

☆ Higashimatsuyama City public information

# 広報 ひがしまつやま

2023

# 2

February

No.1120

令和5(2023)年2月1日(毎月1日発行)  
〒355-8601 東松山市松葉町1-1-58

発行／東松山市  
編集／広報広聴課

☎0493-23-2221

☎0493-24-6123



東松山市公式SNS(Twitter、Facebook、LINE)  
東松山いんふおメール登録二次元コード  
(市からのお知らせ、防災・気象情報、イベント・講座情報、防災行政無線の放送内容など)



東松山市公式SNS(Twitter、Facebook、LINE)

## 令和5年はたちの集い



まちかど  
スケッチ

この広報紙にあなたが写っていらっしゃたら広報広聴課へご連絡ください。写真をさしあげます。



1月8日(日)、市民文化センターで「はたちの集い」が行われ、566人が参加しました。

昨年4月から成年年齢が18歳に引き下げられたことに伴い、成人式から「はたちの集い」と名称を変更して初めての開催となりました。

参加者は、華やかな振り袖や真新しいスーツに身を包み、久しぶりに顔を合わせる旧友たちとのひとときを楽しんでいました。



## 元旦早朝マラソン大会



1月1日(祝)、第48回東松山市元旦早朝マラソン大会が開催されました。

3年ぶりの開催となった今回、多くのランナーが会場に集まり、一般と壮年に分かれて各5・10キロメートルを軽快に駆け抜けました。

入賞者には、盾や記念品が贈呈されました。



## 第4回ビブリオバトル



12月22日(木)、市立図書館で第4回ビブリオバトルを開催しました。これは、お薦め本の魅力を紹介し合うゲームで、松山女子高等学校と東京農業大学第三高等学校の生徒6人が紹介しました。

熱いバトルが繰り広げられた結果、松山女子高等学校の下田百々花さんが紹介した「ライオンのおやつ」が見事一番読んでもたくなった本のチャンプ本に選ばれました。



## 編集後記

2月号では、市農林公園の特集があり、何度も取材に行きました。そして、カフェのメニューの写真を撮る等の理由を付けては注文を繰り返し、パフェやフレンチトースト、カレー、コーヒー、などなど、ほ

とんどのメニューを味わってきました。まだ食べてないのがタコスライスです。オススメという意見が多かったので、今度注文しようかと計画中です。(や)

## 表紙の写真

今回の表紙は、市農林公園のいちご摘み取り体験をしていたお子さんです。最初は緊張していましたが、親御さんと話をしていると少し慣れてくれたのか、大きないちごを見せてくれました。市農林公園の魅力は今月号の2～5ページに掲載しています。ぜひご覧ください。



そこは  
ちょうどいい  
ちよつといい **農** が楽しめる



各種教室も開催

フラワーアレンジメント  
ワークショップ



公園で収穫したオモチャカボチャも使っています。ワークショップ後はカフェでひと休み。

天然酵母を使った  
パンづくり教室



公園には調理実習室があるので、パンも焼けます。

ブルーベリーパン

地域交流



地域の人たちが、花サポーターやガーデンサポーターとして楽しく活動するためのサポートをしています。



農業専門員の吉田さん



大きいの獲れた サトイモ収穫体験

コスモス



サツマイモ収穫体験

サツマイモでポーズ

秋

は、実りの季節です。サツマイモ、サトイモなどの収穫体験が楽しめます。



ターザンロープ



ソメイヨシノ 約90本



桜の遊歩道



ザイルクライミング

春

は、ソメイヨシノが公園を包み込むように立ち並び、満開の桜を堪能できます。ほかにも、スイセン、ウメ、チューリップなども見頃を迎えます。

大型遊具もあるので、ベンチでくつろぎつつ、子どもたちの遊んでいる様子や花を眺めるのは気分転換に最適です。

冬

は、12月中旬から5月下旬まで温室で実施しているいちご摘み取り体験が楽しめます。



約12,000株のいちごがお出迎え



半年間で約12,500パックが売れる大人気のいちご摘み取り体験です。2月のオススメ品種は**かおり野**です。



何グラムになったかな...

夏

は、ヒマワリが見頃を迎えます。また、トウモロコシやジャガイモなどの夏野菜の収穫体験を開催！年間約250人が野菜の収穫を楽しんでいます。



公園産の野菜



ヒマワリ 約7,000本が 開花します

ひまわりの咲く丘



農場で収穫体験

特集

東松山市 農林公園

そこは ちよつどいい農 ちよつどいい農 が楽しめる



「農とふれあうテーマパーク」をコンセプトにいちごの摘み取り体験ができる「温室」や市内農産物を活用した食事を提供する「丘の上のカフェ」や「フェーヴエル」、野菜の収穫体験ができる「体験研修農場」、子どもが楽しめる「大型遊具」などがあります。今回は少しでも魅力が伝わるように紹介しちやいます。



おだけ 小竹総括責任者

農家を目指す人への研修

農業の担い手確保から育成までを行う、農業振興を目的とした研修です。

研修には「いちごの施設栽培技術と観光いちご園の経営方法等の研修」「露地野菜の栽培（播種、定植、収穫）の基礎的技術の習得と収穫体験実施研修」の2種類があります。

農業実習生(田中さん、小柳さん)

市内でいちご農家として就農することを目標に、養液いちご栽培技術や経営について学んでいます。

9月の苗の定植から育成作業は大変でしたが、12月には大きないちごが実り、収穫の喜びと手ごたえを感じ、更に就農に向けて意欲が湧きました。

私たち研修生が作ったおいしいいちごを皆様に味わっていただけるように頑張ります。

お待ちしています。



田中さん 小柳さん

いしくださ 験にお越 取り体 ちご摘 りますの で、ぜひ

いちご摘み取り体験概要

- 【実施期間】令和4年12月15日～令和5年5月下旬
- 【予約優先】生育状況によっては、当日受付もありますので、お問い合わせください。
- 【開業時間】平日 午前10時～午後3時30分(受付 午前9時45分～午後3時) 土・日曜日、祝日 午前9時30分～午後3時30分(受付 午前9時15分～午後3時)
- 【体験時間】30分 ※食べ放題ではありません
- 【休業日】毎週月曜日 ※祝日の場合は開業、翌火曜日休業、12月29日～1月3日 ※今月号16ページにも関連記事を記載しています。





LINE公式アカウントの  
ポイントカード運用開始



5ポイントで  
1ドリンク  
プレゼント

ここを  
タップ

登録お願  
い

5ポイントがゴールの大変お得なカードです。  
友達追加をしていただくと「丘の上のカフェHeuvel」と「いちご摘み取り体験」で使用できるポイントカードに1ポイントプレゼント中です。  
5ポイント集めると、季節のドリンク1杯プレゼント!



公園LINE



市内のパン屋で焼かれたふわふわの食パンと濃厚な卵を使用したフレンチトースト。季節の自家製ジャムを添えています。ランチにも軽食にも人気の一品。

人気投票  
3位



ジャムは  
季節に合わせて  
変わります

フレンチトースト  
550円(税込)



公園で丹精込めて栽培した濃厚ないちごを味わえる一品。  
自家製のいちごジャムといちご練乳が良いアクセントになっています。  
お子様からお年寄りまで幅広い世代から人気の商品。

人気投票  
1位

氷いちごラージ  
600円(税込)



氷いちごレギュラー  
300円(税込)



園のいちご  
100%



丘の上のCafe  
Heuvel

Heuvel(ハーヴェル)

カフェは、公園で採れた野菜や果物をぜいたくに使った料理や、市内の特産品を多く使ったオリジナル料理、デザート、ドリンクが楽しめる場所です。

佐々木店長



モンブランは甘過ぎず、栗の味がしっかりしていておいしかったです。

パフェおいしい。

フレンチトーストはしっとり甘くて、シャリシャリしたアイスと一緒に食べるととてもおいしいです。

Heuvelオリジナルブレンド！季節に合わせて味を変えています

ここでしか  
味わえないパフェや  
コーヒーもオススメ

公園産  
いちご



いちご  
たっぷり  
パフェ

季節に合わせて、栗や梨を使ったパフェも登場しますよ



Heuvel風  
モンブラン



仕上げの  
粉糖



いちご  
たっぷり

人気投票  
2位

Heuvelスパイスカレー  
800円(税込)

スパイスをオリジナル調合したトマトベースのスパイスカレー。東松山名物の「やきとり」にちなんで豚のかしら肉をCOEDOビールで柔らかく煮込みました。日替わりの副菜と一緒に召し上がりください！



やわらかい  
かしら肉



丘の上のCafe Heuvel  
ご利用案内

Open 9:00 Close 17:00  
Morning 9:00~10:30  
Lunch 11:00~15:00  
2月末日まで、平日は10:00~16:00の営業となります。

公園産の果実から  
ジャムやジュースも



園内のブルーベリー

ブルーベリージャム



園内のみかん

みかんジュース

東松山市農林公園

所在地 大谷4212-1

公園SNS



公園Twitter



公園Facebook



公園Instagram

特集に関する問い合わせ

農政課 ☎21-1400 ☎23-7700

東松山市農林公園管理室 ☎39-0150 ☎36-3915



11月19日(土)の様子



うま〜!

馬へのエサやり体験



新鮮なダイコンやキャベツ、  
などいろいろありますよ

地元の新鮮野菜販売

うま〜ケットを開催!  
うま〜ケットとは、馬と遊んで、うまいものを食べようをテーマに開催しています。そして、地元の新鮮野菜も販売しています。次回は2月19日(日)に開催予定です!  
詳細はSNS等で発信しますので、ご確認ください。



### 3 新型コロナウイルス感染症予防接種証明書受付窓口の移転

新型コロナウイルス感染症予防接種証明書受付窓口を次のとおり移転しました。  
 移転場所: 〒355-0016 材木町2-36 保健センター2階

#### ■ワクチンに関するお問合せ

健康推進課 ☎24-3921 ☎22-7435

埼玉県新型コロナウイルス専門相談窓口 ☎0570-033-226(副反応等に係る相談)

受付時間 24時間(土・日曜日、祝日も実施)

厚生労働省新型コロナウイルスコールセンター ☎0120-761-770(フリーダイヤル)

受付時間 午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日も実施)

言語 日本語/英語(English)/中国語(Chinese)/韓国語(Korean)/ポルトガル語(Portuguese)/スペイン語(Spanish)  
 /タイ語(Thai)午前9時～午後6時/ベトナム語(Vietnamese)午前10時～午後7時

### 新型コロナウイルスと季節性インフルエンザの同時流行

コロナとインフルの同時感染(フルロナ)とは?

フルロナとは「コロナウイルス」と「インフルエンザウイルス」に同時に感染している状態のことを指した造語となります。

#### 新型コロナウイルスと季節性インフルエンザの同時流行に備えた対応

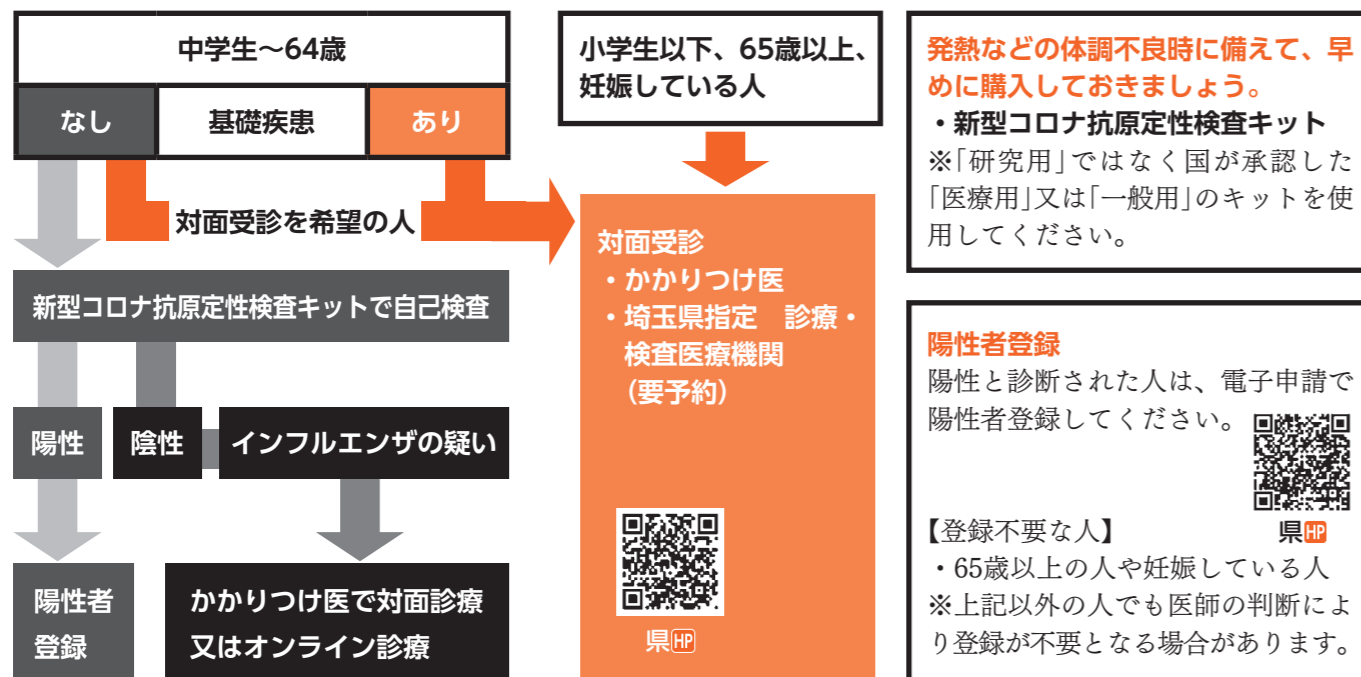
今年の冬は、  
 ○新型コロナウイルス感染症:昨年夏を上回る感染拡大が生じる可能性  
 ○季節性インフルエンザ:流行する可能性

より多くの発熱患者が同時に生じる可能性

発熱外来(診療・検査医療機関)等にかかりづらくなる場合に備え、事前の準備が重要です。  
 また、感染状況や、一人ひとりの重症化リスク等に応じた外来受診・療養へのご協力をよろしく  
 お願いします。

#### 発熱等の症状がある場合の対応

発熱等の症状があるときは、医療機関の負担軽減のため、次のとおりご協力をよろしくお願いします。



## 新型コロナウイルス感染症に関する情報

1月17日現在の内容です。内容について変更する場合があります。

### 新型コロナワクチン接種のお知らせ

#### 1 新型コロナワクチン接種の実施期間

新型コロナワクチン接種の実施期間は3月31日(金)までです。接種を希望する人は、早めの接種をご検討ください。

※接種券を紛失した場合は、コールセンター(☎0120-558-053)に電話するか保健センターに直接お越しください。  
 ※薬を服用している人は、接種時になるべくお薬手帳をお持ちください。

#### 2 市で実施する接種

次のとおり接種を実施しています。詳細は、市HP又はコールセンター(☎0120-558-053)にお問合わせください。  
 ※乳幼児の初回接種(1・2・3回目)は、1回目の接種日によっては3月31日(金)までに3回の接種が完了できない場合がありますが、全ての接種を完了できないとしても一定の効果は期待されますので、可能な範囲で接種をご検討ください。

対象年齢	接種区分	使用するワクチン	接種間隔・回数	市HP
12歳以上	初回接種(1・2回目)	従来型ワクチン(ファイザー社製)	接種間隔:1回目接種から3週間 接種回数:2回	
	追加接種(3・4・5回目)	オミクロン株対応ワクチン(ファイザー社製・モデルナ社製)	接種間隔:前回接種から3か月以上 接種回数:1回 ※令和4年11月8日(火)以降に武田社製ワクチン(ノババックス)で3回目以上の接種をした人やオミクロン株対応ワクチンを既に1回接種した人は対象外です。	
小児(5～11歳)	初回接種(1・2回目)	小児用ファイザー社製	接種間隔:1回目接種から3週間 接種回数:2回	
	追加接種(3回目)	小児用ファイザー社製	接種間隔:前回接種から5か月以上 接種回数:1回	
乳幼児(6か月～4歳)	初回接種(1・2・3回目)	乳幼児用ファイザー社製	接種間隔:2回目は1回目接種から3週間、3回目は2回目接種から8週間以上 接種回数:3回	

#### ■予約方法

接種は、次のいずれかの方法で予約できます。予約の際は、お手元に接種券をご用意ください。  
 ※初回接種(12歳以上及び乳幼児)の予約は、保健センター(☎24-3921)に電話するか直接お越しください。  
 ※65歳以上の高齢者(昭和33年4月1日以前に生まれた人)は、市で接種日時・会場を指定した「新型コロナワクチン接種予約指定票」を接種券に同封して発送するため、予約不要です(キャンセルや変更をする場合は、必ずコールセンター(☎0120-558-053)にご連絡ください)。

インターネットで予約する	電話で予約する	窓口で予約する
接種予約サイトにアクセスする。 ※前回接種の予約で使用したマイページは引き続き利用できます。 ※パスワードを忘れた又はログインできない人は、コールセンターにご連絡ください。 	東松山市新型コロナワクチン接種コールセンターに電話する。 <b>☎0120-558-053</b> ※通話料は発生しません。 受付:午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を含む) お掛け間違いが多くなっています。番号をよくお確かめの上お掛けください。	保健センターに来所する。 所在地:材木町2-36 受付:平日午前8時30分～午後5時 ※接種券を持参してください。



## 住民票等の取得についての各種サービス

### □お住まいの近くで取得したい場合

**取得できる書類** 住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書、戸籍全部(個人)事項証明書(戸籍謄抄本)、戸籍の附票の写し、年金等の現況証明

**取得できる施設** 各市民活動センター

**受付日時** 平日午前8時30分～午後5時15分(年末年始を除く)

### □平日の開庁時間に行くことができない場合

電話予約又は市HPの電子申請サービスが利用できます。電話又は電子申請で予約すると、市役所の夜間休日受付窓口で受け取ることができます。なお、電話での口述に支障のある人や聴覚に障害のある人はFAXで予約することもできます。



電子申請

**取得できる書類** 住民票の写し、印鑑登録証明書

**※**市内に住民登録している本人又は住民票が同一世帯の人

### 交付日及び受付・交付時間

交付日	受付時間	交付時間(要予約)
月～金曜日	午前8時30分～午後4時45分	午後5時15分～午後9時
日曜日	午前8時30分～正午	午前8時30分～午後5時15分
土曜日、祝日、年末年始		午前8時30分～午後5時15分

※日曜日の午前8時30分～午後0時30分は、市民課窓口で交付します。

### ■共通事項

**持**本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード、パスポートなど)、印鑑登録証(印鑑登録証明書を請求する場合)、手数料

### □市役所や市民活動センターに行くことができない場合

郵便で請求できます。文書(封書に限る)で市民課に住民票等を請求した人に郵送します。ただし、郵送料は請求した人の負担となります。

文書に不備があると交付できませんので、請求する際は事前に市民課までお問い合わせください。

**問**市民課 ☎21-1402 ☎23-2234

## 教 育 委 員 を 紹 介 し ま す

教育委員は、教育、学術及び文化に関し識見を有する者のうちから、市長が市議会の同意を得て任命します。

教育についての政策・施策や現状・課題について調査・審議を行っています。また、総合教育会議における市長との協議・調整、教育現場の視察、研修や各種式典・行事への出席などの活動をしています。

### 教育長・教育委員(令和5年2月1日現在)

職名	氏名
教育長	よしざわ いさお 吉澤 勲
教育長職務代理者	いながき たかひみ 稲垣 孝章
委員	みやむら えりこ 宮村 英里子
委員	たなか じゅんいち 田中 純一
委員	とねがわ すみこ 利根川 澄子

**問**教育総務課 ☎21-1428 ☎23-7255



左から 利根川委員、宮村委員、吉澤教育長、稲垣職務代理者、田中委員



教育委員会会議

学校訪問(白山中学校)



## Focus

今月のフォーカス

このページでは、今月イチオシの情報に焦点を当ててお知らせします。

### 東松山ぼたん園のイベント情報です

#### バレンタインオリエンテーリング

**日**2月11日(祝)～19日(日)午前10時～午後3時

**定**各日30人(先着順)

**内**園内に設置されたハートを探しだし、3枚写真を撮って事務所でスタッフに掲示するとハートのバルーンをプレゼント。

**問**東松山ぼたん園 ☎81-7607 ☎81-7609



### 化石と自然の体験館のイベント情報です

#### □草木染体験教室～早春の樹木～

**日**2月15日(水)午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分

**対**15歳以上の人(中学生を除く) **定**各回10人(申込順)

**内**山桜等の枝葉から色素を抽出してストールを染めます。お出かけが楽しくなる春色です。※素材は変わることがあります。

**費**2,200円(染め布代等) **持**ゴム手袋、汚れてもいい服装

**申**2月2日(木)午前9時から電話で化石と自然の体験館へ。

#### □ワークショップ～アクアボトルをつくろう～

**日**2月22日(水)午前11時40分～午後0時10分

**定**10人(申込順)体験者1人につき付添いは1人まで

**内**小さなガラス瓶に化石や岩石をいれたアクアボトルをつくります  
※ご自身で発見した化石を使いたい場合は、別途、当日午前の化石発掘体験のご予約をおすすめします。

**費**700円(材料費)

**申**2月8日(水)午前9時から電話又はHPで化石と自然の体験館へ。

### ■共通事項

**問**化石と自然の体験館 ☎35-3892 ☎35-3900



市観光協会HP

### 3月20日(月)から各種証明書のコンビニ交付サービスを開始します

マイナンバーカードを使って、コンビニエンスストア等に設置されているマルチコピー機で住民票の写しや所得証明書などを取得することができる「コンビニ交付サービス」を、3月20日(月)から開始します。

「コンビニ交付サービス」では、市役所の開庁時間外も住民票の写しなどを取得することができます。

#### 取得できる証明書と手数料

証明書の種類	手数料	取扱時間
住民票の写し	1通100円(※)	午前6時30分～午後11時
住民票記載事項証明書		
印鑑登録証明書		
所得証明書		
住民税決定証明書		

※「コンビニ交付サービス」を利用した場合の手料金は、令和7年3月31日まで100円です。

**利用できる人** 発行日現在で東松山市に住民登録があり、利用者証明用電子証明書が搭載された有効期限内のマイナンバーカードをお持ちの人

**利用できる店舗** マルチコピー機(キオスク端末)を設置している全国のコンビニエンスストア等  
※取扱時間内でもシステムメンテナンス等により、臨時休止する場合があります。

※ご利用の際には、利用者証明用電子証明書の暗証番号の入力が必要です。利用者証明用電子証明書の有効期限が過ぎている場合や暗証番号が分からない場合は、市民課窓口で本人による暗証番号の初期化・再設定が必要になります。

**問**市民課 ☎21-1402 ☎23-2234



# 税の申告はお早めに

## 市・県民税の申告

### 申告期限

3月15日(水)まで

**受付時間**(各会場の受付日は日程表をご確認ください)

各市民活動センター

午前9時～正午、午後1時30分～4時

総合会館4階多目的ホール

午前9時～午後3時

※申告期間中は、課税課窓口で申告受付を行っておりません。

### 市・県民税申告書

令和4年度市・県民税の申告をされた人に、令和5年度市・県民税申告書を発送しました。添付書類を添えて3月15日(水)までにご提出ください。

なお、感染症予防の観点から、できる限り郵送による提出をお願いします。同封の「申告の手引き」に印刷されている封筒(切手不要)をご利用ください。

※令和4年中に所得がなかった人は申告書裏面の「17 所得がなかった方の記入欄」に記入してください。  
※申告が必要な人で届かない場合はご連絡ください(申告関係の書類は課税課や受付会場となる各市民活動センターで配布しています)。

## 市・県民税申告が必要な人

令和5年1月1日現在、市内に住んでいて、次のいずれかに該当する人  
・ 所得税の確定申告が不要で、給与所得や公的年金等に係る所得以外の所得がある人

・ 所得税の確定申告が不要で、市・県民税のみ各種控除を追加で申告する人  
・ 勤務先から東松山市役所に給与支払報告書が提出されない人(不明な人は勤務先にご確認ください)

### 注意事項

所得税の確定申告も受け付けますが、青色申告、損失申告、住宅ローン控除(初年度)、分離課税の所得(公共事業による土地等の譲渡を含む)などは市役所で受けられませんので、税務署の確定申告会場(市民文化センター)で申告してください。

### 休日の市・県民税申告受付

2月26日(日)に限り、総合会館4階多目的ホールで市・県民税申告を受け付けます。

### 収入がない旨の申告が必要な人

令和4年1月1日から令和4年12月31日までに収入がない人、収入が非課税所得(遺族年金、障害年金、失業給付など)のみの人、国民健康保険又は後期高齢者医療制度に加入して収入がない人で、どなたの扶養にも入っていない場合は収入がない旨の申告が必要です。

## 税務署から確定申告のお知らせ

### 申告会場への来場を検討している人

確定申告の入場には、当日配布又は国税庁LINE公式アカウントからは事前取得した入場整理券が必要です。

国税庁LINE公式アカウント



### 所得税・贈与税の確定申告期限

3月15日(水)まで

### 個人消費税の確定申告期限

3月31日(金)まで

### 確定申告会場

市民文化センター

2月16日(木)～3月15日(水)(土・日曜日、祝日を除く)午前9時～午後4時(午後4時前であっても、相談受付を終了する場合があります)

※開設期間中は、東松山税務署で申告相談は行っておりません。

※市民文化センターに作成済申告書の提出コーナーはありません。持参される人は、東松山税務署へ提出してください。

※2月15日(水)以前は、東松山税務署で還付の申告相談を受け付けます(贈与税の申告相談は2月1日(水)から)。  
※スマートフォンをお持ちの人は、確定申告会場において基本的にス

マートフォンを利用して申告書を作成してください。  
※マイナンバーカードをお持ちの方は、必ず持参してください。  
※できる限りパソコン・スマートフォンによる「自宅からの申告(e-Tax)」をお願いします。

確定申告書等作成コーナー



## 市・県民税申告と確定申告に関する留意事項

**感染症予防にご協力をお願いします**  
※来場の際は、できる限り少人数で、マスクの着用をお願いします。また、筆記用具及び電卓を持参してください。

※入場の際に検温を実施しています。咳・発熱等の症状のある人は入場をご遠慮ください。  
**年金受給者の申告不要制度**  
公的年金等の収入金額の合計が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の場合は、所得税の確定申告が必要ありません。

ただし、次の場合には確定申告又は市・県民税申告が必要です。

- ・ 所得税の還付を受ける場合
- ・ 確定申告書の提出が要件となっている控除(純損失や雑損失の繰越)

※指定日に来られない人は、ご都合の良い日にお越しください。

## 令和5年度分 市・県民税申告日程表

日程	対象地区(対象地区以外の人でも受付できます)		会場
	午前9時～正午	午後1時30分～午後4時	
2月9日(木)	高坂、あずま町	早保、正代、宮鼻、大黒部	高坂市民活動センター
10日(金)	毛塚、西本宿	元宿	
13日(月)	上唐子	石橋	唐子市民活動センター
14日(火)	下唐子、葛袋	神戸、新郷	
15日(水)	松風台	旗立台	高坂丘陵市民活動センター
16日(木)	田木、岩殿	桜山台、白山台	
17日(金)	東平、沢口町	野田、殿山町	平野市民活動センター
20日(月)	大谷	岡	
21日(火)	上野本、下青鳥	上押垂、下押垂、古凍	大岡市民活動センター
22日(水)	今泉、柏崎	下野本	

総合会館(記入済申告書の受領のみ)

日程	対象地区(対象地区以外の人でも受付できます)		会場
	午前9時～午後3時		
24日(金)	本町、神明町、箭弓町、材木町		総合会館4階多目的ホール
26日(日)	対象地区なし(混雑が予想されます)		
27日(月)	本町、神明町、箭弓町、材木町		
28日(火)	松葉町、日吉町、加美町、美原町		
3月1日(水)			
2日(木)	松本町、松山、市ノ川、松山町		
3日(金)			
6日(月)	小松原町、砂田町、御茶山町、六反町、六軒町、山崎町		
7日(火)			
8日(水)	五領町、新宿町、美土里町、和泉町、幸町、若松町		
9日(木)			
10日(金)			
13日(月)	対象地区なし(混雑が予想されます)		
14日(火)			
15日(水)			

添付又は提示によることもできます。

### 申告時の本人確認

確定申告や市・県民税申告の際は、申告者本人と扶養親族のマイナンバー(個人番号)が必要ですが、マイナンバーの記載により本人確認を行うため、次の①、②のいずれかをご用意ください。

- ① マイナンバーカード(個人番号カード)
  - ② 通知カード又は個人番号通知書と本人確認書類(運転免許証、パスポート、在留カード、障害者手帳など)
- ※扶養親族の本人確認書類の提示は不要です。

### 市・県民税の申告

課税課  
☎21-1438  
☎23-2238  
所得税及び確定申告  
東松山税務署  
☎22-0990 (自動音声案内)

税務職員を装った「振り込め詐欺」にご注意ください。





### 浄化槽の法定検査の受検

浄化槽をお使いの人は年1回の法定検査を受検することが法律で義務付けられています。

法定検査は、浄化槽の清掃や保守点検が定期的に行われ、浄化機能が十分に発揮されているかを水質等により確認する検査です。

浄化槽を使用していて法定検査を受検していない人は、指定検査機関に連絡し、検査の手続きをしてください。

**手数料** 5,000円(10人槽以下の浄化槽の場合)

甲・問(一社)埼玉県環境検査研究協会

☎048-778-8700

環境センター

☎24-2888 ☎24-2838



市HP

### 引越し時の粗大ごみは早めに処理しましょう

家庭粗大ごみを処分する際には、クリーンセンター(可燃物)又は西本宿不燃物等埋立地(不燃物)に直接持ち込む方法と有料戸別収集があります。

有料戸別収集は、廃棄物対策課又は市民活動センター窓口での事前申請が必要です。毎月2回とりまとめ、20日前後と翌月上旬の指定日に自宅まで収集に伺いますので、1階の屋外に出しておいてください。半月ごとに5点まで申請できます。

なお、テレビ、冷蔵庫(冷凍庫含む)、洗濯機、エアコン、衣類乾燥機など粗大ごみの対象外となるものもあります。

問廃棄物対策課

☎21-1401 ☎23-7700

クリーンセンター

☎34-5550 ☎34-5125



市HP

### 2月の納税

□固定資産税(第4期)・国民健康保険税(第8期)

納期限は2月28日(火)です。□座振替の場合も、2月28日(火)が振替日になりますので、ご利用の人は前日までに残高をご確認ください。

□夜間納税相談窓口

日中来庁できない人のための納税相談を行いますのでご利用ください。また、納付も受け付けます。

日2月28日(火)、3月17日(金)午後5時15分~7時

場・問収税課 ☎21-1409 ☎23-2238

### 薪ストーブの使用

薪ストーブは、化石燃料を使用しない地球温暖化防止に有効な暖房器具ですが、誤った使用により大気や健康に悪影響を及ぼしたり、ご近所とのトラブルの原因になります。設置及び使用する際は以下のことに注意し、適切な使用を心がけてください。

**設置を検討している人**

- ・煙突を設置する位置や向き、煙突の高さなどを考慮してください。
- ・熱効率の高いストーブの選定を検討してください。
- ・ご近所にあらかじめ説明し、理解してもらおう等の配慮をしてください。

**既に使用している人**

- ・よく乾燥させた無垢の薪を使ってください。
- ・ごみは燃やさないでください。
- ・ストーブの煙やにおいがご近所の迷惑にならないように配慮してください。

**薪割りの音にも注意**

- ・斧やチェーンソーの音や薪を積み上げる音が、騒音とならないよう、方法や時間帯に注意してください。



問環境政策課

☎63-5006 ☎23-7700



市HP

### 坂東武者ゆかりの地マップが公開されました

大河ドラマ「鎌倉殿の13人」の主人公北条義時ゆかりの地である静岡県伊豆の国市では、大河ドラマファンや歴史文化への関心が高い人がより長く楽しめるコンテンツとして、各登場人物ゆかりの地と協力して「坂東武者ゆかりの地マップ」(デジタル版)を作成しました。比企一族ゆかりの地の情報も詳しく掲載されていますので、二次元コードを読み取り、マップを片手にゆかりの地巡りを楽しんでください。

問政策推進課

☎21-1411 ☎22-5516



市HP



坂東武者ゆかりの地マップ



### 市政情報

#### 農地改良には手続きが必要です

**農地改良(埋立て等)は慎重に**

農地改良は農地の保全又は利用の増進といった農業経営の改善を目的とした行為であり、単なる残土処理を行うためのものではありません。中には耕作しない土地所有者の承諾や契約を取り付け、約束以上に高い盛土をしたり、廃棄物を埋めたりする悪質な工事業者もいます。

違反した場合には撤去命令や罰則を受けることがあり、工事により他人に損害を与えた場合には、工事業者とともに土地所有者の責任も問われます。

**農地改良に必要な手続き**

農地改良には、一時転用の申請をしてください。添付書類として、平面図、周辺農地所有者の同意書、事業計画書、誓約書などが必要です。

また、埋立てに使用する土は耕作に適したものであり、付近の農作物等に悪影響を与えないこと、道路や用排水路の機能を損なわないことなどに留意しなければなりません。

問農業委員会事務局

☎21-1433 ☎23-7700

## 「東松山いんぷおメール」 「市公式SNS」にご登録ください



東松山いんぷおメールは、新型コロナウイルス感染症の情報、市政情報や防災行政無線の放送内容、防災・気象情報などをメールでお知らせするサービスです。欲しい情報をジャンルで選べて便利です。

市公式SNS(LINE)では、新型コロナウイルスワクチン接種ほか関連情報、災害時における各種関連情報などを発信しています。

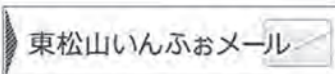
市公式SNS(Twitter、Facebook)では、イベント等の行政情報、市内の出来事、市の魅力に関する情報などを発信しています。

東松山いんぷおメール、市公式SNSは共に新型コロナウイルス感染症に関する情報も発信していますので、ぜひご登録ください。

#### パソコンから登録する

市HPのトップページ(<http://www.city.higashimatsuyama.lg.jp/>)右下にあるバナーから専用画面へアクセスしてください。

▼東松山いんぷおメールバナー



▼市公式SNSバナー



#### スマートフォンから登録する



東松山いんぷおメール



市公式Twitter



市公式LINE



市公式Facebook

問広報広聴課 ☎21-1410 ☎22-7799

### 浄化槽の各種届出

浄化槽法の規定により、転入・転出等をする人は次の届出書を環境センターまで提出してください。なお、様式は市HPからダウンロードできます。



市HP

届出の種類	内容	提出期間
浄化槽使用開始報告書	使用を開始したとき	開始した日から30日以内
浄化槽使用廃止届出書	使用を廃止したとき	廃止した日から30日以内
浄化槽管理者変更報告書	管理者を変更したとき	変更した日から30日以内
浄化槽技術管理者変更報告書	技術管理者を変更したとき (処理対象人員が501人以上の施設)	変更した日から30日以内
浄化槽使用休止届出書	使用を休止したとき	使用を休止するための清掃を行ったとき
浄化槽使用再開届出書	使用を再開したとき	使用を再開した日から30日以内

申・問環境センター ☎24-2888 ☎24-2838



男女共同参画情報

# ほっとらいん

第67号  
問 人権市民相談課  
☎21-1416  
☎23-2236

## 産後パパ育休

### “育児・介護休業法が改正され、産後パパ育休(出生時育児休業)が創設されました”

(令和4年10月1日から施行)

- ◆子どもの出生後8週間以内に4週間まで、2回に分割して取得することができます。
- ◆労使協定を締結している場合に限り、労働者が合意した範囲で産後パパ育休中でも就業することができます。
- ◆1歳までの育児休業も、2回に分割して取得することができます。

#### パパが育児をするといふことがあるの？

家族が協力して育児をすることで、子どもの成長を間近に感じ喜びを分かち合うことができます。また、出産後のママに寄り添い、幼いきょうだいの育児や家事を積極的に行うことで、家族のきずなが深まることでしょう。ママの体調、家庭環境にも合わせて、育児休業の時期や回数を考えましょう。



## ハラスメント

### “職場におけるあらゆるハラスメントは禁止されています”

令和4年4月1日から職場におけるパワーハラスメント防止対策が全企業に義務付けられました。パワーハラスメントやセクシュアルハラスメントなどの職場のハラスメントは、働く人の尊厳を不当に傷つける、社会的に許されない行為です。育児休業等の申出・取得を理由に不利益な取扱いを行うことも禁止されています。

もしも、ハラスメントの被害に遭ったり被害を見かけたりしたら、周囲の人、会社の窓口、外部の相談窓口などに相談しましょう。

#### 《職場で起きやすいハラスメント》

##### パワーハラスメント(パワハラ)

- 殴る、物を投げつける
- 人格を否定する、長時間の激しい叱責
- 集団で無視をする
- 過大・過少な要求をする など



##### セクシュアルハラスメント(セクハラ)

- 性的な関係を要求する
- 身体を触る など

##### マタニティハラスメント(マタハラ)

妊娠・出産・育児休業などに関して制度利用を阻害したり、就労環境を害したりするなど  
※男性労働者が上司・同僚から育児休業制度等の利用に関する嫌がらせを受けることをパタニティハラスメント(パタハラ)という。



相談窓口 県労働相談センター☎048-830-4522  
埼玉労働局雇用環境・均等室☎048-600-6210

## 「防災行政無線戸別受信機」 の無償貸与

防災行政無線の放送内容を自動で受信する「戸別受信機」を無償で貸与します。

場 危機管理防災課

対 防災行政無線の放送が聞こえづらい世帯・施設

※貸与は、1世帯・1施設に1台とします。

※在庫がなくなり次第、貸与は終了となります。

申・問 危機管理防災課

☎21-1405

☎22-7799



## 市政情報

### 避難所開設状況webアプリ をご利用ください

避難所開設状況と混雑状況がリアルタイムで分かる「東松山市避難所開設状況webアプリ」を作成しました。災害時の備えとして、ぜひご利用ください。

#### アプリの概要

- ・開設中の避難所のみ表示されます。
- ・混雑状況を3段階「空き」「混雑」「定員一杯」で表示します。

※開設していない避難所は表示されません。



空き



混雑



定員一杯

※表示イメージ

問 危機管理防災課

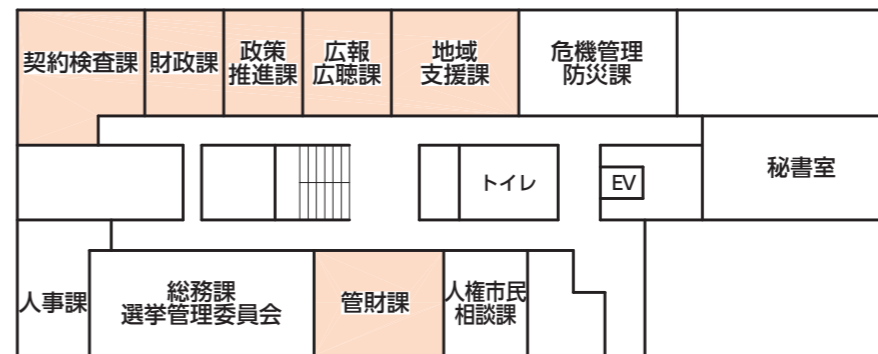
☎21-1405 ☎22-7799



アプリ

## 2月中旬から市役所2階の課の配置が変わります。

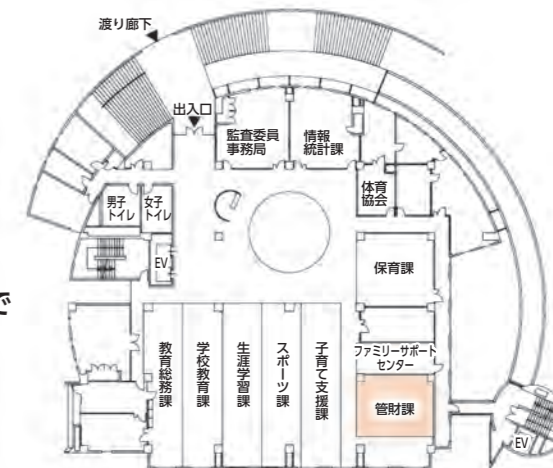
### ■市役所2階



総合会館への通路

※  は配置変更となる課です。

### ■総合会館2階



※管財課は2月10日(金)まで総合会館2階で業務を行っています。

問 管財課☎21-1423 ☎22-4031



### 保育士向け市内保育園見学会

日 3月8日(水)～10日(金)午前10時～午後2時(いずれか希望する1日)  
場 まつやま保育園  
対 保育士資格を有し、現在、保育士として働いていない人  
定 各日5人程度(申込順)  
内 保育現場の見学・体験  
申・問 保育課 ☎21-1407 ☎23-2239



### 募集・求人

#### 農業塾「野菜コース」塾生募集

日 4月下旬から1年間(月2～4回程度)  
場 新郷地内ほ場  
対 農業に取り組む意欲があり、市内で就農を希望する人  
定 10人(選考あり)  
内 野菜づくりの実習及び講義  
費 年間2万円(資材・肥料・種苗代等)  
申・問 市HPに掲載されている申込書に必要事項を記入し、2月28日(火)までに直接市農業公社又は農政課へ。  
市農業公社 ☎26-0528 ☎81-4320  
農政課 ☎21-1400 ☎23-7700 市HP



### 就農相談ウィーク

日 2月13日(月)～19日(日)午前8時30分～午後7時  
場 農政課  
対 市内で農業に取り組みたい人  
内 栽培技術、栽培品目や販路、農家になるための具体的な方法  
申・問 2月9日(木)までに ☎又は電話で農政課へ。  
☎21-1400 ☎23-7700  
※メール本文に希望日時、就農に向けて聞きたいことを記載してください。 農政課 ☎



### 講演会「気を付けて!その消費者契約」～消費生活センターや相談員の役割をご紹介します～

消費生活相談員の仕事や、消費者問題に関心のある皆さん、ぜひ参加してみませんか?  
日 2月19日(日)午前10時～11時30分  
場 県熊谷地方庁舎  
定 36人(申込順)  
申・問 2月16日(木)までに、電話又はFAX(講演会名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を明記)で県消費生活支援センター熊谷へ。  
☎048-523-1711  
☎048-525-6316

### 上岡観音の絵馬市

上岡観音は、馬の守り本尊として関東一円に知られ、かつて縁日には百軒を越す絵馬屋が店出し市が立ったそうです。現在の例祭当日には、当時の絵馬市の様子を保存会が一部再現しています。平成10年「東松山上岡観音の絵馬市の習俗」として国の記録作成等の措置を講ずべき無形の民俗文化財に選択されています。  
日 2月19日(日)午前9時～午後3時  
場 妙安寺(岡1729) ※公共交通機関をご利用ください。  
申・問 埋蔵文化財センター ☎27-0333 ☎27-0334 市HP



### 平和資料館からのお知らせ

岡平和資料館 ☎35-4111

- ピースコンサート  
フルート・ピアノ・チェロで奏でる、心安らぐアンサンブルコンサート  
日 2月11日(祝) 午後1時30分開演(午後1時開場)  
定 160人(申込順)  
場 講堂  
費 無料(チャリティー募金にご協力ください)
- 2月の映画会  
日 2月4日(土)午後2時～(80分) 「火の雨が降る」  
日 2月18日(土)午後2時～(102分) 「カサブランカ」
- 戦争体験者証言ビデオ上映会  
日 2月25日(土)午後1時から  
内 ・度重なる空襲罹災と戦後の子育て(約9分)  
・震洋・回天との出会い(約14分)
- 共通事項  
場 講堂  
定 160人(先着順)

### いちご摘み取り体験

日 5月下旬まで(休園日を除く)  
場 市農林公園内温室  
定 30分入替制で各回40人  
※予約優先、当日受付あり  
※当日の状況等はお問い合わせください  
開業時間 午前10時～午後3時30分(土・日曜日、祝日は午前9時30分から) ※いちごがなくなり次第終了、生育状況によって中止となる場合があります。  
受付時間 午前9時45分～午後3時(土・日曜日、祝日は午前9時15分から)  
摘み取り品種 紅ほっぺ、恋みのり、よつぼしなど  
費 600円(1パック300g) ※超過分は買取りとなります。時期によって価格は変動します。  
問 市農林公園 ☎39-0150 ☎36-3915



### 講座・教室・イベント

#### 求人企業合同説明会

日 3月2日(木)午後1時～4時(受付は正午から午後3時30分まで)  
場 大宮ソニックシティビル4階 市民ホール  
対 ①令和5年3月大学・短大・専門学校等卒業予定者(3年以内の既卒者含む)  
②令和6年3月大学・短大・専門学校等卒業予定者  
内 ①の人は面接が可能です。履歴書を複数お持ちください(当日会場でコピー可)。  
②の人は、採用担当者から企業説明やインターンシップ関連情報を聞くことができます。  
費 無料  
申 予約不要・入退場自由  
問 県雇用対策協議会 ☎048-647-4185



### 市政情報

#### 生ごみの水切りはごみの減量に有効です

生ごみの約80パーセントは「水分」とされています。生ごみを水切りすることで次のような効果が挙げられます。  
**水切りの効果**  
・生ごみの減量  
・悪臭の軽減  
・ごみ焼却効率の向上(二酸化炭素排出の抑制)  
ぜひ、水切りをご家庭の習慣にしてください。  
※HPで水切りの一例を紹介しています。  
問 廃棄物対策課 ☎21-1401 ☎23-7700  
クリーンセンター ☎34-5550 ☎34-5125 市HP



### 「プラスチック類」「びん・かん、ペットボトル」の分け方

ごみの減量化・リサイクルの推進のために分別は非常に大切です。日常生活から排出されるプラスチック類やびん・かん、ペットボトルもリサイクルすることができます。

- プラスチック類**  
・プラ①(プラマークあり)  
食品トレーや卵のパック、シャンプーやマヨネーズなどの容器、お菓子の袋等でプラのリサイクルマークの付いているものは、汚れを落としてからまとめてください。  
・プラ②(プラマークなし)  
ビニールやラップ、プラスチック製品でプラのリサイクルマークがないものをまとめてください。
- びん・かん**  
びん・かんは飲料・食品用に限り、軽くすすいで水を切ってからまとめてください。
- ペットボトル**  
ペットボトルのキャップ・ラベルは外してプラ①へ。本体は軽くすすいで水を切ってからまとめてください。  
※びん・かんとペットボトルは別の車で収集します。  
※ビールびん、酒びんなど再利用可能なびんは販売店にお持ちください。  
問 クリーンセンター ☎34-5550 ☎34-5125





市民病院・ワンポイントクリニック

糖尿病 ～食事療法のポイント～

栄養科 管理栄養士 伊藤佑衣



日本には約1,000万人の糖尿病患者がいるといわれていますが、糖尿病の可能性を否定できない“予備群”も含めると、約2,000万人にのぼると推計されていて、やや増加傾向にあります(平成28年国民健康・栄養調査結果より)。

糖尿病が疑われる人の4割近くの人は初期に自覚症状がほとんどないため、治療せずにそのまま放置している人が多く、放置したままだと重篤な合併症(神経障害・網膜症・腎症)を引き起こす可能性があります。

糖尿病治療における食事療法の、必ず行わなければならない基本のひとつです。食事療法をはじめとした治療が適切に行われれば、糖尿病合併症や動脈硬化症の発症・進行を防ぐことができます。以下に、食事療法のポイントを紹介します。普段の食事から意識して、興味のある人は、医師又は栄養士に相談されることをお勧めします。

<食事療法のポイント>

①1日3食規則正しく、均等に食べましょう!

3食を決まった時間に食べる習慣をつけましょう。1食の食べる量が増えたり減ったりしてしまう、又は欠食してしまうと血糖コントロールが乱れる原因にな

ります。暴飲暴食をやめて、腹八分目を目安にしましょう。

②早食いをせず、ゆっくりとよくかんで食べましょう!

急いで食べると、糖質が急激に吸収されて、血糖値が上がりますので、ゆっくり食べましょう。また、よくかむことで早食いを防ぎ、満腹感も得られやすくなります。

③食物繊維の多い食品を摂取しましょう!

食物繊維には食後の血糖値の急上昇を抑えてくれる作用があります。食物繊維の多い野菜・海藻類・きのこ類を毎食摂取するように心がけましょう。また、野菜を先に摂取することで血糖上昇を緩やかにします。そのため、毎食食事の最初に野菜を摂取するようにしましょう。

④間食や甘い飲み物の摂取を控えましょう!

間食は甘いものやエネルギーの高いものが多いため、血糖コントロールが乱れます。また、炭酸飲料などの甘い飲み物は、消化に時間がかからないためすぐに吸収されて、急激に血糖値を上昇させます。間食や甘い飲み物は控えるようにしましょう。

ファミリー歯科健診

日3月8日(水)、27日(月)午後1時30分～2時30分

場保健センター

対市内在住の人

内歯科健診、相談、フッ化物塗布(2歳6か月～未就学児の希望者)

持歯ブラシ、母子健康手帳(妊産婦、未就学児)、バスタオル(未就学児)

申・問事前に健康推進課へ。

☎24-3921 ☎22-7435 市HP



健康

大人のための健康歯援プログラム

日3月8日(水)、27日(月)午後(時間は個別対応のため申し込み後にお知らせ)

場保健センター

対市内在住の成人

内歯と口の健康力チェック、口腔内チェック

申・問事前に健康推進課へ。

☎24-3921 ☎22-7435 市HP



募集・求人

放課後子ども教室子どもサポーター募集

小学校低学年を対象に、勉強やスポーツ・文化活動、地域住民との交流活動などをする放課後子ども教室の子どもサポーターを募集します。

対成人

活動日時 学校授業日の週2日放課後(午後2時～5時)※各小学校の人員状況により、活動小学校・曜日を調整します。

内コーディネーター(運営責任者)の補助、教室の準備、プログラム実施の指導・支援、子どもの安全管理

謝礼 700円/1時間

申・問直接又は電話で子育て支援課へ。

☎63-5005 ☎23-2239

自衛官募集案内

募集種目		応募資格 (年齢は令和6年4月1日現在)	受付期間	試験期日
幹部候補生(一般・飛行)(第1回)	大学卒業程度試験	22歳以上26歳未満の人(20歳以上22歳未満の人は大卒(見込含)、修士課程修了者等(見込含)は28歳未満の人)	3月1日(水)～4月14日(金)	一次試験 4月22日(土)・23(日) ※23日は海・空飛行要員のみ
	大学院卒者試験	20歳以上28歳未満の人(修士課程修了者等(見込含))		
幹部候補生(歯科・薬剤科)(第1回)	専門大卒(見込含)	20歳以上30歳未満の人	2月1日(水)～6月8日(木)	一次試験 4月22日(土)
	薬剤科	20歳以上28歳未満の人		
医科・歯科幹部		医師・歯科医師の免許取得者	2月1日(水)～6月8日(木)	6月23日(金)
一般曹候補生(第1回)		18歳以上33歳未満の人(32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人)	3月1日(水)～5月9日(火)	一次試験 5月19日(金)～28日(日) のうち指定する1日
自衛官候補生			通年	受付時にお知らせ
予備自衛官補(一般・技能)		一般: 18歳以上34歳未満の人 技能: 18歳以上で国家免許資格等を有する人(資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満)	1月10日(火)～4月6日(木)	4月8日(土)～23日(日) のうち指定する1日

採用説明会のお知らせ

入間地域事務所、川越募集案内所では、随時進路相談・自衛官採用説明を実施しています。

☎防衛省自衛隊入間地域事務所 ☎04-2923-4691

自衛隊埼玉地方協力本部HP(埼玉地本で検索してください)

市ホームページ  
バナー広告募集

バナー広告用の掲載枠を設置しています。バナー広告とは市ホームページに企業広告の画像を掲載し、市と広告主のホームページをつなげるものです。会社やお店のPRにぜひご利用ください。

月額広告料

掲載期間	割引率	広告掲載料(月額)
1～5か月	なし	15,000円
6～11か月	5%	14,250円
12か月	10%	13,500円

掲載期間 1か月単位(最長12か月)

アクセス件数 月約65,000件(令和元～3年度実績)

※トップページのみアクセス件数です。

申・問直接、郵送又は☎で☎355-8601

松葉町1-1-58広報広聴課へ。

☎21-1410 ☎22-7799

☎HMY003@city.higashimatsuyama.lg.jp

※申込書は、市HPからもダウンロードできます。



市HP



広報広聴課☎



### 国民年金保険料の口座振替・クレジットカードでの前納の申込みは2月末までに

納付に口座振替やクレジットカードを利用すると、納め忘れもなく便利です。また、保険料をまとめて早めに納めること(前納)により保険料が割引になります。割引額が一番高いのは口座振替での前納です。

#### 納付方法

- 次の5種類があります。
- ・毎月納付(翌月末振替)
- ・毎月納付(当月末振替)※口座振替のみ
- ・6か月前納(4~9月)(10月~翌年3月)
- ・1年前納(4月~翌年3月)
- ・2年前納(4月~翌々年3月)

#### 申込方法

4月からの前納を希望する場合は、ご希望の金融機関又は川越年金事務所へ次のものを持参し、2月末までにお申し込みください。

- ・基礎年金番号が分かるもの(年金手帳や送付された納付書など)
- ・預貯金通帳
- ・金融機関への届出印

#### ☎ねんきんダイヤル

☎0570-05-1165(050から始まる電話の場合は03-6700-1165)

#### 川越年金事務所

☎049-242-2657 ☎049-245-8919  
保険年金課 ☎21-1434 ☎23-0076

### いきいきパス・ポイントの付与期間

対象事業に参加して会場の受付又は担当課窓口で「いきいきパス・ポイントカード」を提示するとポイントが付与され、貯めたポイントを地域通貨ぼたん圓と交換できます。

☎市内在住の65歳以上の人

**ポイント付与期間** 2月28日(火)まで  
**ぼたん圓交換申込期限** 3月15日(水)  
※3月のポイント付与はありません。

また、ポイントは次年度に持ち越しできません。

#### ☎高齢介護課

☎21-1406 ☎22-7731 市HP

### みんなきらめけ!!ハッピー体操

介護予防を目的とした体操です。

ところ	3月	定員
市民体育館	6・20日(月)	90人
唐子地区体育館	15日(水)	40人
北地区体育館	9・23日(木)	70人
南地区体育館	10・24日(金)	70人
大岡市民活動センター	2・16日(木)	35人
野本市市民活動センター	6・13・27日(月)	55人
高坂丘陵市民活動センター	7日(火)	30人
大岡コミュニティセンター	7日(火)	40人
きらめき市民大学	13・27日(月)	40人
きらめき市民大学(男性のみ)	20日(月)	40人
市民福祉センター	2・16日(木)	30人

**時間** 午前10時~11時30分(大岡・高坂丘陵市民活動センター、きらめき市民大学(男性のみ)は午後2時~3時30分)

☎市内在住の60歳以上の人

**持** フェイスタオル(体操用)、バスタオル(敷物用)、体育館履き、飲物  
※事前申込は不要。ご自宅付近の会場での参加をお願いします。

#### ☎高齢介護課

☎21-1406 ☎22-7731  
総合福祉エリア  
☎22-5561 ☎25-3305 市HP

### 訪問理美容サービス

外出が困難な在宅高齢者の自宅を理容師又は美容師が訪問し、理美容サービスを提供する際の出張費を市が負担します。

☎市内に住所を有する要介護2以上で、外出困難な在宅高齢者

☎出張費以外の実費(カット料等)

**利用回数** 1年度につき4回まで

**申**・☎高齢介護課

☎21-1406 ☎22-7731

### ヘルプマーク・ヘルプカードを配布しています

#### ☐ヘルプマークとは

外見から分からなくても援助や配慮を必要としている人が、周囲の人に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう作成したマークです。



ヘルプマーク

#### ☐ヘルプカードとは

緊急連絡先や必要とする支援の内容などを記載できる携帯用カードです。支援を必要とする人が、災害時や日常生活の中で困ったときに提示することで、状況にあった支援を受けやすくなります。



ヘルプカード

#### ■共通事項

☎次のいずれかに該当する人

- ・義足や人工関節を使用している人
- ・内部障害や難病の人
- ・妊娠初期の人
- ・その他、援助や配慮を必要としている人

**配布場所** 障害者福祉課、保健センター

☎障害者福祉課

☎21-1452 ☎24-6066 市HP



## 高齢者・福祉

### 緊急通報システム

命の危険を伴うような急病や発作の懸念があり、緊急時に消防署への連絡が困難な人の自宅に、ボタンを押すだけで受信センターへ連絡できる機器を設置します。受信センターでは、利用者の状況によって、緊急の場合には消防署に通報し、緊急でない場合は家族等の協力者へ連絡します。

☎持病等により常時注意が必要であり、緊急時の対応が困難な高齢者等で、固定電話回線を設置している人

**申**・☎高齢介護課

☎21-1406 ☎22-7731



### 高齢者肺炎球菌予防接種費用の一部助成

ワクチン接種することで、感染及び重症化の予防効果が期待できます。

☎3月31日(金)まで(次の機会はありません)

☎県内医療機関に直接予約(一部取扱いなし)

☎過去に肺炎球菌ワクチンを接種していない次のいずれかに該当する人

・令和4年4月1日~令和5年3月31日に65・70・75・80・85・90・95・100歳となる人(市からはがきを送付)

・60~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫の機能に障害のある身体障害者手帳1級の人

☎5,000円(生活保護受給者証を提示した人は無料)

☎市から送付されたはがき

☎健康推進課 ☎24-3921 ☎22-7435



## 健康

### 風しん予防接種費用の一部助成

妊婦さんを風しんの感染から守り、生まれてくる赤ちゃんを先天性風しん症候群にしないために、風しん予防接種費用の一部を助成しています。

☎・妊娠希望の19歳~49歳の女性

・妊婦の夫で19歳以上の男性(事実婚含む)

・妊婦の同居者

**助成額** 3,000円(生活保護受給者は全額助成)

**申請期間** 予防接種を受けた日から1年間

**申**・☎健康推進課

☎24-3921

☎22-7435



市HP

### 休日当番医

**診療時間** 午前9時~午後5時 事前に電話相談をして受診

2月	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
11日(祝)	上野医院	内科、外科、循環器内科	滑川町大字羽尾1077	☎56-2508
23日(祝)	こどもクリニック	小児科	岩殿110-6	☎34-4145
	中村産婦人科	産婦人科	小川町大塚1176-1	☎72-0373

※休日当番医のほかにも、比企地域には日曜日に診察をしている医療機関があります。日曜日に診察している医療機関は、市HPでご確認ください。

### 休日・夜間診療

事前に電話相談をして受診

名称	日時(診療時間)	施設	電話番号
休日夜間急患診療所	月~土曜日午後5時~11時、日曜日、祝日午前9時~午後11時	東松山医師会病院	☎22-2822
休日歯科センター	日曜日、祝日午前9時から(受付は午前8時30分~11時30分)	保健センター	☎24-3920
比企地区こども夜間救急センター(対象は原則として満15歳以下)	月~金曜日(祝日、年末年始は除く)午後8時から(受付は午後7時30分~10時)	東松山医師会病院	☎22-2822

### 埼玉県救急電話相談

(小児・大人共通)

☎健康推進課

☎24-3921 ☎22-7435

☎#7119(又は048-824-4199)毎日24時間対応



市HP



## 障害に関する医療費の助成・支給のご案内

### □重度心身障害者医療費の助成

重度心身障害者に対し、医療機関等で受診した際の医療費の一部負担金を助成します。助成を受けるには、あらかじめ受給資格の登録申請が必要です。

※次のいずれかに該当する人(ただし、平成27年1月1日以降に65歳以上で新たに障害の程度が該当の等級になった人は対象外)

- ①身体障害者手帳1・2・3級をお持ちの人
- ②療育手帳A・Bをお持ちの人
- ③精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの人(ただし、精神病床への入院費用は助成対象外)
- ④65歳から74歳までの人で後期高齢者医療制度の障害認定を受けた人又は75歳以上で市長の認定を受けた人

※④の認定は、65歳の誕生日の前日までに次の手帳の交付を受けている人又は年金の受給権を取得している人

- ・身体障害者手帳4級のうち、音声・言語機能又は下肢機能の一部
- ・精神障害者保健福祉手帳1・2級
- ・障害年金1・2級

#### 所得審査

本人所得を対象として所得審査を行い、基準額以下の場合には医療費助成を受けることができます。基準額超過の場合は支給停止となり、対象期間は医療費助成を受けることができません。基準額は、障害者福祉課までお問い合わせいただくか、市HPをご確認ください。

### □自立支援医療費の支給

心身の障害を除去・軽減するための医療について、医療費の自己負担額が軽減されます。医療費の1割が自己負担となりますが、負担が高額になり過ぎないように、本人及び世帯の所得、疾病などの状況に応じて、月の自己負担上限額が設定されています。

#### 更生医療

※18歳以上の身体障害者手帳をお持ちの人で、その障害を除去・軽減する手術等の治療によって確実な治療効果が期待できる人

※対象となる人が、その障害に対し確実な治療効果が期待できる場合に、指定医療機関で必要な医療が受けられます(角膜移植術、<sup>こうがいれつ</sup>蓋裂、関節形成術、人工透析療法、腎移植など)。

※手術や治療などを受ける前に手続きが必要です。

#### 育成医療

※現在身体に障害があるか、又は現在ある疾患に対する治療を行わないと将来一定の障害を残すと認められる18歳未満の児童

※対象となるお子さんが、手術等の治療によって確実な治療効果を期待できる場合に、指定医療機関で必要な医療が受けられます(斜視、<sup>こうがいれつ</sup>蓋裂、外耳道閉鎖、水頭症、腎移植など)。

※手術や治療などを受ける前に手続きが必要です。

#### 精神通院医療

※精神疾患をお持ちの人で、通院による精神医療を継続的に要する人

※統合失調症やうつ病などの精神疾患をお持ちの人が、指定医療機関で継続した必要な治療を受けられます(入院は対象外)。

#### ■共通事項

※・問障害者福祉課☎21-1452☎24-6066



市HP

### 第5回スマイルウォーキング

日3月4日(土)午前8時30分～正午  
コース 高坂丘陵市民活動センター⇄  
こども動物自然公園散策路(約4km)  
※コースは変更になる場合があります。

集合場所 高坂丘陵市民活動センター(第2駐車場)

※市内在住でおおむね65歳以上の人  
定30人(申込順)

※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

※・問2月22日(水)までに直接、電話  
又はFAXで高齢介護課へ。  
☎21-1406☎22-7731



### 往診医の紹介・退院支援の相談窓口

「通院できなくなってしまったので、往診してくれる医師を探したい」「退院してくる母の自宅での医療的ケアが心配」など自宅や退院後の療養についてお困りなことはありませんか？

看護師資格のある職員が医療に関する相談を受け、関係機関と連携し、往診医の紹介や退院支援などを行っています。ぜひお気軽にご相談ください。

日平日午前9時～午後5時(年末年始を除く)

場 比企医師会在宅医療連携拠点(保健センター2階)

※ 比企地区内在住・在勤の人(医療・介護関係者含む)

※・問電話で比企医師会在宅医療連携拠点へ。  
☎81-5563



### 高齢者・福祉

#### 成年後見センターにご相談ください

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

※ 認知症の人、知的障害・精神障害のある人又は家族・関係者

※ 無料(専門職への相談は有料)

※ 認知症等で判断能力が十分でない人の財産や権利を守る成年後見制度の手続き支援等を行います。

※ 市成年後見センター

☎59-5670☎59-5066



市HP



### 所得の申告が必要です(国民健康保険・後期高齢者医療制度)

※国民健康保険又は後期高齢者医療制度に加入している人及びその世帯主

#### 所得の申告

国民健康保険及び後期高齢者医療制度では、前年中の所得に応じて、保険税(料)の算定や、高額療養費の自己負担限度額の判定等を行います。これらを正しく算出するためには、所得のない人や、税法上の被扶養者であっても、所得申告が必要です。申告をしない場合、所得が一定額以下の世帯に対する軽減措置が適用されない等、加入者に不利益が生じることがあります。なお、所得が給与又は年金のみの方は、その支払者が報告するため、原則として個人の申告は不要です。

#### 申告の方法

昨年中の所得の有無や、税法上の被扶養者であるかどうかによって、次のとおり申告の方法が異なります。

①所得がある人

確定申告書を税務署へ提出するか、市・県民税申告書を課税課へ提出してください。

②所得がなく、被扶養者でない人

市・県民税申告書を課税課へ提出してください。

※①②の詳しい手続きは、10、11ページの「税の申告はお早めに」をご確認ください。

③所得がなく、被扶養者である人

国民健康保険税申告書、又は後期高齢者医療簡易申告書を保険年金課へ提出してください。

上場株式等の配当所得等を申告する場合の注意点

上場株式等の配当所得や譲渡所得について申告すると、所得税や住民税が減額又は還付となる場合でも、所得の増加により保険税(料)が増額になることがあります。お心当たりのある人は、申告書の提出前に保険年金課へご相談ください。

※ 保険年金課

国民健康保険担当

☎21-1403☎23-0076

後期高齢者医療制度担当

☎63-5004☎23-0076



## 子育て

### どならない!子育て練習講座(そだれん) 3日間コース

日 2月16日(木)、2月27日(月)、3月9日(木) 午前10時～正午

場 総合会館3階307会議室

対 市内に住む子育て中の人、市内で子育てに関わる人

定 10人(申込順)

内 言葉が通じるお子さんに、言葉で上手に伝えるしつけの方法を体験しながら学ぶ。

※生後6か月以上の託児あり(要事前予約)

申・問 事前に電話で子育て支援課へ。

☎21-1446 ㉺23-2239 市HP



## ジョブセンターにご相談ください

県では、発達障害に特化し、就労相談から職業能力評価、就労訓練、就職活動支援、職場定着までを支援するジョブセンターを運営しています。

対 医師の診断書や障害者手帳の有無にかかわらず、発達障害の特性を持ち、その自覚がある人で企業等への一般就労(障害者雇用枠での就労を含む)を希望している人。ただし、障害福祉サービスの就労移行支援を利用して訓練を受ける際には、医師の診断及び市による障害福祉サービスの支給決定が必要です。

場・問 ジョブセンター川越

☎049-249-8772 ㉺049-249-8773

ジョブセンター熊谷

☎048-501-8917 ㉺048-501-8928



ジョブセンター川越



ジョブセンター熊谷

## 高齢者・福祉

### 障害を理由とする差別に関する相談窓口

障害者及びその家族、その他の関係者からの障害を理由とする差別に関する相談を以下の窓口で受け付けています。

なお、市では、障害を理由とする差別の解消の推進に関する対応要領を定めており、障害を理由とする差別の解消を推進しています。



市HP

#### 障害を理由とする差別全般

問 障害者福祉課

☎63-5032

㉺24-6066



障害者福祉課

#### 市職員による障害を理由とする差別に関すること

問 人事課

☎21-1417

㉺24-6123



人事課

#### 市立小・中学校職員による障害を理由とする差別に関すること

問 学校教育課

☎21-1429

㉺23-7255



学校教育課

## 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

#### ふるさと自然のみちウォーク

高坂七清水コース 11km

日 3月28日(火)

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-野本市民活動センター-新東松山橋-高済寺下の清水-東光院下の清水-折本山公園-観音下の清水-大下の清水-東形の清水-青蓮寺下の清水-宮鼻の清水-高坂駅(正午到着予定)

費 50円

申 当日受付

#### 埼玉みてあるき

スリーデーマーチのコースより まなびのみち 11km

日 3月3日(金)

集合・受付 高坂駅西口高坂彫刻プロムナード案内看板前 午前8時45分

コース 高坂駅西口-高坂彫刻プロムナード-岩殿観音正法寺-参道-高本山-廃線敷-化石と自然の体験館-廃線敷-高坂駅(正午到着予定)

費 50円

申 当日受付

#### 花・歴史ウォーク

みなみ寄居駅~男衾(寄居町)9km

日 3月17日(金)

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 みなみ寄居駅 午前8時45分

コース みなみ寄居駅-三ヶ山-鉢形-清本寺-昌国寺-常楽寺-慈光院-男衾駅(正午到着予定)

費 50円

申 当日受付

#### ネイチャーウォーク 春の生き物たち

日 3月18日(土)

集合・受付 東松山ぼたん園駐車場 午前8時45分、正午解散予定、雨天決行

内 早春の生き物と出会う

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(SAML)

第11回さいたまマーチ~見沼ツデーウォーク~ 7km

日 3月25日(土)

集合 東松山駅改札前 午前8時30分(午前8時40分上り乗車予定)

受付 さいたま新都心公園(さいたま市大宮区北袋町1-190-24)午前10時

コース さいたま新都心公園-見沼代用水西縁-みぬま木崎ひろば-芝川-見沼田んぼ首都高ビオトープ-造幣さいたま博物館-さいたま新都心公園(正午過ぎ到着予定)

費 一般:2,000円、小・中学生:1,000円、未就学児:無料

申 当日受付

#### 第37回武蔵野十里(埼玉県ウォーキング協会主催)

日 3月12日(日)

問 埼玉県ウォーキング協会 ☎048-831-4702(月・火・金曜日午前10時~午後2時)

## 3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	4日(土)	午前8時30分	松山市民活動センター	前橋藩陣屋探索(5km)
大岡市民活動センター ☎39-0602 ㉺39-0676	23日(木)	午前8時30分	大岡市民活動センター	かたくり観察(6km)
唐子市民活動センター ☎22-0672 ㉺22-0683	1日(水)	午前9時	森林公園駅北口	森林公園 梅の花観賞(9km)(要・入園料)
高坂市民活動センター ☎34-3730 ㉺34-3845	18日(土)	午前8時30分	高坂市民活動センター	坂戸河津桜(8km)
野本市民活動センター ☎23-7077 ㉺23-7063	23日(木)	午前8時30分	野本市民活動センター	野本さくらの里(6km)
高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311 ㉺35-4313	14日(火)	午前8時30分	高坂丘陵市民活動センター	大寒桜 にっさい(10km)
平野市民活動センター ☎25-2220 ㉺25-2227	11日(土)	午前8時30分	高坂駅西口中通公園	高坂まなびのみち(カタクリ)(7km)

## 親子で遊ぼう会 3月

### ■保育 1歳児サークル

日 7・14・28日(火)・30日(木) 午前10時~11時

※30日(木)はオンライン

場 まつやま保育園

対 市内在住の1歳児と保護者

定 親子5組(申込順)

内 手遊び、リズム遊び、おもちゃ作りなど

申 2月6日(月)午前9時30分から電話でまつやま保育園へ。

### ■体育館

日・場 2日(木)北地区体育館、9日(木)市民体育館、16日(木)唐子地区体育館、23日(木)南地区体育館

受付 午前10時

時間 午前10時15分~11時15分

対 0歳~未就学児と保護者

内 手遊び、リズム遊び、運動遊び、ペープサート(紙人形劇)

持 体育館履き

申 当日受付

### ■支援センター室開放

日 毎週月・水・金曜日午前9時~正午、午後2時30分~4時30分

場 まつやま保育園(駐車場なし)

対 市内在住の保育施設(幼稚園も含む)に通園していない未就学児と保護者

申 当日受付

問 まつやま保育園 ☎22-1194 ㉺22-7904





# 3月の各種相談

※相談時間は正午～午後1時を除きます。  
※分室には市役所本庁舎北側の建物です。

## 行政相談 人権市民相談課 ☎21-1414 ☎23-2236

- 3月10日(金)午前9時～正午
- 分室1階打合せ室
- 国、県、市の仕事

## 法律相談 人権市民相談課 ☎21-1414 ☎23-2236

- 3月2・9・23日(木)午後1時～4時20分(弁護士)
- 3月17日(金)午前10時～午後3時(司法書士)
- 分室1階打合せ室
- 要予約で先着8人
- ※ 調停・訴訟等係争中の事案についての相談はお受けできません。

## 不動産相談 人権市民相談課 ☎21-1414 ☎23-2236

- 3月1日(水)午前10時～正午(宅地建物取引士)
- 3月8日(水)午前10時～正午(不動産鑑定士)
- 分室1階打合せ室
- 要予約で先着4人
- 不動産の購入、賃貸、明渡しなど(宅地建物取引士)
- 売買、賃貸借、相続などの適正な価格・賃料の算定等(不動産鑑定士)

## 消費生活相談 人権市民相談課 ☎21-1414 ☎23-2236

- 平日(年末年始を除く)午前10時～午後3時30分
- 市役所本庁舎2階市消費生活センター
- 消費者契約上の問題、商品に対する苦情など

## 女性相談 人権市民相談課 ☎21-1416 ☎23-2236

- 3月1日(水)午前10時～午後3時
- 3月24日(金)午前10時～午後3時
- 3月28日(火)午後1時～5時
- 総合会館3階306会議室
- 女性の悩み、子育て、夫婦や異性のこと、自分のこと、夫や恋人からの暴力など(要予約で先着4人)

## 人権相談 人権市民相談課 ☎21-1416 ☎23-2236

- 3月16日(木)午前10時～午後3時(要予約で先着4人)
- 総合会館3階301会議室
- 3月1・8・15・22・29日(水)午前9時～午後4時
- さいたま地方法務局東松山支局(☎22-0379)
- 身の回りのさまざまな人権問題

## 税務相談 課税課 ☎21-1438 ☎23-2238

- 2～4月の税務相談はお休みです

## こころの健康相談 健康推進課 ☎24-3921 ☎22-7435

- 3月1日(水)午前9時30分～11時20分(要予約で先着3人)
- 保健センター
- 臨床心理士による相談

## 内職相談 商工観光課 ☎21-1427 ☎23-7700

- 3月7・14・28日(火)午前10時～午後4時
- 分室1階打合せ室
- 内職の求人や求職、在宅ワークに関する相談

## 創業相談 商工観光課 ☎21-1427 ☎23-7700

- 3月7日(火)・14日(火)・20日(月)・28日(火)
- 午後1時～5時(予約制)
- 創業支援センター会議室2
- 創業や創業間もない経営全般

# 図書館だより

	市立図書館 ☎22-0324 ☎22-0064	高坂図書館 ☎35-5120 ☎35-5123	なしの花図書室(平野市民活動センター内) ☎25-2220
開館(室)時間	午前9時30分～午後7時	月～金曜日午前9時30分～午後6時 土・日曜日午前9時30分～午後5時15分	水・土・日曜日 午後1時～5時15分

- 託児サービス**
  - 市立 第2・4金曜日午前10時～正午
  - 高坂 第1・3金曜日午前10時～正午
- おはなし会**
  - 市立 第2・4土曜日午前11時～11時30分
  - 高坂 第1・2・4金曜日午前11時～11時30分
- ちいさいむけおはなし会(0～3歳位)**
  - 市立 第1・3水曜日午前11時～11時30分
- ミニ朗読会(一般向け)**
  - 市立 第2水曜日午後2時～3時
- 映画会**
  - 市立
    - 日 2月12日(日)午後1時30分から 定100人(先着順)
    - 内 [サムサッカー 17歳、フツーに心配な僕のミライ](96分・吹替)
    - 日 2月19日(日)午後1時30分から 定100人(先着順)
    - 内 [ワンス・アポン・ア・タイム・イン・ハリウッド](161分・吹替)



2月の休館日

27日(月)

## 今月の図書館からのお知らせ

### 市立図書館

#### 科学道100冊

- 日 2月1日(水)～
- 内 科学道100冊とは、理化学研究所と編集工学研究所による、書籍を通じて科学者の生き方や科学のおもしろさを届けることを目指すプロジェクトです。2017年にスタートして以来、全国の書店・図書館・教育機関でフェアを展開し、多くの人に科学の本との出会いを提供してきました。市立図書館でも科学の多様な魅力を伝える本を展示します。ぜひ手に取ってみてください。

### 高坂図書館

#### バイリンガルおはなし会

- 日 2月19日(日)午後1時～2時
- 場 2階大会議室
- 対 市内在住の幼児～小学校低学年と保護者
- 定 15組(申込順)
- 内 英語と日本語での絵本の読み聞かせをします。英語のリズムを体で感じながら絵本の世界を楽しんでみませんか。
- 講師 ジェリー・マーティンさん(絵本作家・絵本翻訳家)
- 申 2月2日(木)～12日(日)に直接又は電話で高坂図書館へ。

# 伝言板

このコーナーは、市民の人から寄せられた情報です。参加するときは内容のご確認を。

## 出かけてみませんか 参加してみませんか

- **介護者サロンほっと**
  - 日 2月2日、3月2日、4月6日(木)午後1時30分～3時30分(出入自由)
  - 場 市民福祉センター
  - 内 介護者支援の集い
  - 問 新井さん ☎090-8344-1291
- **マジック入門教室**
  - 日 2月12日、19日(日)午前10時～11時30分
  - 場 松山市民活動センター
  - 定 10人(申込順)
  - 内 マジック入門(カードマジック、ロープマジック)
  - 費 2,000円(材料費)
  - 申・問 2月1日(水)～10日(金)にピアニーマジシャンズクラブ山崎さんへ。 ☎34-3673

- **介護制度のしくみ**
  - 日 2月13日(月)午後1時30分～3時
  - 場 市民福祉センター
  - 定 30人(申込順)
  - 申・問 2月10日(金)までに医療生協さいたま東松山支部手塚さんへ。 ☎24-0710
- **東松山市民コーラス発表会**
  - 日 2月26日(日)午後2時～4時
  - 場 高坂市民活動センター
  - 定 100人(先着順)
  - 内 ジョン・ラターの世界を歌う、混声合唱のための唱歌メドレーほか
  - 問 高山さん ☎23-9506
- **東松山市和太鼓団体「鼓遊連」合同演奏会**
  - 日 3月5日(日)午後1時開演(開場午後0時30分)
  - 場 唐子地区体育館
  - 内 和太鼓演奏会
  - 問 嶋野さん ☎090-3226-3498
- **市スポーツ協会チャリティーゴルフ大会**
  - 日 4月17日(月)
  - 場 高坂カントリークラブ
  - 対 市内在住・在勤の人及びスポーツ協会加盟団体の人
  - 定 300人(申込順)
  - 費 参加費2,000円、プレー費14,500円
  - 申 3月5日(日)午前10時～11時に参加費を添えて松山市民活動センターで受付
  - 問 小林さん ☎21-1432
- **東松山ウィズダンスクラブ**
  - 日 毎月第1・3・4金曜日午後1時～3時
  - 場 唐子地区体育館ほか
  - 対 初級者、中級者
  - 内 社交ダンスを楽しむ
  - 費 入会金1,000円、月3,000円
  - 問 岡部さん ☎24-2684

## 仲間になりませんか

### 俳句

夜空へと届く手締めや酉の市  
道標兼ねし観音野水仙  
吊橋のゆらりひやりや葛紅葉  
天空に神おはすやも冬浅間  
速くなる雲の流れも師走かな  
ぼこぼこと土竜の小山冬田中

一旬目、威勢のよい掛け声と共にそろいの拍手。冬の張り詰めた空気が酉の市の活気が伝わってくる。二旬目、かつては道の分かれる所にはよく観音様が立っていた。野水仙も道標のように優しい。三旬目、韻を踏んだ「ゆらりひやり」が当事者でないだけに面白い。

### 短歌

冬の雨静かに降りて明け方の  
庭の枯れ葉を鉛色にする  
坂道を互いに気遣い上り行く  
いつものコース冬めく気配  
年の瀬や貧乏神に取り憑かれ  
木枯し吹いて寒さ身に沁む

鉛色は丁寧な時間の積み重ねを表す和の色。一首目は情感に溢れた新鮮な着目の歌である。同じコースでも四季折々の変化がある。二首目は共に歩む人への優しさが伝わってくる。価格の高騰が続いている世相を反映した三首目。韻律良く詠まれ、諧謔味も醸している。

### 川柳

富士山に出会うと元氣湧いてくる  
安堵にはまだ距離がある靴の紐  
がまんして一気に泣いた赤ん坊  
少年の悔し涙にある決意  
ささ舟を流れに任す生き上手  
理想郷模索の果てが元の場所

NHKの駅ピアノの鑑賞です  
選者吟「人生の旅を彩る駅ピアノ」

### 文芸

夜空へと届く手締めや酉の市  
道標兼ねし観音野水仙  
吊橋のゆらりひやりや葛紅葉  
天空に神おはすやも冬浅間  
速くなる雲の流れも師走かな  
ぼこぼこと土竜の小山冬田中

一旬目、威勢のよい掛け声と共にそろいの拍手。冬の張り詰めた空気が酉の市の活気が伝わってくる。二旬目、かつては道の分かれる所にはよく観音様が立っていた。野水仙も道標のように優しい。三旬目、韻を踏んだ「ゆらりひやり」が当事者でないだけに面白い。

俳句・短歌・川柳の投稿先 はがきに俳句、短歌、川柳、作品中の読みの難しい語には、ふりがなを付け、住所、氏名(ふりがなを記入し、〒355518601松葉町1-1-58市広報広聴課へ。 ※投稿は市内在住者に限ります。

選者 仁村玲流

加美町 手塚久徳  
毛塚 波多野愛子  
西本宿 細村とよ  
松葉町 杉山幸子  
東平 柳澤昇一  
幸町 川中和子

選者 小松一也

砂田町 辻野光江  
正代 石井千冬  
箭弓町 福島和美  
松風台 北村隆夫  
箭弓町 野口英子  
五領町 下平奨

選者 会川淳子

石橋 河内忠和  
松葉町 町田くに  
松本町 福島富久次



おすすめ **学校給食レシピ**  
揚げ魚のニンニクバター醤油〜

監修 学校給食センター栄養教諭



今日は「揚げ魚のニンニクバター醤油」を紹介します。魚が苦手…という人も多いですが、このニンニクバター醤油タレがかかった魚は食べられるとの声を聞きます。給食ではアジやブリ・スズキの切り身に、このタレをかけて出しました。ご家庭でも、鮭・かじき・たらなど、手に入りやすい魚の切り身を使ってみてください。鶏肉でもOKです。さて、ニンニクといえは強い香りが特徴的ですが、ここで問題です。ニンニクの名前の由来になった言葉は、次のうちどれでしょう？ ①にんにょく ②にんにん ③にんたま…答えは①の「にんにょく」です。ニンニクという名前は、仏教の「忍辱」という言葉が由来になったという説があります。「忍辱」とは、健康を保ったり、体力を回復したりするために薬として、臭いを堪え忍んで食べるという意味です。ニンニクパワーで元気に過ごしましょう！

- 材料(4人分)**
- 切り身の魚 4切れ
  - 片栗粉 適量
  - 揚げ油 適量
  - しょうゆ 12g (小さじ2)
  - ニンニク 7g (一片・みじん切り)
  - みりん 6g (小さじ1)
  - 砂糖 6g (小さじ2)
  - 酒 5g (小さじ1)
  - バター 4g (小さじ1)
  - レモン果汁 2g (小さじ1/2)
- 【タレ】
- ※チューブニンニクの場合は3cmくらい

〜作り方〜

- ①切り身の魚に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- ②タレの材料を鍋に入れて沸騰させる(耐熱の器にタレの材料を入れて、レンジで沸騰するまで加熱してもOKです)。
- ③①の魚に②のタレをかけてできあがり！

問 学校給食センター ☎22-0741

梶田先生と振り返る思い出の一コマ

Vol.23

東松山市は高度経済成長期を中心に工業化が進み、昭和50年代以降は土地区画整理事業により新たな宅地が生み出され、人口の増加が続きました。その結果、松山第一小学校、松山中学校などで児童・生徒数が増加し、小・中学校の建設と既設校の改修工事が相次いで実施されました。

市の川小学校が開校する前の松山第一小学校は、全学年7クラス以上あったよ。



小・中学校の新設では、保護者や地域の協力のおかげで特色ある学校を作っていたんだ。

キャラクター紹介

市内の小・中学生に配布された学習漫画「漫画でわかる 梶田隆章先生とニュートリノ」のキャラクターたちです。

ニュートリノ三兄弟



電ちゃん ミューやん タウっち

梨花(姉)



歩(弟)



梶田隆章先生



東松山市生まれ。東京大学宇宙線研究所教授。1998年にニュートリノ振動の発見を発表。2015年にノーベル物理学賞を受賞。

小・中学校の新設ラッシュ

1975(昭和50)-1985(昭和60)年頃



コアラ通信

鳥を探しに出掛けよう

新宿小学校



12月8日(木)、新宿小学校の5年生が環境学習の取組の一環として、市野川沿いで鳥の観察(バードウォッチング)を行いました。

学校の周辺を歩き、子どもたちは環境アドバイザーから双眼鏡の使い方や鳥の習性などの話を聞いて学びました。また、市野川の土手沿いへ行くと、ダイサギやカルガモなどの鳥を見つけることができました。子どもたちは「たくさんの種類の鳥を発見できてうれしかった」と笑顔で話してくれました。



ちょっとより道

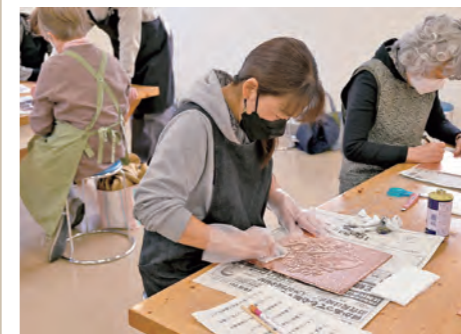
唐子市民活動センター(下唐子)

唐子市民活動センターは、2012(平成24)年に施設を改築し、より良い環境で唐子地区の皆さんの活動の場として利用され、10年が経過しました。センター内には、大会議室、調理室、工作室、大広間、茶室、講座室などがあり、様々な趣味のサークルや団体が活動しています。またセンター主催の教室を毎年開催しており、今年度は、工作室で大人の銅板アート教室を行いました。

また、唐子地区ハートピアまちづくり協議会では、唐子地区内にある「桜のひろば」を活用したスナッグゴルフ大会や、駒形公園を会場に青壮年ソフトボール大会を開催し、地域住民の交流を図っています。



交通：東武東上線「東松山駅」東口から市内循環バス(唐子コース)で「唐子市民活動センター」下車  
所在地：下唐子1604番地4  
☎22-0672 ☎22-0683  
開館時間 午前9時～午後9時30分  
休館日 年末年始(12月29日～1月3日)



銅板アート教室



スナッグゴルフ大会



## 埼玉西武ライオンズOBが新明小訪問

12月15日(木)、新明小学校3年生の体育の授業で、埼玉西武ライオンズOBの吉見さん、宮田さんから野球を教えていただきました。投打の基本を習い、授業の最後にはゲームをして楽しみました。



## 夢 with Science



12月20日(火)、市民文化センターで市内の市立中学校2年生を対象にノーベル物理学賞受賞梶田隆章基金事業「夢 with Science」を開催しました。梶田先生から、生い立ちや研究の道に進む決断をした時の話など、さまざまなお話をいただきました。「写真や図を使っての説明を聞いて、研究のスケールの大きさに驚きました」と生徒から感想が述べられました。



## 絵子猫さんが描く 高坂彫刻プロムナード



高田博厚作「マハトマ・ガンジー」

H. Takata × EGONCO

生涯学習課 ☎21-1431 ☎23-2239  
生涯学習課は市の文化芸術活動を推進しています。

まちかどスケッチ

この広報紙にあなたが写っていましたら広報広聴課へご連絡ください。写真をさしあげます。

## クリスマスツリーがゆらゆら動く



12月17日(土)、松山市民活動センターで第3回子ども工作教室「ゆらりんツリーを作ろう!」を開催しました。参加した子どもたちは、講師の中林祐子先生の話聞き、カラーフィルム等でクリスマスツリーを作りました。完成したツリーをライトで照らすと、カラフルな影がゆらめき「とってもきれい」等の声が上がりました。



## えんじょいスポーツ

## フィギュアスケート



松原菫さん



アイスショー出演時の様子

松山中学校出身で、現在はプロフィギュアスケーターとして活躍している、松原菫さんを紹介します。松原さんは小学校1年生の頃にスケートリンクへ遊びに行ったことがきっかけでフィギュアスケートを始めました。中学校3年生で初めて冬季国体に出場し、大学卒業後の令和3、4年にも2年連続で同大会に出場しています。

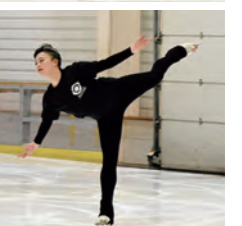
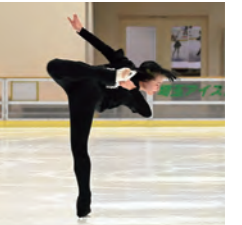
その後、選手からプロへと転向すると、現在は日本初のアイスショーである「プリンスアイスワールド」のチームに所属し、国内外を代表するトップス

ケーターと共に東京や横浜で公演するアイスショーに出演しています。

時には落ち込むことがあっても、楽曲に合わせて様々なキャラクターを演じることで自身の気持ちが明るくなれることがフィギュアスケートの魅力であり、これまで続けられた理由と語ってくれました。今後は、プロのフィギュアスケーターとしてまずは10年間継続し、その間に次の目指すべきものを見つけ出すことが目標だそうです。

最後に、未来のフィギュアスケーターへメッセージをいただきました。「がむしゃらに頑張るだけでなく、自身のコンディションをしっかりと整え、フィギュアスケートについての正しい知識を持ちながら努力すれば、きっと実を結ぶときが来ます。頑張ってください。」

松原さん、これからも多くの人々にフィギュアスケートの魅力や感動を伝えていってください。



たなかりえこ 田中理恵子園長

## 動物ZOO鑑

埼玉県子ども動物自然公園

～園長おすすめ カメ～



### もしもしカメよ～♪

先月が「ウサギ」だったので、今月は「カメ」のお話。日本人なら誰もが知っている♪もしもしカメよ～カメさんよ～♪では、のんびり歩くカメが、途中でグー寝てしまったウサギを追い抜いてゴールするという歌詞です。動物園では、この歌を子どもたちと歌いながら実際はどっちが先にゴールするのか、という検証を「ウサカメレース」と称してサマースクールなどでよく行いました。実際はたいてい「カメの勝ち」。なぜなら…ポイントは坂の上からのスタート。歩いてもらうカメはイシガメやクサガメなど水辺に暮らすカメ。たいてい水場は低いところにあるのでそれを知っているカメたちは坂の下に向かってとことこ歩き出すという訳なのです。そしてもう一つのポイントはウサギの用心深さ。知らない場所ではあまり動かず、まずはじっと様子を見るタイプ。動きだすまでに時間がかかり、その間にカメがゴールイン。その理由を子どもたちに話すと、それぞれの暮らしぶりがそこにあることにみなさん「なるほど」と納得してくれます。

ところで、イシガメやクサガメなどは雌が雄よりずっと体が大きいのを御存じですか？雌は体が大きいほうが卵をたくさん産むことができます。雄は繁殖期に雌をもとめて沢山歩きまわるので体が重すぎないほうがいい、ということです。カメは意外とのんびり屋さんじゃないんですよー。

④動物園のイシガメ、クサガメたちは3月まで冬眠中です。



ウサカメレースでスタート!



スタスタ歩くイシガメ



目を立てて周りをうかがうウサギ

## ミニ情報

### 人口と世帯(1月1日現在)

人口: 90,651人	(- 33)
男: 45,600人	(- 37)
女: 45,051人	(+ 4)
出生(12月中): 27人	(- 14)
死亡(12月中): 102人	(+ 30)
転入等(12月中): 313人	(± 0)
転出等(12月中): 271人	(- 37)
世帯数: 42,332世帯	(+ 4)

\* ( )は前月比

### 交通事故発生件数(12月中)

発生件数: 429件*	
人身事故: 51件(死者: 1人、けが人: 60人)	
物損事故: 378件	
*東松山警察署管内(東松山市、滑川町、川島町、吉見町)の件数	
火災と救急件数(12月中)	
火災件数: 1件	
救急件数: 526件(交通: 30、急病: 350、その他: 146)	
搬送人員: 395人	

### 市内の空間放射線量測定結果

市内34か所で空間放射線量を定期的に測定しています。  
1月の測定においても、基準値を下回っています。  
測定結果の詳細は、市HPに掲載しています。  
環境政策課 ☎63-5006 ☎23-7700

