

# 広報 きたもと

1 月  
2017 No.947

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



北里大学特別栄誉教授、大村智博士に  
市民栄誉賞を贈呈

3  
ページ



12  
ページ 貴重な文化財を守ろう!



8  
ページ プロバスケットボールBリーグ  
公式戦北本市で初開催!

## CONTENTS

### 【注目情報】

- 新年のごあいさつ ..... 2
- 所得税、市・県民税の申告について ..... 4・5
- わたしたちのまちの民生委員・児童委員  
一斉改選が行われました ..... 6・7
- 第1回きたもとピアノフェスティバル ..... 8

### 【お知らせ】

- 2つの臨時福祉給付金の申請は1月31日(火)まで ..... 10
- 第13回議会報告会 ..... 12

### 【募集】

- 「きたもとオープンガーデン2017」参加者 ..... 13
- パブリック・コメント ..... 14

### 【イベント】

- 北本市ファミリー・サポート・センター講習会 ..... 17

収集日にご注意ください 容器包装(資源)類の回収は、通常月2回ですが、2月は月3回あります。  
B・Cコースの資源の回収は、通常月2回ですが、2月は月1回となり、3月は月3回となります。

休日診療(当番医)は保健・子育てP21に記載されています。 ※テレビ埼玉のデータ放送でも前日より確認できます。

### 人口の うごき

人口…67,607人(- 57人) 世帯数…28,789世帯  
男性…33,634人(- 27人) ※12月1日現在  
女性…33,973人(- 30人) ※ ( ) は対前月比

### 今月の 納税

○市県民税 第4期分 ○後期高齢者医療保険料 第6期分  
○国民健康保険税 第6期分 ○介護保険料 第6期分  
1月31日(火)までに納めましょう。

■発行日 平成29年(2017)1月1日発行 ■編集と発行 北本市役所 企画財政部企画課

### 北本市役所

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

### ホームページ

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

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



上記メディアでも情報を発信しています。



この印刷物は  
再生紙と環境  
にやさしい  
植物油インキを  
使用しています。

リサイクル適性  
この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。



GREEN PRINTING JAPAN  
P-B10151

新年のごあいさつ

市民一人ひとりが輝くまち北本を目指して

北本市長 現王園 孝昭

新年、明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、よき新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、日ごろから市政発展のため多大なご尽力をいただいておりますことに、心よりお礼申し上げます。

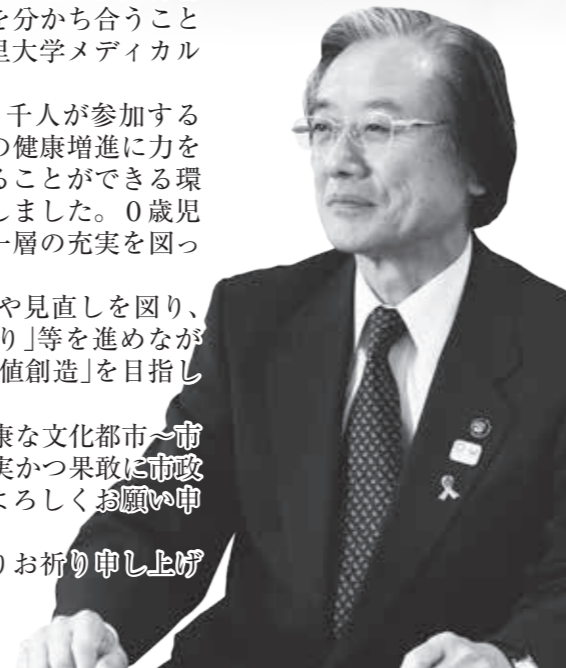
昨年は、本市初となります市民栄誉賞を北里大学特別栄誉教授大村智博士に贈呈することができ、多くの市民の皆様と喜びを分かち合うことができました。今後もこの功績を本市の誇りとし、北里大学メディカルセンターとの連携を強化してまいります。

また、4月には、新しくスポーツ健康課を設け、1千人が参加する一万歩運動をはじめ、スポーツおよび運動による市民の健康増進に力を入れてまいりました。また、安心して子を産み、育てることができる環境づくりとして、新たに多子出産祝金支給事業を開始しました。0歳児おむつ無料化事業等とあわせて、今後も子育て支援の一層の充実を図ってまいります。

本年はこれまで取り組んできた施策のさらなる充実や見直しを図り、限られた財源の中、「地域資源を生かした稼ぐまちづくり」等を進めながら、市内経済の活性化に力を入れ、新たな「北本市の価値創造」を目指してまいります。

皆様とともに、将来都市像である「緑にかこまれた健康な文化都市～市民一人ひとりが輝くまち 北本～」の実現を目指し、着実かつ果敢に市政運営に取り組んでまいりますので、一層のお力添えをよろしくお願い申し上げます。

本年が皆様にとって幸多い年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。まして、新年のごあいさつといたします。



しせいそくだつ 至誠惻怛

北本市議会議長 三宮 幸雄

市民の皆様におかれましては、輝かしい新春を健やかに迎えのことと、心からお喜び申し上げます。また、日ごろより、市政発展のために多大なるご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

昨年は、上尾バイパスの圏央道桶川北本ICまでのI期工事完成、北本市内のII期工事事業化の決定など一昨年の圏央道県内全面開通とあわせ、将来に向けて大きな可能性を感じさせる年であった一方、依然として人口減少が続き、少子高齢化への対応が急務の課題として、議会としても全力を挙げこの対策に努めてまいります。

このような中、北本市初となる市民栄誉賞を北里大学特別栄誉教授大村智博士にお贈りできたことは、議会としても大変喜ばしいことと受け止めています。市民栄誉賞贈呈式の際に大村博士からは議会に対し、至誠(しせい)惻怛(そくだつ)ということばを色紙にしたため贈っていただきました。

至誠とは「まごころ」、惻怛とは「いたみ悲しむ心」という意味で、人に対してまことを尽くし、いつくしみをもって接する。このような心の持ち方であることが、人としての基本であり、正しい道であるという、中国の儒学者、王陽明の一節と伝えられています。

新たな年を迎え、市民のため至誠惻怛の気概を新たに、二元代表制の一翼を担う市議会として、市民の皆様のご支援とご協力をお願い申し上げますとともに、本年が市民の皆様にとって輝かしい年となりますよう心からご祈念申し上げ、新年のごあいさつといたします。



注目1 本市初! 大村智博士に北本市民栄誉賞を贈呈

11月16日、庁舎ホールにて、本市初となる市民栄誉賞を、2015年ノーベル生理学・医学賞を受賞された北里大学特別栄誉教授大村智博士に贈呈しました。

当日は、来賓者および招待者のほか多くの市民の皆様による歓迎があり、大村博士には、賞状、トロフィー、記念品を贈り、式典を盛大に執り行うことができました。☎秘書課秘書係(☎594-5502)



「研究者として北里メディカルセンターを普通の病院とは違うフィーリングアートのある病院にしたいと思い、患者や家族、病院で働く人々のために癒しの空間を用意した。この病院は格別で、大事にしてもらい、大いに活用してもらい、皆さんの健康維持に役立てることができれば、この上ない喜び」と受賞の挨拶をいただきました。

北里大学特別栄誉教授 大村智博士の功績

現北里大学メディカルセンターの開院(1989年)に尽力され、隣接する北里大学看護専門学校やそれらに付設する大村記念館とともに、地域医療の拠点施設形成に多大なる功績を残されました。

加えて、2015年のノーベル生理学・医学賞受賞により、その功績はより顕著なものとなり、同時に北本市の名も全国的に知られることになり、本市の名声を高めるとともに、市民に夢と希望と感動を与えることになりました。



## 注目2 所得税、市・県民税の申告について

上尾税務署、関東信越税理士会上尾支部、市より、税の申告に関するお知らせです。



### 確定申告のお知らせ(上尾税務署より)

#### 国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用いただくと自宅等で確定申告書が作成できますので、書面を印刷して送付・e-Taxで送信(事前準備が必要)のいずれかでご提出ください。「確定申告書等作成コーナー」の操作や確定申告に関するご質問、ご相談は、まずは電話にてお問い合わせください。

☎e-Tax・作成コーナーヘルプデスク(☎0570-01-5901)

【受付】平日(祝日等および12月29日～1月3日を除きます)

#### 確定申告会場の開設について

上尾税務署では、所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次のとおり開設します。  
なお、確定申告会場の開設日までは、相談スペースが限られており、長時間お待ちいただく場合があります。

期 2月16日(木)～3月15日(水) ※土・日曜日、祝日を除く

ただし、2月19日(日)・26日(日)に限り開場します。受付8:30から、相談9:00～17:00

※確定申告会場は大変混雑するため、長時間お待ちいただく場合や受付を早めに締め切る場合があります。

※申告書の作成には時間を要しますので、16:00までにお越しください。

場 上尾税務署

問合せ・郵送先 上尾税務署 [〒362-8504上尾市大字西門前577 ☎048-770-1800(自動音声でご案内します)]

#### 社会保障・税番号(マイナンバー)制度の導入について

社会保障・税・災害対策分野において、行政手続の効率性・透明性を高め、国民にとって利便性の高い公平・公正な社会を実現することを目的として、社会保障・税番号(マイナンバー)制度が導入されました。

平成28年分以降の所得税および復興特別所得税や贈与税の申告書の提出の際には、

**マイナンバー(12桁)の記載が必要です!**

**本人確認書類の提示または写しの添付が必要です!**

【本人確認(番号確認および身元確認)を行うときに使用する書類の例】

例1 個人番号カード(番号確認と身元確認)

例2 通知カード(番号確認)+運転免許証、健康保険の被保険者証など(身元確認)

※控除対象配偶者および扶養親族の人の本人確認書類の提示または写しの提出は不要です。

マイナンバーカードの利用に係るICカードリーダーの設定、パソコン操作などのご質問は、マイナンバー総合フリーダイヤルにお問い合わせください。

☎マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178(音声ガイダンスに従って1番を選択してください)

【受付】平日9:30～20:00 土・日曜日、祝日9:30～17:30

※受付時間は変更される場合がありますので、内閣官房のホームページでご確認ください。

#### 公的年金等を受給されている人へ～確定申告不要制度のお知らせ～

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下であり、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下であるときは、所得税の確定申告書を提出する必要はありません。

※所得税の確定申告が必要ない場合であっても、住民税(市・県民税)の申告が必要な場合があります。

なお、所得税の還付を受ける場合や確定申告書の提出が要件となっている控除(例えば、純損失や雑損失の繰越控除など)の適用を受ける場合には、確定申告書の提出が必要となります。

また、平成27年分以後は、外国の制度に基づき国外において支払われる年金など源泉徴収の対象とならない公的年金等を受給されている人は、この制度は適用されないこととなりました。

## 市・県民税申告のお知らせ ☎税務課市民税係(☎594-5518)

市では、市内各所に申告相談受付会場を開設します。各会場とも駐車場が大変混み合いますので、車での来場はご遠慮ください。

なお、所得税の確定申告をした人は、市・県民税の申告は不要です。

【受付できるもの】 給与や年金等の申告

【受付できないもの】 事業所得や譲渡所得などの申告

(上尾税務署での申告をお願いします)

※前年の所得が給与のみの人(年末調整済)で、毎年源泉徴収票を提出するだけの人は、源泉徴収票を税務課市民税係(〒364-8633住所記載不要)に郵送することで、申告に代えることができます。



### 市・県民税の申告相談受付日程

月日	場 所	受付時間
2月7日(火)	市役所1階庁舎 ホール	9:00～16:00
2月8日(水)		
2月9日(木)		
2月10日(金)		

#### 申告に必要なもの

- 個人番号カードの写し
- 印鑑 ○筆記用具、電卓
- 還付金の振込先(金融機関名・支店・口座番号)がわかるもの
- 所得金額を証明するもの(源泉徴収票、支払調書等)
- 社会保険料・生命保険料・地震保険料等を支払った証明書や領収書(保険会社から送付された控除証明書、日本年金機構から送付された国民年金保険料控除証明書、国民健康保険税領収書等)
- その他、申告内容に応じて必要な領収書や証明書等

#### 医療費控除は明細書で整理を

医療費控除を受ける場合は、事前に、医療費の領収書を個人ごと、医療機関ごとにまとめたうえで集計し、「医療費の明細書」に記載を済ませた状態でお持ちください。  
医療費の明細書ができていない場合や領収書の集計がなされていない状態では、申告書を作成することができません。

### 所得税、市・県民税の申告相談受付日程

月日	場 所	受付時間
2月16日(木)	市役所1階庁舎ホール	9:00～16:00
2月17日(金)		
2月20日(月)		
2月21日(火)		
2月22日(水)		
2月24日(金)	北部集会所(北部公民館内)	9:30～15:30
2月28日(火)	勤労福祉センター集会所	
3月1日(水)	学習センター集会所	
3月2日(木)	南部集会所(南部公民館内)	
3月3日(金)	中丸集会所(中丸公民館内)	9:00～16:00
3月6日(月)	西部集会所(西部公民館内)	
3月7日(火)	市役所1階庁舎ホール	
3月9日(木)		
3月10日(金)		
3月13日(月)		9:00～16:00
3月14日(火)		
3月15日(水)		

給与所得・公的年金(雑所得)の所得税の申告についても受付をしています。  
その他の所得に関する申告や住宅借入金等特別控除に関する初回の申告など、受付できないものについては、上尾税務署で直接申告してください。

## 税理士による無料相談のお知らせ ☎関東信越税理士会上尾支部(☎048-776-8777)

#### 無料還付申告相談

時 2月2日(木)・3日(金)9:00～16:00

場 上尾税務事務所

内 申告相談および申告書の作成

対 税理士および税理士法人が関与していない、年金や給与収入等一定額以内の収入の人

費 無料

申 申告書や添付書類はお預かりできませんので、郵送または税務署に直接提出(マイナンバー、本人確認書類が必要)をお願いします。関東信越税理士会上尾支部へ事前に電話申込み(1月23日(月)～27日(金)10:00～15:00)のうえお出かけください。

#### 無料税務相談

期 2月1日(水)～15日(水)の平日

場 市内の各税理士事務所

内 少額の税務相談や申告書の作成

対 ①年金を受けられている人  
②給与所得者で医療費控除を受けようとする人  
③年の途中で退職・就職し、年末調整の済んでいない人

※住宅借入金等特別控除を受ける場合や収入が600万円を超える場合などは、低額な料金が発生する場合がありますので、申込みの際にご確認ください。

費 無料

申 関東信越税理士会上尾支部へ事前に電話申込み(9:30～16:00、※12:00～13:00を除く)のうえお出かけください。

注目  
3

# わたしたちのまちの民生委員・児童委員 一斉改選が行われました

民生委員・児童委員が、全国で一斉に改選されました。民生委員・児童委員は、民生委員法に基づいて厚生労働大臣から委嘱を受け、社会奉仕の精神をもって、地域においていろいろな福祉活動を行う給与の支給されない非常勤の公務員で、任期は3年です。今回の改選では委員の定数が1人増員され、146人になります。各担当地域の民生委員・児童委員をご紹介します。

☎ 福祉課地域福祉・監査担当 (☎594-5534)

担当地区	氏名	電話番号
東3	佐藤 由則	591-5819
東4	加藤 國夫	592-4525
中丸1丁目-1	畠山 克己	591-8926
中丸1丁目-2	岡島 和子	592-8563
中丸2丁目-1	山本 昭美	592-7562
中丸2丁目-2	荒巻 圭子	592-3466
中丸3丁目-1	加藤 義和	592-0441
中丸3丁目-2	荒木 好彦	592-4597
中丸4丁目	下川まり子	592-1986
中丸5丁目-1	竹内 満恵	592-8114
中丸5丁目-2	鈴木 榮子	592-0079
中丸6・8・9丁目	林田 千秋	592-9219
中丸7丁目-1	佐々木 久	591-1206
中丸7丁目-2	熊木 庄吾	592-2917
◎中丸	古賀美由樹	592-6807
◎中丸	松浪 光子	591-7468
東5	金栗真由美	592-0825
東22	松澤 郁雄	590-5019
緑1丁目	久木 洋子	592-8353
緑2丁目-1	田沼とみ子	592-4837
緑2丁目-2	飯塚 光男	591-0780
中央1丁目	岡野 貞子	591-0171
中央2丁目	榎本 孝子	593-5938
中央3丁目	飯郷 正明	592-7395
中央4丁目	古橋 明代	592-6264
北本1丁目	大島 優子	591-8679
北本2丁目-1	三須 純子	592-3582
北本2丁目-2	川島 裕代	592-4703
北本3丁目	大島 長三	591-1556
北本4丁目-1	高田 陽子	592-1019
北本4丁目-2	荒井 二郎	090-2328-3853
本宿1丁目	小川 芳枝	591-2164
本宿2丁目	宮田 怜子	591-7185
本宿3丁目-1	野原 育美	592-2461
本宿3丁目-2	高橋 淑子	592-9009
本宿4丁目	笠原 芳雄	591-2003
本宿5丁目	高田 宏	592-9936
本宿6丁目-1	大塚美奈子	591-6017
本宿6丁目-2	高橋理恵子	593-0917
本宿7丁目	鈴木 敏雄	080-5016-7836
本宿8丁目	松村知枝子	591-1667

担当地区	氏名	電話番号
◎中央地域	有田めぐみ	593-2905
◎中央地域	酒井 都子	592-5762
山中1・2丁目	大曾根紀代	592-2430
東7・8	天沼 和子	591-2644
東9	加藤 篤巳	591-0570
東10・11・19	鈴木 勝幸	591-5763
アトレ北本	中村 健士	593-2770
宮内1丁目-1	長島 令子	591-3482
宮内1丁目-2	鈴木 正博	592-6245
宮内2丁目	中田 紀子	592-2704
宮内3丁目-1(C地区)	清水 典夫	542-2588
宮内3丁目-2(A・B地区)	本多 俊子	541-7596
ワコーレ1(E棟・F棟)	宮川 勝	514-8100
ワコーレ2(A・B棟)	阿部 雅美	593-4281
ワコーレ3(C・D・G棟)	森田 茂	592-2164
◎東地域	小川 和子	591-4284
◎東地域	阿部 美和	543-3595
東間1丁目	高橋 幸子	591-0582
東間2丁目-1	石塚 徹	592-5576
東間2丁目-2	高橋 文子	591-3442
東間3丁目	川村 和美	541-9213
東間4丁目	竹谷 誠	543-1274
東間5・6丁目	伊藤香與子	541-4577
東間7丁目-1	佐々木榮美子	090-4241-0984
東間7丁目-2	武田 由美	543-1803
東間8丁目-1	赤沼 幹江	542-7067
東間8丁目-2	竹内 敏	543-6117
サンマンション1	鈴木 邦雄	538-7129
サンマンション2	須永 昭夫	050-3644-5505
深井第1	杉山 一枝	541-0786
深井第2・スカイハイツ	中原 和洋	543-0037
深井第3-1	小林由紀子	542-2903
深井第3-2	服部 玲子	543-3585
◎東間深井	大竹 郷美	090-7738-8273
◎東間深井	野澤 恵美	593-0316
二ツ家1丁目	吉田 睦	591-9219
二ツ家2丁目	吉田 悦朗	591-6016
二ツ家3丁目	佐藤せつ子	593-1754
二ツ家4丁目-1	清水 利治	591-1933
二ツ家4丁目-2	小口恵美子	592-3610
二ツ家団地	多田 正子	591-3270

電話番号入れ替え

大竹 郷美 593-0316

野澤 恵美 090-7738-8273

担当地区	氏名	電話番号
西2-1	生川 保	592-1632
西2-2	鈴木 寛二	592-9556
台原	高橋 洋美	080-8726-9241
三菱	古澤 正洋	592-8557
京王団地	佐藤 春巳	592-7214
東原団地	北井 秀樹	591-1793
南団地	中村 聡子	592-9839
ハイデンス1	中原 宏子	591-1953
ハイデンス2	清水 隆二	090-7017-4082
マリオン北本	湯水 祐子	507-9476
◎南部	中谷 浩美	593-1393
◎南部	野田 知加	591-0879
本町1丁目	榎本 秀樹	592-2701
本町2丁目	志村みどり	591-4758
本町3丁目	宇田川成子	593-3345
本町4丁目	柳澤 和代	591-0769
本町5丁目	下村恵久子	591-0628
本町6丁目-1	及川 華子	591-0333
本町6丁目-2	今井 博昭	591-0109
本町7丁目	津田 道子	507-9409
本町8丁目	江原 良子	592-3348
西高尾1丁目	大橋 春江	592-0788
西高尾2丁目	柏原 早苗	593-3178
西高尾3丁目	上村 悦子	592-2969
西高尾4丁目	小西 等	592-3161
西高尾5丁目-1	霧間 陽子	591-5443
西高尾5丁目-2	加藤 恵子	592-8686
西高尾6丁目	若井 康裕	591-6070
西高尾7丁目-1	森谷千賀子	592-5225
西高尾7丁目-2	小西 良子	591-0949
西高尾8丁目-1	湯澤美津恵	591-0651
西高尾8丁目-2	諏訪千加子	592-2037

担当地区	氏名	電話番号
◎本町西高尾	引野佐代子	593-0041
◎本町西高尾	新井めぐみ	592-4520
西3	廣瀬 正春	592-1693
西4-1	天沼 文代	591-5392
西4-2	山野恵美子	592-2255
西5・17-1・17-2	栗山 永子	592-5466
西6・7	峯尾妃佐子	591-1358
西8	鈴木 啓子	591-0356
西9・13	立脇 文子	592-2820
西10・20・北里	川崎 省三	591-5183
西11	新井 利夫	591-2638
西12・14	新井 静江	591-4847
チサン第3	茂木 好	591-2032
西15・16・18	新井 和子	592-5583
西19-1	新井 健次	592-5197
西19-2	高橋あさの	592-3277
ハイムタウン	佐藤 和義	592-7416
アースドリーム	関 恵子	591-7889
◎西部	太田 清美	593-0086
◎西部	奥山 美穂	591-7192
栄1-1(1街区3~10)	北島 光子	592-7818
栄1-2(1街区11~16・19~20・栄保育所)	村上 元俊	592-8221
栄2-1(2街区1~7)	遠藤八千代	592-6381
栄2-2(2街区8~12)・グリーンハイツ	岩本三枝子	593-7350
栄3-1(2街区13~18)	山本 進	090-2905-3240
栄3-2(2街区19~23・商店街1街区21~30)	江原 恵	591-9358
栄4-1(1街区17~18・3街区1~3・14~15)	黒田真理子	592-0213
栄4-2(3街区4~9)	角田 豊	592-6617
栄5-1(3街区10~11・13・16~20)	高橋 民雄	593-7600
栄5-2(3街区12・4街区1~6)	吉野 道子	592-6028
◎公団地域	小澤 理絵	593-4791
◎公団地域	齊藤ゆかり	592-8428

◎は主任児童委員(敬称略・平成28年12月1日現在)

## 福祉に関する困りごと、心配ごとは民生委員・児童委員へお気軽にご相談ください

### ●民生委員・児童委員の活動

民生委員は、社会福祉の増進のために、地域住民の立場から生活や福祉全般に関する相談・援助活動を行っています。また、全ての民生委員は児童福祉法によって「児童委員」も兼ねており、妊娠中の心配ごとや子育ての不安に関する様々な相談に応じたり、支援を行ったりしています。核家族化が進み、地域社会のつながりが薄くなっている今日、子育てや介護の悩みを抱える人や、高齢者・障がい者などが孤立し、必要な支援を受けられないケースがあります。そこで、民生委員・児童委員が地域住民の身近な相談相手となり、支援を必要とする住民と行政や専門機関をつなぐパイプ役を務めます。

また、主任児童委員は、児童福祉について専門的に相談や援助をするために民生委員・児童委員の中から指名され、多様化する子どもの福祉問題に対応

するため、学校や市町村・児童相談所などと連携して、いじめや児童虐待、育児など児童福祉に関する事項を専門的に担当し、区域を担当する民生委員・児童委員の活動をサポートします。

北本市民生委員・児童委員協議会は市内を8地区に区分し、各地区に民生委員・児童委員協議会を設置して、各地区の実態を把握しながら、きめの細かい福祉活動の実践に努めています。また、児童・高齢者・障がい者等の問題別に部会を設置し、施設研修や学習活動を通じて問題の認識や専門的な知識の習得に努めています。

なお、民生委員・児童委員には守秘義務があり、相談の内容や個人の秘密が外部に漏れることはありません。福祉に関することで困りごと、心配ごとなどがありましたら、お気軽に各地区の民生委員・児童委員にご相談ください。

## 北本市観光協会からのお知らせ

### ●グリコピア・イースト北市民デー●

- 時** 2月19日(日)9:30から
- 費** 無料
- 定** 40人(子どもも1人として計算。定員超過の場合は抽選)  
※結果は、はがきで通知します。
- 対** 市内在住、在勤の人
- 申** 往復はがきに代表者・住所・電話番号・参加者全員の氏名・年齢・車でお越しの場合は駐車場使用台数を記入し、1月13日(金・消印有効)までに観光協会へ。
- 他** ・グリコピア・イーストでの現地集合・解散  
・小学生以下の子どもは保護者同伴  
・車椅子使用の人はその旨をはがきに記載  
・1枚のはがきで最大4人まで申込み可  
・申込みは1グループにつきはがき1枚まで

### ●北本 春の森めぐりスタッフ募集●

- 北本の自然や地形、人の魅力を市内外の皆さんに体感していただくイベント「北本 春の森めぐり」を下記の日程で今年も開催します。
- イベントのボランティアスタッフを募集しますので、ぜひ春の始まりの休日と一緒に楽しみましょう。
- 時** 3月25日(土)・26日(日)10:00~15:00(予定)
- 場** 市内各所
- 内** 皆様のご要望をお聞きしたうえで、お手伝いいただく内容を相談させていただきます。
- 対** 高校生以上の人(未成年は保護者の同意が必要)

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



## ちょっと気になるとなりまち

### 鴻巣市 フラワーバレンタイン キャンペーンを開催

- 時** 2月11日(土・祝)10:30~15:00
- 場** ユニクス鴻巣イベント広場  
(鴻巣市北新宿225-1)
- 内** 花贈り体験、フラワーアレンジメント体験、フィーリングカップル、このす観光大使さくまひできさん・越尾さくらさんによるミニライブ等
- 申** 鴻巣市観光戦略課(☎541-1321)



### 桶川市 響の森情報「四季のコンサート13」 ヴァイオリン・クラリネット・ピアノによる三重奏の調べ

- 時** 3月12日(日)13:30開場、14:00開演
- 場** 桶川市民ホール・プチホール
- 出演** トリオ・プリマベラ  
宮澤さやか/ヴァイオリン  
小坂 真紀/クラリネット  
魚住 幸正/ピアノ
- 予定曲** マヌキャン/三重奏曲  
グノー/アヴェ・マリア、日本の歌メロデー  
「遠いあの頃を想って」  
ショパン/華麗なる大円舞曲ほか
- 費** 全席自由一般2,000円、高校生以下1,000円  
※1月4日(水)からチケット発売  
※未就学児入場不可
- 問** 桶川市民ホール(☎048-789-1113)

## 注目4 プロバスケットボールBリーグ公式戦 北本市で初開催!

☎体育センター(☎593-2511)、 埼玉ブロンコス(☎04-2923-5100)

**埼玉ブロンコスホームゲーム** 埼玉ブロンコスvs.大塚商会アルファーズ男子プロバスケットボールの臨場感をぜひ会場で体感してください。

**時** 2月4日(土)18:00から  
2月5日(日)14:00から

**場** 体育センター

**チケット販売** プレイガイド・コンビニ前売り

大人	1階	2,900円
	中2階	2,400円
	2階	1,900円
小・中・高	1階	1,500円
	中2階	1,300円
	2階	1,000円

(当日は、大人は+200円、小・中・高は+100円)



## 注目5 第1回きたもとピアノフェスティバル ゲスト演奏者 ピアニスト 高橋多佳子

☎生涯学習課生涯学習担当(☎594-5567)

**第1部 自由発表部門**  
～スタインウェイを弾いてみよう～

**第2部 オーディション通過者たちによる発表部門**  
～一緒に創ろうきたもと音楽畑～

**ゲスト演奏** ピアニスト高橋多佳子による演奏  
(16:15~17:00予定)  
演奏曲 ショパン作品ほか

**時** 3月18日(土)12:00開場、12:30開演  
**場** 文化センター **定**710人 **費** 全席自由500円  
**申** 1月5日(木)からチケット発売!

- ①文化センター窓口(9:00~19:00)
- ②文化センター電話予約  
(☎591-7321※9:00~19:00。5日のみ14:00から)



**【プロフィール】**  
第12回シヨパン国際ピアノ・コンクール第5位入賞、ポルト国際コンクール第2位および現代音楽最優秀演奏賞、第22回日本シヨパン協会賞受賞。桐朋学園大学卒業後、国立ワルシャワ・シヨパン音楽院研究科を最優秀で修了。すでに18枚のCDを発表し、全国各地でのリサイタル、内外の著名オーケストラとの共演をはじめ、宮谷理香とのピアノデュオ「Duo Grace」として活躍。国際的な演奏活動を展開している。

ストラとの共演をはじめ、宮谷理香とのピアノデュオ「Duo Grace」として活躍。国際的な演奏活動を展開している。

(広告)

(広告)

まずは気軽に弁護士にご相談を。

オレンジ法律事務所 大宮駅徒歩3分

**オレンジ法律事務所**  
ORANGE LAW OFFICE

◎相続 ◎離婚・不倫・DV ◎不動産  
◎交通事故 ◎労働問題 ◎契約書作成  
◎企業法務 ◎ベンチャー企業・中小企業支援等

埼玉弁護士会所属 弁護士 本 惠太 / 弁護士 中野 仁 ほか

TEL 048-782-5757 法律相談初回30分無料(要予約)

大切な電気類に困ったら、ご相談を。

松(まつん)店  
TEL 080-7694-6622  
受付時間 土曜日 9:00~17:00まで

- 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。
- 蛍光灯の交換が不安など。

※基本の地域エリアは、北本市内です。北本市に隣接した地域は、伺います。※地域エリアによっては断る場合があります。

※作業は、ご相談後に実施します。※作業内容等によっては、追加させて頂くこともあります。

〒364-0026 北本市荒井1丁目165

美術年鑑に掲載されている現在活躍中の一流作家、将来有望な若手作家の書き下ろしの名作、逸品300幅以上を集めて開催いたします。ご希望のお客様には額装も承りますので、ご遠慮なくご用命ください。

**掛軸展**  
第五回  
2月 和のこころと出会う三日間  
11日(祝)・12日(日)・13日(月)

10:00~19:00 3F 特設会場にて

**専門店 小川家具**  
☎048-591-3517  
北本市北本2-137

高齢年金受給者に  
1月中に源泉徴収票を送付

平成28年中に厚生年金・国民年金の「老齢年金」など、老齢(退職)を支給事由とする年金を受給された人に、日本年金機構から源泉徴収票が郵送されます。

源泉徴収票は、確定申告や所得税の還付を受ける際に必要です。※紛失した場合は再交付できます。※遺族年金・障害年金は、税金がかからないため、送付されません。

- ☑おねんきんダイヤル (☎0570-05-1165[ナビダイヤル] 050から始まる電話の場合は、☎03-6700-1165)
○大宮年金事務所 (☎048-652-3399)
※自動音声案内「1」の後に「2」を選択

施設の休館日  
1月8日~2月7日

- 1月9日(月・祝) ・総合福祉センター
1月16日(月) ・中央図書館
1月16日(月)・23日(月) ・中央公民館
1月23日(月) ・地区公民館 ・コミュニティセンター ・学習センター ・体育センター ・勤労福祉センター ・子供公園 ・野外活動センター ・総合公園 ・健康増進センター

要介護認定を  
受けている人の税控除

確定申告の際、次の書類を添付することで、控除を受けられます。

《所得税等の障害者控除》  
「障害者控除対象者認定通知書」

☑65歳以上で、平成28年12月31日現在、要介護1~5の認定を受けている人(認定有効期間内に12月31日が含まれること)
※実情によっては受けられない場合あり

《おむつ代の医療費控除》

医師が発行した「おむつ使用証明書」※ただし、2年目以降、要介護認定を受けている人は、この証明書に代わり、市で交付する「主治医意見書の記載内容確認書」を添付することができます。主治医意見書中に尿失禁の記載がない時は、これまでどおり医師による証明書が必要です。

☑「障害者控除対象者認定通知書」および「主治医意見書の記載内容確認書」の交付を受ける場合は、高齢介護課へ申請してください。代理人が申請する場合は、代理人届(高齢介護課にあり)をお持ちのうえ申請してください。

☑高齢介護課介護担当 (☎594-5540)



(広告)

介護保険料を  
納めている人の税控除

《介護保険料の社会保険料控除》

平成28年中に介護保険料を納めた人は、社会保険料控除を受けられます。

普通徴収で納めている場合は、被保険者本人が納めていればその本人、連帯納付義務が課されている世帯主が納めていればその世帯主の、どちらかの人が控除を受けられます。

確定申告等で「介護保険料納付確認書」を使用する際は、高齢介護課に申請してください。

特別徴収(年金からの天引き)で納めている場合は、被保険者本人の年金から納めていることから、被保険者本人が社会保険料控除を受けられます。控除額は年金の源泉徴収票に記載されていますので、ご確認ください。

☑高齢介護課介護担当 (☎594-5540)

農業委員会に関する住民説明会

☑1月19日(木)・20日(金)・25日(水)・26日(木)・27日(金)
※時間はいずれも19:00から

☑文化センター
☑農業委員会に関する法律の一部改正に伴う、委員の定数および選出方法等の変更について

☑北本市農業委員会事務局 (産業振興課内☎594-5533)

北本市計画用途地域の変更  
(市決定)に関する案の縦覧

第一種低層住居専用地域の良好な住環境を維持しつつ、これまでに形成されてきた低層住宅地をより有効なものとし、人口減少・少子高齢化社会の到来や市民ニーズ、住まい方の多様化などに対応するため、宮内一丁目・本宿四丁目・中丸五丁目の土地区画整理事業完了地区において、第一種低層住居専用地域における容積率の見直しを進めています。

この変更に伴い、都市計画法第17条第1項の規定に基づき、次のとおり都市計画に関する案の縦覧を行います。

○都市計画の案の縦覧期間

1月16日(月)~30日(月) (平日8:30~17:15)

○意見書の提出

住民および利害関係人は、縦覧期間中に意見書の提出ができます。1月30日(月・消印有効)までに、直接または郵送で、下記へ提出してください。意見書の様式は縦覧場所にあります。※期間中、市ホームページからもご覧になれます。

☑問都市計画課都市計画係 (☎594-5546)



きたもと節電コンテスト2016冬

☑期12月・平成29年1月

☑2月28日(火)までに、応募用紙に「電気使用量のお知らせ」を貼り、必要事項を記入して、下記へ直接またはFAX・郵送で応募してください。期間中の一人当たりの電気使用量や、昨年度からの削減率などを総合的に審査して賞を決定します。

応募用紙は、環境課および各地域学習センターにあります。市ホームページからもダウンロードできます。

☑環境課環境政策・衛生担当 (☎594-5526・FAX592-5997)

参加者全員に  
プレゼントあり!



市内小・中学校給食用物資  
納入者参加申請の受付

市内の小・中学校の学校給食用物資の納入を希望する業者を対象に、「平成29年度学校給食用物資納入業者指定申請書」を教育総務課で配付しています。

業者の選定・契約は、各小中学校ごとに行いますので、申請書に必要な書類を添えて、1月31日(火)までに納入希望先(各小中学校)へ提出してください。

☑北本市学校給食運営委員会事務局(教育総務課☎594-5562)

(広告)

お知らせ

2つの臨時福祉給付金の  
申請は1月31日(火)まで

平成28年度臨時福祉給付金、年金生活者等支援臨時福祉給付金(障害・遺族基礎年金受給者向け)の申請期限は1月31日(火)です。

まだ申請していない人は、支給対象要件等を確認のうえ、該当すると思われる場合は申請してください。支給対象になるとと思われる人が同じ世帯内にいる場合は、1枚の申請書と一緒に申請できます。

申請書は各公民館、学習センター、コミュニティセンター、駅連絡所にも備えてあります。

※支給対象要件等の詳細は、広報きたもと10月号または12月号折り込みチラシをご覧ください。

☑福祉課臨時福祉給付金窓口 (☎590-6711)

労働保険料(労災保険・雇用保険)第3期分の納期限は1月31日(火)まで

納付書は納期限の10日前頃に該当事業所に郵送します。

また、保険料納付は口座振替が便利です。申込み手続きは厚生労働省ホームページをご覧ください。

☑埼玉労働局労働保険徴収課 (☎048-600-6203)

◎相続 ◎交通事故 ◎離婚 ◎借金など
まずはお気軽にお電話ください
予約受付時間 平日9時~17時 ☎048-501-8502
このす法律事務所
弁護士 森田 智博・根岸 遼
鴻巣市本町4-5-9新井ビル2階(市営駐車場徒歩1分)
毎週土曜 無料法律相談実施中
※前日までにご予約をお願い致します。

受講生募集 55歳以上の方の就職を支援します
シニアワークプログラム
講義名 開催日程 申込締切 内容
フォークリフト 春日部市 1/19~27 全7日 1/10 正午
再就職のための パソコン 伊奈町 1/18~2/1 全5日 1/6 正午
マンション管理員 戸田市 1/20~2/1 全6日 1/10 正午
伊奈町 2/6~2/15 全6日 1/27 正午
ベビーシッター 戸田市 1/30~2/7 全5日 1/20 正午
警備業務 さいたま市 2/7~2/14 全5日 1/27 正午
対象 55歳以上で、ハローワークで求職登録し全日程に参加できる方。
公益財団法人 いきいき埼玉 (埼玉県シルバー人材センター連合)
〒362-0812 埼玉県伊奈町内宮台6-26 埼玉県県民活動総合センター内
TEL:048-728-7841 FAX:048-728-2130
http://www.saitamaken-silver.jp

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

あけましておめでとうございます
今年も宜しく
岩崎 豊店(有)
朝お預かり 夕方お届け
☎048-591-1766
北本市東間 2-230-1

第二次北本市地域福祉計画・地域福祉活動計画策定委員会の委員

子どもから高齢者まで誰もがお互いに支え合いながら充実した生活を送るために、市民の参加を得て「第二次北本市地域福祉計画・地域福祉活動計画」を策定します。この計画の策定では、地域の様々な福祉課題を整理分析し、日常生活の質を向上させていくための必要事項を、市民の皆さんの意見をもとに定めていくため、その

委員を募集します。
任期 1月～平成30年3月(予定)
応募資格 市内在住、在勤の18歳以上の人で、市の審議会等の委員でない人
募集人員 2人(応募者多数の場合は選考)
甲 1月20日(金・必着)までに申込書を作成のうえ、下記へ提出してください(郵送可)。申込書は福祉課で配布しています。
乙 福祉課地域福祉・監査担当(☎594-5534)

「きたもとオープンガーデン2017」参加者募集

期 5月12日(金)～14日(日) 10:00～16:00
募集要項(条件)
①市内でお庭を公開できる個人、事業所、団体、学校。
②ガイドマップへの住所・個人名掲載を了承できること。
③お庭の中まで公開できること。
④「きたもとオープンガーデン花結会」への入会(年会費1,000円)が可能の人。
甲 2月6日(月)までに、応募用紙に
・氏名(団体名および代表者名)
・住所
・電話番号
・お庭の特徴
・花や緑の種類
・お庭の位置図
・公開可能な日と時間帯
を記入のうえ、次の方法で提出してください。

- ①郵送(〒364-8633住所記載不要) 産業振興課商工労政・観光担当あて
②Eメール (a03100@city.kitamoto.saitama.jp)
③FAX(592-5997)
④直接持参(産業振興課)
※応募用紙は、産業振興課および北本市観光協会に配布またはホームページからダウンロードできます。
他・お庭の様子がわかる写真を応募時に提出。
・応募用紙の郵送可(電話等で請求)
※他薦も可(本人の了解を取ること)。
乙 産業振興課商工労政・観光担当(☎594-5530)



(広告)

募集

市営住宅空き家入居者

募集戸数 台原住宅1戸(3DK3階)
家賃 2万3,000円～4万5,100円
応募資格 次の各項の全てに該当する人
①原則として、現に同居し、または同居しようとする親族があり、市町村税等を滞納していない
②現に住宅に困窮していることが明らかである
③暴力団員ではない
④入居しようとする世帯全員の収入の総額が収入基準額の範囲にある
※収入基準額は月額15万8,000円以下となっていますが、条件により収入基準額が緩和される場合がありますので、建築開発課へお問い合わせください。
募集案内の配布期間・場所 1月10日(火)～31日(火) 建築開発課の窓口
申込み受付期間・場所 1月17日(火)～31日(火) 建築開発課の窓口
選考方法 応募者多数の場合は公開抽選
入居予定日 3月1日(水)
乙 建築開発課管轄係(☎594-5551)

(広告)

第13回議会報告会

時 1月21日(土)10:00～12:00
場 市役所会議室3-E・F
丙 第1部 平成28年第4回北本市議会定例会における各常任委員会の審査概要等について
第2部 意見交換会
乙 議会事務局(☎594-5560)

平成28年度(第8回)危険物取扱者試験

消防法で定められる数量以上の危険物を貯蔵し、または取り扱う人は、危険物取扱者免状が必要となります。
※電子申請もできます。
時 3月5日(日)
場 芝浦工業大学(さいたま市)
種類 全種類
受付期間(書面申請) 1月30日(月)～2月8日(水・消印有効)
願書配布・問合せ 埼玉県中央広域消防本部予防課(☎597-2004)
北本消防署管理指導課(☎592-5005)
(平日8:30～17:15)
願書提出先 (一財)消防試験研究センター埼玉県支部試験係(〒330-0062さいたま市浦和区仲町2-13-8ほまれ会館2階)
他 試験のための「準備講習会」も開催。北本消防署管理指導課までお問い合わせください。

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のご相談もお受けしています。
※納付書を紛失した場合は再発行できます。
時 1月25日(水)・26日(木) 19:45まで
場 納税課納税係(☎594-5520)

無料税務相談

時 1月10日(火) 10:00～12:00、13:00～15:00
場 市役所相談室1-C(税務課前)
相談担当 関東信越税理士会上尾支部
乙 税務課市民税係(☎594-5518)

中学生の「税についての作文」

毎年、国税庁と全国納税貯蓄組合連合会との共催により、租税教育の一環として中学生の「税についての作文」が募集され、優秀な作品について表彰されています。
今年は、多くの応募作品の中から、次の生徒が表彰されました。
埼玉県納税貯蓄組合総連合会優秀賞「税に感謝すること」 宮内中学校3年 吉濱佳保さん
上尾税務署長賞「私たちのあたり前」 宮内中学校3年 小林明日香さん
埼玉県租税教育推進協議会会長賞「税金のあり方」 宮内中学校3年 峯村朋之さん
乙 上尾税務署(☎048-770-1800)

(広告)

お知らせ

交通事故被害者のご家族へ 援護金を給付

埼玉県交通安全対策協議会では、県内在住の交通遺児等\*を対象に、援護金を給付しています。
※18歳以下の人で、保護者(一方または双方)が交通事故(陸海空全てが対象)により、死亡または重い障害を負った人をいいます。
給付額 子ども1人につき10万円
給付時期 平成29年5月上旬
申請書類 各市町村、学校等で配布
提出期限 1月31日(火)
給付条件、申請方法など詳しくは下記へお問い合わせください。
乙 埼玉県県民生活部防犯・交通安全課(☎048-830-2958)

貴重な文化財を守ろう!

北本消防署は、地元消防団と協力し、文化財防火デーに伴う消防訓練を実施します。
市民の皆さんの文化財に対する関心を高め、火災予防の徹底を図ることを目的に、通報、重要物品搬出、一斉放水等の訓練を行います。
時 1月26日(木)9:30から
場 真福寺(本町7-126)
乙 北本消防署管理指導課(☎592-5005)
文化財保護課文化財保護担当(☎594-5566)

北本の葬儀・家族葬ホール

Ceremo セレモホール北本
駅から真直ぐ◆無料送迎バス有◆大型駐車場◆宿泊可能◆高機能安置室完備◆チップ一切不要
年中無休 安心の24時間対応 深夜のお迎えもご安心ください
フリーダイヤル 0120-16-5940
写真:セレモホール北本
北本市・桶川市・鴻巣市の家族葬 セレモホール北本
◆県央みずほ斎場でのご葬儀も承ります◆
北本市宮内7-179 TEL:048-591-2288 FAX:048-591-0145
http://www.ceremohall.com/ 「LINE」友だち募集! ID「@zue6749s」

謹賀新年

最後のおもてなし... 真心こめてお手伝いさせていただきます
★お選びいただける6のポイント★
①24時間安心サポート
②返礼品2割引き
③霊安室完備 ④宿泊可能
⑤心付け不要
⑥自社式場複数所有
事前相談・見積り無料! お気軽にご相談ください

市民講座

北里大学メディカルセンター(KMC)

日時 平成29年1月21日(土)13:00～14:00
場所 北里大学メディカルセンター南館2階AB会議室
テーマ 関節リウマチについて
講師 膠原病・感染内科 小川 英佑
受講料 無料(駐車場無料)
申込み方法 聴講自由(予約は不要です)
主催:北里大学メディカルセンター
後援:北本市、桶川市、鴻巣市、各市老人クラブ連合会
お問い合わせ 事務部総務課 ☎048-593-1212(代表)



### 募集

#### 平成29年度 市内小・中学校非常勤職員

**応募資格**  
学校教育への理解と情熱のある20歳以上の人

**募集職種・人員**(変更の場合あり)  
・学力向上支援員19人程度  
・特別支援教育支援員27人程度  
・学校図書館指導員12人  
・さわやか相談員4人

**選考** 書類選考と面接

■1月10日(火)~27日(金)に、市販の履歴書(写真貼付)に必要事項を記入のうえ、下記へ直接お申し込みください。

☎学校教育課学事担当 (☎594-5564)

#### パブリック・コメント (北本市地域防災計画の改定案)

改定案は、市ホームページ、くらし安全課および市政情報コーナーで閲覧できます。

■1月16日(月)~2月15日(水)

■住所・氏名・電話番号(FAX番号またはEメールアドレス)を記入し、次の方法により下記へ提出してください。

①郵便(〒364-8633住所記載不要)  
②FAX(592-5997)  
③直接窓口(書面による提出)  
④Eメール  
(市ホームページからの投稿)

※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。

☎くらし安全課危機管理・消防防災担当(☎594-5523)

#### 交通指導員

子どもたちの登校時などの交通安全を図るため、交通指導員を募集します。

**募集人員** 5人程度

**応募資格** 市内在住、在勤で18歳~69歳の自動車または原動機付自転車の運転免許の保有者(平成29年4月1日現在)で、交通安全に熱意があり、健康な人

**任期**(2年間)  
4月1日~平成31年3月31日

■小学生の登校時(おおむね7:00~8:00)における交通指導など

■他面談予定

■市販の履歴書に必要事項を記入し、下記へ1月20日(金・必着)までに提出してください。

☎くらし安全課交通・防犯担当(☎594-5522)

#### 公園管理事務所の臨時職員

**募集職種**(各職種若干名の募集)  
①受付 ②経理事務  
③現場作業 ④清掃

**応募資格**  
市内公園管理業務に関心がある人。要普通自動車免許。①と②は、パソコン操作経験要。公園管理業務経験がある人歓迎。

**待遇時給等**(週3日程度勤務)  
900円~1,000円(研修期間は別時給)

**勤務時間**(職種により異なる)  
7:30~19:30で3.5時間~7.5時間

**選考方法** 書類審査・面接

**勤務場所** 総合公園

**勤務開始日** 2月頃

■1月22日(日)までに写真付きの履歴書に希望職種を明記のうえ下記へ郵送または直接。

☎総合公園管理事務所(☎592-4050)

#### オレンジカフェきたもと

認知症の人やご家族、地域の人など、どなたでもお越しいただける集いの場です。

**時間** いずれも10:00~12:00

1月11日(水)中丸公民館◎  
1月12日(木)西部公民館  
1月18日(水)北部公民館◎  
1月19日(木)コミュニティセンター  
1月25日(水)南部公民館  
1月26日(木)学習センター◎  
2月1日(水)勤労福祉センター  
2月2日(木)文化センター◎

※◎は専門医等の相談窓口開設日

**費無料** ■不要

☎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)  
南センター(☎598-7003)  
きたもと寿苑(☎590-1000)

#### 聴覚障がい者向け教養講座

**時** 1月17日(火)18:30~20:00  
(18:00受付)

**場** 総合福祉センター **定** 20人程度

**対** 市内在住、在勤の耳の不自由な人やその家族や関係者など

**内** マイナンバーカードについて

**講** 市民課職員 **費** 無料

**他** 手話通訳・要約筆記つき

**申** 問 北本市社会福祉協議会  
(☎593-2961・FAX592-6460・[E](mailto:kitasyuwa@mb.jnc.ne.jp)kitasyuwa@mb.jnc.ne.jp)へ電話、FAX、メール。  
氏名・住所・電話・FAX番号をお伝えください。

#### 埼玉県女性キャリアセンター 出前セミナー in 北本市 ~求人状況を知って働き方を考えよう~

**時** 2月9日(木)10:00~12:00

**場** 文化センター **費** 無料

**内** ・埼玉県の雇用情勢  
・いろいろな働き方のメリット、デメリット  
・自分らしい働き方の検討

**講** 埼玉県女性キャリアセンターのキャリアカウンセラー

**対** 就職を希望する女性

**定** 20人(定員になり次第締め切り)

**他** ・希望者に受講証明書発行  
・託児なし、お子さん同伴の受講不可

**申** 問 1月10日(火)から北本市産業振興課商工労政・観光担当(☎594-5530)へ電話。

#### 認知症サポーター養成講座 フォローアップ講座

**時** 1月24日(火)10:00~11:30

**場** 文化センター

**費** 無料

**内** 認知症の人の支援について②

**対** 認知症サポーター養成講座受講者(オレンジリングをお持ちの人)

**申** 問 1月20日(金)までに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)  
南センター(☎598-7003)へ。

### イベント

#### 介護者の集い

①認知症の人の家族の集い  
**時** 2月3日(金)10:00~12:00  
※毎月第1金曜日に開催  
**場** 総合福祉センター **費** 無料

②介護者サロン~集い~  
**時** 1月18日(水)10:00~11:30  
**場** 文化センター **費** 無料

①②共通 ■不要。直接会場へ。  
☎北本市地域包括支援センターきたもと寿苑(☎590-1000)

#### 鴻巣行田北本環境資源組合 計画(案)と報告書(案)への意見

鴻巣行田北本環境資源組合(鴻巣市、行田市、北本市を構成市とする)で新たに建設するごみ処理施設に関する「施設整備基本計画(案)」およびごみ処理施設の事業方式に関する「PFI等導入可能性調査報告書(案)」について、皆さんからのご意見を募集します。

**意見募集・閲覧期間**  
1月30日(月)~2月13日(月)  
(平日8:30~17:15)

**資料の閲覧場所**  
・鴻巣行田北本環境資源組合計画建設課  
・3市の市政情報コーナーとホームページ

**意見の提出ができるもの**  
※「鴻巣市、行田市、北本市内のいずれかに」が前提となります。  
・住所を有する人  
・事業その他の活動を行う個人または法人その他の団体

・通勤し、または通学する人  
・納税義務を有する人  
・本案件に利害関係を有する人

**意見書の提出先**  
鴻巣行田北本環境資源組合計画建設課

**意見書の提出方法**  
閲覧場所およびホームページの意見書に住所・氏名などの必要事項・意見を記入し、下記へ持参、郵便、FAXまたはメールにて提出してください。

①持参・郵便 〒365-0004 鴻巣市関新田1300-1  
(鴻巣市立教育支援センター内)

②FAX 501-6209

③Eメール kgk-sigen-br@k-ichikumi.jp  
※意見に対する個別の回答は行いません。結果はホームページ等でお知らせします。  
※個人情報、本件以外の目的では使用しません。

(広告)

### 2017 あさひスポーツ・文化クラブ募集教室案内 無料体験受付中!

~大人向け教室(高校生以上)~		~子ども向け教室~	
☆バドミントン(金)	10:00~12:00 託児あり	☆サッカー(年長~6年生)男女(土)	
☆テニス(金)	10:00~12:00	☆水泳(園児)児童は土のみ募集(月・木・土)	
(日)	9:00~12:00	☆体操(園児・児童)	(月)
☆HIPHOP(木)	19:45~20:45	☆HIPHOP(園児~児童)	(火・木・金)
☆そろばん(水・金)	17:00~19:00	☆テニス(児童3~6年生)	(土)
		☆新体操(年長~6年生)	(木)

総合型地域スポーツクラブ NPO法人 **あさひスポーツ・文化クラブ** メール: [ascc@ascc.jp](mailto:ascc@ascc.jp) TEL: 048-594-6000  
HP: <http://www.ascc.jp> 月・火・木・金 10~17時

### そろばんフラッシュあんさん 生徒募集

当そろばん塾では、皆で楽しみながら、そろばんを学習して暗算力を付け生涯役立つ指導しています。学習内容は「数遊び」から「フラッシュあんさん」まで幅広く取組んでいます。その為小さなお子さんから競技大会を目指す生徒が日々そろばん教室に集まっています。わかりやすく指導しますので気軽に入塾して、1日も早く練習を始めて下さい。

日本商工会議所・日本珠算連盟 指定教場

北本市中央2-78 北本駅西口徒歩1分  
お問い合わせ(電)048-594-0980 **石川珠算学院**

### 安心・安全な国産豊表推奨店

熊本県産豊表生産者証明書付!! たあみ

豊替えの季節です **神戸豊店**

北本市中丸5-70  
591-4651

お気軽に、ご相談ください、熊本県産表マスコットキャラクター

文化センター

場間中央公民館 ☎591-7321

モンゴル馬頭琴コンサート2017～大草原の輝き

時 3月26日(日)14:00～16:00 場 文化センターホール 定710人  
 出 昨年4月に開催して大好評をいただいたモンゴルを代表する演奏家たちが、再び北本に戻ってきます。  
 費 前売 一般2,000円  
 前売 シルバー・学生1,500円  
 申 1月19日(木)10:00から文化センター窓口にて発売。



猪俣猛Music in 北本ジャズコンサート

時 4月15日(土)14:00～16:00  
 場 文化センターホール 定710人  
 内 ヴォーカルのFUZUKIを加えたクインテットでスタンダードナンバーの数々をお楽しみください。  
 費 前売 一般3,000円  
 前売 シルバー・学生2,500円  
 申 1月27日(金)10:00から文化センター窓口にて発売。

トランプサイズの油絵教室

時 1月20日、2月3日・17日の金曜日14:00～16:00 定20人  
 場 文化センター創作室 費 各日1,000円  
 他 1月30日～2月5日に展示ホールにて受講生作品展を開催  
 申 文化センター窓口にて受付中。  
 ※最少催行人数10人

文化センター餅つき大会

時 1月9日(月・祝)11:00から  
 場 文化センター駐車場 費 無料  
 定 400人(先着順)※なくなり次第終了

北本プロムナード(ホールの開放)

時 1月25日(水)18:00～22:00  
 場 文化センターホール 定 8団体  
 対 市内在住で、音楽・演劇・演芸等の活動をしている団体  
 申 1月11日(水)9:00から中央公民館窓口で受付。受付開始時に定員を超えた場合は抽選。

第357回子ども劇場

時 1月21日(土)14:00～15:00 費 無料  
 場 文化センター2階展示ホール  
 内 人形劇、体操、クイズなど 定80人  
 出演 すえひろ ぽんぽこりん  
 申 入場整理券は文化センター窓口、各地域学習センター等にて配布。

基礎からはじめるExcel

時 1月19日(木)・20日(金)・26日(木)・27日(金)13:30～16:30  
 場 文化センター第4研修室 定16人  
 費 9,000円(4回受講料+テキスト代)  
 申 1月16日(月)までに文化センター窓口へ。

プラネタリウム

詳しい内容・日程などは文化センターホームページまたは文化センターへ。

第33回児童文学講座  
「子どもと一緒に読み合う幸せ」

時 2月26日(日)10:00～11:45  
 場 文化センター第1・2会議室  
 講 中村 榎子さん(元保育園園長)  
 他 保育あり(実費200円)。印鑑をお持ちのうえ、中央図書館へ。  
 定 120人(申込順)  
 申 1月23日(月)9:00から中央図書館☎592-0795へ直接または電話。保育は2月18日(土)17:00まで。

応急手当(普通救命講習I)講習

時 2月19日(日)9:00～12:00(8:30受付) 費 無料  
 場 埼玉県中央広域消防本部(鴻巣市箕田1638-1)  
 内 AEDを用いた心肺蘇生法(成人)および大出血時の止血方法等  
 ※講習修了者には修了証を交付  
 対 北本市、鴻巣市、桶川市に在住または在勤で中学生以上の人(再受講可)  
 定 30人(先着順)  
 持 筆記用具※WEB講習受講者は、当消防本部発行の受講証明書  
 申 1月15日(日)～2月12日(日)に鴻巣西分署☎544-0119へ電話または直接。

北本市ファミリー・サポート・センター講習会

会員の人はもちろん興味のある人はどなたでも参加できます。  
 1 講座からでも参加できます。

- ① 保育のこころ 1月29日(日)10:00～12:00
  - ② 心の発達とその問題 2月5日(日)10:00～15:00
  - ③ 事故と安全管理(AED講習) 2月6日(月)9:30～12:30
  - ④ 子どもの栄養と食生活について 2月11日(土・祝)9:00～12:00
  - ⑤ 事業を円滑に進めるために 2月12日(日)10:00～12:00
  - ⑥ 小児看護の基礎知識 2月19日(日)10:00～15:00
  - ⑦ 事故と安全管理(危険認知) 2月22日(水)10:00～12:00
  - ⑧ 子どもの世話・子どもの遊び 3月5日(日)10:00～15:00
- 場 児童館 定15人 費 無料  
 申 1月15日(日)までに用紙を下記センターへ提出。用紙は各公民館、こども課、児童館に設置。
- ファミサポ登録説明会  
 時 1月14日(土)9:30～11:30  
 場 北部公民館 申 不要  
 間 北本市ファミリー・サポート・センター☎592-9965  
 平日10:00～18:00



きこの栽培教室(講習と植菌作業)

椎茸2本・平茸2本の植菌したホダ木はお持ち帰りいただけます。

時 2月18日(土)13:00～16:00  
 ※雨天決行  
 定 30人  
 講 橋本きこの園  
 費 2,000円(申込時持参)  
 申 1月14日(土)9:30から下記へ直接。定員になり次第締め切り。受付開始時点で定員を超えた場合、その場で抽選。  
 場 間 総合公園管理事務所☎592-4050

植木剪定講習会

時 2月14日(火)・15日(水)9:00～16:00  
 ※14日は9:30から  
 場 中丸公民館ほか 定20人  
 内 シルバー人材センターでの就業支援講習 費 無料 持 筆記用具  
 対 市内在住の人(60歳以上)  
 申 1月25日(水・必着)までに、はがきやFAXに「植木剪定講習希望」と記入し、①氏名(フリガナ)②住所③年齢④電話番号⑤郵便番号⑥住所を明記して北本市シルバー人材センター☎364-0013中丸10-55☎592-4300へ。

地域で輝くセカンドライフセミナー

・福祉、介護コース(介護の基礎を学び活躍の場を広げよう)  
 場 文化センター 費 250円(保険料※申込時持参)  
 対 定60歳以上の市内在住の人45人(介護に関する有資格者以外)

2月3日(金)	13:30 ～ 15:00	生涯現役・自分らしく輝くためには
2月16日(木)		知っておきたい介護保険のしくみ
2月23日(木)	15:00 ～ 17:00	認知症を支えるための基礎知識
3月16日(木)		コグニサイズで元気になろう 体を動かしながら脳を鍛える!
3月22日(水)		あなたにもできる生活支援 支えあう日のために

・就労コース(社会活動に参加するきっかけを作ろう)  
 場 文化センター、コミュニティセンター、中丸公民館  
 対 定60歳以上の市内在住の人45人 費 1,000円(材料費、保険料※申込時持参)

2月3日(金)	13:30 ～ 15:00	生涯現役・自分らしく輝くためには
2月9日(木)	9:30～ 13:00	充実したセカンドライフを過ごすための極意! 社会活動のスキルと心構えを身につけよう
2月22日(水)		自分にあったセカンドライフ発見 料理をきっかけに見つけてみませんか?
3月9日(木)	13:30 ～ 15:00	輝く健康ライフをデザインする こころもからだも元気が一番!
3月17日(金)		セカンドライフをデザインする はじめの一步を踏み出すために!

申 1月12日(木)9:00～26日(木)に高齢介護課へ直接。受付開始時点で定員を超えた場合は、その場で抽選。  
 間 (公社)北本市シルバー人材センターセミナー係☎592-4300

(広告)

＼おかげさまで33周年／  
**プラザオオノ**  
 「もしもの時・・・」365日24時間受付  
 ☎0120-33-7475  
 詳しくはコチラ↓  
<http://plaza-oono.com>  
 男の旅立ち レディースプラン

(広告)

悩み事解決のお手伝いをします お気軽にご相談下さい 浦和駅西口徒歩2分  
 ◆相談料30分5400円(事前にご予約下さい)  
**高橋徹 総合法律事務所**  
 北本市商工会会員 弁護士 高橋徹  
 ☎048-815-6077  
 電話受付: 平日午前10時～午後6時  
 時間外相談は、予約時にご相談ください  
 さいたま市浦和区高砂2-1-2駒崎ビル402

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

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

自然学習センター実施事業

- ①冬の自然観察オリエンテーリング 25日(土)9:30~11:30
②初心者向けバードウォッチング 1月25日(水)、2月2日(木)...

スポーツ吹矢体験教室

- 1月21日(土)9:30~11:45
1月13日(金)までにスポーツ健康課へ電話。
1月13日(金)までにスポーツ健康課へ電話。

第44回ジュニアスキー教室

- 2月25日(土)・26日(日)の1泊2日
2月25日(土)・26日(日)の1泊2日
1月15日(日)の9:00~10:00に文化センターエントランスホールへ直接(印鑑持参)。

体育センター実施事業
エンジョイフラ...楽しく踊って健康に!

- 毎月第1・2・3火曜日の13:00~14:00
1月29日(日)9:15受付、9:40開会式

第17回市長杯争奪ソフトバレーボール大会

- 1月29日(日)9:15受付、9:40開会式
1月5日(木)~20日(金)に、連盟登録チームは北本市バレーボール連盟(松本☎・FAX591-2476)へFAXで、それ以外のチームは参加費を添えて体育センター窓口へ。

ビデオシアター

- 1月28日(土)9:45開場、10:00上映
1月28日(土)9:45開場、10:00上映
1月28日(土)9:45開場、10:00上映

野外活動センター実施事業

- ①第7回陶でひな人形づくり 1月15日(日)・29日(日)
②囲碁教室(初級) 1月21日~2月18日の毎週土曜日

- 共通事項
1月21日(日)9:30~11:30(全5回)
1月21日(日)9:30~11:30(全5回)

スポーツ

平成28年度市長杯争奪大会兼第17回北市民ミニテニス大会

- 3月12日(日)8:45受付、9:30開会式
1月30日(月)までに北市民ミニテニス協会(山崎〒364-0005本宿6-68 ☎・FAX591-7153)へ郵送またはFAX。

A・T・M(明るく・楽しく・前向きに)学級

- ①「介護技術の基礎から応用まで」 2月4日(土)9:30~12:00
②「日本酒を語ろう」の講座 2月11日(土・祝)14:00開講

- ③「初めての茶の湯~普段着で楽しめる歴史と作法~」 1月28日(土)、2月18日(土)13:30から

- 共通事項
1月5日(木)9:00から
1月5日(木)9:00から

- 共通事項
1月5日(木)9:00から
1月5日(木)9:00から

楽しく歩こう!パークラリー

- 1月4日(水)~2月28日(火)9:00~14:00
1月4日(水)~2月28日(火)9:00~14:00
1月4日(水)~2月28日(火)9:00~14:00

ワンちゃんのしつけイベント!

- 1月22日(日)①10:00~11:30 ②14:00~15:30
1月22日(日)①10:00~11:30 ②14:00~15:30
1月22日(日)①10:00~11:30 ②14:00~15:30

北本について知ろう!

- 1月15日(日)14:00から1時間程度
1月15日(日)14:00から1時間程度
1月15日(日)14:00から1時間程度

(広告)

イベント

子ども映画館

- 1月14日(土)10:00から上映
1月14日(土)10:00から上映
1月14日(土)10:00から上映

親子たこあげ大会

- 1月15日(日)10:00~11:30(9:30受付)※雨天中止
1月15日(日)10:00~11:30(9:30受付)※雨天中止
1月15日(日)10:00~11:30(9:30受付)※雨天中止

健康講座「漢方と健康」セミナー

- 2月8日(水)・22日(水)9:30~11:30(2日間参加できる人優先)
2月8日(水)・22日(水)9:30~11:30(2日間参加できる人優先)
2月8日(水)・22日(水)9:30~11:30(2日間参加できる人優先)

お気軽にお電話ください

新築外構工事 お庭のリフォーム
カーポート フェンス工事
車庫コンクリート その他
くるみ Garden ☎ 048-593-7269
北本市石戸宿4-17-11

北本市ホームページ
バナー広告募集中

市ホームページに広告を掲載しませんか?申込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。
企画課広報広聴担当(☎594-5505)



## 健康豆知識 第52回

### ばかにできないおたふくかぜ

小児のおたふくかぜは70%の人に耳下腺の腫れや痛みが生じますが、30%の人は自覚症状に乏しい不顕性感染(耳下腺が腫れずにすむ)です。不顕性感染の小児からもウイルスが分離され、発症前の潜伏期間後半も含めて人にうつるため、隔離などによる流行の拡大阻止には限界があり、流行への対策はワクチンによる予防が中心となります。

また、おたふくかぜは全身感染症で、難聴や無菌性髄膜炎、脳炎、肺炎、精巣炎(睾丸炎)、卵巣炎などの合併症を引き起こします。

おたふくかぜが起こす難聴(ムンプス難聴)の特徴は  
 ①おたふくかぜの発症4日前から発症18日後の間に起こる。  
 ②片側の耳がほとんど聞こえなくなる。  
 ③有効な治療法がなく自然治癒が難しい。

で、5~9歳の患者に発症しやすく、後天性難聴の原因としては第一位です。ムンプス難聴が起こるのはおたふくかぜ1,000人に1人の割合です。

ムンプス難聴では、重度になると聴力が急激に低下し、高い音が聞き取りにくくなります。おたふくかぜになってしまったときに難聴になっていないか調べる方法として、耳元での「指こすり」があります。「指こすり」は高い音域で小さな音です。「指こすり」で聴力の低下がみられたら、耳鼻科を受診しましょう。

また、おたふくかぜは大人で発症してしまうと症状が強くなり、男性の場合、精巣炎(睾丸炎)により男性不妊になる場合もあります。

特別の治療法のないおたふくかぜにとって、ワクチンは唯一の防衛手段です。我が国ではおたふくかぜワクチンの接種率は30%台と低く、年中どこかでおたふくかぜが流行しています。

「おたふくかぜに自然にかかればよい」との認識を改め、ワクチンを1歳時と就学前の2回接種することをお勧めします。

提供：一般社団法人 桶川北本伊奈地区医師会

休日や夜間、お子さんの急な病気やけがのとき

### 埼玉県小児救急電話相談

家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

## 電話番号 #8000番

※ただし、IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線をご利用の場合は、048-833-7911へおかけください。

相談時間 月~土曜日 19:00~翌朝7:00まで  
日曜日・祝日・年末年始 7:00~翌朝7:00まで

平日の夜間、お子さんが病気やけがのとき

### 小児初期救急医療体制

(桶川・北本・伊奈地区)

当番医療機関のお問い合わせは埼玉県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輪番で対応しますので、診療日によっては市外の医療機関が当番医となります

その他 健康保険証をお持ちください。

休日や夜間の急な病気やけがのとき

### 大人の救急電話相談

夜間の急な病気やけがに関して、相談員の看護師がアドバイスします。

## 電話番号 #7000番

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

相談時間 月~土曜日18:30~22:30  
日曜日・祝日・年末年始9:00~22:30

## 母子保健事業のご案内



事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
乳児健診	<b>内</b> 心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査等 <b>対</b> 平成28年9月生	<b>東側</b> 1月26日(木) 13:20~14:10	保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳、健康診査票 <b>申</b> 対象児以外は、健康づくり課へ。
		<b>西側</b> 1月27日(金) 13:20~14:10	母子健康センター	
離乳食の調理講習	<b>内</b> 離乳初期食の試食および説明 <b>対</b> 生後4か月~6か月児のいる母親	1月26日(木) 14:00~14:30	保健センター	※乳児健診と同時開催 ※離乳食講習のみ参加は、当日直接調理室へ。
		1月27日(金) 14:00~14:30	母子健康センター	
1歳6か月児健診	<b>内</b> 内科健診、歯科健診等 <b>対</b> 平成27年6月生	<b>東側</b> 1月18日(水) 13:20~14:10	保健センター	<b>持</b> 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 <b>申</b> 対象児以外は、健康づくり課へ。
		<b>西側</b> 1月16日(月) 13:20~14:10	母子健康センター	
3歳児健診	<b>内</b> 内科健診、歯科健診、尿検査等 <b>対</b> 西側地区で平成25年11月・12月生	<b>西側</b> 1月25日(水) 13:20~14:10	母子健康センター	<b>持</b> 母子健康手帳、健康診査票、早朝尿、目と耳のアンケート <b>申</b> 対象児以外は、健康づくり課へ。
フッ素塗布	<b>対</b> 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	1月24日(火) 初めて:13:20~13:50 2回目以降:13:50~14:20	文化センター	<b>費</b> 1回当たり1,404円 <b>持</b> 歯ブラシ、母子健康手帳、タオル <b>申</b> 当日直接会場へ ※2回目以降は6か月以上間隔をあけてください。
9か月児育児相談	<b>内</b> 身長・体重測定、運動発達の観察、離乳完了期の栄養相談、育児の心配ごと相談等 <b>対</b> 平成28年4月生の乳児のいる母親または家族	<b>東側</b> 2月6日(月) 10:00~10:45	保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳 9か月または10か月児健康相談票
		<b>西側</b> 2月7日(火) 10:00~10:45	母子健康センター	
乳幼児育児相談	<b>内</b> 身体の発育や運動発達、食事や排せつのしつけ、心配ごとの相談 <b>対</b> 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	2月6日(月) 13:30~14:30	保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳
マタニティセミナー(後期)	<b>内</b> 出産の準備(呼吸法等)、赤ちゃんのお風呂の入れ方(実習) <b>対</b> 妊娠28週以降の妊婦や家族で希望する人	1月31日(火) 13:30~16:00	保健センター	<b>持</b> 母子健康手帳 前期参加者は配付資料 <b>申</b> 1月25日(水)までに健康づくり課へ。

※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。

### 男性のための料理教室

一ひとりでも簡単につくれる献立に挑戦しませんかー

時 1月20日(金)10:00~13:30  
場 勤労福祉センター  
定 25人(申込順)  
費 300円  
持 エプロン、三角きん、ふきん  
申 1月17日(火)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。

### 自分に合った健康生活が見つかる 糖尿病予防教室

自分の生活を見直し、ちょっと気になる糖尿病とその合併症を予防するための秘訣について、みんなで楽しく学べる教室です。

場 母子健康センター 費 300円(2月15日出席者:食材料費)  
 対 健診等で血糖値が高めと言われた人、家族が糖尿病で自分も糖尿病が心配な人 ※過去5年間に市の糖尿病予防教室を受けたことがない人  
 定 30人(先着順)  
 申 1月4日(水)~17日(火)に、健康づくり課(☎594-5544)へ直接または電話。

1月24日(火)	10:00~12:00	「自分の身体の中をのぞいてみよう」(講義・実技)	保健師
2月9日(木)	10:00~12:00	「自分に合った食事を知ろう」(講義)	管理栄養士
2月15日(水)	10:00~13:00	「身体によい食事」を体験しよう」(講義・試食)	管理栄養士
2月22日(水)	10:00~12:00	「自分の身体とうまく付き合おう」(講義)	保健師 管理栄養士

※別途、希望者には運動実習、医師講義をご案内します。

### 休日診療(当番医) 診療時間 9:00~17:00(時間厳守)

### 1月8日~2月7日

月日	医療機関名	科目	電話
1/8(日)	さくらこどもとおとな診療所	内・循・小	591-2088
	おかべ耳鼻咽喉科医院(桶川市)	耳	048-772-3492
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
1/9(月・祝)	ニッ家整形外科	整・リハ・リウ・内	590-3344
	蔵田医院(桶川市)	内	048-771-1446
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
1/15(日)	北本共立診療所	内・消・循・放	592-1641
	桶川駅前こどもクリニック(桶川市)	小	048-789-3222
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
1/22(日)	よしだ整形外科内科	整・内・リハ・皮・リウ	590-5720
	神崎皮膚科クリニック(桶川市)	皮	048-778-3911
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
1/29(日)	山崎医院	小・内	591-2244
	桶川西口クリニック(桶川市)	内・外・小	048-789-5777
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022

月日	医療機関名	科目	電話
2/5(日)	山本内科医院	内	591-5025
	小島医院(桶川市)	内・小	048-771-1212
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

- 桶川北本伊奈地区で広域的に実施しています。
- 新聞各紙においても左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

## ☎048-824-4199(24時間)

急病等のため緊急の治療が必要になったとき、診療できる医療機関(歯科を除く)を24時間体制でご案内しています。

### 歯科休日診療

診療時間 日曜日・祝日の9:30~12:30  
 利用方法 電話で確認をとり、健康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

**「親子で参加できるワークショップ」**  
～たくさんの国の言葉で遊ぼう～

世界の言葉や音楽にあわせゲームをしたり、遊  
びながらいろいろな国の言葉が話せるようになるプ  
ロセスを親子で一緒に楽しみましょう！

時 1月19日(木)10:30～11:30(10:15開場)

場 北本市北本駅子育て支援センター

対 市内在住0歳～就学前のお子さんと保護者

定 15組 講 ヒッポファミリークラブ

申 1月10日(火)～16日(月)10:00～17:00に北本市  
北本駅子育て支援センター(☎592-9961)へ電話  
または直接。応募多数の場合抽選。当選者のみ  
1月17日(火)に電話で連絡。

**無料バザー開催!**

～まだ使える子育て用品を譲り合いませんか?～

時 1月12日(木)10:30～  
(応募多数の場合は2部制になります)

場 北本市北本駅子育て支援センター

対 市内在住0歳～就学前のお子さんと保護者

申 譲りいただける人は、事前の申込みが必要  
です。詳しくは北本市北本駅子育て支援セン  
ター(☎592-9961)へ。  
※支援室は通常どおり開室しています。

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

**Coccoひろば** ☎ 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本店3階

・わいわいデー(絵の具あそび)  
1月10日(火)  
10:00～13:00 1歳児親子  
12:00～15:00 2・3歳児親子  
※よごれてもいい服で参加

**北本市子育て支援センター** ☎ 590-7676

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

～1月のひろば開催日～

- 11:00～11:45「年齢別ひろば」
- 11:45～12:00「おしゃべりひろば」
- 今月のねんねひろばは火曜日です。
- ・めだかひろば: 1月11日(水)  
(H27.4.2～H28.4.1生)
- ・ペンぎんひろば: 1月18日(水)  
(H26.4.2～H27.4.1生)
- ・くじらひろば: 1月25日(水)  
(H26.4.1以前の生)
- ・ねんねひろば: 1月31日(火)  
(H28.4.2以降の生)

**中丸保育園子育て支援センター** ☎ 592-5615

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

**北本市北本駅子育て支援センター** ☎ 592-9961

時 月～金曜日9:00～17:00(祝日を除く)  
対 0歳～就学前のお子さん  
保護者、妊娠中の人  
場 北本駅西口ビル2階  
北本市北本駅子育て  
支援センター

**北本市児童館** ☎ 598-7643

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

**① ベビーマッサージ**  
**② 親子遊び ～紙吹雪で雪合戦～**

時 ① 1月12日(木)10:30～12:00

② 1月16日(月)10:30～12:00

場 中丸保育園子育て支援センター

内 ベビーマッサージや親子遊びで親子のスキンシ  
ップを楽しもう。紙吹雪で雪合戦も楽しめます。

講 ベビーボンディングスペシャリスト 佐々木圭子さん

対 ① 生後1か月～ ② 1歳～ 定 各日25組(申込順)

持 ①のみバスタオル、抱っこ紐、家で使っているオ  
イル(あれば)

申 中丸保育園子育て支援センター(☎592-5615)へ  
電話。定員となり次第締め切り。

**【講習会】元気に就園**

時 1月27日(金)10:30～11:30(10:15開場)

内 不安に思っている事を、みんなで出し合い学ばし  
よう

講 元保育所所長 保育アドバイザー 菊地米子さん

対 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者 定 15組

場 申 1月13日(金)9:30から北本市子育て支援セ  
ンター(☎590-7676)へ直接または電話。

**【企画】小麦粉粘土で遊ぼう**

時 1月24日(火)10:30～11:30(10:15開場)

内 粘土で様々な形を作り、イメージをふくらませ  
やりとりを楽しみましょう

対 2歳～就学前のお子さんと保護者 定 12組

場 申 1月10日(火)9:30から北本市子育て支援セ  
ンター(☎590-7676)

**児童館の催し**

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



イベント	対象・定員	日時	場所	申込み
ハイハイ(0歳児コース) よちよち(1歳児コース) とことこ(2・3歳児コース) ※1月～3月まで、全7回。 時間はいずれも10:30～11:00。	市内在住のお子さんと 保護者10組	火曜日 木曜日 金曜日	集会室	1月4日(水)9:00～ 10日(火)12:00まで に2階受付へ。 応募者多数の場合抽選。 当選者のみ1月10日 から電話。
にこにごサロン(簡単な工作)	乳幼児と保護者10組 (先着順)	1月11日(水)10:30～10:45	乳幼児室	申込み不要
はかってみよう	乳幼児と保護者	1月16日(月)10:30～11:30		
親子であそぼ		1月23日(月)10:30～10:45		
チャレンジ(こま)	小学生	月・火・木・土15:00～18:00	体育遊戯室	
つくってみよう(20分程度の簡単な工作)	4歳児～小学生15人(先着順)	1月14日(土)15:00～16:00	集会室	
育児相談(1人30分程度)	-	1月16日(月)10:00～11:30	乳幼児室・相談室	
けん玉クラブ(希望者は検定実施)	6歳以上15人(先着順)	1月15日(日)14:45～15:45	体育遊戯室	
<b>2月事業予定</b>				
出張ひろば(アルバム作り)	市内在住の乳幼児と 保護者10組(先着順)	2月2日(木)10:30～11:30	北部公民館	申込み不要
栄養相談	乳幼児と保護者4組 (先着順)	2月10日(金)9:00～11:00	乳幼児室・相談室	2月1日(水)10:00～ 8日(水)受付(電話可)
育児講座	乳幼児と保護者10組 (先着順)	2月15日(水)10:30～11:30	集会室	2月1日(水)10:00～ 受付(電話可) ※参加費あり

※2月3日(金)10:30から豆まきを行います!!

**こども図書館の催し**

問 こども図書館(☎598-7642)  
※各回約30分です。



イベント	対象・定員	日時	内容
<b>毎日の読みきかせ</b>			
これよんで	赤ちゃん～大人	毎日いつでも	「この本、読んで！」いつでも声をかけてください。 すきな時に、すきな本を職員が読みかかせします。
<b>毎月のおはなし会</b>			
小学生のためのおはなし会	小学生～大人	2月5日(日)15:00～	昔ばなしや絵本の読みかかせなどを楽しむ会
1月のおはなし会 ～初笑い～	0歳～大人	1月22日(日)15:00～	絵本の読みかかせ、紙芝居、かんたんな工作など
えいごのうたとピクチャーカード	0歳～3歳	1月24日(火)11:30～	えいごのうたや絵カードで楽しくすごしましょう!
<b>毎週のおはなし会</b>			
わらべうたとよみかかせ	ちいさい子向け 保護者と一緒に	毎週水曜日 対 0・1歳 10:30～ 対 2・3歳 11:30～	わらべうたや手あそび、読みかかせなど を、親子でたのしみ会
おはなし会	ひとりで聞ける子 小学生もぜひ! 保護者もどうぞ	毎週金曜日 16:00～ 毎週土曜日 14:00～	ひとりで聞ける子向けの絵本の読みか かせ、紙芝居、パペットなど
<b>1月の図書館</b>			
新春かるたの会	0歳～大人	1月14日(土)11:30～	あいうえお46文字!読み札を読むのに合 わせて、楽しく絵札を取りましよう!
新春わらべうたの会	0歳～大人	1月15日(日)11:30～	わらべうたや手あそびで楽しいひと 時を!
新春百人一首を読む会	百人一首を 読んでみたい人	1月29日(日)15:00～	好きな歌を声に出して読む会

※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個でこども図書館特製シールを1枚プレゼント!

各種相談案内

生活の中で疑問に思っていること、相談したいと思っ

市のホームページからもご覧いただけます

北本市 相談窓口 検索 ※相談日が祝日はお休みです。 相談日 1月8日～2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)	1月25日(水) 10:00~12:00	市役所 市民課相談室	市民課市民相談係 (☎594-5529)
法律相談(予約制)	毎週水・金曜日 13:30~16:20		
市民相談・多重債務相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00		
消費生活相談	毎週月~金曜日 10:00~12:00、13:00~16:00	消費生活センター(☎511-8800)	
人権相談	1月24日(火) 13:30~15:30	文化センター	企画課人権推進・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)	1月11日(水)・16日(月)・25日(水) 2月1日(水)・6日(月) 10:00~16:00(1人50分)		企画課人権推進・男女共同参画担当 (☎594-5506)
教育相談	毎週月~金曜日 8:30~17:00	教育センター(☎591-2176)	
ことばの相談(未就学児対象)	毎週月~金曜日 9:00~16:00	児童発達支援センター(☎592-8876)	
子どもの相談(育児、しつけ等)	毎週月~金曜日 9:00~16:00	こども課子育て支援担当(☎594-5537)	
緑のなんでも相談	2月6日(月) 10:00~12:00	総合公園管理事務所(☎592-4050)	
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	1月21日(土)、2月7日(火) 10:00~15:00(受付は14:30まで)		
ボランティア相談	1月20日(金) 13:30~15:30	市役所 (市民公益活動支援コーナー)	
	2月4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	1月21日(土)、2月4日(土) 9:00~12:00	市役所相談室	産業振興課商工労政・観光担当 (☎594-5530・当日☎591-1111)
職業相談・雇用相談(予約制)	毎週水曜日 10:00~12:00 毎週木曜日 10:00~12:00、13:00~16:00	勤労福祉センター内 北本市無料職業紹介所	産業振興課商工労政・観光担当 (☎594-5530) ※前日までにお申し込みください。
健康・生活相談	1月16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⑧

■カニなどの海産物の電話勧誘に注意してください

遠方の業者から、「以前にカニを購入していただきありがとうございました。今年もいいカニを入荷しましたので、いかがですか。今なら特別価格で提供できます。鮮魚、加工品もサービスしますので、どうですか。」と長時間にわたった電話勧誘に、根負けして購入することにした。二日後、代引きで届くことになっているが、やはり断りたい。何年か前に通信販売でカニを購入したことはあるが、同じ業者かどうかはわからない。業者に断りの連絡をしたいが、連絡先がわからない、とA子さんから相談がありました。

今回のような生鮮食品であっても、突然の電話で勧誘されて申込みをする電話勧誘販売の場合、契約書面を受け取った日から8日間クーリングオフすることができます。届いた商品の送り状で相手業者の所在を確認し、商品は受け取り拒否をして、クーリングオフをハガキで通知するように伝えました。

同様に生鮮食品を電話で勧められて購入したが、とても金額に見合うものではなかった、粗悪品が届いたとの相談も寄せられています。このような場合でも契約書面を受け

取った日から8日間はクーリングオフが可能です。極端な値引きやサービスするからと勧められたケースで、在庫処分が目的で販売している悪質な業者もいますので、購入するつもりがないときは、「いりません」とはっきりと断りましょう。あいまいな返事をしていると注文確認のハガキが届いたケースもありますので、注意が必要です。家族の留守中に代引きの荷物が届いたら、家族に確認してから受け取るようにしましょう。

お困りのときは、北本市消費生活センターにご相談ください。

相談窓口

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

まちの話題

市内各地で行われたイベントなどの話題をお届けします!



ITFテコンドージュニア世界大会でベスト8

9月にイタリアで開催された「第12回世界ジュニア・第7回世界ベテラン テコンドー選手権大会」で、東中学校2年生の滝沢賢勇さんが、ベスト8と健闘しました。

今大会で、滝沢さんの所属するJAPAN選手団は、金10・銀4・銅7、合計21個、国別総合2位(参加国59か国)の好成績をおさめました。



ハッピーハロウィン in 北本東中央通り

10月29日に北本東中央通り商店会主催の「ハッピーハロウィン in 北本東中央通り」が開催されました。

2回目となる今年のハロウィンイベントは市外からの参加も多数あり、昨年以上の盛り上がりを見せました。親子や友達同士で思い思いのコスプレ衣装に身を包み、参加者も見学者も楽しいひとときを過ごしました。





北本トマトカレー「土浦カレーフェスティバルC-1グランプリ」優勝!

北本トマトカレーが、11月19日・20日に茨城県土浦市で開催されたカレーの祭典「土浦カレーフェスティバルC-1グランプリ」で優勝しました。今回の優勝は、2014年の「よこすかカレーフェスティバル全国ご当地カレーグランプリ」優勝以来の快挙となります。北本トマトカレーは、市内の提供店やレトルトでも販売していますので、ぜひご賞味ください。

市民リポーター

**突撃!**

**トマト大福を市民歴25年の管理栄養士が全力食レポ!**

こんにちは。北本の名産のトマトを使った市外の人にお土産にするにはとても印象的なトマト大福!果たして美味しいのか!?全力レポートさせていただきます!

- まずは外観 ややピンクがかった餡が透けて見えます。甘いのか、お食事系なのか、全く外観では見当が付きません。
- そして触感 大福でもかなり柔らかい生地です。これは食べた瞬間の食感に期待が高まります!
- それでは実食 いただきます! パクッ…。なっ!なんと!! 想像どおりの柔らかな食感、そして白あんの自然な甘さとトマトの酸味が絶品です!驚きました。トマトが餡と合うわけないと心の何処かで思っていた概念が大きく覆される美味しさです!そして、食べ進めると、出ました!本当にトマトです!パクッと一口食べると中のみずみずしいトマトの汁が出てきます。これは一口でトマトを食べることをおすすめます(ただし、大福ですのでよく噛んでゆっくりと飲み込みましょう)。新鮮なトマトはそれまでの甘い餡を一度リセットするようなアクセントというよりも、やはりインパクトのある感じでした。

今回のレポートを通してわかったことは以下の点です。

- ・印象を与えるお土産としては最高。
- ・ほのかな甘みとトマトの酸味が最高にマッチした餡と、新鮮なトマトが丸々1つ本当に入っていました。
- ・生地はふんわりと柔らかく、トマトの食感との対比効果がとてもインパクトのある仕上がりになっていました。

以上、北本市民歴25年の管理栄養士の全力食レポでした。

リポーター  
濱田 有さん

開催

大人のための  
英会話・韓国語入門講座

時 1月30日(月)から毎週月曜日  
英会話19:30~20:30  
韓国語18:00~19:00  
場 文化センター  
内 基本的な挨拶や買い物、道案内など簡単な会話を外国人講師と楽しく学ぶ  
費 全8回5,000円(会場、資料費)  
別途テキスト代  
問 国際文化交流協会  
(前田☎090-6489-2803)

1人で悩まないで!  
ひきこもり・不登校・非行 親の会

時 1月8日(日)13:30~15:00  
場 コミュニティセンター  
費 100円(参加費)  
問 ひきこもり・不登校・非行 親の会  
(跡部☎090-8021-9518)

アコースティックライブ@Kitamoto#33

時 1月15日(日)13:00開演  
場 深井6丁目「ハイワールド施設内」  
内 キタガクOBを中心とした約2時間の演奏会  
ゲスト:よしだよこ(ピピ&コット)  
費 入場無料  
問 アコースティックライブ@  
Kitamoto(奥田☎090-3503-7776)

雑木林に親しむつどい  
冬の雑木林で遊ぼう!

時 1月22日(日)9:00~12:00  
場 北本中央緑地東側の中央エントランス付近  
内 落ち葉かき、冬の遊び(おしくらまんじゅう、おにごっこなど)  
費 無料  
問 NPO法人北本雑木林の会  
(白川☎080-5697-6241)

北本中央緑地観察会  
冬の雑木林を観察しよう

時 1月28日(土)10:00~12:00  
場 北本中央緑地南端踏切の西側(車の通れない踏切)  
費 無料  
問 NPO法人北本雑木林の会  
(白川☎090-3526-2017)

市民ハイキング  
房総・鋸山(千葉県)

時 2月18日(土)6:15市役所集合  
場 房総・鋸山(千葉県)  
費 9,500円(参加費)  
他 旅行企画・実施:蒲桜観光  
問 NPO法人さいたま山に親しむ会  
(上野☎080-5061-6201)

日帰リスキー 2017

時 2月4日(土)  
ワコーレ(必要に応じ北本駅集合)  
場 長野県湯の丸高原スキー場  
費 7,500円(バス代・リフト1日券・保険料込み)  
他 旅行企画・実施:協同バス  
問 NPO法人あさひスポーツ・文化クラブ  
(河井☎594-6000)

鴻巣・北本地域「精神障がい者の  
明るい未来のために」フォーラム

時 2月9日(木)13:00~16:00  
場 クレアこうのす  
内 体験発表や講演会、合唱、焼きたてパンや手作り小物の販売等  
費 無料  
問 自立支援協議会精神障がい者部会  
フォーラム実行委員会  
(鈴木☎577-5592)

募集

北本市青少年少女合唱団の  
団員

時 毎週土曜日  
10:00~12:00  
場 文化センター  
費 会費月額1,500円  
問 北本市青少年少女合唱団  
(大竹☎593-0316)

レイ・クワイ  
(フラダンス)の会員

時 第1・2・3・4木曜日  
13:30~15:00  
場 東部公民館  
内 美容と健康のために楽しく踊りましょう  
費 5,000円(会場費含む)  
他 新しい年、新しいことにチャレンジしてみませんか!  
問 レイ・クワイ  
(河野☎080-5061-6359)



きたもと掲示板掲載規定(一部抜粋)

- 掲載できるもの
    - 開催や募集の日が広報紙発行日から1週間以上あいているもの。
    - 開催について、以前に同一内容の掲載を行っていないもの。
    - やむをえない場合を除き、問合せ先が北本市民となっているもの。
    - やむをえない場合を除き、開催および活動場所が市内で、公共性のある会場のもの。
  - 掲載依頼注意点
    - 会員募集は、年に1度の掲載になります。
    - 広報紙の編集規定に基づき、用字・用語等の修正を行う場合があります。
    - 行政広報紙の公益性を損なうと判断される場合、掲載をお断りすることがあります。
  - 申込み・原稿の締め切り
    - 掲載を希望する広報きたもとの発行前々月の25日(休日の場合、直後の開庁日)までに提出してください。
    - \*締切日を過ぎたものは受け付けません。
  - 掲載できないもの
    - 営利、宗教、政治にかかわるもの。
    - 個人宣伝、個人活動を目的としたもの。
    - 講師謝金に参加人数により増加するもの、講師が主催する(無報酬を除く)もの。
- 問 企画課広報広聴担当(☎594-5505)

ちょっとブレイク

## 市民ギャラリー



[F15発進へ]  
水岡 清さん



「サンセット」ハワイ  
安藤 建夫さん



「スーパームーンの耀く夜に…」  
田島 栄助さん



「瞬」  
工藤 秀樹さん

満点

きたもと短歌会

さつま芋さといも大根ふくらと  
実りて秋の地を膨らます 牧野 満佐

昨日は晴れきよはまた雨老身に  
独語の鞭をあてて起きいつ 佐藤 則子

満ち足りし思いと同じ量だけの  
虚脱感あり友と別るる 武井 金子

無気力なわれを映して紙風船  
わずかな風に流されており 伊藤 知代

帯の位置男はもつと下に締めよ!  
直してやりぬわが老婆心 岩本 友子

今月の新刊本(中央図書館)

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

一般書・読み物

- 賢者の石、売ります  
朱野 帰子(文藝春秋)
- 魔法使いと副店長  
越谷 オサム(徳間書店)
- 沈黙法廷  
佐々木 譲(新潮社)
- 告白の余白  
下村 敦史(幻冬舎)
- タイムマシンでは、行けない明日  
畑野 智美(集英社)
- ヒーローの選択  
行成 薫(講談社)



□ノスタルジー-1972  
中島 京子  
(講談社)

一般書・ノンフィクション

- 大人の気づかい  
坂東 眞理子(リベラル社)
- パリの福澤諭吉  
山口 昌子(中央公論新社)
- にっぽん家電のはじまり  
大西 正幸(技報堂出版)
- ズボラでも、センスよく暮らす  
佐々木 なほ(KADOKAWA)
- 天空賛歌  
KAGAYA(河出書房新社)
- 作家のお菓子  
コロナ・ブックス編集部編  
(平凡社)



□「逃げるな、火を消せ!」戦時下トンデモ「防空法」  
大前 治  
(合同出版)



# VS ノロウイルス

## おう吐物の処理方法

- 大きめで厚手のビニール袋を用意し、口を広げておく。
- 使い捨てのマスク、エプロン、手袋の順に装着する。
- バケツなどに、水1ℓ、塩素系漂白剤20mℓ（ペットボトルのキャップ4杯）を入れ、ペーパータオルをしっかりと浸す。
- 汚物とその周辺にペーパータオルをかけて覆い、10分間待つ。
- 外から中の一定方向に拭き取り、ビニール袋に入れる。
- 手袋、エプロン、マスクの順にはずし、ビニール袋に入れる。余った消毒液も流し入れ、しっかり口をしぼる。

☆ノロウイルスの消毒で効果があるのは次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤など）と加熱（85度以上で90秒）です。消毒用アルコールは効果がありません！  
 ☆おう吐物は想像以上に遠くまで飛び散っています。見た目のおう吐範囲に左右されず、広い範囲を消毒しましょう！（床から1mの高さから吐くと、直径2.3mの範囲で飛び散ります。）

**脱水症状にならないように水…いや、スポーツドリンクかな**

**症状が軽い場合は、水や麦茶でも構いません。**

**下痢やおう吐が激しい場合は、経口補水液やスポーツドリンクを**

経口補水液とは、身体から失われた水分や電解質を経口で補う飲料のことで「飲む点滴」ともいわれます。体内での吸収が速いので、重度の脱水に対応できます。

スポーツドリンクは、経口補水液に比べ電解質濃度が低く糖分を多く含みます。経口補水液より吸収が遅くなりますが、手に入りやすいのでおすすめです。

吐き気が落ち着いたら、脱水を予防するために、症状に応じた水分を少量ずつ頻回に補給するようにしましょう。また、食べられそうであればお粥や雑炊など、消化がよく温かい食事からはじめ、野菜スープや豆腐などに進んでいきます。お子さんには、すりおろしたりんごもおすすめです。

いたたたたたた  
たたたたた  
ダメだこりや

おう吐と下痢が止まらない…

私は牡蠣が大好きで、先日、会社の忘年会で生牡蠣を食べました。そうしたら翌日…

**生のまま食べるからよ。加熱して食べれば大丈夫よね。**

**市販薬の吐き気止めや下痢止めを飲んで落ち着かせよう…**

**加熱して食べれば感染が予防できます。**

**むやみに市販のお薬を飲むことはオススメできません。**

**まずは原因を知ること。ノロウイルスには特效薬はなく、対症療法を**

現在、ノロウイルスに対する抗ウイルス薬や予防するためのワクチンはありません。下痢止めや吐き気止めの薬は、ウイルスを体内に留め、増殖させてしまい、病気の回復を遅らせることがありますので、個人の判断で使用しないことが望ましいでしょう。

ノロウイルスに感染した場合、通常、2枚貝などノロウイルスの感染のおそれのある食品も、中心部85度以上で90秒以上加熱すると、感染力はなくなるとされています。

その他に牡蠣などを処理したままな板や包丁などを介して感染する可能性もありますので、注意が必要です。調理器具は洗剤を使用し十分に洗浄した後、台所用漂白剤で消毒するなどの対策をしましょう。

**食品からの感染を防ぐ**

## コラム なぜ、ノロウイルスの感染力は強いのか？

ノロウイルスは、ウイルスの中でも非常に小さく、ノロウイルスをピンポン玉に例えると、人は日本の本州くらいの大きさとなってしまいます。小さく、軽いため、汚物を適切に処理しないまま乾燥すると、空気中に舞い上がり、長時間漂ってしまうことに加え、手指などに付着した場合、しわの部分に入り込み、落ちにくいことから、人から人への感染を拡大させることになってしまいます。

常、主な症状を和らげ、その人が本来持つ治癒能力を回復させる対症療法が行われます。特に、体力がないお子さんや高齢者は、脱水症状を起し、体力を消耗しないように、水分と栄養の補給を十分に行いましょう。脱水症状が続く場合は、病院で輸液を行うなどの治療が必要になります。

- 一人ひとりが冬の感染症から身を守るために**
- 手を洗う**  
ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。「ハンドソープによるもみ洗い10秒→流水で15秒すすぎ」を2回繰り返す「2度洗い」が効果的です。
  - 適切な温度と湿度を保つ**  
適切な室温は18～20度です。特に乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って十分な湿度（50～60%）を保ちましょう。
  - 免疫力を高め抵抗力をつける**  
日ごろから、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めましょう。
  - 人混みへの外出を避ける**  
感染症が流行してきたら、多くの人が集まる場所への外出は必要がない限りなるべく控えましょう。また、外出する場合は、マスクを着用するようにしましょう。
  - 予防接種をする**  
インフルエンザについては、予防接種を受けることで、発症を予防したり、発症したとしても重症化を予防することができます。



# あなたの対処法 **○**か **×**か!?



冬の感染症に負けない秘策、みなさんご存知ですか？  
「なんとなく知っているけど、本当に正しい対処法なのか!？」  
そんな疑問を「○」「×」でみていきましょう。

保健師 木村 早里さん

**○** はやり始めてからでも遅くないでしょ~! まだ大丈夫。



**×** はやる前に接種しなければ意味がありません!



まだ大丈夫っしょ。



インフルエンザの予防接種受けとけば、会社休めないんだから。

## VS インフルエンザ

はやる前に予防接種をオススメします

日本では、インフルエンザは例年12月～3月に流行し、1月～2月に流行のピークを迎えます。予防接種による効果が出るまでに2週間程度を要することから、毎年12月中旬までに予防接種を終えることが望ましいとされています。効果の持続期間は5か月程度です。ワクチンは、そのシーズンに流行が予測されるウイルスの型に合わせて製造されます。予防接種は、インフルエンザにかかることを抑える効果が一定程度ありますが、最も大きな効果は肺炎や脳症などの重い合併症を予防することです。一方で、まれに接種に伴う副反応が起こることがあります。今年度の65歳以上の人に対する、公費負担で行う定期予防接種は終了しましたが、個人が自由に受ける任意予防接種は、医療機関で受けることができます。医療機関により費用は異なります。かかりつけ医等医療機関へ直接お問い合わせください。

インフルエンザは、かからない体質の人がいると聞いたことがあるけど



**×** そんなことありません! 誰にでも感染する可能性があります。



非常に感染力が強く、ほとんどの人は感染する

日本では毎年約1千万人、約10人に1人が感染していると想定されていますが、感染した人全てに症状が出るわけではありません。たとえ感染したとしても、体力があり、免疫機能が強い状態であれば、症状が出ないまま終わってしまう人もいます。自分では「インフルエンザにかかったことがない」と思っている人でも、たいていの場合「感染はしている…」というのが本当のところのようです。

# 年の初めを元気にスタート!! 冬の感染症に負けるな!!



新年を迎え、おいしいおせち料理を食べ、新年会で楽しいひととき。つい、飲みすぎ、食べすぎで胃腸に負担をかけてしまったり、休み中レジャーであちこち出かけ、お疲れ気味だったりしませんか。暴飲暴食や疲労の蓄積は冬の感染症にかかりやすくなります。今回の特集では、冬の感染症を知って、感染症に打ち勝つための対処法をご紹介します。

健康づくり課 ☎594-5544

## 感染症に負けないために、まずは敵を知ること

### 冬の感染症とは?

感染症とは、ウイルスや細菌などの病原体が体内に侵入して増殖し、発熱や下痢、咳などの症状が出ることをいいます。今回は、冬に流行する感染症の代表として、インフルエンザとノロウイルスに注目して、予防策を考えます。

冬は外気の温度が下がり、湿度も低くなります。そのため、インフルエンザやノロウイルスなど、低温乾燥に強いウイルスの活動が活発になってきます。ウイルスは非常に小さく、空気が乾燥すると空気中に舞い上がり、長い間漂うこととなります。

一方で、様々な病原体から身体を守る壁ともいえる、私たちの喉や鼻、気管は、気温が低くなると、病原体を外に押し出す働きが悪くなり、乾燥によって傷ついた粘膜に病原体が付着しやすくなります。そのため、冬はインフルエンザやノロウイルスなどの感染症が増えてしまうのです。

### インフルエンザ

インフルエンザはインフルエンザウイルスに感染することによって発症します。一般的な風邪と異なり、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身症状が突然現れます。

併せて一般的な風邪と同じように、喉の痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。お子さんではまれに急性脳症を発症し、高齢者や免疫力の低下している人では肺炎を伴うなど、重症になることがあります。

### ノロウイルスによる感染性胃腸炎

年間の感染性胃腸炎の患者数の約半分はノロウイルスによるものですが、うち約7割は11月～2月に発生するなど、この時期の感染性胃腸炎の集団発生例の多くはノロウイルスによるといわれています。

ノロウイルスは牡蠣などの二枚貝が主な感染源です。感染した人の

腸管で増殖し、おう吐、腹痛、下痢などを起こします。さらにそのおう吐物、糞便から周囲の人に感染が広がっていきますが、ノロウイルスは感染力が強く、大規模な食中毒などの集団発生を起こしやすいため、注意が必要です。特に、お子さんや高齢者は重症になることがあり、おう吐物を誤って気道に詰まらせてしまう危険もあります。

## なぜ、繰り返しインフルエンザにかかるの?

コラム

インフルエンザウイルスには大きく分けてA・B・C型があります。A型は、さらに亜型という、いくつかの種類があり、しかも、毎年少しずつ変化しています。そのため、毎年、あるいは1年のうちに何回かインフルエンザにかかってしまう…ということが起こるのです。



# 広報 きたもと

1月  
2017 No.947

特集面

きっと、もっと、きたもとが好きになる 旬な話題をお届け!

## 謹賀新年

市民の皆さん  
あけましておめでとーうございませう。  
今年是一年、風邪に気をつけて  
健康で元気に過ごしましょう。



今年も圧巻の  
巨大おみくじ登場!



特集

年の初めを元気にスタート!!  
冬の感染症に  
負けるな!!



市内各所の七福神をめぐりご利益を見つけよう!

## 新春「北本七福神めぐり」

1月14日(土) 9:00~15:00

七福神各所でマップ等を受け取り  
さあ、七福神めぐりのスタート!

北本市観光協会 (☎591-1473)

- 七福神7か所のスタンプを集めた人に、その場で「特製手ぬぐい」「特製缶バッジ」をプレゼント(先着700人)
- 高尾氷川神社で巨大おみくじが引けます。

七福神	所在
大黒天・恵比寿・弁財天	高尾氷川神社 (高尾 7-31)
布袋尊	阿弥陀堂 (高尾 6-366)
寿老人	須賀神社 (荒井 1-353)
福祿寿	猿田彦大神 (石戸宿 4-113)
毘沙門天	多聞寺 (本宿 2-37)

お願い：小学生以下の参加者は保護者同伴・交通事故等に注意すること

布袋尊(阿弥陀堂)