

広報 きたもと

12月
2016 No.946

情報面

北本市で快適に暮らすための情報をお届けします



16 ページ 総合公園イルミネーション



25 ページ 宵まつり



10 ページ ウエディングボード



11 ページ オレンジカフェ

CONTENTS

【注目情報】

- 年末・年始のごみ収集、廃蛍光管類の収集、し尿の収集・・・2
- 市民大学きたもと学苑・・・3
- アクティブシニア輝き講演会・・・4
- 選挙管理委員会事務局からのお知らせ・・・4
- 容器包装(資源)類の回収回数についてのアンケート結果・・・5
- 育児・介護休業法、均等法が改正されます!・・・5
- 平成29年度の学童保育室の利用申込みを受け付けます・・・6

【お知らせ】

- 生ごみ処理機器購入費補助金・・・8
- パープルリボンキャンペーン・・・9

【募集】

- 市職員・・・11

【イベント】

- 総合公園イルミネーション・・・16

【スポーツ】

- 2017市民スキー・・・16

休日診療(当番医)は保健・子育てP17に記載されています。 ※テレビ埼玉のデータ放送でも前日より確認できます。

人口のうごき

人口・・・67,664人(－33人) 世帯数・・・28,800世帯
 男性・・・33,661人(－16人) ※11月1日現在
 女性・・・34,003人(－17人) ※()は対前月比

今月の納税

○固定資産税 第3期分
 12月26日(月)までに納めましょう。

■発行日 平成28年(2016)12月1日発行 ■編集と発行 北本市役所 企画財政部企画課

北本市役所

☎ 048(591)1111(代表) FAX 048(592)5997
 〒364-8633 埼玉県北本市本町1丁目111番地

ホームページ

<http://www.city.kitamoto.saitama.jp>

市役所の開庁時間は平日8:30～17:15。一部窓口は土曜日8:30～12:00も開庁(年末年始除く) ※お取り扱いできない業務もあります



上記メディアでも情報を発信しています。



この印刷物は再生紙と環境にやさしい植物油インキを使用しています。

リサイクル適性
 この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



注目1 年末・年始のごみ収集、廃蛍光管類の収集、し尿の収集

年末・年始のごみ、廃蛍光管類、し尿の収集日および資源回収日は、次のとおりです。収集日を確認し、間違いのないようお願いします。 ☎環境課廃棄物・リサイクル担当(☎594-5553)

【12月】年内最後の収集日

区分	コース	Aコース	Bコース・Cコース	公団コース
燃やせるごみ		29日(木)	30日(金)	30日(金)
燃やせないごみ		28日(水)	21日(水)	21日(水)
容器包装(資源)類		23日(金・祝)	26日(月)	22日(木)
資源回収	ペットボトル・ビン類・金属類	20日(火)	28日(水)	27日(火)
	紙・布類等	21日(水)	29日(木)	27日(火)
	廃蛍光管類	20日(火)	28日(水)	28日(水)
粗大ごみ	最終受付日	22日(木) ※15日(木)までの受付分は年内収集		

※廃蛍光管類は、廃蛍光管(丸・直管、電球型)・白熱球・その他の電球(LED除く)となります。
 ※粗大ごみの収集は、北本リサイクル事業協同組合(☎591-6724・粗大ごみ受付専用電話)へ、電話でお申し込みください。市役所では受付できません。なお、受付時間は、平日の8:30~15:00です(年末・年始以外も同様)。

【1月】年明け最初の収集日

区分	コース	Aコース	Bコース・Cコース	公団コース
燃やせるごみ		5日(木)	6日(金)	6日(金)
燃やせないごみ		11日(水)	4日(水)	4日(水)
容器包装(資源)類		6日(金)	9日(月・祝)	5日(木)
資源回収	ペットボトル・ビン類・金属類	7日(土)	11日(水)	10日(火)
	紙・布類等	4日(水)	12日(木)	10日(火)
粗大ごみ	受付・収集	4日(水)		

粗大ごみ・燃やせるごみの自己搬入

埼玉中部環境センターの年内の受入れは、粗大ごみは22日(木)まで、燃やせるごみは28日(水)までとなります。なお、時間は、9:00~12:00・13:00~16:00です(年末・年始以外も同様)。年始は4日(水)から受け入れます。

また、埼玉中部環境センターに搬入する前に、粗大ごみ等自己搬入受付所(場所は右図参照)で手続きを行ってください。



し尿の収集

年内の収集は28日(水)まで、年始は4日(水)から収集します。

「分別収集家庭ごみ・資源類の出し方(ごみカレンダー)」等の配布

家庭ごみの分別方法や収集日を記載した「ごみカレンダー」は、毎年3月号の広報と一緒に全戸配布しています。また、環境課もしくは最寄りの公共施設(地区公民館等)でも受け取ることができます。

詳しい分別等を記載した冊子『家庭ごみ・資源類分別マニュアル(保存版)』(平成24年8月全戸配布)が必要な人は、環境課でお受け取りください。



注目2 市民大学きたもと学苑

■平成28年度後期講座B日程(1~3月に開講するもの)の26講座申込み受付中

生涯学習課や各公民館等にある「キタガク講座案内」パンフレットに折り込まれた専用往復はがきで12月7日(水・必着)までにお申し込みください。キタガクホームページからも申込みができます。 ※A日程の申込みはすでに終了しています。



講座名	市民教授
【ベビーマッサージ講座】~ベビーマッサージは心を育てます♥~(全2回)	古橋 明代
【アロマとママの手葉箱講座】~メディカルアロマとハンドケア、薬に頼らず心と身体を健康に!!~(全3回)	佐久間 ちあき
【掃除・食事・癒して潤うアイディアアロマ講座】~アロマってすごい!! アロマっておもしろい!!~(全2回)	佐久間 ちあき
【初心者向けアロマセラピー講座】~アロマが「こころ」と「からだ」にいい理由~(全3回)	林 あゆ子
【10歳若返るスキンケア講座】(全3回)	守山 幸子
【みんなの認知症予防ゲーム】~笑って頭をつかって脳活性化~(全3回)	松村 純子
【シニア健康けん玉教室】~今ブーム!!足腰鍛えて楽しく挑戦~(全4回)	田中 敏彦
【姿勢が良くなるイス体操講座】~肩こり、首こり、猫背に効果があります~(全7回)	吉村 美喜
【イケコの姿勢スッキリ! イスヨガ&め・て・ゆびヨガ講座】(全6回)	小林 和美
【フラダンス講座】~"ALOHA"のココロでハワイアンフラと一緒に楽しんでみませんか?~(全8回)	須賀 由美子
【日本舞踊でフィットネス】(通称NOSS)~優雅な日舞の動きを使っていつの間にか全身運動!~(全4回)	大野 恵子
【太極拳講座】~続けよう、太極拳!~(全4回)	関山 邦孝
【カラダのメンテナンス講座】~初級編「テープを貼るだけで全然違う!」目からウロコの膝、腰、肩ケア~(全3回)	走尾 千恵美
【男性限定! 料理講座】~ゼロから始める男の料理教室~(全5回)	斉藤 幸展
【介護技術講座】~応用編~(全1回)	吉川 将太
【コントラクトブリッジ講座】~頭の体操! 1億人のトランプゲーム・もう少し前へ~(全6回)	堀内 勝臣
【美しい韓国語講座】~韓国語を基本から学ぼう~(全8回)	河世江
【女性の演歌講座】~ステキな歌声を身につけよう~(全8回)	小堀 英子
【詩吟講座】~詩吟で元気に!!~(全6回)	佐藤 敏秋
【詩吟講座】~お腹からの発声でストレス解消~(全5回)	小須田 今朝人
【民謡講座】~ふるさとを歌う IN秋田~(全6回)	田口 明満
【陶芸講座】~使う日が楽しみな器作りです~(全8回)	原口 日出子
【スクラップブック講座】~♡子どもたちのひざの上にアルバムを♡~(全3回)	佐藤 和代
【プリザーブドフラワー講座】~プリザーブドフラワーとアートフラワーで簡単なお仏花を作りましょう~(全1回)	渡邊 静子
【手軽に楽しむ手芸講座】~ワンマイルバックをつくります~(全1回)	清水 光枝
【カルトナージュ講座】~かわいい小物で楽しむ毎日~(全5回)	小林 緒子

※詳しい講座内容や日程などはキタガク講座案内またはキタガクホームページをご覧ください。

■新規市民教授希望者説明会を開催します

平成29年度前期講座に向けて新たに市民教授を募集します。市民教授になるための資格は特に必要ありません。皆さんの経験・知識を活かし市民の皆さんに広く還元したいという気持ちが大切です。興味、関心のある人は説明会にご参加ください。

時 12月10日(土)14:00~

場 文化センター

申 12月9日(金)までに市民大学きたもと学苑事務局(生涯学習課)へ電話等でお申し込みください。

問 市民大学きたもと学苑事務局(生涯学習課生涯学習担当 ☎594-5567)

■キタガクとは

市民大学きたもと学苑(愛称:キタガク)は、「市民が主役の生涯学習」を推進するために、市民と行政が協働で設立した団体です。市民の皆さんが主体的に学び合い、教え合い、高め合うことで、北本市のまちづくり、人づくりを目指しています。

注目情報

お知らせ

募集

イベント

スポーツ

保健・子育て

安心・安全

掲示板

まちの話題

注目3 アクティブシニア輝き講演会

東進ハイスクール
東進衛星予備校 現代文講師 **林修氏**

講演タイトル
『60歳からの人生設計 いつやるか?』

時 平成29年 1月30日(月) 13:15開演
(12:30開場)

場 文化センター 対 50歳以上の市民
定 700人(定員を超えた場合抽選)

※返信はがきで抽選結果をお知らせ

費 入場無料(全席指定)

申 12月19日(月・消印有効)までに右図
の見本に従って往復はがきでご応募
ください。往復はがきは、1人1枚
応募できます(1枚で2人まで)。

※1人で複数枚応募の場合、2枚
目以降は無効となります。

問 公益社団法人北本市シルバー人
材センター講演会係 ☎592-4300



【プロフィール】
1965年、愛知県名古屋市生まれ。
東京大学法学部卒。
現在、東大特進コースなど
の難関大学向けの講義を中心
に授業を行い、抜群の東
大合格実績を誇る東進ハイ
スクール・東進衛星予備校
の躍進に大貢献している。
主なレギュラー番組は「林先
生が驚く 初耳学!」TBS系
列、「ネプリーグ」フジテレビ
系列、など多数。
主な著書「いつやるか?今
でしょ!」宝島社、「受験必
要論」集英社、「異端児のス
メ」宝島社etc.

往信宛名面 返信の文面(返信宛名面の裏面)

郵便番号はがき
3640013

往信

北本市中丸 10-55
北本市シルバー人材センター
アクティブシニア輝き講演会 宛

何も記入しないでください。

返信宛名面 返信の文面(返信宛名面の裏面)

郵便番号はがき

返信

代表者の郵便番号、
住所、氏名を明記してください。

《代表者》
郵便番号
住 所
氏 名 (年齢)
電話番号
《一緒に参加される方》
郵便番号
住 所
氏 名 (年齢)
*その他
(車いす・難聴者席希望等)
※1枚のはがきで2人まで
応募できます。

注目4 選挙管理委員会事務局からのお知らせ

有 権者に明るい選挙を呼びかけるために「明るい選挙啓発ポスター展」を開催します。
市内の小中学生が描いた明るい選挙を呼びかけるポスターをぜひご覧ください。

時 12月12日(月)～19日(月) ※18日(日)を除く 8:30～17:15(12日(月)は13:00から、17日(土)は12:00まで) 場 庁舎ホール 問 選挙管理委員会事務局 ☎594-5510

政治家の寄附は禁止、有権者が求めることも禁止されています

政治家(候補者、立候補予定者、現に公職にある者)が選挙区内にある人に対して寄附をすることは禁止されています。政治家と有権者のつながりはとても大切です。しかし、このつながりが金銭や物品で培われるようでは、いつまで経っても明るい選挙、お金のかからない選挙は実現できません。政治家の寄附禁止について、ご理解とご協力をお願いします。

みんなで徹底しよう 三ない運動

- 贈らない
- 求めない
- 受け取らない

これらのものも、政治家の寄附禁止の対象となります。

- 秘書等が代理で出席する場合の結婚祝
- 地域の運動会・スポーツ大会への飲食物等の差入
- お祭りへの寄附・差入
- 町内会の集会・旅行等の催物への寸志・飲食物の差入
- 落成式・開店祝等の花輪
- 病氣見舞
- お祝儀・お年賀
- 入学祝・卒業祝
- 葬儀の花輪・供花
- 秘書等が代理で出席する場合の葬儀の香典



注目5 容器包装(資源)類の回収回数についてのアンケート結果

広 報きたもと7月号で掲載した、容器包装(資源)類の回収回数を拡大(2週に1回から毎週へ)することについてのアンケート結果を公表します(詳細は市ホームページをご覧ください)。

市民アンケートの実施期間 平成28年6月25日～7月22日 回収件数 749件

《内訳》意向結果

(単位:件)

	毎週回収することに賛成	現在の回収回数でよい	未記入
メール	164	51	0
郵便等	294	233	7
合計	458	284	7
割合	61.15	37.92	0.93

年齢別集計

	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	未記入
メール	1	5	54	63	39	34	14	5	0
郵便等	1	11	37	44	69	178	156	33	5
合計	2	16	91	107	108	212	170	38	5
割合	0.27	2.14	12.15	14.28	14.42	28.3	22.7	5.07	0.67

問 環境課廃棄物・リサイクル担当 ☎594-5553

注目6 育児・介護休業法、均等法が改正されます!

【改正の主なポイント】

- ①介護休業の分割取得
改正前: 介護を必要とする家族(対象家族) 1人につき、通算93日まで原則1回に限り取得可能
改正後: 対象家族1人につき通算93日まで、3回を上限として、介護休業を分割して取得可能
- ②介護休暇の取得単位の柔軟化
改正前: 1日単位での取得
改正後: 半日単位での取得が可能
- ③介護のための所定労働時間の短縮措置等
改正前: 介護休業と通算して93日
改正後: 介護休業とは別に、利用開始から3年の間で2回以上の利用が可能
- ④介護のための所定外労働の制限
改正前: なし
改正後: 対象家族1人につき、介護終了まで利用できる所定外労働の制限(残業の免除)を新設

- ⑤いわゆるマタハラなどの防止措置の新設
改正前: 事業主による妊娠等を理由とする不利益取扱いを禁止
改正後: 上記に加え、上司・同僚からの妊娠等を理由とする嫌がらせ等(いわゆるマタハラなど)を防止する措置を講じることを事業主に義務付け

【ハラスメント対応特別相談窓口を開設します】
平成29年1月1日から上司・同僚からの妊娠・出産・育児休業・介護休業等に関するハラスメントの防止措置が事業主に義務化されます。「マタハラの相談を労働者から受けたがどうすればよいのだろう」「ハラスメント防止措置として会社は何をすればよいのだろう」といった会社からのお問い合わせや労働者からの相談に対応します!

期 12月28日(水)まで(平日8:30～17:00)

問 埼玉労働局雇用環境・均等室 ☎048-600-6210

北里大学メディカルセンター(KMC)

いつもと日程・時間が異なりますのでご注意ください!

市民講座

日時 平成28年12月21日(水) 16:00～17:00
場所 北里大学メディカルセンター 北館6階研修室
テーマ 渡航経験から感じる日本と海外の医療の違い 一医師の四方山話
講師 北里大学医学部脳神経外科学教授 岡 秀宏

受講料 無料(駐車場無料)
申込み方法 聴講自由(予約は不要です)
主催: 北里大学メディカルセンター
後援: 北本市、桶川市、鴻巣市、各市老人クラブ連合会
お問い合わせ 事務部総務課 ☎048-593-1212(代表)

注目 平成29年度の学童保育室の利用申込みを受け付けます

4月から学童保育室の利用を希望する人は、次のとおりお申し込みください。必要な書類や利用案内は12月5日(月)から、下記のとおり配布します。なお、各指定管理者のホームページからもダウンロードできます。

	各学校に併設した学童保育室の場合	北本市立児童館内に設置した学童保育室の場合
指定管理者	NPO法人北本学童保育の会うさぎっ子クラブ	シダックス大新東ヒューマンサービス(株)
受付期間	12月5日(月)～平成29年1月20日(金) (土・日曜日、祝日・年末年始を除く)	(12月31日～1月2日を除く)
受付時間	9:00～18:00	9:00～19:00
配布および受付場所・問合せ先	①北本学童保育の会うさぎっ子クラブ事務所 住所：北本3-141-2 大島ビル2F ☎594-8637 ②入学予定の小学校の学童保育室	児童館2階受付 住所：本町1-111(市役所隣り) ☎598-7643

今月の新刊本〈中央図書館〉

※ここに載せているのは、新しく入った本の一部です。
※館内利用者端末と図書館ホームページで新刊一覧を閲覧できます。

一般書・読み物

- シャルロットの憂鬱
近藤 史恵 (光文社)
- すみなれたからだで
窪 美澄 (河出書房新社)
- リリース
古谷田 奈月 (光文社)
- 優しい街
新野 剛志 (双葉社)
- パレードの明暗 座間味くんの推理
石持 浅海 (光文社)
- 嘘ですけど、なにか？
木内 一裕 (講談社)



天を灼く
あさの あつこ
(祥伝社)

一般書・ノンフィクション

- クモの糸でバイオリン
大崎 茂芳 (岩波書店)
- 着こなした広がる帯を楽しむ便利帖
吉田 アヤ (ナツメ社)
- うつわを愛する
祥見 知生 (河出書房新社)
- 新編山小屋主人の炉端話
工藤 隆雄 (山と溪谷社)
- 世界の絶景鉄道
PIE BOOKS (パイインターナショナル)
- 東京のちいさな美術館・博物館・文学館
増山 かおり (エクスナレッジ)



毎日を楽しむ
捨てない暮らし
松場 登美
(家の光協会)



〈広告〉

悩み事解決のお手伝いをします お気軽にご相談下さい 浦和駅西口徒歩2分

◆相談料30分5400円(事前にご予約下さい)

高橋徹 総合法律事務所

北本市商工会会員 弁護士 高橋徹

☎048-815-6077

電話受付：平日午前10時～午後6時
時間外相談は、予約時にご相談ください
さいたま市浦和区高砂2-1-2駒崎ビル402

北本市観光協会からのお知らせ

●グリコピア・イースト北本市民デー●

- 時** 平成29年1月22日(日)9:30～
- 費** 無料
- 定** 40人(子ども1人として計算。定員超過の場合は抽選)
※結果は、はがきで通知します。
- 対** 市内在住、在勤の人
- 申** 往復はがきに代表者・住所・電話番号・参加者全員の氏名・年齢・車でお越しの場合は駐車場使用台数を記入し、12月16日(金・消印有効)までに観光協会へ。
- 他** ・グリコピア・イーストでの現地集合・解散
・小学生以下の子どもは保護者同伴
・車椅子使用の人はその旨をはがきに記載
・1枚のはがきで最大4人まで申込み可
・申込みは1グループにつきはがき1枚まで

●北本の観光のこと考えちゃわナイト●

- 観光協会では、今後の観光事業について市民の皆さんと考えるワークショップを定期的に開催しています。今回は以前クラウドファンディングを活用して作製した「旅するピザ窯」を囲んでランチ会を開催します。遊休農地を活用した観光農園の取り組み「みんなのポタジェづくり」についてアイデア出しをしつつ、楽しく雑木林ピザランチをお楽しみください。
- 時** 12月17日(土)
11:00～(2時間程度)
- 場** 南小学校前の雑木林
- 費** 食材費として1,000円程度
- 今年度の開催予定** 平成29年2月18日(土)

北本市観光協会
KITAMOTO TOURISM ASSOCIATION

〒364-0035 西高尾1-249
TEL 591-1473 FAX 577-3475
Eメール info@machikan.com
HP http://www.machikan.com/

ちょっと気になるとなりまち

鴻巣市 第35回鴻巣パンジーマラソン 参加者募集

- 時** 平成29年3月4日(土)8:30～開会式
※小雨・小雪決行
- 場** 鴻巣市立陸上競技場スタート・ゴール
- 対** 一般ほか
- 定** ハーフの部：4,000人
5kmの部：1,000人
- 申** 【インターネット】
12月22日(木)までに専用サイト
([「鴻巣パンジー」で検索])
【電話またはFAX】
12月22日(木)までの平日10:00～17:30にスポーツ
エントリー(☎0570-550-846・FAX 0120-37-8434)
【郵便振替】
12月16日(金)までに指定の郵便振替用紙に必要
事項を記入し、参加費を添えてゆうちょ銀行窓口
- 問** 鴻巣パンジーマラソン実行委員会事務局
(鴻巣市スポーツ健康課内☎543-6660)

桶川市 拉致問題啓発映像作品公演 「～メッセージ～家族たちの思い」開催

- 時** 平成29年1月28日(土)
13:30開場、14:00開演
- 場** さいたま文学館(桶川市若宮1-5-9)
- 内** ビデオ上映(ご家族のメッセージを俳優が朗読、
拉致問題の現状等の解説、家族会代表のあいさつ、
政府の取り組み等の解説)
※手話通訳あり
- 定** 200人(先着順)
- 費** 無料
- 申** はがきに代表者の住所・氏名(ふりがな)・代表
者の電話番号・参加者全員の氏名(ふりがな)を
記入のうえ、桶川市社会福祉課(〒363-8501住所
記入不要)へ。メール(fukushi@city.okegawa.
lg.jp)、FAX(048-786-5882)でも受け付けます。
- 問** 桶川市社会福祉課(☎048-786-3211)

〈広告〉

◎相続 ◎交通事故 ◎離婚 ◎借金など
まずはお気軽にお電話ください

予約受付時間 平日9時～17時 ☎048-501-8502

このす法律事務所

弁護士 森田 智博・根岸 遼

鴻巣市本町4-5-9新井ビル2階(市役所隣り)
毎週土曜 無料法律相談実施中

大切な電気類に困ったら、ご相談も。

松(まつん)店
TEL 080-7694-6622

受付時間 土曜日 9:00～17:00まで

※基本の修理工料は、お宅内です。
※修理エリアによっては出張料も
かかります。
※作業は、ご帰国後に実施します。
※作業内容変更によっては、
見積りさせていただきます。

お知らせ

人権擁護委員に篠田恭明さんと大塚美津子さん

篠田恭明さん(山中1丁目)が10月1日付けで人権擁護委員として、法務大臣から委嘱されました。



大塚美津子さん(下石戸5丁目)が、10月1日付けで法務大臣から人権擁護委員に再任されました。

冬の交通事故防止運動

期12月1日(木)~14日(水)

重点目標

- ◎反射材の活用による自転車・歩行者の交通事故防止
 - ・自転車や歩行者は反射材用品を活用し、明るい色の衣服を着用しましょう。
 - ・自転車の傘さし運転やスマートフォン・携帯電話の使用運転、ヘッドホン・イヤホンの使用運転は禁じられています。危険ですので絶対にやめましょう。
- ◎ハイビームによる危険の察知
 - ・早めに前照灯を点灯し、速度を抑えて運転しましょう。点灯し

たときは、走行用前照灯(ハイビーム)を使用しましょう。対向車とすれ違うとき、周囲の車両を眩惑させる恐れがある場合等は、すれ違い用前照灯(ロービーム)に切り替えましょう。

☎くらし安全課交通・防犯担当 (☎594-5522)



生ごみ処理機器購入費補助金をご利用ください

市では、生ごみ処理容器(コンポスト容器およびEMばかし容器)、電気式生ごみ処理機を購入・設置する家庭および自治会等に補助金を交付しています。

補助金の額は、購入に要した費用の2分の1の額とし、2万円を限度とします。交付を受けようとする場合は、事前に下記担当までご相談ください。

☎環境課廃棄物・リサイクル担当 (☎594-5553)



(広告)

12月10日~16日は「拉致問題を考える週間」です

「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が制定され、この週間が定められました。

北朝鮮による拉致問題の解決には、「拉致は許さない」という市民一人ひとりの声が大きくなります。この週を機に拉致問題への意識を高めましょう。

☎福祉課地域福祉・監査担当 (☎594-5534)

必ずチェック!最低賃金使用者も、労働者も。一埼玉最低賃金の改定について

埼玉県最低賃金が平成28年10月1日から時間額845円(現行金額より25円引上げ)に改定されました。

埼玉県最低賃金は、年齢に関係なく、パートや学生アルバイトなども含め、県内全ての労働者が対象になります。使用者も、労働者も、賃金が最低賃金以上になっているか、必ず確認しましょう(産業によって、特定(産業別)最低賃金が定められているものがあります)。

詳しくは、埼玉労働局賃金室(☎048-600-6205)または最寄りの労働基準監督署へ。



小額物品等納入、小規模工事等契約希望業者登録の定期受付

市内経済の活性化を図るため、市が発注する小額物品等の納入および小規模な工事・補修・修繕について、受注を希望する市内に本店を有する業者の登録の定期受付を行います。

なお、入札参加資格に登録している業者は登録できません。

受付期間
平成29年2月1日(水)~17日(金)
9:00~12:00、13:00~16:00
(土・日曜日、祝日を除く)

有効期間
平成29年4月1日~平成32年3月31日までの3年間

申請用紙等
12月中旬から、市ホームページの事業者向け(入札・契約)ページで公開します。

※郵便による用紙の配布および受付は行いません。
☎契約管財課契約・検査担当 (☎594-5513)

市税等の夜間納税・相談窓口を開設

市では、都合により金融機関の窓口で市税等を納付できない人のために、毎月下旬に夜間納税・相談窓口を開設しています。

事情により納付が困難な人のご相談もお受けしています。
※納付書を紛失した場合は再発行

できます。

時12月26日(月)・27日(火)19:45まで
場間納税課納税係(☎594-5520)

パープルリボンキャンペーンに参加しませんか?

埼玉県では、女性に対する暴力をなくす運動として、皆さんにパープルリボンを作っていただき、タペストリー(壁掛け)を完成させるキャンペーンを展開しています。タペストリーは、県内22市・町を巡回します。北本市には、下記の日程で巡回します。パープルリボンは用意してありますので、お気軽にご参加ください。併せて、パネル展も開催しますので、ぜひお立ち寄りください。

①タペストリー製作

時12月19日(月)~22日(木)
8:30~17:15

場庁舎1階展示スペース
(中央階段脇)

②パネル展

時12月21日(水)~平成29年1月5日(木)
8:30~17:15

※土・日曜日、祝日、年末年始は除く

場庁舎ホールA

☎企画課人権推進・男女共同参画担当(☎594-5506)

12月26日に元荒川上流土地改良区総代総選挙を行います

当選挙で選出される総代は、元荒川上流土地改良区の総代会を組織し、役員選挙や事業計画などの

(広告)

重要事項を決める仕事を4年間にわたり行います。

○立候補の届け出

資格 25歳以上の組合員で、成年被後見人や被保佐人でない人

期間 12月19日(月)・20日(火)の8:30~17:00に、文書で候補者本人が選挙長に届け出

場所 市選挙管理委員会

○投票

資格 組合員で選挙人名簿に登録されている人

方法 後日配付する入場券を持参し投票

日時 12月26日(月)9:00~14:00

場所 市選挙管理委員会

☎選挙管理委員会事務局 (☎594-5510)

施設の休館日

12月8日~平成29年1月7日

12月23日(金・祝)・29日(木)~平成29年1月3日(火)

・総合福祉センター

12月26日(月)・31日(土)~平成29年1月2日(月)

・中央図書館

12月31日(土)~平成29年1月2日(月)

・中央公民館

12月26日(月)・28日(水)~平成29年1月3日(火)

・地区公民館 ・学習センター

・勤労福祉センター

・コミュニティセンター

・総合公園 ・子供公園

・野外活動センター

・体育センター

・健康増進センター

新しい年に向けて、インテリアリフレッシュ。

歳末感謝祭

ご不要家具 無料お引取りキャンペーン!

~12.18(sun)

専門店 小川家具

北本市北本2-137 ☎048-591-3517

北本の葬儀・家族葬ホール

駅から真直ぐ◆無料送迎バス有◆大型駐車場◆宿泊可能◆高機能安置室完備◆チップ一切不要

年中無休 安心の24時間対応 深夜のお迎えもご安心ください

フリーダイヤル **0120-16-5940** ごくよお

北本市・桶川市・鴻巣市の家族葬 セレモホール北本 ◆県央みずほ斎場でのご葬儀も承ります◆

北本市宮内7-179 TEL:048-591-2288 FAX:048-591-0145
http://www.ceremohall.com/ 「LINE」友だち募集! ID「@zue6749s」

生前相談

受付中

ご葬儀に関する様々な「希望」「不安」など何でもご相談頂いております!

家族葬って? もしものときは? 何からしていいかわからない?

自宅相談も可能!
外出が難しいお客様はご相談ください

オレンジカフェきたと

認知症の人やご家族、地域の人など、どなたでもお越しいただける集いの場です。また、専門医等を配置した認知症専門相談窓口も開設しています。

- ※毎月第1金曜日に開催
①認知症の人の家族の集い
②介護者サロン〜集い〜
①②共通 申不要。直接会場へ。
※◎は専門医等の相談窓口開設日
※無料 申不要



ゆず湯

暦では「冬至」です。ゆずの香りで温まりませんか。
※申込用紙等は、総務課および市ホームページで配布しています。

イベント

介護者の集い

- ①認知症の人の家族の集い
②介護者サロン〜集い〜
①②共通 申不要。直接会場へ。
※毎月第1金曜日に開催
※無料 申不要

市職員募集

- 第1次試験日 平成29年1月7日(土)
職種・採用予定人員
採用予定日 平成29年4月1日
受験要件
①昭和51年4月2日以降の生まれで、1級建築士または2級建築士の資格を取得している人
②民間企業等における土木職務経験が5年以上ある人

そろばんフラッシュあんさん 生徒募集
当そろばん塾では、皆で楽しみながら、そろばんを学習して暗算力を付け生涯役立つ指導しています。
日本商工会議所・日本珠算連盟 指定教場
北本市中央2-78 北本駅西口徒歩1分
お問い合わせ(電)048-594-0980 石川珠算学院

オレンジ法律事務所
まずは気軽に弁護士にご相談を。
大宮駅 徒歩3分
TEL 048-782-5757
法律相談初回30分無料(要予約)

募集

新春健康体操教室参加者

- 期 平成29年1月11日～3月29日 毎週水曜日(全12回)
①70歳からの健康いきいき体操教室
②60歳からの健康いきいき体操教室
③50歳からの女性のための美容と健康体操教室

ウェディングボードのご利用について

婚姻届の記念撮影のため、庁舎市民課前にウェディングボードを設置しています。
新たな人生の出発の思い出に、ぜひご利用ください。

- 【利用時間】
平日…8:30～17:15
土曜日…8:30～12:00
※市民課窓口係(☎594-5528)



巡回バスの時刻表の変更について

健康増進センター巡回バスの時刻表の一部が、平成29年1月4日(水)より変更になりますのでご注意ください。

健康増進センター(☎591-8251)

調理師の人は調理業務従事者届出を出しましょう!

健康増進センター巡回バスの時刻表の一部が、平成29年1月4日(水)より変更になりますのでご注意ください。
健康増進センター(☎591-8251)

お知らせ

平成28年度上半期の財政状況を市ホームページに掲載しました

市では年2回、財政状況を公表しています。このたび、平成28年度上半期(平成28年4月1日～9月30日)の財政状況を市ホームページに掲載しましたので、お知らせします。

財政課財政担当(☎594-5512)

合併処理浄化槽補助金の申請(追加受付)

市が指定する区域で、既存住宅の単独処理浄化槽や汲み取り便槽から合併処理浄化槽(5～10人槽)への転換をする人を対象に、設置費用の一部を助成しています。
※補助対象外の区域がありますので、事前にお問い合わせください。

補助基数 約5基

補助限度額

- ①転換費
5人槽…38万2,000円
6～7人槽…46万4,000円
8～10人槽…59万8,000円

- ②撤去処分費 6万円
③配管工事費 10万円

12月1日(木)～受付開始。
※予算額を超えた時点で受付終了。

環境課環境政策・衛生担当(☎594-5524)

おかげさまで33周年 / プラザオオノ
「もしもの時…」365日24時間受付
0120-33-7475
男の旅立ち レディースプラン
http://plaza-oono.com

文化センター

場 岡中央公民館 (☎591-7321)

きたもとサロンコンサート・スペシャル2017
～あの素晴らしい演奏を再び“きたもとオールスターズ”大集合

時 平成29年2月18日(土)13:00～17:00
場 文化センターホール 定710人
内 文化センターホールロビーで開催しているサロンコンサートで好評をいただいた選りすぐりのグループが、ホールに大集合します。多種多様な演奏をお楽しみください。
費 S指定2,000円/A自由1,700円
※これまでのサロンコンサートの半券をお持ちの人、1枚につき各席種200円割引。詳しくは文化センター窓口まで。
申 12月26日(月)10:00から文化センター(☎591-7321)



中村香奈子(雅楽)



山中信人(津軽三味線)



入江要介(尺八)



オットンバイラ(モンゴル民謡)



Aki詩音(ニューソング)



美根ゆり香(弾語り)



中村真理子(ジャズボーカル)

プラネタリウム

☆クリスマス特別投影
時 12月24日(土)・25日(日)
費 大人200円、中学生以下100円
①完全子ども向けクリスマス特別投影 13:30～
内 クイズやゲームをしながら星の世界を楽しく巡ります。
②完全大人向けクリスマス特別投影 15:30～
内 満天の星を眺めながらクリスマスの星にまつわるお話を交えて投影します。
☆子ども星ものがたりシアター
時 平成29年1月8日(日)13:30～
内 小さなお子さんも楽しめる“やさしいプラネタリウム”です。
費 大人200円、中学生以下100円
※13:30からのキッズプラネタリウムはお休み。
☆一般向け投影
費 大人200円、中学生以下100円

◆いやされプラネタリウムα(アルファ)
◆いやされプラネタリウム1/f(エフ分の1)
「Seasons～星の広がる高原～」
◆きつぷらねたりうむ
「名探偵コナン～星影の魔術師～」

	土曜 学校冬休みの 火・木	日曜・祝日 学校冬休みの 月・水・金
10:00	いやされ プラネタリウ ムα	いやされ プラネタリウ ム1/f
11:00	きつぷらねたりうむ	
13:30	きつぷらねたりうむ	
15:30	天象ミュージアム	

◆天象ミュージアム
秋冬のテーマ「生まれ来る星・死にゆく星～星の一生～」
※投影内容は文化センターホームページまたは中央公民館へお問い合わせください。
※12月24日(土)から学校冬休み期間
※12月24日(土)・25日(日)の13:30と15:30はイベント欄を要参照
※12月31日(土)は休館

☆無料おためしプラネタリウム
時 12月1日(木)～22日(木)の平日*
①14:30～14:50
②15:30～15:50
※水曜日、第3火曜日、祝日、学校冬休み期間、特別休館日を除く

定70人(先着順)
申 開演10分前よりプラネタリウムへ

リコーダーアンサンブル教室
～豊かなリコーダーの音色を再発見!

時 平成29年1月15日(日)・29日(日) 各日10:00～12:00
場 文化センター練習室
内 大人から子どもまで、どなたでも気軽に参加できます。楽器貸出しも可。ファミリーコンサートでお馴染み、一村誠也が直接指導します。
費 2,500円(2回分)
定 25人(定員になり次第締め切り)
申 文化センター窓口にて受付中。
※最少催行人数10人

第26回東京音楽大学提携シリーズ
シューベルトの「ます」

時 平成29年1月19日(木) 14:30～16:00
場 文化センターホールロビー
定 120人 費 500円
曲 シューベルト：ピアノ五重奏曲「ます」作品114.D667 ほか
申 12月2日(金)10:00から文化センター窓口にて発売。



山川瑛末(コントラバス)



福田麻子(ヴァイオリン)



川口さくら(ヴィオラ)



朴賢娥(チェロ)



小林遼(ピアノ)

トランプサイズの油絵教室

時 12月16日、平成29年1月6日・20日の金曜日各日14:00～16:00
場 文化センター創作室
内 小さなサイズに描く油絵。本格的な油絵を1日で手軽に完成できる講座。
費 各日1,000円
定 20人
申 文化センター窓口にて受付中。
※最少催行人数10人

本の福袋

時 平成29年1月3日(火)～31日(火)
場 中央図書館 展示コーナー
内 「本の福袋」と題してテーマごとに本3冊を袋に入れて展示、貸出。興味のあるテーマの袋をカウンターまでお持ちください。
※限定30袋(大人向け20袋、児童向け10袋)がなくなり次第終了。
問 中央図書館(☎592-0795)

第356回子ども劇場

時 12月17日(土)14:00～15:00
場 文化センター2階展示ホール
内 あわてんぼうのサンタクロース、おおかみと7匹のこやぎ ほか
出演 影絵グループもういいかい
定 80人 費 無料
申 入場整理券は文化センター窓口、各地域学習センター等に配布。

読みたい本との出会い方～書店&図書館「届ける」に懸ける想い～

時 平成29年1月22日(日)13:30～15:00
場 文化センター第3会議室
内 今話題の「文庫X」の仕掛け人を迎えて、本と読書の魅力に迫る。
講 田口幹人さん(株)さわや書店フェザン店店長
定 40人 費 無料
申 12月19日(月)9:00から中央図書館窓口へ電話または直接。
問 中央図書館(☎592-0795)

国際交流ふれあいパーティー

時 12月11日(日)13:30～15:45
場 学習センター 定60人
内 外国人と一緒に異文化交流のひとときを楽しみましょう
費 300円(外国人・学生は無料)
申 当日直接会場へ
問 北本市国際交流ラウンジ委員会(学習センター内☎592-3325)

やさしい成年後見教室

時 平成29年1月14日(土) 2月4日(土)
全2回いずれも13:30～16:30
場 大宮ソニックシティ
内 成年後見制度とは
後見人の心構えと仕事 など
対 親族の後見人になった人、親族の後見人になろうとしている人
定 80人(先着順) 費 無料
申 問 12月12日(月)～平成29年1月13日(金)の10:00～16:00(ただし、土・日曜日、祝日および12月28日～平成29年1月4日を除く)に公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート埼玉支部(☎048-845-8551)へ電話。

第12回北本市マンション管理無料相談会

時 平成29年1月11日(水) 13:00～16:00
場 文化センター
内 マンション管理士によるマンション管理(組合運営、規約改正、滞納、大規模修繕、騒音、ペット、コミュニティなどの問題)の相談
申 問 月～金曜日の10:00～16:00(12:00～13:00を除く)に埼玉県マンション管理士会(☎048-711-9925・FAX048-711-9952・E smk-jimu@saitama-mankan.com)へ。※当日会場での申込み可(15:00締め切り)

注目情報

お知らせ

募集

イベント

スポーツ

保健・子育て

安心・安全

掲示板

まちの話題

注目情報

お知らせ

募集

イベント

スポーツ

保健・子育て

安心・安全

掲示板

まちの話題

イベント

第5回埼玉クイズ王決定戦を開催します!

クイズを通して埼玉の魅力を知らせていただき、郷土埼玉への関心と愛着度を高めるため、「第5回埼玉クイズ王決定戦」を開催します。

優勝チームには「台湾旅行」を贈呈するほか、上位入賞者に県産品を中心にさまざまな賞品を用意しています。その他、参加者全員に素敵なプレゼントもあります。

【予選】

- 時①12月23日(金・祝)13:00~15:30
- ②平成29年1月15日(日) 10:30~12:30、13:30~15:30
- ③平成29年1月21日(土) 13:00~15:30

- 場①ウエスタ川越(川越市)
- ②コクーンシティ(さいたま市)
- ③秩父市歴史文化伝承館(秩父市)

募集期間

- ①12月13日(火)まで
- ②平成29年1月5日(木)まで
- ③平成29年1月11日(水)まで

【決勝】

- 時平成29年2月26日(日) 9:30~11:30
- 場さいたまスーパーアリーナ
- 間埼玉クイズ王決定戦実行委員会事務局参加者募集係(埼玉県観光課 ☎048-830-3955・FAX048-830-4819)

手作り実験教室「燃焼の科学と花炭作り」

- 時12月10日(土) 10:00~12:00、14:00~16:00
- 内木の実などの植物を使って、小さな炭作りの実験をします。午前、午後とも同じ内容。雨天でも開催。

- 費ひとり100円
- 対小学3年生以上(小学生は保護者同伴)
- 申場間自然学習センター(☎593-2891)へ電話または直接

北本自然観察公園「季節のうつろい2016」写真展

- 時12月30日(金)~平成29年2月12日(日)、開館日の9:00~17:00
- 内スタッフが撮影した写真で、公園のこの1年を振り返ります。

- 費無料
- 場間自然学習センター(☎593-2891)



ビデオシアター

- 時12月17日(土) 9:45開場、10:00上映
- 内さくら 定60人 費無料
- 場間学習センター(☎592-3325)

応急手当(普通救命講習I)講習

- 時平成29年1月21日(土) 9:00~12:00(8:45受付)
- 場北本消防署北本東分署2階会議室(宮内7-240)

- 内AEDを用いた心肺蘇生法(成人)および大出血時の止血方法等
- ※講習修了者には修了証を交付

- 対北本市、鴻巣市、桶川市に在住または在勤で中学生以上の人(再受講可)
- 定15人(先着順・定員になり次第締め切り)

- 費無料
- 持筆記用具
- ※WEB講習受講者は、当消防本部発行の受講証明書

- 申12月15日(木)~平成29年1月14日(土)に、北本消防署北本東分署(☎593-0119)へ電話または直接。

他

- ・インターネット環境にある人は、当消防本部ホームページで応急手当WEB講習の受講ができます。WEB講習受講者は救命講習の受講時間が開始より1時間免除されますので、発行された「応急手当WEB講習受講証明書(当消防本部発行のものに限る)」を持参してください。(スマートフォン・タブレットPCの画面提示でも可)
- ・救命講習は毎月行っておりますので、最寄りの消防署へお問い合わせください。

きたもとプラネタリウム星のがっこう

- 時平成29年1月28日(土) 13:30~14:30

- 場中丸公民館
- 内~星が時間やカレンダーを決めている~

- 対市内在住の小学生30人
- 費無料
- 申12月12日(月)9:00から中丸公民館へ直接。受付開始時に定員を超えた場合は抽選。

- 場中丸公民館(☎593-1010)



和菓子づくり教室

- 時平成29年1月18日(水) 9:00~12:00

- 場中丸公民館
- 内簡単にできる和菓子を作ります!

- 対市内在住、在勤の人20人
- 費1,000円
- 申12月7日(水)9:00から中丸公民館へ直接。受付開始時に定員を超えた場合は抽選。

- 場中丸公民館(☎593-1010)

行ってみよう!「A・T・M(明るく・楽しく・前向きに)学級」へ

- 期12月~平成29年2月まで
- 内①HIP HOPダンスとイルミネーション点灯式

- ②ニューイヤーコンサート
- ③介護技術の基礎から応用まで
- ④日本酒を語ろう(試飲あり)
- ⑤⑥初めての茶の湯

- 対市内在住の子どもから大人
- 申勤労福祉センターへ直接。各内容の詳細は広報、ポスター、チラシにてお知らせします。

- 費①②③は無料
- ④は500円
- ⑤⑥は1回につき300円
- 場間勤労福祉センター(☎591-8550)

A・T・M学級ニューイヤーコンサート

- 時平成29年1月14日(土) 13:00開場、13:30開演

- 内
- 第1部 13:30~13:50 オカリナ演奏(オカリナポポロ)
- 13:55~14:25 アルパ演奏(ポコ・ア・ポコ)

- 第2部 14:40~ 尺八演奏(関口聖岳さん ほか)
- 対市内在住、在勤の子どもから大人
- 申勤労福祉センターへ直接。

- 費無料
- 場間勤労福祉センター(☎591-8550)

クリスマス子ども映画館

- 時12月17日(土)10:00上映
- 場東部公民館
- 定60人 費無料
- 内白雪姫(81分)

- 他入場整理券を12月3日(土)から1人3枚まで配布
- 場東部公民館(☎591-2695)

第2回ミニ門松づくり

- 時12月18日(日)9:00~12:00
- 定30個(要予約)
- 費1個300円

- 持汚れても良い服、タオル、軍手など
- 他小学生以下は保護者同伴
- 場間野外活動センター(☎593-0008)
- 共催:さいたま緑のトラスト協会

第11回しめ飾りづくり

- 時12月23日(金・祝)13:30~16:30
- 定お飾り・ごぼう各30個(要予約)
- 費玄関飾り1個1,000円

- 持汚れても良い服、タオル、軍手など
- 他小学生以下は保護者同伴
- 場間野外活動センター(☎593-0008)



(広告)

放課後等デイサービス イストワール 鴻巣小松教室 ★生徒募集中!

★障がいを持ったお子さんが楽しく安心安全に過ごせる居場所

★対象 小学1年生~高校3年生

※療育手帳や障がい者手帳をお持ちでない、発達障がいの方もご利用可能です。

★来年新小学1年生 早期受付相談、見学随時受付中!

★利用方法・料金についてはお問い合わせください

〒365-0041 鴻巣市小松3-10-20
電話:048-594-6488 担当 湯浅
http://www.histoire-day.jp/

安心・安全な国産豊表推奨店

熊本県産豊表生産者証明書付!! たまひ

豊替えの季節です

備が目印だよ!

神戸豊店

北本市中丸5-70
591-4651

お気軽に、ご相談ください、熊本県産表マスコットキャラクター

(広告)

受講生募集 55歳以上の方の就職を支援します

受講料テキスト代無料

講習名	開催地	開催日程	申込締切	内容
フォークリフト	春日部市	1/19~27 全7日	1/10 正午	フォークリフト運転の資格取得を目指す
再就職のためのパソコン	伊奈町	1/18~2/1 全5日	1/6 正午	ITスキルアップの基礎と応用
マンション管理員	戸田市	1/20~2/1 全6日	1/10 正午	充実の教育体制! 面接会大手企業参加
	伊奈町	2/6~2/15 全6日	1/27 正午	
ベビーシッター	戸田市	1/30~2/7 全5日	1/20 正午	子育て世代を応援する人材! 大募集
警備業務	さいたま市	2/7~2/14 全5日	1/27 正午	年齢不問! 施設・交通量多寡あり

対象 55歳以上で、ハローワークで求職登録し全日程に参加できる方。 厚生労働省委託事業

問合せ先 公益財団法人 いきいき埼玉 (埼玉県シルバー人材センター連合)
〒362-0812 埼玉県伊奈町内宿台 6-26 埼玉県民活動センター内
TEL:048-728-7841 FAX:048-728-2130
http://www.saitamaken-silver.jp

お気軽にお電話ください

新築外構工事 お庭のリフォーム

カーポート フェンス工事

車庫コンクリート その他

くるみ Garden ☎048-593-7269
北本市石戸宿4-17-11

年末・年始当番歯科医 (一般社団法人埼玉県北足立歯科医師会) 診療時間10:00~12:00

年月日	地区	医療機関名	電話番号
12/30(金)	北本	関根歯科医院	592-0540
	鴻巣	ひろ歯科クリニック	597-4618
	桶川	すなが歯科クリニック	048-788-3479
	上尾	三門歯科医院	048-773-9181
	上尾	広瀬歯科医院	048-722-7227
	上尾	工藤歯科医院	048-772-8148
12/31(土)	伊奈	ことぶき歯科医院	048-729-0820
	北本	ひろ歯科医院	578-8811
	鴻巣	橋本歯科	541-8045
	鴻巣	西澤歯科	596-6318
	桶川	望月歯科医院	048-771-1304
上尾	河合歯科医院	048-775-6060	

年月日	地区	医療機関名	電話番号
12/31(土)	上尾	根岸歯科クリニック	048-774-0461
	上尾	吉田歯科医院	048-775-9195
平成29年1/1(日・祝)	北本	野尻歯科医院	542-6480
	鴻巣	馬橋歯科医院	548-5733
	上尾	堀井歯科医院	048-775-2155
1/2(月)	鴻巣	田島歯科クリニック	541-4618
	桶川	橋口歯科医院	048-774-1878
1/3(火)	上尾	ほんだ歯科	048-772-8779
	鴻巣	シンボ歯科クリニック	543-5678
1/3(火)	桶川	小林歯科クリニック	048-776-6601
	上尾	湯本歯科医院	048-776-2211

休日診療(当番医) 診療時間9:00~17:00(時間厳守) 12月8日~平成29年1月7日

月日	医療機関名	科目	電話
12/11(日)	榑原医院	内・胃腸・肛門	542-6582
	ベニバナ眼科クリニック(桶川市)	眼	048-787-2955
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
12/18(日)	深井小児科内科医院	小・内	591-5958
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	世沢整形外科(伊奈町)	整・内・リハ	048-723-9191
12/23(金・祝)	ひらお内科クリニック	内・心内・神内	592-8861
	小林産婦人科クリニック(桶川市)	産・内・小	048-773-4135
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
12/25(日)	安里医院	内・小	542-2629
	加藤医院(桶川市)	内・循	048-773-1787
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
12/29(木)	林田内科医院	内・小・循・消・リハ	592-7711
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
12/30(金)	藤倉医院	循・外・内	592-3045
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	ベニバナ眼科クリニック(桶川市)	眼	048-787-2955
12/31(土)	大久保医院	内	591-8171
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
12/31(土)	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

月日	医療機関名	科目	電話
平成29年1/1(日・祝)	伊藤クリニック	胃・外・内・整・リハ・皮・泌	593-5588
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
1/2(月)	遠井医院	内・小・循	591-2109
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
1/3(火)	山田医院	内・小	593-0353
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

●桶川北本伊奈地区で広域的に実施しています。
●新聞各紙においても上記医療機関が併記されています。
●診療科目などは、変更になる場合があります。必ず事前に電話で確認をとり、保険証をお持ちください。

埼玉県救急医療情報センター
☎048-824-4199(24時間)
急病等のため緊急の治療が必要になったとき、診療できる医療機関(歯科を除く)を24時間体制でご案内しています。

歯科休日診療
診療時間 日曜日・祝日の9:30~12:30
利用方法 電話で確認をとり、保険証をお持ちください。
ところ・問合せ 北足立歯科医師会口腔保健センター (☎596-0275) ※ JR北鴻巣駅徒歩3分。駐車場あり

クリスマスWEEK

時 12月17日(土)~25日(日)
メイン23日(金・祝)10:00~16:00
内【期間中】ツリーへの飾り付け
【23日のみ】
フォトカード作り(要申込み)、
クイズラリー、ピアノ演奏、
飲食物販売
費 フォトカード作りのみ300円
場 申間 子供公園管理事務所
(☎591-4703)へ電話。

スポーツ

2017市民スキー

時 平成29年2月10日(金)~12日(日)
場 長野県戸隠スキー場
内 班別講習、バジテスト(希望者)
対 原則として、市内在住、在勤、在学
の高校生以上の初心者~上級者
定 35人(申込順)
費 3万1,000円(2泊4食、交通費、
保険料、講習費含む)
申 12月25日(日)の9:00~11:00に、
文化センターのエントランス
ホールで受付。スポーツ健康課
にある申込用紙と予約金1万円、
印鑑を持参。
※代理申込みも可。26日(月)以
降はスポーツ健康課および体
育センターで受付(予約金は
振込み)。
問 北本市スキー連盟
(嵐☎090-8642-2270)

体育センター実施事業

①ヒップホップ教室
時 毎週水曜日17:00~18:00
対 定 小学1~6年生10人
費 3,500円/月4回
②チアダンス教室
時 毎週木曜日17:30~18:30
対 定 小学1~6年生10人
費 3,500円/月4回
③バドミントン教室
時 毎週木曜日13:00~15:00
毎週土曜日17:00~19:00
対 定 一般男女10人
費 2,080円/月4回
①②③共通事項
場 申間 体育センター(☎593-2511)

朝ヨガ

時 12月25日、平成29年1月29日、
2月26日の日曜日
9:00~10:00
場 高尾さくら公園
講 岩崎万里子さん
定 20人
費 500円(高校生以下無料)
持 ヨガマット、飲み物
申 問 該当月の1日9:00から子供公園
管理事務所(☎591-4703)へ電話。



イベント

イルミネーションが冬の総合公園を照らします

総合公園噴水広場にクリスマスツリーをイメージしたイルミネーションを制作します。ライトアップされた白く幻想的で上品な空間を演出します。
いつもの総合公園とはちょっと違う雰囲気の中で、ゆったりとした時間をお楽しみください。
期 12月1日(木)~平成29年1月15日(日) 夕方~21:00
※雨天は設備保守点検のため、実施しない場合もあります。
※実施期間中、総合公園駐車場は休園日の12月26日(月)を除き21:00まで開門します。
場 総合公園
○不要となったイルミネーションをお譲りください
寄贈されたイルミネーションは、12月上旬から総合公園で飾り付けを行う予定です。
寄贈方法
寄贈者の名前、住所、電話番号を書いた用紙とともに、総合公園(古市場1-167)へ直接お持ちください。
他 LEDライトで点灯できるもののみ受け付けます。
問 総合公園管理事務所 (☎592-4050)

(広告)

あなたの街の**塗装屋さん**
お家の塗装をするなら
プレミアム高級塗装!
お見積 無料
10年保証の充実施工 株式会社 **イント**
お問い合わせは **TEL 048-871-9986**
〒300-0001 北本市西尾1-128-1
塗装イント 営業 http://pa-int.net

お正月前の畳替 お早めに
岩崎畳店(有)
朝お預かり 夕方お届け
☎048-591-1766
北本市東間 2-230-1

保健事業のご案内



事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
こころの相談	対 市内在住の人で本人またはその家族(治療中の人のご遠慮ください)	平成29年1月11日(水) 9:30~11:00	母子健康センター	定 3人 費 無料 講 相談員 岡本浩之さん(精神科医) 申 平成29年1月5日(木)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ
献血	対 16~69歳の健康な人 ※ 65~69歳の人は60~64歳の間に献血したことのある人のみ	12月9日(金) 15:30~16:30	北本市役所	申 当日直接会場へ

母子保健事業のご案内



事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
乳児健診	内 心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査 対 平成28年8月生	東側 12月22日(木) 13:20~14:10	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査票 申 対象児以外は、健康づくり課保健予防・業務担当へ
		西側 12月20日(火) 13:20~14:10	母子健康センター	
1歳6か月児健診	内 内科健診、歯科健診等 対 平成27年5月生	東側 12月12日(月) 13:20~14:10	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査票 現在使用している歯ブラシ、タオル 申 対象児以外は、健康づくり課保健予防・業務担当へ
		西側 12月9日(金) 13:20~14:10	母子健康センター	
3歳児健診	内 内科健診、歯科健診、尿検査等 対 東側地区で平成25年10月・11月生	12月15日(木) 13:20~14:10	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査票、早朝尿、目と耳のアンケート 申 対象児以外は、健康づくり課保健予防・業務担当へ ※西側地域は1月に実施
離乳食の調理講習	内 離乳初期食の試食および説明 対 生後4か月~6か月児のいる母親	12月22日(木) 14:00~14:30	保健センター	※乳児健診と同時開催 ※離乳食講習のみ参加は、当日直接調理室へ
		12月20日(火) 14:00~14:30	母子健康センター	
フッ素塗布	対 1歳6か月児健診受診後から小学校入学前までのむし歯のないお子さん	12月19日(月) 初め: 13:20~13:50 2回目以降: 13:50~14:20	文化センター	費 1回当たり1,404円 持 歯ブラシ、母子健康手帳、タオル 申 当日直接会場へ※2回目以降は6か月以上間隔をあけてください。
9か月児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達の観察、離乳完了期の栄養相談、育児の心配ごと相談等 対 平成28年3月生の乳児のいる母親または家族	東側 平成29年1月12日(木) 10:00~10:45	保健センター	持 母子健康手帳、9か月または10か月児健康相談票
		西側 平成29年1月10日(火) 10:00~10:45	母子健康センター	
乳幼児育児相談	内 身体の発育や運動発達、食事や排せつ物のしつけ、心配ごとの相談 対 0歳~3歳未満の子どものいる母親または家族で希望する人	平成29年1月10日(火) 13:30~14:30	母子健康センター	持 母子健康手帳
マタニティーセミナー(前期)	内 妊娠中の栄養、赤ちゃんの保育について、歯の健康づくり 対 妊娠27週までの妊婦や家族で希望する人	平成29年1月13日(金) 10:00~15:00	母子健康センター	持 母子健康手帳 申 平成29年1月10日(火)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ直接または電話。

※東側とは高崎線から東側の地域、西側とは高崎線から西側の地域を指します。

ヘルスアップ調理講習会

コレステロールが気になる人におすすめの料理をお伝えします!

- 時 12月20日(火) 10:00~13:00 場 勤労福祉センター
- 定 25人(申込順) 費 300円(保険料等)
- 持 エプロン、三角さん、ふきん
- 申 問 12月15日(木)までに北本市食生活改善推進員協議会(佐藤 ☎・FAX 592-7763)へ電話またはFAX等でお申し込みください。

12月1日は世界エイズデーです。この機会に検査を受けましょう!

埼玉県鴻巣保健所ではHIV・性感染症検査を無料・匿名にて行っています。(要事前予約)

- 時 原則毎月第2月曜日・第4火曜日
- 場 鴻巣保健所
- 問 鴻巣保健所保健予防推進担当 感染症担当 ☎541-0249



健康豆知識 第51回

「加齢黄斑変性」

■加齢黄斑変性とは

物を見るときに重要な働きをする黄斑という組織が年齢を重ねるとともにダメージを受けて視力の低下を引き起こす目の病気です。物を見るときに目の中に入ってくる光を、網膜(眼球の奥の内側にある薄い膜状の組織)が感じとり、その刺激を脳に伝えています。

その網膜の中心部分を黄斑といいます。加齢黄斑変性は失明原因の第4位となっています。

■症状

ゆがんで見える、視力が低下する、中心が暗くなるなどの症状が出ます。

■分類

萎縮型と滲出型の2つの種類があります。萎縮型は黄斑が徐々に萎縮していき視力が徐々に低下していきます。滲出型は異常な血管(新生血管)が網膜の下にできて、出血したり、血液成分がもれ出たりして視力の低下を引き起こします。

■検査

・視力検査 ・アムスラー検査 ・眼底検査 ・造影剤検査 ・光干渉断層計などがあります。

■治療

萎縮型 現在のところ治療方法はありません。
滲出型 新生血管を鎮静化させる薬を目の中に注射する方法が一般的です。そのほかにも「光線力学療法」、「光凝固術」などの方法があります。

■予防

緑黄色野菜を食べる、サプリメント、禁煙などが勧められています。

提供：一般社団法人桶川北本伊奈地区医師会



休日や夜間、お子さんの急な病気やけがのとき

埼玉県小児救急電話相談

家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

電話番号 #8000番

※ただし、IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線をご利用の場合は、048-833-7911へおかけください。
相談時間 月~土曜日 19:00~翌朝7:00まで
日曜日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日) 7:00~翌朝7:00まで

平日の夜間、お子さんが病気やけがのとき

小児初期救急医療体制 (桶川・北本・伊奈地区)

当番医療機関のお問い合わせは埼玉県東広域消防本部へ

☎597-3301(自動音声案内)

診療日 毎週月~土曜日(祝日、年末年始[12月29日~1月3日]を除く)

診療時間 20:00~22:00

診療医療機関 桶川・北本・伊奈地区の医療機関が在宅当番医(輪番)制で実施(診療日によっては市外の医療機関が当番医となります)

診療内容 急患に対する応急処置

その他 健康保険証をお持ちください。夜間診療となるため、会計等の取扱いが異なります。また、受診前に当番医療機関への電話連絡をお勧めします。

休日や夜間の急な病気やけがのとき

大人の救急電話相談

夜間の急な病気やけがに関して、相談員の看護師がアドバイスします。

電話番号 #7000番

(NTTプッシュ回線、ひかり電話、携帯電話をご利用の場合)※ダイヤル回線、IP電話、PHSをご利用の場合は、048-824-4199へおかけください。

相談時間 月~土曜日18:30~22:30
日曜日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)9:00~22:30

子宮がん・大腸がん個別検診実施中

問 健康づくり課保健予防・業務担当 ☎594-5544

子宮がん

- 対 20歳以上(受診日現在)
- 申 12月19日(月)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ電話または直接お申し込みください。
- 実施医療機関・費用 詳しくは、広報きたもと9月号または市ホームページをご覧ください。(12月26日(月)までに受診してください)

※各医療機関の診療日を必ずご確認ください。

大腸がん

- 対 40歳以上(受診日現在)
- 申 各医療機関へ直接予約し、12月22日(木)までに検体容器をお受け取りください。
- 実施医療機関・費用 詳しくは、広報きたもと10月号または市ホームページをご覧ください。(12月22日(木)までに受診してください)

お手元に無料クーポンをお持ちの方は、ぜひこの機会にご利用ください。

児童館の催し

問 児童館(☎598-7643)
※詳細はホームページの児童館だよりをご覧ください。



けん玉クラブ

つくってみよう

チャレンジ

親子であそぼ

イベント	対象・定員	日時	場所	申込み
にこにこサロン(簡単な工作)	乳幼児と保護者10組(先着順)	12月14日(水)10:30~10:45	乳幼児室	申込み不要
はかってみよう	乳幼児と保護者	12月12日(月)10:30~11:30		
親子であそぼ		12月26日(月)10:30~10:45		
チャレンジ(ピンポン渡し)	小学生	月・火・木・土15:00~18:00	体育遊戯室	
つくってみよう(20分程度の簡単な工作)	4歳児~小学生15人(先着順)	12月10日(土)15:00~16:00	集会室	
育児相談(1人30分程度)	-	12月12日(月)10:00~11:30	乳幼児室・相談室	
けん玉クラブ(希望者は検定実施)	6歳以上15人(先着順)	12月18日(日)14:45~15:45	体育遊戯室	

1月事業予定

イベント	対象・定員	日時	場所	申込み
栄養相談	乳幼児と保護者4組(先着順)	平成29年1月13日(金) 9:00~11:00	乳幼児室・相談室	平成29年1月4日(水) 10:00~11日(水)受付(電話可)
育児講座	乳幼児と保護者10組(先着順)	平成29年1月18日(水) 10:30~11:30	集会室	平成29年1月4日(水) 10:00~受付(電話可)

※12月25日(日)クリスマス会 みー先生のマジックショー(14:30~15:30)、とまちゃんサンタ登場!(午前中)
※12月28日(水)10:30~11:30 防犯教室(体育遊戯室)

こども図書館の催し

問 こども図書館(☎598-7642)
※各回約30分です。



えいごのうたとピクチャーカード

わらべうた0・1歳

わらべうた2・3歳

読みきかせ

イベント	対象・定員	日時	内容
毎日の読みきかせ			
これよんで	赤ちゃんから大人まで	毎日いつでも	[この本 読んで!]いつでも声をかけてください。すきな時に、すきな本を職員が読みきかせします。
毎月のおはなし会			
小学生のためのおはなし会	小学生~大人	平成29年1月8日(日)15:00~	昔ばなしや絵本の読みきかせなどを楽しむ会
12月のおはなし会 ~しわす~	0歳~大人まで	12月18日(日)15:00~	絵本の読みきかせ、紙芝居、かんたん工作など
えいごのうたとピクチャーカード	0歳~3歳	12月27日(火)11:30~	えいごのうたや絵カードで楽しくすごしましょう!
毎週のおはなし会			
わらべうたとよみきかせ	ちいさい子向け 保護者と一緒に	毎週水曜日 対 0・1歳 10:30~ 対 2・3歳 11:30~	わらべうたや手あそび、読みきかせなどを、親子でたのむ会
おはなし会	☆12月23日(金・祝)16:00~は、いつもどおり、おはなし会をします。 ☆12月24日(土)14:00~は、クリスマスおはなし会になります。	ひとりでも聞ける子小学生もぜひ!保護者もどうぞ 毎週金曜日 16:00~ 毎週土曜日 14:00~	ひとりでも聞ける子向けの絵本の読みきかせ、紙芝居、パペットなど
12月の図書館			
クリスマスおはなし会	0歳~大人	12月23日(金・祝) 11:30~ 12月24日(土) 14:00~ 12月25日(日) 15:30~	ペーパーサート、絵本の読みきかせ、クリスマスソングなどで楽しいひとときを! ※ちいさなプレゼント さしあげます!

児童館・こども図書館の年末年始の休館日 12月31日(土)~平成29年1月2日(月)

ベビーマッサージ ~親子のスキンシップを楽しもう~

時 12月22日(木)10:30~12:00
場 中丸保育園子育て支援センター
内 ベビーマッサージで親子のスキンシップを楽しもう
講 ベビーボンディングスペシャリスト 佐々木圭子さん
対 生後1か月~ 定25組(申込順)
持 バスタオル、抱っこ紐、家で使っているオイル(あれば)
申 問 中丸保育園子育て支援センター(☎592-5615)へ電話。定員となり次第締め切り。

「お楽しみ会」

~マジックショーをみんなで楽しもう~
☆とまちゃんも会いに来てくれるよ☆

時 12月22日(木)10:30~11:30(10:15開場)
場 北本市北本駅子育て支援センター
対 市内在住の0歳~就園前のお子さんと保護者
定 15組(申込順) 講 北本市奇術愛好会
申 問 12月12日(月)~16日(金)10:00~17:00に北本市北本駅子育て支援センター(☎592-9961)へ電話または直接。

悩みすっきり! 離乳食講座

時 12月22日(木)10:30~11:30(10:15開場)
場 北本市子育て支援センター
内 月齢に合わせた離乳食の進め方
講 森永乳業(株)勤務 管理栄養士 田中淳子さん
対 市内在住の4か月~1歳のお子さんと保護者
定 15組
申 問 12月8日(木)9:30から北本市子育て支援センター(☎590-7676)へ直接または電話。

育児サークルサポーターによる 「わくわくわんぱくクリスマス」開催!

時 12月9日(金)10:30~11:30(10:00受付)
場 コミュニティーセンター
内 育児サークル主催のクリスマス会に参加しませんか?みんなで一緒に製作などをして楽しみましょう♪サンタさんととまちゃんもくるよ☆
対 定30組の親子(先着順)
申 問 北本市子育て支援センター(☎590-7676)へ直接または電話。

子育て中の親子の ふれあいの場

~地域子育て支援拠点~
市内5か所に「地域子育て支援拠点」を開設しています。おしゃべりをしたい時、友達と遊びたい時、ちょっぴり子育てに悩んだ時など、気軽にご利用ください。

Coccoひろば 問 ☎ 592-4039

時 火、木、土曜日10:00~15:00
対 0歳~就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人と配偶者
場 コープみらいコープ北本店3階

- ・ばぶばぶデー:12月1日(木)
- ・すくすくデー:12月8日(木)・17日(土)
- ・ひろばデビューの日:12月22日(木)

北本市子育て支援センター 問 ☎ 590-7676

時 月~金曜日9:30~15:30(祝日を除く)
対 0歳~就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人
場 東保育所内

~12月のひろば開催日~

- 「年齢別ひろば」11:00~11:45
- 「おしゃべりひろば」11:45~12:00
- 今月の年齢別ひろばはクリスマス製作をします。
- ・めだかひろば:12月7日(水)(H27.4.2~H28.4.1生)
- ・ペンぎんひろば:12月14日(水)(H26.4.2~H27.4.1生)
- ・くじらひろば:12月21日(水)(H26.4.1以前の生)
- ・ねんねひろば:12月27日(火)(H28.4.2以降の生)
※雪だるま製作をします

中丸保育園子育て支援センター 問 ☎ 592-5615

時 月~金曜日10:00~15:00(祝日を除く)
対 0歳~就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人
場 中丸保育園内

北本市北本駅子育て支援センター 問 ☎ 592-9961

時 月~金曜日10:00~16:00(祝日を除く)
対 0歳~就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人
場 北本駅西口ビル2階 北本市北本駅子育て支援センター

北本市児童館 問 ☎ 598-7643

※児童館で地域子育て支援拠点事業を実施しています。
時 月~金曜日9:00~17:00(祝日を除く)
対 0歳~就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人
場 児童館2階(乳幼児室)

各種相談案内

生活の中で疑問に思っていること、相談したいと思っ

市のホームページからもご覧いただけます

北本市 相談窓口 検索 ※相談日が祝日はお休みです。 相談日 12月8日～平成29年1月7日

相談名	日時	場所	問合せ
行政相談(国や県等への要望や苦情についての相談)	12月28日(水) 10:00~12:00	市役所 市民課相談室	市民課市民相談係 (☎594-5529)
法律相談(予約制)	毎週水・金曜日 13:30~16:20		
市民相談・多重債務相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00		
消費生活相談	毎週月~金曜日 10:00~12:00、13:00~16:00	消費生活センター(☎511-8800)	
女性相談(女性相談員によるカウンセリング・予約制)	12月12日(月)・21日(水) 10:00~16:00(1人50分)	企画課人権推進・男女共同参画担当 (☎594-5506)	
教育相談	毎週月~金曜日 8:30~17:00	教育センター(☎591-2176)	
ことばの相談(未就学児対象)	毎週月~金曜日 9:00~16:00	児童発達支援センター(☎592-8876)	
子どもの相談(育児、しつけ等)	毎週月~金曜日 9:00~16:00	こども課子育て支援担当(☎594-5537)	
心配ごと相談	毎週水曜日 10:00~15:00	総合福祉センター	社会福祉協議会(☎593-2961)
結婚相談	12月17日(土) 10:00~15:00(受付は14:30まで)		
ボランティア相談	12月16日(金) 13:30~15:30	市役所 (市民公益活動支援コーナー)	
	平成29年1月7日(土) 10:00~12:00	総合福祉センター	
内職相談	毎週火・金曜日 13:00~16:00	勤労福祉センター	内職相談室(☎591-8551)
住宅増改築(新築)・リフォーム相談	12月17日(土)、平成29年1月7日(土) 9:00~12:00	市役所相談室	産業振興課商工労政・観光担当 (☎594-5530・当日☎591-1111)
職業相談・雇用相談(予約制)	毎週水曜日 10:00~12:00 毎週木曜日 10:00~12:00、13:00~16:00	勤労福祉センター内 北本市無料職業紹介所	産業振興課商工労政・観光担当 (☎594-5530) ※前日までに申し込みください。
健康・生活相談	12月19日(月) 9:30~12:00	健康増進センター(☎591-8251)	

暮らしの110番

北本市消費生活相談あれこれ⑦

インターネット通販で注文したお試し商品、定期購入になっていませんか。

インターネット検索中に興味のある広告があり、キャンペーンにつき、お試し価格500円の送料だけで購入できるとあったので、ダイエットサプリメントを購入した。約1か月後、同じ商品が届き、4,500円の請求書が同封されていた。慌てて販売業者に電話したところ、最低3回の定期購入の条件があり、それが格安でお試しできる条件だったことがわかった。購入時にそのような記載があることには気がつかなかったとの相談がA子さんからありました。

「初回無料」「お試し価格」などと大きく表示されていることもあり、格安で商品を試せると思い込んで、定期購入の販売条件をよく確認しないで契約してしまうA子さんのような相談が多く寄せられています。通信販売では、クーリングオフの適用がありません。販売業者が返品可否や返品期限などを設定している場合は、その条件に従うこととなります。ただし、サイトの規約の中に返品特約の表示がない場合は、商品を受け取った日から8日以内であれば返品が可能です。

相談のようなケースは途中解約不可との条件が多く、必要回数を満たせずに途中解約する場合は、通常価格での購入として料金を請求する販売業者が多いようです。また、「返金保証」のついている商品もありますが、規約の中に返金されるまでの様々な条件がついている場合があります。安易に購入を決めずにしっかりと規約を確認するようにしましょう。

お困りのときは、北本市消費生活センターにご相談ください。

相談窓口

- 北本市消費生活センター(北本市役所市民課内 ☎511-8800) ※電話でのご相談も受け付けます。 毎週月~金曜日(祝日・年末年始を除く)10:00~12:00、13:00~16:00
- 埼玉県消費生活支援センター(☎048-261-0999) 毎週月~土曜日(祝日・年末年始を除く)9:00~16:00
- 全国消費生活相談員協会「週末電話相談室」(☎03-5614-0189) 毎週土・日曜日10:00~12:00、13:00~16:00

北本あんぜん情報 第87号

暮らし安全課交通・防犯担当(☎594-5522)

防犯情報配信中

北本メールサービスをご利用ください。登録は右のQRコードから!



年末年始の防犯対策は万全ですか?

例年、年末になると金融機関や店舗などを狙った強盗事件、女性や高齢者を狙ったひったくり事件、空き巣などの侵入窃盗事件などが増加する傾向があります。

○空き巣対策

- ・長期間留守にする場合は、近所の人に声をかけておきましょう。
- ・新聞などは、ポストに溜まらないように注意しましょう。
- ・短い時間の外出でも、必ず戸締りしましょう。
- ・知らない人には積極的にあいさつしましょう。
- ・ドア・窓には補助錠などで二重に鍵をかけましょう。
- ・防犯ライトの設置も効果的です。

○ひったくり対策

- ・明るく人通りのある道を通行しましょう。
- ・自転車のカゴにはネットカバーをつけましょう。
- ・歩きながらの携帯電話の使用はやめましょう。
- ・バッグなどは、建物側に持ちましょう。
- ・金融機関からの帰り道は、特に注意しましょう。

振り込め詐欺被害が増えています!

~「お金がすぐ必要」は要注意~

市内では振り込め詐欺被害が多発しており、予兆電話もかかっています。

- ・電車に会社の小切手が入ったバッグを忘れた。今日中に現金が必要。
- ・会社の金を使って株で失敗した。監査が入る前に現金が必要。
- ・××警察です。詐欺の犯人を逮捕したらあなたの口座があった。仮口座に移すので、すぐお金を下ろしてください。
- ・医療費の還付手続きが必要です。今すぐATMへ行ってください。こんな電話がかかってきたら、家族や警察に相談してください。

自転車盗被害を防止!

市内では、自転車の盗難が前年を上回るペースで増加しています。泥棒は盗むのに時間がかかることを嫌がります。外出先ではもちろん、自宅においても、二重ロックで被害発生を防止しましょう。

ちょっとブレイク

市民ギャラリー

「静物」 河合 猛さん

「記念日」 本間 澄子さん

「迷いなく」 塚本 孝三郎さん

「日曜水絵クラブ」

北本市短歌連盟

枝張りて彩まさりゆく銀杏樹の梢を群れて鳥の列ゆく
 冬の目を細枝と幹に受け止むる林の木々のうすうす明し
 かきこえと枯れ葉踏みつづむ日は八十路を生きし身に思いをり
 沢の音カジカの鳴くを夫と聞く退職祝う静かなるとき
 正月の近づく気配 笛・太鼓・ねぶたの灯りも遠ざかりゆく

植野 綾子
 小澤 英子
 森川 和代

サークル活動の作品、市内で行われたイベントの写真、お子さんの写真など、ご応募をお待ちしています。詳しくは…企画課広報広聴担当(☎594-5505)

開催

1人で悩まないで!
ひきこもり・不登校・非行 親の会

時 12月11日(日)13:30~15:00
場 文化センター
費 100円(参加費)
問 ひきこもり・不登校・非行 親の会
(跡部☎090-8021-9518)

第16回美術展

時 平成29年1月11日(水)~15日(日)
9:30~15:00
場 文化センター
内 北本市在住の美術家による年1回の発表会
費 無料
問 北本市美術会(志村☎592-1365)

健康になるための
自律神経勉強会

時 12月11日(日)14:00~
場 北本市民交流プラザ多目的ルーム
内 自律神経の正しい知識とエクササイズを学びます
費 無料
問 ホリステック健康協会
(荻原☎0120-339-281)

北本市民吹奏楽団
2016ウィンターコンサート

時 12月18日(日)
13:00開場、13:30開演
場 コミュニティセンター
内 クリスマスキャロルファンタジー、
ブラジル、坂本冬美メドレーほか
費 無料
問 北本市民吹奏楽団(広川☎592-5753)

アコースティックライブ@Kitamoto#32
ゲスト:及川恒平(六文銭)

時 12月18日(日)12:00開演
場 深井6丁目「ハイワールド施設内」
費 入場無料
問 アコースティックライブ@
Kitamoto(奥田☎090-3503-7776)

行政書士会鴻巣支部
無料相談会

時 12月17日(土)13:00~16:00
場 北本市文化センター 費 無料
問 行政書士会鴻巣支部(中野☎541-1459)

鴻巣ひかり幼稚園観劇実行委員会
「森は生きている」劇団仲間公演

時 平成29年1月22日(日)
14:00開場、14:30開演
場 クレアこうのす
他 ・3歳以下のお子さんは入場不可。
・詳細は、ひかり幼稚園ホームページでもご覧いただけます。
費 S席3,500円、A席3,000円、
B席2,500円
問 鴻巣ひかり幼稚園観劇実行委員会事務局
(☎541-3506)

子育て応援☆パパママお料理教室
「野菜たっぷりパパッとごはん」

時 12月11日(日)9:30~13:30
場 コミュニティセンター
費 ・1人500円(レシピ・材料費等)
生後7か月~小3の託児あり。
1人500円。
・3歳以上ランチ代1人300円

持 エプロン、三角巾、タオル(塩分量チェック希望の人は)家の味噌汁※具なし
他 詳細・申込みはママ休ブログへ。
問 ママの休日コミュニティ
(佐藤 E mamakyuu2010@gmail.com)

第79回生涯いきいき種の仲間集い
講演:冬の健康管理

時 12月10日(土)13:40受付、14:00開始
場 文化センター
内 高血圧がもたらす 怖い! 重大疾病について
講 ひらお内科クリニック院長平尾良雄さん
費 200円(資料費)
問 生涯いきいき種の仲間
(江間☎592-1406)

北本中央緑地観察会・葉っぱから
木の名前を当ててみよう!

時 12月24日(土)10:00~12:00
場 北本中央緑地南端踏切の西側
(車の通れない踏切)
費 無料
問 NPO法人北本雑木林の会
(白川☎090-3526-2017)

市民ハイキング
竜ヶ岳(山梨県)

時 平成29年1月15日(日)
6:15市役所集合
費 9,000円(参加費)
他 旅行企画・実施:蒲桜観光
問 NPO法人さいたま山に親しむ会
(上野☎080-5061-6201)

募集

若返り運動サークルの会員
(ラダー体操等)

時 毎月第2・4木曜日10:00~11:00
場 文化センター
内 ラダー(梯子状)の用具を使って、体や頭を若々しくする運動。
費 会費月額500円(2回)
持 運動のできるシューズ
他 見学自由(無料)
問 若返り運動サークル
(西崎☎592-2579)



きたもと掲示板への掲載について

掲載を希望する広報きたもとの発行前々月の25日までに、所定の用紙にて企画課へお申し込みください。 問 企画課広報広聴担当(☎594-5505)

きたもと掲示板掲載規定(一部抜粋)

- 掲載できるもの
 - 開催や募集の日が広報紙発行日から1週間以上あいているもの。
 - やむをえない場合を除き、開催および活動場所が市内で、公共性のある会場のもの。
- 掲載依頼注意点
 - 会員募集は、年に1度の掲載になります。
 - 広報紙の編集規定に基づき、用字・用語等の修正を行う場合があります。
- 掲載できないもの
 - 営利、宗教、政治にかかわるもの。
 - 個人宣伝、個人活動を目的としたもの。

まちの話題

市内各地で行われたイベントなどの話題をお届けします!



流し踊り



駅前コンサート



ねぶた、山車の運行



囃子の競演

北本まつり「宵まつり」開催!

11月5日に西中央通りで宵まつりが開催されました。

昼間は、駅前コンサート、流し踊り、よさこいなどの各種パフォーマンスが行われ、夕方からは、範頼ねぶたをはじめ、地域コミュニティ委員会など市内各団体のねぶたや、北本伝統の囃子山車、尾島のねぶた囃子などの団体による山車の運行が行われました。

そして、駅西口のロータリーでは、北本の由緒ある囃子7団体による「囃子の競演」や本場弘前からご指導いただいた北本ねぶた隊をはじめ、市内有志の団体による「ねぶた囃子の合同演奏」が行われ、まつりを大いに盛り上げました。

北本まつり「産業まつり」開催!

11月6日に北本市役所で産業まつりが開催されました。

よさこいやダンス、和太鼓演奏など、各種団体によるパフォーマンスや商工バザール、農産物の直販(JA・会津坂下町)には多くの市民が集いました。



商工バザール



和太鼓演奏

市民リポーター

突撃!

市民リポーター




贈り物にピッタリ!北本トマトカレーギフトボックス!


こんにちは。市民リポーターの山田智亮です。

皆さんは「北本トマトカレーレトルト」を買ったことがありますか?赤いパッケージが可愛らしく家で食べるのももちろん、ギフトとしてもおすすめ。ご当地カレーブームの昨今、市外・県外の人に贈るととても喜ばれます。我が家では群馬の実家へ帰る時のおみやげはいつもこれなんです。一度あげたら「美味しいからまた買ってきて。知り合いにも配りたい」と大好評。北本のカレーを市外の人にも食べてもらえるって嬉しいですね。

さてさて、そんな「北本トマトカレーレトルト」に5個入りギフトボックスが登場したのはご存知でしょうか。1食入りと同じ真っ赤で目を引くパッケージ。持ち手の部分はトマトのヘタをイメージした緑色です。側面には北本トマトカレーの紹介と、北本を知らない人にぜひ読んでほしい内容になっています。

特別なあの人への贈り物にお歳暮に...5食入りギフトボックスを贈ってみたいはかがでしょうか?



リポーター
山田智亮さん

介護予防と 安心介護を支援 地域包括支援センター

西センター




本町6-232
いこいの家内
☎591-3495

東センター




宮内1-120
勤労福祉センター内
☎591-0211

南センター




下石戸下511-1
北本共済医院内
☎598-7003

きたもと寿苑




二ツ家3-113-3
きたもと寿苑内
☎590-1000

【開設時間】月曜日～土曜日（国民の祝日を除く）8:30～17:15
 ※東センターは第4月曜日は公民館の休館日のため、電話相談のみの受付となります。
 ☆緊急時等の電話相談は24時間いつでもご利用いただけます ☆来所される場合は事前に電話でお知らせください

介護者が集える 各種催し

認知症サポーター養成講座

認知症の原因、症状、対応などの基礎知識を学びます。受講者には認知症サポーターの目印である「オレンジリング」等が配布されます。



認知症の人の家族の集い

介護に役立つ情報を得たり、介護の悩みや体験を話したりしながら、介護者のリフレッシュを目的に交流を行います。



認知症介護教室

認知症に詳しい講師による講話や、認知症の人を介護する人同士のグループディスカッションを通して、介護への理解を深めます。



問 高齢介護課高齢者福祉担当 ☎594-5539

市の支援を
活用して
みよう

認知症の相談や介護者の交流の場として、市内に4つの地域包括支援センター※や、オレンジカフェを開設しています。家族や本人だけでなく、地域の人なら誰でもご利用いただけます。

また、認知症について知っていただくために、認知症サポーター養成講座※や認知症についての出前講座などを行っています。気軽に高齢介護課や北本市地域包括支援センターへご相談ください。

※詳しくは⑥ページ

気軽に誰でも立ち寄れる

オレンジカフェ きたもと

週2回
開催



12月のスケジュール

◎…相談窓口開設

●高崎線から東側

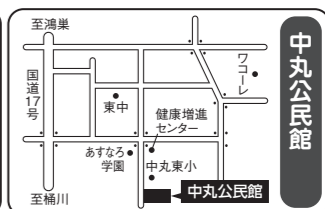
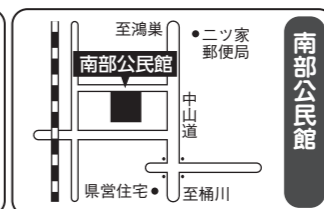
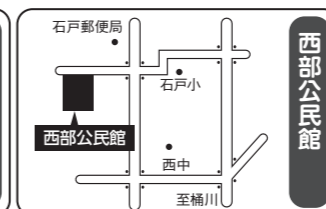
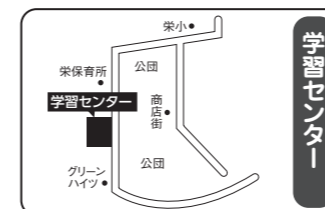
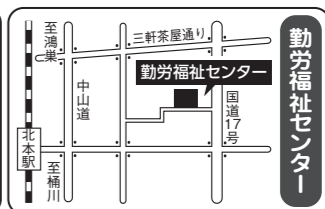
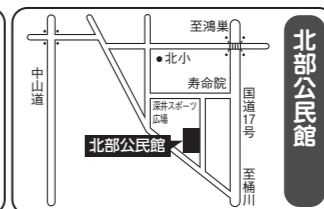
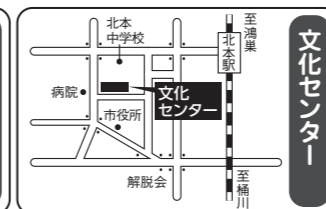
- 7日☎ 勤労福祉センター◎
- 14日☎ 中丸公民館
- 21日☎ 北部公民館
- 27日☎ 南部公民館◎

●高崎線から西側

- 1日☎ 文化センター
- 8日☎ 西部公民館
- 15日☎ コミュニティセンター◎
- 22日☎ 学習センター◎

- ★認知症に詳しい専門医等が相談窓口を開設します。
- ★カフェ開催時間は10:00～12:00です。
- ★カフェへの出入りは自由です。事前のお申し込み等は必要ありません。

オレンジカフェは、認知症の人や家族、地域の人、専門職の人など、どなたでもお越しいただける集いの場です。なんでも話せる息抜きの場として、情報交換の場として、地域の人との交流の場として、気軽に越えたいだき、地域の輪を広げること（こころ）活用ください。



認知症の人との望ましい接し方

みんなで一緒に考えてみよう

認知症の人への対応の心得 3つの《ない》

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない

参考：全国キャラバン・メイト連絡協議会
「認知症を学び地域で支えよう」

具体的な対応の7つのポイント

- ① まずは見守る
- ② 余裕をもって対応する
- ③ 声をかけるときは1人で
- ④ 後ろから声をかけない
- ⑤ 相手に目線を合わせてやさしい口調で
- ⑥ おだやかに、はっきりした話し方で
- ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知機能が低下することで、いろいろなことが分からなくなっているようでも、その人らしさや感情がなくなっているわけではありません。認知症の人自身も苦しく悲しい思いをしているのです。
周囲の人の適切な接し方により、認知症は進行を遅らせることができる場合があります。認知症のサインと思われる症状ごとに、接し方を一緒に考えてみましょう。



おばあちゃん心配だなあ

ケースごとの望ましい接し方を一緒に学んでくれる
暮部先生としほちゃん

ケース3 鞆を持って、靴をはいて…? 2つ以上のことができない。



複雑なことが
できなくなりますが
理解・判断力の
障害

一度にたくさんのこと言われたらびっくりするよね。1つずつなら分かりやすいね!

「鞆を持って、靴を履いて、出かけましょう」ではなく、「鞆を持ちましょう」「靴を履きましょう」「出かけましょう」と1つずつ声かけすることで、できるようになります。

ケース1 財布がなくなった! 家族が盗んだと疑ったりする。



もの忘れが
頻繁になります
記憶障害

なくしたと思って、困ってるんだもんね。一緒に探そう! 見つけて一緒に喜べたら嬉しいね!

「ほら、あったでしょ!」とガミガミ言ったり、否定してはいけません。一緒に探して、本人に見つけてもらうように誘導しましょう。

ケース4 同じ食材が冷蔵庫にたくさん!



計画どおりに
できなくなりますが
実行機能障害

「炊飯器のスイッチ入れた?」「今日のおみそ汁は大根だね!」って、声をかけてみよう。

買って来たことを忘れて、別の食材で料理を作ってしまう場合がありますが、家族の声かけがあれば、計画どおりに料理を作ることができます。

ケース2 家に帰る! 家にいるのに、家に帰ろうとする。



時間や場所の
感覚が薄れます
見当識障害

一緒にお茶飲もうって、誘ってみようかな。それでもお出かけしたいなら、一緒にお出かけしよう!

一度受けとめてあげて、家に帰ることから、別の話題に移してみましょう。それでも家に帰りたがる場合は、一緒に出かけて、歩いて気分転換をしてみましょう。

広がれ！ 繋がれ！ オレンジの輪

～地域でつむむ、認知症～



突然、家族が「認知症」になったら、どうしますか？
認知症は、85歳以上では4人に1人にその症状があると
いわれています。一方、64歳以下で発症する若年性認知症
もあり、若い世代でも認知症になることがあります。
「自分には関係ない」と思わず、一緒に考えてみませんか？
正しい知識をもち、認知症の人や家族を、地域みんなで
支えましょう。

オレンジリング 認知症の人や家族を温かく見守る、認知症サポーターの目印です。温かさを感じさせるオレンジ色は「手助けします」という意味をもつといわれています。

オレンジカフェ※で
相談を受けている
岡本先生に
お話を伺いました。



岡本 浩之さん
(北本心ノ診療所 心療内科・精神科)

誰でも歳をとれば物忘れなどが出てきますが、認知症はその進みが速く、時間や場所などがわからなくなる場合があります。初期であれば、症状の改善も期待でき、早期の治療により症状の進行を遅らせることもできますので、異変を感じたら早めに相談することをおすすめします。

現在介護されている方は、全部自分のせいと抱え込み、介護が生活の全てと思ってしまう方が多いです。オレンジカフェでちょっとお茶を飲んで、息抜きをしながら、人生が終わるわけではなく、認知症になってもできることはたくさんあります。

相談員にお話を聞いてみよう

※オレンジカフェについて詳しくは⑤ページをご覧ください。

あれ？と思ったら
声に出して相談を

オレンジカフェを運営する
北本市地域包括支援センターの
お二人に、お話を伺いました。



柴田仁美さん
(東センター)

服部百合子さん
(西センター)

認知症の 人の 気持ちを 知ろう

認知症は病気になる
症状であり、認知症に
なる前も後も、その人
であることには変わり
ありません。ですから、
特につきあいを要する
必要はありませんが、
認知症の人には、正し
い理解に基づく対応が
必要になります。認知
症の人自身も変化に戸
惑い、困っています。
認知症の人の尊厳を
守り、適切なサポート
をするために、まずは、
認知症の人がどんな気
持ちなのか、考えてみ
ましょう。



不安を感じる

これまでと違うことに、まず気づくのは本人です。もの忘れや失敗が増え「この先自分はどうなっていくのだろう」「家族に迷惑をかけているのでは」などの不安を感じるようになります。



落ち込む

それまでできたことができなくなり、気分が沈んでうつ状態になることがあります。趣味をやめてしまったり、人とのコミュニケーションも少なくなることで、引きこもりがちな生活になってしまいます。



怒りっぽくなる

何か失敗したときに、どうしていいかわからず混乱し、イライラしやすくなったり、不機嫌になったりすることがあります。ときには声を荒げたり、つい手を出してしまうことがあります。

認知症は、人により原因も症状も異なるため、一般的な介護と違い、順序立てて計画を立てることが難しいです。また、家族がどこまで認知症のことを理解しているのか、認知症ということを受け止められるかどうか、家族の関わり方も含めて考えなくてはなりません。

オレンジカフェには、「近所に、以前と様子が違い気になっている人がいる」という地域の人も相談に訪れます。中には、その人を一緒に連れてきて話を聞く人もいます。民生委員の方から相談を受けることもあり、こういった周りのサポートが、認知症の早期発見につながります。

広報

きたもと

12月
2016 No.946

特集面

きっと、もっと、きたもとが好きになる 旬な話題をお届け!

広がれ!

繋がれ!

オレンジの輪

～地域でつつむ、認知症～

Contents

- 認知症の人の気持ちを知ろう
- 相談員にお話を聞いてみよう
- 認知症の人との望ましい接し方
- 市の支援を活用してみよう

オレンジカフェ／地域包括支援センター／各種催しの紹介

撮影協力：児童館に遊びに来ていたしほちゃんと
そのおばあちゃんの正江さん

※写真個人と内容は関係ありません