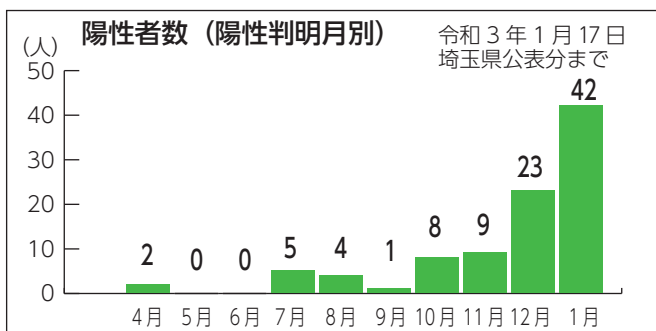


北本市で快適に暮らすための情報をお届けします

CONTENTS

大切な人を守るために 【新型コロナ】家庭内感染を防ぐ



年末年始で新型コロナウイルスの感染事例が増加しています。感染経路がわかっている人のうち、主要な感染経路は家庭内感染によるものです。

新型コロナやその他の感染症から大切な人を守るために、家庭内での感染予防対策の実践をお願いします。

健康づくり課保健予防担当（☎594-5544）

何らかの症状がある人と同居している場合の家庭内での注意事項

厚生労働省ホームページより

- ① 他の同居者と部屋を可能な限り分ける
(難しい場合はできるだけ距離を取る。特に食事は要注意。)
- ② 症状がある人の世話をする人は、できるだけ限られた人にする
- ③ できるだけ家族全員がマスクを使用する
- ④ 小まめに手洗いをする(タオルは共用しない)
- ⑤ 日中はできるだけ換気をする
- ⑥ 取っ手、ノブなどの共用部分を消毒する
- ⑦ 汚れたリネン、衣服を洗濯する(一般の洗剤でよい)
- ⑧ 使い終わったマスクや鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、密閉して捨てる

【注目情報】

- シンポジウム「デノタメ遺跡が拓く縄文の世界Ⅲ～デノタメ遺跡の未来を描く～」…………… 2
- プレミアム付商品券(クーポン型)を配布します! …… 4
- 北本のお店の魅力、再発見「きたもと街バル」開催! …………… 5

【お知らせ】

- ひとり親世帯臨時特別給付金の申請期限迫る!! …… 6

【お知らせ】

- 新型コロナウイルス感染症の検査費用の一部を助成します …………… 6
- 確定申告(2月16日(火)～3月15日(月))についてお知らせします …………… 6

【募集】

- (一社)北本市コミュニティ協議会の職員 …… 9
- 令和3年度 学校体育施設利用団体 …………… 11

休日診療(当番医)はP17に記載しています。

人口のうごき	人口…66,022人(－10人)	世帯数…29,619世帯 ※1月1日現在 ※()は対前月比
	男性…32,798人(－20人)	
	女性…33,224人(+10人)	

今月の納税	○固定資産税 第4期分	○後期高齢者医療保険料 第7期分
	○国民健康保険税 第7期分	○介護保険料 第7期分
	3月1日(月)までに納めましょう。口座振替を利用している人は、残高を確認してください。	

■発行日 令和3年(2021)2月1日発行 ■編集と発行 北本市役所 市長公室

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

編集後記 昨年度から、市内で公益性のある事業を行う団体に、市がクラウドファンディングで寄附を募り、その事業を金銭面から支援しています。特集でも紹介していますが、市民の皆さんの力を市の活性化に繋げていく仕組み。今回提案があった2つのプロジェクトがどう動いていくのか、楽しみです。(落)



注目
1

シンポジウム ひら 「デーノタメ遺跡が拓く縄文の世界Ⅲ～デーノタメ遺跡の未来を描く～」

シンポジウムでは、長野県長和町の「黒耀石体験ミュージアム」を拠点とした遺跡によるまちづくりで全国的に知られる大竹幸恵さんが基調講演を行います。

また、実際にデーノタメ遺跡の発掘調査を行ってきた市の職員が遺跡の活用方法について報告し、パネルディスカッションでは市民の皆さんと一緒に遺跡の未来について考えます。

時 **2月21日(日)** 13:00～17:10

場 文化センター

内 ①基調講演「地域の未来を築くふるさとの歴史」

講 大竹幸恵(長野県長和町教育委員会)

②報告「デーノタメ遺跡の概要と特徴」

講 齊藤成元(北本市教育委員会文化財保護課)

③報告「デーノタメ遺跡の保存と活用を考える」

講 磯野治司(北本市市長公室)

④報告「国指定史跡の活用事例と

デーノタメ遺跡によるまちづくり」

講 坂田敏行(北本市教育委員会文化財保護課)

⑤パネルディスカッション

定 350人(先着順) 費 入場無料

他 感染予防のため、マスクの着用をお願いします。

また、新型コロナウイルスの影響により、中止・延期になる場合があります。

申 問 2月8日(月)9:00から文化財保護課文化財保護担当
(☎594-5566)へ電話で申込み。

【デーノタメ遺跡について】

デーノタメ遺跡は、下石戸下地区に所在する縄文時代中期～後期(約5,000年前～約3,800年前)の遺跡です。集落が大規模で、漆を塗った土器やクルミ・トチノキなどの有機質遺物が豊富に出土したことから、全国的に注目され話題となっています。

この遺跡の特徴は、①縄文時代中期の環状集落が「関東最大級」であること②約1,200年もの長期にわたって集落が継続したこと③全国的にも珍しい縄文時代中期(約5,000年前)の漆塗製品が出土していること④フルミヤトチノキ、植物の種や昆虫などが豊富に出土し、縄文時代の食や環境を復元することができること、などがあげられます。

これまで、縄文時代は「狩猟採集」を基本とした生業を行ってきたと考えるのが一般的でした。しかし、最近では植物の栽培や管理を行っていたことが明らかになってきており、デーノタメ遺跡の調査成果は、こうした新しい縄文時代を語る上で欠かせないものと位置付けられています。



かつさか 勝坂式土器(約5,000年前)



かそり 加曾利E式土器(約4,800年前)



発掘調査の様子



黒耀石製のやじり

今月のきたもと「四季の恵み」マルシェ!(農業ふれあいセンター)

- 桜国屋(☎544-5321)10:00~17:00(水曜定休)
まだまだ北本産のいちごが食べられます!
 - さんた亭(☎580-6883)11:00~14:00(水曜定休)
寒い2月は温かい「天ぷらそば」がオススメ!
 - 情報発信館(☎578-4255)10:00~16:00
 - &green CAFE 10:00~16:00(水曜定休)
【北本トマトカレーの会認定!】
カレー研究家・一条もんこさん考案レシピの
北本トマトカレーが提供開始!(テイクアウトもできます)
北本産の季節野菜のキッシュも新登場です。
- ☎産業観光課農政担当(☎594-5532)



北本市観光協会からのお知らせ

北本市観光協会

検索



●第4回&green 暮らしの学校の参加者を募集

「暮らしの学校」は、北本の季節の様々な農産物や自然を、体験を通して一緒に学ぶ連続ワークショップです。第4回目の開催にあたり参加者を募集します。詳細は観光協会ホームページをご確認ください。

●森林セラピー無料ガイドツアーの参加者を募集

観光協会では、北本自然観察公園などの森林セラピーコースを気軽にめぐる無料ガイドツアーを初開催します。詳細は観光協会ホームページをご確認ください。

●グリコピア・イースト北本市民デー

時 **3月21日(日)**9:30~ 費 無料

対 市内在住、在勤の人

定 40人(子どもも1人として計算。定員超過の場合は抽選)

申 往復はがきに代表者・住所・電話番号・参加者氏名・年齢・駐車場使用台数を記入し、2月15日(月・消印有効)までに観光協会へ。

他 詳しくは観光協会ホームページへ。



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

中央図書館だより

北本市立図書館

検索



今月の
特集

『物語がたくさん 短編小説の愉しみ』

1冊で多種多様な物語に出会えるところが短編小説集の魅力。同じ作家でも長編と短編ではまた違った味わいを感じられます。短い時間でも物語の世界に浸るひとときを楽しんでください。

おすすめの一冊



あさ
木になった亜沙
いまむら なつこ 著
今村 夏子 著
(文藝春秋)

誰かに「食べてほしい」と思っても、亜沙がすすめるものは誰も食べてくれない。亜沙はどうとう杉の木に転生し、わり箸になって若者と出会う。奇想天外で純粋な3つの愛の短編集です。

あたらしく入った本

- ダーウィンが愛した犬たち エマ・タウンゼント (勁草書房)
- 相続対策の「御法度」事例集 相続診断協会 (日本法令)
- やることの「見える化」で掃除を劇的にラクにする方法 本橋 ひろえ (主婦の友社)
- 安全運転寿命を延ばすレッスン まつだ ひでし (小学館)
- 骨董屋・眼球堂2 こばやし くりな (産業編集センター)
- 白き女神の肖像 WITHOUT HER とまざわ 亜妃子 (東京創元社)
- 透明な耳。 むらもと たいし (双葉社)
- いいかげん、馬鹿 なかの みどり (毎日新聞出版)

☎ 592-0795 開館時間 9:00 ~ 20:00

注目
2

プレミアム付商品券(クーポン型)を配布します！

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている市内事業者の支援と、消費喚起による市内経済活性化を図るため、1世帯当たり5,000円(500円券×10枚)の「北本市内店舗応援クーポン券」を発行し、市内の全世帯に送付します。

併せて、この「北本市内店舗応援クーポン券」が利用できる加盟店舗を募集します。



① 全世帯に5,000円分お得な「北本市内店舗応援クーポン券」を送付！

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を考慮して、従来の窓口にて購入いただくプレミアム付き商品券の販売方法ではなく、**市内の全ての世帯に「北本市内店舗応援クーポン券」を郵送し**、利用していただくことで、消費喚起による市内経済活性化を図ります。ぜひご利用ください。

対象世帯 令和3年1月1日現在で、北本市の住民基本台帳に記載されている世帯

額面 1冊5,000円(500円券×10枚)相当

クーポン券の郵送時期 **2月中**(事前の申込み、購入は不要です。)

使用期間 3月1日(月)～4月30日(金)

使用店舗 市内の加盟店舗

使用方法 税込み1,000円以上のお支払いで、1,000円ごとに500円券を1枚使用できます。

例) 3,300円のお買い物をした場合、500円券を3枚(1,500円分)使用できます。

☎産業観光課商工労政・観光担当(☎594-5530)



振り込め詐欺にご注意ください。

クーポン券の受け取り、利用にあたり、手数料の納付や購入代金の振込みを
求めることは一切ありません。

② 「北本市内店舗応援クーポン券」が利用できる加盟店舗を募集します

応募資格 市内に店舗を有し、3月～4月の実施期間に継続して営業を行う予定の法人または個人(ただし、中小企業基本法に規定する中小企業および小規模企業者に限る。なお、大手フランチャイズ加盟店舗や大手チェーン店舗は対象外。それぞれ母体企業(親会社)の規模により判定する)。

申込みは、下記の北本市商工会までご連絡ください。

☎北本市商工会(☎591-4461)

注目
3

北本のお店の魅力、再発見 「きたもと街バル」開催!

コロナに負けない!
市内事業者を
応援しよう



きたもと街バル

人と街とモノに会いに行こう!

バルとは、スペインの街角で多く見られる、立ち飲みスタイルの飲食店のこと。

このイベントは、事前に購入したバルチケットを使って、チケット1枚でバルメニュー(原則、ワンドリンク & ワンフード)が提供される参加店を回り、食べ歩きなどを楽しむものです。

「きたもと街バル」は今回で6回目の開催。

市内43の飲食店・小売店・サービス提供店などで、各店こだわりのバルメニューをご用意しています。おしゃれな店や美味しい店、お得なサービスなど、北本のお店の魅力を再発見してみてください!!

時 **2月5日(金)~14日(日)**

※バルメニュー提供時間は各店によって異なります。

※各店は、政府による緊急事態宣言の期間中、飲食店に対する営業時間の短縮要請等に従い営業します。

※上記の期間に使い切れなかったチケットは、金券(800円)として2月15日(月)~23日(火・祝)、参加全店舗にて使用可能です。

場 市内の飲食店、小売店、サービス提供店など(43店舗)

内 チケット1枚と引き換えに、各店のバルメニューをお楽しみいただけます。

費 チケット1冊(800円券×3枚綴り)通常価格2,400円、前売り価格2,300円

チケット販売期間 **2月14日(日)まで**(前売り価格は **2月4日(木)まで**)



北本市商工会
ホームページ

◆チケット販売場所

販売場所	住所	電話番号
参加全店舗	北本市商工会ホームページに掲載	—
北本市商工会	宮内7-148 ※平日のみ	591-4461
北本市観光協会	西高尾1-249	591-1473
ザ・セレクトン北本駅前	北本1-45	598-8800
ハナホテル北本	山中1-62	590-1187

問きたもと街バル実行委員会事務局(北本市商工会☎591-4461)



お知らせ

ひとり親世帯臨時特別給付金の申請期限迫る!!

ひとり親世帯を支援するため、令和2年8月から「ひとり親世帯臨時特別給付金の基本給付(再支給分)と追加給付」をご案内していますが、給付金の申請期限が迫っています。ご自身が支給対象となるか今一度ご確認の上、期限までの申請をお願いします。

また、令和2年12月には、ひとり親世帯臨時特別給付金基本給付の再支給も行っています。

なお、申請される場合は申請書類等をご案内しますので、子育て支援課子育て支援担当へご連絡く

ださい。

申請期限 2月28日(日)

当日消印有効

※窓口での手続きは2月26日(金)17:15までです。

☎子育て支援課

子育て支援担当

(☎594-5537)



市民税寄附金税額控除対象範囲の拡大

社会福祉法人・公益社(財)団法人・学校法人等へ寄附した際の市民税税額控除について、令和2年度までは市内に主たる事業所を有する法人が対象でしたが、令和3年度(令和2年中の寄附分)から埼玉県内に主たる事業所を有する法人等へ対象範囲を拡大します。

☎税務課市民税担当(☎594-5518)

青色申告者 個別決算指導・納税相談

時 2月19日(金)・22日(月)・24日(水)

9:30~11:30

13:30~15:30

※完全予約制

場 北本市商工会(☎591-4461)

デマンドバスが市外医療機関(一部)への本運行を開始します

デマンドバスは、令和2年4月1日から埼玉県中央病院(桶川市)、埼玉脳神経外科病院(鴻巣市)への実証運行をしていますが、令和3年4月1日から本運行に切り換えます。

☎くらし安全課交通・防犯担当(☎594-5522)

新型コロナウイルス感染症の検査費用の一部を助成します ☎健康づくり課保健予防担当(☎594-5544)

検査内容 発熱などの症状がなく、本人の希望により医療機関で行ったPCR検査(保険適用の検査を除く)

対象期間 令和3年1月12日(火)~3月31日(水)に行った検査

対象者 ①65歳以上の人

②慢性閉塞性肺疾患(COPD)、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患で治療中の人(申請の際、お薬手帳など、治療中であることが分かる書類等が必要です)

助成額 検査費用から5,000円を差し引いた額(上限額20,000円)
助成回数は1人1回まで

※検査を希望する場合は必要な手続きがありますので、健康づくり課にお問い合わせください。

症状がない人の PCR検査に関する留意事項

- 検査の性質上、一定の割合で偽陽性(感染していないのに陽性となる)、偽陰性(感染しているのに陰性となる)があります。
- 検査時期によっては、感染しているにも関わらず、陰性となる場合があります。

確定申告(2月16日(火)~3月15日(月))についてお知らせします

重要

新型コロナウイルス感染拡大に伴う 北本市の確定申告会場について

新型コロナウイルス感染拡大により各地区館が閉館となった場合は、代わりに庁舎ホールでの開催となりますのでご注意ください。

☎税務課市民税担当(☎594-5518)

◆税務署の確定申告会場の「入場整理券」は、当日税務署で配付するほか、LINEで事前発行します
詳細は、国税庁ホームページ等をご確認ください。

☎上尾税務署総務課(☎048-770-1800)



◆今年の確定申告は感染リスクのない自宅で 申告書を作成しよう

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で作成した申告書はe-Tax(電子申告)のほか、書面で印刷して郵送等で税務署に提出することもできます(特集①、②ページもご覧ください)。

「確定申告書等作成コーナー」の操作方法や申告に関するご質問はヘルプデスク(☎0570-01-5901)もしくは「税務相談チャットボット」にご相談ください。

☎上尾税務署総務課(☎048-770-1800)



↑
チャットボットはこちら

春季全国火災予防運動

3月1日(月)～7日(日)は、全国一斉に「春季全国火災予防運動」が実施されます。この運動は、火災が発生しやすい時季を迎えるにあたり、火災の発生を防止し、高齢者等を中心とする死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的としています。

住宅火災から大切な生命、財産を守るために、次の対策を実践しましょう。

- 火災による逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置しましょう。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を備えましょう。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくりましょう。
- 放火を防ぐための環境づくりとして、家の周りに可燃物となるものを置かないようにし、ゴミ

は指定された日の朝に出しましょう。

☎ 埼玉県央広域消防本部予防課 (☎048-597-2004)

埼玉県最低賃金の改正

令和2年10月1日から埼玉県最低賃金は時間額928円(引上げ額2円)となりました。県内の事業場で働く全ての労働者に適用されます。使用者も労働者も、賃金額が1時間当たり928円以上かどうか必ず確認しましょう。さらに、令和2年12月1日から5業種の特定期(産業別)最低賃金の時間額がそれぞれ、非鉄金属製造業は948円、電子部品等製造業は954円、輸送用機械器具製造業は966円、光学機械器具等製造業は963円、自動車小売業は962円となりました。

詳しくは、下記または最寄りの労働基準監督署へお尋ねください。

☎ 埼玉労働局労働基準部賃金室 (☎048-600-6205)

浄化槽をご使用の皆さんへ

浄化槽をお使いの人は「保守点検」、「清掃」、「定期水質検査」を全て受けることが法律で義務付けられています。保守点検・清掃を受けていない人は市ホームページまたは環境課環境衛生・保全担当(☎594-5526)で許可業者を確認し、契約してください。

●定期水質検査の手数料(非課税)
10人槽以下(家庭用浄化槽)は5,000円。11人槽以上はお問い合わせください。

☎ 埼玉県知事指定検査機関(一社) 埼玉県環境検査研究協会浄化槽管理課 (☎048-778-8700)

施設の休館日

2月8日～3月7日

2月11日(木・祝)・23日(火・祝)

・総合福祉センター

2月22日(月)

- ・中央公民館 ・中央図書館
- ・地区公民館 ・学習センター
- ・コミュニティセンター
- ・勤労福祉センター
- ・サンアメニティ北本キャンプフィールド(野外活動センター)
- ・総合公園 ・子供公園
- ・体育センター
- ・健康増進センター

※新型コロナウイルス感染症の影響による休館情報は市ホームページをご確認ください。



市税等の延滞金等の利率が変わります

市税等が納期限までに完納されなかった場合には、その遅延した税額および期間に応じて延滞金が課されます。令和3年1月1日からの延滞金および還付加算金の利率は次のとおりです。

対象利率	令和2年	令和3年
延滞金利率	8.9%	8.8%
納期限の翌日から1か月を経過する日までの延滞金利率	2.6%	2.5%
還付加算金の利率	1.6%	1.0%

☎ 納税課納税担当 (☎594-5520)

〈広告〉

家族葬は **セレモ** へお任せください 年中無休 安心の24時間対応 ☎ **0120-16-5940**

セレモホール北本

北本市宮内7-179

Tel: 048-591-2288

大駐車場・霊安室完備・宿泊可能

事前相談受付中

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!

セレモのホームページは1見録付添額が可能です!
北本市ホームページは「セレモ」の「お祝いメッセージ」

セレモの会員制度 さくらさぼーと 会員募集中

多くの割引特典

入会金は1万円のみ

・月々の積立金など一切必要ありません。
・他社互助会ご入会の方もお気軽にご相談ください。

必要なものが全部入った安心の定額プラン《家族葬・一般葬・1日葬・火葬式対応》 <http://ceremohall.com>

LINE 友達募集! ID@zue6749s

北本市地域包括支援センター 西センター: FAX 591-3035 | 北本市地域包括支援センター 東センター: FAX 591-5030
北本市地域包括支援センター きたもと寿苑: FAX 590-1110 | 北本市地域包括支援センター 北本社協: FAX 592-9442

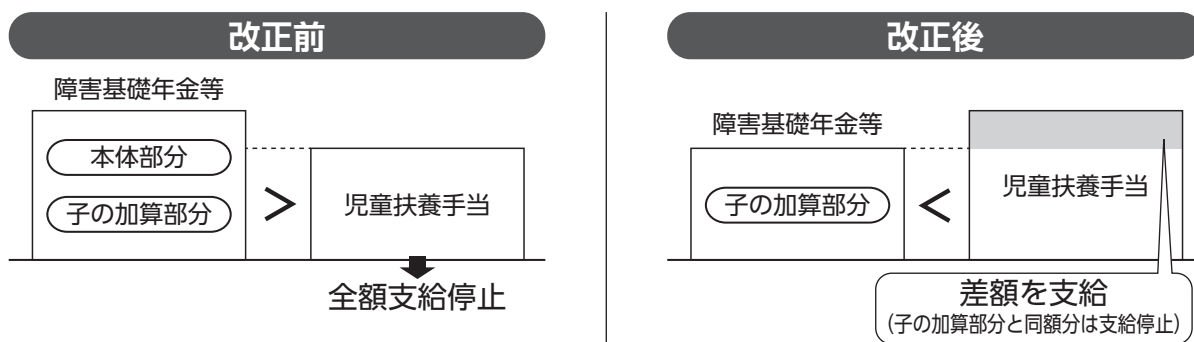
障害基礎年金等を受給しているひとり親のご家庭の皆さん 「児童扶養手当」が変わります

令和3年3月分(令和3年5月払い)から手当額の算出方法が変更されます。

児童扶養手当と調整する障害基礎年金等の範囲が変わります

これまで、障害基礎年金等(注1)を受給している人は、障害基礎年金等の全体額が児童扶養手当の額を上回る場合、児童扶養手当を受給できませんでしたが、令和3年3月分の手当以降は、児童扶養手当の額が障害基礎年金等の「子の加算部分」の額を上回る場合、その差額を児童扶養手当として受給できるようになります。

(注1)国民年金法に基づく障害基礎年金、労働者災害補償保険法による障害補償年金など。
詳しくはお問い合わせください。



◆手当を受給するための手続き◆

今回の児童扶養手当と調整する障害基礎年金等の範囲が変わるにあたり、既に児童扶養手当受給資格者として認定を受けている人は、原則、申請は不要です。

◆障害基礎年金等を受給し、児童扶養手当を受給していない人◆

障害基礎年金等を受給し、児童扶養手当の申請をしていない人は申請が必要です。なお、令和3年3月1日(月)より前であっても事前申請は可能です。

通常、手当は申請の翌月分から支給開始となりますが、これまで障害年金を受給していたため児童扶養手当を申請・受給できなかった人のうち、令和3年3月1日に支給要件を満たしている人は、令和3年6月30日(水)までに申請すれば、令和3年3月分の手当から支給できます。

申請にあたり、申請方法や必要書類等については、下記担当までお問い合わせください。

☎子育て支援課子育て支援担当(☎594-5537)

〈広告〉

成年後見・遺言・相続・各種許認可

きむら行政書士事務所 埼玉県行政書士会会員
コスモス埼玉 会員

行政書士 木村義昭【鴻巣市富士見町5-18】

TEL:048-594-7421

出張相談可

気軽にご相談下さい(土日も可能)
相談については、事前に予約が必要です。 無料セミナー
【電話受付:平日9時~18時】 定期的開催

2021年度生徒さん大募集!!

☆ 無料体験実施中

↓ 教室実施日に無料体験可能です ↓

大・テニス(金・日)	こ・水泳 園児(月)
・バドミントン(金)	・HIPHOP(火・木・金)
人・HIPHOP(火・木)	ど・ミニバス(水・金)
	・Jrバドミントン(木)
	も・サッカー(土・日)

お気軽にお問い合わせ下さい

新年度からご入会のチャンスです!!

あさひスポーツ・文化クラブ 電話 048-594-6000
✉ ascc@ascc.jp

募 集

(一社)北本市コミュニティ協議会の職員

職種 市内地区公民館等職員
(館長・副館長、一般職員)
採用予定人数 若干名
採用予定日 令和3年4月1日
応募資格

- ・コミュニティ活動に関心があり、パソコン操作ができる人
- ・要普通免許

募集期間 2月1日(月)~15日(月)
(日、祝日を除く)

他詳しくは窓口で配布する募集要項またはホームページをご確認ください。

申問(一社)北本市コミュニティ協議会事務局
(コミュニティセンター内)
☎592-7700



野生生物写真展の展示作品

応募者本人が埼玉県内で撮影した野生生物の写真をご出品ください。今年のテーマは「ありがとう!元気をくれた生きもの」です。

応募方法や写真の規格、注意点など、詳しくは自然学習センターのホームページをご確認ください。

期 2月26日(金)まで

場問 自然学習センター
(☎593-2891)



【お知らせ】 加入して安心 交通災害共済に家族でお申し込みを

2月1日(月)から令和3年度の交通災害共済の加入受付を始めます。

対市内にお住まいで、市の住民基本台帳に記載されている人、および前記住民に扶養されている人で修学のため市外に住んでいる人。

期 4月1日~令和4年3月31日(1年間)

共済会費 500円

共済見舞金 下表のとおり。ただし、②③とも医師等による治療実日数が3日以上となるものが対象となります。

申くらし安全課窓口、最寄りのゆうちょ銀行・郵便局、各地区の自治会(一部の地区を除く)

災害区分	共済見舞金の額	
①死亡	120万円	
②傷害1 (交通事故証明書が 得られる場合)	入院1日につき 2,000円	それぞれの単価に日数を掛けた金額の合計額。 合計額が2万円に満たないときは2万円とし、 22万円を超えるときは22万円を限度とします。
	通院日・往診日 1日につき1,000円	
③傷害2 (交通事故証明書が 得られない場合)	入院・通院日・ 往診日1日につき 1,000円	単価に日数を掛けた金額。合計額が2万円に満たないときは2万円とし、6万円を超えるときは6万円を限度とします。

問くらし安全課交通・防犯担当(☎594-5522)

(広告)

ニチエー塗装

外壁塗装
各種リフォーム

ベテラン職人に直接お任せください!

外壁+木部 → 62万円(税別)

外壁+木部+屋根 → 78万円(税別)

建坪30坪まで(足場・
汚れカビ取り洗浄など
一切の金額含む)

●良心価格 ●丁寧施工 ●見積無料 ●相見積大歓迎

0120-137-156

建設埼玉組合加入 埼玉県知事許可(般-27)第56065号
〒363-0025 桶川市下日出谷943-228

ニチエー塗装 検索

サステイナブルなひと、
生活クラブ

生活クラブ埼玉 検索

0120-391-144
受付時間 9:00~17:30 月~金曜日(祝日も可)

募 集

自衛官等

募集種目・応募資格

●幹部候補生

応募資格

- ・一般(大学卒程度)
22歳以上26歳未満の人
(20歳以上22歳未満の人は大学卒
(見込含)、大学院修士課程修了
者等(見込含)は28歳未満の人)
- ・一般(大学院卒程度)
大学院修士課程修了者等(見込
含)で20歳以上28歳未満の人
- ・歯科
専門の大学卒(見込含)で20歳以
上30歳未満の人
- ・薬剤科
専門の大学卒(見込含)で20歳以
上28歳未満の人

※年齢は令和4年4月1日現在
試験予定日(1次試験)

- ・一般
①5月8日(土)・9日(日)※飛
行要員希望者は①でのみ募集
- ②6月26日(土)※2次試験有
- ・歯科、薬剤科

①5月8日(土)

②6月26日(土)※2次試験有

受付期間

①3月1日(月)~4月28日(水・必着)

②3月1日(月)~6月18日(金・必着)

●予備自衛官補

応募資格

- ・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53
歳未満~55歳未満の人、国家免
許資格等についてはお問い合わせ
ください。)

※年齢は令和4年4月1日現在

試験予定日

①4月17日(土)~21日(水)の
指定された1日

②10月2日(土)~5日(火)の
指定された1日

受付期間

①4月9日(金・必着)まで

②7月1日(木)~9月17日(金・必着)

●自衛官候補生

応募資格 日本国籍を有する18歳
以上33歳未満の人

※年齢は令和3年4月1日現在

試験予定日

3月4日(木・変更の可能性有)

受付期間 2月26日(金・必着)

自衛隊

さいたま地域事務所
(☎048-651-2420)



イベント

きたもと男女共生塾
「職場や家庭の男女脳コミュ
ニケーション講座~人間関
係を円滑にするコツ~」

男女によるモノの見方・感じ方
の違いを脳科学の観点から紐解き
ます。人間関係を円滑にするコ

ミュニケーションのコツを学びま
せんか?

時 3月14日(日)10:00~11:30

場 文化センター

講 手塚祐基さん

(株)感性リサーチ(研究員)

定 30人(先着順、定員超過の場合
は市内在住・在勤者優先)

費 無料

他 保育若干名(先着順、2歳から
就学前まで。申込み時にお申し
出ください。お子さんと同席で
もご参加いただけます。)

申 2月8日(月)8:30から人権推進
課人権推進・男女共同参画担当
(☎594-5506)へ電話または市
ホームページからお申し込みく
ださい。

※電話は

平日8:30~17:15



地域史料読解の会
「百年前の約束は有効か?」

明治12年(1879年)、高尾村と荒
井村が石戸宿村を訴えた。

寛保3年(1743年)に取り交わさ
れた証文を、136年後の人々も守
らなければならないのかを争う裁
判記録をご紹介します。

時 3月5日(金)13:30~15:00

場 文化センター

定 30人(先着順)

講 橋本裕子さん(社会教育指導員)

申 2月9日(火)から火・木・金
曜日の9:00~16:00に地域資料
室(☎592-8155)へ電話。

〈広告〉

学校法人北里研究所
北里大学メディカルセンター

「人間ドックのご案内」

1年に1度は
健康チェックをしませんか!!

【料金】

一般基本コース

1日(日帰り) 66,000円

※契約健康保険組合等からの補助がある場合は、
コース及び金額が変わります。契約内容につい
てはお問い合わせ下さい。



【オプション検査】

胃カメラ	3,300円	頭部MRI/MRA	22,000円
胸部CT	11,000円	頸動脈エコー	6,050円
婦人科検診	7,700円	マンモグラフィー	4,950円

※その他にも多数ございます。詳細はお問い合わせ下さい。
北本市の国民健康保険にご加入の方は自己負担額

1日コース：40,500円 半日コース：24,000円 脳ドック：35,000円

【ご予約・お問い合わせ先】 ☎048-593-1227(直通)・☎048-593-1212(代表) 北本市荒井6-100
月~金曜日10:00~16:00、土曜日10:00~12:00(第1・3のみ) ※第2・4土曜日、日曜日・祝日は休診

**オレンジサロン&
介護者サロンきたもと**

認知症の人が自ら活動し楽しめる場所であり、認知症の人を介護している人にとっては情報交換の場所です。気軽に立ち寄って、日頃の悩み等お話ししませんか？

「認知症ケア相談室」も設置していますので、介護方法等の専門的な相談をすることもできます。

認知症に限らず介護されている人であればどなたでもご利用できます。

時 2月24日(水)10:00～11:30

場 文化センター **費** 無料

持 感染症対策のため、飲み物が必要な場合は持参。

申 不要

問 北本市地域包括支援センター
東センター(☎591-0211)
西センター(☎591-3495)
きたもと寿苑(☎590-1000)
北本社協(☎590-4011)

【募集】令和3年度 学校体育施設利用団体

スポーツ・レクリエーション活動の普及・発展のため、原則として下表のとおり学校体育施設を開放しています。登録した団体のみが利用できます。年に1回の募集となりますので、希望する団体は必ず登録申請をしてください。

施設名・区分		開放日	開放時間
体育館	日中	各小学校	土・日曜日、祝日
	夜間	各小学校	月～金曜日
		北本中学校	月・土曜日
		東中学校	水・金曜日
		西中学校	火・木曜日
		宮内中学校	火・土曜日
屋外運動場(校庭)	日中	各小・中学校	土・日曜日、祝日

対 次の要件を満たしている団体が登録できます。

- ① 構成員が5人以上であること
- ② 構成員の半数以上が市内在住、在勤する人であること
- ③ 成人の代表者がいること

申 2月1日(月)～12日(金)に、所定の用紙に必要事項を記入し、生涯学習課へお申し込みください。

※必要な用紙は、複写式の申請用紙とそれ以外の用紙です。複写式の申請用紙は生涯学習課にあります。それ以外の用紙は市ホームページからダウンロードできます。

※1団体につき最大2校まで登録可

※学校体育施設であるため、種目・内容によっては登録できない場合あり

※体育館の夜間使用(19:00～21:00)は、夜間開放使用料として1団体1回の利用につき、1,000円が必要

※登録申請をした団体は、令和3年度第1学期(4月～8月)分の利用に係る調整会議(☎2月25日(木))

校庭利用団体：18:00～、体育館利用団体：19:15～(場文化センター)に必ず出席してください。欠席した団体は登録しません。

問 生涯学習課生涯スポーツ・オリパラ担当(☎594-5568)



(広告)

安心・安全な国産畳表推奨店

熊本産たたみ表証明書 熊本県はい草の生産日本一
ついでます!

畳替えの季節です

神戸畳店

北本市中丸5-70
591-4651

お気軽に、ご相談ください、

©2010熊本県くまモン#K26719



大切な電気類に困ったら、ご相談を。

- ・壁スイッチ、コンセントの調子が悪い。
- ・コンセントが断線して電気製品が使えない。
- ・蛍光灯・LED器具へ交換が不安など。



相談してみよう。

※基本地域エリアは、北本市内及び隣接した地域となります。また、場合によっては断ることもございます。

※作業は、ご相談後に行います。※作業内容等によっては、遅らせて頂くこともあります。



受付時間帯 土曜日のみ 9:00～17:00まで

TEL 080-7694-6622

イベント

日本薬科大学公開講座(第2回目)

新型コロナウイルス感染防止のため、日本薬科大学公開講座をオンラインで配信中です。

時 10月31日(日)まで

場 市ホームページ、市民大学きたと学苑ホームページ内

内 健康や漢方薬に関連する動画を4本配信。

- ①「漢方のかぜ薬」
- ②「嚥下障害」
- ③「サルコペニア」
- ④「便秘症の漢方薬」

講 鈴木勝宏 教授
(日本薬科大学)

問 生涯学習課
生涯学習担当
(☎594-5567)



武蔵丘短期大学公開講座(ノルディックウォーキング体験教室)

ノルディックウォーキングは、2本のポール(ストック)を使って歩くことで、年齢、性別、身体能力、運動経験などにかかわらず、目的に合わせて誰にでも簡単に始められ、生涯楽しめるスポーツです。

時 3月7日(日)9:30~11:30
受付9:15

場 体育センター、総合公園

講 福島邦男 教授
(武蔵丘短期大学)

対 市民および近隣市町在住の18歳以上の人

定 20人(先着順) 費 無料

持 運動のできる服、運動靴、室内用シューズ、飲み物、タオル、筆記用具

他 ポールの貸出あり

申 2月8日(月)から生涯学習課生涯学習担当(☎594-5567)へ電話または市ホームページからお申し込みください。



ジュニアオープンステージ inきたもと写真展

新型コロナウイルス感染症対策のため中止となったジュニアオープンステージinきたもとの代替として、写真展を開催します。

期 2月14日(日)~21日(日)

場 文化センター

内 ジュニアオープンステージinきたもと出演団体の活動写真を展示

費 無料

問 生涯学習課
社会教育担当
(☎594-5565)



第26回西部地域コミュニティまつり

時 2月28日(日)
展示9:00~15:00
バザー9:30~

内 展示 幼稚園・小中学校の作成した絵画、映画、麻雀、その他

場 問 西部公民館(☎591-0410)

ほのぼの映画館

時 2月26日(金)9:30~

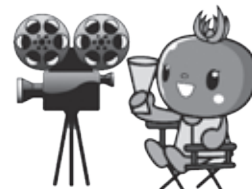
内 「雨に唄えば」(102分)

定 20人(先着順)

対 市内在住の人

費 無料

場 問 東部公民館(☎591-2695)



健康講座「漢方と健康」セミナー

時 2月18日(木)・25日(木)(全2回)9:30~11:30

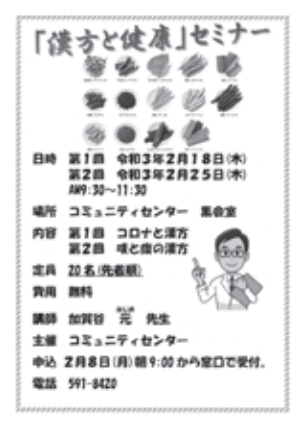
内 1回講義「コロナと漢方」
2回講義「咳と痰の漢方」

講 加賀谷元さん

対 定 市内在住・在勤の人20人(先着順)

費 無料 持 筆記用具

場 申 問 2月8日(月)9:00からコミュニティセンター(☎591-8420)窓口へ。



〈広告〉

家族の絆と共に次の世代へ



ソファ・チェア 張替え修理 見積無料!

専門店

小川家具

since 1945

☎048-591-3517
北本市北本 2-137
http://www.ogawakagu.jp



桜染め教室

桜の幹の皮をむいてチップにした物を煮込んだ煮汁を使って絹のスカーフなどを桜色に染めます。

時 3月9日(火)9:00～12:00

講 東武カルチュアスクール講師
小池啓子さん

定 10人(先着順)

費 ①参加費1,000円(当日支払)

染め液、道具、保険、講習代

②材料費(当日支払)

シルクスカーフ

1,000円～3,000円

桜柄レースハンカチ800円等

※当日は、講師の準備する材料から好みの材料を選び、染める枚数購入します。材料は5～7種類程度準備します。

当日の服装

- ・汚れてもよい服装またはエプロン
- ・帽子(屋外での作業あり)
- ・作業しやすい靴(長靴、スニーカー等)

場 **申** 2月10日(水)9:30から総合公園(☎592-4050)へ直接。

※10:00までに定員に満たない場合は10:00から電話での受付も行います。また、募集開始時点で定員を超えた場合はその場で抽選。



ネイチャークラフト ～竹食器を作ろう～

時 3月7日(日)10:00～14:00

定 10人

費 1,000円

持 エプロン、手袋、タオル

場 **申** 問 サンアメニティ北本キャン
プフィールド(☎593-0008)



北本市ファミリー・サポート・ センター第25回 会員交流会

針を使わず簡単に作れる「布コースター」を作りながら楽しくお話ししませんか?

時 3月7日(日)10:30～11:30

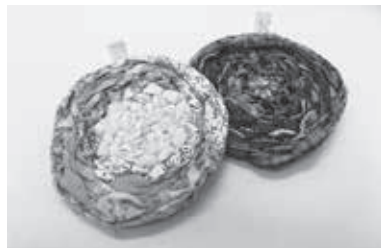
場 児童館

対 ファミサポ全会員、ファミサポに興味のある人

定 7組10人程度(先着順)

申 問 2月8日(月)から北本市ファミリー・サポート・センター(☎592-9965)へ。

※平日10:00～18:00



北本市ファミリー・サポート・セン ター講習会「小児看護の基礎知識」

時 2月21日(日)13:00～16:00

場 児童館 **費** 無料

内 子どもの気になる症状とその対処法など

講 看護師

対 定 ファミサポ会員、ファミサポに興味のある人10人(先着順)

申 問 2月19日(金)までに北本市ファミリー・サポート・センター(☎592-9965)へ。

※平日10:00～18:00



ファミサポ登録説明会

地域の子育てをサポートしませんか?会員を募集しています。

時 場 2月28日(日) 児童館

2月17日(水) 南部公民館

各日10:30～(所要時間1時間)

持 証明写真(縦3cm×横2.5cm)2枚

申 問 北本市ファミリー・サポート・センター(☎592-9965)へ。

※平日10:00～18:00



〈広告〉

まかせて安心 地元の業者

岩崎 豊店(有)

朝お預かり 夕方お届け
☎048-591-1766
北本市東間 2-230-1

ミツボシの皆さまよくしたい

MADO ショップ北本店

(有)大川ガラス

シャッター・網戸・玄関

北本市下石戸下470
☎048-591-0967

グリーン住宅ポイント制度使えます!



文化センター

場間中央公民館(☎591-7321・FAX591-7320)

北本市文化センター

検索

きたもと「さくら亭」～瀧川鯉八 独演会～

時 3月18日(木)14:00～16:00

場 ホール

【出演】^{たきがわこいちはち}瀧川鯉八、他

内 2018年3月、若手落語家によるロビー寄席以来の出演。3年間のうちに真打昇進を果たし、今回は独演会で新作落語の世界をお楽しみください。

定 350人

費 全席自由1,000円

申 2月13日(土)10:00～

文化センター窓口にて発売。

瀧川鯉八



プラネタリウム

【一般投影】土曜・日曜・祝日

▼おすすめ▼

『ジュラシックヒーローズ』の子どもチケット購入者に「恐竜の卵カプセル」をプレゼント中♪(先着1,000人)

【平日のおためし無料投影】

※開催日にご注意ください

【冬の星見人・天体観望会】

時 2月20日(土)18:00～

対 定 予約者のみ(先着22人)

申 2月13日(土)9:00～受付

(☎592-1714)

【重要】掲載内容は状況により変更・中止もあります。ご利用の際は必ずホームページやお問い合わせの上、最新情報をご確認ください。

トランプサイズの油絵講座

時 2月19日(金)

3月5日(金)

各日14:00～16:00

内 小さなサイズのキャンバスに油絵を描きます。どなたでも気軽に、1日で作品を完成できる講座です。

費 各日1,000円

定 20人

申 文化センター窓口にて受付中。



リコーダーアンサンブル教室 ～リコーダーの魅力を再発見!

時 2月14日(日)・28日(日)

各日10:00～12:00

対 大人から子どもまで、どなたでも

定 25人

費 2,500円(2回分)

他 楽器貸出可

申 文化センター窓口で受付中。

第395回子ども劇場

時 2月13日(土)14:00～15:00

内 出演 みー先生

お笑い腹話術・マジックショー。



定 30人

(先着順)

費 無料

〈広告〉

便利屋トータルサービス鴻巣店

- 不要品片づけ作業
- 庭木の剪定・伐採・抜根
- 住まいの修理
- 引越・荷物運び
- 網戸・障子・襖
- 家具移動・組立・各種解体
- 室内外の簡易作業
- ハウスクリーニング

まずはお気軽にお電話ください。(7:00～22:00)

TEL048(538)7874 鴻巣市原馬室422-6
ケータイ080(5058)2635 (担当 くぼた)

そろばん フラッシュあんさん 生徒募集

ソロバンを扱うソフトウェアは実は脳内にあり、練習すればソロバン道具は必要ありません。それが「ソロバン式暗算」で、人が生涯様々な状況で役立つ能力が小・中学生のうちに身に付きます。各分野で活躍されている人物が、子供の時會得した習い事の中で、ソロバンだけは自分の子供にも習わせたいと申されています。

当塾では4才の子供から競技大会で上位を目指す生徒が楽しく練習しています。数字の1カラ30マデ読めて書ければ、いつでも入塾して下さい。

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

イベント

求人企業合同説明会

県内企業が多数参加予定です。採用担当者と直接話してみましょ

時 3月5日(金)
受付12:00~15:30
開催13:00~16:00

場 大宮ソニックシティビル

対 ①2021年3月大学・短大・専門学校卒業予定の人、3年以内の既卒の人

②2022年3月大学・短大・専門学校卒業予定の人

他 予約不要、入退場自由

①履歴書を複数枚持参

②採用担当からの企業説明やインターンシップ関連情報を聞いていただきます

問 埼玉県雇用対策協議会
(☎048-647-4185)

応急手当講習(上級救命講習)

時 3月21日(日)9:00~17:00
受付8:50

※WEB講習受講者は受付9:50

場 埼玉県央広域消防本部

内 AEDを用いた心肺蘇生法、傷病者管理法、外傷の応急手当、搬送法、筆記試験

※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、在勤で中学生以上の人
(再受講可)

定 15人(先着順) **費** 無料

持 筆記用具、昼食

※WEB講習受講者は、WEB講習受講証明書

申 問 2月15日(月)~3月14日(日)に桶川消防署(☎048-773-1190)または桶川西分署(☎048-788-0119)へ電話または直接。

スポーツ

オモシロスポーツ親子教室

時 3月6日(土)13:30~15:00
受付13:00

場 体育センター

内 ボッチャ体験 **費** 無料

対 市内小学生と保護者

定 30人(先着順)

持 動きやすい服、室内シューズ、マスク着用

申 2月10日(水)9:00から北本市スポーツ協会(体育センター内☎593-1050月曜定休)へ電話または直接。

第48回ジュニアスキー教室

時 3月27日(土)・28日(日)の1泊2日

場 群馬県水上宝台樹スキー場

対 **定** 市内在住の小学3年生~中学生3年生30人(先着順)

費 22,500円(交通費・宿泊費。1泊3食付、初日の昼食は弁当持参・リフト代等)
※貸しスキー・貸しウェア(2

日間...各3,400円)

申 文化センター、生涯学習課にある申込用紙に記入し、2月21日(日)10:00~11:00に文化センターへ直接。

※2月22日(月)以降は生涯学習課へ直接。

※参加費は現地徴収。

問 北本市スキー連盟
(岩佐☎090-8743-1673)

体育センター実施事業

◆フットサル教室

時 毎週金曜日(月4回)

対 ①小学校1年生~2年生

時 17:00~18:00 **費** 3,800円

②小学校3年生~4年生

時 18:00~19:10 **費** 4,300円

③小学校5年生~6年生

時 19:10~20:30 **費** 4,800円

定 ①②③それぞれ20人(先着順)

◆ミニバスケット教室

時 毎週火曜日(月4回)

・17:00~19:00

・19:00~21:00

対 小学校3年生~6年生

定 17:00コース、19:00コース

それぞれ10人(先着順)

費 2,400円※別途保険代800円

◆小学生卓球教室

時 毎週日曜日(月4回)13:00~15:00

対 小学校1年生~6年生

定 20人(先着順) **費** 2,400円

持 運動しやすい服、室内シューズ

場 **申** 参加費を添えて体育センター(☎593-2511)へ申込み。

(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5500円(事前にご予約下さい)

高橋徹総合法律事務所

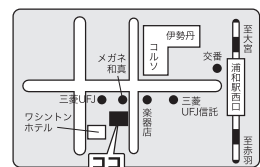
北本市商工会会員 弁護士 高橋徹

☎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



遺産相続	遺言書作成、遺産分割協議、遺留分等
離婚問題	慰謝料、財産分与、養育費、年金分割等
成年後見	高齢者の財産管理、後見人・保佐人等
労働問題	解雇、残業代、セクハラ、パワハラ等
不動産	売買・賃貸の諸問題、マンション管理等
債権回収	売買代金・請負代金・貸付金の請求等
中小企業	契約書作成、取引トラブル、顧問契約等



スポーツ

ノルディックウォーキング
体験教室

2本のポール(杖)を使って歩くノルディックウォーキングは、世界で最初に高齢化社会を迎えたフィンランドで生活習慣改善の必要性から始まりました。歩行能力を向上させるトレーニングであり、効果的で安全な有酸素運動です。

時 2月20日(土)9:30~12:00

受付9:10

場 体育センター 費 無料

対 市内在住・在勤の中学生以上の
人60人

持 運動できる服、室内用シューズ、
飲み物、タオル

申 2月10日(水)までに生涯学習課
(☎594-5568)へ電話。

問 北本市スポーツ推進委員連絡協
議会(飯塚☎080-5542-0480)

フロッカー教室

屋内で楽しむカーリングです。誰でも気軽に参加できます。

時 2月20日(土)13:30~16:00

受付13:10

場 体育センター 費 無料

対 市内在住・在勤の小学生以上の
人60人

持 運動できる服、室内用シューズ、
飲み物、タオル

申 2月10日(水)までに生涯学習課

(☎594-5568)へ電話。

問 北本市スポーツ推進委員連絡協
議会(飯塚☎080-5542-0480)

第29回北本市ミックス
ダブルス大会(テニス)

時 3月7日(日)受付8:20、試合開
始8:30※予備日は3月14日(日)。

場 総合公園 費 2,000円

内 試合方式はトーナメント、1
セットマッチ6-6タイブレー
ク(場合によっては変更有)。セ
ルフジャッジ。その他は日本テ
ニス協会規定に準じます。

参加資格 ペアのどちらか1人が
市内在住・在勤・在学の人、ま
たは協会加盟団体加入者。※本
大会優勝者は同一ペアでの参加
は不可。

申 2月19日(金)までに総合公園
へ。クラブ加入者は各クラブ代
表者まで。

他 新型コロナウイルス感染予防対
策を講じて実施します。

問 北本市テニス協会
(坂井☎080-5019-5573)

雨天連絡先

(小川☎090-9805-2809)

主催 北本市テニス協会

後援 北本市スポーツ協会

総合公園テニス教室

◆成人・硬式

時 ① 2月19日・26日・3月5日・
12日の金曜日10:00~11:30

② 同日13:30~15:00

〈広告〉

対 テニス歴に関わらず基礎を身
に付けたい人

費 5,500円

◆ジュニア・硬式

時 2月13日・20日・27日、3月
6日の土曜日16:00~17:00

対 小学2年生から6年生までの
未経験者と1年未満の経験者

費 4,400円 定 各回8人

講 北本総合公園契約コーチ
(先着順、最低催行人数2人)

他 雨天中止の場合は1週ずつ延期。
過去のテニス教室参加者は参加
できません。

場 申 問 2月6日(土)9:30から申込
書に講習料費用を添えて総合公
園(☎592-4050)へ直接。

北本総合公園
グラウンドゴルフ大会

時 3月17日(水)

受付13:00、開会式13:30

※雨天の場合18日(木)に延期

内 32ホールストロークプレイクラ
ブ・ボールは各自所有の物を使
用(貸出しも有り)

対 市内在住者

定 32チーム(1チーム5人、申込
みは必ず5人1組)

費 1,000円/1チーム(5人)

申 詳細は総合公園で配布する実施
要項をご確認ください。

場 問 総合公園(☎592-4050)

共催 北本市都市公園指定管理者
北本市グラウンドゴルフ協会

協賛 グリコピアイースト

レディースプラン 28万円

男の旅立ち 29万円

祭壇・会館使用料・霊安室無料!!

返礼品 2割引!!

プラザオオノ

365日24時間受付

0120-33-7475



健康豆知識第100回

「歯ぎしりについて」

『家族に歯ぎしりがうるさくて眠れないと言われる』

基本的に自分で気付くというより、周りの人に指摘されることで初めて歯ぎしりをしていることを知る人がほとんどかもしれません。ようするに無意識にしているということです。

ではそもそもなぜ起こるのでしょうか？ 実は原因はまだ明確にわかってはいませんが、ストレスや歯並びの乱れ、咬み合わせの不良など、子供では永久歯と乳歯の生え変わり時期に起こる不快感などが関係しているとも言われています。寝ているときにだけしているようなイメージもありますが、何かに集中していたり運動しているときなどにも起こります。

種類としては

- ① グラインディング(歯ぎしり) 上下の歯をギリギリ擦り合わせる癖
 - ② フレンチング(食いしばり) 上下の歯を強く咬み合わせる癖
 - ③ タッピング 上下の歯をカチカチと咬み合わせる癖
- などがあります。

歯ぎしりをすることでどういう悪影響があるかと言うと、まず歯の咬み合う面がすり減っていきます。歯がすり減ってしまうほどの力がかかってくるので歯を支える歯肉や骨にも負担がとてかかり歯周病も悪化することもあります。知覚過敏や顎関節症、頭痛、肩こりの原因になることもあります。骨隆起というコブのような硬いふくらみが口の中にできることもあります。寝ているときの歯ぎしりは無意識でおこなってしまうことなので、自分の意志で止めることはできませんのでマウスピース(スプリント)をつけて寝ることで悪影響を緩和させていく治療が必要となります。気になる方は一度歯科医院で診てもらいましょう。

(一社)北足立歯科医師会



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 **#7119番、#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、048-824-4199、048-833-7911へおかけください。

相談時間 24時間365日

平日の夜間、お父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中央域消防本部へ

☎ **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

電話番号 **#7119番**

(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 24時間365日

休日診療(当番医)

診療時間 9:00～17:00(時間厳守)

2月8日～3月7日

月日	地区	医療機関名	科目	電話
2/11 (木・祝)	北本	よしだ整形外科内科	整・内・リハ ・皮・リウ	590-5720
	伊奈	伊奈 ent クリニック	耳・アレ	048-724-1133
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022
2/14 (日)	北本	いなぎ ent クリニック	耳・気・放 ・形・外	593-4567
	桶川	おかべ耳鼻咽喉科医院	耳	048-772-3492
	伊奈	伊奈病院	内・外	048-721-3692
2/21 (日)	北本	林田内科医院	内・小・循・消 ・リハ	592-7711
	桶川	蔵田医院	内	048-771-1446
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022

月日	地区	医療機関名	科目	電話
2/23 (火・祝)	北本	北本心ノ診療所	心内・精	598-7573
	桶川	神崎皮フ科クリニック	皮	048-778-3911
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022
2/28 (日)	北本	遠井クリニック	内・小・循	591-2109
	桶川	桶川駅前こどもクリニック	小	048-789-3222
	伊奈	伊奈病院	内・外	048-721-3692
3/7 (日)	北本	吉田医院	内	591-2200
	桶川	桶川西口クリニック	内・外・小	048-789-5777
	桶川	埼玉県中央病院	内・外	048-776-0022

- 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、健康保険証をお持ちください。

埼玉県救急医療情報センター

[24時間] ☎ **#7119番** ☎ **048-824-4199**

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。

場所・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

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

まちの話題

掲示板

- 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、実施日程などを変更する場合があります。
- 咳や発熱など症状がみられる場合は、健(検)診受診をお控えください。

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	<p>内心の健康に不安があり、受診した方がよいか悩んでいる人等の相談に応じます。</p> <p>対市内在住の人で本人またはその家族(治療中の方はご遠慮ください)</p>	3月10日(水) 9:30~11:00	市役所	<p>定3人</p> <p>費無料</p> <p>講相談員 岡本浩之さん(精神科医)</p> <p>申3月8日(月)までに健康づくり課へ。</p>

母子保健のご案内



※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。

事業名	内容・対象者	日程	場所	受付時間・その他
乳児健診	<p>内心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査</p> <p>対令和2年10月生まれのお子さん</p>	東側 2月25日(木)	保健センター	<p>時1日~15日生まれのお子さんは13:10~13:40 16日~末日生まれのお子さんは13:40~14:10</p> <p>持母子健康手帳、健康診査票、バスタオル</p> <p>申対象児以外は健康づくり課へ。</p> <p>他離乳食の調理講習は中止です。</p>
		西側 2月26日(金)	母子健康センター	
1歳6か月児健診	<p>内内科健診、歯科健診等</p> <p>対令和元年7月生まれのお子さん</p>	東側 2月15日(月)	保健センター	<p>時1日~15日生まれのお子さんは13:10~13:40 16日~末日生まれのお子さんは13:40~14:10</p> <p>持母子健康手帳、健康診査票、バスタオル</p> <p>申対象児以外は健康づくり課へ。</p> <p>他歯ブラシを使用した歯科指導は中止しています。</p>
		西側 2月16日(火)	母子健康センター	
3歳児健診	<p>内内科健診、歯科健診、尿検査等</p> <p>対東側地区で平成29年12月・平成30年1月生まれのお子さん</p>	東側 2月9日(火)	保健センター	<p>時12月生まれのお子さんは13:10~13:40 1月生まれのお子さんは13:40~14:10</p> <p>持母子健康手帳、健康診査票、バスタオル、目と耳のアンケート、早朝尿</p> <p>申対象児以外は健康づくり課へ。</p>
9か月児育児相談	<p>内身長・体重測定、運動発達の相談、離乳完了期の栄養相談、育児の心配ごと相談等</p> <p>対令和2年5月生まれのおさんがいる母親または家族</p>	東側 3月1日(月)	保健センター	<p>時1~15日生まれのお子さんは10:00~10:25 16日~末日生まれのお子さんは10:25~10:45</p> <p>持母子健康手帳、バスタオル、9か月または10か月児健康相談票</p>
		西側 3月2日(火)	母子健康センター	
フッ素塗布	<p>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</p>	2月25日(木)	文化センター	<p>時初めのお子さんは13:20~13:50 2回目以降のお子さんは13:50~14:20</p> <p>費1回あたり1,430円</p> <p>持歯ブラシ、母子健康手帳、タオル</p> <p>申当日直接会場へ。</p> <p>※2回目以降は6か月以上間隔をあけてください。</p>
乳幼児育児相談	<p>内身体・体重測定、保健師による発達の観察、育児相談、栄養士による食事の相談</p> <p>対0~3歳未満のおさんがいる母親または家族で希望する人</p>	3月2日(火)	母子健康センター	<p>時13:30~14:30</p> <p>持母子健康手帳、バスタオル</p> <p>申予約制。健康づくり課へ電話、直接またはQRコードから。</p>
プレママセミナー	<p>内妊娠中の栄養・生活、赤ちゃんとの暮らしについて</p> <p>対妊娠27週までの妊婦や家族で希望する人</p>	2月17日(水)	市役所	<p>時10:00~12:00</p> <p>持母子健康手帳</p> <p>申2月12日(金)までに健康づくり課へ電話または直接。</p>
プレママ・プレパパセミナー	<p>内出産の準備(呼吸法等)、赤ちゃんのお風呂の入れ方(実習)</p> <p>対妊娠28週以降の妊婦、父親になる人、家族で希望する人</p>	2月13日(土)	母子健康センター	<p>時9:30~12:00</p> <p>持母子健康手帳</p> <p>申2月8日(月)までに健康づくり課へ直接または電話。</p>



暮らしとこころの総合相談会

「借金・多重債務・生活・失業相談」
「こころの相談」専門家に話してみませんか？

時 3月17日(水)14:00~18:00

場 市役所 費 無料

内 弁護士、司法書士、社会福祉士、精神保健福祉士、保健師による相談会

申 2月17日(水)から北本市暮らしとこころの総合相談会委託事務局(夜明けの会☎048-774-2862)へ。

※土・日曜日、祝日を除く10:00~17:00

予防接種のお知らせ

◆新小学1年生のお子さんの保護者の方へ 予防接種はお済みですか？

麻しん(はしか)・風しん混合ワクチンの2回目を幼稚園や保育園の年長の年(小学校入学前年度)の3月31日(水)までに接種してください。麻しん(はしか)と風しんをそれぞれ接種することもできます。

接種が済んでいるかどうか母子健康手帳でご確認ください。

接種の際には、母子健康手帳と予診票が必要です。



◆成人肺炎球菌の定期予防接種実施期限が迫っています！

対象者	①令和2年度中に、以下の各年齢になる人 65歳(昭和30年4月2日生~昭和31年4月1日生) 70歳(昭和25年4月2日生~昭和26年4月1日生) 75歳(昭和20年4月2日生~昭和21年4月1日生) 80歳(昭和15年4月2日生~昭和16年4月1日生) 85歳(昭和10年4月2日生~昭和11年4月1日生) 90歳(昭和5年4月2日生~昭和6年4月1日生) 95歳(大正14年4月2日生~大正15年4月1日生) 100歳(大正9年4月2日生~大正10年4月1日生) ②60~64歳で、心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能で身体障害者手帳1級の人 ※ただし、①・②ともに、 <u>今までに肺炎球菌予防接種を受けたことがある人は対象となりません。</u>	
費用	2,500円	
接種場所	市と契約を結んでいる医療機関 (健康づくり課保健予防担当へお問い合わせまたは市ホームページをご確認ください)	
接種期限	3月31日(水)まで ※①の人は、4月1日以降は対象となりません。	
その他	接種の際は、事前に医療機関へ予約が必要となります。	

問 健康づくり課保健予防担当 (☎594-5544)

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。
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。



北本市子育て支援センター



講習会「ルーシーダットン講座(タイ古式エクササイズ)」

- 時 2月25日(木)10:30～11:30(開場10:15～)
講 ルーシーダットンインストラクター 星野里香さん
対 市内在住の0歳～就学前までのお子さんと保護者
定 10組(先着順) 持 飲み物
申 2月12日(金)9:30～電話または直接。

音遊びの日 時 2月24日(水)11:15～11:30

2月の年齢別ひろば 10:30～11:30

- ・くじらぺんぎんひろば 第1水曜日
(平成31年4月1日以前の生まれ)
- ・めだかひろば 第2水曜日
(平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ)
- ・ねんねひろば 第3水曜日
(令和2年4月2日以降生まれ)

手作りおもちゃ 時 3月11日(木)10:30～11:30(開場10:15)

- 講 支援センタースタッフ 持 飲み物
対 定 0歳～就学前までのお子さんと保護者7組(先着順)
申 2月22日(月)9:30～電話または直接。

手形 時 3月1日(月)10:00～12:00/13:00～15:00

ひなまつり 時 3月2日(火)11:30～11:45

お誕生日会 時 3月4日(木)10:00～12:00/13:00～15:00

Coccoひろば



※2月1日(月)～6日(土)まで休止します。

子育て応援講座「言葉はまほう」

- 時 2月25日(木)11:00～11:45(受付10:45～)
対 定 未就園児のお子さんとその保護者5組 費 無料
講 瀧澤菜穂子さん(保育士・埼玉県家庭教育アドバイザー)
申 2月8日(月)～16日(火)に電話または直接。応募者多数
の場合は抽選。抽選結果は17日(水)までに電話で連絡。

2月のひろば企画 定 午前・午後とも5組10人程度

- ・わいわいデー 16日(火)「毛糸で作るおもちゃ」11:00頃
- ・すくすくデー 18日(木)・20日(土)
手形をとってカードを作ります。身長・体重も測れます。
午前は11:30、午後は14:30までにお越しください
- ・ひろばデビューの日 9日(火)
スタッフが初めての参加をサポートします。

北本市北本駅子育て支援センター



2月ひろば ～ひな祭り製作～

- ・ねんねひろば(0歳のお子さんと保護者)
第2火曜日11:00～11:30
- ・よちよちひろば(1歳のお子さんと保護者)
第3火曜日11:00～11:30
- ・てくてくひろば(2歳以上のお子さんと保護者)
第4火曜日11:00～11:30

2月育児講座「子どもの病気・予防と看護」

- 時 2月18日(木)10:30～11:30(開場10:15)
講 小児救急看護認定看護師 川村順子さん
対 定 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者10組
申 2月8日(月)～15日(月)に電話または直接。応募者多
数の場合抽選。当選者のみ16日(火)に電話で連絡。

3月育児講座「離乳食から卒乳まで」

- 時 3月12日(金)10:30～11:30(開場10:15)
講 管理栄養士 岩崎澄世さん 持 母子手帳
対 定 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者10組
申 3月1日(月)～9日(火)に電話または直接。応募者多
数の場合抽選。当選者のみ10日(水)に電話で連絡。

誕生会「大きくなったね」

- 時 2月26日(金)11:00～11:30(2月生まれのお友達は手形
または足形を取るのので10:30までに来てね)

中丸保育園子育て支援センター



おしたくボード作り 時 2月26日(金)10:30～(受付10:00～)

- 内 ホワイトボードとマグネットシートでオリジナルのお
したくボードを作ります。就園、就学準備にぴったり。
対 定 就学前までのお子さんとその保護者7組 費 200円

Coccoひろば

☎592-4039・FAX 593-2035

- 時 火、木、土曜日10:00～12:00、13:00～15:00 場 コープみらいコー
プ北本店3階 対 0歳～就学前のお子さん^と保護者、妊婦さんと
そのご家族 申 問 2月6日(土)までは電話のみ。2月8日(月)
以降は電話または窓口。

中丸保育園子育て支援センター ☎592-5615・FAX 592-9386

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

北本市子育て支援センター ☎590-7676・FAX 590-7677

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

北本市北本駅子育て支援センター ☎592-9961・FAX 501-2766

- 時 月～金曜日9:00～17:00(祝日を除く) 場 北本駅西口ビル2階
対 0歳～就学前のお子さん^と保護者、妊娠中の人

児童館

☎598-7643・FAX 598-4786

- 時 月～金曜日9:00～17:00(祝日を除く) 場 児童館2階(乳幼児室)
対 0歳～就学前のお子さん^と保護者、妊娠中の人

児童館の催し

問 児童館 (☎598-7643)

北本市立児童館

検索

QRコード
をチェック



イベント	対象・定員	日時	内容
開始30分前より参加券配布			
お誕生会	2月生まれの0歳～3歳とその保護者7組(先着順)	2月15日(月)10:30～11:00	ハートのフォトブースでの記念撮影と手形をとって、お子さんの成長をお祝いしましょう
ママの輪	0歳の乳児とその保護者8組(先着順)	2月10日(水)10:00～10:45	ふれあい遊びや、おしゃべりを楽しみましょう はじめての人もお待ちしております
つくってみよう (20分程度の簡単な工作)	全来館者12人(先着順)	2月13日(土)15:30～16:30	「パットクジャク」を作ります
申込み不要			
けん玉クラブ(希望者は検定実施)	6歳以上7人(先着順)	2月21日(日)15:15～16:00	検定に合格して名人になろう
チャレンジ (しんぶんやりなげ)	全来館者	全日(けん玉の日除く) 15:30～17:00	自分の記録にチャレンジしよう
2月22日(月)10:00～申込受付 電話可			
栄養相談	乳幼児とその保護者4組(先着順)	3月5日(金)9:00～11:00	栄養士による栄養、食育相談
3月の予定			
3月1日(月)10:00～申込受付 電話可			
育児相談(1人30分程度)	乳幼児とその保護者3組(先着順)	3月22日(月)9:30～11:00	子育てに関する相談等、お話ししましょう
育児講座(リトミック)	乳幼児とその保護者10組(先着順)	3月16日(火)10:00～11:00	リズムに合わせてからだを動かしましょう
申込み不要			
今月の壁面製作(たんぽぽ)	乳幼児とその保護者10組(先着順)	3月3日(水)9:30～11:00	作品をつくってお家に飾りましょう
はかってみよう	乳幼児とその保護者	3月8日(月)9:00～11:00	お子さんの成長記録を残しましょう

こども図書館の催し

問 こども図書館
(☎598-7642・FAX598-4785)

北本市立こども図書館

検索

QRコード
をチェック



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 ※3月末までお休み	すきな時に、好きな本や紙芝居を職員が読みきかせします。「この本読んで!」いつでも声をかけてください。
毎週のおはなし会(3月末までお休みです)			
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、親子でたのしみ会
おはなし会	ひとりで聞ける子 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～	ひとりで聞ける子向けの絵本の読みきかせ、紙芝居、パペットなど

※おはなし会 各回 約30分 ※おはなし会に参加したらスタンプを押してね! スタンプ4個で北本市立こども図書館特製シールを1枚さしあげます!
 ※毎日の読みきかせ、毎週のおはなし会も行っています。
 ※第2土曜日と第4金曜日のおはなし会は、北本子どもの本を楽しむ会、北本市子ども文庫連絡会との協働おはなし会です。
 ※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、3月末までの行事・おはなし会・フロアでの読みきかせはお休みの予定です。

こども図書館の特別休館日のお知らせ	
2月22日(月)	図書館システム点検のため休館になります。当日は、図書館ホームページの利用照会・蔵書検索等も利用できません。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。



各種相談案内

※状況により内容を変更する場合があります
※相談日が祝日のときはお休みです

相談日

2月8日～3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)	2月24日(水) 10:00～12:00	市役所 市民課相談室	市民課市民相談担当 (☎594-5529)
法律相談(予約制)	弁護士 毎週水曜日 司法書士 第2・3金曜日 13:30～16:20		
市民相談	毎週月～金曜日 9:00～12:00、13:00～16:00		
消費生活相談・多重債務相談	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(予約制)	2月8日(月)・17日(水)、3月3日(水) 10:00～16:00(1人50分)	人権推進課人権推進・男女共同参画担当 (☎594-5506)	
教育相談	毎週月～金曜日 8:30～16:30	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)		子育て支援課児童相談担当(☎511-7702)	
緑のなんでも相談	3月1日(月)10:00～12:00	総合公園(☎592-4050)	
心配ごと相談(予約制)	2月17日(水)、3月3日(水) 9:30～11:30	総合福祉センター	社会福祉協議会(☎593-2961)
結婚相談(予約制)	2月20日(土)、3月2日(火) 13:30～15:30		
ボランティア相談	2月19日(金)、3月6日(土)10:00～12:00		
内職相談(予約不要)	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	2月13日(土) 9:00～12:00	市役所相談室	産業観光課商工労政・観光担当 (☎594-5530)
職業相談・雇用相談(予約制)	毎週水・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	住宅増改築相談の当日の問合せは(☎591-1111)

※1月号22ページで結婚相談の開催日として2月3日(水)を記載していましたが、2月3日(水)に相談は行いません。お詫びして訂正します。

暮らしの110番

北本市消費生活相談あれこれ⑩

■メールで相談に乗るだけで稼げる副業サイトに注意

インターネットで簡単にできる副業を検索して、短時間でも可能な副業を紹介してくれるサイトを見つけて登録した。登録後すぐに「家族のことで相談に乗ってもらえれば報酬を支払います」とのメッセージがSNSに届いた。報酬は別のサイトを通じて支払うので、すぐに登録するよう勧められた。サイトへの登録は無料だったが、報酬の振込口座を登録するには、サイトのポイントを購入する必要があり、相談相手から手続きにかかった費用は、報酬と一緒に後で振込むと言われていたので、5,000円をクレジットカードで支払った。その後も指示された通りにサイトとやり取りを行う中で、入力エラー、情報が文字化け、セキュリティ認証設定等の様々な手続きが必要になり、そのたびにクレジットカードで支払ったが、一向に報酬を受け取ることができなかった。騙されたのだからとの相談がAさんから寄せられました。

報酬を支払うと言って、サイトのポイントを購入させるのが相手の目的です。クレジットカード、電子マネー、現金振込等支払い方法も様々です。一旦支払ってしまったお金を取り戻すことは簡単ではありません。このようなサイトでやり取りを始めると、今まで支払ったポイント代を取り戻したい気持ち

が強くなり、なかなかやめることができなくなりますが、いくらポイントを支払ってもお金を受け取ることはできません。「おかしい」と思ったらすぐにサイトの利用を中止してください。サイトとのメールの履歴を保全し、北本市消費生活センターに相談してください。

新型コロナウイルスの影響で、副業や在宅ワークを探している人も多いと思いますが、話を聞くだけで高額な報酬が支払われたり、気づ知らずの他人から資産を譲渡されるようなことはありません。お困りの時は北本市消費生活センターに相談してください。

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
※土・日曜日、祝日は局番なしの☎188へ(年末年始を除く)
- 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」(☎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112号

問くらし安全課交通・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！



特殊詐欺被害状況

区分	オレオレ詐欺	預貯金詐欺	架空請求詐欺	融資保証詐欺
件数	3件	3件	1件	1件
被害額	8,400,000円	2,250,000円	3,094,000円	3,233,086円
区分	還付金詐欺	キャッシュカード詐欺	その他特殊詐欺	合計
件数	5件	2件	0件	15件
被害額	11,667,420円	2,500,000円	0円	31,144,506円

※表の数値は、埼玉県警察発表の暫定値です。

特殊詐欺の被害が発生しています！

特殊詐欺は、令和2年1月～10月末で15件、被害額は約3,110万円で、昨年同期と比較すると、被害件数は、5件増加、被害総額は、約2,500万円増加しています。
詐欺の手口

最近では、警察官、金融機関職員、百貨店社員を騙ってキャッシュカードや現金を騙し取るという手口が増えています。

自転車盗に要注意！

市内の令和2年10月末までの刑法犯認知件数は、296件(前年同期比-47件、減少率13.7%)と減少していますが、自転車盗が55件と多発しています。盗難被害に遭った自転車の多くが施錠されていませんでした。短時間の駐輪でも、鍵をかけましょう。



「未来へ」
みちのこ 岸 三千彦さん



「りんご」
かざま まさかつ 風間 正勝さん



「ひと夏の夢」
工藤 秀樹さん



「庭で咲きました」
福島 孝子さん

北本デジタル写真クラブ

日曜水絵クラブ

せせらぎ短歌会

コロナ禍に北海道ツアに申し込む
期待と不安もごもありて
はじめてのデートの後は麦蕎麦処
左利き恥じ箸持ちざりき
大塚 鶴子

いつ咲いていつ散ったかを思いおり
杉浦 寛子

令和二年の今年の桜
高橋美智子

在りし日に偶然出あいスパーに
鈴木 友子

もしや恩師と似し人を追いぬ
成塚 伸子

たらい船三人乗りし絵皿出ず
我を残して黄泉に渡りぬ



「小・高交流(KISEPまなびあい)事業」を実施！

中丸小学校児童と北本高等学校生徒による小・高交流事業(KISEPまなびあい)が行われました。あいさつ運動では、交通量の多い地点に高校生が立ち、あいさつを交わすだけでなく小学生の安全を見守りました。また、高校生が小学校の担任の先生の補助として、授業へ参加しました。今年度は、交流事業を精選し、規模を縮小しての実施となりました。児童は学習や活動に対する興味・関心・意欲を高め、高校生は社会参加意識やボランティア意識を高めることができました。

きたもと掲示板

新型コロナウイルス感染症により、掲載記事の内容が変更になる場合があります。

開催

日曜水絵クラブ水彩画展

時 3月9日(火)～14日(日)
9:00～17:00
※初日は13:00から、最終日は16:00まで
場 文化センター
費 無料
問 日曜水絵クラブ(鈴木 ☎592-3916)

アコロハ☆フェスタ#17
アコースティック&ハワイアンライブ

時 2月21日(日) 12:00～15:30
場 勤労福祉センター **費** 入場無料
内 ゲスト:「TORA」
問 アコースティックライブ
(奥田 ☎090-3503-7776)

募集

東京大会48チーム中3位!
北本トマトクラブ(クップチーム)

時 毎週月・火・木・土曜日 13:00～
場 北本緑地公園およびとまちゃん公園
内 クップは誰でもできるスポーツなのでぜひ参加してください。
費 無料
問 北本トマトクラブ
(猿谷 ☎591-7270)

「大正琴」初心者優先 神秘的・
魅惑的な音色を楽しみませんか

時 毎週火曜日13:15～14:45
場 野外活動センター
内 童謡・唱歌から「合奏」まで楽しめます。体験楽器4台あり。
費 400円 入会金0円 会費月額2000

円/月4回

持 大正琴一式、マスク、アルコール、筆記用具、チューナー等
問 北本アルペンローゼ
(加治 ☎090-2174-2966)



インプラス株式会社が無償で作成

きたもと掲示板掲載規定(一部抜粋)

- 1 掲載できるもの
 - ・開催や募集の日が掲載を希望する広報きたもと発行月の1日から1週間以上あいているもの。
 - ・開催について、以前に同一内容の掲載を行っていないもの。
 - ・やむをえない場合を除き、問合せ先が北本市民となっているもの。
 - ・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。
 - 2 掲載依頼注意点
 - ・掲載に内容に関する責任は、当事者でお願いします。
 - ・会員募集は、1団体につき同一年度に1回までの掲載になります。
 - ・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。
 - ・すべての基準に適合しても、紙面の都合で掲載できない場合があります。
 - 4 申込み・原稿の締め切り
 - ・掲載を希望する広報きたもとの発行前々月の25日までに提出してください。
*締切日を過ぎたものは受け付けません。
 - 5 掲載できないもの
 - ・営利、宗教、政治にかかわるもの。
- 問** 市長公室シティプロモーション・広報担当(☎594-5505)



令和3年北本市成人式が開催

1月10日、北本市役所みどりの広場周辺で令和3年北本市成人式が開催されました。

当日は、新型コロナウイルス感染症の拡大状況を考慮し、文化センターホールから、密を避けた屋外での実施となりました。出身中学校ごとに開始時間を13:30と15:00の2部制に分け、また、会場の様子をYouTubeでライブ配信することで、オンラインでも会場の様子を確認できる新しい生活様式に対応した成人式となりました。

色鮮やかな振袖やスーツ等に身を包み、マスクを着用した新成人は、成人式実行委員が制作した先生方からのビデオレターを見て、当時を懐かしんだり、当日会場で会った友人と一緒に写真を撮ったりして再会を喜んでいました。



「&green 暮らしの学校」と「きたもとで考えるマーケットの学校」開校中！

● &green 暮らしの学校

北本の市街地に残る貴重な雑木林（南小学校前）をメイン会場に、第1回目（令和2年10月24日開催）は、雑木林の落葉堆肥を、野菜栽培に活用することで循環型農業に取り組んでいる「いとうふぁーむ」さんと、さつまいもの収穫体験を行いました。第2回目は雑木林と共にあった昔ながらの農家の暮らしを、落葉堆肥づくりと薪づくりを通して体験しました。各回、体験のあとは、雑木林で北本市出身の管理栄養士「GOHAN-MAYU」さんの、地元野菜を使った旬の賄いご飯を味わいました。



● マーケットの学校

北本市では、「緑の森めぐり」や「秋の収穫祭」、きたもと朝市といった様々なマーケットが開催されています。こうしたマーケットは、単なる売り買いの場としてだけでなく、まちの自然や農産物の魅力を知れたり、創業支援の場となったり、地域で活動している人たちが繋がる場としてとても重要です。そんなマーケット開催の価値を改めてみんなで考え、実習を行う「きたもとで考えるマーケットの学校」。9月から5回の講義編を経て、12月12日にマーケットの学校実習編－芝生広場で朝ごはん－を開催しました。当日は、天候にも恵まれ、芝生広場では多くの方が滞在し、思い思いに過ごしていました。



「LINE でみどりと暮らしの魅力やイベント情報発信中！」

LINE でみどりと暮らしの魅力や「&green 暮らしの学校」や「マーケットの学校」などのイベント情報を伝える LINE アカウント【&green fan club（アンドグリーンファンクラブ）】を11月に開設しました！LINE 登録者限定プレゼント企画なども実施予定。是非ご登録ください！

問 市長公室シティプロモーション・広報担当(☎511-9119)



お知らせ

1

北本の魅力を発信！市民リポーター募集

市の様々な魅力(市内のイベント、身近なまちの話題、地域活動等)をボランティアで取材し、記事を書いていただける市民リポーターを随時募集しています。記事は、広報きたもと・市ホームページ・各ソーシャルメディアに掲載します。

詳しくは、市ホームページでご確認、または市長公室シティプロモーション・広報担当(☎594-5505)へご連絡ください。



お知らせ

2

広聴アンケート用のプレゼント提供事業者を募集

市が行う広聴アンケートへの回答者に、抽選で商品等をプレゼントしています。そのプレゼント商品またはサービス等を提供いただける事業者を募集しています。提供いただいた事業者は、アンケート媒体・広報きたもと・市ホームページでご紹介させていただきます。

また、プレゼントは当選者が来店して受け取るため、お店に来ていただくきっかけづくりにもなりますので、ぜひご応募ください!

☑市内の事業者

■プレゼント内容

市内事業者で提供している商品またはサービス(レストランのメニュー等)。当選人数10人程度かつ1人1,000円程度の商品とする。

☑市ホームページに掲載の申込書を市長公室シティプロモーション・広報担当(☎594-5505)へ提出してください。



お知らせ

3

市の施設等で広報きたもとが受け取れます

「広報きたもと」は、市内の公共施設のほか、ご協力いただいている金融機関や事業所等にも配架しています。お近くにお立ち寄りの際は、ぜひご利用ください(部数に限りがあります)。

また、市ホームページでも「広報きたもと」を閲覧することができます。

※下記の配架施設は1月19日時点の情報です。最新の情報は市ホームページをご覧ください。

☑市長公室シティプロモーション・広報担当(☎594-5505)



広報きたもと配布箇所	住所
北本市役所 (1階市政情報コーナー)	本町1丁目111
文化センター	本町1丁目2-1
中央図書館	本町1丁目2-1
中丸公民館	中丸10丁目419
学習センター	栄13番地
コミュニティセンター	本町8丁目156番地3
西部公民館	荒井3丁目95番地
勤労福祉センター	宮内1丁目120番地
東部公民館	本宿2丁目33番地
北部公民館	深井4丁目155番地

広報きたもと配布箇所	住所
南部公民館	二ツ家1丁目127番地
北本駅(改札内・外)	
武蔵野銀行北本支店	中央3-64
東和銀行北本支店	中央1-66-2
埼玉縣信用金庫北本支店	北本2-1
JAさいたま北本中丸支店	北本1丁目90
ザ・セレクトン北本駅前	北本1-45
北本市観光協会	西高尾1-249
&green CAFE	深井7-256
総合公園管理事務所	古市場1-167

突撃! 市民リポーター



どんぐりパン工房の店主さん



フレンチトーストにした自家製酵母の
パンプキン食パン



クッキーもあります!

どんぐりパン工房

皆さんこんにちは!今回は私のオススメのお店「どんぐりパン工房」さんをご紹介します!!自家製の天然酵母・こだわりの北海道産小麦・無添加の自然素材の手造りパン屋さんです。まずは、販売している場所と時間をご紹介します。

- ①北本石戸 毎週土曜日11:00~12:30
- ②南団地 毎週土曜日9:30~10:30
- ③北本駅西口広場 毎週月曜日10:15~11:45

駅前のコインパーキングは30分まで無料です。10時半に駅前に着くとすでに売り切れの商品が…!ですが、一番人気の『自家製の天然酵母 ニューヨークスティック』は、ラスト1個を無事にゲット!私好みの木の実がゴロゴロ入っています。私は焼かずにそのまま食べます。アーモンド、クルミ、ピーカンナッツ、マカダミアナッツ、レーズン、クランベリー、イチジクなどが練りこまれていて、噛めば噛むほど木の実が香ばしい!こちらの商品は人気商品なのでおひとり様1個まで。多くのお客さんにこのゴロゴロナッツを味わってもらいたい~。そして『クリームぱん』は、角切りリング入りで底はクッ



市民リポーター 小宮山 菜津美さん

キー生地でカリカリして新食感!『自家製酵母のパンプキン食パン』は、お店の方がお客さんから聞いたオススメの食べ方があるとの情報をゲット!それはフレンチトーストにするんですって。そのままいただく、ほんのリカボチャ感が感じられるのでカボチャが苦手な人でも食べやすい!また、豆乳と卵を混ぜた液に漬けてフレンチトーストにしたところ、とてもおしゃれな朝食になりました。クッキーは5枚入りで、チョコと抹茶の2種類を購入。袋を開けると抹茶の香りが広がり、香りだけですでに美味しい!我が家では大人は抹茶クッキー派・子どもたちはチョコクッキー派に分かれます。ローストココナッツ入りで香ばしく、厚めのクッキーで食べ応えがありますよ。気になった方は是非どんぐりパン工房へ足を運んでみてください。笑顔が素敵で気さくな店主さんに会えるし、美味しいものを食べて心もお腹も満たされて笑顔になりますよ!

12月から
市民リポーターに
新加入!



市民リポーター 岩倉 菜々子さん

北本の貝や。

初めまして!今月から市民リポーターに就任しました岩倉です。よろしくお願ひします。

わたしのおすすめスポットとして「北本の貝や。」さんをご紹介します。お店で提供している貝は全国100人以上の漁師さんから直に仕入れをしており、味のピークを迎えたおいしい貝が海のない埼玉県で食べられます。

店内には、手指の消毒をしてから入り、テーブルとテーブルの間も広めで、換気もしていますので、安心して食事を取ることができます。

今回は蒸し牡蠣、カキフライ、貝出汁茶漬などをいただきました。席で蒸す大ぶりの牡蠣はぶるんぶるんで磯の香りが口いっぱい広がります。

新鮮で、たくさん食べられるほど癖の

ないおいしさでした。また、サクサクのカキフライは揚げたてで、かなりボリュームですので、とてもおすすめです。

私はデザートにかち割りのキウイソーをいただきました。ゴロゴロの冷凍キウイがジョッキいっぱいに入っていて、スプーンでつぶしながら飲むので、アルコールが苦手な人でもおいしく飲めると思っています。

コロナ禍の中ですので、私もアルコールはほどほどに、食事中は会話を控えてお料理の味をじっくり楽しみました。

二ツ家交差点からすぐのところにお店があり、土日は12:00からランチ営業もやっていますので、行ってみてください!!

また公式、オンラインショップでおうち時間を充実させるのにぴったりな牡蠣や海鮮3種のセットが購入できるので、こちらもぜひチェックしてみてください!!

住所: 北本市二ツ家3丁目113

電話: 594-8670



公式食べログ



公式オンラインショップ



大きな蒸し牡蠣



サクサクのカキフライ



テーブル間も広めで安心!

詳しくは市ホームページへ「市民リポーター」で検索!

目標金額
200万円

使い道：北本団地
空き店舗の改装、
備品購入

2

地域を諦めないために。北本団地商店街に、子どもたちや若者が活躍できる居場所を作りたい。

(地元若者が挑む 全国初 住宅付店舗のMUJI×URによる地域活性化事業)

プロジェクトのリーダーをしています、吉川です。北本団地出身です。

北本団地について

1971年に誕生した北本団地は、今年で築50年、半世紀を迎えます。長い間北本の暮らしを支えてきた北本団地ですが、現在、様々な社会課題を抱えています。非常に高い高齢化率、それに伴う少子化と高層階の空室化などです。団地中心地にある北本団地商店街は、シャッター商店街化しており、昼間や休日でも人の姿はまばら。昔と比べて寂しい景色になってしまっています。

賑わいを生むために、商店街に子どもや

若者の居場所を作る

今回、そんな北本団地に賑わいを取り戻すために、北本団地商店街の住

居付空き店舗を活用し、子どもや若者の居場所を作る事業を行います。

2階の住居部分はシェアハウスとし、そこに住む人が1階のマネジメントを行います。1階には、飲食店営業が可能なレンタルスペースをすることで、食をきっかけに人が集まり、賑わいを生み出す仕掛けを作ります。

団地に住んでいて

楽しかった

私たちが子どもだった頃、団地では商店街を通して様々な世代の人がゆるやかに繋がっていました。そういう繋がりが「団地に住んでいて楽しかった感覚」や「地域に守られている安心感」を育んできたのだと思います。地域に愛着を持つためにも、そんな人の繋がりを生み出す場所が地域には必要です。



[現状]



[未来]

寄附者の皆さんはオープンイベントにご招待します。

ご支援いただいた寄附は拠点作りの改装費に充てさせていただきます。地域を諦めないために、ぜひご協力をお願いいたします。



【プロジェクトメンバー】

左から
江澤勇介、吉川将太、
岡野高志
※全員団地出身または在住

詳しい内容と、
ふるさと納税を通じた
ご支援はこちらから



詳しい内容と、
ふるさと納税を通じた
ご支援はこちらから



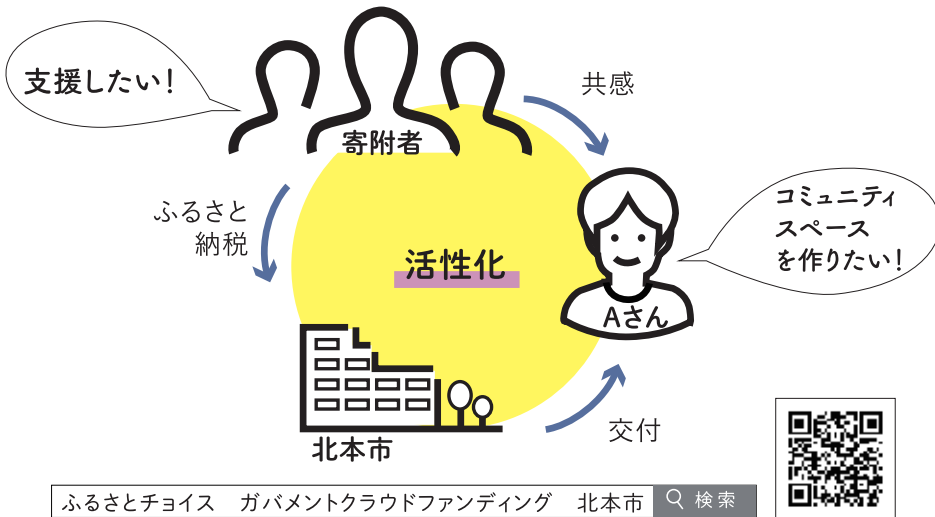
【owlandメンバー】

左から長島涼平(北本市観光大使/the telephones/フレンズ)、
原健一郎、栗原啓

ふるさと納税型クラウドファンディング

北本を元気にする

プロジェクトに応援を



ふるさとチョイス ガバメントクラウドファンディング 北本市 🔍 検索

※このクラウドファンディングは、ふるさと納税サイト「ふるさとチョイス」でのみ受付しています。

各地域の特産品が返礼品として手に入る上に、税額も控除されるふるさと納税。しかし、自分の行った寄附がどのように使われているのかわかりづらいという指摘もあります。そこで、寄附金が直接、北本市の団体や個人が行う特定の地域活性化事業の原資となる、ふるさと納税型のクラウドファンディング(ガバメントクラウドファンディング)を開始しました。皆さんのまちへの思い、活動する人への援助の気持ちをふるさと納税という形で表現できます。

現在、2事業について2月28日(日)まで寄附を募集しています。返礼品はありませんが、市民の皆さんからの寄附も税額控除の対象となります。ご支援をお願いします。

1

北本市から

自然をより身近に感じられるアウトドアカルチャーを共創したい!

(北本発 アウトドアブランド創設事業)

目標金額
200万円

使い道:シエラカップ等
アウトドア商品の開発・
製造、おひろめイ
ベントの開催

北本市観光大使で、今回のプロジェクトのメイン担当・長島涼平です。今回、北本発のアウトドアブランド『Owland(オウランド)』の立ち上げに挑戦します。このまちで、催しやお祭りもアウトドアだと気づいた

そんな大好きな北本のために、僕らができること、やりたいことを改めて考えました。それは北本の自然とその景観を守り、発信していくこと。日常にある「アウトドア」に寄り添うために

僕たちは、2015年から地元の若者メンバーで活動を開始しました。アウトドアがとても好きで、釣りや登山、キャンプ、色んな場所へ足を運んできました。そんな僕らが、それらと同じぐらい好きなのが、地元の本本市で行われる様々な催しやお祭りです。これまで、「森めぐり」や「収穫祭」(※)といったイベントに自分たちも店を出して、楽しみながら関わってきました。小規模ですが、音楽ライブイベントを開催したこともあり

今まで参加したイベントでは飲食店を出店し、使い捨ての紙皿で提供することが主でした。そこには多くのゴミを生み出しています。そこで、アウトドアブランドを立ち上げ、家でも外でも使える「シエラカップ」の製作を行います。製作したシエラカップは寄附者の皆さんや、北本市に寄附を行います。今後は市内の事業者さんと協力してアウトドア製品を作っていきたいと考えています。是非ご支援をお願いします。



シエラカップ

※【「森めぐり」「収穫祭」】…北本市観光協会が開催しているイベント。市内の雑木林や荒川沿いの自然あふれるフィールドを活用し、マーケットや音楽ライブ等を行うもので、年々参加者が増えている。

STEP 3 金額などを入力

収入の入力



給与所得の源泉徴収票など、収入に関する書類を基に入力してください。

※マイナンバーカードを使ってマイナポータルから生命保険料控除証明書などの情報を取得することで、申告書の作成時に証明書の金額・発行元の情報などが自動入力されます。

控除の入力



医療費や寄附金の領収書など、控除に関する書類を基に入力してください。*

氏名等の入力



氏名・住所・マイナンバーなどを入力してください。

※提出方法が「書面」の方はSTEP5へ

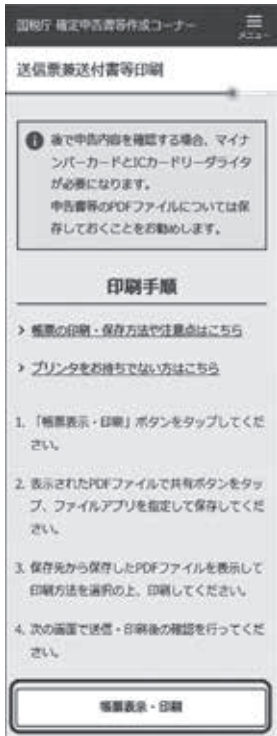
STEP 4 送信



●マイナンバーカード方式 ID・パスワード方式を選択した人
→画面の案内に従いデータを送信してください。

STEP 5 申告書データを保存（「書面」を選択した人は郵送）

※スマートフォン画面を例に載せています。



印刷画面まで進んだら申告「帳票表示・印刷」をタップしてください。

※申告内容によって表示画面は異なります。

iPhone



申告書が表示されるので、画面下の「共有」ボタンをタップしてください。

「ファイルに保存」を選択してデータを保存してください。



保存したデータは「ファイル」から後で確認できます。

Android



申告書が表示されるとともに、自動的に端末内のダウンロードフォルダにデータが保存されます。

保存したデータは「Chrome」から後で確認できます。



●書面を選択した人

保存した申告書データをご自宅のプリンタやコンビニエンスストア等のプリントサービス(有料)で印刷し、上尾税務署へ郵送等で提出してください。

●ID・パスワード方式の届出完了通知の発行について

「ID・パスワード方式の届出完了通知」は、税務署で職員と対面による本人確認を行った後に発行します。発行を希望される場合は、申告されるご本人が顔写真付きの本人確認書類をお持ちの上、お近くの税務署にお越しください。平成30年1月以降、税務署や確定申告会場にお越しになられた方で、既にID・パスワード方式の届出を提出された方は、申告書の控えと一緒に保管されている場合がありますので、ご確認ください。

●入力方法・送信方法で困ったときは…

入力方法、送信方法など、確定申告書作成コーナーの操作方法でお困りの際は、ヘルプデスクへお問い合わせください。
☎e-Tax・作成コーナーヘルプデスク(☎0570-01-5901) ※月曜日～金曜日

※ご利用には別途通信料がかかります。※この記事には開発中の画面が含まれておりますので、実際の画面と異なる場合があります(一部、令和元年分の画面を使用しています)。※ID・パスワード方式は暫定的な対応ですので、お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。また、メッセージボックスの閲覧には、マイナンバーカード等が必要です。

PC・スマートフォンから確定申告書の作成・送信ができます

自宅でできる確定申告!

～5つのステップで手続完了!～

新型コロナウイルス感染症の感染リスクを軽減するため、PC・スマートフォンからの申告書作成を、ぜひご利用ください。



STEP 1 国税庁ホームページへアクセス

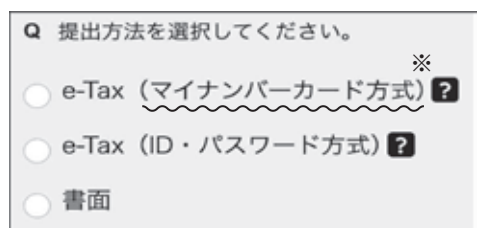


国税庁ホームページにアクセスし、「作成開始」をタップしてください。

STEP 2 提出方法を選択



収入や控除の質問に順番にお答えください。



※マイナンバーカードを読み取るため、ICカードリーダー、またはマイナンバーカード読取対応のスマートフォンが必要です。

ICカードリーダー
について

スマートフォン
対応端末一覧



Q マイナンバーカードを持っていないと申告できないの?

A お持ちでなくとも税務署でID・パスワードを発行した人は、そのID・パスワードがあれば、PC・スマートフォンから申告することができます。マイナンバーカードも、ID・パスワードもお持ちでない人も、「書面」を選択のうえ、画面の案内に従って金額等を入力するだけで郵送用の書類を作成できますので、ぜひご利用ください。

マイナンバーカード方式



画面の案内に従って、「マイナポータルAP」をインストールしてください。



マイナンバーカードを認証して事前準備をしてください。

※スマートフォンを例にしています

ID・パスワード方式 ※発行方法は②ページを参照



●ID(利用者識別番号)
1234567812345678

●パスワード(暗証番号)
a12345678

完了通知に記載されているID・パスワードを入力してください。

書面

PC・スマートフォンで作成した申告書を印刷して上尾税務署へ提出

YES

マイナンバー
カードを持って
いる

NO

ID・パスワード
を持っている

YES

NO

【特集】

北本を元気にするプロジェクトに応援を

ふるさと納税型クラウドファンディング

北本団地活性化
プロジェクト

北本団地商店街

北本団地商店街に

**若者や子どもたちが
活躍できる居場所**

を作りたい。



オウランド
アウトドアブランド(owland)創設
プロジェクト

北本発の、自然をより身近に感じられる

アウトドアカルチャー

を共創したい。

