

# こちらウォーキングセンターです

市民一人1スポーツ  
週に一度はスポーツを!

- 所在地…松本町1-9-37 ☎23-9090📠23-5677
- 開館時間…午前9時～午後5時 ●休館…月曜日(祝日の場合翌日)、年末年始

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次に該当する場合は参加を見合わせてください。

- ・体調がよくない場合(例：発熱、咳、咽頭痛などの症状がある場合)
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる人がいる場合
- ・過去2週間以内に海外から帰国(入国)した人
- ・感染者と濃厚接触があった人

※猛暑により、熱中症の危険が予想される場合は事業を中止することがあります。

## □ふるさと自然のみちウォーク

**高坂七清水コース 11km**  
**日**9月24日(土)  
**集合・受付** ウォーキングセンター 午前8時45分  
**コース** ウォーキングセンター-柏崎緑地-いなほテラス-新東松山橋-折本公園-高坂七清水-高坂駅東口(正午到着予定)  
**費**50円 **申**当日受付

## □埼玉みてあるき 入比三十三観音 13km

**日**9月6日(火)  
**集合** 東松山駅改札前 午前8時(午前8時11分下り乗車予定)  
**受付** ときがわ町せせらぎバスセンター 午前9時10分(武蔵嵐山駅よりバスにてせせらぎバスセンター下車)  
**コース** せせらぎバスセンター-慈光寺入口-32番大宮堂跡-33番正法寺(昼食)-1番女人堂-2番小幡堂-八幡神社-せせらぎホール(午後2時20分到着予定)  
**費**50円 **持**昼食 **申**当日受付

## □花・歴史ウォーク 天神沼～永府堰 10km

**日**9月30日(金)  
**集合・受付** ウォーキングセンター 午前8時45分  
**コース** ウォーキングセンター-吉見百穴-大沼-天神沼-永府堰-永府公園-城南産業団地-市野川堤-城南橋-山崎町児童公園-ウォーキングセンター(正午到着予定)  
**費**50円 **申**当日受付

## □ネイチャーウォーク 秋の耕地の生き物たち

**日**9月17日(土)  
**集合・受付** 唐子市民活動センター 午前8時45分、正午解散予定、雨天決行  
**内**渡り鳥や生き物に出会う  
**持**筆記用具、双眼鏡、ルーペなど(貸出しなし)  
**費**50円 **申**当日受付

## □埼玉県マーチングリーグ 第15回川口ツデーマーチ

**日**9月18日(日)  
**集合** 東松山駅改札前(午前8時40分上り乗車)  
**受付** 戸塚中台公園 午前10時(参加費支払手続等あり)  
**コース** 10km  
**持**軽食 **費**1,000円

# 9月 月例市民ウォーキング

	とき	集合時刻	集合場所	コース(距離)
松山市民活動センター ☎23-9311📠23-9312	10日(土)	午前8時30分	松山市民活動センター	市内裏道探索(6km)
大岡市民活動センター ☎39-0602📠39-0676	8日(木)	午前8時30分	大岡市民活動センター	東平梨の里(7km)
唐子市民活動センター ☎22-0672📠22-0683	15日(木)	午前8時30分	唐子市民活動センター	石橋 彼岸花観賞(5km)
高坂市民活動センター ☎34-3730📠34-3845	10日(土)	午前6時30分	高坂市民活動センター	早朝 高坂七清水(6km)
野本市民活動センター ☎23-7077📠23-7063	5日(月)	午前8時30分	野本市民活動センター	柏崎緑地と寺院を訪ねる(6km)
高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311📠35-4313	9日(金)	午前8時30分	高坂丘陵市民活動センター	高坂丘陵緑陰クロスカントリー(6km)
平野市民活動センター ☎25-2220📠25-2227	3日(土)	午前8時30分	平野市民活動センター	東平 梨の里巡り(5km)

## いきいき生活教室

**日**9月22日、10月6日・20日(木)午前10時～11時30分(10月6日のみ正午まで)  
**場**高坂丘陵市民活動センター  
**対**市内在住の65歳以上の人  
**定**20人(申込順)  
**内**健康寿命を延ばすために自宅で実践できる運動・栄養・口腔ケアを学ぶ。  
**費**400円(食材費等)  
**申・問**9月15日(木)までに直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。  
☎22-5561📠25-3305 市HP



## 男のかたん料理教室

**日**9月8日、10月13日、11月10日(木)午前9時30分～11時30分  
**場**野本市民活動センター  
**対**市内在住の65歳以上の男性  
**定**20人(申込順)  
**内**身近な食材を使った調理実習により、高齢期の栄養のとり方を学ぶ。  
**費**各回400円  
**申・問**9月1日(木)までに直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。  
☎22-5561📠25-3305



## 子育て

### 出張ハローワーク!ひとり親 全力サポートキャンペーン

ハローワーク職員による臨時就職相談窓口を開設し、就労支援を行います。  
**日**8月9日(火)午前9時30分～午後3時30分 ※別日を希望の場合は、応相談  
**場**総合会館地下1階B02会議室  
**対**ひとり親の人  
**申・問**ハローワーク東松山 ☎22-0240

## 特別児童扶養手当の所得状況届

特別児童扶養手当受給者(支給停止者を含む)は、所得状況届の提出が必要です。所得状況届は、毎年8月分以降の手当を支給できるか決定するためのものです。対象となる受給者に関係書類を送付します。  
 所得状況届の提出のないまま2年が経過すると、時効で特別児童扶養手当の受給資格が消滅しますので、ご注意ください。  
**持**・所得状況届  
 ・課税情報の内容確認同意書  
 ・特別児童扶養手当証書(受給中の人)  
 ・監護申立書(対象児童と別居している人)  
 ・所得証明又は個人番号が確認できる書類(令和4年1月2日以降に東松山市に転入した人)  
**申・問**8月10日(水)～31日(水)(土・日曜日を除く)に、直接又は郵送(FAX不可)で〒355-8601松葉町1-1-58障害者福祉課へ。  
☎21-1452📠24-6066

## 成年後見制度

認知症などで判断能力が十分でない人の財産や権利を守るため、成年後見制度があります。  
 日常生活に問題がなくても、介護サービスや施設入所に関する契約を結んだり、預貯金や不動産等の財産を管理したり、遺産分割の協議をすることが難しいことがあります。  
 成年後見人は、判断能力が十分でない人に代わって、契約行為の締結や取り消し、財産の管理、権利の保護のための法律行為を通じて、不利益が生じないように支援を行います。  
 市成年後見センターでは、成年後見制度の相談・手続支援を行っています。また、制度の普及・啓発のため、講演会等を開催しています。詳しくはお問い合わせください。  
**日**平日午前8時30分～午後5時30分(年末年始を除く)  
**場**市民福祉センター  
**対**認知症の人、知的障害・精神障害のある人又は家族・関係者  
**費**無料(専門職への相談は有料)  
**問**市成年後見センター ☎59-5670📠59-5066 市HP



## 高齢者・福祉

### 自動車運転免許取得費・自動車改造費の補助

**対**身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人及び難病患者等(所得等の制限あり)  
**□自動車運転免許取得費の補助**  
 障害者手帳をお持ちの人が就労等に伴い、運転免許を取得する場合、運転免許取得にかかる経費の一部を補助します。  
 自動車教習所の入校手続き前に相談・申請をお願いします(入校日の20日前までに申請する必要があります)。※入校手続き後の申請は受け付けられません。また、申請年度の3月までに運転免許を取得する必要があります。  
**補助額** 運転免許取得にかかる経費の3分の2(限度額12万円)  
**□自動車改造費の補助**  
 障害者手帳をお持ちの人が就労等に伴い、自らが所有し運転する自動車のハンドル、ブレーキ、アクセルなどを改造する場合、費用の一部を補助します。

契約手続き前に相談・申請をお願いします(改造実施日の20日前までに申請をする必要があります)。

**補助額** 改造にかかった費用(限度額10万円)

### ■共通事項

**申・問**補助を希望される場合は事前に障害者福祉課へ。  
☎21-1452📠24-6066 市HP



## 第2回スマイルウォーキング

**日**9月10日(土)午前8時30分～11時30分  
**コース** 大岡市民活動センター↔大雷神社(約3km)  
**集合場所** 大岡市民活動センター  
**対**市内在住でおおむね65歳以上の人  
**定**30人(申込順)  
**内**介護予防を目的にサポーターと共にゆっくりと歩く。  
**持**飲物、雨具  
**申・問**8月31日(水)までに直接、電話又はFAXで高齢介護課へ。  
☎21-1406📠22-7731