

広報 きたもと

11月
2023 No.1029

特集面

特集1

「きたもとの挑戦したい」を応援する
ふるさと納税型クラウドファンディング

特集2

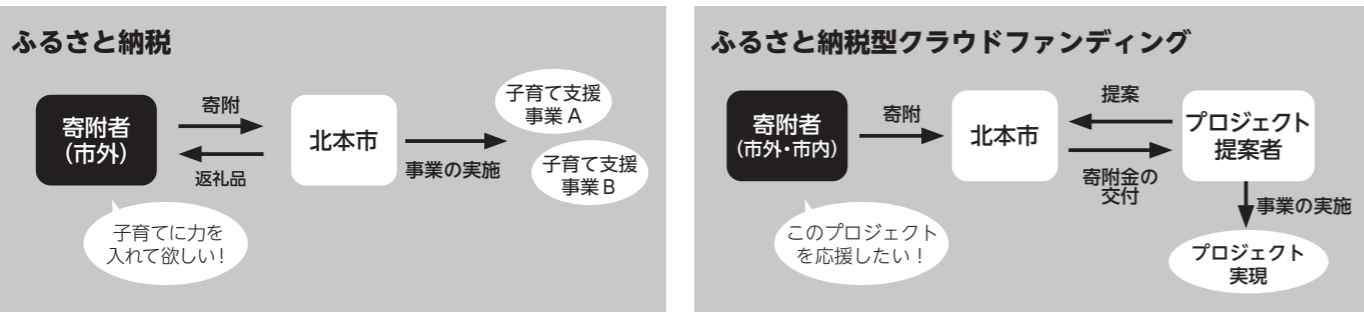
災害に「備え」る



このまちを、守る。



「ふるさと納税」と「ふるさと納税型クラウドファンディング」の違い



ふるさと納税
寄附金は自治体の基金等に積み立てられ、寄附者が選んだ使い道の項目に沿った事業に使われます。この仕組みで返礼品が受け取れるのは、市外に住民票がある人のみです。

ふるさと納税型クラウドファンディング
市民や市内事業者が提案したプロジェクトをふるさと納税の仕組みを使って支援でき、寄附の全額が提案者のプロジェクト実現の資金になります。市民の皆さんも寄附が可能です。

◆ふるさと納税の活用状況

令和4年度ふるさと応援基金活用総額 **3億5,103万2,000円**

令和3年度までに積み立てた基金を活用し、令和4年度は以下の事業に取り組みました。

子どもの成長を支えるまちづくりに関する事業

- ・こども医療費、ひとり親家庭等医療費の支給
- ・新中央保育所の建設
- ・児童発達支援センター遊戯室床の修繕

8,940万円

健康でいきいきと暮らせるまちづくりに関する事業

- ・予防接種の実施
- ・体育センターのバスケットゴール一式を購入

5,180万円

みんなが参加し育てるまちづくりに関する事業

- ・地域コミュニティ委員会に補助金を交付

150万円

快適で安心・安全なまちづくりに関する事業

- ・九都府市合同防災訓練の実施

240万円

健全で開かれたまちづくりに関する事業

- ・広報紙の印刷・発行

625万円

活力あふれるまちづくりに関する事業

- ・石戸蒲がクラ国指定100周年記念事業
- ・商工会に補助金を交付
- ・観光協会に補助金を交付 など

1,601万3,000円

若者の移住・定住・交流促進に関する事業

- ・シティプロモーションの推進
- ・空き店舗等の活用への補助金を交付
- ・森林セラピー事業に補助金を交付
- ・空き家等対策補助金の交付 など

2,260万5,000円

めざせ日本一、子育て応援都市に関する事業

- ・子育て応援事業（こども商品券）の交付
- ・乳児用品の貸出 など

3,481万2,000円

その他の事業

- ・新しいごみ処理施設整備のための積立
- ・文化センターホールで使用するインカムの購入 など

1億2,625万2,000円

◆令和4年度のふるさと納税寄附総額

寄附総額 **11億1,018万2,000円** 寄附件数 **7,295件**

令和4年度のふるさと納税寄附総額は11億円を超え、**3年連続で寄附額が埼玉県内1位**となりました。

いただいた寄附金はふるさと納税事業経費を差し引いた全額を「ふるさと応援基金」に積み立て、令和5年度以降の市政に活用します。北本市を知り、応援して下さる皆さんに「寄附してよかった」と思っていただけ取組みを引き続き検討し、まちの活性化に繋げていきます。



市内事業者の皆さんへ

北本市の特産品等を返礼品として提供する事業者を随時募集しています。詳細は市ホームページからご確認ください。



「きたもとで挑戦したい」を応援する 特集1 ふるさと納税型クラウドファンディング

ふるさと納税型クラウドファンディングは、ふるさと納税の仕組みを活用して、応援したいプロジェクトに直接寄附をすることができる仕組みです。現在、寄附を募集している事業について、提案者の想いをお届けします。

市長公室シティプロモーション・広報担当 (☎511-9119)



①プロジェクト提案者の皆さん
②ネイル施術のイメージ
③美容室兼イベントフリースペースのイメージ

「美容で皆が元気になれる場所をつくりたい」
美容を学べる・体験できる
スクールプロジェクト

本当の「美」は心と体の健康から
私たち合同会社Reyelは、美容室・ネイルサロン・エステティック等の美容に関する事業を展開し、店舗の運営やコンサルティング、ネイリストの育成等を行っています。私たちが目指すのは、北本団地商店街にビューティーコミュニティスペースを生み出すことです。美容と健康は豊かな人生を送るうえでなくてはならないものです。私たちは、本当の美は豊かな心から生まれる、と考えています。そして、それは健康な体なくしては手に入らない。だからこそ、性別も年齢も関係なく、美容と健康がもっと身近になるような場所を作りたい、と考えていました。

近年の北本団地商店街の盛り上がりを見て、私たちもこの場所と一緒に取り組み、団地や地域の皆さんとつながりたい!と思い、今回のプロジェクトを提案しました。
美容と健康の力で団地をもっと元気に
このプロジェクトで目指すのは、2階建ての美容施設のオープンです。団地商店街の空き店舗を改修し、1階には美容室兼イベントフリースペース、2階には雇用創出と人材育成の場となるネイルスクールを設けます。1階では、美容や健康に気軽に触れてもらうための体験メニューを提供し、正しい髪の洗いや子どもの前髪の切り方などの身近な美容についてのセミナーを開催するなど、地域の皆さんとのつながりの場を目指します。2階のネイルスクールでは、



皆様からのご支援をどうぞよろしく願っています。
は、ネイル体験を通じ「爪がキレイになるだけで、こんなにも毎日がウキウキするんだ!」という感じを感じていただきたいです。年齢とともに増える爪のトラブルへの対処や正しい爪の切り方、お手入れについてのセミナー開催や、学んだスキルを仕事として活かせる場づくりも進めていきます。

目標金額 **400万円**
寄附の使い道 **設計費、改修費等**
提案者 **合同会社Reyel**

<プロジェクトへの寄附>
・ふるさとチョイス (ふるさと納税サイト)
・市役所窓口

<寄附募集期間>
11月1日(水)~
令和6年1月30日(火)
※目標金額を達成次第終了

プロジェクトの詳細、寄附の手続きはこちら

—まさに今、突然大地震が発生したら。あなたはどつ動きますか？

周囲から物が落ちては来ないでしょうか。家族や大切な人たちの安否・周辺の状況は確認できるでしょうか。食料や雑貨の備蓄はあるでしょうか。

巨大地震やゲリラ豪雨など、自然災害が「いつ起こるか」は、誰にもわかりません。分らないからこそ、**日頃から備えておくことが重要です**。今回の特集では、いざという時に落ち着いて行動できるように、身近な「備え」について考えます。

▲阪神・淡路大震災で被災した家の様子。「備え」が欠かれません。



地域のために、災害に「備え」るあの人がいる。 北本市消防団

消防団ってなに？

私たちのまちで災害が起きた時、駆け付けてくれるのは消防署で働く消防士だけではありません！消防団は地域の人たちで構成され、本業を持ちながら、地域で発生する災害に対応するために活動しています。

中でも出動が多いのは火災。こうした災害が発生すると、仕事中でも現場に駆けつけ、地域のために消火活動や救助活動を行います。

何人くらいの人が活動しているの？

現在、127人の消防団員が市内6つの分団に所属し、それぞれの担当地域で火災予防の巡回活動を行っています。災害が発生した際にいち早く駆けつけ、活動するため、普段から訓練を行い、災害に「備え」ています。

消防団の活動については、市ホームページもあわせて御確認ください。

消防団員を募集しています！

消防団の活動に興味のある人はくらし安全課危機管理・消防防災担当 (0594-5523) までご連絡ください。



▲市ホームページ

11/19 (日) 見て・知って・体験して「備え」る 防災訓練 & 消防団特別点検

防災訓練 ▶ 9:30 ~ 12:30

毎年実施している防災訓練。自分で出来る防災対策を見て・知って・体験できる”楽しくてためになる”一日です。今年は新たな取組みとして、消防団の勇姿が見られる消防団特別点検を同日開催！

この機会に自宅の、地域の「備え」について一緒に考えてみませんか。

主な内容

- 子ども放水体験
- 炊き出し訓練
- 防災グッズの展示
- イツモ防災体験
- 救急救命・AED訓練
- 自衛隊・警察・消防車両の見学

スタンプラリー実施！

体験・訓練でスタンプを集めて、炊き出し訓練エリアでカレーと引き換え！

最新情報・駐車場情報は市ホームページをチェック！



消防団特別点検 ▶ 8:30 ~ 10:30

※ 8:25 にサイレン吹鳴を放送します

日頃の「備え」の成果を見せる

消防団では、災害に迅速に対応する準備が出来ているかを毎年点検します。「自分たちのまちは自分たちで守る」という思いを胸に、限られた時間で訓練を重ね、培ってきた規律正しい操法・部隊行動等の様子をぜひご覧ください。



- ①タンスに挟まれたぬいぐるみを助け出す「タンスレスキュー」
- ②自衛隊・武蔵丘短期大学が共同で行う炊き出しのカレーは、スタンプラリーで引き換え可能。
- ③子ども放水体験
- ④市内で購入できる防災グッズを多数紹介。
- ⑤車両の見学・記念撮影もできる。

アナタは済んでる？

3つの「備え」ポイント

1 7日分の食料・雑貨品を備蓄する

災害発生!

冷蔵庫・冷凍庫にあるものを食べる

普段から冷蔵庫・冷凍庫に食材を多めに買い置きしておく。
停電時は、クーラーボックスに保冷剤と食べ物を入れて保存する。



食べ慣れているものを、いつもより多めに買っておきましょう。

いざ非常食を食べようとしたら期限切れ…。なんてことにならないためには、備蓄を「回転」させる事が重要です。

食糧だけでなく、災害用トイレやLEDランタン、電池・バッテリー・カセットコンロ等の雑貨品も備蓄を。



「ローリングストック法」で備蓄した非常食を食べる



缶詰・レトルト食品

食べ慣れた好みのものを揃えましょう。



乾麺

ゆで時間の短いものがおすすめです。



フリーズドライ食品

少量のお湯で温かい食品に。野菜もとれます。



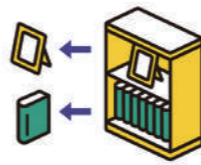
乾物

不足しがちなミネラル・食物繊維を補給。

② ローリングストック法

備蓄食料・水を古いものから定期的に食べ、その分を買い足していく備蓄方法。賞味期限が1年程度の物でも備蓄にできるため、選択肢が大きく広がり、食べ慣れた食品を「非常食」にすることができます。

2 家具や棚の中身を固定する



収納にひと工夫

上には軽いもの、下には重いものを収納。



本棚・食器棚

落下抑制テープやすべり止めシートで対策を。



開き戸・引き出し

飛び出し防止器具を取り付ける。

地震の時、家具は凶器へ変わります。棚、タンスはもちろん、食器や本等の中身や花瓶なども非常に危険です。

家具本体への対策とあわせて、中身が飛び出さない工夫や、物の置き方を見直してみましょう。

詳しい情報はこちらから ▶ 埼玉県イツモ防災マニュアル



3 情報収集の手段を確保する

Yahoo! 防災速報



NHK NEWS



北本メール



情報収集の手段を用意しておく、災害時も慌てず情報を確認できます。複数の手段を持つのがおすすめです。あわせて、最新の防災情報を普段から確認しておきましょう。

広報 きたもと

11月
2023 No.1029

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

CONTENTS



6ページ 北本の魅力を楽しむ1日 &green Day



14ページ きたもと福祉まつり ~笑顔でつながる地域の輪2023~



さいたま国際芸術祭2023開催中

現代アートチーム 目[mé]

25ページ この人に会いたい 北本のKey Person

令和4年度決算報告.....2-5

【お知らせ】

ひとり親家庭等の皆さんへ
医療費のお手続きを.....9

社会保険料(国民年金保険料)
控除証明書を送付.....9

【募集】

パブリック・コメント.....11

【イベント】

令和6年成人式.....12

【注目情報】

旧栄小跡地に
新たな中央保育所オープン.....6

人事行政の
運営等の状況を公表.....7

11月はケアラー月間 無償で介護を行うケアラーについて
考えてみませんか

関連▶オレンジカフェきたもと 12ページ

休日当番医は18ページに記載しています。

人口の
うごき

人口...65,462人(-22人)
男性...32,300人(-46人)
女性...33,162人(+24人)

世帯数...30,514世帯
※10月1日現在
※()は対前月比

今月の
納税

○国民健康保険税 第5期 ○介護保険料 第5期
○後期高齢者医療保険料 第5期
11月30日(木)までに納めましょう。
□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5(2023)年11月1日発行 ■編集と発行 北本市役所 政策推進部市長公室

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

<https://www.city.kitamoto.lg.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 秋といえば芸術の秋!ということで、目[mé]の皆さんが手掛ける、芸術祭のメイン会場に行ってきました。芸術の知識は持ち合わせていない私ですが、作品だけでなく、建物や順路自体も「みる」という体験が面白くて、気づけば会場を3周。こんな楽しみ方をしてもいいのか!という新たな発見になりました。(佐)



スマートフォンで
広報きたもと配信中



SNS
配信中



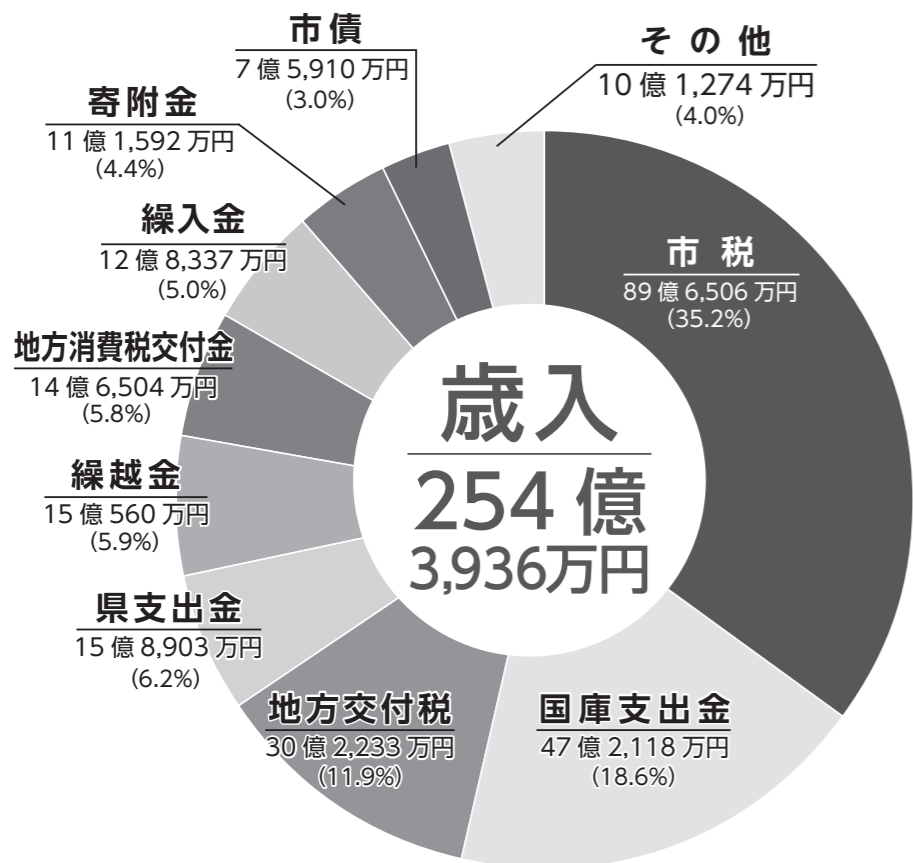
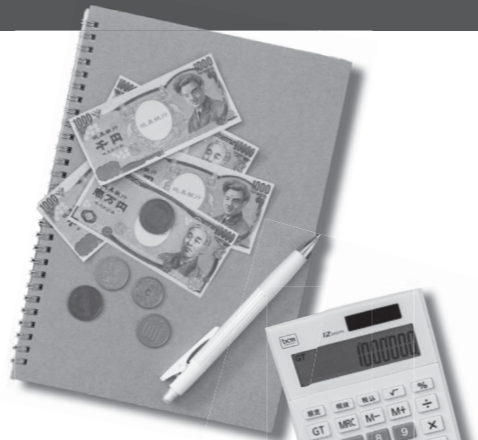
UD FONT
by MOKSHANA



リサイクル推進
この印刷物は、印刷時の紙へ
リサイクルできます。

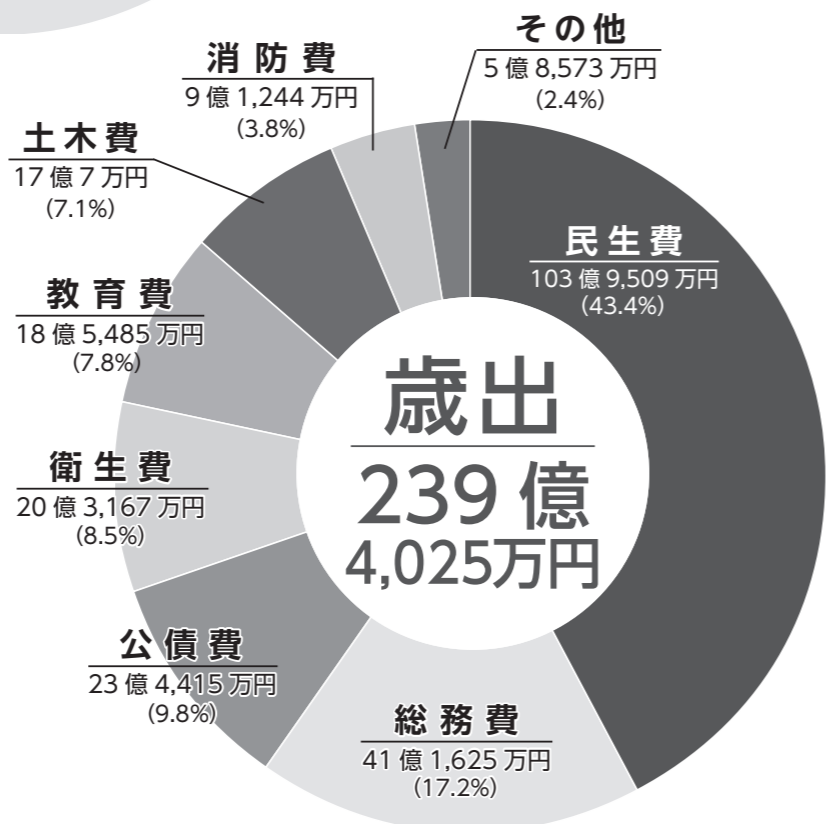
令和4年度 決算報告

令和4年度、北本市にどのくらいの収入があり、どのように使われたのか。北本市の決算の概要と財政状況についてお知らせします。



《歳入》科目の説明

市税…皆さんが北本市に納めた税金。市民税、固定資産税、軽自動車税等
国庫支出金…皆さんが国に納めたお金の一部。特定の目的を達成するために国が市へ交付
地方交付税…皆さんが国に納めたお金の一部。市の財政状況に応じて国から配分
県支出金…皆さんが県等に納めたお金の一部。特定の目的を達成するために県から市へ交付
繰越金…令和3年度から繰り越されたお金の一部。人口などに応じて県から市へ交付
繰入金…各種基金（貯金）から一般会計へ繰り入れたお金
寄附金…ふるさと納税等、個人や法人からの寄附金
市債…事業を行うために市が国や銀行などから借り入れたお金



《歳出》科目の説明

民生費…障がい者や高齢者に対する福祉、子育て支援のための経費
総務費…情報システム、徴税、選挙、財務事務などの経費
公債費…建設事業等を行うために借り入れたお金を返済するための経費
衛生費…健康で衛生的な生活環境を保つための経費
教育費…学校教育や生涯学習の充実、スポーツ等の振興のための経費
土木費…道路、橋、河川、公園の整備、維持管理などまちづくりのための経費
消防費…市民の安全を守る消防・防災活動のための経費

歳出科目ごとの主な事業経費（お金の使い道）は、4-5ページでご紹介します

※端数処理のため、合計が合わないことがあります

令和4年度決算は前年度と同規模の水準となりました

令和4年度決算総括

令和4年度決算は、昨年度決算との比較で歳入、歳出ともに0.6%減少しました。

歳入はふるさと納税が好調（受入額埼玉県内1位）

歳入は、市税が増加したことや、ふるさと納税が昨年度に引き続き好調であった一方で、国庫支出金が減少しています。これは、国からの補助により令和3年度限りで実施した子育て世帯への給付金事業の影響によるものです。

歳出は道路の舗装工事等、道路維持にかかる経費が増加

歳出は、道路の舗装工事等の予算を増額して実施したことから土木費が増加しました。一方、令和3年度で西小学校給食室建設工事が完了したため教育費が減少しています。

健全な財政運営

財政破たんを早期の段階で回避するための指標である「財政健全化判断比率」

は、令和4年度決算において全て早期健全化基準の数値を下回っており、市の財政は健全な状態にあるといえます。なお、昨年度は将来負担比率が4.8%でしたが、充当可能財源などが将来の負担を上回ったことから、令和4年度は算出されず、改善されています。

総合振興計画に基づき事業を着実に実施しながらも、健全な財政運営を継続してまいります。

家計に例えると

令和4年度決算を月収30万円の家計に変換

市税や使用料、諸収入は家計でいうところの「給与」にあたります。支出のもっとも多くを占めるのが、医療、教育費、保険料にあたる扶助費や補助金などです。

また、翌月への持ち越し（繰越金）が出ており、収入の範囲で支出のやりくりができていくことがわかります。

収入

給与（市税、使用料、諸収入など）	12.6万円 (42.0%)
預金の取り崩し（繰入金）	1.5万円 (5.0%)
前月からの持ち越し（繰越金）	1.8万円 (5.9%)
親からの仕送り（地方交付税、国庫支出金など）	13.2万円 (44.1%)
銀行からの借入れ	0.9万円 (3.0%)
収入合計	30万円

支出

食費（給与等の人件費）	4.1万円 (14.7%)
医療、教育費、保険料（扶助費や補助金など）	10.3万円 (36.7%)
光熱水費、通信料（物件費）	4.7万円 (16.8%)
子どもへの仕送り（特別会計への支出）	2.8万円 (9.8%)
ローンの返済（公債費）	2.8万円 (9.8%)
家の修繕（普通建設事業費等）	1.2万円 (4.2%)
預金（積立金）	2.3万円 (8.0%)
支出合計	28.2万円

翌月への持ち越し（繰越金） 1.8万円

この指標を下回れば健全！

指標	内容	結果	早期健全化基準
実質赤字比率	一般会計を中心とした赤字の割合	赤字なし	12.91%
連結実質赤字比率	一般会計のほか、特別・企業会計も含めた全会計の赤字の割合	赤字なし	17.91%
実質公債費比率	市の平均的な年間収入に対する借入金返済額の割合	7.9%	25.0%
将来負担比率	市の平均的な年間収入に対する将来に負担が見込まれる負債（借金）の割合	-	350.0%

財政健全化判断比率

北本市の財政状況は「健全」

国は地方公共団体の財政破たんを早期の段階で回避するため、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」（平成19年法律第94号）を定めています。この法律によって、地方公共団体は「健全化判断比率」を算定し、公表することになっています。市の財政が健全かどうかを判断するにあたって、この比率が目安になります。

歳出の主な経費

市のお金の主な使い道

新型コロナウイルス感染症関連事業

- 新型コロナウイルスワクチン接種事業 4億9,288万円
- 《物価高騰対策》
- 電力・ガス・食料品等価格高騰緊急対策支援給付金給付事業 2億8,585万円
- 子育て世帯支援給付金支給事業 1億4,222万円
- 事業者支援給付金等 9,770万円
- キャッシュレス型消費活性化事業 8,546万円
- 学校給食費負担軽減事業 1,731万円 等

民生費 103億9,509万円



障がい者や高齢者に対する福祉、子育て支援のための経費

- 保育所関連 22億615万円
- 障がい者(児)福祉 16億6,062万円
- 生活保護 12億6,113万円
- 高齢者福祉 9億8,259万円
- 介護保険特別会計への繰出し 7億7,923万円
- 児童手当 7億6,538万円
- 国民健康保険特別会計への繰出し 4億933万円
- 後期高齢者医療特別会計への繰出し 1億6,429万円

公債費 23億4,415万円

借入金(市の借金)返済や、利息を支払うための経費

- 元金返済に要した経費 22億6,817万円
- 利息に要した経費 7,578万円

総務費 41億1,625万円

情報システム、徴税、選挙、財務事務などの経費

- 各種基金への積立(ふるさと応援基金【ふるさと納税】を除く) 10億4,990万円
- ふるさと応援基金への積立(ふるさと納税額から経費を差し引いた額を積立) 6億1,265万円
- ふるさと納税業務経費(返礼品等) 4億7,729万円
- 情報システム管理 1億8,440万円
- 税の徴収等にかかる経費 1億1,170万円
- 交通安全、防犯対策 6,642万円
- 選挙費 6,412万円
- 地域振興(自治会等) 5,557万円

衛生費 20億3,167万円



病気の予防や医療の充実、ごみ処理の経費

- 予防費(母子保健、健康診査、予防接種等) 7億8,854万円
- ごみ収集・処理 7億8,594万円

教育費 18億5,485万円



学校教育や生涯学習の充実、スポーツ等の振興のための経費

- 小学校管理 2億4,016万円
- 公民館管理運営 2億2,916万円
- 学校教育 2億2,709万円
- 小学校給食 1億8,320万円
- 中学校管理 1億5,018万円
- 図書館管理運営 1億3,261万円
- 文化センター管理運営 1億2,518万円
- 中学校給食 1億1,270万円
- 体育センター管理運営 7,400万円
- 野外活動センター管理運営 4,141万円
- 文化財保護 3,186万円



来年度予算への意見を募集!

土木費 17億7万円



道路、橋、河川、公園の整備、維持管理等まちづくりのための経費

- 道路維持 3億2,300万円
- 公共下水道 3億5,057万円
- 久保特定土地区画整理特別会計への繰出し 2億5,797万円
- 公園緑地 2億1,918万円
- 街路事業 6,660万円
- 道路新設改良 6,586万円

消防費 9億1,244万円

消防・防災活動のための経費

- 常備消防(県央広域事務組合への負担金) 8億2,466万円
- 非常備消防(消防団活動) 4,625万円
- 防災(備蓄品・防災訓練) 3,480万円

現在、来年度予算の作成を行っています。11月下旬から市ホームページで令和6年度の各部の予算要求状況を公表のうえ、意見を募集しますので、市ホームページをご覧ください。市ホームページをご覧にならない人は、財政課(庁舎2階)までお越しください。



財政課財政担当 ☎594-5512

健全な財政運営のもと、持続可能なまちづくりへ



北本市長 三宮 幸雄

北本市では、コロナ禍における物価高騰の影響下において、令和4年度は、子育て世帯や事業者に対する給付金の支給やキャッシュレス型消費活性化事業などを実施してまいりました。同時に、健全な財政運営を行うために策定した公共施設適正配置計画に基づき、旧栄小学校を市民活動交流センターとするための整備を推進しました。さらに、地域と行政が一体となり、一人ひとりが生きがいや役割を持ち、助け合いながら暮らしていくことができる地域共生社会を実現するため、重層的支援体制整備事業などの取組を引き続き推進するとともに、市内外か

ら「住み続けたい」「住みたい」と愛着や好感を持たれる魅力あるまちづくりに向け、シティプロモーション推進事業を継続して取り組んでまいりました。

ポストコロナの時代に的確に対応し、本市の強みである地域資源を活かすとともに、安心して子育てができる環境や子どもの教育環境の充実に向けた取組のほか、ゼロカーボンシティ実現のための環境に配慮した取組などにより、持続可能なまちづくりを推進してまいります。

引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

注目1 旧栄小跡地に新たな中央保育所オープン



昨年度から建設していた新中央保育所が、10月16日から開所しました。

新たな保育所は、中央保育所（昭和45年築）と栄保育所（昭和48年築）を統合・再編し、旧栄小学校（令和3年閉校）の跡地を活用して建設されたものです。

この保育所は、自然の光や風を取り入れた造りで、エネルギーの消費量を抑え快適な空間を作る「パッシブデザイン」の園舎としています。

☎保育課保育担当 (☎ 594-5538)、施設運営担当 (☎ 511-7703)



- ◆施設名 **中央保育所**
- ◆所在地 **栄1番地2**
- ◆定員 **116人**
- ◆開所日 **令和5年10月16日**



注目2 &green Day - 北本の魅力を楽しむ1日 -

北本の広報の取組みが2年連続で全国広報コンクール内閣総理大臣賞を受賞したことを記念し、広報きたもとのPR展やマーケット等を開催します。北本のフィールドや暮らしの魅力をぎゅっと濃縮したイベントです。ぜひ、お越しください。

11月18日(土) 場 市役所 (駐車場に限りがありますので 自転車や公共交通機関でお越しください) **10:00~15:00**

①「広報きたもと」PR展 & トークイベント、SNAP 撮影会

- ・ 広報きたもとバックナンバーや全国広報コンクール内閣総理大臣賞受賞作品、紙面掲載写真などを展示。フォトブースであなたの写真を撮影し、オリジナル広報きたもと表紙をプレゼント!
- ・ 広報担当者・市民の皆さんで特集の裏話を語るトークイベント

② &green market

お弁当やキッチンカー、クラフトのお店が並び、たき火で季節の味覚を味わえます。

③ デーノタメ遺跡特別展〜森と泉に彩られた奇跡の遺跡〜

ワークショップも開催予定!

④ 北本市シティプロモーションツアー (費 3,000円※昼食代含む)

北本団地や農家さんなど北本の魅力をめぐるツアー。10:00に北本駅集合。申込み方法や詳細は Web サイトへ。

☎市長公室シティプロモーション・広報担当 (☎ 594-5505)



注目3 人事行政の運営等の状況を公表

市職員の給与および勤務条件の状況等について、次のとおり公表します。

☎総務課職員担当 (☎ 594-5508)

1. 職員の任免および職員数に関する状況

▶ 新規採用および退職 (令和4年度)

職種	新規採用	退職
一般事務	10人	10人
保育士	2人	3人
社会福祉士	1人	0人
精神保健福祉士	0人	0人
土木	0人	1人
建築	0人	0人
保健師	1人	1人
調理員	0人	0人
合計	14人	15人

▶ 一般行政職の級別職員数 (令和5年4月1日現在)

職務の級	相当職	職員数 (人)
1級	主事補	21
2級	主事	48
3級	主任	87
4級	主査	43
5級	主幹	51
6級	課長	19
7級	副部長	8
8級	部長	7
合計		284

※一般行政職とは、税務職、保健・医療技術職、福祉職、技能労務職、教育職を除いた職員です。

2. 職員の給与の状況

▶ 人件費 (令和4年度)

人件費	歳出額	人件費率
3,528,712千円	24,089,888千円	14.6%

▶ 給与費 (令和4年度)

職員数	給与 (うち職員手当)	1人あたり給与費
396人	2,379,331千円 (931,373千円)	6,008千円

▶ 一般行政職の平均給料月額等と平均年齢 (令和5年4月1日現在)

平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
305,181円	387,742円	41.9歳

▶ 一般行政職の初任給 (令和5年4月1日現在)

北本市	大学卒	191,700円
	高校卒	164,100円
国	大学卒	185,200円
	高校卒	154,600円

▶ 期末手当および勤勉手当 (令和5年4月1日現在)

手当区分	6月期	12月期	合計
期末手当	1.20月分	1.20月分	2.40月分
勤勉手当	1.00月分	1.00月分	2.00月分
合計	2.20月分	2.20月分	4.40月分

※支給額の算定において、職務の級による加算があります(5~20%)。

▶ 退職手当 (令和5年4月1日現在)

勤続年数	自己都合	定年・勧奨
20年	19.6695月分	24.586875月分
25年	28.0395月分	33.270750月分
35年	39.7575月分	47.709000月分
最高限度	47.7090月分	47.709000月分

▶ 特別職の報酬等 (令和5年4月1日現在)

役職	報酬等月額	期末手当		
		6月期	12月期	合計
市長	900,000円	2.20月分	2.20月分	4.40月分
副市長	760,000円			
教育長	703,000円			
議長	433,000円			
副議長	373,000円			
議員	355,000円			

3. 職員の勤務時間等の状況 (令和5年度)

1日の勤務時間	1日の休憩時間数	週休日
8:30~17:15	60分	土曜日 日曜日

※保育所等に勤務する職員については、所属長が任命権者の承認を得て、勤務時間等を別に定めています。

4. 職員の休業に関する状況 (令和4年度)

育児休業 32人

5. 職員の分限処分および懲戒処分の状況 (令和4年度)

①分限処分 5人 ②懲戒処分 4人

6. 職員の研修および人事評価の実施の状況

①研修 (令和4年度)

研修区分	のべ受講者数	のべ研修日数
派遣研修	134人	244日
共同研修	26人	30日
自主研修	145人	201日

②人事評価の実施 (令和4年度)

地方公務員法第23条の2に基づき、1月1日を基準日として人事評価を実施しました。

7. 職員の福祉および利益の保護の状況 (令和4年度)

①定期一般健康診断受診者 (会計年度任用職員を含む) ...528人

②公務災害の認定...1件

8. 公平委員会からの報告 (令和4年度)

①勤務条件に関する措置の要求...0件
②不利益処分に関する不服申し立て...1件

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)
11月の桜国屋は、北本産の野菜が盛りだくさん！
会津坂下町産のりんごやかきなど秋の味覚をお楽しみください！
 - さんた亭 (☎ 580-6883) 11:00～14:30 (水曜定休)
今月の店長おすすめは、鴨かけそば！！
鴨の旨みがたっぷりつまった自慢のそばを召し上げ！
 - 情報発信館 (☎ 578-4255) 10:00～16:00
 - & green CAFE 10:00～16:00 (水曜定休)
北本野菜を使ったキッシュや栗のパウンドケーキがおすすめ！
- ☎ 産産観光課農政担当 (☎ 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

- グリコピア・イースト北本市民デー
時 12月17日(日) 9:30～
対市内在住、在勤の人 無料
定 60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11月10日(金・消印有効)までに観光協会へ。
他 詳細は観光協会ホームページへ。

- きたもと森林セラピー
紅葉の森歩き & 森 de クラフト
紅葉の里山風景を感じる森散策や、森の自然素材を使ったクリスマスリースをつくる、癒しのスペシャルツアーを開催します。ぜひご参加ください。
時 12月2日(土) 9:30～15:30
場 サニアメニティ北本キャンプフィールド
定 15人程度
費 1人5,500円(小学生3,000円)
申 詳細はWebサイトをご覧ください

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

中央図書館だより

☎ 592-0795 開館時間 9:00～21:00 北本市立図書館 検索

今の特集 深海への憧れ
宇宙旅行が可能になったいま、いまだ遠く未知なのが深海。未知だから憧れる。深海旅行が安全に楽しめる日も近そうですが、まずは深海の魅力を知りましょう。



深海生物の「なぜそうなった？」がわかる本
北村 雄一 著 (秀和システム)
光がまったく届かない過酷な状況で生きるため、独自の進化で得られた合理性。奇怪な姿形は無駄を排除した究極の機能美ともいえる。深海生物の生態の謎をわかりやすく解き明かす。

その他の特集 『芸術を読む』
『本屋が選ぶ時代小説大賞』
『YA(ヤングアダルト)担当のおすすめ本』
『安全な水とトイレを世界中に』

北本市立電子図書館の特集
『知りたい！あのアーティストの素顔・生き方』
ほか

お知らせ

入学準備金貸付制度



お子さんが高校・大学等に入学する際に一時的に経済的困難が生じる場合、保護者に準備金をお貸しします。
貸付金額 高校20万円、大学等40万円
期 11月8日(水)～令和6年3月6日(水)
申 園学校教育課学事担当(☎ 594-5563)

交通遺児手当制度

交通災害により、父または母もしくは父母ともに亡くなった世帯の子ども(就労していない子どもで、18歳年度末まで)の保護者に交通遺児手当を支給しています。
申 親権者、後見人、その他の人であって子どもを現に養育し市内に住所がある人
支給額 子ども1人につき月額3,000円(9月と3月に6か月分を支給)
受給資格の喪失
①遺児の父または母が婚姻したとき
②遺児が養子となったとき
申 園子育て支援課子育て支援担当(☎ 594-5537)

施設の休館日

11月8日～12月7日

- 11月23日(木・祝)
・総合福祉センター
- 11月27日(月)
・文化センター ・中央図書館
・地区公民館 ・勤労福祉センター
・コミュニティセンター
・学習センター ・体育センター
・健康増進センター
・総合公園 ・子供公園
・サンアメニティ北本キャンパフィールド

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書を送付

今年の1月1日～12月31日に納付した国民年金保険料は、所得税・住民税の申告時に控除の対象となります。
控除を受ける場合、年末調整や確定申告の際に社会保険料(国民年金保険料)控除証明書(または領収証書)が必要になります。この控除証明書を送付しますので、大切に保管してください。
送付時期
・1月1日～9月30日に納付した人…11月上旬
・10月1日～12月31日に今年初めて納付した人…令和6年2月上旬
申 ねんきん加入者ダイヤル(☎ 0570-003-004 [ナビダイヤル]、050から始まる電話でおかけの場合は☎ 03-6630-2525)
申 大宮年金事務所(☎ 048-652-3399) ※自動音声案内「2」を選択、その後「2」を選択

ひとり親家庭等の皆さんへ 医療費のお手続きを

◆現況届の提出は11月中旬に

ひとり親家庭等医療費の受給資格者(受給者証の交付停止者も含む)は、受給資格を更新するために現況届の手続きが必要です。詳細は、10月下旬にお届けした案内をご覧ください。なお、児童扶養手当の現況届を提出している人は不要です。

◆ひとり親家庭等医療費助成制度は登録が必要です

該当する人で、未登録の場合は登録をしてください。
申 市内に住所を有する、母子家庭・父子家庭などの18歳年度末(一定の障がいがある場合は20歳未満)までの児童とその母・父・養育者 ※所得制限あり
※次のいずれかに該当する人は対象となりません。
・生活保護法の適用を受けている人
・施設に入所している人 ・里親に委託されている人
・他の医療費支給事業により医療費を受給できる人

登録に必要なもの

- 【児童扶養手当を受給していない人】
 - 【児童扶養手当を受給している人】
 - ・戸籍謄本
 - ・児童扶養手当証書
 - ・健康保険証
 - ・健康保険証
 - ・申請者の本人名義の通帳等
 - ・申請者の本人名義の通帳等
- 申 園子育て支援課子育て支援担当(☎ 594-5537)



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(土日可能) 相談については、事前に予約が必要です。【電話受付:平日9時～18時】 無料セミナー 定期的に開催

そろばん フラッシュあんさん 生徒募集

ソロバンを練習すると、右脳が活性化してソロバン道具は脳内に転移され、生涯さまざまな状況で瞬間に役立つ能力(フラッシュ暗算)が、小・中学校の内に身に付きます。各分野の第一線で活躍されている方々が、自分も習ったソロバンは子供にも習わせたい一番大事な稽古事だと言われています。当塾では6才児から競技大会で上位を目指す生徒が楽しみながら練習中です。詳しくはお問い合わせ下さい。
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

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

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

お知らせ

子どもの権利相談の土曜開催

子どもの権利についてどなたでもご相談ください。

☎ 11月25日、12月23日の土曜日 13:30～15:20

📍文化センター 🆓無料 📄不要

📄平日の相談日は23ページへ

👤人権推進課 (☎ 590-5011)

マンション管理適正化推進計画 および認定制度策定説明会

令和6年4月の施行を目指している「北本市マンション管理適正化推進計画」および「北本市マンション管理計画認定制度」の説明会を開催します。

☎ 11月15日(水) 19:00～20:00
26日(日) 10:00～11:00

📍文化センター

👤都市計画政策課宮郷・住宅担当 (☎ 594-5551)

埼玉県思いやり駐車場制度



県では、障がいのある人や要介護状態の人、妊産婦の人など歩行が困難と認められる人に「利用証」を交付し、公共施設や商業施設などに設置されている「車椅子使用者用駐車区画」および「優先駐車区画」の適正利用を推進する「埼玉県思いやり駐車場制度」を11月から開始します。

利用証の交付 市役所の各窓口でのお手続きまたは県への電子申請、郵送申請で利用証の交付を受けられます。詳細は市ホームページをご覧ください。

👤 障がい者、難病患者等…障がい福祉課相談支援担当 (☎ 594-5535)
・妊産婦…健康づくり課保健予防担当 (☎ 594-5544)
・高齢者等…高齢介護課 高齢者福祉担当 (☎ 594-5539)



東日本実業団対抗駅伝競走大会に伴う旧中山道の交通規制

第64回東日本実業団対抗駅伝競走大会が11月3日(金・祝)に行われます。コースの一部となる市内の旧中山道は、選手の通過(8:50～9:15頃)に合わせて交通規制が行われ、周辺道路の混雑が予想されます。コースをう回する等、御協力をお願いします。

👤東日本実業団陸上競技連盟 (☎ 048-771-4248、大会当日8:00～13:00のみ ☎ 048-522-4801)

令和5年度まちづくり市民アンケートへご協力を

令和5年度まちづくり市民アンケートを実施します。このアンケートは、「第五次北本市総合振興計画後期基本計画」に定めた成果指標の達成度等を確認し、効果的かつ効率的な市政運営を行うことを目的としています。

👤 市内在住の18歳以上の人3,000人 (住民基本台帳から無作為抽出し、調査票を郵送する予定)

👤 政策推進課政策推進担当 (☎ 511-7701)



電気配線器具の火災に注意

電気配線器具は取扱説明書のとおりで使用し、次の点に注意してください。

- ・テーブルタップの容量を超えないように使用
- ・電気コードは束ねたり挟んだりせず、劣化していないものを使用
- ・コンセントプラグは定期的に清掃

👤 埼玉県央広域消防本部予防課 (☎ 048-597-2004)

野外焼却(野焼き)の禁止

法律および埼玉県条例により、野外焼却(野焼き)は禁止されています。

罰則規定 違法に野外焼却した者(未遂を含む)に対し、5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金またはこの併科(法人は3億円以下の罰金)に処せられる場合があります。ごみは適切に排出してください。

原則禁止の例外 農業を営むためやむをえない焼却(例:稲わらの焼却)などは例外に該当します。ただし、周囲の生活環境が損なわれている場合は、指導の対象となります。

👤 環境課環境政策・保全担当 (☎ 594-5526)



11月9日～15日 秋の全国火災予防運動

住宅防火 いのちを守る10のポイント【4つの習慣】

- ・寝たばこは絶対しない、させない
- ・ストーブ周辺に燃えやすいものを置かない
- ・こんろを使うときは火のそばを離れない
- ・コンセントはほこりを清掃し不要なプラグは抜く

【6つの対策】

- ・安全装置の付いたストーブやこんろ等を使用
 - ・住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換
 - ・寝具、衣類、カーテンは防災品を使用
 - ・住宅用消火器等を設置し使い方を確認
 - ・お年寄りや身体の不自由な人は避難の経路と方法を常に確保しておく
 - ・防火防災訓練への参加や戸別訪問など、地域ぐるみの防火対策を行う
- 👤 埼玉県央広域消防本部予防課 (☎ 048-597-2004)

【募集】パブリック・コメント

次の計画案について、市民の皆さんの意見を募集します。計画案は、市ホームページ、担当課および市政情報コーナーで閲覧することができます。

計画案	北本市高齢者福祉計画 2024・第9期 介護保険事業計画	北本市子どもの権利に関する行動計画	第5次北本市 地球温暖化対策 実行計画
公表・意見募集期間	11月1日(水)～30日(木)	11月8日(水)～12月7日(木)	11月20日(月)～12月20日(水)
担当課・問合せ	高齢介護課高齢者福祉担当・介護担当 (☎ 594-5539・FAX 593-2862)	子育て支援課児童相談担当 (☎ 511-7702・FAX 592-5997)	環境課環境政策・保全担当 (☎ 594-5524・FAX 592-5997)

意見の提出方法 住所・氏名・電話番号(FAX番号またはメールアドレス)を記入し、次の方法で提出してください。各計画案の公表期間になるとリンクが表示されます▶

①郵送(〒364-8633 住所記載不要) ②FAX ③直接窓口(書面による提出) ④市ホームページ

※①～③による場合は、「北本市パブリック・コメント 手続意見提出書」を使用して提出してください。



募集

自衛官等

応募資格 18歳以上33歳未満(32歳の人は採用予定月の末日現在で33歳に達していない人)

①**一般曹候補生**
受付 11月30日(木)まで
試験日 (以下のいずれか1日を指定)
1次試験 12月9日(土)～12日(火)
2次試験 令和6年1月11日(木)～14日(日)

②**自衛官候補生**
受付 年間を通じて受付中
試験日 受付時にお知らせ

👤 自衛隊さいたま地域事務所 (☎ 048-651-2420)



市民大学きたもと学苑の受講生、市民教授

◆**後期講座B日程**
(令和6年1月～3月の講座)
生涯学習課や各公民館等で配布している「キタガク講座案内」パンフレットとじ込みの専用往復はがきまたはキタガクホームページからお申し込みください。

📅 12月1日(金・必着)まで

◆**市民教授説明会(12月初旬予定)**
令和6年度通年・前期講座に向けて新たに市民教授(講座の先生)を募集します。英会話、料理、地域学などを教えてくれる先生を探しています!

📄 詳細は下記へお問い合わせください。

👤 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)



地域包括支援センター東センターが12月から移転

勤労福祉センター内にある北本市地域包括支援センター東センターが、12月1日(金)から移転します。

👤 地域包括支援センター東センター (☎ 591-0211) ※11月末日まで

新住所 深井2丁目86番地 (☎ 577-5100、FAX580-5090) ※同一建物内の

北本市シルバー人材センター隣



〈広告〉

補聴器のご相談は ☎048-577-4080

補聴器専門店 **相談室ライカへ**

北本市本町6-33-1北栄ビル102 認定補聴器技能者 柴田 治のお店

営業時間午前9時～午後5時(月曜定休)

他店で購入した補聴器もメンテナンス・再調整を行っています 取り扱いメーカー Phonak WIDEX GN Oticon

「終活・断捨離」リサイクルイズミ
(株式会社イズミ)

お電話ください!! ☎0120-961-919

住所: 埼玉県行田市埼玉4173-2 https://www.recycle-izumi.net

1 いつまで放っておく? 2 重い危険大量 3 地元で表彰されている会社

・生前整理 ・空き家整理 ・遺品整理 ・家屋解体 ・不動産売却・etc



文化センター 中央公民館 (場間 ☎ 591-7321・FAX 591-7320) 北本市文化センター 検索

きたもとさくら亭

時 12月3日(日) 14:00~16:00
 出演 焼酎亭カシス、焼酎亭どら、こまち亭しらたき
 内華やかで賑やかな3人が登場。落語をはじめ、パントマイムや腹話術など笑いの魅力にあふれた芸を披露。
 定 100人
 費【全席自由】前売:1,200円
 申文化センター窓口にて発売中。



焼酎亭カシス



焼酎亭どら



こまち亭しらたき

プラネタリウム



【無料イベント】
 ①星のお宿
 時 11月12日(日)14:30
 内テーマ:しし座流星群
 ②県民の日特別投影
 時 11月14日(火)
 ③星見人・秋の天体観望会
 時 11月19日(日)17:30
 内月・木星・土星の観望
 申 11月12日(日)より受付開始 (9:00~17:00、☎592-1714)
 【有料番組】
 『クレヨンしんちゃん』『大恐竜時代』等
 時土・日曜日、祝日
 費大人200円、中学生以下100円
 申詳細はホームページを確認

おんてこぎ 鬼太鼓座 北本公演2023 Steps ~新たな高みへ~

時 12月17日(日)14:00~16:00
 内毎年恒例の鬼太鼓座公演。大地を切り裂く太鼓の轟音が会場に鳴り響く!
 費【全席指定】前売:一般3,000円 シルバー・子ども2,600円
 申文化センター窓口にて発売中。



トランプサイズからはじめる 油絵講座

時 12月1日(金)・15日(金) 14:00~16:00
 定 20人 費 1,000円(1回分)
 他画材貸出可
 申文化センターで受付中



第421回子ども劇場



時 11月18日(土)14:00~15:00
 出演 紙芝居 やぎさん一座
 内紙芝居「ころすけのぼうけん」「赤ずきんちゃんだいじけん」他、手作りおもちゃで遊ぼう!
 定 30人(先着順) 費無料

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 12月9日(土)・24日(日) 14:00~16:00
 定 25人 費 2,500円(2回分)
 他楽器貸出可
 申文化センターで受付中

地域の"ほしい"をサポート アクティブシニアの地域デビュー講座



得意なことや好きなことを生かした地域活動を始めようという講座です。
 時①11月30日(木)②12月7日(木)③12月13日(水)
 いずれも9:30~12:00
 申文化センター
 内市内在住・在勤の18歳以上で、地域活動に関心のある人
 申NPO法人エコ・コミュニケーションセンター代表 森良さん
 申11月6日(月)から受付フォームまたは北本市社会福祉協議会(☎593-2961)へ電話でお申し込みください。

オレンジカフェきたもと

年齢関係なく認知症の人が自ら活動し楽しむことができ、介護する人にとっては情報交換の場所です。「認知症ケア相談室」で、介護方法等の相談もできます。また、11月は埼玉県「ケアラー月間」です。無償で介護を行うケアラーへの支援の必要性について考えてみませんか。
 時 11月22日(水) 10:00~11:30
 申文化センター 費無料 申不要
 申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)

令和6年成人式



時令和6年1月7日(日)12:30受付、13:00開始
 申文化センター(駐車場に限りがあるため、車での来場はご遠慮ください)
 内平成15年4月2日~平成16年4月1日生まれの人のうち、令和5年10月1日現在で北本市に住居登録のある人または事前申込みをした人
 申12月1日(金)を過ぎても案内はがきが届かない場合はご連絡ください。
 ・状況等により変更になる場合がありますので、最新情報は市ホームページでご確認ください。
 申生涯学習課 社会教育担当 (☎594-5565)

市民文化祭舞台発表「文化のつどい」



時 11月11日(土)9:50~16:15 12日(日)9:55~16:30 19日(日)12:50~15:50
 申文化センター 費無料
 内11日・12日はダンス、バレエ、舞踊、楽器演奏などの団体発表。19日は合唱団体発表。
 申生涯学習課社会教育担当(☎594-5565)

イベント

「きたもと」の魅力を伝える Instagram発信講座

皆さんの考える「きたもと」の魅力をInstagramで発信しませんか?写真撮影・文章の作り方講座や取材ツアーも行います。第1回は12月を予定。詳細は申込み時のメールアドレスへ連絡します。
 申映像クリエイター 小高彩博さん
 申QRコードから申込み。
 申市長公室シティブロモーション 広報担当(☎511-9119)



きたもと朝市

新鮮な野菜や北本の名物・名品などが販売されます。
 時 11月17日(金)9:00~13:00
 申市役所庁舎ホール横の通路
 申北本市観光協会(☎591-1473)

埼玉県労働セミナー「職場におけるハラスメント対処法」

時 12月6日(水)18:30~20:00
 申文化センター
 内・各種ハラスメントの基礎知識
 ・ハラスメントの実態と実例
 ・ハラスメントへの対処法
 申労働者・求職者、事業者・関心のある人30人
 申法政大学講師 山本圭子さん
 申産業観光課商工労政 観光担当(☎594-5530)

〈広告〉

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

北本セレモホール 北本市宮内7-179 Tel: 048-591-2288 大駐車場・霊安室完備

事前相談受付中 LINE友達登録募集中! ID @zue6749s

セレモの会員制度 さくらさぼーと 多くの割引特典 入会金は1万円のみ

必要なものが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》 https://ceremohall.com

〈広告〉

北里大学メディカルセンター市民講座

日 時 11月18日(土) 13:00~14:30 (開場12:30) 参加費無料
 場 所 北里大学メディカルセンター 南館2階 AB会議室 駐車場無料
 テーマ 糖尿病について考えよう! 申し込み不要
 講師 高田 哲秀(内分泌代謝内科部長) 平賀 愛子(糖尿病看護認定看護師)
 問い合わせ 北里大学メディカルセンター総務課(北本市荒井6-100) ☎048-593-1212(代表)
 後援/北本市、桶川市、鴻巣市、各市老人クラブ連合会 ※人間ドックのご予約・ご相談随時受け付けております。(健康管理センター)

イベント

きたもと福祉まつり ～笑顔でつながる地域の輪2023～



時 11月26日(日) 10:00～14:00
※福祉作品展は11月25日(土)・26日(日)の2日間

場 市役所芝生広場、文化センター、児童館
内 福祉作品展、農産物・飲食物・手作り品の販売、マッサージ、北本太鼓かばざくら・北本市民吹奏楽団の演奏等

申 北本市社会福祉協議会
(☎ 593-2961、
E kitamoto.shakyo@gmail.com)



手話体験会 聴覚障がいのある人と仲良くなるために

時 11月22日(水) 10:00～11:30
場 文化センター 定 25人
講 北本市聴覚障害者協会 大島秀明さん
場 北本市立ふれあいの家 (☎ 593-4288)



ひとり親世帯にケーキをプレゼント!「クリスマス大作戦」



ひとり親世帯を対象に、クリスマスケーキを無料でお渡しし、自宅で楽しいひと時を過ごしてもらうことを目的とします。

時 12月22日(金)・23日(土)・25日(月)

※時間は店舗ごとに異なります

場 詳細はチケットに記載

内 申込み後、決定した世帯にはチケットを郵送し、市内の店舗に受取りに行ってください。

対 市内在住で18歳以下のお子さんがいるひとり親世帯

定 90世帯(ご家族の状況に応じて決定)
申 11月15日(水)からQRコードまたはメール、お電話にてお申し込みください。

場 北本市社会福祉協議会

(☎ 593-2961、

E kitamoto.shakyo@gmail.com)



ひだまりひろば

時 12月4日(月)～8日(金) 10:00～15:00 ※8日は13:00まで

場 市役所

内 北本市福祉団体連絡協議会参加団体の作品等の展示

場 北本市立ふれあいの家

(☎ 593-4288)

人権を守る市民の集い

12月4日～10日の人権週間に合わせ、「人権を守る市民の集い」を開催します。

時 12月10日(日)

開場 13:00、開演 13:30

場 文化センター 費 無料

内 ①中学生による人権作文の朗読

(「全国中学生人権作文コンテスト埼玉県大会」北本市代表作品)

②講演「こころで学ぶ楽しい人権講話～想うとはなんだろう～」

講 林家うん平さん(落語家)

定 90人(入場自由)

他 手話通訳・要約筆記あり

場 人権推進課 (☎ 594-5506)



パープルリボンキャンペーン (女性に対する暴力をなくす運動)

暴力のない社会の実現を目指し、11月12日～25日の運動期間を中心に次の取り組みを行います。

①パープルリボンキャンペーン

期 11月13日(月)～24日(金)

内 女性に対する暴力根絶のシンボルであるパープルリボンを市職員と市内参加事業所の職員の名札に貼付・パープルリボンにちなみ市役所庁舎と参加事業所を紫色にライトアップ

申 キャンペーンに参加する市内事業所は11月6日(月)までに市ホームページからお申し込みください。

②デートDV防止等啓発パネル展

期 11月14日(火)～20日(月)

※20日は17:00まで

場 文化センター

場 人権推進課 (☎ 594-5506)



お笑い(落語)講座

時 12月8日(金) 10:00～11:30

講 落語長屋おもしろ荘 長島利夫さん

定 20人(先着順) 費 100円

場 申 11月11日(土)9:00から参加費を添えて学習センター(☎ 592-3325)へ直接。

クリスマスリース作成講座

時 12月9日(土) 10:00～11:30

講 (公財)さいたま緑のトラスト協会

ボランティア

定 20人(先着順) 費 900円(材料費)

場 申 11月15日(水)9:00から参加費を添えて学習センター(☎ 592-3325)に直接。



間伐竹材でミニ門松作成講座

時 12月23日(土) 10:00～11:30

講 (公財)さいたま緑のトラスト協会ボランティア

定 20人(先着順)

費 900円(材料費)

場 申 11月23日(木・祝) 9:00から参加費を添えて学習センター(☎ 592-3325)に直接。



ビデオシアター『カサブランカ』

時 11月25日(土) 9:45開場 10:00上映

内 イングリット・バーグマン主演、アカデミー賞受賞の〈愛〉の名作

定 40人 費 無料

場 学習センター (☎ 592-3325)

Hip Hopダンス発表・体験&クリスマスイルミネーション点灯式

時 12月2日(土)

15:00～Hip Hopダンス発表・体験(出演:Baby Doll Kids)

16:00～飾り付けと点灯式

講 成井陽子さん

対 市内在住・在勤者(ダンス体験は中学生まで) ※小学校低学年以下は保護者同伴

定 ダンス体験 20人 費 無料

場 申 ダンス体験は11月11日(土)9:00から、ダンス鑑賞は12月2日(土)14:30～から勤労福祉センター(☎ 591-8550)へ直接。



ほのぼの映画館『荒野の決闘』

時 11月24日(金) 9:30～

定 30人(当日9:00から先着順)

費 無料

場 場 東部公民館 (☎ 591-2695)



自然観察公園を巡る 第9回健康ウォーク

時 11月19日(日) 9:30～13:00頃

場 北里大学メディカルセンター駐車場集合・解散

内 北里大学メディカルセンター前→第一三共前→東光寺(蒲葎クラ)→子供公園入口→一夜堤→桜土手→けやき→自然学習センター(自然観察公園内)→北里大学メディカルセンター前

定 20人程度 費 無料

申 11月8日(水)9:00～12日(日) 15:00に東部公民館(☎ 591-2695)へ直接。

共催 中央地域コミュニティ

北本でんしゃ広場 in 勤労福祉センター

時 11月11日(土)・12日(日) 10:00～16:30

内 集会室 いろいろなジオラマ展示 費 無料
場 勤労福祉センター (☎ 591-8550)

子ども書きぞめ教室

時 12月16日(土) 9:00～12:00

講 岡田康子さん

対 小学3年生～6年生

定 15人 費 200円(用紙代)

持 書きぞめセット、各学年のお手本、タオル、飲み物

場 申 11月25日(土)9:00～12月9日(土)17:00に参加費を添えて中丸公民館(☎ 593-1010)に直接。

冬のお散歩 ～季節を楽しむリース作り～

時 12月3日(日) ① 9:00～11:30 ② 13:00～15:30

定 ①②各15人

費 大人1,000円、小学生以下300円

場 申 11月23日(木・祝)までにサンアメニティ北本キャンプフィールド(☎ 593-0008)へ直接または電話。応募多数の場合抽選。

間伐材でストリングアート ～クリスマスツリーを作ろう～

期 11月23日(木・祝)～12月24日(日) 9:00～16:00(所要時間30～60分)

内 釘と糸や毛糸で描く「ストリングアート」

費 1個800円 申 当日受付にて

場 場 サンアメニティ北本キャンプフィールド (☎ 593-0008)

〈広告〉

マットサイズから大判ラグまで
圧倒の展示数約200枚!

手織絨毯&
ギャッベ展2023

11.3(金)～11.12(日)
小川家具 1F 特設会場

専門店
小川家具
since 1945

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

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。(8:00～19:00)
TEL048(538)7874
ケ-タイ080(5058)2635

鴻巣市原馬室422-6
(担当 くぼた)

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
ついてます!

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

イベント

北本よさこい



全国各地のよさこい 38 チーム・和太鼓 3 チーム・600 人が演舞を披露します。キッチンカー約 20 台も勢ぞろい。グルメコーナーも開設します。

時 11月12日(日) 10:00～15:00

他雨天中止・少雨決行 観見学無料

場 総合公園 ☎ 592-4050

花と緑の教室「春まで楽しめるクラシカルな寄せ植えづくり」

春まで長く楽しめる一鉢を作ります。

時 12月9日(土) 10:00～12:00

講 NPO 法人フラワーピースガーデンデザイナー 清原久代さん

定 15人(先着順) 費 3,500円(当日払い)

場 申 11月10日(金) 9:30 から総合公園 ☎ 592-4050 へ直接。定員に空きがある場合、13:30 から電話受付。受付開始時点で定員を超えた場合は抽選。

税のメッセージ展

児童・生徒の皆さんによる税のメッセージ作文や絵はがきを展示します。

時 11月11日(土)～17日(金)

9:00～22:00

場 HEY WORLD!! (ハイワールド)

場 上尾税務署 ☎ 048-770-1820

ステップアップ写真講座「冬の光と露出設定」



カメラの機能のより効果的な使い方や、グッとくるショットの撮影方法まで解説!雨天開催です。

時 12月10日(日) 9:30～12:00

対 中学生以上 定 12人(先着順)

費 1人 1,000円

場 申 11月8日(水)から自然学習センター

(☎ 593-2891)

☎ 593-2891



応急手当(上級救命)講習

時 12月23日(土) 9:00～17:00 受付 8:50～

※ WEB 講習受講者は受付 10:50

場 埼玉県中央広域消防本部

内 AED を用いた心肺蘇生法等

対 北本市・鴻巣市・桶川市に在住・在勤の中学生以上の人(再受講可)

持 AED を用いた心肺蘇生法等筆記用具、昼食 ※ WEB 講習受講者は WEB 講習受講証明書

場 申 11月15日(水)～12月16日(土)

9:00～に鴻巣消防署(☎ 048-597-2005)へ電話または直接。

健康増進センターイベント

モルック体験教室(全4回)

時 12月1日～22日の金曜日 10:00～11:30

定 12人(先着順) 申 11月10日(金)～

かんたん太極拳(全4回)

時 12月1日～22日の金曜日 11:00～12:00

定 20人(先着順) 申 11月11日(土)～

パッチワーク教室(全3回)

時 12月3日～17日の日曜日 10:00～11:30

定 10人(先着順) 費 700円

申 11月13日(月)から

初心者フラダンス教室(全3回)

時 12月5日～19日の火曜日 10:00～11:30

定 15人(先着順) 申 11月17日(金)～

心身を整える椅子ヨガ教室

時 12月5日(火)、令和6年1月19日

(金) 10:00～11:30

定 各回15人(先着順) 申 11月12日(日)～

各イベント共通

対 特記なければ北本市・桶川市・鴻巣市在住の60歳以上の人

費 1回ごとに入館料 60歳以上 100円、60歳未満 300円

場 健康増進センター ☎ 592-4300 へ電話または直接。※ 9:00～16:00



音楽健康体操教室(全3回)

時 12月6日～20日の水曜日 10:00～12:00

定 25人(先着順)

申 11月15日(水)消印有効の往復はがきで応募。結果は11月21日(火)以降返信。

ヨガ体操教室(全3回)

時 12月7日～21日の木曜日 10:00～11:00

定 市内在住 60歳以上の人 25人

申 11月15日(水)消印有効の往復はがきで応募。結果は11月21日(火)以降に返信。

初心者グラウンド・ゴルフ教室

時 12月7日・14日の木曜日 10:30～12:00

定 10人(先着順) 申 11月14日(火)～

健康相談(生活習慣病・食事改善等)

時 12月14日(木) 11:00～13:00

定 50歳以上の人 5人(先着順)

申 11月16日(木)～

ファミサポイベント

①講習会「保育の心」

時 11月25日(土) 13:00～15:30

場 幼稚園園長 費 無料

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 11月20日(月)までに電話。

②ファミサポ登録説明会

時 11月12日(日) 10:00～

所要時間 1時間程度

持 証明写真(縦3cm×横2.5cm)2枚、

保険証または免許証

申 前日までに電話。



①②共通

場 児童館

場 北本市ファミリー・サポート・センター ☎ 592-9965 ※平日 10:00～18:00

スポーツ

体育センター教室

①中学生バドミントン教室(埼玉県新たな地域クラブ活動実証事業)

時 毎週土曜日 15:00～17:00

対 中学生

費 2,000円/月(令和6年2月まで)

②卓球教室

時 毎週土曜日 12:00～14:00

費 2,400円/月 定 10人(先着順)

③スポーツウェルネス吹矢教室

時 毎週水曜日 14:00～16:00

費 1,200円/月 定 10人(先着順)

①②③共通

持 動きやすい服、室内シューズ

場 申 体育センター ☎ 593-2511

へ直接。

「続かない」を「続く」にするウォーキング講座

正しく効果的なウォーキングや、運動が習慣化する方法を学んでみませんか? トレーニングマシンを乗せたフィットネスクー(バス)もご利用ください。

時 11月24日(金)

・運動講座(「ウォーキング」と「習慣化」)…10:00～11:00 場 市役所

・バスイベント…10:00～12:00(11:00以降は講座参加者優先) 場 市役所駐車場

講 セントラルウェルネスクラブ桶川北本インストラクター

定 運動講座 40人(先着順) 費 無料

場 申 運動講座は健康づくり課健康増進担当(☎ 511-7704)

に電話、直接または QR コードから。バスイベントは申込み不要。



2023年北本市 市長杯争奪バドミントン大会

時 11月26日(日) 8:50 受付、

9:30 競技開始、16:45 終了予定

場 体育センター

内 男女ともダブルス戦。

男・女1部…上級者、男・女2部…中級者、

男・女3部…初級以上中級目標者、男・

女4部…初級者、中学生の部(男女)、小

学生の部(男女)、シニアの部(年齢合計

120歳以上、個人の年齢は60歳以上)

対 連盟員・各クラブ員、市内在住・在勤

の小学生以上の人。市外在住・在勤で

市内の施設を利用している人は参加可。

費 一般・大学生 1,500円、高校生 1,000

円、小・中学生 500円

申 11月17日(金)までに申込書を

体育センター受付箱に投函または

taikyo.kitamoto@theia.ocn.ne.jp

宛に件名「市長杯争奪バドミントン

大会」で氏名・性別・年齢・電話番号・

参加部門・金額をメール。連盟員は

所属クラブ長経由。

場 北本市バドミントン連盟(勅

使河原 ☎ 090-2221-1160)

市民レクリエーションの集い

時 11月23日(木・祝) 9:00～12:30

受付 9:00～12:00

場 体育センター、総合公園

内 オリエンテーリング、フォークダンス、

ブレイクタワー、モルック、ミニテニス、

ペタンク、輪投げ等。5種目以上体験

で景品が当たるスタンプラリー実施

対 市内在住、在勤の人 費 100円(当日持参)

持 室内用運動シューズ 申 当日直接会場へ

健康スタンプ対象事業

場 北本市レクリエーション協会

(細田 ☎ 090-4618-2343)

ミニバレー体験教室

時 11月25日(土) 9:30～12:00、9:10 受付

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 30人

持 運動できる服装、室内用シューズ、タオル、飲み物

申 11月20日(月)までに生涯学習課

へ直接または QR コードから申込み。

健康スタンプ対象事業

場 北本市スポーツ推進委員

連絡協議会

(飯塚 ☎ 080-5542-0480)



〈広告〉

心温まるご葬儀は当社へ

安心の家族葬

感染予防対策 実施中

2つのメリット+1

会館・祭壇 使用料無料

返礼品 2割引

(本社) ☎ 364-0004 北本市山中 1-1-15

もしもの時…まずはご連絡ください(霊安室完備)

365日 24時間受付 ☎ 0120-33-7475

北本店・桶川店・上尾店 http://plaza-oono.com

友の会会員募集中・事前相談随時

第46回学年別珠算競技大会

快挙!! 小学1年生!!

日商珠算検定 1級合格

日商暗算検定 1級合格(2023.2検定)

●読み上げ算(3年以下の部)では

3年生と競って1年生の武蔵心優が

見事 優勝!!

●準優勝(団体)(2022.12.3大会)

●三冠優勝(5年の部)増田凌士(大宮小)

(個人総合・読み上げ算・読み上げ暗算)

(読み上げ算)

●優勝(4年の部)山口裕花(大宮小)

●準優勝(6年の部)小平伊吹(大宮小)

●優勝(中学の部)山本大空(大宮南中1年)

武蔵心優(大宮南小1年)

無料体験受付中

日本商工会議所 指定教場

日本珠算連盟認定塾

中島珠算教場

☎ 048(593)5366 090(3544)2957

e-mail: 88.39nakashima@gmail.com

http://88soroban.jp/saitama/nakashima

※日商珠算検定、暗算検定

上級合格者、段位取得者多数!!

※随時制で、コースにより時間選択

※詳細は、お問い合わせください。

大宮教室・北本教室

北本市朝日 2-2-38

ワコーレ 管理棟集会所

健康豆知識 第133回

『甲状腺の異常について』

甲状腺は首の前面・喉仏の下にある蝶のような形をした臓器で、体の新陳代謝を促進している重要な二種類の甲状腺ホルモン（T4 と T3）を分泌しています。甲状腺の病気にはそのホルモンの分泌異常と腫瘍性疾患があります。ホルモンの産生が多くなることを甲状腺機能亢進症といい、その代表がバセドウ病です。逆にホルモン分泌が少なくなることを甲状腺機能低下症といい、その代表が橋本病です。

バセドウ病では甲状腺は大きくなり（甲状腺腫）、目が内側から押し出されるように見える（眼球突出）、脈が速くなる（頻脈）が特徴ですが、新陳代謝の亢進により体重減少、発汗、手の震え、不整脈などもみられます。自律神経失調症や更年期障害と間違えられることがあります。橋本病で機能低下症になりますと甲状腺が大きくなり、全身の代謝が低下することにより無気力、疲れやすさ、全身のむくみ、寒がり、体重増加、便秘、かすれ声などが生じます。うつ病や認知症と間違われることもあります。

いずれも自己免疫疾患で女性に多いのが特徴ですが、原因は不明です。正確に診断するために甲状腺ホルモンと脳下垂体から分泌される甲状腺刺激ホルモン（TSH）を測定する必要があります。バセドウ病と橋本病の診断には甲状腺自己抗体を測定します。いずれも血液検査でわかりますのでかかりつけ医にご相談してください。

甲状腺の腫瘍性疾患については血液検査ではわかりませんので画像検査、特に超音波検査をする必要があります。甲状腺ホルモンの主原料は海藻類に含まれるヨウ素（ヨード）です。必要なヨウ素は取らなければなりません。ヨウ素の多い昆布を毎日食べ過ぎたり、ヨウ素含有のうがい薬を多用すると、甲状腺ホルモンが作られなくなり甲状腺機能低下症となることがありますので注意が必要です。甲状腺は触れないのが正常ですので触れば大きいのでかかりつけ医にご相談して下さい。

提供：一般社団法人 桶川北本伊奈地区師会

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中央広域消防本部へ

☎ **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

電話相談 **#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

休日当番医 診療時間 9:00～17:00（時間厳守）

月日	医療機関名	科目	電話
11/12 (日)	深井小児科内科医院	小 / 内	591-5958
	桶川医療クリニック (桶川市)	内	048-786-5200
	伊奈病院 (伊奈町)	内 / 外	048-721-3692
11/19 (日)	北本整形外科	整 / 皮 / リハ	591-8871
	希望病院 (伊奈町)	内 / 神内 / リハ	048-723-0855
	埼玉県中央病院 (桶川市)	内 / 外	048-776-0022
11/23 (木・祝)	安里医院	内 / 小	542-2629
	石くぼ医院 (伊奈町)	内 / 消内 / 内視鏡内	048-872-6121
	埼玉県中央病院 (桶川市)	内 / 外	048-776-0022

11月8日～12月7日

月日	医療機関名	科目	電話
11/26 (日)	さとうクリニック	内 / 消 / 小	590-5977
	埼玉県中央病院 (桶川市)	内 / 外	048-776-0022
	なかた呼吸器科内科クリニック (桶川市)	内 / 呼内	048-729-2811
12/3 (日)	きたもと脳神経外科クリニック	脳外	592-8808
	伊奈病院 (伊奈町)	内 / 外	048-721-3692
	渡辺医院 (桶川市)	内 / 小	048-787-2181

- 桶川北本伊奈地区で広域的に実施しています。
- 新聞各紙で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。

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	日時	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 令和5年7月生まれのお子さん	東側 11月21日(火)	保健センター 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 持 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル 申 対象児以外は健康づくり課へ。 他 ・離乳食講習を同時実施しています。 ・令和5年7月生まれのお子さんの保護者を対象に子育て応援ギフトを配布します。 持 あかちゃん訪問時にお渡しした申請書、身分証明書（申請者および持参者）
		西側 11月24日(金)	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 令和4年4月生まれのお子さん	東側 11月13日(月)	保健センター 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 持 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル、タオル 申 対象児以外は健康づくり課へ。 他 令和4年4月生まれのお子さんの保護者を対象に、こども商品券を配布します。 ※商品券のお問合せは、子育て支援課子育て支援担当（☎ 594-5537）へ。
		西側 11月14日(火)	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 西側地区で令和2年9月・10月生まれのお子さん	西側 11月17日(金)	母子健康センター 時 9月生まれのお子さんは13:10～13:40 10月生まれのお子さんは13:40～14:10 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 申 対象児以外は健康づくり課へ。
9か月児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達・離乳食・育児の心配ごとの相談等 対 令和5年2月生まれのお子さん さんがいる母親または家族	東側 12月4日(月)	保健センター 時 1日～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 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
		西側 12月5日(火)	母子健康センター
乳幼児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達・食事の相談、育児の心配ごとの相談等 対 0～3歳未満のお子さん さんがいる母親または家族で希望する人	12月4日(月) (予約制)	保健センター 時 13:10～14:40 持 母子健康手帳、バスタオル 申 予約制。健康づくり課へ電話、直接またはQRコードから。
フッ素塗布	対 満1歳から小学校入学前までのむし歯のないお子さん	11月28日(火)	文化センター 時 初めての小学生は13:20～13:50 2回目以降のお子さんは13:50～14:20 費 1,430円/回 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。
プレママ・プレパパセミナー	内 出産の準備（呼吸法等）、赤ちゃんのお風呂の入れ方（実習） 対 妊娠28週以降の妊婦と家族で希望する人	12月8日(金) (予約制)	母子健康センター 時 9:30～12:00 定 8組（先着順） 持 母子健康手帳 申 12月1日(金)までに健康づくり課へ電話または直接。



（広告）

ニッポンの窓をよくしだい MADO ショップ北本店
MA DO ショップ
(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
サッシ組立・取付工事スタッフ募集中!

☎ **桶川市の学校・保育所給食 調理員募集**
 子ども達の「おいしい」と笑顔を身近に感じられる!
自分に合った働き方を!
 ↓お問い合わせ↓
(公財)桶川市施設管理公社
 ☎048-787-5111
 月～金 9:00～17:00

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。



北本市北本駅子育て支援センター



11月のひろば クリスマスリース作り 時 11:00～11:45

7日(火) 対0歳、14日(火) 対1歳、21日(火) 対2歳以上

育児講座「抱っこひもでダンス」

時 11月22日(水) 10:30～11:30 (開場 10:15)
 対 市内在住の首がすわった0歳～抱っこひもを使っているお子さんと保護者
 講 センター職員 定 12組 (先着順) 持 抱っこひも
 申 11月13日(月) 9:00～電話または直接。

イベント「寝相アート 冬バージョン」

時 11月30日(木) ①10:00～10:50 ②11:10～12:00
 対 令和4年11月1日以降に生まれたお子さんと保護者
 定 各回8組 (先着順) 持 カメラなど撮影ができるもの
 申 11月20日(月) 9:00～電話または直接。

手作りの日～手・足型アート～

時 11月16日(木) ①9:30～10:00 ②10:10～10:40
 ③10:50～11:20 ④11:30～12:00
 持 ウエットティッシュ 定 各回5組 (先着順)
 申 11月8日(水) 9:00～電話または直接。

誕生会「大きくなったね」

時 11月24日(金) 11:00～11:30 ※誕生月のお子さんは手形と写真をとるので10:30までに来てね

Coccoひろば北本



11月講座 秋の公園で遊ぼう!

時 11月21日(火) 10:30～11:30 ※受付 10:15～
 場 総合公園※現地集合・解散
 対 定未就学児と保護者 10組程度 費 無料
 持 飲み物、帽子、タオル、砂場遊び道具 (任意)
 申 11月2日(木)～11日(土)に電話または直接。
 抽選の結果は11月14日(火)までに電話で連絡します。

ひろば企画

- ・あつまれ2・3さい! 時 11月7日(火) 10:30～11:30
- ・あつまれ1さい! 時 11月16日(木) 10:30～11:30
 『いろんなものに触ってみよう!』色々な種類のものに触って感触を楽しみましょう。申し込み不要。
- ・ひろばデビューの日 11月14日(火)
 初参加をサポート。2回目以降の人も参加OK。
- ・すくすくデー 11月9日(木)・25日(土)
 14:30までにお越しください。※25日(土)はお子さんと一緒に手形がとれます
- ・ばぶばぶデー 12月7日(木)
 あんよ前のお子さん対象。ベビー手形の日! 兄弟と一緒に参加は12:00から利用可
- ・わらべうたと絵本タイム 11月18日(土) 11:15ごろ
 ともだち文庫の藤本さんによるわらべうたと絵本タイム
- ・おはなしタイム 11月28日(火)、12月2日(土) 14:00ごろ
 大型絵本やペープサートなどお楽しみに。

北本市子育て支援センター



お楽しみ遊びの日 時 11月29日(水) 11:15～11:30

カレンダー作り 時 11月27日(月) 9:30～15:30 定 30組

11月のひろば 運動会 時 10:30～11:15

15日(水) 対1歳、22日(水) 対2歳以上

11月のひろば ねんねこ 時 8日(水)10:30～11:15

内 グリコ栄養相談 対0歳 申 不要

講習会「リトミック」

時 11月20日(月)10:30～11:30 (開場 10:15～)
 講 リトミック研究センター認定講師 藤生幸恵さん
 対 市内在住の0歳以上のお子さんと保護者 定 15組 (先着順)
 申 11月7日(火) 9:30～電話または直接。

出張センター in 総合公園

時 11月28日(火)10:30～11:30 ※現地集合・解散
 対 10歳 (先着順) 他雨天中止
 申 11月13日(月) 9:30～電話または直接

お下がり交換会※センターは通常開所

時 11月30日(木)9:30～15:30
 内 サイズアウトした服やおもちゃ・ベビー用品の交換

中丸保育園子育て支援センター



レジンキーホルダー作り 時 11月15日(水) 10:30～

対 定未就学児のお子さんとその保護者 10組 費 200円

アロマスプレー作り講習会 時 11月17日(金) 10:30～

内 安眠スプレー・リフレッシュスプレーから選択 費 300円
 対 定未就学児のお子さんとその保護者 10組 (先着順)

お楽しみ会 ～クリスマスツリー制作～

時 11月28日(火)10:30～ 費 無料
 対 定未就学児のお子さんとその保護者 20組 (先着順)

どうぞの服～もらってください～ 時 11月中 13:30～15:00

内 内容付いただいた洋服や靴の貰い手歓迎 費 無料
 対 定未就学児のお子さんとその保護者 20組 (先着順)

北本市子育て支援センター ☎590-7676・FAX590-7677

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その保護者、妊娠中の人

北本市北本駅子育て支援センター ☎592-9961・FAX501-2766

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その保護者、妊娠中の人

Coccoひろば北本 ☎592-4039・FAX593-2035

時 火、木、土曜日 10:00～15:00
 場 コープみらい北本店3階 Coccoルーム
 対 0歳～就学前のお子さんとその保護者、妊娠中の人とその家族

中丸保育園子育て支援センター ☎592-5615・FAX592-9386

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その保護者、妊娠中の人

児童館 ☎598-7643・FAX598-4786

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その保護者、妊娠中の人

児童館の催し

児童館
 (☎598-7643・FAX598-4786)

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
当日参加券配布			
お誕生会	11月生まれの0歳～3歳とその保護者7組 (先着順 9:30～配布)	11月20日(月) 10:30～11:00	ケーキのフォトブースでの記念写真と手形をとってお祝いしましょう
つくってみよう (20分程度の簡単な工作)	4歳以上のお子さん15人 (先着順)	11月11日(土) 15:00～16:00	かわいい「カエルのふきもどし」をつくりまます
申込み不要			
はかってみよう	乳幼児とその保護者	11月13日(月) 9:00～11:30	お子さんの成長記録を残しましょう
けん玉クラブ	6歳以上10人 (先着順)	11月19日(日) 13:15～14:00	児童館ルールに則り、希望者は検定を実施
わくわくタイム	幼児とその保護者	11月29日(水) 15:00～16:00	お友だちと一緒に「お花紙あそび」をしましょう
チャレンジ (サイコロ目あわせ)	全来館者	月～金曜日 (祝日を除く)	自分の記録に挑戦しよう!
12月の予定			
申込み不要			
ねぞうアート	全来館者	12月1日(金) ①10:00～11:00 ②14:00～16:00	月替わりの壁面で楽しい写真を撮りましょう
今月の壁面製作 (スノードーム)	乳幼児とその保護者 (先着 15組)	12月6日(水) 10:45～11:30	作品を児童館に飾りましょう
12月1日(金) 10:00～申込受付 電話可			
育児講座 (手形アート)	乳幼児とその保護者 10組 (先着順)	12月13日(水) 10:00～10:45	お子さんの手形でかわいい作品をつくりましょう
パパママひろば	0歳の乳児とその保護者 7組	12月16日(土) 10:00～10:45	ベビーマッサージや、ふれあい遊び、おしゃべりを楽しみましょう
育児相談 (1人30分程度)	乳幼児とその保護者 3組 (先着順)	12月25日(月) 10:00～11:30	子育てに関する相談など、お話ししましょう
栄養相談 (1人30分程度)	乳幼児とその保護者 4組 (先着順)	12月8日(金) 9:00～11:00	栄養士による栄養、食育相談

こども図書館の催し

こども図書館
 (☎598-7642・FAX 598-4785)

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	好きな時に、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			
わらべうたとよみきかせ	0～3歳 保護者と一緒に	毎週水曜日 10:30～	わらべうたや手あそび、読みきかせなどを親子でたのしむ会
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～ 各回約30分	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!

※第2土曜日と第4金曜日のおはなし会は、北本市子ども文庫連絡会、北本市子どもの本を楽しむ会との協働おはなし会です。



令和6年度学童入室説明会

令和6年度入学予定の新1年生に向けた入室書類配布等の説明会を行います。
なお、申込方法は民設放課後児童クラブと公設学童保育室では異なります。各問合せ先へご確認ください。

民設放課後児童クラブ説明会 (NPO法人さんらく)

時 12月9日(土)
10:00~11:00、13:00~14:00
場 キッズクラブ北本西(中央4-68-1)
※キッズクラブ北本南と合同で行います。
申 問 NPO法人三楽鴻巣支部
(鴻巣市中央24-16-101、☎541-3555)
へ電話で申込み。
※平日10:00~18:00



公設学童保育室説明会 (NPO法人北本学童保育の会うさぎっ子クラブ)

時 12月2日(土) 10:00~12:00
場 小学校併設の学童保育室
申 詳 しくは就学時健診で配布する書類を
ご確認ください。予約不要。
問 北本市学童保育室指定管理者
NPO法人北本学童保育の会うさぎっ子クラブ事務所
(☎594-8637)



12月1日は世界エイズデー 性感染症について考えてみませんか

12月1日は世界エイズデーです。
エイズ、梅毒などをはじめとした、性感染症全般について考えてみませんか。鴻巣保健所では、毎月匿名でのHIV・性感染症検査を行っています。性感染症の不安がある人は、保健所での検査もご検討ください。
時 HIV: 毎月第3月曜日、第4火曜日
梅毒等5項目: 毎月第4火曜日
場 鴻巣保健所(鴻巣市東4丁目5-10)
費 無料
申 問 鴻巣保健所保健予防推進担当(感染症担当)
(☎048-541-0249) ※音声ガイダンス1番へ電話。

ヘルスアップ調理講習会

生活習慣病を予防するためのバランスのよい食事についてお伝えします。お気軽にご参加ください。
時 11月22日(水)10:00~13:30
場 勤労福祉センター
定 25人(先着順) 費 300円
持 エプロン、三角きん、ふきん
申 問 11月16日(木)までに北本市食生活改善推進員協議会(佐藤☎・FAX592-7763)へ電話またはFAX。

<広告>

お正月前の畳替え 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

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。

まつ 松店
〒364-0026 北本市荒井1丁目165
受付時間帯 土曜日のみ 9:00~17:00まで
TEL 080-7694-6622

※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、遠慮させて頂くこともあります。

各種相談案内

※状況により中止になる場合があります。
※相談日が祝日のときはお休みです。

相談日 11月8日~12月7日

相談名	日時	場所	問合せ
税務相談(予約制)	11月14日(火) 10:00~12:00、 13:00~15:00	市役所 相談室1-C	税務課市民税担当(☎594-5518) ※前日までに申し込みください
福祉総合相談	毎週月~金曜日 9:00~17:00	共生福祉課地域共生担当(☎594-5517)	
行政相談(国や県等への要望や苦情の相談)	11月22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)
市民相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00		市民課市民相談担当(☎594-5529) ※実施日の3日前までにお申し込みください
不動産相談(予約制)	11月10日(金) 13:30~16:20		
法律相談(予約制)	弁護士 毎週水曜日 13:30~16:20 司法書士 第1・3金曜日 13:30~16:20		
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)	
人権相談	11月21日(火) 13:30~15:30 (受付は15:00まで)	文化センター	人権推進課(☎594-5506)
女性相談(予約制)	11月15日(水)、12月6日(水) 10:00~16:00(1人50分)	市役所相談室	
子どもの権利相談	毎週月~金曜日 10:30~18:00 (17:15以降の面談は要予約) 11月25日(土) 13:30~15:20	市役所相談室 文化センター	人権推進課(☎590-5011、 0120-0874-56 ※子ども専用)
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	12月4日(月) 10:00~12:00	総合公園(☎592-4050)	
心配ごと相談(予約制)	11月15日(水)、12月6日(水) 9:30~11:30	総合福祉センター	社会福祉協議会(☎593-2961) ※前日までに申し込みください
結婚相談(予約制)	11月18日(土)、12月5日(火) 13:30~15:30		社会福祉協議会(☎593-2961)
ボランティア相談	12月2日(土) 10:00~12:00	勤労福祉センター	内職相談室(☎591-8551)
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 北本市無料職業紹介所	産業観光課商工労政・観光担当 (☎594-5530) 住宅増改築相談の当日の 問合せは(☎591-1111)
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		
住宅増改築(新築)・リフォーム相談	11月11日(土) 9:00~12:00	市役所相談室	

暮らしの110番

北本市消費生活相談あれこれ 167

■屋根や軒の工事を勧める訪問勧誘に注意

「知らない業者が『近くで工事をしていたら、お宅の屋根の瓦が浮いているように見えた。すぐに点検したほうがいい』と訪ねてきた。業者はすぐに梯子を持ってきて屋根の点検をしてくれた。業者がスマートフォンで撮った写真を何枚か見せられ、『瓦が浮いていて危険な状態になっている。瓦にひびが入っているところもあり、このままでは雨漏りする可能性もある。早いうちに修理したほうがいい』と言われた。『今日契約してくれるのであれば、工事費を値引きする』と言われたので、契約してしまった。よく考えると値引きされても高額なので解約したい』との相談がAさんから寄せられました。
Aさんのように、突然訪ねてきた業者から屋根の不具合を指摘され、「すぐに修理しないと近所の迷惑になる」などと不安をあおられて契約させられたとの相談が、多くの消費生活センターに寄せられています。実際は不具合など確認できない場合もあるので、自然災害直後は特に気を付けてください。
すぐに契約を勧められる場合は注意が必要です。その場で契約するのは避けて、複数の業者から見積りを取り、契約内

容をきちんと確認してから契約するようにしてください。
突然訪ねてきた業者に安易に点検させないことも大切です。高齢者世帯からの相談が多くなっています。相手の言うことが事実なのか、本当に必要な工事なのかを、家族や周囲の人に相談してください。
訪問販売の場合、工事が終わっていてもクーリングオフできる場合があります。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)
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

現代アートチーム 目[mé]

北本市内のアトリエを拠点に活動する、アーティストの荒神明香さん、ディレクターの南川憲二さん、作品を形にするインストーラーの増井宏文さんの3人を中心とした現代アートチーム。今年、さいたま国際芸術祭 2023 のディレクターを務める皆さんに、作品づくりと、芸術祭の見どころを伺いました。
主な作品: さいたまトリエンナーレ 2016 『Elemental Detection』 / TokyoTokyo FESTIVAL スペシャル 13 『まさゆめ』など。



みなみかわ けんじ 南川憲二さん
こうじん はるか 荒神明香さん
ますい ひろふみ 増井宏文さん

北本との縁

南川: もともと、僕と増井の2人と荒神は別の活動をしていたのですが、北本で以前行われていた「北本ビタミン」というアートプロジェクトがきっかけで密に関わるようになったんです。荒神の持つ独特な感性に触れて、ぜひ一緒にやりたい、と誘って結成しました。だから、目[mé]は北本で誕生したんですよ。チーム名は、荒神の「大事すぎで、皆が気づいていないことを名前にした」という話を聞いて、僕から「目はどう?」って提案しました。

目[mé]の作品「ベリニョ」

南川: 僕たちの作品は荒神の「感性」がコアになっています。それに対して僕が見せ方を提案して、増井がそれを形にしていく、という役割ですね。
荒神: 市内の田んぼとか、住宅街を歩きながら考えるんです。北本というまちから、モチベーションとインスピレーションをもらっていますね。例えばですけど、小学生の頃に、空の圧倒的な広さを感じて「なんで空には人間は落ちないだろう」と感じてたことをふと思い出して、南川に話をするんですよ。
南川: 最初は意味が分からないんですけど(笑)、話を聞いて、実際に広い場所まで空に向かっていくと、ふと「あ、怖いかも」と感じる事があって。そういう荒神の「気づきや感性」に説得されて、どうやって作品にするかを考え始めます。コンセプトを決めたら、2人で増井にプレゼンするんです。増井は作る部分を担当しているので現実的な苦労も考える立場なんですけど、僕たちのアイデアについても本気で向き合ってくれ

北本というまちが「何かやらないきゃ」というモチベーションをくれる

す。3人で納得いくまで対話を重ねて、「面白い」と信じたことを本気で形にする。それが彼のすごいところですよ。
例えば、無数の小さな時計をムクドリの子の群れのように配置した「movements」という作品があるんですが、まさに市内の公園でみたムクドリの子の群れからインスピレーションを受けて生まれたものなんです。
10年目の新たな挑戦、「ついたま国際芸術祭」をつくる
南川: 活動を始めてから10年目というのもあり、今までと違うことをやろうと思ったんです。目[mé]の作品主体ではなく、さいたま市さんと一から考えることで、今までと全く違う視点の芸術鑑賞の機会をつくらうとしていきます。この芸術祭を終えた時、自分たちがどう変わるのか、それも今回の目的のひとつだと思っています。



公園を散歩するように、営みを「みる」ことを楽しんでほしい

を見るっていう行為が生まれると思っています。普段作品を見る時、「作品を理解しなきゃ」と構えて見ることが多いじゃないですか。今回はもっと気軽に、公園を散歩するような感じで見てもらいたいです。公園ってなにか作品があるわけじゃないけれど、鳥が飛んだとか、アメンボがつくる波紋とか、皆何かを見て「みて」いるじゃないですか。あんな風に、何かを準備してる人、働いてる人、作品を見ている人とか、いわゆる日常、人間の営みそのものを見る。そんなコンセプトで作っています。来場した人それぞれが、その時「みた」ことを楽しんでもらえたら嬉しいですね。

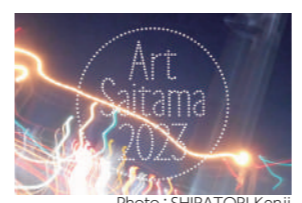


Photo: SHIRATORI Kenji
さいたま国際芸術祭 2023
開催中〜12月10日(日)まで
テーマ:「わたしたち」
国内外のアーティストの作品や市民プロジェクトなど、多彩なプログラムを展開。世界をあらたな目でもう一度「みる」機会を創り出す。



▲目[mé]がディレクションを手がける、さいたま国際芸術祭 2023 のメイン会場(旧市民会館おおみや)

世紀の大発見! デーノタメ遺跡を読む

連載第3回 見えてきた植物利用

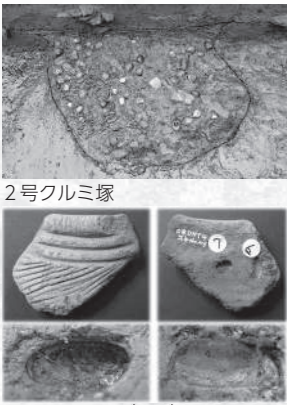
大宮台地の北部に位置する北本市は、とても遺跡の多いまち。人々は旧石器時代からこの地に暮らし、縄文時代には各所でムラが営まれました。中でもデーノタメ遺跡は全国に知られた縄文時代の遺跡です。全5回の連載で、国指定史跡を目指すこの遺跡の魅力に迫ります。
文化財保護課 (☎ 594-5566)

花粉は語る

デーノタメ遺跡の特徴である低地遺跡の魅力は、泥炭層の中に豊富な情報を残していることです。平成20年の調査では、まず土中の花粉を分析しました。その結果、縄文時代中期にムラが営まれると、低地にはクミミ林が、台地上にはクリやドングリの林が広がり、ウルシの栽培も行われていたようです。また、後期になると気候の寒冷化に伴い、トチノキ林が急速に拡大することもわかってきました。
花粉はムラの植生とその変化を明確に物語ってくれるのです。

クミミ塚の不思議

低地の調査では、さまざまな遺構が確認される中、特に注目されるのが貝塚ならぬクミミ塚です。クミミ塚は6か所点在し、そこで発見されたクミミ核(殻)の多くは人が石で



2号クミミ塚
土器についたダイズの圧痕

割ったものでした。明らかに縄文人が食べた痕跡です。また、クミミ塚の土を洗い出すと、ニワトコ・マタタビ属・クワ・ブドウ属など、多様なベリイ類の種子を多く含んでいます。縄文人が酒やシロップを作っていた可能性がうかがえます。
このため、クミミ塚は縄文人の食や植物利用を知る上で、とても重要な情報源といえるのです。
縄文人のマメ栽培
クミミ塚のうち、2号クミミ塚では土器片を含んでいましたが、そのうちの一片には、なんとダイズの圧痕が認められました。長さは1.2センチで、ダイズの野生種であるツルマメの倍以上の大きさです。この圧痕は5千年前の関東で、ダイズを栽培していたことを証明する初めての事例(※)として新聞報道されました。
実は、クミミ塚では炭化したアズキの種子も複数見つかっています。もしかしたら、縄文人が納豆を食べていたかもしれないと考えると、何だか親しみがわいてきますね。

※野生種では見られない大きさで、栽培ダイズに近いサイズであることから、縄文人の手によりダイズの栽培が行われていたと考えられる。

せせらぎ短歌会

老いるとはこういうことか
今なれば 祖父母先人の心中を想う
重い戸の戸車替えて軽くなり
部品交換せめてわが身も
遅れまじ遅れまじとよゆうゆうと
先行き行く親を追うひな九羽
ウィークデーの日課となりし筋トレは
十分なれど成果嬉し
梅雨の晴れ間に現れしばさまは
今年還暦の洗濯好きなり

大塚 鶴子
下山 宏美
杉浦 寛子
成塚 伸子
米山 清美

北本写真クラブ

満点



「大安吉日」
大島裕子さん



「蜻蛉」
工藤秀樹さん

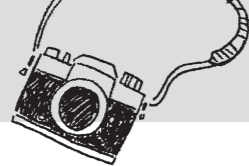
市民ギャラリー



「はじまり」
広原直子さん



「何みてる?」
原山千恵子さん



北本中学校水泳部と剣道部、陸上部が体育大会での活躍を報告！

8月30日、埼玉県学校総合体育大会および全日本中学校通信陸上競技埼玉県大会で優秀な成績を収めた北本中学校の生徒が市長に結果を報告しました。水泳部の森香乃さん（3年）が女子100mバタフライと200mバタフライで1位となり全国大会出場、掛札彩乃さん（2年）が女子800m自由形で3位となり関東大会出場を決めました。剣道部は団体戦で男子が優勝し全国大会へ、女子が第5位で関東大会へ、吉野一真さん（3年）が男子個人戦で優勝し全国大会への出場を決めました。陸上部の久司竜生さん（3年）は男子400mで3位となりました。



宮内中学校水泳部が体育大会で大活躍！

8月30日、埼玉県学校総合体育大会で優秀な成績を収めた宮内中学校の生徒が市長に結果を報告しました。水泳部の綿村芽依さん（3年）が女子200mバタフライで7位、小林航介さん（3年）が男子1500m自由形で1位となり、それぞれ関東大会、全国大会への出場を決めました。2人は高校生になっても競技を続けるという思いを力強く語り、市長からは温かいエールが贈られました。



東中学校水泳部とバドミントン部が体育大会で快挙！

9月5日、埼玉県学校総合体育大会で優秀な成績を収めた東中学校の生徒が市長に結果を報告しました。水泳部の古江良さん（3年）が男子200m自由形・400m自由形で1位、桜井花菜さん（2年）が女子200mバタフライで5位となり、それぞれ全国大会、関東大会への出場を決めました。バドミントン部では団体戦で女子が準決勝に進出し、関東大会出場を決めました。8月に行われた全国大会、関東大会では、それぞれの生徒が練習の成果を発揮し健闘しました。

きたもと掲示板

開催

デーノタメ遺跡ワークショップ ～拓本をとってみよう～

期 11月23日（木・祝）
13:30～15:00
場 文化センター
内 デーノタメ遺跡から出土した土器などの説明・講義の後、実際に拓本をとるワークショップ
費 市職員 無料 定 25人（先着順）
申 11月7日（火）から北本・図書館友の会（高田 ☎ 592-1019）へ電話。

第32回 満点展（陶電門コラボ）

期 11月28日（火）～12月3日（日）
9:00～17:00
（初日12:00から、最終日16:00まで）
場 文化センター
内 点描、パステル等の絵画と陶芸の作品展示
費 無料
場 満点・陶電門
（峯岸 ☎ 090-2638-2548）

アコロハ☆フェスタ#50 アコースティック&ハワイアンライブ

期 11月19日（日）12:30～16:20
場 コミュニティセンター
内 ゲスト：ザ・ダックス 費 入場無料
場 アコースティックライブ
（奥田 ☎ 090-3503-7776）

民謡体験講座

期 11月17日（金）・24日（金）
13:00～15:00（全2回）
場 勤労福祉センター
内 仕事と生活のうた、その美しい表現について
費 無料 定 20人（先着順）
場 みんようの会
（田口 ☎ 090-8519-5066）

写彩会 モノクローム写真展

期 11月22日（水）～26日（日）
9:00～17:00（最終日は16:00まで）
場 文化センター 費 無料
内 光と影の身近な世界
風景、静物、スナップ
場 写彩会（鈴木 ☎ 090-3528-6364）

かたりあいカフェ

期 11月25日（土）14:00～16:00
場 文化センター
内 生きづらさを抱えた人の当事者会（ピアサポート）
場 かたりあいカフェ運営グループ
（荒井 ☎ 090-3438-6814）

きたもと掲示板への掲載方法

きたもと掲示板では、市内で活動する団体の会員募集や催し物のお知らせを掲載しています。掲載を希望する場合は、掲載希望号の前々月の20日（休日の場合直前の開庁日）までに所定の掲載依頼書（市ホームページ掲載）を提出してください。
※掲載希望を多数いただいた場合、規定に定めた優先順位に従って掲載します。
※政治・宗教・営利等を目的としたものは掲載できません。



突撃！ 市民リポーター



ゴーラー、アスリート、ダイエッターみんな必見！ 新名物プロテインかき氷！！

こんにちは。市民リポーターの山北陽子です。今年、営業18年目に突入した、「コーヒーとタイヤキのカラク」さんに行ってきました。カラクさんといえば、柄のついたハシという金型でひとつひとつ丁寧に焼く「天然もの」のたい焼き（一丁焼き）が有名ですが、なんとこの夏からプロテインかき氷が登場！



グレープ味でブルーベリーソースが乗ったこのかき氷、なんとタンパク質が21g摂取できます。タンパク質はダイエッターやアスリートには欠かせない栄養素。お手頃な市販のプロテイン飲料で15g～20g含有が主流な中、スイーツ感覚で21gも摂取できるのは嬉しいかぎり。ゴーラー（かき氷マニア）の皆さんもぜひチェックしてくださいね。

また、以前から気になっていた、おからシフォンケーキも合わせて注文。



こちらはラカント（カロリーゼロの自然派調味料）を使用し1ピースあたり糖質量1g以下&脂質量10g以下、糖質制限、ケトジェニック対応、小麦・乳不使用、グルテンフリー！
実はこちらのオーナーご夫婦は日々、キックボクシングで身体を鍛えるアスリートでもあるのです。自ら健康な身体づくりを実践し、結果を出し続けるお2人との会話を楽しみながら、美味しい淹れたてコーヒーも合わせて至福の時間を過ごせました。カラクさんのヘルシースイーツ、要チェックですよ！

コーヒーとタイヤキのカラク
（☎中央1-8-1、☎593-1265）
営業時間 9:30～17:00（火曜定休）



プロテインかき氷以外に、通常のメニューもあります！



WEBレポートもご覧ください！