

# KITAMOTO 暮らしガイド

2013 **6**

楽しく安心・安全、快適に暮らすための情報誌

June No.904



## CONTENTS

【注目情報】 高齢者等見守りネットワーク発足 ..... 2、3  
 ごみ処理広域化で合意 ..... 4  
 「男女共同参画プラン」を策定 ..... 4

【お知らせ】 7月6日、市民課窓口の土曜閉庁 ..... 6  
 児童手当・特例給付の現況届は6月中に ..... 7

【募集】 市民文化祭文化のつどい参加団体 ..... 10

- 1 東間の富士塚が市指定文化財に・・・24
- 2 いきもの講座「テントウムシ」・・・13
- 3 キタガク講座申込み受付中・・・5
- 4 ラベンダースティック作り講習会・・・13
- 5 市民文芸誌「むくろじ」作品募集・・・10
- 6 総合公園 7 北本自然観察公園  
 ……・特集夏のさわやかスポットに行ってみよう！

● 暮らしの情報はこちら側から、特集は反対側からご覧ください。 ● 休日診療（当番医）は保健・子育てページに記載されています。

■ 発行日 平成25年（2013）6月1日発行 ■ 編集と発行 北本市役所 総合政策部秘書広報課

ホームページ <http://www.city.kitamoto.saitama.jp>

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

市民課窓口は土曜日(9:30~12:00)も開庁しています(年末年始を除く) ※お取り扱いできない業務もありますので、ご確認ください

facebook mixi twitter LINE  
 上記メディアでも情報を発信しています。>>>>>>>>>



この印刷物は再生紙と環境にやさしい植物性インキを使用しています。



JQA-EM1515

北本市役所は、国際環境規格「ISO14001」の認証を、取得しています。



# 注目1 高齢者等見守りネットワークが発足

☎高齢介護課高齢者福祉担当(☎594-5539)

4月24日、文化センターにおいて、新聞販売店や宅配事業所など11事業所と、北本市自治会連合会や北本消防署など6団体・機関の出席のもと、北本市高齢者等見守りネットワーク発足式が開催されました。北本市高齢者等見守りネットワークは、高齢者等が住み慣れた地域で安心して暮らしていくためのネットワークです。

## ■発足の背景

本市においても、戦後の第一次ベビーブーム世代といわれる昭和22年～24年生まれ、いわゆる「団塊の世代」が65歳以上に達しはじめ、急速に高齢化が進んでいます。また、ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯も増加しています。

家族や地域社会のつながりが希薄化するなかで、高齢者が地域社会から孤立し、振り込め詐欺に代表される高齢者を狙った犯罪や高齢者の虐待問題、孤立死等、様々な問題が発生しています。これらの問

題については、既に民生委員や自治会による見守り等の支援は行われていますが、よりきめ細やかに対応するには、地域住民や事業所がネットワークを組んで、地域全体で取り組んでいくことが必要になっています。

## ■高齢者等見守りネットワークとは

高齢者や障がい者の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、地域の協力団体、協力機関、協力事業所などと市が連携し、社会的孤立の早期発見、虐待防止、相談・支援などのきっかけをつくり、効果的に支援する仕組みです。

ネットワークの協力者は日常生活や日常業務の中で、高齢者宅等に新聞や郵便物がたまっていたり、昼間でも雨戸が閉まったままになっているなどの異変に気付いたときには、市役所や地域包括支援センターに連絡します。連絡を受けた市役所や地域包括支援センターは状況を確認し、必要な支援を行います。



## ■見守り協力者

業種等	名称	業種等	名称
協力団体	北本市自治会連合会	新聞販売店	毎日新聞北本販売所
	北本市民生委員・児童委員協議会		毎日新聞南部専売所
	北本市コミュニティ協議会		読売センター北本東部
	北本市老人クラブ連合会		読売センター北本西部
協力機関	北本市社会福祉協議会	牛乳販売店	読売センター北本南部
	鴻巣保健所		読売センター北本北部
	鴻巣警察署		新井乳販高尾販売店
	埼玉県央広域消防本部 北本消防署		小島食品北本店
ライフライン事業者	新日本瓦斯株式会社	宅配事業所	森永牛乳加藤販売所
	東京電力さいたま支社		埼玉ヤクルト販売株式会社北本センター
新聞販売店	桶川北本水道企業団	生活協同組合コープみらい北本センター	配食サービス けんたくん
	朝日新聞サービスアンカー北本		宅配クック 1 2 3 上尾桶川北本店
	朝日新聞サービスアンカー北本東部		

※北本市高齢者等見守りネットワーク協力事業所を募集しています。

## ■連絡が必要な異変の例

- ・新聞や郵便物、牛乳などがたまっている
- ・夜になっても洗濯物が干したままになっている
- ・暗くなっても電気がつかない
- ・ここ数日、姿を見かけない
- ・不自然な服装で歩いている
- ・家に帰れなくなっている
- ・どなり声がよく聞こえる
- ・不自然なあざや傷がある
- ・不審な業者がよく出入りしている
- ・町内会の活動などに急に現れなくなった

## ■民生委員による高齢者支援票の作成

市では、毎年、民生委員活動強化月間に民生委員の協力をいただき、高齢者の介護予防と生活支援等を目的に「高齢者支援票」を作成しています。

そのため、5月～6月に民生委員が訪問しますので、趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

## ○訪問対象者

- 1 65歳以上のひとり暮らしの人
- 2 双方が75歳以上のふたり暮らしの人
- 3 その他支援が必要な65歳以上の人

## ○高齢者支援票作成の目的

- 1 介護予防のための相談と支援を行うため。
- 2 必要なときに、迅速な支援を行うため。
- 3 ひとり暮らしの人の防災支援を行うため。

## ○高齢者支援票の管理

- 1 高齢介護課で管理します。
- 2 高齢者在宅支援の目的以外で利用しません。

## ■高齢者のための相談窓口のお知らせ

高齢者の生活や介護のことで心配なことがありましたら、市役所・地域包括支援センター・民生委員に相談してください。秘密は守ります。介護の問題、ひとり暮らしの不安、高齢者虐待など、本人や家族からの相談に限らず、どなたからの相談でも受け付けています。

## ○市役所高齢介護課高齢者福祉担当(☎594-5539)

平日8:30～17:15

## ○北本市地域包括支援センター

地域包括支援センターは、北本市の委託事業です。市民の皆さんのために公平・中立な立場で支援します。お住まいの地域の支援センターをご利用ください。

高崎線から東側にお住まいの人は

・東センター(勤労福祉センター内☎591-0211)

高崎線から西側にお住まいの人は

・西センター(介護老人保健施設いこいの家内・本町6-232☎591-3495)

## ○地域の民生委員

お住まいの地域の民生委員にご相談ください。



## 図書館ニュース《新しくいった本》

※ここに載せているのは、新しくいった本の一部です。  
※館内利用者端末と図書館ホームページ (<https://www.library.kitamoto.saitama.jp/toshokan/newbook/newbookmain.html>) にて新刊一覧を閲覧できます。

### 一般書・読み物

- 巨鯨の海 伊東 潤 (光文社)
- 世界中で迷子になって 角田 光代 (小学館)
- ごはんぐるり 西 加奈子 (NHK 出版)
- 棺に跨がる 西村 賢太 (文藝春秋)
- 陽炎の門 葉室 麟 (講談社)
- 夢幻花 東野 圭吾 (PHP 研究所)



ランチのアッコちゃん 柚木 麻子 (双葉社)

### 一般書・ノンフィクション

- 古事記と小泉八雲 池田 雅之/高橋 一清 (かまくら春秋社)
- 仕事に役立つ統計学の教え 斎藤 広達 (日経 BP 社)
- 女性ホームレスとして生きる 丸山 里美 (世界思想社)
- 残りパンでござろうレシピ 藤田 千秋 (河出書房新社)
- ほっかいどう 100 の道 北海道新聞社 (北海道新聞社)
- アート鑑賞の玉手箱 白鳥 正夫 (梧桐書院)



127人が選んだわたしの好きな育児書 (月刊クローン)編集部 (クローンハウス)

## 人口のうごき

人口…69,166人(+20人)  
男性…34,439人(+5人)  
女性…34,727人(+15人)

世帯数…28,002世帯  
※5月1日現在  
※( )は対前月比

## 今月の納税

○市県民税 第1期分

## 注目2 北本市・鴻巣市・行田市3市によるごみ処理広域化で合意

北本市・鴻巣市・行田市は、5月7日に鴻巣市役所において、ごみ処理広域化の推進に関する基本合意書を締結しました。

合意書は、北本市、鴻巣市、行田市の共同で一部事務組合を設立しごみ処理を行うことや、新たなごみ処理施設の建設地を鴻巣市内とする等の基本的事項について合意したものです。

☎くらし安全課廃棄物・リサイクル担当(☎594-5553)



## 注目3 第四次北本市男女行動計画「北本市男女共同参画プラン」を策定しました

市では、男女共同参画社会の実現に向けて、第四次北本市男女行動計画「北本市男女共同参画プラン」を策定しました。この計画は、第三次北本市男女行動計画の実施状況を精査し、北本市男女共同参画推進条例に基づく基本計画として策定したものです。また、この計画の「基本目標5 あらゆる暴力の根絶」を「北本市配偶者等からの暴力の防止及び被害者支援基本計画」としました。

☎協働推進課人権推進・男女共同参画担当(☎594-5507)

### 計画の基本理念

- 1 男女の人権の尊重
- 2 社会における制度又は慣行についての配慮
- 3 政策等の立案及び決定への共同参画
- 4 家庭生活における活動と社会生活における活動への参画
- 5 国際協調
- 6 個人の尊厳を害する暴力の根絶
- 7 生涯にわたる性と生殖に関する健康と権利の尊重

### 計画の基本目標

- 1 男女共同参画社会の実現にむけての意識づくり
- 2 一人ひとりが社会参画するための環境づくり
- 3 生涯を通じた健康づくりと福祉の充実
- 4 男女共同参画推進の体制づくり
- 5 あらゆる暴力の根絶(北本市配偶者等からの暴力の防止及び被害者支援基本計画)

※計画書は市役所市政情報コーナーおよびホームページでご覧になれます。



### 「紅一点じゃ、足りない。」

～6月23日から29日は男女共同参画週間です～

男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」。その実現のためには、皆さん一人ひとりの取組みが必要です。

女性の社会進出が進んだとはいえ、政治や経済分野の指導的地位にある女性の割合は十分とはいえない状況です。今後さらに指導的地位にある女性の割合を増やし、多様な人材の能力を活かしていくことが必要です。

また、女性が社会に出ることを阻まれてきたのと同じように、男性も「男は仕事第一」「男は強くなければならない」など、性別による役割の固定化を受けてきました。男女共同参画社会は、性別にとらわれることなく、責任を分かち合い、個性と能力を発揮することで、男性にとっても生きやすい社会をめざしています。

この機会に、男女のパートナーシップについて考えてみませんか？

### 男女共同参画 パネル展を開催します

東日本大震災では、性暴力への不安、女性用物資の不足、男性主導の避難所運営、授乳室や女性用更衣室がない、トイレが遠いなど多くの課題が浮かびあがりました。災害時には多くの女性が困難な状況に置かれます。

被災から復興のスタートまでに浮き彫りになった、男女共同参画の現状や課題等のパネルを展示します。

☎6月5日(水)～11日(火)

☎文化センター

## 注目4 市民大学きたもと学苑

学びたいあなた、教えたいあなた、あなたが主役です。

### ■平成25年度前期講座B日程(7～9月に開講するもの)の講座申込み受付中

前期講座B日程の19講座の受講申込みを受け付けています。生涯学習課や各地域学習センターにある「キタガク講座案内」パンフレットに折り込まれた専用往復はがきで6月7日(金・必着)までにお申し込みください。キタガクホームページからも申込みができます。

※A日程の96講座はすでに申込みが終了しています。

### ■B日程募集講座

講座名	市民教授
スクラップブック講座～想いを込めてシャッターを押した写真を家族の宝物に！～(全3回)	佐藤 和代
手軽に楽しむ手芸講座～マカロンのコインケースを作ろう～(全1回)	清水 光枝
おむつケーキ手作り講座～出産のお祝いギフトに人気!!～(全2回)	田中 遙子
つまみかんざし講座～七五三のつまみかんざしを作りましょう～(全3回)	広川 永子
初心者フォークギター&ウクレレ講座～やさしいコードで「弾き語り」ができます～(全10回)	奥田 健一
雅楽入門講座～越天楽(えてんらく)を楽しみましょう～(全3回)	中村香奈子
リコーダー講座～なつかしのリコーダーを吹いてみませんか♪～(全4回)	小嶋友輝恵
中国語発音講座～中国語発音よければ半ばよし～(全5回)	楊 鳳秋
韓国語講座～楽しい！基礎から学ぶ実用韓国語会話～(全7回)	金 恵玉
法務講座～生きるための老い支度～(全2回)	山口 修
健康体操講座～快い音楽を聞きながら♪～(全4回)	樋田 雪江
風帆の歩き方講座～自力を使わないかのような疲れのない歩き方～(全4回)	大野 朝行
合気講座～心の結び～(全4回)	高橋 清
中医アロマセラピー講座～漢方と精油で美しく歳を重ねよう～(全3回)	木村 牧子
手作りパン講座～フォカッチャからベーコンフランスまで！～(全3回)	斉藤 幸展
子どものわくわく！アート講座～アートを楽しみ感性を豊かに～(全3回)	棟本 幸子
4～6歳の親子体操講座～「たのしい！できた！わかった！」子どもが喜ぶ親子体操～(全6回)	國枝 愛実
ベビーマッサージ講座～「心を育てる子育て」を応援します～(全2回)	古橋 明代
陶芸講座～おやこ陶芸！夏休みの1日、みんなで作ってみよう～(全1回)	仲 恵理子

※詳しい講座内容はキタガク講座案内またはキタガクのホームページをご覧ください。

### ■新規市民教授希望者説明会を開催します

市民大学きたもと学苑では、平成25年度後期講座に向けて新たに市民教授を募集します。市民教授になるための資格は特に必要ありません。経験・知識を活かし、市民の皆さんに広く還元したいという気持ちが大切です。興味、関心のある人は説明会にご参加ください。

☎6月9日(日)10:00から

☎場文化センター

☎6月7日(金)までに市民大学きたもと学苑事務局(生涯学習課)へ電話等でお申し込みください。

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

### ■キタガクとは

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

「市民大学きたもと学苑」ホームページへ

☎キタガク | 検索

カブトムシ観察コーナー設置

カブトムシの幼虫から蛹、成虫へと観察できる水槽(薄型テレビのようなもの)を設置しました。
場 総合公園管理事務所(☎592-4050)

中央図書館 特別館内整理に伴う休館

中央図書館は、特別館内整理のため6月12日(水)~19日(水)の期間、休館になります。
特別館内整理では、図書館蔵書資料点検、書架整理等を行います。
期間中は、南部・西部・学習センター分室も休室になります。
また、図書館ホームページの蔵書検索もできなくなります。ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

中央図書館(☎592-0795)

施設の休館日 6月8日~7月7日

- 6月10日
・中央公民館 ・中央図書館
6月12日~19日
・中央図書館
6月24日
・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
・野外活動センター ・子供公園
・体育センター ・総合公園
・健康増進センター
休館日なし
・総合福祉センター

児童手当・特例給付の現況届は6月中に

現況届は、毎年6月に手当を引き続き受ける資格があるか確認するために提出していただく必要があります。
手当を受給している人には、現況届の案内通知を送付しています。

現況届の提出がないと、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、7月1日(月)までに提出してください。

時 場 6月3日(月)北部公民館、4日(火)南部公民館、5日(水)母子健康センター予防接種室
※時間はいずれも9:30~11:30

会 場 会場にお越しになれない人は、6月6日(木)以降にこども課子育て支援担当(〒364-8633住所記載不要・☎594-5537)へ直接または案内通知に同封されている返信用封筒で郵送してください。

※公務員の人は、勤務先での手続きとなります。

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

時 6月24日(月)~30日(日)8:30~19:00※29日(土)・30日(日)は10:00~17:00

電話番号 0120-007-110(全国共通・無料)

※IP電話からは接続できません。

問 さいたま地方法務局人権擁護課(☎048-859-3507)

病後児保育室の登録受付(特別)

時 6月22日(土)9:30~11:30

場 東保育所

定 25人

持 母子手帳、印鑑、病後児保育事業利用登録届出書(市ホームページからダウンロードできます)

問 登録を希望する場合は、あらかじめ東保育所(☎590-1100)へ電話でお申し込みください。

幼稚園保育料の補助

私立幼稚園にお子さんを通園させていて、次に該当する世帯(希望者)に幼稚園就園奨励費を支給しています。

対 平成19年4月2日~平成22年4月1日に生まれた幼児を私立幼稚園に就園させていて、北本市に住民登録をしている世帯。

また、3歳の誕生日を迎えた幼児が翌年の4月を待たずに、年度の途中から幼稚園に入園させた世帯補助金の額

幼児と同一世帯で生計を共にしている父母および、それ以外の扶養義務者を含めた世帯員の市民税所得割課税額の合計額によって補助金額が決定されます。

申請手続き

6月に幼稚園を通して申請書を配布しますので、希望する世帯は幼稚園に申請書を提出してください。

問 学校教育課学事担当(☎594-5563)または各幼稚園

精神障害者保健福祉手帳によるバス運賃の割引対象

平成25年4月1日から、埼玉県内のバス会社では、精神障がい者が一般路線バスを利用した際に、精神障害者保健福祉手帳を提示することで運賃の割引を受けられるようになりました。

割引を行うバス会社等詳しくは市ホームページをご覧ください。
※割引を受けるためには、運賃支払いの際に精神障害者保健福祉手帳の写真による本人確認が必要になります。写真が貼付されていない精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人が手帳を再交付する際は障がい者福祉課14-2番窓口へ。

問 障がい者福祉課(☎594-5535)

協会けんぽに加入されている人の特定健診について

協会けんぽへ加入されているご本人とその扶養家族の人は、市の特定健診は受けられません。協会けんぽでは直接事業所へ、本人用の申請書をお送りしています。また、扶養者の人の受診券は、平成25年度より直接ご自宅へお送りしています。加入者の人は、ぜひ受診してください。

なお、協会けんぽの任意継続保険へ加入されている人は、協会けんぽまでお問い合わせください。

問 全国健康保険協会埼玉支部(☎048-658-5915)

市民課窓口の土曜閉庁

住民基本台帳法の一部改正(平成25年7月8日施行)に伴う住民情報システムの改修作業を行うため、7月6日(土)の市民課窓口業務を閉庁します。

ご利用の市民の皆さんには、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問 市民課窓口担当(☎594-5528)

検察審査員に選ばれたらご出席を!

交通事故、詐欺、脅迫などの犯罪の被害に遭ったが、検察官がその事件を起訴してくれない。そのような不満をお持ちの人は、検察審査会にご相談ください。費用は無料、秘密は守ります。審査員は、選挙権を有する一般国民の中から「くじ」で選ばれることになっています。また、この制度を紹介したDVDの貸し出しも行っています。

問 さいたま第一検察審査会事務局(さいたま地方裁判所内☎048-863-8714)

弁護士による臨時電話法律相談「女性の権利110番」

時 6月24日(月)10:00~16:00

内 女性の権利一般(DV、セクハラ、離婚等)に関する無料電話相談。

相談電話番号 048-864-7013

問 埼玉弁護士会(☎048-863-5255)

お知らせ

春の叙勲

平成25年春の叙勲および第20回危険業務従事者叙勲の受章者が決まりました。本市では、次の皆さんが受章されました。

- 岡田幸敏さん 瑞宝双光章(教育功労)
島野實郎さん 瑞宝双光章(地方自治功労)
吉田輝夫さん 瑞宝双光章(防衛功労)
伊藤武さん 瑞宝単光章(警察功労)
小久保俊雄さん 瑞宝単光章(消防功労)
森建二さん 瑞宝単光章(警察功労)

住民票の写し等の第三者交付に係る本人通知制度の変更

この制度は、住民票の写しや戸籍謄本等を本人の代理人や第三者に交付したときに、事前に登録された人にその交付した事実を通知する制度です。6月からは、郵送でも申請できるようになりました。

また、3年間の登録期限がありました。また、3年間の登録期限がありましたが、登録廃止の申出があるまで登録が継続する制度に変更になりました。詳しくは市ホームページまたは担当まで。

問 市民課戸籍担当(☎594-5527)

そろばん フラッシュあんさん 生徒募集
ソロバンを扱う為のソフトウェアは全部人間の頭の中に有る。従ってソロバンと云う道具が答えを出して居る様に見えて、実際は上達すればソロバンと云う道具は必要なく、全て脳内で答えが出る様に成ります。それが「あんさん」と云われるもので、人間が普通に生活する上で必要とする計算程度では、有り余る丈の「あんさん力」が、練習する事で小・中学生の内に誰でも身に付きます。当塾では4桁×4桁の答えを「あんさん」で小学3年生でクリアできる生徒も生まれています。
※数字の1カラ50マデ読めて、書ければ何才でも受付致します。
北本市中央2-78(北本駅西口徒歩1分)
日本商工会議所 指定教場
日本珠算連盟 石川珠算学院
(電)048-594-0980

まかせて安心 地元の業者
岩崎畳店(有)
☎048-591-1766
北本市東間2-230-1

学研 サービス付き Cocofan 高齢者向け住宅
ココファン北本
安全で安心して暮らせる住まいの形
無料昼食付き内覧会開催!!
日程: 6/22(土)ココファン北本・鴻巣・東大宮 見学会
6/23(日)ココファン北本内覧会
内覧会: 午前の部 11:00~(昼食付き)
時間: 午後の部 14:00~(軽食付き)
場所: ココファン北本 現地にて

### 税務職員採用試験

**受験資格** 平成25年4月1日において高校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない人および平成26年3月までに高校または中等教育学校卒業見込みの人

**試験の程度** 高等学校卒業程度  
**受付期間** ①インターネット申込み…6月24日(月)9:00～7月3日(水・受信有効)、②郵送または持参申込み…6月24日(月)～28日(金・当日通信日付印有効)

③①インターネット申込み…人事院国家公務員採用試験アドレス(<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)から説明に従い入力  
②郵送または持参申込み…人事院関東事務局(〒330-9712さいたま市中央区新都心1-1さいたま新都心合同庁舎1号館)

**試験日** 第1次試験…9月8日(日)、第2次試験…第1次試験合格通知書で指定する日時  
④関東信越国税局人事第二課試験係(☎048-600-3111・内線2097)

### 北本市社会福祉協議会職員

**職種と採用人数** 嘱託職員若干名  
**応募資格** 普通自動車運転免許所持者、パソコン(エクセル・ワード)のできる人  
**勤務時間** 月～金曜日または火～土曜日の8:30～17:15  
**月給** 16万3,000円

### 北本市育児休業代替任期付職員

**募集職種・人数** 一般事務3人、保育士5人、保健師2人、栄養士2人、調理員2人

**受験要件** 昭和30年4月2日以降の生まれで、高校、短大または大学を卒業した人で、平成25年6月1日現在それぞれの資格を取得している人

**登録期間** 7月1日～平成27年3月31日

**第1次試験日(作文)** 6月15日(土)  
④郵送…6月7日(金・消印有効)持参…6月10日(月)17:00まで  
※受験案内、申込書等は総務課窓口、市ホームページで取得可。

⑤総務課職員担当(☎594-5508)

### 介護認定調査員

**応募資格・募集人数** 介護支援専門員、保健師、看護師、准看護師、社会福祉士、介護福祉士、理学療法士、作業療法士のいずれかの資格を有し、3年以上の実務経験のある人3人

**仕事の内容** 被保険者宅等への訪問調査、調査票の作成

**賃金** 調査1件当たり3,500円の出来高払い

④6月17日(月・消印有効)までに市販の履歴書に顔写真を添付し、資格証の写しを添えて高齢介護課介護担当(〒364-8633住所記載不要・☎594-5540)へ直接または郵送。※後日面接実施

### 市税等の夜間納税・相談窓口を開設

事情により納付が困難な人も、ご相談ください。

※納付書を紛失した場合は、再発行できます。

④6月25日(火)・26日(水)の19:45まで

⑤税務課納税担当(☎594-5520)

### 今月の納税

○市県民税 第1期分  
7月1日(月)までに納めましょう。納税通知書は6月上旬に発送します。

### 募集

### 北本市任期付職員(建築)

**募集職種・人数** 建築士3人  
**受験資格** 1級建築士を取得している人または1級建築士の受験資格を有する人(詳細は受験案内をご覧ください)

**登録期間** 7月1日～平成26年3月31日

**第1次試験** 書類選考・論文試験  
**第2次試験日** 6月下旬

④郵送…6月7日(金・消印有効)、持参…6月10日(月)17:00まで  
※受験案内、申込書等は、総務課窓口および市ホームページで入手できます。

⑤総務課職員担当(☎594-5508)

### 住宅改修に伴う固定資産税の軽減措置があります

①耐震改修に伴う軽減措置  
住宅の耐震改修を行った家屋について、一戸当たり120㎡分までを限度として、固定資産税額の2分の1相当分を1年間(特定の地域においては2年間)減額します。

②バリアフリー改修に伴う軽減措置  
平成28年3月31日までの間に一定のバリアフリー改修を行った家屋について、一戸当たり100㎡分までを限度として、改修した年の翌年度分に限り固定資産税額の3分の1相当分を減額します。

③省エネ改修に伴う軽減措置  
平成28年3月31日までの間に一定の省エネ改修を行った家屋について、一戸当たり120㎡分までを限度として、改修した年の翌年度分に限り固定資産税額の3分の1相当分を減額します。

④①～③の改修工事とも、住宅改修後3か月以内に申告書とともに関係書類を添付のうえ、税務課固定資産税担当(☎594-5519)へ申告。  
※対象家屋等詳しくは市ホームページをご覧ください。

### 無料税務相談

④6月11日(火)10:00～12:00、13:00～15:00

相談担当 関東信越税理士会上尾支部

⑤税務課市民税担当(☎594-5518)

### お知らせ

#### 市役所出前講座

平成25年度版の「市役所出前講座」では、福祉制度や防犯・防災対策、市の歴史など、数多くの講座を用意しています。市職員が地域で行われる集会や会議などにお伺いし、内容を詳しく説明します。

市政や生活に関わる知識など、関心がある人はご利用ください。パンフレット・申込み用紙配布場所 生涯学習課窓口、文化センター、各地域学習センター、野外活動センター、体育センター、駅西口ビル2階の市政情報コーナー

④生涯学習課生涯学習担当(☎594-5567)

### 銃砲・刀剣類の登録手続きをお願いします

#### 銃砲刀剣類の登録手順

#### 発見から登録までの流れ

登録証のついていない銃砲・刀剣類を発見した時は、最寄りの警察署に現物を持って行き、発見届を行ってください。発見の届出が済むと県教育委員会から登録審査会の開催案内がありますので、登録審査会で審査を受けてください。※審査会には必ず開催案内はがきが届いてからお越しください。

④埼玉県生涯学習文化財課(☎048-830-6986)

### 英会話教室

詳細はHPをご覧ください!!!

- 3歳～園児クラス(土)14:05～
- 園児～小学生クラス(土)16:20～17:15～
- 児童英検(小学1～6年生)クラス(火・土)
- 大人クラス(土)15:05～

!!お問合せはメールで!!  
ascc2-abc@softbank.ne.jp

### 水泳教室

夏が来る前に始めませんか…

- 園児クラス(3歳～未就学児)(木)16:00～(土)15:00～

!!お問合せは電話で!!  
048-593-1001

あさひスポーツ・文化クラブ  
ホームページ <http://www.ascc.jp/>

## 専門店 小川家具

集う

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

21年の信頼と実績のパソコンイン・北本  
**入校料全額 OFF キャンペーン! 20名様限定**

今月のおすすめコース  
①パソコン超初心者コース…29,800円  
電源の入れ方からあなたのレベルで進めます  
②Word、Excelお仕事コース…63,000円  
就職転職に最適です

カウンセリング付きの無料体験受付中!

**パソコン障害者委託訓練のお知らせ!** 問合せ受付中 受講料無料

- ・パソコン基礎・応用コース(7月)北本市
- ・訓練期間:7月3日～10月2日 3か月間
- ・パソコン検定3級、2級取得レベルの訓練
- ・履歴書作成、電話応対有
- ・初心者対象

③パソコン基礎就職対策コース(7月)北本市  
・訓練期間:7月19日～10月18日 3か月間  
・パソコン検定3級取得レベルの訓練  
・履歴書作成、電話応対有

**パソコンイン・北本** ☎0120-098-211  
PC検定:検定試験会場校  
北本駅西口徒歩5分(1-近く) 北本市中央4-68-1 3F(1F美容室 ZELE 様)  
月～土 10:00～20:00 水金～21:00  
☆無料体験・見学お待ちしております☆

### 子ども映画館

時 6月8日(土)9:45開場、10:00  
上映  
場 東部公民館  
内 まんがイソップ物語、金の卵を産むニワトリほか5話※宝島文庫による話もあります。  
定 60人 費 無料  
問 東部公民館(☎591-2695)

### はなみずき学級

時 6月20日、7月4日・18日、9月5日、10月3日・17日、11月7日・21日、12月5日のいずれも木曜日9:30~11:30(調理実習および視察研修を除く)  
場 中丸公民館  
内 消費生活講座、スポーツ吹き矢、調理実習、健康講座、視察研修、グラウンドゴルフ、折紙講座、人権講座、パドルジャークス講座  
対 市内在住・在勤の60歳以上の  
人 40人  
費 2,200円(教材費等)  
※視察研修費(昼食費等)は別途集金があります。  
申 6月7日(金)~15日(土)の9:00~17:00に中丸公民館窓口(☎593-1010)へ直接。  
※7日9:00に定員を超えた場合は、その場で抽選となります。  
※代理人による申込みは一人につき一人までとさせていただきます。  
※受講希望者は代理人になれますのでご了承ください。

### 視聴覚機器操作講習会

時 6月9日(日)13:30~16:30  
場 東部公民館  
対 市内在住・在勤の人  
定 10人(申込順)  
費 300円(保険料)  
申 6月1日(土)9:00より東部公民館窓口で受け付けます。受講者には修了証を交付します。※北本市内のみ有効  
問 東部公民館(☎591-2695)

### 16ミリ映写技術講習会

時 6月23日(日)13:30~16:30  
場 東部公民館  
対 市内在住・在勤の人  
定 10人(申込順)  
費 300円(保険料)  
申 6月11日(火)9:00より東部公民館窓口で受け付けます。受講者には修了証を交付します。  
問 東部公民館(☎591-2695)

### ほのぼの映画館

時 6月14日(金)9:15開場、9:30  
上映  
場 東部公民館  
内 映画「雨に唄えば」の上映(102分)  
対 市内在住・在勤の人  
定 60人  
費 無料※入場整理券を6月3日(月)9:00から東部公民館窓口で1人3枚まで配布します。  
問 東部公民館(☎591-2695)

### イベント

#### 労働教育講座「平成25年度埼玉県労働セミナー in北本」

働く人にとって必要不可欠な労働関係法令の基礎知識を身につけるセミナーです。  
時 7月3日(水)・10日(水)18:30~20:30  
場 文化センター  
内 労働法基礎セミナー(勤労者の処遇に関する法令解説、労働契約の終了に関する法令解説)  
対 定 県内勤務者および県内在住者2日間各60人(申込順、1日のみの受講も可)  
費 無料  
講 大場敏彦氏(流通経済大学法学部教授)  
申 6月30日(日)まで文化センターの中央公民館窓口または、各地域学習センター(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)で受け付けます。  
問 中央公民館(☎591-7321)

#### 平成25年度社会福祉大会

時 6月16日(日)10:00~11:50  
場 総合福祉センター  
内 社会福祉功績者の表彰、社会福祉指定寄附者の感謝顕彰、アトラクション(埼玉県警察本部による防犯教室、フラダンス)  
費 無料。当日直接会場へお越しください。  
他 手話通訳・要約筆記あり  
問 北本市社会福祉協議会(☎593-2961)

### 第48回市民文化祭 文化のつどい参加団体

時 11月23日(土・祝)・24日(日)10:00~17:00  
場 文化センターホール 費 無料  
内 音楽、演劇、舞踊、演芸、ジャズダンスなど。  
参加資格 市内在住・在勤の人で構成する団体(2人以上の団体)  
運営委員会の開催 参加団体の代表者で構成する運営委員会を7月13日(土)9:30から文化センター第1・2会議室で開催します。  
申 6月30日(日)まで文化センターの中央公民館窓口または、各地域学習センター(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)で受け付けます。  
問 中央公民館(☎591-7321)

### 第48回市民文化祭 「芸術展」の実行委員

11月7日(木)~12日(火)に芸術展を開催するにあたり、実行委員を募集します。  
内 会議(4回程度)や当日の運営等  
対 市内在住・在勤の人または芸術展に出品予定の市内で活動しているサークル等の会員  
他 第1回実行委員会を7月6日(土)9:30から文化センター第3会議室で開催しますので出席してください。  
申 7月1日(月)までに、FAXまたは電話で生涯学習課社会教育担当(☎594-5565・FAX593-5985)にお申し込みください。FAXの場合は氏名(ふりがな)・住所・電話番号・所属するサークル(団体)名と役職を記入してください。

### 募集

#### 平成26年成人式の実行委員

平成26年1月12日(日)に開催する成人式の企画・運営に協力いただける実行委員を募集します。  
対 市内在住の平成5年4月2日~平成6年4月1日に生まれた人  
他 第1回会議を7月に開催予定。  
申 6月27日(木・消印有効)までに官製はがきに住所・氏名・性別・電話番号・職業または学校名と「成人式で取り組みたいこと」を明記し、生涯学習課社会教育担当(〒364-8633住所記載不要・☎594-5565)へ郵送してください。※市ホームページからも申込みできます。

### 市民文芸誌「むくろじ」第37号作品募集

**募集作品**  
・詩部門…本文40行以内1編(自由詩とする)  
・俳句部門…5句  
・短歌部門…5首  
・川柳部門…5句  
・随筆・小説部門…400字詰原稿用紙に、随筆10枚以内、小説30枚以内(どちらか1編)  
・ジュニア部門…小・中学生の作品(市内各小・中学校を通じ募集)  
※未発表作品に限ります。  
※部門扉、文中等にふさわしいカットも募集します。  
**応募資格** 市内在住・在勤・在学の人  
**応募方法** 応募作品はB4判400字詰原稿用紙に、縦書き楷書で記入。パソコン等の使用も可としますが、B4判またはA4判の白紙に縦書き(20字×20字)で印字。原稿の第1ページに次の事項を記入してください。部門名(詩・俳句等)、題名(俳句・短歌・川柳にも必

ず題をつける)、作者名(ペンネームの場合は、本名をカッコ書きにし、いずれにもふりがなをつける)、住所・電話番号・性別・年齢・職業(学校名・学年)。同人誌加入者は、その誌名と所在地。  
※作品は1点につき原本と原本のコピーの合計2部提出。※コピーが添付されていない場合は受け付けできません。また、応募作品は返却しません。  
※カット募集は、はがき判からB5判の白色用紙に黒色で描き、折らずに応募してください。  
**応募期間** 一般…7月1日(月)~31日(水)、ジュニア部門…8月1日(木)~9月6日(金)  
**選考** 教育委員会が委嘱する選考委員が選考のうえ、掲載します。  
**刊行予定** 平成26年2月  
**その他** 投稿者も有償頒布(1冊800円)となります。  
**提出先・問合せ** 生涯学習課社会教育担当(〒364-8633住所記載不要・☎594-5565)

ユアケア  
**コープみらい**  
デイで大好評!  
**足温浴!**  
むくみ・冷え対策・リラックス・リフレッシュに最適ですよ!

**北本介護センター** (ケアプラン作成) ヘルパー派遣  
**北本デイサービスセンター** です!  
まずはお電話を!!

介護でお困りの方の相談にお答えしています。  
北本市下石戸下1512-1(北本団地そば)  
電話番号 048-592-6455

地域の皆さまに、感謝の気持ちで心優しいサービスを  
プラザオノ上尾店 メモリアルホール

30名様以内の心あたたまるお葬式

**かぞく** 誕生

自社式場だからできる  
**2つのカット+1**  
式場使用料 ¥0です  
祭壇使用料 ¥0です  
香典返し 20% offです  
(メーカー希望小売価格より)

「もしものときに…」まず、お電話ください。  
フリーダイヤル  
**0120-33-7475**

365日 24時間 受付

3つの地域密着型メモリアルホール  
「東みずほ斎場」「つつじ苑」での式場葬も承ります。  
プラザオノ上尾店 上尾市緑丘2-5-2  
プラザオノ福川店 福川市若宮1-1-19  
プラザオノ北本店 北本市山中1-115

**プラザオノ** (有)

### 第7回陶芸教室

時 6月9日・16日・30日いずれも日曜日9:00~12:00  
 場 子供公園  
 内 2m×3mの坪庭の作成(建仁寺垣、躰つくばいの設置、延べ段等)  
 定 15人  
 費 200円  
 申 6月8日(土)9:00から総合公園管理事務所(☎592-4050)にて受付を開始します。申込書に参加費を添えてお申し込みください。定員となり次第締め切ります。また、8日9:00に定員を超えた場合は抽選となります。

### 第2回オカリナ教室

内 時 オカリナ作り…6月2日(日)9:00~13:00、演奏…6月30日(日)、7月7日(日)10:00~11:30  
 定 15人(要予約) 費 3,000円  
 持 汚れてもよい格好、タオル、雑巾等(6月2日のみ)  
 場 申 野山活動センター(☎593-0008)

### 生きものいきいき隊

時 6月15日(土)9:30~12:00  
 内 生きものたちが住みやすい公園作りのための管理作業  
 対 高校生以上 費 無料  
 場 申 自然学習センター(☎593-2891)へ電話で。

### いきもの講座「テントウムシ」

時 6月16日(日)13:30~14:00  
 内 テントウムシをテーマに、種類や生態について紹介します。  
 対 小学校高学年以上 費 無料  
 場 申 当日自然学習センター(☎593-2891)へ直接。

### 坪庭作成教室

時 7月6日(土)13:30~16:30  
 場 子供公園  
 内 2m×3mの坪庭の作成(建仁寺垣、躰つくばいの設置、延べ段等)  
 定 15人  
 費 200円  
 申 6月8日(土)9:00から総合公園管理事務所(☎592-4050)にて受付を開始します。申込書に参加費を添えてお申し込みください。定員となり次第締め切ります。また、8日9:00に定員を超えた場合は抽選となります。

### 藍染め教室

時 6月27日(木)10:00~12:00  
 場 総合公園  
 内 藍を建て、輪ゴムやビー玉で模様を作り、シルクや綿・麻のロングスカート、バンドナを染めます。  
 定 16人  
 費 参加費1,000円(藍染め液、保険、講習代)と材料費(好みの材料を選び、染める枚数分購入、1枚800円~3,000円程度)材料は7~10種類程度を予定。  
 ※小学生以下参加費無料  
 申 6月3日(月)9:00から総合公園管理事務所(☎592-4050)にて受付を開始します。申込書に参加費を添えてお申し込みください。定員となり次第締め切ります。また、3日9:00に定員を超えた場合は抽選となります。

### 藍染め教室

時 6月27日(木)10:00~12:00  
 場 総合公園  
 内 藍を建て、輪ゴムやビー玉で模様を作り、シルクや綿・麻のロングスカート、バンドナを染めます。  
 定 16人  
 費 参加費1,000円(藍染め液、保険、講習代)と材料費(好みの材料を選び、染める枚数分購入、1枚800円~3,000円程度)材料は7~10種類程度を予定。  
 ※小学生以下参加費無料  
 申 6月3日(月)9:00から総合公園管理事務所(☎592-4050)にて受付を開始します。申込書に参加費を添えてお申し込みください。定員となり次第締め切ります。また、3日9:00に定員を超えた場合は抽選となります。

### 藍染め教室

時 6月27日(木)10:00~12:00  
 場 総合公園  
 内 藍を建て、輪ゴムやビー玉で模様を作り、シルクや綿・麻のロングスカート、バンドナを染めます。  
 定 16人  
 費 参加費1,000円(藍染め液、保険、講習代)と材料費(好みの材料を選び、染める枚数分購入、1枚800円~3,000円程度)材料は7~10種類程度を予定。  
 ※小学生以下参加費無料  
 申 6月3日(月)9:00から総合公園管理事務所(☎592-4050)にて受付を開始します。申込書に参加費を添えてお申し込みください。定員となり次第締め切ります。また、3日9:00に定員を超えた場合は抽選となります。

### 第217回子どもビデオシアター

時 6月22日(土)9:45開場、10:00上映  
 場 学習センター  
 内 うらしまたろう、ねずみのよめいり、みにくいあひるの子、まほうのソーセージ、ガリバー旅行記  
 定 90人  
 費 無料  
 問 学習センター(☎592-3325)

### 包丁とぎ講習会の参加者

時 7月5日(金)13:30~15:30  
 場 健康増進センターほか  
 定 15人(申込順)  
 費 60歳未満 1回300円、60歳以上 1回100円  
 持 包丁、と石、洗面器、雑巾  
 申 6月5日(水)~15日(土)9:00~15:00に健康増進センター(☎591-8251)へ直接。

### ラベンダースティック作り講習会

時 6月18日(火)10:00~12:00  
 場 総合公園  
 内 花穂を茎で包み、リボンを茎の間に交互に通して編んでいく  
 定 16人  
 費 無料  
 申 6月1日(土)9:00から総合公園管理事務所へ直接(電話申込み不可)。また、1日9:00に定員を超えた場合は抽選となります。  
 問 総合公園管理事務所(☎592-4050)

## 文化センター 場間中央公民館(☎591-7321)

### 第2回きたもとサロンコンサート「Stella with SkyLaコンサート愛の詩」

男性ボーカル・デュオ「Stella:ステラ」とポップ・インストゥルメンタルグループ「SkyLa:スカイラ」。ポップスの王道を行く絶妙のハーモニーと演奏を間近でお聴きください。  
 時 7月6日(土)14:00開場、14:30開演  
 定 120人 費 500円【自由席】  
 出演者 「Stella:ステラ」、「SkyLa:スカイラ」  
 曲目 愛の詩、アリガトウ、異邦人、SkyLaのテーマほか  
 申 6月8日(土)9:00から文化センターの中央公民館窓口で入場券を発売します。



### 第13回 東京音楽大学提携シリーズ「オーボエ&ファゴットコンサート」

渋味のある個性的な木管楽器の音色をお楽しみください。  
 時 7月26日(金)14:00開場、14:30開演  
 定 120人 費 500円【自由席】  
 出演者 オーボエ:篠原拓也(東京音楽大学大学院科目等履修生)・ファゴット:長澤皓樹(東京音楽大学4年生)  
 曲目 プーランク:ピアノ、オーボエ、ファゴットのための三重奏曲・サン＝サーンス:「動物の謝肉祭」より「白鳥」・大島ミチル:風笛ほか  
 申 6月14日(金)9:00から文化センターの中央公民館窓口で入場券を発売します。



### 第63回県美術展入選者による北本市在住入選者作品展

時 7月2日(火)~7日(日)の10:00~17:00(最終日は16:30まで)

### プラネタリウム

費 大人200円、子ども(中学生以下)100円  
 ◆きつずぶらねたりうむ  
 時 土・日曜日、祝日11:00~  
 内 「宇宙探検DEプラネタリウム」と「クレヨンしんちゃん かすかべ防衛隊 宇宙クイズで勝負だゾ!」  
 ◆宇宙見人(一般投影)  
 時 土、日曜日、祝日13:30~  
 内 「今宵の星空解説」・春のテーマ「ガリレオ・ガリレイが発見した宇宙」・癒されたいむ「夫婦星~めおとぼし~」

### 星と科学で夢見る「宇宙天象劇場」宇宙兄弟~一点のひかり~

費 大人500円、子ども(中学生以下)300円  
 時 平成26年3月23日までの土・日曜日、祝日15:30~  
 内 「最新天文情報紹介」「宇宙開発の歴史を中心とした投影」「宇宙兄弟~一点のひかり~」

### 第317回子ども劇場

親子でいっしょに夢とファンタジーの世界をお楽しみください。  
 時 6月22日(土)13:45開場、14:00開演 定 120人(整理券)  
 内 手作り紙芝居「カシオペア」  
 入場方法 無料。入場整理券を中央公民館、各地域学習センターで配布します。

### 七夕づくり

時 7月7日(日)10:00~15:30  
 内 七夕飾りと短冊を作って飾ります。  
 費 無料 申 当日直接(参加自由)

### パソコン講座

○はじめてのパソコン  
 時 6月20日(木)・21日(金)・27日(木)・28日(金)9:30~11:30  
 内 文字入力を中心にウィンドウズの基礎操作 費 7,000円  
 ○基礎からはじめるワード  
 時 6月20日(木)・21日(金)・27日(木)・28日(金)13:30~16:30  
 内 ワードの基礎操作から活用まで 定 各16人 費 9,000円  
 申 講座開始5日前までに中央公民館へ電話等で。※申込みが少ない場合は中止することがあります。

**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5250円(事前にご予約下さい)

## 高橋徹総合法律事務所

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

## ケアマネ受験対策講座・介護福祉士受験対策講座

資格合格への近道を通いやすい状態で学びませんか?1人で深い勉強を続けるのはお辛いものです。1時間程度で理解した内容と課題で合格へサポートします!他校で受験対策を行っている講師が指導します。

日時:ケアマネ→6月10日(毎週月)~全18回  
 介護福祉士→7月23日(月)2~直前月4回の全20回

開催:午後6:00~9:00(仕事しながら学びやすい夜間です)  
 場所:ワーカーズコープ北本地域福祉事業所(朝日2-163-2)  
 料金は:どちらとも58,000円(テキスト代別)  
 問合・申込:593-5667 (ワーカーズコープ北本地域福祉事業所)

まずは弁護士にご相談を。

大宮駅徒歩3分

## オレンジ法律事務所

ORANGE LAW OFFICE  
 http://orange-law.jp

◎不動産 ◎遺言・相続 ◎離婚等の夫婦問題  
 ◎相続争い ◎交通事故 ◎労働問題 ◎債権回収 ◎刑事事件

TEL 048-782-5757

■土日祝日、事務所より別途対応いたします。お気軽にお電話下さい。

### イベント

#### 熱中症予防とスポーツ栄養学講座(市民対象スポーツ講座)

**時** 6月22日(土)9:45受付、10:00開講※12:00閉講予定  
**場** 体育センター  
**内** 熱中症の予防と生涯スポーツ実践のための栄養学について学ぶ  
**対** 市内在住・在勤・在学の人  
**定** 100人(先着順)  
**費** 無料  
**申** 6月1日(土)9:00から北本市体育協会事務局(☎593-1050)へ電話または直接。

### 認知症介護教室

**時** 下記日程で行います。いずれも10:00~12:00  
**日程・内容**  
 6月18日(火)早期発見のコツと予防・6月25日(火)認知症の原因と進行の仕方・7月3日(水)認知症の症状と対応方法・7月9日(火)認知症介護(見学と実習)  
**場** 文化センター、最終日は市内の介護老人福祉施設  
**定** 20人(先着順)  
**費** 無料  
**申** 6月14日(金)までに電話等で高齢介護課高齢者福祉担当(☎594-5539)へお申し込みください。

### スポーツ

#### 体育センター実施講座

- ①元実業団選手指導卓球教室  
**時** 7月6日(土)10:00~12:00(講習会)、13:00~15:00(みんなでゲーム)福原愛選手の元コーチと元実業団選手が一人ひとりのレベルに合わせ直接指導(基本フォーム・ラリー練習・ダブルス練習等)  
**対** 初心者~上級者 **費** 500円
- ②室内ソフトテニス教室  
**時** 7月1日~9月9日(全8回) 毎週月曜日13:00~15:00  
**内** 昨年も開講し好評をいただいた教室で、幅広い世代で愛好される軟式テニスです。基本を学び楽しく技術を修得しましょう。  
**対** 一般男女20人  
**費** 4,000円(8回)
- ③佐々木式ダイエット教室  
**時** 6月5日~毎週水曜日13:00~13:45(通年開催)  
**内** 全身の筋肉を鍛えて、引き締まった体を作りましょう。  
**対** 一般男女  
**費** 1か月2,000円(4回)  
**申** 6月1日(土)から体育センター(〒364-0003古市場1-156・☎593-2511)へ直接。  
 ※電話予約可、①卓球教室は6月23日(日)までの予約となっています。ご注意ください。

### ジュニアテニス教室

テニスは初めての人、始めたばかりの人、この機会にプロコーチによる指導で基礎を固めませんか?  
**実施日**  
**火曜日クラス(全4回)**  
 6月18日・25日、7月2日・9日 17:00~18:00※予備日7月16日・23日  
**日曜日クラス(全4回)**  
 6月23日・30日、7月7日・14日 15:00~16:00※予備日7月21日・28日  
**場** 総合公園  
**内** テニスの基本講習  
**対** テニス未経験者およびテニス歴1年未満の小学生  
**定** 各クラス8人(※最低催行人数3人)  
**費** 4,200円(全4回)  
**講** (株)エフ・エージェンシー所属プロコーチ  
**申** 6月3日(月)9:00より総合公園管理事務所にて受付(講習費申込時持参)、定員になり次第受付を終了します。  
**問** 総合公園管理事務所(☎592-4050)



### 浦和レッズハートフルクラブサッカー教室

**時** 8月3日(土)9:00~11:00※雨天中止、小雨決行  
**場** 総合公園  
**内** 浦和レッズハートフルクラブ指導員によるサッカー教室  
**対** 小学生80人※定員を超えた場合は抽選。

**費** 無料  
**申** 参加者の住所・氏名(ふりがな)・電話番号・学年・性別・サッカー経験(年数)を記入のうえ、7月1日(月・消印有効)までに、往復はがきで総合公園管理事務所「浦和レッズハートフルクラブ応募係」(〒364-0003古市場1-167・☎592-4050)へ※1人につき往復はがき1枚。

## ちょっと気になるとなりまち

### 鴻巣市 しまじろうコンサート おとぎのくにのだいぼうけん

**時** 6月16日(日)①12:30開演(12:00開場)、②15:00開演(14:30開場)  
**場** クレアこうのす大ホール  
**費** 1,900円(全席指定・おみやげ付き)  
**他** 2歳以下のお子さんは、保護者(保護者1人につき1人まで)の膝上鑑賞は無料。ただし、席が必要な場合はチケットをお買い求めください。  
**申** 10:00~18:00にクリアこうのすチケットセンター(☎540-0500)  
**問** クレアこうのす(☎540-0540)

### 桶川市 太陽の国イタリア『魅惑のカンツォーネ』

**時** 7月21日(日)14:30開場、15:00開演  
**場** 桶川市民ホール  
**出演者** 西島定一&仲間たち(アンサンブルOTTO)  
**演奏予定曲** 忘れな草、禁じられた音楽、ロリータ、マンマ、マリウ愛の言葉を、ボラーレほか  
**費** 指定席3,500円、自由席3,000円※未就学児入場不可。  
**チケット発売日** 6月1日(土)  
**申** 桶川市民ホール(☎048-789-1113)

### 開催 平成25年度東洋大学公開講座

市民の多様化・高度化した学習ニーズに応えるため、今年度も東洋大学から講師を招き、公開講座を開催することになりました。皆さんの参加をお待ちしています。

**時** 7月28日(日)14:00~15:30  
**場** 文化センター第1・2会議室(3階)  
**テーマ** 『伊勢物語』の魅力に迫るー在原業平とは何者なのか!?ー 娯楽の物語文化が花開いた10世紀に歴史上実在した在原業平を主人公とした物語が制作された。業平とは何者なのか。そして『伊勢物語』とは、何を訴えようとする物語なのか。激しい主張にあふれているこの物語には、歴史の狭間で悲しく生き、そして滅んでいった人々への愛惜の精神があふれている。読解が難解とされる『伊勢物語』を厳密に読解し、その主張に耳を傾けたい。  
**講** 河地修氏(文学部日本文学文化学教授)  
**費** 無料  
**対** 市内在住・在勤の18歳以上の人100人(先着順)  
**申** 6月7日(金)9:00から生涯学習課生涯学習担当(☎594-5567)へ電話または市のホームページでお申し込みください。

## 北本の葬儀・家族葬ホール

年中無休 24時間対応

フリーダイヤル **0120-16-5940**

<http://www.ceremohall.com/>

セレモ セレモホール北本

北本市宮内7-179 TEL 048-591-2299

※喪具等は別途でご準備も承ります。

第23回セレモセミナー

日時：平成25年9月22日(日)

10時30分より

会場：セレモホール北本(多摩川)

北本駅より無料送迎バスあります。詳しくはお問い合わせ下さい。

### 北里大学メディカルセンター 市民講座 開催要綱

1. 日 時	平成25年6月15日(土) 午後1時~午後2時30分	5. 定 員	150名
2. 場 所	北里大学メディカルセンター 南館2階A B会議室	6. 受講料	無 料
3. テ ー マ	①「脳梗塞の予防について」 ②「ジェネリック医薬品について」	7. 申込方法	聴講自由(予約は不要です)
4. 講 師	①神経内科部長 阿久津 二夫 ②薬剤部課長補佐 柴崎 淳	8. 趣 旨	講座を通じて市民への健康に対する意識の高揚を図る
		9. 主 催	北里大学メディカルセンター
		10. 後 援	北本市、桶川市、鴻巣市
		【問い合わせ先】 事務総務課 電話：048-593-1212(代表)	



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	場所	その他
乳児健診	内 心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査 対 平成25年2月生	東側 6月27日(木) 13:20~14:10 西側 6月28日(金) 13:20~14:10	保健センター 母子健康センター	持 母子健康手帳、健康診査票
離乳食の調理講習	内 離乳食(初期)の試食および説明、中期食以降の相談 対 生後4か月~6か月児のいる母親または家族	6月27日(木) 14:00~14:30 6月28日(金) 14:00~14:30	保健センター 母子健康センター	*乳児健診と同時開催 *離乳食講習のみ参加は当日直接調理室へ
1歳6か月児健診	内 内科健診、歯科健診等 対 平成23年11月生	東側 6月20日(木) 13:20~14:10 西側 6月18日(火) 13:20~14:10	保健センター 母子健康センター	持 母子健康手帳、健康診査票 現在使用している歯ブラシ、タオル
3歳児健診	内 内科健診、歯科健診、尿検査等 対 東側地区で平成22年4・5月生	東側 6月19日(水) 13:20~14:10 ※西側は7月に実施	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査票、早朝尿、目と耳のアンケート 申 対象児以外は、健康づくり課保健予防・業務担当へ
フッ素塗布	対 1歳6か月児健診受診後から小学校入学前までのむし歯のないお子さん	6月25日(火) 初めての人: 13:20~13:50 2回目以降の人: 13:50~14:20	文化センター	費 1回当たり1,365円 持 歯ブラシ、母子健康手帳、タオル 申 当日直接会場へ ※2回目以降は6か月以上間隔をあげてください
9か月児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達の相談、離乳後の栄養相談、育児の心配ごと相談等 対 平成24年9月生の乳児のいる母親または家族	東側 7月1日(月) 10:00~11:00 西側 7月2日(火) 10:00~11:00	保健センター 母子健康センター	持 母子健康手帳、9か月または10か月児健康相談票
乳幼児育児相談	内 身体の発育や運動発達、食事や排せつのつけ、心配ごとの相談 対 0歳~3歳未満の子どものいる母親または家族で希望する人	7月2日(火) 13:30~14:30	母子健康センター	持 母子健康手帳
パパのためのお風呂の入れ方講習会	対 初めて父親になる人と家族で希望する人	6月15日(土) 10:00~12:00	母子健康センター	定 15人 費 無料 申 6月10日(月)までに健康づくり課保健予防・業務担当へ
献血	対 16歳~69歳の健康な人 ※65歳~69歳の人は60歳~64歳の間に献血したことのある人のみ	6月19日(水) 14:30~16:30	北本市役所	申 当日直接会場へ

子宮頸がん・乳がん・大腸がん検診の無料クーポン券を郵送しました

がん検診の受診促進を図るため、該当年齢の人には、無料で検診を受けられるクーポン券をお送りしました。対象となる人はぜひご利用ください。  
※対象の人でクーポン券が届いていない人、転入された人のうち前住所でクーポン券を使用していない人は、健康づくり課にお問い合わせください。  
☎ 健康づくり課保健予防・業務担当 (☎594-5544)

子宮頸がん検診(女性)対象者

年齢	生年月日
20歳	平成4年4月2日~5年4月1日
25歳	昭和62年4月2日~63年4月1日
30歳	昭和57年4月2日~58年4月1日
35歳	昭和52年4月2日~53年4月1日
40歳	昭和47年4月2日~48年4月1日

乳がん(女性)・大腸がん検診(男性・女性)対象者

年齢	生年月日
40歳	昭和47年4月2日~48年4月1日
45歳	昭和42年4月2日~43年4月1日
50歳	昭和37年4月2日~38年4月1日
55歳	昭和32年4月2日~33年4月1日
60歳	昭和27年4月2日~28年4月1日

健康診査等のご案内

【実施期間】6月3日(月)~9月30日(月) 【実施場所】下記実施医療機関

事業名	対象	内容・費用	問合せ先
健康診査(個別)	40歳以上(昭和49年3月31日以前生まれ)の北本市国民健康保険または後期高齢者医療加入の人	内 問診、身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査等 費 40歳~69歳 1,500円 70歳以上 800円	保険年金課 国民健康保険担当 (☎594-5575)
生活健康度測定(個別)	65歳以上で要介護、要支援の認定を受けていない人	内 問診、診察 必要に応じて、貧血検査、心電図検査 費 無料	高齢介護課 介護担当 (☎594-5540)
肝炎ウイルス検診	40歳以上(昭和49年3月31日以前生まれ)で今までC型肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	内 B型C型肝炎血液検査 費 無料	健康づくり課 保健予防・業務担当 (☎594-5544)
胸部レントゲン検査	65歳以上(昭和24年3月31日以前生まれ)の人	内 胸部レントゲン撮影 費 無料	
前立腺がん検診(個別)	平成25年4月1日現在で50~74歳までの偶数年齢の男性で、市の検診の他に受診機会のない人	内 血液検査(PSA検査) 費 50歳~68歳 500円 70歳~74歳 200円 ※生活保護世帯の人は無料	

【受診方法】

- 国民健康保険・後期高齢者医療加入者
  - ①受診券(対象者には市から5月下旬に受診券を郵送予定)、②健康保険証、③介護保険証(65歳以上の人)をお持ちいただき、希望する下表の医療機関へ直接お申し込みください。
- その他の保険の加入者
  - ご加入の保険組合が健康診査を行います。詳しくは、お勤め先や保険組合にお問い合わせください。健康診査以外の他の検診(査)を受けることができます。希望する下表の医療機関へ直接お申し込みください。生活健康度測定においては、市から受診券を発行しますので、高齢介護課へお問い合わせください。
  - ※複数の健診を受診する場合は、同時に受けてください。

健康診査・検査など実施医療機関(28か所)

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
青木クリニック	592-1033	さくらこどもとおとな診療所	591-2088	二ツ家整形外科	590-3344
安里医院	542-2629	さとうクリニック	590-5977	本藤整形外科	592-7667
天地クリニック	593-1762	鈴木医院	592-1313	まつぎ整形リウマチクリニック	540-6463
伊藤クリニック	593-5588	桃泉園北本病院	543-1011	南福音診療所	591-7191
大久保医院	591-8171	遠井医院	591-2109	山田医院	593-0353
北本共済病院	591-7111	榎原医院	542-6582	山本内科医院	591-5025
北本共立診療所	592-1641	林田内科医院	592-7711	吉田医院	591-2200
北本整形外科	591-8871	ひらお内科クリニック	592-8861	よしだ整形外科内科	590-5720
北本第一クリニック	591-7622	深井小児科内科医院	591-5958		
北本中央クリニック	591-2257	藤倉医院	592-3045		

ヘルスアップ調理講習会

美味しいバランス献立に挑戦しませんか  
テーマ カルシウム  
時 6月26日(水) 10:00~13:00  
場 コミュニティセンター  
定 25人 費 300円(保険料等) 持 エプロン、三角巾、ふきん  
申 6月19日(水)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でお申し込みください。

お子さんの予防接種について

お子さんの予防接種の際には保護者の同伴が原則必要ですが、仕事の都合等で保護者が同伴できない場合もあることから、普段のお子さんの健康状態をよくご存知の親族(成人)の同伴が認められています。  
ただし、その際は、母子健康手帳、予診票の他に委任状が必要です。委任状は市役所健康づくり課窓口(9番窓口)でお受け取りいただけるほか、市ホームページからもダウンロードできます。  
☎ 健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)

7月実施 集団検診(女性)

30代までの健康力アップ健診(女性)、子宮がん検診、乳がん検診の申込みを6月5日(水)まで受け付けています。詳しくは、広報きたもと5月号または市ホームページに掲載しています。  
☎ 健康づくり課保健予防・業務担当(☎594-5544)

つどいの広場事業講習会

ママのためのストレッチ  
～夏に向かってリフレッシュ!～

家庭でもできるストレッチを体験しよう!  
**時** 6月14日(金)10:15～11:15(10:00開場)  
**場** 北本駅西口ビル内保育ステーション  
**内** 準備体操、講師によるストレッチ  
**対** 市内在住の0歳～2歳の子どもと保護者  
**定** 12組(申込順) 講 渡辺すみ江さん  
**持** バスタオル1枚、汗ふきタオル1枚、飲み物  
**申** 6月4日(火)10:00から北本駅西口ビル内保育ステーション(☎592-9961)へ電話でお申し込みください。5日(水)以降は北本駅西口ビル内保育ステーション窓口でも受け付けます。なお、定員となり次第締め切ります。

リトミック大好き!!

親子でリズムに合わせておもしろい身体を動かそう!  
**時** 6月21日(金)10:15～11:00(10:00開場)  
**場** 子育て支援センター  
**内** 音楽に親しみ、リズムに合わせて身体を動かしたり、歌いながら身体で表現し、親子でリトミックを楽しむ。  
**対** 市内在住の2歳児の子ども(平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ)と保護者  
**定** 12組(申込順)  
**申** 6月6日(木)9:30から子育て支援センター(☎590-7676)へ電話でお申し込みください。7日(金)以降は子育て支援センター窓口でも受け付けます。なお、定員となり次第締め切ります。

パパと遊ぼうDay!

だ～いすきなパパと一緒に遊びませんか?  
 いつも忙しいパパも、かわいいお子さんと楽しいひと時を過ごしましょう!  
**時** 7月6日(土)10:30～11:30(10:15開場)  
**場** 文化センター  
**対** 市内在住の0歳～未就園児の子どもと保護者  
**定** 20組(申込順)  
**申** 6月14日(金)9:30から子育て支援センター(☎590-7676)へ電話でお申し込みください。17日(月)以降は子育て支援センター窓口でも受け付けます。なお、定員となり次第締め切ります。

中丸保育園子育て支援センター講習会

親子でハッピータイム3♡「ファーストサイン講座」

ファーストサインは、親子のコミュニケーションの手段として大変注目されています。ベビーマッサージ教室「おひさま」天野悦子先生による赤ちゃんとのコミュニケーションを親子で楽しく学びましょう。  
**時** 6月25日(火)10:30～12:00(10:00開場)  
**場** 南部公民館  
**対** 0歳～1歳半の子どもと保護者 **定** 15組(申込順)  
**講** ベビーマッサージ教室「おひさま」天野悦子先生  
**申** 6月3日(月)10:00から中丸保育園(☎592-5615)へ電話もしくは直接お申し込みください。なお、定員となり次第締め切ります。

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4か所に「地域子育て支援拠点」を開設しています。おしゃべりしたい時、友達と遊びたい時、ちょっぴり子育てに悩んだ時など、気軽にご利用ください。

ママ&キッズサロン

問合せ ☎592-9961  
**時** 月～金曜日10:00～12:00、13:00～16:00  
 ※6月14日(金)はお休み、17日(月)は午前のみ開催  
**対** 0歳～3歳未満のお子さんと保護者、妊娠中の人  
**場** 北本駅西口ビル2階保育ステーション

Coccoひろば

問合せ ☎592-4039  
**時** 火、木、土曜日10:00～15:00  
**対** 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人と配偶者  
**場** コープみらいコープ北本店3階

中丸保育園子育て支援センター

問合せ ☎592-5615  
**時** 月～金曜日 10:00～15:00  
**対** 0歳～就学前のお子さんと保護者  
**場** 中丸保育園内

子育て支援センター

問合せ ☎590-7676  
**時** 月～金曜日 9:30～12:00、13:00～15:30  
 ※6月21日(金)はお休み、17日(月)は午前のみ開催  
**対** 0歳～3歳未満のお子さんと保護者、妊娠中の人  
**場** 北本市立東保育所内



休日や夜間、お子さんの急な病気やけがのとき  
 埼玉県小児救急電話相談

家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。  
**電話番号 #8000番**  
 ※ただし、IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線をご利用の場合は、048-833-7911へおかけください。  
**相談時間**  
 月～土曜日 19:00～翌朝7:00まで  
 日曜日・祝日・年末年始 9:00～翌朝7:00まで

平日の夜間、お子さんが病気やけがのとき  
 小児初期救急医療体制  
 (桶川・北本・伊奈地区)

当番医療機関のお問合せは  
 埼玉県央広域消防本部指令課へ  
**☎597-3301(直通)**  
**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。

健康豆知識 第9回

柔道とケガについて

平成24年4月から全国の中学校保健体育学習の中に武道とダンスが必修となりました。武道により、日本の伝統・文化の中の礼儀作法の基本を学童期に学び修得することは、日本人として貴重な体験になることでしょう。中学校武道は原則として柔道・剣道・相撲等から選択することになっていきます。施設や設備、用具や過去の実績、関心度から、埼玉県では約60%以上が柔道を選択しているようです。柔道は、受け身がきちんとできなければ相手と組んで攻防の展開もできません。最近では、小学校の児童の中で身体が固く、身体の動きがスムーズでなく、運動の調整力や平衡バランスの低下している小児が増加しているようです。このような中で、柔道の経験のない生徒が中学校に入学し、体育授業の中で柔道授業の教育を受けることは、指導する体育教師(先生)も大変であろうと考えます。指導者不足から柔道の高段者の外部指導者も参入している学校も多いようです。昨今は指導者の指導のあり方も問われる時代となりました。指導者教育も重要な課題となります。過去の報告では、中学校での柔道活動で、部活中に発生した頭部外傷(頭のケガ)や頸椎、頸髄損傷(首のケガ)を中心に、重度に陥りやすい急性外傷のみならず、体や四肢手・足の外傷(ケガ)も多く発生しています。幸いにも中学校体育活動中での重症なケガは少ないようですが、武道中の外傷や疾病の安全対策や応急処置も学べる講習会も必要となるでしょう。基本的な礼儀作法や柔道の受け身を充分に習得することは、今後成長して社会活動の中で、対人関係や、自分自身のケガの予防に役立つことと考えます。武道は、今後中学校の授業のみならず、幼稚園、小学校から基本を学ぶことが、心身共に健やかに成長するうえで「脳と心と体」の発育・発達に有用であろうと考えます。提供：桶川北本伊奈地区医師会

休日診療(当番医) 診療時間9:00～17:00(時間厳守) 6月8日～7月7日

月日	医療機関名	科目	電話
6/9(日)	山田医院	内・小	593-0353
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	木村クリニック(伊奈町)	内・心内・脳神経・リハ	048-723-8884
6/16(日)	さくらこどもとおとな診療所	内・循環器・小	591-2088
	伊藤医院(桶川市)	内・小	048-771-1059
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
6/23(日)	鈴木医院	内・小	592-1313
	大野整形外科(桶川市)	整外・リハ・リウマチ	048-728-1611
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
6/30(日)	南福音診療所	内・小	591-7191
	小林産婦人科クリニック(桶川市)	産・内・小児	048-773-4135
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

月日	医療機関名	科目	電話
7/7(日)	安里医院	内・小	542-2629
	埼玉県央病院(桶川市)	内・外・整外	048-776-0022
	世沢整形外科(伊奈町)	整外・内・リハ	048-723-9191

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

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

歯科休日診療

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

## 各種相談案内

生活の中で疑問に思っていること、相談したいと思っていることはありませんか？  
市では、生活や法律、教育や健康などの各種相談を行っています。ぜひ、お気軽にご相談ください。

市のホームページからもご覧いただけます

北本市 相談窓口

検索

<http://www.city.kitamoto.saitama.jp/>  
※相談日が祝祭日はお休みの場合があります。

相談日 6月8日～7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)	6月26日(水) 10:00～12:00	市役所 第1相談室	市民課市民相談担当 (☎594-5529)
法律相談(予約制)	毎週水曜日・金曜日 13:30～16:20	市民課市民相談担当 (☎594-5529)	
市民相談・多重債務相談	毎週月～金曜日 9:00～16:00		
消費生活相談	毎週月～金曜日 10:00～12:00、13:00～16:00		
人権相談	6月25日(火) 13:30～15:30	文化センター	協働推進課人権推進・男女共同参画担当 (☎594-5506)
女性相談(女性相談員によるカウンセリング・予約制)	6月10日(月)・19日(水)、7月3日(水) 10:00～15:00 (1人50分)	協働推進課人権推進・男女共同参画担当 (☎594-5507)	
教育相談	毎週月～金曜日 9:00～16:30	教育センター (☎591-2176)	
ことばの相談(就学児対象)	毎週火・木曜日 9:00～17:00		
緑のなんでも相談	7月1日(月) 10:00～12:00	総合公園管理事務所 (☎592-4050)	
子どもの相談(ことば、しつけ等)	毎週月～金曜日 9:00～16:00	こども課子育て支援担当 (☎594-5537)	
障がい者支援相談(予約制)	6月11日(火) 10:00～15:00(精神)	かがやきの郷相談室	障がい者福祉課相談支援担当 (☎594-5535)
	6月28日(金) 10:00～15:00 (身障・知的・精神)	総合福祉センター	
心配ごと相談	毎週水曜日 10:00～15:00	総合福祉センター	社会福祉協議会 (☎593-2961)
結婚相談	6月15日(土)、7月2日(火) 10:00～15:00 (受付は14:30まで)		
ボランティア相談	6月21日(金) 13:30～15:30	コミュニティセンター	
	7月6日(土) 10:00～12:00	総合福祉センター	
内職相談	毎週火・金曜日 13:00～16:00	勤労福祉センター	内職相談室 (☎591-8551)
住宅増改築(新築)・リフォーム相談	6月15日(土)、7月6日(土) 9:00～12:00	市役所 第1相談室	産業観光課商工労政担当 (☎594-5530)
職業相談・雇用相談(予約制)	毎週水曜日 10:00～12:00 毎週木曜日 10:00～12:00、13:00～16:00	勤労福祉センター内 北本市 無料職業紹介所	産業観光課商工労政担当 (☎594-5530) ※前日までにお申し込みください
健康・生活相談	6月17日(月) 9:30～12:00	健康増進センター (☎591-8251)	

## 暮らしの110番

### 北本市消費生活相談あれこれ④

#### ■火災保険で住宅の修理ができる話は本当？

自宅の屋根がわがずれていることに気付いたので修理を考えていた矢先、「かわらのずれが自然災害が原因なら火災保険を使えば無料で修理できる。当社の指定業者が無料で調査を行い、保険の申請手続きも行ってあげる。ただし、その指定業者に修理工事を依頼することが条件」と言って業者が来訪。火災保険で住宅の修理ができることは知らなかった。本当の話なら依頼したいと思うが、信じて大丈夫かという相談が寄せられました。

これは、相談者のように多くの消費者が火災保険の中には自然災害で生じた住宅の損害が補償の対象になっている商品があるのを知らないことに目を付けた勧誘商法で、最終的には有償の住宅補修工事契約を結ぶことが目的と思われる。

火災保険の対象となるのは、自然災害によって生じた住宅の補修で、自然災害によらない住宅の不具合の修理に利用するのは問題があります。保険会社の調査等で契約違反とみなされると保険金の返還を求められるなど保険会社とトラブルになる場合もありますので注意が必要です。

相談者には以上を説明したうえで、修理をするのであれば事前に契約先の保険会社に補償の対象となるのか、申請方法はどうかを問い合わせるようにと助言。また、工事を行う場合は複数の業者から見積りを取ることを勧めました。

このほかにも、各地の消費生活センターには、工事がずさんだった、必要のない修理までされた、解約したら高額な解約料を請求された、工事は終了したけれど保険金が支払われなかったなどの相談が寄せられています。困ったときには消費生活センターにご相談ください。

#### 相談窓口

- 北本市消費生活センター(市民課市民相談担当 ☎594-5529 ※電話での相談も受け付けます) 毎週月～金曜日(祝日・年末年始を除く)10:00～12:00、13:00～16:00
- 埼玉県消費生活支援センター (☎048-261-0999) 毎週月～土曜日(祝日・年末年始を除く)9:30～16:00
- 全国消費生活相談員協会「週末電話相談」(☎03-3448-1409) 毎週土・日曜日10:00～12:00、13:00～16:00

# セーフコミュニティきたもと Vol.11

## セーフコミュニティとは…

「ケガやそれを引き起こす事故は偶然に起こるものではなく、予防することができる」という理念のもと、行政・地域・警察・家庭・学校などすべての関係者が分野横断的に連携・協働して安心・安全に暮らすことのできるまちづくりを進めていくことです。



### ☎協働推進課セーフコミュニティ担当 (☎594-5571)

#### 平成25年度第1回セーフコミュニティ対策委員会を開催

4月25日・26日に、第1回セーフコミュニティ対策委員会を開催しました。

今回は、これまでの合同開催から各対策委員会ごとに開催し、議論を進めました。

前回までの議論を踏まえ、議論の参考となる交通事故や犯罪に関する客観的なデータ等も考慮しながら、優先的に取り組むべき課題等について引き続き検討を行いました。

議論の中で、各委員から北本市や他自治体で実施されている安心・安全に係る取組みについて事例紹介があり、既存の取組みをうまく組み合わせ、より効果的な取組みにつなげていくための貴重なアイデアを多くいただき、活発な会議となりました。

セーフコミュニティは、市民との協働で進めていく活動です。各現場で活躍されている委員の皆さんからの貴重なご意見等を参考に、北本市をより安心・安全なまちにしていけるよう、セーフコミュニティの取組みを進めていきます。



第1回セーフコミュニティ対策委員会の様子

## 北本あんぜん情報 第66号

### 振り込め詐欺に注意しましょう

市内では、今年に入り3件の振り込め詐欺が発生し、約970万円の被害がでています(4月20日現在)。

手口的には「息子」や「孫」をかたって電話をして、お金をだまし取るオレオレ詐欺が最も多く、直接犯人にお金を渡してしまう手交型も増えています。

- 俺だよ、携帯が入った会社のバッグを盗まれて(失くして)しまった。
- 友人(会社)の携帯電話を借りているから、今後はこの番号だよ。
- 上司(友人の○○)が行くから、お金を渡して欲しい。

#### ～被害に遭わないために～

- 一人で判断しないで、家族や警察に相談する。
- 元の電話番号に電話をして確認する。
- 本人以外の人にお金を渡さない。

防犯情報配信中  
e防メールサービスをご利用ください。  
ebouhan@soho-salon.com



### ひったくり被害が多発!

埼玉県内では、本年1月から3月末までに250件、市内でも6件のひったくり被害が発生しています。

市内で発生した主な特徴としては  
○駅前付近に限らず、広範囲に人通りの少ない路地等で発生している(自宅付近でも注意しましょう)。

- 19:00～22:00ころに多く発生している。
- 犯人はバイクに乗って、自転車で帰宅途中の女性を狙って、追い抜きざま、自転車のカゴからバッグ等をひったくる。

#### ～被害に遭わないために～

- 後方から近づく自転車・バイクに警戒心を持ちましょう。
- 自転車のカゴには防犯カバーを正しく付けましょう。
- 人通りの多い、明るい道を通行しましょう。
- 携帯電話の操作やイヤホンの音楽に集中しない。

# きたもと 掲示板



市民の皆さんからのお知らせや募集の情報をお届けします！  
詳しい内容は主催者にお問い合わせください。

## 開催

### 20周年記念 フォトコスモス写真展

時 6月6日(木)～9日(日)9:00～17:00  
場 文化センター 費 無料  
問 フォトコスモス(下村 ☎591-0628)

### 北本市民吹奏楽団 2013ファミリーコンサート

時 6月9日(日)13:00開場、13:30開演  
場 文化センター 費 無料  
問 北本市民吹奏楽団(広川 ☎592-5753)

### 健康基礎講座PART-6 鬱陶しい梅雨の健康管理

時 6月9日(日)14:00～  
場 文化センター 費 100円(資料代)  
問 生涯いきいき種の仲間(江間 ☎592-1406)

### 終末医療についてー延命治療 は受けなくて平穏死したいー

時 6月13日(木)10:00～  
場 文化センター 費 200円  
講 平尾良雄氏(ひらお内科クリニック院長)  
問 老後を考える会(河内 ☎592-9781)

### これでいいのか小中一貫教育 5年生から期末テスト、運動会は9学年いっしょ?

時 6月15日(土)13:30～16:30  
場 文化センター 費 無料  
講 山本由美氏(和光大学教授)  
問 北本市教職員組合(鹿谷 ☎591-0015)

### 第13回 「一葉会」発表会

時 6月15日(土)13:00開場、13:30開演  
場 文化センター 費 無料  
問 一葉会(大島 ☎591-4438)

### 10周年記念 高崎線沿線ギター交流会

時 6月23日(日)13:30開場、13:45開演  
場 文化センター 費 無料  
問 北本ギタークラブ(清水 ☎591-8704)

### 設立10周年記念講演会 「73歳のエベレスト」

時 6月22日(土)13:30～16:00(13:00開場)  
場 文化センター 費 無料 講 渡辺玉枝氏(エベレスト女性世界最高齢登頂者)  
問 NPO法人さいたま山に親しむ会(上野 ☎080-5061-6201)

### 講演「TPP参加で私たちの くらしはなるのか」

時 6月22日(土)14:00～  
場 文化センター 費 200円(資料代)  
講 鈴木宣弘氏(東京大学大学院教授)  
問 北本九条の会(高橋 ☎592-4981)

### 〈教養講座〉3人の医師による 「腰痛・不眠・高血圧」の話

時 6月30日(日)14:00～16:30(13:30開場)  
場 文化センター 定 150人 費 無料  
問 北本ロータリークラブ(白石 ☎591-6252)

### 第51回自然観察会 木の実に集まる昆虫探し

時 6月22日(土)10:00～12:00  
場 中央緑地※下石戸下踏切集合  
費 無料 講 牧林功氏、岡嶋和子氏  
問 NPO法人北本雑木林の会(白川 ☎593-0448)

### Mステージ(三沼歌謡教室) 25周年記念カラオケ発表会

時 7月14日(日)9:15開演  
場 文化センター 費 無料  
問 Mステージ(三沼 ☎090-9684-7466)

### スクエアダンス 初心者無料体験会

時 6月8日～29日の毎週土曜日18:30～21:00  
場 北部公民館 費 無料  
問 北本スクエアダンスクラブMints(太田 ☎543-7242)

### TPPIについて考えましょう 映画「フードインク」上映会

時 6月30日(日)10:00～12:00(9:30開場)  
場 生活館3階(ダイエー隣り) 費 無料  
問 生活クラブ(杉田 ☎591-1467)

### 地域史料読解(明治大正 期・石戸尋常小学校日誌)

時 6月27日～平成26年3月27日の毎月第4木曜日9:30～11:30  
場 文化センター 定 30人(申込順)  
費 1,500円(資料・保険代など)  
講 岡田勝雄氏(市文化財保護審議委員)  
問 地域史料読解学習会(今井 ☎590-3501)

## 募集

### 北本市少年少女合唱団の 団員

時 毎週土曜日10:00～12:00  
場 文化センターほか  
費 会費月額1,500円  
問 北本市少年少女合唱団(岡田 ☎593-5133・18:00以降)

### 北本ビデオクラブの会員

時 毎月第3金曜日13:30～16:00  
場 東部公民館 費 会費年額2,000円  
問 北本ビデオクラブ(眞浦 ☎543-2685)※初心者歓迎

### 北本習字教室の会員 ペン・毛筆(細、太筆)

時 毎月第1・3水曜日10:00～11:30  
場 勤労福祉センター  
費 会費月額2,500円  
問 北本習字教室(富山 ☎591-5628)

### 実用ペン習字クラブの会員

時 毎月第3・4火曜日10:00～11:30  
場 コミュニティセンター  
費 会費月額1,500円  
問 実用ペン習字クラブ(正能 ☎591-6273)

### 火曜テニスクラブ(硬式テ ニス)の初心者会員

時 毎週火曜日10:00～12:00  
場 総合公園  
費 入会金1,000円、会費月額1,500円  
問 火曜テニスクラブ(大島 ☎591-3353)

### 第2回田んぼの学校の生徒

時 6月2日(日)10:00～(田植え実習)  
場 高尾さくら公園河川敷駐車場付近  
費 入校費個人2,000円、家族4,000円  
問 NPO法人荒川薫の会(阿き津 ☎593-3375)※ブログ有ります。

## 市民ギャラリー —きたもと十人十色—

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



「山麓」 大護一子さん(水昇会)



「冬」 若山壬子さん(水昇会)



「両神山あかやしお」 川名孝さん(写真友北本)



「上野駅1969年」 田沼清昭さん(写真友北本)

### 俳句会サザンカ

鉢植の菜の花咲ける仮設かな  
春眠の枕に朝日とどきける  
ウォーキングどの道行くも犬ふぐり  
落味噌の苦み染しむ齢となり  
学舎のけやき芽吹いて白い雲

塚本和江  
大島糸子  
加藤千枝子  
千葉昌子  
長澤千鶴子

### 今月の表紙 北本の元気人

## NPO法人 北本市観光協会の皆さん

北本市には、石戸蒲ザクラや北本まつり、トマトなど、多くの人々が訪れる観光資源がたくさんあります。北本市観光協会は、北本市や市内で活動する団体と連携し、北本市の観光情報の積極的な発信、北本トマトイメージキャラクターとまちゃんによる北本市のPR、グッズ制作、駅からハイキングや北本まつり宵まつりの運営等を行い、北本市の観光振興に取り組んでいます。今年1月、西中央通線沿いに事務所(西高尾1-249)を移転しました。



東間浅間神社所在の富士塚が市指定文化財に

教育委員会では今回、富士山を御神体とする「富士信仰」を現在に伝える貴重な文化財として「東間の富士塚」を市指定文化財に指定しました。

富士山は霊峰として崇拝されていますが、実際に登山するためにはたいへんな労力が必要です。このため誰もが富士登山を行い、その霊力にあやかることができるようにと、富士山を模した築山を身近な場所に築いたものが富士塚です。

東間の富士塚は高さ約6mで、頂に社殿を祭っています。かつては塚に登頂すると、遠く南西方向に富士山を眺望することもできました。塚の中腹には享保8年(1723)に建てられた「石段供養塔」があり、信仰の古さを伝えています。



東間の富士塚  
富士塚は旧中山道沿いの浅間神社境内にあり、実際の富士山の山開きに合わせた6月30日、7月1日には初山行事が行われます。初山は、この一年に生まれた赤ちゃんを富士塚に登らせ、額に朱印を押し、お払いを受け成長を祈願する行事です。北本に夏を告げる風物詩として多くの参拝客でにぎわいます。



新緑の中、第25回みどりのフェスティバル大盛況

4月29日の昭和の日、子供公園をメイン会場に「第25回みどりのフェスティバル」が開催されました。当日は、みどりのウォークラリーが開催されたほか、こども一日動物村や苗木の配布など、楽しいイベントが繰り広げられ、多くの来場者でにぎわいました。



美味しくなった!喜びの声あがる

4月11日、西中学校で自校式給食が開始されました。今までは給食センターからの配給となっていたが、西中学校内給食室で調理が行われることで、出来たての給食が提供されます。西中学校以外の市内中学校3校も順次自校式へと移行予定です。

市長のほっと・とーく  
夏  
の  
さ  
わ  
や  
か  
ス  
ポ  
ッ  
ト

国木田独歩はその著「武蔵野」の中で、雑木林の四季折々の美しさや有益性を描いています。人間の生活と自然が密接する里山の雑木林は、独歩の言う武蔵野地域では見ることが難しくなりましたが、北本には今も多く残っています。中央緑地、県の自然観察公園、高尾宮岡のトラスト地など、美しい緑を堪能できる場所は枚挙にいとまがありません。また、市の顔ともいべき北本駅西口駅前広場内には市内の雑木林から移植した木の株を植えました。北本市内の宅地の割合は約40%ですが、田・畑・山林原野などを合わせた緑地もほぼ同率で、まさに「緑にかこまれたまち」と言えます。北本市では、今夏、外出による節電の啓発と北本市の自然環境の魅力を感じていただくことを目的に、「きたもと節電コンテスト2013夏」を実施します。夏のさわやかスポット部門を実施します。市内でおすすめの「夏のさわやかスポット」を募集し、市がさまざまな媒体で紹介いたします。雑木林や谷津はもちろん、屋外で涼しくさわやかに過ごせる場所をたくさん探していただくことにより、市民の皆様が北本の自然を再認識していただくとともに、北本の魅力を広く市外にも発信していきたいと考えています。



北本市長 石津 賢治

『節電コンテスト』参加者募集

あなたが涼を求める場所はどこですか?

節電コンテスト  
「夏のさわやかスポット」部門

新設

市では外出による節電の啓発と北本の自然環境の魅力伝えることを目的として、「節電コンテスト夏のさわやかスポット部門」を新たに実施します。

内容

市内の屋外で涼しくさわやかに過ごせる場所(夏のさわやかスポット)を探し、その魅力を紹介してください。ご紹介いただいた夏のさわやかスポットは市の広報やホームページ、Facebook等で広く紹介させていただきます。参加者全員に賞品がありますので、奮って参加してください。

応募方法

所定の応募用紙に必要事項を記載して応募してください。応募用紙はくらし安全課または各地区公民館で配布します。また、市ホームページからもダウンロードすることができます。

実施期間 6月から9月

提出先 くらし安全課環境政策・衛生担当へ郵送、持参またはメールにて。9月30日(月)までに提出してください。



応募用紙

皆さんの  
オススメスポット  
共有しませんか?



節電で節約を!

節電コンテスト  
「電気使用量削減」部門



家庭での電気使用量の少なさを競う「節電コンテスト電気使用量削減部門」を昨年度に引き続き実施します。

実施方法

所定の応募用紙に7月と8月分の東京電力発行の「電気ご使用量のお知らせ」の伝票を貼って応募してください。

対象2か月間の合計電気使用量を世帯人数で割り、1人当たりの電気使用量の少なさを競います。参加者全員に賞品がありますので、奮って参加してください。

実施期間 7月・8月

応募用紙 くらし安全課または各地区公民館で配布します。また、市ホームページからもダウンロードできます。

提出先 くらし安全課環境政策・衛生担当へ郵送、FAXまたは持参にて。9月30日(月)までに提出してください。



気軽に楽しく参加  
そんな感じで  
いいと思います!



応募用紙

【問合せ】くらし安全課環境政策・衛生担当

(☎594-5526・FAX 592-5997・Eメール environment@city.kitamoto.saitama.jp)

北本流節電法 楽しく、快適に **eco** な夏を!

# 夏のさわやかスポットに行ってみよう!

夏のさわやかスポットとは、夏の暑さを忘れられるような、身近でさわやかに涼しく過ごせる場所のことをいいます。たとえば、森林、水辺、公園などがこれに当たります。家庭にいと電力を消費しますので、エアコン等を切って外出することは立派な節電になります。夏のさわやかスポットに出かけて楽しく、さわやかな夏を過ごしませんか。

さわやか  
スポット 1

## 北本の雑木林(北本中央緑地)

線路沿いに整えられたリラックス空間

夏の暑い日に森の中に入ると、体感温度で2度ほど涼しく感じるといわれています。また、街中の喧騒を忘れさせる静けさに、心からリラックスできます。今回は北本の雑木林について、その魅力を北本雑木林の会 白川容子さんに紹介いただきます。



所在地 中丸1丁目、二ツ家1丁目、下石戸下、北本宿の各一部  
駐車場 無



北本雑木林の会  
白川容子さん

地球温暖化やヒートアイランドの影響などで、年々気温が高くなっています。クーラーをつけてお昼寝をするのもいいですが、たまには雑木林の中をお散歩してみるのはどうでしょうか? 一歩雑木林の中に入るとそこには別世界が広がっています。両手をのばし、背伸びをして深呼吸をすれば、まさに今、生まれ

たばかりの酸素が心身にしみわたります。気分は爽快で、明日からの活力を得られますよ。北本雑木林の会では、夏、雑木林の草刈に精を出します。汗だくになりながら、1メートル以上伸びた草を一生懸命刈ります。そうすると風が通り、見た目にもとっても涼しい雑木林になります。私は草刈をした後に出てくる可愛い野花を見るのも楽しみです。最近ではこの雑木林を使って、若い人たちのグループによる様々なイベントも行われています。ぜひ皆さん暑い夏こそ雑木林に足を運んでみてください。

### 利用者の声

10年ほど前から朝、雑木林でラジオ体操をしています。はじめた頃は参加者が2、3人でしたが、今では30人ほど集まることもあります。雑木林でのラジオ体操は涼しくて、とても気持ちいいですよ! 心身共にすっきりできて、ラジオ体操を始めてから風邪をひいたこともありません。健康は宝です。緑豊かな雑木林でラジオ体操を行えることを幸せに思います。



金子昌子さん  
(写真中央)



さわやか  
スポット 2

## 北本自然観察公園

東京ドーム約7個分の敷地内にひろがる水辺と緑

北本市には市内外から年間30万人が訪れるという北本自然観察公園があります。公園内は里山、草はら、湿地の環境があり、様々な生きものを観察することができます。今回はその魅力について、田留さんに紹介させていただきます。



所在地 荒井5-200  
駐車場 有(約100台)

北本自然観察公園は、昔なつかしい里地里山の自然環境を残し、来園者の皆さんが自然に親しめるように整えられた公園です。東京ドーム約7個分(32.9ha)の敷地内には、雑木林や草はら、湿地や小川など、豊かな自然があり、そこにすむ生きものたちの息づかいを感じることができます。



自然学習指導員  
田留健介さん

公園内にある埼玉県自然学習センターは、来園される人が四季おりおりの自然に親しめるようなイベントを開催しています。昨年行われた「夏の自然観察オリエンテーリング」では、アスファルト舗装と林の地面の温度とを実測して比較し、林による冷却効果を参加者の皆さんに実感していただきました。今年も色々なイベントを企画中です。暑い夏を涼しい自然観察公園で過ごしませんか? 皆さんのご来園を心よりお待ちしております。



### 利用者の声

夏を迎えたこの季節。太陽の照りつける小道を歩いていると暑さばかりが身にしみず。そんな時、ちょっと木陰に入ってみましょう。汗ばんだ体がスッと涼しくなって、吹く風がなんとなく違って感じられます。鳥の声もより鮮明に響いてきます。ベンチに腰掛けて少し目を閉じてみると、鳥の声に加えて風も唄っているのが解ります。どこからともなく匂ってくるのは青葉? あれ? もしかして後ろにタヌキが歩いてる? この公園は五感を刺激する不思議に満ちています。



山下哲司さん



福森 秀臣さん

森林インストラクター  
CONE自然体験活動コーディネーター  
森林セラピスト

北本市の中央緑地、自然観察公園、高尾宮岡の景観地はまさに『自然の美術館』であり、良質の緑地です。しかし、これ以外にも身近に目にする高木の樹木群があります。社寺有林や農用林として活用されたであろう大きな敷地の屋敷林等

す。参道や路地におおい被さるような樹冠のトンネルは、軽井沢を思わせる涼味を醸し出すところであり、炎天下を歩いてきて“ホッ”と至福の時間を恵みます。また、都市緑化では欠くことができない街路樹ですが、交差点の緑陰樹は信号待ちの際に『涼しい日傘』となり私たちを守ってくれます。皆さんもこのような夏の暑い日に涼しくさわやかに過ごせる場所を探してみませんか?

# 手軽にできる節電のアイデア

これから冷房の需要が伸びて電気使用量が増える季節になります。上手に節電をして節約をする、エコな暮らしを楽しみましょう！  
 節電に積極的に取り組まれている節電コンテスト参加者の皆さんにその秘訣を聞いてきました。ぜひ参考にしてみてください！

## 図書館は涼しくて、本も読めて一石二鳥

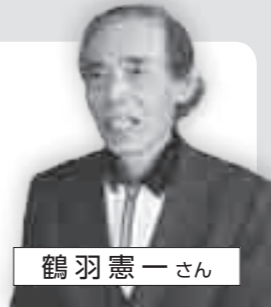
エアコンの使い過ぎに注意し、設定温度を28℃にしました。エアコンを使うときは、扇風機をあわせて使うと、とても涼しく感じます。暑くてへばっている時は、エアコン等を使う前に、冷たいシャワーを浴びるとすっきりして暑さも大分和らぎます。あと、お休みの日は、図書館に出かけるようにしています。涼しくて、本も読めて一石二鳥ですね。



御嶽千夏さん

## 毎日の炊事でも節電意識

ごはんを炊くのを炊飯器からガス炊きに変えました。保温は使わずに余ったごはんは冷凍しています。冷凍庫もなるべく物を詰めて入れて、無駄な空間を作らないようにしました。食事は毎日作るものなので、特に節電を意識しています。



鶴羽憲一さん

## 家族団らんも節電のひとつ

照明の買い替え時にLEDのものをかうようにしました。電球を変えるだけでかなり違います。また、エアコンを使う部屋を極力少なくして、家族が一つの部屋に集まって過ごすようにしました。家族団らんにもつながるし、おススメです。



郡司 襄さん

## 小さなことの積み重ね

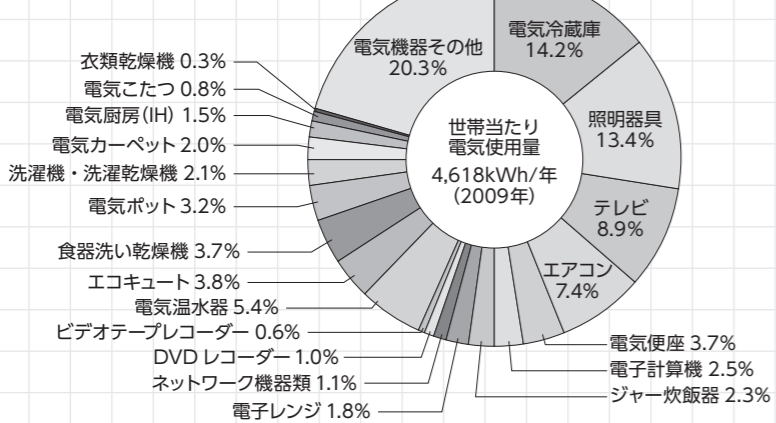
必要以上にエアコンをつけない、待機電力にも気をつかい、使わない電気はすぐ切るなどあたりまえの小さなことを積み重ねることが大切だと思います。自分の家で節電を始めると職場でも気をつかうようになりました。



中村哲夫さん

## 家庭でできる節電・省エネポイント

### 家電製品別消費電力量の比較



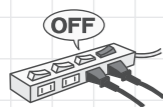
特に消費電力量が多いのは、冷蔵庫、照明、テレビ、エアコンの4つです。これらの家電製品を上手に使うことで、効果的に節電できます。

【出典：資源エネルギー庁 平成22年度省エネルギー政策分析調査事業「家庭におけるエネルギー消費実態について」】

### 待機電力を削減！

待機時消費電力は年間で約6%を占めます。

- こまめに主電源を切りましょう。
- 「スイッチ付きタップ」を使いましょう。
- 「オートOFF機能」を使いましょう。

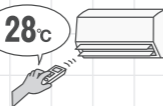


節電を行う際は、体調に留意いただき、無理のない範囲で行いましょう。

北本市職員 環境政策・衛生担当 小島 有香子さん

### エアコンで節電！

- フィルターの掃除はこまめにしましょう。(2週間に1度が目安)
- 室外機の周りに物を置かないようにしましょう。
- 冷房設定温度は28℃を目安にしましょう。



### 冷蔵庫で節電！

- 扉を開いている時間を短く、余分な開閉はしないようにしましょう。
- 物を詰め込みすぎないようにしましょう。
- 壁から適切な間隔で設置しましょう。(冷蔵庫の周囲には5cm以上の隙間を)



### トイレ・お風呂で節電！

- 温水洗浄便座の使用を控えましょう。使用する場合は設定温度を低めに。使わないときは便座のフタを閉めましょう。
- お風呂の自動保温をできるだけ止めましょう。



### 照明器具で節電！

- 照明器具のかさやランプが汚れると明るさは極端に低下します。汚れやすい場所はこまめに掃除しましょう。
- 省エネ型の照明器具に買い換えましょう。



### テレビで節電！

- テレビを見ていないときは主電源を消しましょう。
- 画面は明るすぎないよう、音量は不必要に大きくしないようにしましょう。



### 洗濯機で節電！

- 洗濯物は容量の80%を目安にできるだけまとめて洗いましょう。
- 風呂の残り湯を利用しましょう。



### 電気ポットで節電！

- 長時間の保温はやめましょう。
- 寝るときや外出するときは、プラグを抜きましょう。



## 押さえておきたい 節電キホンのキ

### なぜ節電をするの？

東日本大震災の影響で原子力発電所の運転を停止しているため、現在火力発電の割合が高くなっています。火力発電による二酸化炭素排出量は原子力発電の約20〜50倍といわれています。地球温暖化への影響が懸念されます。地球環境を守るために節電をして、発電量の削減に努める必要があります。また、家計への負担も大きくなっています。火力発電に伴う燃料費の増加を理由として昨年9月に東京電力は家庭の電気料金を平均で8.46%値上げしました。地球環境と家計を守るために節電をする必要があります。

### 全国的な電力使用量は？

左表のとおり、東京電力管内の1軒当たり年間電気使用量は、平成10年度以降で最も使用量が多かったのは平成22年度で、最も少なかったのは平成23年度でした。震災による影響を受けて、平成23年度は前年度比で

年度	1軒当たり使用量
昭和40年度	99.1 kWh
昭和50年度	171.3 kWh
昭和60年度	約200.0 kWh
平成10年度	287.5 kWh
平成20年度	286.4 kWh
平成21年度	282.7 kWh
平成22年度	304.7 kWh
平成23年度	280.6 kWh

(東京電力管内)

約8%の節電をされたという計算になります。

### 市役所では？

北本市では市庁舎および各公民館・学校等で節電を実施しました。空調使用の抑制、照明の間引き、クーリングの実施、グリーンカーテンの設置などを行った結果、平成23年度は平成22年度比で約19.3%の節電を達成しました。約70万kWhにのぼる電気使用量を削減し、これをCO<sub>2</sub>排出量に換算すると約324tの削減となります。この大きな数字が示すとおり、市の事務事業が環境に与える影響は大きいといえます。今後も市は節電に努め、地球温暖化防止に貢献していきたいと考えています。



「楽しんで節電する」これが節電を続ける大事なポイントです。

# 8人家族で月の電気使用量 約270kWh!!!

(平成24年度平均)

## 島田さん一家に聞く 節電の極意!!

### 電気使用量が 最大時の約半分に

現在、島田さん一家は北本市が主催する節電コンテスト夏の部門で2連覇中。夏の部門でも上位に入っています。

節電を始めたきっかけを健康一さんは「東日本大震災での電力不足のため、節電がさげばれ、ちよほどその頃、家の光熱費が過去最大を記録しました。何とかしなければと思っていったときに、節電コンテストの存在を知り、このコンテストで1位になることを目標に節電を本格的に始めま

「大事なことは、電気の無駄遣いがいか意識して生活することです。ぜひやってほしいことは、日々の電気使用量を把握するため、電気メーターをチェックすることです。チェックすることで、使用量が減っていることを実感できるので、嬉しいし、今後のやる気にもつながります。月に何度か見るだけでもかなり節電を意識するようになりますよ。あとは、家族の協力も不可欠です。自分一人だけでは限界があります」健康一さんが話すとおり、家族がいる限り、一人で行うことは限られてしまいます。まして島田さん一家は8人家族。



「手動の洗濯バケツ」で洗濯して節電しながらトレーニングだぜ!

「ソーラーセンサーライト」これがスグレモノなんです!

電気ポット オープントースター 使っちゃダメ~!

# 特集 暑い夏でも快適に 節電で節約!

今、火力発電所による電力供給の割合が増加し、地球温暖化への影響が懸念されています。また、火力発電の燃料費の増加を理由として東京電力は昨年に電気料金の値上げを行いました。環境を守り、家計を守るために皆さんも節電をしてみませんか? 関くらし安全課環境政策・衛生担当(☎594-5526)

### ちなみに どのくらいなの?? 一般家庭の電気使用量

平均世帯人数  
2.85人で394.5kWh/月

【省エネルギーセンター「平成20年度待機時消費電力調査報告書」より】

「8人家族で270kWh/月」  
島田さん一家のスゴさが分かります!

家族の協力なくして、節電コンテスト優勝はありえません。長男の雄太くんは「テレビを見る時間が以前より半分減りました。手回しの洗濯のお手伝いもします。でも、全然つらいとは思っていません。お父さんと一緒に優勝めざして頑張っています」と笑顔で話してくれました。島田さん一家からは楽しんで節電に取り組んでいる雰囲気伝わってきました。「一つの目標にむかって家族で協力して節電する。」節電と聞くと不便だ、大変だ、などネガティブな意識を持ちがちです。しかし、意識の持ち方によっては節電も楽しいもの、続けてみようと思えるものになるのかもしれない。

### 島田さん一家の 節電への取り組み!!

こんなことしました!

- 玄関・廊下** 電球(8W)を外し、防犯センサーライト(ハロゲン100W)の使用をやめ、ソーラーセンサーライトに変更した。
- 1階台所** 電気ポット(最大905W)の使用をやめ、魔法瓶に変えた。/オープントースター(最大1,300W)の使用をやめた。/炊飯器の保温機能の使用を控え、ガス炊飯を併用した。/蛍光灯(最大75W)の使用をやめ、LED照明(5W)を設置した。
- 1階トイレ** 電球(10W)を外し、ソーラーセンサーライトを設置した。
- 1階和室** 蛍光灯(最大58W)の使用をやめ、LED照明(5W)を設置した。
- 1階和室・洋室・居間** エアコンの使用をやめた。
- 1階浴室・脱衣所** 全自動洗濯機(最大1,380W)の使用を脱水のみに制限し、手動式洗濯バケツおよびタライを使用して手洗した。
- 1階洋室** 消費電力の高い暖房器具の使用をやめた。/テレビ(32型135W)の視聴を控えた。→テレビ(19型36W)を購入し、視聴制限を緩和した。
- 1階居間** テレビ(32型138W)の視聴を控えた。(1時間・2時間の2コースのみ)/2階洋室のテレビ(15型)を撤去した。
- 夏の暑さ対策** 屋根、窓、庭によらず、すだれ、ビニールシートで日除けし、玄関に網戸を設置した。/庭に散水し、扇風機と噴霧器を利用した。

〈各数値は島田さん一家調べ〉



島田さん一家は祖父清一さん・祖母晴以さん・父健一さん・母早苗さん・長女悠花さん、次女明那ちゃん・長男雄太くん、次男陽生くんの8人家族です。





# きたもと

特集

暑い夏でも快適に **節電で節約!**

