場		
図書館・図書室 ※2	各小・中学校夜間照明		
	中央図書館、福祉の里図書館	28日(日)	4日(日)
	西堀・新堀コミュニティセンター図書室		
	東北コミュニティセンターサービススポット		
	栗原五丁目図書サービススポット(ビブリア)	25日(木)	6日(火)
	中央公民館図書室		
	大和田公民館図書室	26日(金)	7日(水)
	新座団地図書室		
	栗原公民館図書室	27日(土)	

うちの子「結婚」
しないのかしら？

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
ムスベル

TEL お気軽にお問い合わせ下さい
048-640-1001

さいたま市大宮区下町1-6-2 TS-1ビル7階

地元の屋根、塗装工事はお任せ下さい

外壁&屋根
塗装専門店
(株)サイブラスワン

見積無料 診断無料

0120-511-162

新座市 サイブラスワン 検索 埼玉県新座市野火止8-24-22

女性目線の心地よい住まいづくり

水まわりリフォーム・屋根外壁・外構・注文住宅

お家まるごとおまかせください！

かなえハウス 株式会社

各種 SNS もチェック♪

TEL : 048-423-3733
〒352-0004
埼玉県新座市大和田 4-15-1

ホームページ Instagram

無見
積り
料

樹木の剪定
伐採、草刈り

TEL 048-424-3928

武蔵野植木株式会社

朝霞市溝沼5-15-9



【記号の説明】

ID ページID 日 日時 場 場所 対 対象 (掲載なし:市内在住又は在勤の方が対象)

定 定員 内 内容 講 講師・出演 費 費用 (掲載なし:無料) 持 持ち物

申 申込み 問 問合せ (手) 手話通訳 (要) 要約筆記

当 当日 当日直接受付 (申込不要) 保 保育 保育あり (おおむね2歳以上が対象)

必要事項 住所・氏名 (ふりがな) ・年齢・電話番号・講座などの名称

【ページID検索の使い方】

市ホームページの「検索」から、ページID (7桁の半角数字) を入力することで、各記事の詳細を掲載したページを表示できます。

▲詳しくはこちら

お知らせ

パブリック・コメントなど
計画への意見を募集

ID 0134579 (上水道)
ID 0122801 (防災)



①新座市水道事業ビジョン・新座市上
水道第8次施設整備事業計画 (素案)

12/24(水)～1/23(金)

市ホームページ入力フォームから又は書面 (書式自由) を窓口、郵送若しくはファックス (048-482-6811) で秘書広聴課へ

水道施設課 (048-477-5798)

②新座市地域防災計画 (修正案)

12/1(月)～1/5(月)

市ホームページ入力フォームから又は書面 (書式自由) を窓口、郵送若しくはファックス (048-481-6748) で危機管理室 (048-477-2502) へ

①・②共通事項

各担当窓口、市政情報コーナー、各公民館・コミュニティセンター、市ホームページで公表

市内在住又は在勤在学の方、本市に納税義務がある方又は法人など、計画に利害関係がある方

▶記入方法／意見は日本語で、提出する方の住所、氏名 (法人などの場合は主たる事務所の所在地・名称及び代表者の氏名) を記入

▶公表内容／提出された意見とそれに対する市の考え方を公表※提出者の住所・氏名は非公表

冬の交通事故防止運動
12/1(月)～14(日)

ID 0156430

市の重点目標

- 自転車乗用時のヘルメット着用促進
 - 自転車の走行ルールの遵守
 - 横断歩道における歩行者優先の徹底
- 交通政策課 (048-477-2484)

条例の公布や公告などの
お知らせ方法が変わります

ID 0161075

1/1 (木・祝)～

市役所前の掲示板への掲示を取りやめ、市ホームページ内の掲示場での公開に変更

総務課 (048-424-4892)

市介護保険事業計画等
推進委員会の市民委員を募集

ID 0008089

市に1年以上住所がある40歳以上で、平日昼間の会議 (年2～7回) に出席でき、介護保険制度などの高齢者施策に関心がある方

若干名・選考

同計画などの策定に向けた審議や実施状況の把握及び評価

▶任期／令和8年4月～令和11年3月

▶報酬／1回 7,500円

12/25(木)までに、応募用紙 (市ホームページに掲載) と作文「よりよい介護保険制度と地域の役割について、市民として思うこと」 (書式自由、800字程度) を窓口、ファックス (048-482-5882) 又は郵送で

介護保険課 (048-424-5361)

令和8年二十歳の集い (旧成人式)

ID 0129771



1/12 (月・祝) ※2回入替え制

	式典時間／対象
第1回	○10:20～10:50 (10:00受付開始) ○新座・第二・第四中学校学区区域居住者
第2回	○12:00～12:30 (11:40受付開始) ○第三・第五・第六中学校学区区域居住者

※ (手)・(要) あり

市民会館

平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの方

※市内在住の方には、案内はがきを送付済み。現在、市外在住で参加を希望する方は、ご連絡ください。

生涯学習スポーツ課 (048-477-1498)

河川などの水質事故防止に
ご協力を

ID 0166475

河川などの異常水質事故が発生しています。塗料や油、農薬などを、河川や水路、側溝に流さないでください。

また、水質の異常を見付けた場合は、速やかに連絡してください。

環境課 (048-481-6769)、県西部環境管理事務所 (049-244-1250)

障がい基礎年金

ID 0160168

国民年金加入中又は20歳前の病気・けがによる障がいがある一定の程度ある方※要件あり

病気やけがで、生活や仕事に制限を受ける場合に、現役世代の方も含めて受け取れる年金

※傷病名、傷病の発生日月日、初診日、受診歴などを確認。請求後に日本年金機構の審査あり

国保年金課 (048-424-9612)、川越年金事務所 (049-242-2657)

給与支払報告書の提出を

ID 0132872

2/2(月)まで

令和7年中に従業員に給与を支払った事業者※年途中で退職及び給与が少額の従業員も対象

エルタックス
eLTAXの利用を

提出はeLTAX (地方税ポータルシステム) が便利です。

課税課 (048-424-9601)



▲詳しくはこちら (eLTAXホームページ)

労働保険の成立手続をお忘れなく

雇用形態によらず、労働者を1人でも雇っている事業者は、労働保険 (労災保険、雇用保険) の成立手続を行う義務があります。手続をしていない事業者は、お問い合わせください。

埼玉労働局労働保険徴収課 (048-600-6203)

12月は再配達削減推進月間
宅配は1回で受取りを

ID 0155996



宅配の再配達を減らすことは、トラックドライバーの人手不足の解消や二酸化炭素排出量の削減につながります。

再配達を減らすためにできること

- 配達日時を指定する
 - 不在時でも受け取れるようにする
 - 自宅以外でも受け取る
- 産業振興課 (048-424-9606)

水道管の防寒対策を

ID 0108374

露出した水道管や蛇口などが凍結すると、破裂するおそれがあります。

対策の例

- 水道管に断熱材などを巻く
- メーターボックスに発泡スチロールを入れたビニール袋を詰める

破裂した場合

メーターボックス内の止水栓を閉め、市指定の工事店に修理を依頼してください。※修理費は自己負担

水道施設課 (048-477-5798)

12/4(木)～10(水)
人権尊重社会をめざす
県民運動強調週間

「人権」とは、生まれながらに持つ、人として幸せに生きるための権利です。

しかし、現実には様々な人権課題があります。こうした中で、障害者差別解消法などの法律を整備しています。

県では、「人権尊重社会をめざす県民運動」を推進しています。

図県人権・男女共同参画課 (048-830-2255)

全国中学生人権作文コンテスト
埼玉県大会の受賞者が決定

市内8学校から4,672点の応募があり、8名の方が受賞しました。

受賞者一覧

学校名・学年	氏 名
新座中学校2年	工藤 理鳳
第二中学校1年	まきの 牧野 未来
第三中学校3年	やまだ りくり 山田 陸利
第四中学校1年	もとはし めい 本橋 芽依
第五中学校1年	まちだ ひな 町田 陽菜
第六中学校1年	こむろ がく 小室 岳
西武台新座中学校1年	しのの 塩野 純己
立教新座中学校3年	—

※立教新座中学校は希望により氏名を不掲載
図人権推進室 (048-477-1513)

令和7年度 人権標語最優秀作品

ID 0132863

市内小・中学校から3,955点の応募があり、3作品が選ばれました。

見た目では 心のきずは
わからない

八石小 5年 いいつか 莉 飯塚 菜

話そうよ 動画ではなく
ぼくの目と

野火止小 6年 ふじき 勝 藤木

話しあおう こころの天気
晴れるまで

東野小 3年 きくち さ な 菊池 咲那

優秀作品以上の作品展示

12/4(木)～12(金)

図ふるさと新座館

生涯学習スポーツ課 (048-477-1498)

人生会議 (ACP) のアンケート
にご協力を

ID 0122899

市では、あなたが大事にしていることや望んでいることなどを周囲の信頼する人たちに共有しておく「人生会議」の普及・啓発に取り組んでいます。

皆さんのご協力をお願いします。

12/31(木)までに電子申請で

介護保険課 (048-424-5186)

INFORMATION

お知らせ

12/7(日)は
新座市エコライフデー

ID 0160985

市では、地球温暖化防止のために、12月の第1日曜日を「新座市エコライフデー」と定めています。日々の生活を見直し、環境に配慮した「エコライフ」の実践を心掛けましょう。

チェックシートの提出を

自分のライフスタイルでどのくらい「エコライフ」を実践できているかをシートで確認できます。

申12/19(金)までに電子申請で
環境課(☎048-481-6769)

小型家電などの処分方法

ID 0104137

「不燃ごみ」収集日に集積所へ

※デジタルカメラ、スマートフォン、電気ケトルなどの家電製品(一斗缶24cm×24cm×35cm以内のもの)

宅配便回収サービス

※パソコン、スマートフォン、ビデオデッキ、オーディオなど400品目以上
※家電リサイクル法対象品目(エアコン、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機)、石油ストーブなどは除く。

費1箱(3辺合計140cm以内・20kg以内)1,848円(税込み)※パソコン本体を含む場合は無料

申対象品目を段ボールに梱包し、リネットジャパンリサイクル(株)(市の協力事業者)のホームページから
※申込時に箱の購入可

問▶回収・申込み／リネットジャパンお問合せ専用窓口(☎0570-085-800、10:00～17:00)
▶ごみ・リサイクル／環境課(☎048-477-1547)

不用品リユース「おいくら」を活用しませんか

ID 0129188

市では「おいくら」を通じたリユース(再利用)を推進しています。まだ使える家具や家電などを処分せずに売却(リユース)して、地球にも財布にも優しい取組をしてみませんか。

幅広い品物が買取り対象で、出張買取りができる物もあります。
問環境課(☎048-477-1547)



イベント・講座

ファーマーズマーケット
in 新座市役所

当日 ID 0115512



日12/10(水)・17(水)、10:00～13:00
(売り切れ次第終了)
場市役所本庁舎1階ロビー
※市内の農業団体による新鮮野菜、花などの販売
問産業振興課(☎048-424-9605)

市制施行55周年記念
浦和競馬場協賛レースを開催

ID 0166786

日1/6(火)、開門11:40(予定)※協賛レースの時間は未定
場浦和競馬場(さいたま市南区大谷場1-8-42)
※どなたでも
※レースの開催、ゾウキリンのグリーティング、記念品のプレゼントなど

記念品プレゼント

定①来場者500名・受付順、②10名・抽選
※新座ブランド認定品①「にいざ囃子」・②「新座クラフト」
申②馬券投票サイト「SPAT4」で
問シティブロモーション課(☎048-424-4686)

野菜料理講習会

ID 0060843

日1/30(金)、10:00～13:00
場保健センター ※市内在住の方
定16名・申込順
※野菜摂取に関する講話と地元野菜を使った調理実習
費300円
申12/4(水)～25(水)に電話で、保健センター(☎048-481-2211)へ

にいざの元気推進員 養成講座

ID 0129605

日1/17～3/7の毎週(土)、全8回、9:30～11:30
場市民会館
※市内在住又は在勤在学中で、同推進員として活動したい方
定20名・申込順※定員に満たない場合は、期間後も受付
※地域で健康づくり活動を推進する市民ボランティアの養成講座＝健康講

話、体力測定・体操などの実践、グループイベント企画の演習など
※健康長寿ポイントの対象
申12/9(火)10:00～19(金)に電子申請、窓口又は電話で、介護保険課(☎048-424-5186)へ

NIFA 聞いてみよう！
留学生から知る海外の魅力

ID 0167105

日1/10(土)、10:00～12:00
場十文字学園女子大学
定40名・申込順
※留学生の自国の話を聞き、各国のお菓子でお茶会を楽しむ
費300円
申12/1(月)から電話で、地域活動推進課(☎048-477-1583)へ

3R推進イベントの出店者募集

ID 0081484

日1/17(土)、10:00～15:00
定50組・申込順
※ゼロカーボン達成に向けたイベントでリサイクルマーケットを開催
申1/16(金)までに、NPO法人フリーマーケット推進ネットワークのホームページで▶
問同法人(☎048-268-8711)、環境課(☎048-423-0792)



こども・子育て

入学準備金・奨学金利子補給制度申請はお済みですか

ID 0155801

※高校や大学の入学・進学のために、対象機関から教育資金を借り入れた方
※前年度に支払った返済利子の一部又は全部を補給
▶限度額／年額2万円
▶対象期間／返済開始月から正規の修学期間
申12/26(金)までに申請書(市ホームページ、窓口で配布)、必要書類を窓口又は郵送で、学務課(☎048-477-6869)へ

里親入門講座

日1/17(土)、10:00～12:00
場ふじみ野ステラ・イースト多目的棟(ふじみ野市福岡1-1-8)
※里親を希望する又は検討中の方
定30名・申込順
※里親制度の説明、先輩里親による養育体験談

申1/14(水)までに電子申請又は電話で、朝霞児童相談所(☎048-465-4152)へ

シニア・高齢者

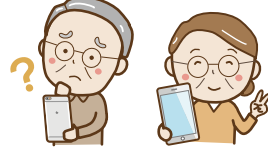
健康ぶらす教室

ID 0132255

日12/23(火)、10:00～11:30
場新座ふれあいの家
※市内在住の65歳以上で、介助が必要ない方
定40名・抽選※定員に満たない場合は、期間後も申込順で受付
※健康づくりや口腔機能低下防止に関する講話、健康状態チェック、簡単な実技など※かむ力を判定できるガムを進呈。健康長寿ポイントの対象
申12/2(火)10:00～10(水)に緊急連絡先を用意の上、電子申請、窓口又は電話で、介護保険課(☎048-424-5186)へ

スマホよろず相談
キャラバン

ID 0160666



日①12/11(木)、10:00～12:00、②12/25(木)、9:30～11:30
場①新堀高齢者いきいき広場、②武蔵野銀行新座南支店(野寺2-8-1)
※スマートフォンの使い方などの相談
※原則1名30分まで
問デジタル市役所推進室(☎048-424-9163)

シルバー人材センター入会説明会を開催

日12/8(月)、1/11(日)、10:00～12:00
※途中入場不可
場同センター
※60歳以上の方
申事前に電話で、同センター(☎048-481-4305)へ



認知症カフェ「カフェひだまり」開催日の変更

ID 0130535

広報にいざ10月号8ページに掲載した開催日を変更します。
日▶変更前＝12/19(金)▶変更後＝12/12(金)

ACTIVE

やっぱりお家が一番

株式会社アクティブ

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！

外装

キッチン

内装

洗面所

お風呂

トイレ

〒352-0001 埼玉県新座市東北 1-10-2

☎048-470-1818

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

株式会社 ナイキ

管理・賃貸・売買・リフォーム

TEL 0120-719-554

新座駅北口
徒歩1分

埼玉県新座市大和田 1-3-29
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
墓造りのみ 可能

事前相談
お見積り 無料

メモリアル ヨーコー

☎0120-544-100

【本社】新座市栄町 3-5-15 (駐車場有り)

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6年度
取引実績

新座市立小・中学校・保育園・集会所 他
埼玉県警察・埼玉県機動隊・新座警察署

TEL 048-483-0268

〒352-0033 埼玉県新座市石神 2-12-5

6 日 日時 場 場所 対 対象(掲載なし:市内在住又は在勤の方が対象) 定 定員 内 内容 講 講師・出演 費 費用(掲載なし:無料) 持 持ち物 申 申込み 問 問合せ



65歳以上の方の障がい者控除

ID 0131663

☒介護保険の要介護認定を受けている65歳以上で、一定の要件を満たした方※令和6年度に認定書の発行を受け、令和7年度も要件に該当する方は申請不要

☒税金の申告で、障がい者・特別障がい者控除を受けることができます。申告には「障がい者控除認定書」が必要です。認定書を希望の方は申請してください。

☒窓口又は郵送で、長寿はつらつ課(☎048-424-9611)へ

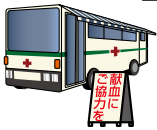


健康・福祉

献 血

当日

ID 0166119



☒12/15(月)、10:00～11:45、13:00～16:00

場市役所

☒保健センター(☎048-481-2211)

人権相談のご利用を

当日

ID 0144210

☒原則、偶数月の第4(木)、13:00～15:00(祝日、年末を除く)

場市役所

☒法務大臣から委嘱された人権擁護委員によるいじめや差別などの人権問題の相談受付

☒人権推進室(☎048-477-1513)

市国民健康保険加入者対象 健診結果説明会

ID 0133298

☒①1/17(土)、②1/25(日)、9:30～11:30

場①市民会館、②新座病院

☒各36名・申込順※定員に満たない場合、未加入者も申込可

☒健診結果の見方や生活習慣の改善方法などの個別説明

☒電子申請又は電話で、国保年金課(☎048-424-4853)へ

①市国民健康保険特定健診 ②人間ドック検診

ID 0194213

☒12/31(水)まで

※医療機関の休診日を除く。

☒市国民健康保険の加入者で、①40歳～74歳の方、②国民健康保険税を完納している世帯の方(年齢制限なし)

費②10,000円

☒国保年金課(☎048-424-4853)



スポーツ

市民スポーツ教室 護身術（少林寺拳法）

☒1/10～2/14の毎週(土)、全6回、13:00～15:00

場市民総合体育館

☒市内在住在勤の女性又は親子(小学生と保護者)

費1名1,000円

☒12/20(土)〈必着〉までに往復はがきに**必要事項**を記入の上、スポーツ協会(〒352-0022 本多2-1-20、☎048-482-2002)へ

スポーツ賞候補者の募集

☒市内在住、在勤在学又はスポーツ協会加盟団体会員で、令和7年1月～12月の各種スポーツ競技大会などで好成績を収めた方※受賞者は後日選考

☒12/27(土)までにスポーツ協会ホームページを確認の上、窓口で、同協会(☎048-482-2002)へ

市民総合体育館

当日

バスケットボール個人開放デー

☒1/10(土)・17(土)・24(土)・31(土)、13:00

～15:00

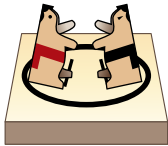
☒市内在住又は在勤在学の小学生以上の方(小学生は要保護者同伴)

☒個人練習用の開放(試合不可)※ボール、シューズなどの貸出しなし

費1回200円

☒同館(☎048-478-8011)

大相撲新座場所開催記念 トントン紙相撲大会



☒12/14(日)、10:00～12:00

場市民総合体育館

☒市内在住又は在学の小学生

☒同館(☎048-478-8011)



▲詳しくはこちら
(スポーツ協会ホームページ)



しごと・就職

会計年度任用職員などの募集

①特別支援教育支援員、②助助員、③子どもと親の相談員

ID 0166489

☒令和8年4月～令和9年3月

場①・②市内小・中学校、③市内小学校

☒①・②特別支援教育や福祉に理解がある方(教員免許不要)、③児童や保護者の心の悩みに親身になって相談に応じられる方

☒各若干名・選考

☒▶**業務内容**／①特別な教育支援が必要な児童・生徒の支援、安全確保、②移動などの介助、支援、安全確保、③児童・保護者との相談、援助など

▶**勤務時間**／①週5日(1日6時間)、②週5日(1日6時間又は7時間)、③週3日程度(1回当たり4時間程度)

▶**報酬**／①・②時給1,382円、③1回当たり3,350円

▶**選考**／書類審査、作文及び面接(試験は随時)

☒履歴書(顔写真貼付)を窓口又は郵送で、教育相談センター(☎048-477-7204)へ

ファミリー・サポート・センター アドバイザー(会計年度任用職員) の募集

ID 0166107

☒平日のうち週4日、8:45～17:15

場市役所(こども支援課)

☒保育士資格・普通運転免許を持つ方

☒1名・選考

☒子育ての援助を受けたい方と援助する方の調整・仲介、会員の募集・登録などのセンター運営業務

▶時給／1,476円

☒12/17(水)までに履歴書(顔写真貼付)、職務経歴書及び資格証の写しを窓口又は郵送で、人事課(☎048-424-8125)へ

介護入門的研修

ID 0134172

☒1/16(金)～19(月)、全4回、9:30～16:30

場朝霞市産業文化センター(朝霞市大字浜崎669-1)

☒新座・朝霞・志木市在住の18歳以上で、訪問介護事業所などでの就労に意欲があり、4日間参加できる方

※修了者は、3市内の訪問介護事業所(訪問型サービス・活動A)で就労可

☒30名・抽選

☒介護の基礎知識、認知症や障がいの理解、介護での安全確保、介護事業所とのマッチング(予定)

☒12/1(月)～26(金)に申込書(市ホームページ、介護保険課、各公民館などで配布)を郵送又は(株)シグマスタッフホームページから若しくは電話で、同社埼玉支社(☎048-871-9931)へ



▲詳しくはこちら
(同社ホームページ)

朝霞地区一部事務組合だより

令和6年度決算の概要

歳入決算額は、予算現額58億8,287万7,000円に対し、収入済額58億9,287万6,733円で100.2%の収入率、歳出決算額は、支出済額56億5,275万7,048円で96.1%の執行率でした。

☒同組合総務課(☎048-461-2415)

救急車適正利用啓発ポスター 図画の決定

多数の応募の中から、最優秀賞に朝霞地区医師会立朝霞准看護学校1年の佐藤茉穂さん(写真中央)、朝霞地区医師

会長賞に県立新座柳瀬高校2年の野口翔矢さん(写真左)、消防局長賞に朝霞地区医師会立朝霞准看護学校1年のグエン・ティ・タオさん(写真右)の作品が選ばれました。最優秀作品は、ポスターとして、管内の医療機関及び公共施設に掲示します。



☒県南西部消防局救急課(☎048-4600124)

全国消防救助技術大会で入賞



▲(左から)中川隊員、醍醐隊員、芦野隊員

同大会で、水上の部(基本泳法・溺者救助)2種目に関東地区代表として出場し、入賞しました。

今後も日頃の成果を発揮し、災害現場の最前線で人命救助に尽力します。

☒県南西部消防局警防課(☎048-460-0122)

甲種・乙種防火管理新規講習

☒1/21(水)・22(木)

場和光消防署(和光市広沢1-3)

☒新座・朝霞・志木・和光市に在住又は在勤の方(1事業所2名まで)

☒60名・申込順

費4,200円(当日集金)

☒12/15(月)～19(金)に在住又は在勤の市の消防署窓口で

☒県南西部消防局予防課(☎048-460-0121)

詳しくはこちら▶
(消防局ホームページ)



中央公民館 048-479-2321

パソコンサロン 当日

12/9(火)・23(火)、13:30～16:00

12名・受付順

持 パソコン※貸出し可

こども向けドローン講座

12/20(土)、10:00～12:00

小学生(保護者の見学可)

10名・抽選

内 トイドローンでものづくり体験

12/5(金)～9(火)に電子申請、窓口又は電話で

絵本の広場

クリスマススペシャル 当日

12/20(土)、15:00～15:30

幼児～小学生と保護者(大人のみ)

も可)

20名・受付順

内 読み聞かせ、パネルシアターなど

新春ジャズ&レクチャーコンサート

1/18(日)、10:30～12:00

100名・申込順

内 ジャズの歴史などを学び、コンサートを楽しむ

12/12(金)から窓口又は電話で

歌ってはずんでリフレッシュ

1/20(火)、10:00～12:00

20名・申込順

内 季節の歌、体操、ダンス

12/13(土)から窓口又は電話で

野火止公民館 048-478-4523

のびのびのびっ子絵本のお部屋 当日

12/2～23の毎週(火)、15:00～15:30

幼児～小学生と保護者

20名・受付順

内 読み聞かせ、紙芝居など

招福ミニ熊手作り

12/24(火)、13:00～15:30

10名・申込順

内 高さ15cmの干支熊手作り

費 600円

12/3(火)10:00から窓口又は電話で

チェアダンスストレッチ講座

1/14(火)・21(火)、全2回、10:30～11:30

20名・申込順

内 座ってできるダンスストレッチ

12/3(火)10:00から窓口又は電話で

言葉を伝える声磨き・話し方講座

1/17(土)、13:30～15:00、1/24(土)、10:30～12:00、全2回

20名・申込順

内 相手への印象が良くなる声の出し方や話し方を学ぶ

12/3(火)10:00から窓口又は電話で

東北コミセン 048-474-2577

コミセンおはなし会 当日

12/5(金)・12(金)、15:30～16:00

乳幼児(要保護者同伴)～小学生

各8組・受付順

内 読み聞かせなど

絵本コーナー「マメゾウ文庫」 当日

12/6(土)・13(土)、13:00～15:00

乳幼児(要保護者同伴)～小学生

読み聞かせなど

スマホ相談会

12/17(火)、13:00～15:30

12名・申込順

内 メール、写真、LINEなどの基本操作の相談※1名30分以内

12/2(火)から窓口又は電話で

クリスマスおはなし会

12/19(金)、15:00～16:00

50名・申込順

内 クリスマスにちなんだ読み聞かせやクリスマスソングなど

12/5(金)から窓口又は電話で

小学生の書き初め教室

12/26(金)、10:00～12:00

小学生 15名・抽選

内 書き初めの課題を練習

12/9(火)～15(月)に電子申請で

栗原公民館 042-423-6801

おはなし会

クリスマススペシャル 当日

12/13(土)、15:00～15:30

乳幼児(要保護者同伴)～小学生

30名・受付順

内 パネルシアター、紙芝居など

小学生書き初め教室

12/25(木)、10:30～12:00

小学3～6年生

20名・申込順

12/3(火)から窓口又は電話で

着物カバンを折る



1/21(火)、10:00～12:00

10名・申込順

12/24(火)から窓口又は電話で

西堀新堀コミセン 042-492-4655

クリスマスのおはなし会 当日

12/6(土)、10:30～11:30

幼児(要保護者同伴)～小学生

30名・受付順

内 ブラックライトパネルシアター、人形劇、大型絵本など

持 上履き、くつ袋

うたと絵本であそぼう

Xmasスペシャル 当日

12/18(木)、11:00～11:40

乳幼児と保護者 15組・受付順

内 わらべうた、パネルシアターなど

みるく広場のクリスマス会

12/24(火)、10:00～11:30

生後1か月～1歳半前後の乳幼児と保護者

10組・申込順

内 クリスマス製作、フリートーク

12/2(火)から窓口又は電話で

こども書き初め教室

12/26(金)、10:30～12:00

市内在住の小学3～6年生

20名・申込順

12/2(火)から窓口又は電話で

大和田公民館 048-479-0517

大和田小さな家おはなし会 当日

12/5(金)、15:30～16:00

どなたでも(幼児は要保護者同伴)

読み聞かせ、紙芝居、手遊び

大和田小さな家クリスマス会 当日

12/19(金)、15:30～16:00

どなたでも(幼児は要保護者同伴)

内 サンタの手遊びと絵本、紙芝居など※クリスマスカードのお土産あり

小学生の書き初め教室



12/25(木)、10:00～12:00

小学3～6年生

20名・申込順

内 書き初めの課題を学年ごとに練習

12/4(木)から窓口又は電話で

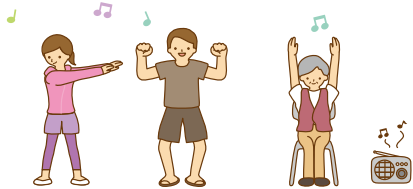
畑中公民館 048-478-5411

おうちで簡単！続けるラジオ体操

1/17(土)、10:00～11:30

20名・申込順

12/3(火)から窓口又は電話で



市民会館 048-481-1111

ホールひとりじめ

12/17(火)・18(木)・19(金)、9:00～21:00

自分だけのコンサート体験

1区分(30分)750円(最長4区分)・申込順

12/3(火)から電話で

初心者歓迎！スマホ講座

1/29(木)、2/4(火)・19(木)・27(金)、3/3(火)・5(木)・10(火)、10:00～12:00、14:00～16:00※複数回申込可

各20名・申込順

内 LINE・キャッシュレス体験、インターネットとの付き合い方など

12/5(金)10:00から電話で

ふるさと新座館 048-478-4523

スタインウェイを弾こう

12/26(金)、10:05～16:30

中学生以上 6名・抽選

費 1区分(60分)2,000円(1名1区分)

12/5(金)・6(土)、10:00～17:00に窓口又は電話で





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

☎048-479-8822 サイトはこちら▶



①・③プラネタリウム

②ベビープラネタリウム [当日]

日 ①12月の毎週(土)・(日)、②12/12(金)、
11:00～11:30、14:00～14:30

(①12/20(土)は午後のみ)、③
12/23(火)～26(金)、15:00～15:30

対 ②乳幼児と保護者

定 各97名・受付順

内 ①銀河鉄道999 赤い星ベテルギ
ウス いのちの輝き、②プラネタリ
ウム はなかっぱ 花さけ!パッカ～ん
宇宙旅行、③当日のお楽しみ

①星空観察会

②星と音楽のひととき [当日]

日 ①12/6(土)、17:30～19:00、
②12/20(土)、11:00～11:45

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屋上でふたご座流星群の話(雨
天時はプラネタリウム)、②クリス
マスコンサートと星空解説

クリスマスキャンドルナイト

日 12/7(日)、16:00～18:00

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照明で飾り、灯明をたき上げ

申 窓口又は電話で

冬のフードパントリー

日 1/22(木)～25(日)

対 市内在住で子育て中の生活困窮家
庭又はひとり親家庭

定 50世帯・抽選 内 食料品の配布

申 12/6(土)10:00～10(火)18:00に窓
口又はサイトへ

福祉の里児童センター

☎048-481-6477

どこでも児童館(外遊び) [当日]

日 12/6(土)、10:00～12:00(雨天中止)
場 北野第二公園

対 18歳以下のこどもと保護者(幼児
は要保護者同伴)

親子くらぶ [当日]

日 ①12/12(金)、②12/19(金)、10:15～
11:00

対 ①0～1歳児・②2歳児と保護者

定 各10組・受付順

内 親子でお花紙遊び、参加者の交流

クリスマスミニコンサート [当日]

日 12/13(土)、14:30～15:30

対 18歳以下のこどもと保護者(幼児

は要保護者同伴)

定 60名程度・受付順

キッズ&パパ

「パパといっしょにクリスマス」

日 12/21(日)、10:30～11:30

対 乳幼児と父親 定 10組・申込順

内 パパとこどもの写真でクリスマ
スの工作、ミニゲーム

申 12/6(土)から窓口又は電話で

アトリエくらぶ

日 12/21(日)、14:00～15:30

対 小学生 定 10名・申込順

内 スノードーム作り

申 12/6(土)から窓口又は電話で

セサミ

☎048-479-8823

サイトはこちら▶



くらぶOVER40 [当日]

日 12/10(火)、10:30～11:30

対 40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

プレママパパちょこっと見学デー

日 12/20(土)、13:30～15:30

(1組45分程度)

対 妊娠中の方と家族

定 2組程度・申込順

申 12/19(金)までに電話又はサイトで

つぼみ

☎048-202-6882

妊婦さんようこそ

日 ①12/1(月)、14:00～16:00、
②12/8(月)、14:00～15:00

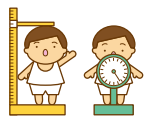
対 妊娠中の方と家族

定 各2組・申込順

内 ①沐浴・妊婦体験、保育園・幼稚園
の話、②施設の見学

申 電話で

身体測定 [当日]



日 12/18(木)・19(金)、①9:00～11:30、
②13:30～15:30

対 乳幼児(12/19(金)②は生後10か月
くらいまでの乳児)と保護者

山ゆり

☎048-478-8725

歩くまでの発達講座& ベビーマッサージ

日 12/22(月)、14:30～15:30

対 1か月健診後から歩くまでの乳幼
児と保護者

定 10組・申込順

内 発達を学び、育児の悩みを軽減

申 12/1(月)から窓口又は電話で

あすなろ

☎048-423-5025

園庭開放 [当日]

日 12/3～24の毎週(水)、10:40～11:40

対 乳幼児と保護者

ぶんぶん

☎042-497-7176

おはなし(読み聞かせ) [当日]

日 12/9(火)・18(木)、11:00～

対 乳幼児と保護者



図書館

開館時間 9:30～18:00

図書館
ホームページ▶



にいざ
電子図書館▶



中央図書館

☎048-481-1115

特集展示

日 ①・③12/2(火)～28(日)、②12/2(火)
～24(水)

内 ①デトックス、大掃除、片付けの本、
②フィンランド、ムーミン、クリスマ
スの本、③人生会議・終活の本

あかちゃんタイム [当日]

日 ①12/3(水)・17(水)、②12/10(水)、
10:30～12:00

場 ①中央図書館、②福祉の里図書館

対 2歳以下の乳幼児と保護者

内 手遊びや絵本の読み聞かせなど

おはなし会(読み聞かせ) [当日]

日 12/3～24の毎週(水)、15:30～

冬のおたのしみ会

日 12/20(土)、14:00～15:00

場 市民会館会議室

対 幼児(要保護者同伴)～小学生

定 90名・申込順 内 人形劇など

申 12/2(火)から電子申請、窓口又は電
話で

図書館ひみつ探検ツアー

日 12/25(木)、13:00～16:00

対 市内在住又は在学の小学3～6年生

定 8名・抽選

内 図書館の裏側探検、お仕事体験など

申 11/26(水)～12/2(火)に電子申請、
窓口又は電話で

福祉の里図書館

☎048-481-7070

特集展示

日 12/2(火)～1/31(土)

内 心も体も健やかになる本

謎解きイベント

「おおかみをつかまえろ」[当日]

日 12/13(土)・14(日)、10:00～17:00

対 小学生以上の方

内 図書館で謎を解くクイズラリー

大人のための

クリスマスおはなし会

日 12/14(日)、14:00～14:30

定 20名・申込順

申 11/30(日)から窓口又は電話で

①こども映画会、②映画鑑賞会 [当日]

日 ①12/20(土)、11:00～、②12/21(日)、
14:00～

内 ①『げんきげんきノンタン/うたおう!
クリスマス』、②『哀愁』(洋画・字幕)

ちいさなおはなしの時間 [当日]



日 12/21(日)、10:30～11:00

対 幼児～小学2年生くらいのこども

内 クリスマスや冬の絵本、紙芝居

投句募集 12月のテーマ「枯草」

優秀句は館内掲示、『現代俳句』誌に掲載

今月の本だな 

『大相撲で解く
「和」と「武」の国・日本』



舞の海秀平／著
ベストセラーズ

相撲は「日本書紀」に起源が書かれ、古くからの歴史を持っています。この本では、元力士である著者が、他のスポーツ競技にはない、謙虚さや伝統を重んじる姿勢といった文化的な背景、日本人の精神や価値観、儀式的な要素を併せ持つ相撲という競技の面白さを、分かりやすく解説しています。

また、神話時代から戦後に至るまでの相撲の歴史が、そのときの社会情勢と合わせて紹介されています。相撲を観る楽しさがより深まる一冊です。

※中央図書館では、大相撲新座場所に合わせて12/2(火)～28日(日)に特集展示をします。
※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。

12/3～9は 障がい者週間
みんなにやさしく
誰もが幸せを感じるために

障がい者福祉課
☎048-424-8180
ファックス 048-482-7725
ID 0122677

障がい者週間は、広く障がい者福祉への関心と理解を深め、障がいのある方が、社会、経済、文化などあらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的にしています。

パンフレットを作りました ID 0050312

「共に暮らすための新座市障がい者基本条例」を紹介しています。

障がいのある人もない人も、誰もが一緒に暮らせるまちをつくるために、市、市民、事業者(会社)の全員が協力することが必要です。私たちに何ができるのかをみんなで一緒に考えてみましょう。



手作りの雑貨をご紹介 ID 0089351

障がい者施設では、食品や雑貨(授産製品)の製造・販売や清掃、軽作業などを行っています。

製品の購入やお店の利用で、障がいのある方の社会参加や経済的自立につながります。

市役所でも販売していますので、ぜひお立ち寄りください。

障がい者就労支援センター
(☎048-477-1552)



メッセージカード

ポチ袋

クリスマスリース

ヘルプマークを知っていますか? ID 0111993

援助や配慮を必要としていることを周囲に知らせるマークです。ヘルプマークを付けている方を見掛けたら、「電車・バスで席を譲る」、「駅や商業施設などで困っていたら声を掛ける」など配慮をお願いします。



夜尿症

朝霞地区医師会 池田 直弥
☎048-464-4666

わたしたちの健康

夜尿症いわゆる「おねしょ」は、5～6歳を過ぎても夜間睡眠中に月に数回以上尿を漏らす現象を認めるものと定義されています。全国の5～15歳のうち約80万人(6.4%)程度が罹患しているとされ、1年でその10～15%ずつが治癒していきます。5歳児では15%程度、10歳児では5%程度罹患しているとされ、15歳でも1%程度が罹患しています。病気の原因として夜間多尿・排尿筋過活動・覚醒閾値の上昇が挙げられ、副次的な要因として遺伝的素因・発達の遅れが想定されています。実際、遺伝的素因については、患者さんの60%の両親に夜尿症の既往があります。

多くのお子さんとそのご家族が夜尿症に悩んでいますが、医療機関を受診されている方は全体の20%くらいです。自然に治るだろうと経過を見ているご家庭もあるかと思いますが、お子さん自身はどうして夜尿をしてしまうか分からず悩まれていることが多いです。夜尿症が改善しないことは、お子さんにとって精神的外傷をもたらし、いじめや仲間外れと同じように悪い経

験とされています。夜尿症を少しでも早く治すことは、お子さんの健全な精神を育てるのに有意義です。

夜尿症は治療を行うことで、自然経過と比べて治癒率を2～3倍に高めることができます。ご自宅で今日からできる治療の基本は生活改善です。

規則正しい生活をする

規則正しい生活をして、夕食は寝る2～3時間前に済ませるように努力をしましょう。夕食をとってすぐ寝ると、夕食時の食物の水分から多量の尿が生成され、夜尿の原因となります。また、早起きをすることで、夜尿の回数を減らすことができます。

水分や塩分のとり方に気を付ける

夕食後の水分摂取量については注意されているご家庭も多いのですが、口渇の原因の多くは塩分をとりすぎていることです。夕食時の塩分を減らすことにより水分摂取も減っていきます。特に汁物は塩分が多いので、飲み過ぎないようにしましょう。

寝ているときの寒さ・冷えから守る

夜中の冷えは尿量を増やす原因となります。暖かくして睡眠をとることが夜尿を減らすことに役立ちます。ご家庭の事情にもよりますが、夕食後に入浴すると効果的です。

寝る前に必ずトイレに行かせ、睡眠中は無理にトイレに起こさない

夜中にトイレに起こすと中途覚醒の原因となります。

中途覚醒は抗利尿ホルモンの分泌障害を引き起こし、夜尿症が治りにくくなります。また、寝落ちが夜尿の原因となります。

このような生活習慣の改善でも効果不十分の場合は、医療機関の受診をお勧めします。夜尿症の治療として代表的なものは、抗利尿ホルモン剤による治療です。この薬は腎臓に働き、尿の生成を抑制する薬で、これにより夜尿症を治療する薬です。睡眠中の尿の生成が減ることにより夜尿回数を減らし、睡眠の質が改善し、お子さん自身から分泌される抗利尿ホルモンの増加を促します。この治療は夜尿症全体の70%に有効とされています。薬物療法の他にアラーム療法があります。これはお子さんの下着にセンサーを取り付け、夜尿をした瞬間にアラームが鳴る仕組みです。お子さんを起こし、夜尿をしたことを認識させ、夜尿をしないように動機付けしていく治療法です。この治療法も十分な効果があるのですが、お子さん自身がご自分で起きられないことが多く、保護者の介助が必要になり、なかなか継続が難しい治療です。

夜尿症の遅延はお子さんの心に傷を残すことが予想されます。健全な精神を育て、安心して学校や習い事の宿泊行事に参加できるようになるために、夜尿症を早く治すことが望まれます。夜尿症の治療は小児科又は泌尿器科で受けることができます。お気軽に受診してください。

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

生垣の剪定 長さ1m 高さ2m
通常2,200円を (税込)
初回限定 1,100円
先着10名様

9:00～17:00
0120-61-4128

ガーデンエクスプレス
カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ

朝霞店 朝霞市岡 1-12 川越店 川越市霞ヶ関東 1-4-11

クリスマスに寄付も!

未来を担う子どもたちのために、認定NPOを目指しています。

1口 3,000円
寄付で
ご支援ください!

ご寄付はホームページから
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

庭木のお手入れ承ります

お見積り無料
1本からでも大歓迎!

植木屋革命
タマワザガーデン
剪定
伐採
草むしり

0120-329-919
9:00～18:00
〒183-0016 東京都府中市八幡町 3-19-20 サンサティア
※日・夜日も受付 (※年末年始を除く)



12月の相談いろいろ

※状況により、中止や変更になる場合があります。
※祝日・休日、平日12:00～13:00を除きます。
☎マークは予約制。「平日」は毎週(月)～(金)

カテゴリ	相 談 名	日 に ち	時 間	相 談 員	問 合 せ 及 び 場 所
くらし	☎法律相談	毎週(火)・(木) ※30日(火)を除く。	10:00～15:00	弁護士 ※11日(木)・25日(木)は、女性弁護士	地域活動推進課 ☎048-477-1583
	☎12/1(月)から 年金・社会保険・労働相談	11日(木)	13:00～16:00	社会保険労務士	
	労働・年金無料相談会	14日(日)	13:00～16:00	社会保険労務士	社会保険労務士会あさか支部 ☎070-8386-7513 ※場所は朝霞市産業文化センター(朝霞市大字浜崎669-1)
	☎12/1(月)から 不動産相談	18日(木)	13:00～15:00	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)	25日(木)	13:00～15:00 (受付は14:30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)	22日(月)	10:00～12:00 (受付は11:30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)	平日	10:00～16:00	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		8:30～17:15	市職員	危機管理室 ☎048-423-0978
	犯罪被害者相談				建築審査課 ☎048-477-4519
空き家に関する相談					
税金	市税などの納税相談	28日(日)	9:00～15:30	市職員	納税課 ☎048-477-1852
		18日(木)	16:30～19:00		
		平日	9:00～16:30		
	☎12/1(月)から 国税に関する税務相談	9日(火)	13:00～16:30	税理士	地域活動推進課 ☎048-477-1583
こども	ひとり親家庭等相談	平日	9:15～16:45	母子・父子自立支援員	こども安全課 ☎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		10:00～17:00 (受付は16:30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		9:00～16:30	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)～(土)	9:00～17:30	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	平日	10:00～17:00	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	18日(木)	13:00～16:00	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)・(火)・(金)	14:00～17:00	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)	平日	9:00～16:00	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・受けたい方の相談)		8:30～17:00	ボランティアコーディネーター	社会福祉協議会 ☎048-480-5706
	障がいに関する相談 (障がい者の虐待・生活支援・差別など)		9:00～16:30	市職員、社会福祉主事	障がい者福祉課 ☎048-477-6891
			9:00～18:00	主任相談支援専門員など	基幹相談支援センターえん ☎048-456-6051
			9:00～17:30	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
	電話健康相談		9:00～16:30	保健師、栄養士など	保健センター ☎048-481-2211
	成年後見制度に関する相談			市職員	成年後見制度推進室 ☎048-423-2196
	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)		9:00～17:00 (受付は終了30分前まで)	福祉相談員など	福祉相談室 ☎048-477-1835
	DV相談		8:30～17:15	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
	☎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(月)	13:30～15:20	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、
北部第一(東北・東) ☎048-486-5011、 **野火止五～八丁目**(野火止五～八丁目) ☎048-485-8936、 **北部第二**(中野・大和田・新座・北野) ☎048-485-8587



12月の休日医療機関いろいろ

※年末年始の市内医療機関の診療実施状況は、
12月下旬に市ホームページに掲載します。

日曜日に診療実施の医療機関 (10:00～16:00)

日にち	市域	診療所名(科目)	電 話
7日(日)	新座	坂本医院 (内)	048-481-4839
	朝霞	北あさか城北クリニック (整外、消内、肛、外、リハ)	048-474-9066
14日(日)	朝霞	あさくらクリニック (内、消内、小)	048-423-8470
	志木	いろは橋すずき眼科 (眼)	048-485-8950
21日(日)	朝霞	磯貝医院 (内、循内)	048-463-2370
	新座	新座駅前耳鼻咽喉科 (耳、アレ)	048-458-0390
28日(日)	朝霞	ひるま小児科クリニック (小)	048-466-0320
	和光	心乃美整形外科内科 (整外、リウ、泌、内、消内、リハ)	048-468-3456

日曜日に診療実施の市内の整・接骨院 (9:00～12:00)

日にち	整・接骨院名	電 話
7日	新座みつばち整骨院	048-424-3821
14日	さくらB B C整骨院	048-424-3804
21日	栄接骨院	048-481-4144
28日	刈込接骨院	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(☎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、精神疾患がある
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
などにご活用ください。



朝霞地区薬剤師会
ホームページから
確認できます。


▲詳しくはこちら



▲声の広報にいざ
(毎月1日更新)



▲市ホームページ



▲今月号の
電子申請

れきしてらす通信



まつなが やすぞえもん
松永安左エ門
生誕150周年記念展 当日

ID 0164689

12/27(出)まで

期間限定展示

12/14(日)まで

平林寺第21世・峰尾大休老師が
松永安左エ門のために書いた掛け
軸の展示

市学芸員によるギャラリートーク

12/7(日)・14(日)、14:00～

睡足軒の森 市民呈茶 当日

ID 0167134



12/7(日)、10:00～15:00

(主菓子なくなるまで)

市茶道連盟による茶道のお点前
費1,000円

コラム

新座出身の力士 朝嵐

今月開催する「大相撲新座場所」にちなみ、野火止出身の力士を紹介します。

本名は清水熊蔵、四股名を朝嵐熊太郎といいました。幕末の安政4年(1857年)1月場所で、遅咲きの27歳で初めて幕下45枚目で番付に載りました。その後、明治2年(1869年)11月場所の番付で前頭15枚目に上がり、これを最高位に翌年の番付から姿を消します。39歳で土俵を降り、師匠である甲山力蔵の名を継ぎました。

また、朝嵐は、読み書き算術に優れた人物として、相撲とは異なる分野でその名を残しています。

慶応4年(1868年)5月15日、江戸城の無血開城を容認できない幕臣で結成

された「彰義隊」が、上野・寛永寺に立てこもった様子を稽古中に目撃します。銃声が響く中を避難した体験や死傷者の状況を17日に実家に書き送りました。この朝嵐の手紙は、庶民が見た現場の様子を綴った貴重な史料の一つになっています。



大相撲新座場所
12/21(日)開催

問合せ 歴史民俗資料館
(☎048-481-0177)

※12月の休館日は、15日(月)、22日(月)、
28日(日)～31日(休)

フォトギャラリー



少林寺拳法県大会で入賞

新堀小学校2年の半田陸人選手が市長を訪問し、「埼玉県少林寺拳法大会兼第38回県民総合スポーツ大会・埼玉県武道大会」の小学生単演Cの部で、第2位の成績を収めたことを報告しました。



陸上競技全国大会で優勝

西武台高校陸上競技部が市長を訪問し、「令和7年度全国高等学校総合体育大会陸上競技大会 秩父宮賜杯第78回全国高等学校陸上競技選手権大会」の女子総合で、第1位の成績を収めたことを報告しました。

市では、その功績を讃えて市民表彰を行い、表彰状を贈呈しました。



日本スポーツマスターズ 水泳競技で入賞

市内在住の菅野恭平選手が市長を訪問し、「日本スポーツマスターズ2025愛媛大会」の水泳競技35～39歳男子50m平泳ぎで第2位のほか、2種目で入賞したことを報告しました。

市では、その功績を讃えて市民表彰を行い、表彰状を贈呈しました。



寄附ありがとうございます

(寄附先ごとに五十音順)

都市高速鉄道12号線建設 促進基金へ

- 金沢 昂一さんから7万2,000円
- 坂井 浩彰さんから1万5,000円

青少年教育振興基金へ

- 三橋 涼さんから1万6,000円

コブシ福祉基金へ

- 前濱 敦子さんから3万7,000円

明治安田生命保険
相互会社から市へ、
50万2,800円
市では、市民表
彰を行い、感謝状
を贈呈しました。



埼玉県トラック協会
朝霞支部から市へ、
交通安全キャンペ
ンクリアファイル
2,800枚
(9万6,404円相当)



ティーンズ
THI DA (株)から
コブシ福祉基金へ、
5万4,000円



読者アンケート 今月のプレゼント

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



新座ブランド認定品
里芋焼酎 里神楽 (25度 720ml)
(20歳以上の方・抽選で3名に)



SDGsの観点から、食用が難しい里芋の親芋を有効利用するため、2年ほど研究を重ねて出来上がった新座産の里芋焼酎です。

市内の深井戸水と東京農大酒類研究室で分離した黒糖酵母を使用しています。ラベルは、新座市無形文化財の里神楽を継承する石山社中にちなんでデザインしました。

何とも言えない旨みと奥深い香りをお楽しみください！

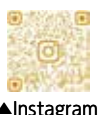
吉田 酒店

2代続く酒屋で、区画整理で旧川越街道沿いから現在の増木あすか通り沿いに移転して11年が経ちます。

お土産に購入される方も多い新座ブランド認定品の「清酒 野火止」、「さつま芋焼酎 指月喝」、「里芋焼酎 里神楽」を中心にたくさんのお酒を取り揃えています。



【所在地】 野火止7-4-32
【電話番号】 048-477-1148
【営業時間】 10:00～20:00
【定休日】 日曜日



▲Instagram

アンケートにご協力いただいた方の中から抽選でプレゼントします。当選の方に引換券を送付しますので、店舗に電話で連絡の上、来店してください。
※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と理由、②取り上げてほしい内容やコーナー、③リニューアルした紙面へのご感想、④そのほか広報にいざへのご意見・ご感想、⑤20歳以上ですか

▶申込み及び問合せ／12/19(金)までに、右記の二次元コードを読み取り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 166,383 人 (男 82,853 人 女 83,530 人)
〈前月比+14 人〉※外国人住民 5,516 人〈前月比+75 人〉を含む。
○世帯数 81,422 世帯(+105 世帯)【11月1日現在】