



市民カメラマン撮影 (左上)佐瀬 智さん、(右上)岩井 章弘さん、(下)島村 正壽さん

＋ 令和7年冬巡業 大相撲新座場所を開催しました

ぶらす
にいざ

12/21(日)に市民総合体育館で、市制施行55周年記念事業として大相撲新座場所を開催しました。横綱・豊昇龍や朝霞市出身の大栄翔を始め約150名の力士が、公開稽古や土俵入り、取組などを行いました。当日は、約3,500名の方が来場し、熱のこもった取組やちびっ子相撲などに声援を送り、大いに盛り上がりました。



住民税(市民税・県民税)の申告

住民税（市民税・県民税）の申告

2/16(月)～3/16(月)

ID 0168711

申告は郵送で



問合せ

課税課

048-423-9200

令和8年度の住民税は、令和8年1月1日現在、市内に居住している方及び事業所などがある方に、令和7年中の所得を基に課税されます。それぞれの状況に応じて、市役所への申告が必要な場合があります。

収入がなかった方も、税証明書の発行、国民健康保険税(料)の軽減、医療費の自己負担限度額判定(引下げなど)や、国民年金保険料、各種手当、福祉、保育などの関係で、住民税の申告が必要な場合があります。詳しくはお問い合わせください。

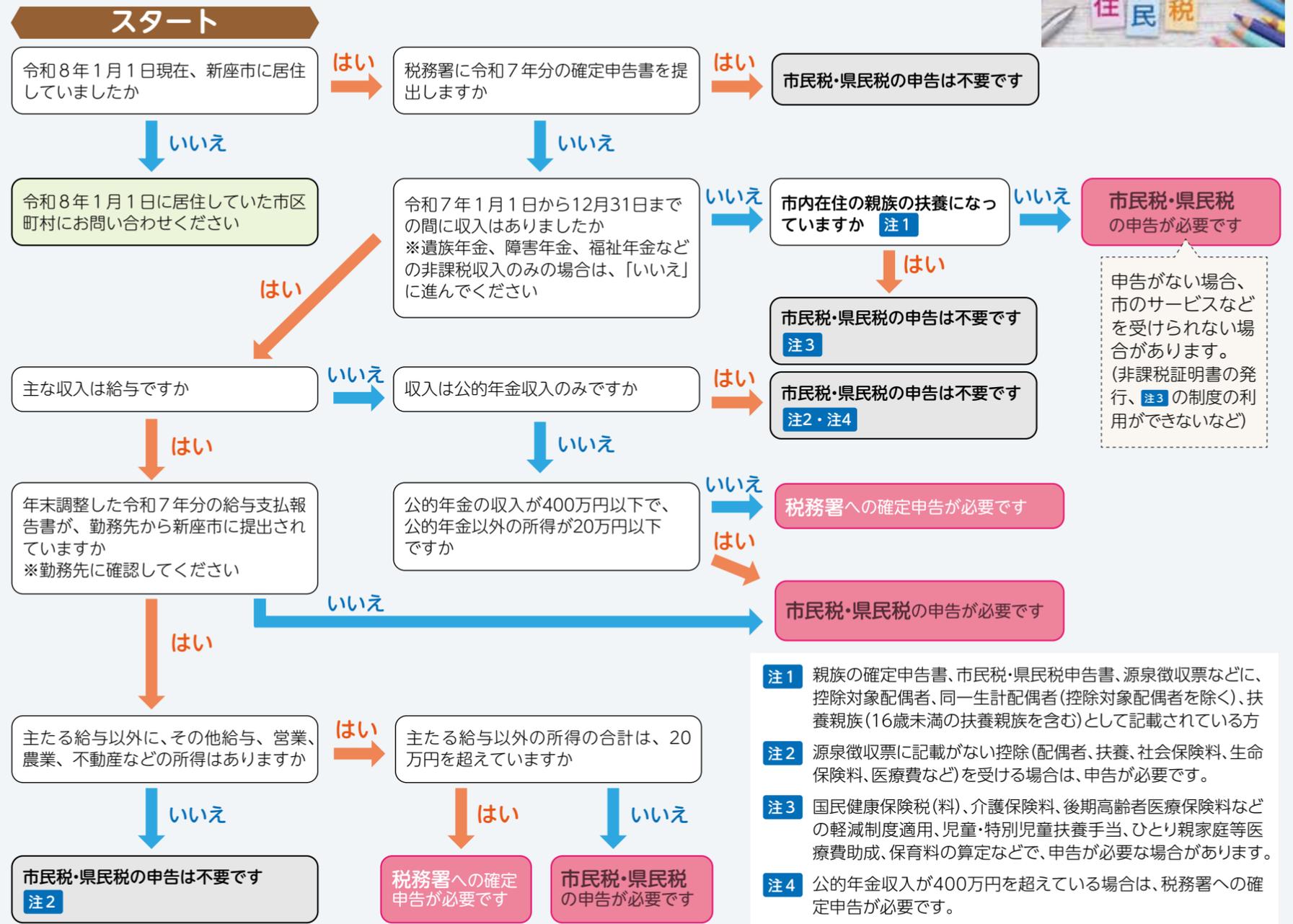
収入がなかった方も、税証明書の発行、国民健康保

フローチャートでチェック!

あなたは申告が 必要? 不要?



→ はい → いいえ に沿って進んでください



- 注1** 親族の確定申告書、市民税・県民税申告書、源泉徴収票などに、控除対象配偶者、同一生計配偶者(控除対象配偶者を除く)、扶養親族(16歳未満の扶養親族を含む)として記載されている方
- 注2** 源泉徴収票に記載がない控除(配偶者、扶養、社会保険料、生命保険料、医療費など)を受ける場合は、申告が必要です。
- 注3** 国民健康保険税(料)、介護保険料、後期高齢者医療保険料などの軽減制度適用、児童・特別児童扶養手当、ひとり親家庭等医療費助成、保育料の算定などで、申告が必要な場合があります。
- 注4** 公的年金収入が400万円を超えている場合は、税務署への確定申告が必要です。

申告方法

郵送での申告
申告書(課税課、各出張所及び市ホームページで配布)と必要書類を、3/16(月)〈必着〉までに課税課へ
※受付書の返送が必要な方は、返信用封筒(宛名を記入し、110円切手を貼ったもの)を同封してください。

市役所での申告
■ 2/16(月)～3/16(月)の平日及び3/1(日)、9:00～16:00(開始前に番号札を配布)
※3/1(日)は休日開庁。市役所での申告は大変混み合います。郵送での申告が便利です(初日から3日間、最終日前の3日間及び毎週(月)は、特に混雑します)。
場 市役所本庁舎3階会議室
備 筆記用具、必要書類

必要書類

申告者本人のマイナンバーカード(2種類のパスワードを分かるようにしてお越しください。ない場合は、氏名・住所に変更がない通知カード及び運転免許証、健康保険の資格確認書など)※郵送はコピーを添付

申告内容ごとの必要書類

- 給与所得がある方/令和7年分の申告者本人の給与所得の源泉徴収票(原本)
- 公的年金所得がある方/令和7年分の申告者本人の公的年金の源泉徴収票(原本)
- 営業所得・農業所得・不動産所得がある方/収支内訳書(原本)
- その他の収入・所得がある方/収入及び必要経費などが分かる書類(原本)
- 医療費控除を受ける方/令和7年分医療費控除の明細書(医療を受けた方、病院、薬局ごとに医療費の合計額を記載)※領収書のみは受付不可
- 生命保険料控除、地震保険料控除を受ける方/令和7年分の保険会社発行の控除証明書(原本)
- 社会保険料控除、寄附金控除、雑損控除を受ける方/令和7年中に支払った金額が分かる証明書や領収書(原本)。国民年金保険料の場合は「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」(原本)
- 障がい者控除を受ける方/障がい者手帳又は市町村で交付する障がい者控除認定書 ※郵送はコピーを添付
- 勤労学生控除を受ける方/学生証又は在学証明書 ※郵送はコピーを添付

所得税の確定申告は、e-Taxで!

4人中3人が利用しています

24時間利用可能! 待ち時間ゼロ! 還付が早い! スマートフォンやパソコンとマイナンバーカードで自宅から申告できます

申告期間 2/16(月)～3/16(月)



▲確定申告書等作成コーナー(国税庁ホームページ)



リチウムイオン電池 捨てる方にご注意を!

ID 0168244

問合せ 環境課 (☎048-477-1547)

火災事故が多発しています

近年、モバイルバッテリーや加熱式たばこ、電子機器のバッテリーなどのリチウムイオン電池の混入による、ごみ処理施設やごみ収集車の火災事故が増えています。

ごみ処理施設が火災になると、ごみの回収・受入れができなくなるおそれがあります。



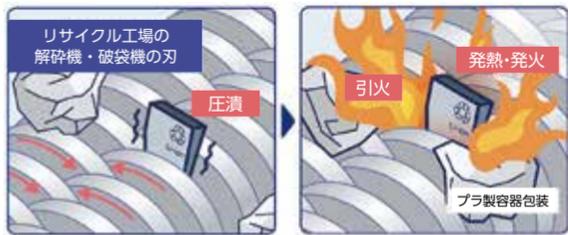
▲市内でのごみ収集車の火災



▲志木地区衛生組合
処理施設の火災

どうして発火・発煙するの？

リチウムイオン電池は、破損・変形すると高熱を発生したり、発火したりする危険性があります。資源プラスチックや可燃ごみにリチウムイオン電池などが混入すると、破砕処理中に発熱・発火し、火災を引き起こします。



(公財)日本容器包装リサイクル協会ホームページから

正しく分別を

リチウムイオン電池を内蔵した小型家電

製品からリチウムイオン電池を取り外せない一体型のもは、プラスチックでも資源プラスチックには出せません。必ず**不燃ごみ**の回収日に出してください。



リチウムイオン電池などの小型充電式電池

モバイルバッテリーや通信機器、AV機器などに使われている小型充電式電池は、公民館などにあるリサイクルBOXに出してください。

回収場所

市役所、各公民館・コミュニティセンター、中央図書館、老人福祉センター、第二老人福祉センター、児童センター、保健センター、市民総合体育館、福祉の里



▲リサイクルBOX

令和8年6月以降の検針分から

水道料金を改定します

ID 0162729

市の水道料金は、平成14年7月から据え置いてきましたが、24年ぶりに改定します。今後も引き続き、安全・安心な水を安定してお届けするため、ご理解とご協力をお願いします。

改定の主な理由

費用の増加

市の水道水は、県から購入する水(県水)と井戸水を合わせて供給していますが、令和8年度から県水が約21%値上げされます。

また、物価高騰などの影響で、浄水場や井戸で使用する電力料金などの維持管理費用が増加しています。

水道料金収入の減少

水道水を供給するための経費は、皆さんから集めた水道料金で賄っています。昨今の節水型トイレ・洗濯機の普及などによる使用水量の減少により、水道料金収入が年々減少する見込みです。



厳しい経営状況

近年、水道料金収入だけでは給水費用を賄えない状況が続いています。今後も更なる悪化が見込まれており、健全な経営の確保が難しい状況です。

改定の内容

今回の改定では、昨今の物価高騰による家計の負担を考慮して、次の2点を踏まえた内容としています。

- ① 市の水道は、口径13mmと20mmが使用者全体の約98%、2か月間の使用水量は40m³までが全体の約74%を占めており、これらの階層の改定率を低く抑えています。
- ② 今後の水道施設の再配置の費用などは計上せず、料金収入によって供給する水の原価を賄うことを目的としています。

水道料金表(一部抜粋、2か月分/消費税抜き)

【基本料金】

口径	現行	改定後	差額
13mm	940円	1,100円	160円
20mm	1,340円	1,580円	240円
25mm	3,600円	4,380円	780円
100mm	120,000円	147,000円	27,000円

【水量料金単価】

使用水量	現行	改定後	差額
1~20m ³	58円	70円	12円
21~40m ³	90円	110円	20円
41~100m ³	110円	140円	30円
200m ³ 超	190円	240円	50円

水道料金計算例

メーター口径20mm、2か月間の使用水量41m³の場合

・2か月間の使用水量が41m³の場合、1,001円の値上げになります。

	① 基本料金 20mm	② 水量料金			①+② 合計 (税抜き)	合計 (税込み)
		水量区分 使用水量	1~20m ³ 20m ³	21~40m ³ 20m ³		
現行	1,340円	58円×20m ³ = 1,160円	90円×20m ³ = 1,800円	110円×1m ³ = 110円	4,410円	4,851円
改定後	1,580円	70円×20m ³ = 1,400円	110円×20m ³ = 2,200円	140円×1m ³ = 140円	5,320円	5,852円

現行と比較して+1,001円

改定料金の適用

令和8年4月1日に改定し、6月以降の検針分から、新しい料金を適用します。

		料金改定日:令和8年4月1日					
		2月	3月	4月	5月	6月	7月
奇数月に検針	検針		検針	検針	検針	検針	検針
	料金	旧料金	旧料金	旧料金	新料金	新料金	新料金
偶数月に検針	検針		検針	検針	検針	検針	検針
	料金	旧料金	旧料金	新料金	新料金	新料金	新料金

※4/1以降に使用を開始した方は、初回の検針分から新料金

問合せ 改定内容=水道業務課 (☎048-477-5071)
請求金額=水道お客様センター (☎048-424-8276)

PICK UP

2/8 (日) 11:00~16:00

に い ざ 213の日イベント

ID 0154135

場所 OSCデオシティ新座
(中野2-1-38)



2/13は
ゾウキリンの誕生日!
お祝いに来てほしいゾウ

①ゾウキリンに会いに行こう

対象 どなたでも

内容 市イメージキャラクター「ゾウキリン」
との写真撮影、
グッズ販売など



②SDGs ワークショップ

対象 小学生

定員 各10名(2回実施)・受付順

内容 ペットボトルを利用し
た発光装置でペット
ボトル®作り



※②・③は、10:00から整理券を配布

③ゾウキリンぬりえ巾着を作ろう!

対象 OSCデオシティ新座「おりーぶメイト」
に登録しているこども (当日登録可)

定員 100名・受付順

内容 好きな色を塗って
自分だけのゾウ
キリン巾着作り



問合せ シティプロモーション課 (☎048-424-4686)

INFORMATION

【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 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



▲詳しくは
こちら

【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。



お知らせ

令和8年第1回市議会定例会

ID 0135310

日 2/20(金)~3/27(金)

内 会期日程は市ホームページに掲載

問 議会事務局 (☎048-477-7346)

防災行政無線の訓練放送 Jアラート全国一斉情報伝達試験

ID 0169622



日 2/6(金)、11:00頃

内 防災行政無線で訓練放送をします。
放送内容は、市公式SNSや自動音声
サービス (☎0120-862-399) で確
認できます。

問 危機管理室 (☎048-477-2502)

マイナンバーカード電子証明書 出張所でも更新できます

ID 0168705



場 栗原・東北出張所

持 本人のマイナンバーカード

※代理人による手続は不可

問 市民課 (☎048-424-2677)

電子申請・届出サービスのご利用を

ID 9000000

いつでもどこでもスマートフォンなど
から各種申請・届出ができます。

引越越し手続、イベントなどの参加申
込み、キャッシュレス決済による証明書
の取得(郵送)が可能な手続もあります。

電子申請の操作方法
や流れを体験できる「電
子申請お試し版」もあり
ますので、ぜひお試しく
ださい。



▲電子申請は
こちら

問 デジタル市役所推進室
(☎048-424-9163)

コンビニ交付サービスのご利用を

ID 0135338

日 6:30~23:00 (土・日、祝日も利用
可) ※12/29~1/3及びメンテナ
ンス日は利用不可

場 セブン-イレブン、ローソン、ファミリ
ーマート、セイコーマート、イオンリ
テール、ミニストップなど
※詳しくは、各店舗に問合せ

内 ▶取得できる証明書 / ○住民票の
写し(本人及び同一世帯員のもの※
同じ世帯の中に転出予定の方が含
まれる場合は交付不可)、○印鑑登
録証明書(印鑑登録した本人のもの)、
○所得・(非)課税証明書(本人のも
の、現年度及び過去4年分)
※住民票の除票など取り扱いえない証

明書あり

費 1通当たり150円(令和8年3月まで)
※市役所などの窓口での発行は
200円

持 マイナンバーカード、利用者証明用
電子証明書の暗証番号(本人が設定
した4桁の数字)

※コンビニ交付を利用できるのは、
マイナンバーカード所有者本人のみ

問 ▶住民票・印鑑登録証明書 / 市民課
(☎048-424-2677)

▶所得・(非)課税証明書 / 課税課
(☎048-423-9200)

4月から新たに自転車等駐車を 定期利用したい方へ



日 2/1(日)~28(土)に、申
請書(各駐車場、施設
管理者ホームページ
で配布)を下記の各
エリア受付施設へ
※利用可否を3月中
旬頃に連絡



▲詳しくは
こちら
(施設管理者
ホームページ)

問 ▶志木駅周辺施設 / 志木駅南口地
下自転車駐車場管理室 (☎048-485
-1015、平日=15:00~20:00、(土・
日、祝日)=12:00~20:00)

▶新座駅周辺施設 / 新座駅南口地
下自転車駐車場管理室 (☎048-480
-6789、(月・水・金)=8:30~20:00、
(火・木)=8:30~17:15、(土・日、祝日)=
12:00~20:00)

▶栗原五丁目自転車駐車場 (☎042
-422-9400、平日・祝日=8:30~
17:15、(土・日)=受付ボックスに投函)

市営墓園一般墓所 通年での募集を開始

ID 0168408

日 2/2(月)~

内 市に引き続き3年以上住民登録があ
り、未埋蔵の焼骨を所持し、その焼骨
の祭祀を主宰する方

内 年間を通して、一般墓所の使用者を
募集

▶手続の流れ / 申込み→書類審査
(必要書類を提出)→墓所使用料及び
墓所管理料を納入→使用許可決定

募集区画数・料金(1/6時点)

	普通墓所	芝生墓所
区画数	130区画	76区画
使用料	513,000円	392,000円
管理料	15,690円(3年分) 1年当たり5,230円	
合計	528,690円	407,690円

※募集の有無は、市営墓園管理事務
所へ要問合せ。詳しくは公募のしお
り(市営墓園ホームページ、市営墓園
管理事務所、環境課、各公民館・コミ
センで配布)を参照

日 2/2(月)から、申請書(市
営墓園管理事務所
で配布)及び必要書類を
同管理事務所 (☎048
-479-5688)へ



▲詳しくは
こちら
(市営墓園
ホームページ)

擁壁の適切な点検・維持管理を

ID 0167433

土留やブロック塀などの擁壁を常に
安全な状態に保全することは、所有者
などの義務です。地震や豪雨により擁
壁が崩落し、建物や通行人に損害を及
ぼした場合は、その責任を問われます。

定期的に点検し、適切な維持管理を
お願いします。

問 都市計画課 (☎048-477-3989)



市健康づくり推進協議会委員兼 健康まつり実行委員の募集

ID 0133288



- 市内在住で健康づくりに関心がある20歳以上の方
- 2名・選考
- 年2回の会議(平日開催)
 - 任期/令和8年4月1日から2年間
 - 報酬/1回7,500円(交通費含む)
 - 選考方法/書類選考
- 2/2(月)~13(金)〈消印有効〉に**必要事項**、応募動機(様式は任意)を電子申請、窓口又は郵送で、保健センター(☎048-481-2211)へ

市内の空間放射線量・ 放射性物質の測定結果

- ID 0057617 (公共施設)
- ID 0158329 (水道水)
- ID 0062779 (測定機器貸出し)

- 空間放射線量/37か所の市内公共施設(年1回11月測定)=基準値未満
- 放射性物質/水道水(10/6月採取)=不検出
- 市内在住又は在勤の方に、空間放射線量測定機器を貸し出します。
- 環境課(☎048-481-6769)

ペットの飼い主のみなさんへ

ID 0168481

ペットを飼うときの心構え

- 動物を飼う上での法令、動物の習性、病気、人と動物共通の感染症を知る
- 飼い主としてマナーを守る
- においや鳴き声などで近所に迷惑をかけるようにする(早朝・夜間の鳴き声は特に注意)
- 必要に応じて避妊・去勢手術をする(病気の予防やストレスの軽減にもつながります)
- 災害に備えてペットを連れた避難の準備をしておく
- けがや事故を起こさないために、ペットが危険な場所に行かないような対策をしておく
- 最期まで愛情と責任をもって飼う

犬を飼うときは

市や県では、飼い主の責務を条例で定めています。

○犬はリードなどでつ



- なご、飼い主が制御できるようにする
- 公園や道路ではリードを外さない
- 公共の場所や他人の敷地・建物をふん尿で汚さない
- 汚した場合は、他人に迷惑をかけるないように適切に処理する
- ※登録などの各種手続きが法律(狂犬病予防法)で義務付けられています。

猫を飼うときは

- 放し飼いにすると、飼い主の気付かないところで近所に迷惑をかけることがあります(ふん尿、鳴き声、他人の物を傷つけるなど)。
- 室内で飼うようにする
- 上下運動のできる場所や落ち着ける場所を用意する(安全で快適な寝場所、清潔なトイレなど)
- ※新たに購入したときは、登録の手続きが法律で義務付けられています。
- 猫に関する相談=県動物指導センター南支所(☎048-855-0484)、環境課(☎048-424-2621)



森林の所有者は届出を

ID 0051046



新たに森林を取得

- 売買や相続などで森林を新たに取得した方(個人・法人問わず)
- 取得から90日以内に、届出書を産業振興課へ
- 市が定める森林整備計画対象地を伐採
- 対象地を伐採予定の方※同計画対象地は産業振興課で要確認
- 伐採の90日~30日前に、伐採届を産業振興課(☎048-424-9605)へ

市立集会所のご利用を

ID 0130361



- 町内会やサークルなどの地域活動の拠点として、また、市民の皆さんの交流の場として利用できます。
- ▶利用時間/9:00~21:30
- ▶休所日/毎週(月)及び12/29~1/4
- ふれあいの家=有料、集会所=無料
- 利用登録をした上で、原則、利用日の2か月前の1日9:00~利用日当日に、

- 公共施設予約システムで
- ※同システムでは、24時間、利用の申込みができます。
- 地域活動推進課(☎048-477-1583)

知っていますか? フリーランス・事業者間取引 適正化等法



- 法律の目的/○フリーランスの方と企業などの発注事業者との間の取引の適正化、○フリーランスの方の就業環境の整備
- 埼玉労働局指導課(☎048-600-6269)

感謝状を贈呈



- 新座消防署では、市内で発生した火災で、迅速かつ的確な初期消火を行い、火災の拡大阻止に貢献した岸村暢さんに、田口消防署長から感謝状を贈呈しました。
- 同署消防課(☎048-478-1311)

3/1(日)~7(土) 春季全国火災予防運動



- 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
- 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
- ⑤ストーブやコンロなどは安全装置の付いたものにする
- ⑥住宅用火災警報器は定期的に点検し、10年を目安に交換する
- ⑦寝具、衣類、カーテンを防災品にする
- ⑧消火器などを設置し、使用方法を確認する

- 認する
- ⑨高齢者や身体の不自由な人の避難経路・方法を常に確保する
- ⑩地域ぐるみで防火対策をする
- 県南西部消防局予防課(☎048-460-0121)

宝くじの助成金(コミュニティ助成事業)で 自主防災会の備品を整備

ID 0169589



- 自主防災会に配備するため、発電機などの備品を宝くじの助成金で整備しました。
- (一財)自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、活力ある地域づくりに対して助成を行っています。



危機管理室(☎048-477-2502)

国民年金保険料は前納がお得

ID 0127789

- 国民年金第1号被保険者又は任意加入中の方
- 一定期間の保険料(最大2年度分)を前払いすると割引になる制度。納付書、クレジットカード又は口座振替で納付可能
- 4月分からの前納を希望する場合は、2/27(金)までに納付(変更)申出書(川越年金事務所、国保年金課で配布)を同事務所又は各金融機関に提出 ※3月以降は、申出書を提出した時点で設定可能な振替日から年度末(2年前納を選択した場合は翌年度末)までの納付が可能
- 川越年金事務所(☎049-242-2657)

市税などの納期

固定資産税・都市計画税	4期
国民健康保険税	8期
介護保険料	8期
後期高齢者医療保険料	8期

納期：3/2(月)

ACTIVE 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、お風呂、内装、洗面所、トイレ

やっばりお家が

株式会社 アクティブ

〒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 事前相談 無料
搬送のみ 可能 見取り

メモリアル ヨーコー

☎0120-544-100

【本社】新座市栄原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 新座市立小・中学校・保育園・集会所 他
取引実績 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

INFORMATION

高齢者を守る お助けかわらばん

覚えのない未納料金の請求にご注意!!

知らない番号ね

自動音声 こちらは●●です未納料金があるため法的措置に移ります

オペレーターにつなぐ場合1を押してください

オペレーターにつなぐと—

コンビニで電子マネーを購入して未納料金を支払わないと裁判にかけられます **大変!!**

電子マネーを購入しました

番号は0000です

守秘義務があるので誰にも話さないように

一度騙されると次々に—

他にも未納料金があります

弁護士です裁判の取り下げ料10万円です

追加で50万円必要です

©県消費生活課 ID: 0102389

- 非通知や知らない番号からの電話は詐欺を疑う
- 裁判と言われても慌てず、周囲の人に相談する
- コンビニなどで電子マネーを購入させ、番号を聴き出す方法は詐欺

問 消費生活センター(☎048-424-9162)

イベント・講座

フレイル予防料理講習会

ID: 0060843



日 3/19(木)、10:00~13:00

場 保健センター 対 市内在住の方

定 16名・申込順

内 フレイル予防の話と調理実習費 300円

申 2/3(火)~20(金)に電話で、保健センター(☎048-481-2211)へ

認知症サポーター養成講座

ID: 0144100



日 2/28(土)、10:00~11:30

場 市役所

対 市内在住又は在勤在学の方

定 20名・申込順※定員に満たない場合は、期間後も受付

内 認知症の方と家族を地域で見守り支援するため、「認知症」の基礎を学ぶ※受講者にはサポーターの証であるオレンジリングと県認知症サポーター証を進呈。健康長寿ポイントの対象

申 1/28(水)10:00~2/25(水)に電子申請、窓口又は電話で、介護保険課(☎048-424-5186)へ

認知症サポーターフォローアップ講座

ID: 0144100

日 3/14(土)、10:00~11:30

場 市役所

対 市内在住又は在勤で、認知症サポーター養成講座を受講した方

定 20名・申込順※定員に満たない場合は、期間後も受付

内 認知症の方の生の声を聞き、サポーター向けのより実践的な対応を学ぶ※健康長寿ポイントの対象

申 2/4(水)10:00~3/11(水)に電子申請、窓口又は電話で、介護保険課(☎048-424-5186)へ

女性司法書士による女性のための無料電話相談会

当日



日 2/28(土)、10:00~16:00

内 遺言、相続、贈与、登記関係、起業、借金問題、離婚など

▶相談ダイヤル/☎048-872-8055

※当日のみ通話可能。通話料は相談者負担

問 埼玉司法書士会事務局(☎048-863-7861)

終活セミナー&相談会「終活とは何か〜今、あなたにできること〜」

日 3/8(日)、13:30~15:00

場 日本赤十字社埼玉県支部(さいたま市浦和区岸町3-17-1)

定 ①100名、②10組・申込順

内 ①終活セミナー、遺言書保管、共催団体紹介、②相談会(セミナー終了後、1組30分程度)

申 2/9(月)から電話で、埼玉司法書士会事務局(☎048-863-7861)へ

障がい者リハビリ教室受講生募集

ID: 0168369

日 4/1(水)~3/31(水)の(水)・(木)・(土)のうち週1回、10:00~15:00(半日でも可)※年末年始・祝日を除く。

対 市内在住又は在勤在学で障がいがあり(身辺動作はおおむね自立)、原則、自主通所できる方

※事前面談・審査あり。初回の方は医師の意見書の提出が必要

定 10名程度・抽選

内 集団体操や作業活動などの生活リハビリが中心のリハビリ教室

費 作業費・昼食費などの自己負担あり

申 2/14(土)までに窓口又は電話で、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

障がい者ガーデニング講座受講生募集

ID: 0164949



日 3/17(火)・24(火)、全2回、10:00~12:00

対 市内在住又は在勤在学で、障がいがあり自主通所できる方

定 10名・抽選 費 2,000円

申 2/20(金)までに窓口又は電話で、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

北部第一ふれあいまつり

当日

日 2/8(日)、11:00~14:00

場 野火止公民館

内 ポップコーン無料配布、抹茶の提供、ポッチャ体験、プラバン作成、昔遊び、工作など

問 市社会福祉協議会(☎048-480-5706)

子ども・子育て

物価高対応子育て応援手当

ID: 0169118



対 ①令和7年9月分(9月出生児童は10月分)の児童手当支給対象の児童、②令和7年10月1日~令和8年3月31日に出生した児童

内 ①児童手当受給者、②保護者のうち主たる生計維持者に手当を支給

▶給付額/児童1名当たり2万円

申 ①は申請不要。①のうち令和7年9月30日時点で市内在住の公務員、令和7年10月1日~令和8年3月31日に離婚などで新たに受給者となった方

及び②は、3/31(火)(3月出生児童は4/30(木)までに電子申請、申請書を窓口又は郵送で、こども支援課へ

※公務員は、勤務先で手続方法を要確認

問 こども支援課物価高対応子育て応援手当専用ダイヤル(☎090-9606-5453※2/2(月)~3/31(火))

就学相談保護者説明会

ID: 0168540

日 3/3(火)、10:00~11:00

場 保健センター

対 令和9年度に小学校に入学予定で、発達の遅れや障がいがあるなどの理由で特別支援学校や特別支援学級への就学を検討している保護者

定 50名程度・申込順

申 2/2(月)~24(火)に電子申請又は電話で、教育相談センター(☎048-477-7204)へ

WEB書きぞめ作品展示会

ID: 0167718

日 2/19(木)~3/18(水)

場 市ホームページ

内 県書きぞめ中央審査会に出品された市内在学の小学~高校生の作品を掲載

問 教育支援課(☎048-477-7142)

シニア・高齢者

健康長寿ポイント記念品交換はお済みですか

ID: 0125979



対 市内在住の65歳以上で、健康長寿ポイントを8ポイント以上貯めて記念品と交換していない方

内 ▶記念品/おやさい交換券、クオカード、マグボトル、歩数計など

申 3/31(火)までに直接、①介護保険課、②老人福祉センター「えがおの里」又は第2老人福祉センター「元気の里」へ※②は、記念品を後日進呈

問 介護保険課(☎048-424-5186)

埼玉未来大学受講生募集

対 50歳以上の方※オンライン講座の場合は、パソコンやスマートフォンを持ち、メールの送受信、動画の視聴が可能の方

内 ライフデザイン科、地域創造科など(通学講座、オンライン講座)

申 3/21(土)までに同大学ホームページから又は申込書(長寿はつらつ課、各公民館・コミセンで配布)を郵送で

問 (公財)いきいき埼玉(☎048-728-2299)



▲詳しくはこちら(同大学ホームページ)



後期高齢者医療保険料は 社会保険料控除の対象です

ID 0123366

後期高齢者医療保険料は、確定申告
や市・県民税申告での社会保険料控除
の対象です。

納付済額は、領収書などで確認でき
ます。＊「納付確認書」が必要な方は、
電子申請、窓口又は各出張所で要申請
図 長寿はつつ課(☎048-424-9610)

高齢者肺炎球菌ワクチン 接種はお済みですか

ID 0133795

☑ 接種日時時点で65歳の方＊66歳の誕
生日の前日まで接種可
費 3,000円＊3/31までの金額。4月以
降の自己負担額は未定
☑ 直接、市委託医療機関へ
☑ 保健センター(☎048-481-2211)

にいぞ元気アップウォーキング

ID 0126502

☑ 3/18(水)、9:30集合(雨天中止)
場 栄緑道コース(約4.8km)
▶ 集合場所/栄緑道西口奥広場
☑ 市内在住の65歳以上の方
定 30名・抽選＊定員に満たない場合は、
期間後も申込順で受付
☑ 2/17(火)10:00～25(水)に電子申請、
窓口又は電話で、介護保険課(☎04
8-424-5186)へ
＊健康長寿ポイントの対象

シルバー人材センター 入会説明会

☑ 10:00～12:00＊途中入場不可

説明会日程

日にち	場所
2/1(日)	東北コミセン 西堀・新堀コミセン 大和田公民館
2/3(火)	シルバー人材センター
2/8(日)	畑中公民館
2/15(日)	シルバー人材センター ふるさと新座館 栗原公民館
2/22(日)	ふるさと新座館 ＊女性限定
3/3(火)	シルバー人材センター
3/15(日)	シルバー人材センター

☑ 60歳以上の方
☑ 事前に電話で、同セン
ター(☎048-481-43
05)へ



▲説明会の
視聴動画は
こちら
(同センター
ホームページ)

健康・福祉

個別がん検診

ID 0132897



☑ 2/28(土)まで
☑ 市内在住で、職場などで検診機会が
ない方

検診名	対 象
胃がん検診	▶ X線検査/40歳以上 の方 ▶ 内視鏡検査/誕生月 が奇数月で50歳以上の 方は選択可
肺がん検診・ 大腸がん検診	40歳以上の方
乳がん検診	誕生月が奇数月の 40歳以上の女性
子宮頸がん検診	誕生月が奇数月の 20歳以上の女性

＊各がん検診年度内1回限り
☑ 直接、市委託医療機関(市ホームペ
ージに掲載)へ
☑ 保健センター(☎048-481-2211)

「小児がん」をご存じですか

ID 0122528

小児がんとは、主に白血病、脳腫瘍、
神経芽腫、リンパ腫、胚細胞腫瘍、性腺
腫瘍などです。年間2,000人～2,500
人のこどもが診断されています。小児
がんは発見が難しく、がんの増殖も速
いですが、成人のがんに比べて化学療
法や放射線療法の効果が高いことも特
徴で、70%～80%が治ると言われてい
ます。

☑ 保健センター(☎048-481-2211)

卒業献血キャンペーン

☑

☑ 2/1(日)～4/30(木)
場 県内の献血ルーム又は献血バス
☑ 令和7年度に高校を卒業する方
☑ 献血受付時に、対象者である旨を申
し出た方に、記念品を進呈＊なくな
り次第終了
☑ 保健センター(☎048-481-2211)

登録手話通訳者認定試験

ID 0135613

☑ 3/7(土) 場 市役所
☑ 手話通訳士、市町村が実施する手話
通訳者養成講座修了者・修了見込み
の方又は同等の手話技術を持つ方
＊合格者は、市の手話通訳者派遣セ
ンターの登録手話通訳者として、4

月から活動

☑ 2/2(月)～16(月)〈必着〉に、申込書(手
話通訳者派遣センター、市ホームペ
ージで配布)を窓口又は郵送で、同
センター(☎048-477-6891)へ

スポーツ

市ソフトボール連盟 会員・登録チームの募集



☑ ソフトボールを
してみたい又は
チームで市内の
大会などに出場
したい方



▲申込みなど
詳しくはこちら
(同連盟ホームページ)

しごと・就職

障害者支援施設すわ緑風園 ①支援員、②・③看護師 (会計年度任用職員)の募集



☑ 4/1～3/31
☑ ①資格不問、②・③看護師・准看護師
免許を持つ方
☑ ▶ 勤務時間/①7:00～15:45又は
10:00～18:45のうち7時間45分
(週4日)、②10:00～18:45のうち7
時間45分(週4日)、③14:45～
18:45(週3日)
▶ 業務内容/①知的障がい者の日
常生活介助及び支援、②・③知的障
がい者の健康管理及び看護業務

▶ 報酬/①日給10,300円以上、②
12,660円以上、③時給1,640円以
上＊給与改定により報酬額を変更す
る場合あり。一定の条件を満たす場
合に賞与の支給あり(最大4.6か月分)

▶ 選考方法/面接

☑ 2/2(月)～10(火)に直接、同施設(☎04
8-461-3028、平日8:30～17:15)へ

就職準備基礎セミナー

ID 0162583



☑ 2/25(水)、13:30～16:30
場 志木市民会館仮設会議室(マルイフ
ファミリー志木8階)
☑ 就職、再就職を考えている方
定 40名・申込順
☑ 応募書類の書き方、自己分析の方
法、面接のコツなど、就職活動の基
本的なスキルを学ぶ
☑ 市ホームページの申込フォーム又は
電話で、産業振興課(☎048-477-6
346)へ

小・中学校教職員 (臨時的任用職員)の募集

ID 0109689



☑ 小・中学校教諭1種又は2種免許を持
つ方
☑ ▶ 勤務時間/平日の週5日(1日7時
間45分)＊短時間勤務を希望する
方、未経験の方は応相談
▶ 勤務場所/市内小・中学校
☑ 学務課(☎048-477-6869)へ

ご存じですか? 市ホームページの

ページID

ID 0166022

市ホームページでは、全ての
ページに7桁の数字(ページID)を
割り振っています。

広報にいざの各記事タイトル
右下にある ID 0000000 の数字を、市ホームページの「検索」
欄に入力することで、簡単に該
当のページを表示できます。

☑ シティプロモーション課(☎048-424-9600)

パソコン・タブレットはコチラから



スマートフォンはコチラから

★きらめき応援★
アーバンスポーツプロジェクト
報告会
2/24
BMX・トランポリン・ボルダリングを
ひとり親家庭などの子どもたちが体験。
成長の軌跡を共有し、
支援の輪を広げましょう。詳細はHPへ
13:00～14:30 オンライン開催(Zoom)参加費無料
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@ccn01mygbiz.com

本プロジェクトはナイキ・コミュニ
ティ・インパクト・ファンド(NCF)の助
成により実施しています。

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)サイプラスワン
見積無料 診断無料
0120-511-162
新座市 サイプラスワン 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

無見積り 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



中央公民館 ☎048-479-2321

パソコンサロン [当]

日 2/10(火)・24(火)、13:30～16:00
定 12名・受付順
持 パソコン※貸出し可

スマートフォン相談会

日 2/18(水)、13:00～15:00
対 60歳以上の方 定6名・申込順
内 基本操作の相談※1名30分
申 2/4(水)から窓口又は電話で

絵本の広場 [当]

日 2/21(土)、15:00～15:30
対 幼児～小学生と保護者(大人のみも可)
定 20名・受付順
内 読み聞かせ、パネルシアターなど

ミュージックベル体験 ～障がいのある人もない人も～



日 3/21(土)、10:00～12:00
定 15名・抽選(車椅子での入場可)
内 ピアノに合わせてリズムゲーム感覚で楽しむ
費 200円
申 2/6(金)～21(土)に電子申請、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 2月の毎週(金)、15:30～16:00
対 乳幼児(要保護者同伴)～小学生
定 各8組・受付順
内 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

絵本コーナー「マメゾウ文庫」[当]

日 2月の毎週(土)、13:00～15:00
対 乳幼児(要保護者同伴)～小学生
内 読み聞かせなど

▶「ひなまつり」お楽しみ会

日 2/28(土)、13:00～

たのしいリトミック

日 2/20(金)、10:00～11:30
対 1歳児～未就園児と保護者
定 14組・申込順
申 2/3(火)から窓口又は電話で

初めての生成AI講座

日 2/26(木)、10:00～12:00
定 20名・抽選
内 毎日の生活に役立つAIとの上手な付き合い方、検索との違い、何がで

きるかを体験しながら学ぶ

申 2/4(水)～7(土)に電子申請、窓口又は電話で

春の東北コミセン寄席～落語と 三味線で贈る笑いのひととき～

日 2/28(土)、13:30～14:30
定 80名・申込順
内 桂文ぶん氏の落語と寄席囃子
申 2/5(木)から窓口又は電話で

基礎から学ぶ!健康マージャン

日 3/6(金)、13:30～15:30
対 麻雀初心者の方 定24名・申込順
内 明治安田生命「MY定期講座」連携事業による健康麻雀講座
申 2/7(土)から窓口又は電話で

LINE 応用講座

日 3/12(木)、10:00～12:00
定 20名・申込順
内 アルバム、日程調整、位置情報の共有など便利な機能を体験して学ぶ
申 2/6(金)から窓口又は電話で

西堀新堀コミセン ☎042-492-4655

土曜日のおはなし会 [当]

日 2/7(土)、10:30～11:00
対 幼児と保護者、小学生
定 10名・受付順
内 絵本、手あそび、紙芝居など

うたと絵本であそぼう [当]

日 2/19(木)、11:00～11:40
対 乳幼児と保護者 定10組・受付順
内 手遊び、パネルシアターなど

フルーツデュオ&ピアノが 奏でる午後の音楽会

日 3/7(土)、13:30～15:00
定 60名・申込順
内 クラシック、ポピュラー音楽
申 2/3(火)から窓口又は電話で



▲アンサンブル☆ルミエール

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 2月の毎週(火)、15:30～16:00
対 幼児～小学生と保護者
定 20名・受付順
内 読み聞かせ、紙芝居など

大人のためのおはなし会 ～やさしさってなかに～

日 3/7(土)、13:30～14:30
定 20名・申込順
内 のびっ子おはなし隊による絵本、詩の読み聞かせ
申 2/8(日)10:00から窓口又は電話で

スマホフォト講座 プロから学ぶ撮影・編集テクニック



日 3/15(日)・22(日)・29(日)、全3回、
10:00～12:00
定 15名・申込順
内 スマートフォンできれいな写真を撮るための基本と秘訣
申 2/7(土)10:00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 2/6(金)・20(金)、15:30～16:00
対 どなたでも(幼児は要保護者同伴)
内 読み聞かせ、紙芝居、手遊び

シニア向け

スマホ・セキュリティ講座

日 2/17(火)・18(水)、全2回、14:00～16:00
対 60歳以上の方 定10名・抽選
申 2/3(火)～5(木)に窓口又は電話で

春の親子茶道講座



日 3/7(土)、14:00～16:00
対 小・中学生と保護者
定 10組・申込順
費 1組(2名)800円
申 2/5(木)から窓口又は電話で

栗原公民館 ☎042-423-6801

おはなし会 [当]

日 2/14(土)、15:00～15:30
対 乳幼児(要保護者同伴)～小学生
定 30名・受付順
内 絵本、パネルシアターなど

『レ・ミゼラブル』を読む

日 2/25(水)、3/4(水)・11(水)、全3回、
10:00～12:00
定 24名・抽選
内 中山慎太郎氏による朗読と解説
申 2/4(水)～11(水)に窓口又は電話で

畑中公民館 ☎048-478-5411

榎木恵子氏の畑中歴史講座 日本一出世した男・秀吉と その補佐役・秀長

日 2/20(金)・27(金)、3/6(金)・13(金)、

全4回、10:00～12:00
定 36名・申込順
申 2/3(火)から窓口
又は電話で



栄公民館

3か月前(5月分)予約を開始

日 ▶抽選申込み/公共施設予約システム=2/1(日)～8(日)、窓口=2/3(火)～7(土)、9:00～17:15
▶通常申込み/公共施設予約システム=2/15(日)、9:00～、窓口又は電話=2/17(火)～、9:00～17:15
※毎週(日)・(月)、祝日、2/24(火)は休館

場 福祉の里ボランティア室(栄出張所)
対 市内団体
問 栄出張所(☎048-481-1801)

公共施設
予約システム▶



市民会館・ふるさと新座館



市民会館 ☎048-481-1111

ホールひとりじめ

日 2/11(水・祝)・12(木)・21(土)、9:00～21:00
内 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 2/3(火)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

日 2/24(火)、10:05～16:30
対 中学生以上の方 定6名・抽選
費 1区分(60分)2,000円(1名1区分)
申 2/4(水)・5(木)、10:00～17:00に窓口又は電話で



津軽三味線の魅力 - 弾 - 澤田勝仁の世界

日 4/4(土)、○11:00～12:30、
○15:30～17:00
対 3歳以上の方 定各240席・申込順
内 津軽三味線、民謡、太鼓の演奏
費 全席指定1,000円

日 2/14(土)10:00から窓口又は13:00から電話で





児童センター ☎048-479-8822 サイトはこちら▶

- ①プラネタリウム
- ②ベビープラネタリウム **当日**
 - ☎ ①2月の毎週(土)・(日)、②2/20(金)、11:00~11:30、14:00~14:30 (①2/7(土)は午後のみ)
 - ☎ ②乳幼児と保護者
 - 定 各96名・受付順
 - ☎ ①The Moon~月のふしぎ~、②たいようくんとおつきちゃん
- ①星と音楽のひととき
- ②星空観察会 **当日**
 - ☎ ①2/7(土)、11:00~11:45、②2/21(土)、17:30~19:00
 - ☎ どなたでも(①乳幼児、②小学生以下は要保護者同伴)
 - 定 各96名・受付順

- ☎ ①音楽と星空解説、②屋上で星空観察(雨天時はプラネタリウム)
- お父さんの力もち大会
 - ☎ 2/8(日)、10:30~12:30
 - ☎ 18歳以下のこどもと父親、家族
 - 定 20組・申込順
 - ☎ お父さんが企画した餅つき大会
 - 費 500円 ☎ 窓口又は電話で
- かえっここども店長会議
 - ☎ 2/22(日)、3/1(日)・8(日)、全3回、13:30~15:00
 - ☎ 小学3年生以上の方
 - 定 10名・申込順
 - ☎ 3/15(日)に開催するかえっこパズルの企画・準備
 - ☎ 2/1(日)から窓口又は電話で

るーえん ☎048-483-1263 サイトはこちら▶

- 0歳タイム **当日**
 - ☎ 2/16(月)、11:00~11:45
 - ☎ 0歳児と保護者 ☎ 参加者の交流



- プレママパパじかん「はじめのいっぽ」
 - ☎ 3/10(火)、14:00~16:00
 - ☎ 妊娠中の方と家族
 - 定 2組・申込順
 - ☎ おむつ替え・沐浴体験など
 - ☎ 2/2(月)から電話又はサイトで

のびのび ☎048-480-5570

- 身体測定 **当日**
 - ☎ 2/2(月)~6(金)、10:00~12:00
 - ☎ 未就学児と保護者

どんぐり ☎042-471-5652

- ベビーマッサージ
 - ☎ 2/16(月)、10:30~(30分程度)
 - ☎ 1か月健診後の乳児と保護者
 - 定 4組・申込順
 - ☎ 2/2(月)から窓口又は電話で

あすなろ ☎048-423-5025

- 豆まきごっこ **当日**
 - ☎ 2/3(火)、〇9:30~10:20、〇10:40~11:45
 - ☎ 乳幼児と保護者

グラン・マ ☎048-203-0240

- ハンドメイド
 - ☎ 2/13(金)・16(月)、〇9:45~10:15、〇10:30~11:00、〇13:15~13:45
 - ☎ 乳幼児と保護者
 - 定 8組程度・申込順
 - ☎ ファーストカットアート作り
 - ☎ 2/3(火)13:00から窓口又は電話で

ぶんぶん ☎042-497-7176

- おはなし(読み聞かせ) **当日**
 - ☎ 2/19(木)・25(水)、11:00~
 - ☎ 乳幼児と保護者

図書館 開館時間 9:30~18:00



中央図書館 ☎048-481-1115

- 特集展示
 - ☎ 2/1(日)~28(土)
 - ☎ ①ウィンタースポーツや雪遊びなど寒さを楽しむ本、②図書館に関する本、③松谷みよ子氏・かこさとし氏に関する本
- あかちゃんタイム **当日**
 - ☎ ①2/4(火)・18(水)、②2/25(水)、10:30~12:00
 - 場 ①中央図書館、②福祉の里図書館
 - ☎ 2歳以下の乳幼児と保護者
 - ☎ 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**
 - ☎ 2月の毎週(水)、15:30~

- おたのしみ会 **当日**
 - ☎ 2/15(日)、10:00~
 - ☎ 絵本の読み聞かせなど※スタンプラリー対象
- はじめてさんでも安心! スマホライフ ~図書館ホームページとネット活用術~
 - ☎ 3/7(土)、10:00~12:30
 - ☎ 市内在住又は在勤在学の方
 - 定 20名・抽選
 - ☎ スマートフォンで、図書館のデジタル化資料やホームページの活用方法、デジタルリテラシーを学ぶ
 - ☎ 2/17(火)~24(火)に電子申請、窓口又は電話で

福祉の里児童センター ☎048-481-6477

- どこでも児童館 **当日**
 - ☎ 2/7(土)、3/7(土)、10:00~12:00
 - 場 浅間上児童遊園
 - ☎ 18歳以下のこどもと保護者(幼児は要保護者同伴)
- はぁとBOX **当日**
 - ☎ ①2/12(木)~17(火)、②2/18(水)~22(日)
 - 場 ①児童センター、②福祉の里児童センター
 - ☎ こども服や子育てグッズの交換会
 - 持 着なくなった80~160サイズのこども服など※洗濯済みのもの
- キッズ&パパ 凧作り
 - ☎ 2/15(日)、10:30~11:30

- ☎ 乳幼児と父親 定 10組・申込順
- ☎ 2/3(火)から窓口又は電話で
- アトリエくらぶ 糸掛けアート
 - ☎ 2/15(日)、14:00~15:30
 - ☎ 小学生 定 10名・申込順
 - ☎ 2/4(水)から窓口又は電話で
- 「里ランド」こどもスタッフ募集
 - ☎ 2/21(土)・28(土)、3/7(土)、14:30~15:30
 - ☎ 小学生~高校生(3日間の準備と3/14(土)当日に参加できる方)
 - ☎ こどもたちが作る遊びのテーマパーク「里ランド」の企画・準備・運営
 - ☎ 2/3(火)から窓口又は電話で

セサミ ☎048-479-8823 サイトはこちら▶

- パパ講座「地域ぐるみの防災対策」
 - ☎ 2/21(土)、10:30~11:30
 - ☎ 乳幼児と父親
 - 定 10組程度・申込順
 - ☎ 2/3(火)から電話又はサイトで

- プレママパパちょこっと見学デー
 - ☎ 2/28(土)、13:30~15:30(1組45分程度)
 - ☎ 妊娠中の方と家族
 - 定 2組程度・申込順
 - ☎ 2/27(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
 - ☎ ①2/3(火)、14:00~16:00、②2/9(月)、14:00~15:00
 - ☎ 妊娠中の方と家族
 - 定 各2組・申込順
 - ☎ ①沐浴・妊婦体験、保育園・幼稚園の話、②施設の見学
 - ☎ 電話で

- 身体測定 **当日**
 - ☎ 2/26(木)・27(金)、①9:00~11:30、②13:30~15:30
 - ☎ 乳幼児(2/27(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
 - ☎ 2/16(月)、14:30~15:30
 - ☎ 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
 - ☎ 発達を学び、育児の悩みを軽減
 - ☎ 2/2(月)から窓口又は電話で

りんご ☎048-485-9215

- リラクゼーション講座・整体
 - ☎ 2/3(火)・17(火)、10:00~11:40(1名20分)
 - ☎ 乳幼児の保護者 定 各5名・申込順
 - ☎ 整体師による施術
 - ☎ 2/2(月)11:00~12:00又は15:00~16:00に電話で

福祉の里図書館 ☎048-481-7070

- 特集展示 想いを伝える
 - ☎ 2/1(日)~3/31(火)
 - ☎ 手紙や贈り物などの本
- 本からとびだすおはなし会
 - ☎ 2/14(土)、11:00~(40分程度)
 - ☎ 幼児~小学校低学年のこども
 - 定 20名・申込順
 - ☎ 読み聞かせと素話を合わせたおはなし会
 - ☎ 1/31(土)から窓口又は電話で



- ①映画鑑賞会、②こども映画会 **当日**
 - ☎ ①2/15(日)、14:00~、②2/21(土)、11:00~
 - ☎ ①『三銃士』(洋画・字幕)、②『ミッフィーのおじいさまとおばあさま』
- にいざ電子図書館 使い方講座
 - ☎ 2/28(土)、〇10:30~11:30、〇13:30~14:30
 - 場 中央図書館
 - ☎ にいざ電子図書館のIDをお持ちの方
 - 定 各12名・申込順
 - ☎ 2/7(土)から窓口又は電話で
- 投句募集 2月のテーマ「落の臺」
 - 優秀句は館内掲示、『現代俳句』誌に掲載



いきいき健康つうしん

しっかり摂ろう！たんぱく質

ID 0144274

たんぱく質は、からだを動かすために必要なエネルギーや筋肉などを作り、不足すると筋肉量が減少します。また、加齢と共に筋肉を作る力が衰えていくため、意識してたんぱく質を摂ることが大切です。

たんぱく質を多く含む食品



豚肉、牛肉、ハム、さば、大豆、豆乳、チーズ、卵(卵黄)など

たんぱく質を摂るポイント！

普段の食事にちょい足し

- ▶ 朝食のトーストにハムやチーズを足して…
ハムチーズトーストに
- ▶ 夕食のみそ汁に豚肉を足して… 豚汁に
- ▶ お茶やコーヒーに牛乳や豆乳を足して… ラテに

普段の食事にプラス1品

- ▶ さばの缶詰や冷凍の枝豆など、「あと一品」に便利な食材を常備する
- ▶ お弁当を買うときや外食などでは、おかずの種類が多い定食メニューを選ぶ



月2回・原則月曜日に、健康に関するウェブコラム「いきいき健康つうしん」を市ホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。

問合せ 介護保険課 (048-424-5186)

貸し農園・体験農園で家庭菜園をしてみませんか

貸し農園の概要

ID 0169696

農園名	区画面積	所在地	募集数	利用期間	申込期限
① 畑中ファミリー農園	30㎡	畑中1-5689-2外	2区画	4/1~2/28	2/18(水)
② 片山二丁目原並木農園	24㎡	片山2-3056-1	2区画		

農業体験農園の概要

農家の方が道具や種苗を準備し、指導を受けられます /

農園名	区画面積	所在地	募集数	利用期間	申込期限
③ 野火止五丁目ふれあい農業体験農園	30㎡	野火止5-2406-3	3区画	4/1~1/31	2/18(水)
④ ヒイラギ菜園体験農園	20㎡	野火止6-108-67外	3区画	3月上旬~1月下旬	2/12(木)
⑤ 鐘の音ファーム農業体験塾	30㎡	東二丁目9番地内(鐘の音通りの遊歩道付近)	7区画	3月下旬~1/31	2/27(金)

- ▶ 徒歩又は自転車で来園可能な方 ①7,500円、②12,000円、③~⑤44,000円
- ▶ 各申込期限(必着)までに、はがきに必要事項(住所・氏名・電話番号)と希望する農園名を記入の上、①~④=あさか野農業協同組合本店(〒351-0023朝霞市大字溝沼466 ☎048-451-1122)、⑤=産業振興課(☎048-424-9605)へ



※希望する農園の所在地を、応募前に要確認。利用者と区画は抽選の上、結果を各利用期間前に応募者全員に通知
 ※①・②は3月に同組合で説明会と契約手続を実施予定
 ※⑤の応募は、1世帯につき1区画まで。面積が半分の区画あり(利用料半額)。市から園主に申込情報を共有

今月の本だな



書庫をあらく

— アーカイブの隠れた魅力 —

南陀楼綾繁 / 著
皓星社

普段は入ることができない図書館の書庫。そこには、本を後世に残そうとした人々の歴史がある。本書では、「異常な本好き」を自称する著者が、全

国各地の図書館や施設内の図書室の書庫に足を踏み入れ、秘められた歴史を紐解いていく。

その一つ、「遅筆堂文庫」は、作家の井上ひさしが寄贈した蔵書により、生まれ故郷の山形県川西町に設立された。井上の少年時代は、町の図書館に蔵書が96冊しかなかったが、故郷を文化的な町にしたいという思いから、蔵書の全てを寄贈するに至った。書庫には、執筆の資料として熱心に収集した膨大な本の数々が並び、

本を集める人、本を遺す人、本を未来へ受け継ぐ人…。書庫を通して、人々の想いに触れてみては。

※中央図書館では「図書館の本」の特集展示をしています(詳しくは9ページ参照)。所蔵館などは、同館(☎048-481-1115)にお問い合わせください。

関節リウマチとは どのような病気か

朝霞地区医師会 杉井 章二
☎048-464-4666



はじめに

皆さんは「関節リウマチ」という病気について聞いたことがありますか?これは、体の免疫系が自分の関節を攻撃してしまう病気です。免疫が関節を攻撃し、炎症を引き起こされることで痛みや関節の動かしにくさが生じ、日常生活に大きな影響を及ぼします。発症のピークは40から60歳代ですが、実際には10歳代後半から90歳代と、多くの年齢層で発症が見られます。

どんな症状があるの?

- 関節の腫れ: 手や足の関節が腫れて、ふくらむことがあります。
- 関節の痛みやこわばり: 特に朝起きた際に、関節が硬く感じたり、動かすと痛みが生じることがあります。
- 関節の変形: 治療を行わないと、関節が変形してしまうことがあります。
- 関節外症状: 肺炎、眼の充血、皮膚潰瘍、手足のしびれなどの症状を合併することがあります。

原因は?

関節リウマチの原因はまだ完全には解明されていませんが、一部には遺伝や環境要因が関連していると考えられています。たとえば、タバコを吸う人や歯周病を持つ人は発症しやすい傾向があることがわかっています。

関節リウマチの主要な病態は関節の炎症です。炎症とは、免疫が活発に活動している状態を指します。通常、免疫は外部の病原体に対抗するために存在しています。しかし、関節リウマチの場合、外部からの病原体が存在しないにもかかわらず炎症が起こります。これは、自己免疫疾患とよばれる状態であり、自己の免疫が自分自身を攻撃して炎症を引き起こしているのです。

本来、免疫系は自分自身を攻撃しないように設計されています。そのバランスを保つ仕組みの一つが、ノーベル賞を受賞した坂口志文教授が発見した「制御性T細胞」です。制御性T細胞は自己免疫疾患を抑制する役割を担っており、この細胞が取り除かれるとさまざまな自己免疫疾患が発生することが知られています。坂口教授は京都大学で自己免疫疾患の解明に向けて研究に取り組み、その成果が現在の理解へとつながっています。今後の研究によって、関節リウマチの具体的な原因がさらに解明されることが期待されます。

どうやって診断するの?

関節リウマチの主要な病態は関節炎ですので、関節

に炎症があるかどうかの診察が最も重要です。この検査に加え、症状の経過、血液検査結果(赤血球沈降速度、CRPなど)、特殊な抗体(リウマトイド因子や抗シトルリン化ペプチド抗体)、レントゲン所見などを総合的に検討して把握・診断を行います。というのも、これらの所見は関節リウマチ以外の病気においても現れることがあるためです。他の似たような症状を呈する疾患を除外し、正確な診断を確定することが極めて重要です。

どうやって治療するの?

最近の研究の進展により、関節リウマチの患者さんの身体の中で何が起きているのか、どのような物質が作用しているのかが明らかになってきました。それに基づいて、関与する物質や細胞に直接働きかける抗リウマチ薬が次々と登場し、劇的な効果をあげています。私がリウマチの診療に携わりはじめた約30年前、関節リウマチの診断を受けて途方に暮れる患者さんに対しては「いっしょに頑張りましょう」としか言えなかったのですが、現在では「必ず良くなりますよ。」と言えるようになりました。早期発見と適切な治療が非常に重要です。

まとめ

関節リウマチは病態の解明に伴い、治療が劇的に進歩しています。この疾患に対する理解が進むことで、患者さんを支える体制が整っていくことを願っています。そして、今後は制御性T細胞を活用した新たな治療法が登場することに期待を寄せています。

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

広報にいざご覧の方へ

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

☎ 0120-61-4128

9:00~17:00

ガーデンエクステル
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

MUSBELL

うちの子ども **結婚** できました!

独身のお子様の結婚相談

あきらめないで!
お気軽に連絡ください

結婚相談所ムスベル大宮

☎ 0120-138-026

通話料無料 営業時間: 10時~19時 定休日: 第2・第4水曜日

新座市民会館にて **無料相談会開催中**

日時 予約 ☎048-486-4811

アレンジライフ行政書士事務所
行政書士 正木 隆雄
朝霞市西原2-8-10-406

相続と遺言書

2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 ち	時 間	相 談 員	問 合 せ 及 び 場 所	
暮らし	㊦法律相談	毎週(火)・(木)	10:00～15:00	弁護士 ※12日(木)・26日(木)は、女性弁護士	地域活動推進課 ☎048-477-1583	
	㊦2/2月(月)から 年金・社会保険・労働相談	12日(木)	13:00～16:00	社会保険労務士		
	労働・年金無料相談会	15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)	
	㊦2/2月(月)から 不動産相談	19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)	26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)	16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	危機管理室 ☎048-423-0978					
犯罪被害者相談						
空き家に関する相談				建築審査課 ☎048-477-4519		
税金	市税などの納税相談	22日(日)	9:00～15:30	市職員	納税課 ☎048-477-1852	
		19日(木)	16:30～19:00			
	㊦2/2月(月)から 国税に関する税務相談	10日(火)	13:00～16:30	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	平日	9:15～16:45	母子・父子自立支援員	子ども安全課 ☎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	
	子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	19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【にいがビジネスサポート】	毎週(月)・(水)・(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が生活支援センター ☎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			9:00～16:30	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)	19日(木)	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

2月の休日医療機関いろいろ

日曜日・祝日に診療実施の医療機関 (10:00～16:00)

日 ち	市 域	診 療 所 名 (科 目)	電 話
1日(日)	新座	にじの陣屋クリニック(小)	048-423-2737
	新座	三須耳鼻咽喉科(耳、アレ、気)	048-480-1187
8日(日)	新座	中村クリニック(内、小、皮)	048-478-1327
	朝霞	はねだクリニック(内、外、消内、肛、放)	048-469-2139
11日(水・祝)	和光	和光クリニック(内、アレ、リウ)	048-468-2115
	朝霞	まつおか眼科クリニック(眼)	048-450-2030
15日(日)	志木	志木駅前クリニック(内、循内、腎内、糖内)	048-473-8101
	新座	新座クリニック(内、消内、循内、呼内、麻)	048-479-6321
22日(日)	新座	平山クリニック(内、小、アレ)	048-480-0248
	志木	志木大腸肛門クリニック(肛外、消内)	048-423-8768
23日(月・祝)	朝霞	たまきクリニック(内、消内)	048-423-2204
	志木	よつはレディースクリニック志木(婦)	048-423-6428

日曜日に診療実施の市内の整・接骨院 (9:00～12:00)

日 ち	整・接骨院名	電 話
1日	新座みつばち鍼灸整骨院	048-424-3821
8日	さくらB B C整骨院	048-424-3804
15日	栄接骨院	048-481-4144
22日	長南接骨院	048-280-6501

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。



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。



▲詳しくはこちら



▲声の広報にいざ
(毎月月上旬更新)



▲市ホームページ



▲今月号の
電子申請

フォトギャラリー

「未来の市長」作文最優秀賞

ID 0168565

市内在住の小学4～6年生を対象に、市政への夢や希望を提案する作文を募集しました。549点の応募作品から、(写真左から)並木周甫さん(池田小6年)、皇桐佳さん(八石小5年)、松崎由依さん(第四小4年)の3名が最優秀賞に選ばれました。



第二中学校陸上部 全国大会で入賞

第二中学校陸上競技部が市長を訪問し、「第52回全日本中学校陸上競技選手権大会」の女子4×100mリレーで、第8位の成績を収めたことを報告しました。



ピアノコンペティション 全国大会出場

石神小3年の豊泉絢音さんが市長を訪問し、「ピティナ・ピアノコンペティション」のB級で全国大会に出場したことを報告しました。



にいざ子どもまんなかステッカー

「子どもまんなかアクション」に取り組んでいる企業や団体などを知ってもらうためのステッカーをデザインした、県立新座総合技術高校の藤掛奏海さんに感謝状を贈呈しました。



女子サッカーチーム 関東大会出場

市内女子サッカーチームの陣屋アイリスが市長を訪問し、「JFA U-12 ガールズゲーム2025 関東 埼玉県 U-12 出場決定戦」で準優勝し、「JFA U-12 ガールズゲーム2025 関東」に出場することを報告しました。



れきしてらす通信



企画展示「掘れたて考古展」 関連イベント

ID 0167367

市学芸員によるギャラリートーク

☑ 2/7(土)・22(日)、14:00～

本物の土器で拓本を採ろう

☑ 2/14(土)・21(土)、10:00～15:00

☑ 市内の遺跡から出土した土器の破片の文様を、墨で写し取る体験学習

ひな人形展示

ID 0169682

☑ 2/10(火)～3/8(日)

☑ ひな人形の段飾りを展示

※写真撮影可

睡足軒の森 チェンバロ演奏会

ID 0168487



☑ 3/14(土)、①10:00～、②13:00～

☑ ①小・中学生と保護者、②高校生以上の方

☑ 各30名・抽選

☑ 市内で製作されたチェンバロを国登録有形文化財「睡足軒」で演奏

①演奏会、試弾体験、②演奏会、座学

☑ 2/21(土)までに電子申請で

コラム イワシの頭も信心から

昭和の終わり頃まで、市内では節分の日に豆まきをするほかに、ヤツカガシ(ヤキカガシ、ヤブカガシ)といって、葉が付いたヒイラギの枝にイワシ(メザシ)の頭を刺したものを焼いて、玄関先などに飾る行事がありました。

ヒイラギの葉はトゲがあり、刺さると痛いほど固く、イワシの頭は焼くと強い臭気を放ちます。ヤツカガシは、イワシを8つ焼くことで、8つの悪を焼き、作物に付く悪い虫も焼くと信じられていました。また、ヒイラギではなく、大豆の枝や篠竹に刺して焼いたり、本数も5本や11本と決まっていた家もあるようです。焼いた後は、家の玄関や門など、人が出入りする所に飾っておき、魔除けとしていました。

この風習は「終鰯」とも呼ばれ、ことわざの「イワシの頭も信心から」はこれに由来するという説があります。「イワシの頭のように取るに足らないものであっても、信じる人にとっては神仏のように尊いものになる」という信じることの大切さを説く意味と、一つの物事を頑なに信じ込む人を揶揄する意味で使われます。



問合せ 歴史民俗資料館
(☎048-481-0177)
※2月の休館日は、毎週月、11日(水・祝)、24日(火)、27日(金)



寄附ありがとうございます

新座市立学校施設整備基金へ

●山澤 成康さんから2万3,000円

青少年教育振興基金へ

●伊藤 直樹さんから7万2,000円

コブシ福祉基金へ

●新流通共済会から1万円

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 166,243人(男 82,742人 女 83,501人)
(前月比-133人)※外国人住民 5,566人(前月比-8人)を含む。
○世帯数 81,387世帯(-44世帯)【1月1日現在】

読者アンケート

今月のプレゼント ID 0167648

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

食パン一斤でもOK!
好きなパンを一つ (抽選で20名に)

あげパン
いつの時代も大人気。きなこココア、好きなお味をどうぞ。その場で揚げたても選べます。

コッペサンド
ごはんにもおやつにも。コロッケや焼きそば、あんバターなど8種類程度をご用意。

チョココロネ
濃厚なチョコクリームがたっぷり入って食べ応え抜群。自分へのご褒美にいかがですか。

食パン
フワフワでくちどけ軽やか、誰でも食べやすい食パンです。好きな具材で自分だけのサンドウィッチにも。

モガミ
趣味が高じて、長年の夢であったパン屋さんを2023年11月にオープン! 毎日でも買ってもらえるように、美味しくボリュームがあるパンを価格を抑えて提供しています。季節に合わせたパンを毎月3～4種類、合計で40種類程度のパンを揃えて、皆様のお越しをお待ちしています!

【所在地】馬場1-5-37
【電話番号】070-8326-2365
【営業時間】9:00～16:00
【定休日】水曜・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。当選者に引換券を送付しますので、店舗に来店してください。

※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/2/20(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