

広報 きたもと

北本市で快適に暮らすための情報をお届けします

あけまして
おめでとウトマ!



1 月
2018 No.959

情報面

CONTENTS



文化・スポーツ奨励賞



善行表彰

功労表彰

祝 表彰式



3 ページ

平成29年度北本市表彰式

文化・スポーツ奨励賞



6 ページ

野外活動センターのバンガロー
1月4日から予約開始!

(イメージ写真)



平成30年成人式1月7日(日)開催

【重要・注目情報】

- 新年の御挨拶 2
- 所得税、市・県民税の申告 4・5
- きたもとオープンガーデン
参加者募集 6

【お知らせ】

- 平成30年度就学援助の申請受付 8
- 要介護認定者・介護保険料納付者の税の控除 9

【募集】

- パブリック・コメント 12

【イベント】

- 第8回陶でひな人形・絵皿づくり 13
- 健康講座「漢方と健康」セミナー 15
- 親子たこあげ大会 15

【スポーツ】

- ノルディックウォーキング体験教室 18
- 第45回ジュニアスキー教室 19

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から確認できます。

人口の うごき

人口…67,095人(－ 28人) 世帯数…28,878世帯
 男性…33,397人(+ 5人) ※12月1日現在
 女性…33,698人(－ 33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(水)までに納めましょう。

■発行日 平成30年(2018)1月1日発行 ■編集と発行 北本市役所 企画財政部秘書広報課

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。



この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。



GREEN PRINTING JPM
P-B10151

注目の情報
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
掲示板

注目の情報
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
掲示板

新年の御挨拶

活力あふれる北本へ

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。市民の皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。日ごろから市政発展のために格別なる御理解と御協力を賜り、心よりお礼申し上げます。

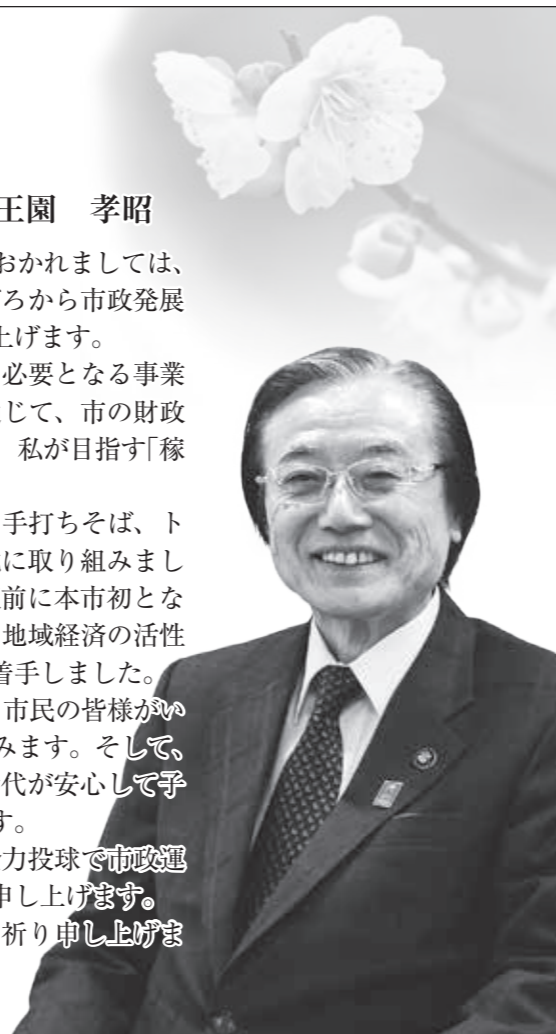
昨年は、少子高齢化の進展による厳しい財政状況の中、必要となる事業を皆様と共に考えるため、広報「財政状況伝えるマン」を通じて、市の財政状況や課題について分かりやすくお伝えしました。そして、私が目指す「稼ぐまちづくり」として、その施策に取り組んだ一年でした。

まず、農業ふれあいセンターに「はとバス」を呼び込み、手打ちそば、トマトカレーの昼食、桜国屋での買物など市内経済の活性化に取り組みました。また、中心市街地の活性化を図るため、北本駅東口駅前に本市初となるホテルの誘致を決定しました。さらに、来訪者の拡大と地域経済の活性化を図るため、野外活動センターにバンガロー等の整備に着手しました。

本年も、引き続き、「稼ぐまちづくり」を推進すると共に、市民の皆様がいきいきと健康に暮らせるよう健康増進・予防事業に取り組みます。そして、子どもは「まちの宝」「まちの未来」との考えのもと、若い世代が安心して子育てができる環境づくり・支援事業を積極的に取り組みます。

今後も、活力あふれる北本へ向け、強い情熱を持って全力投球で市政運営に取り組んでまいりますので、一層のお力添えをお願い申し上げます。

本年が皆様にとって幸多き年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。新年の御挨拶といたします。



安全・安心なまちづくりを目指して

北本市議会議長 黒澤 健一

市民の皆様には、輝かしい新春を健やかに迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。また、日ごろから、市政発展のために多大なる御理解と御協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、今の日本社会は、少子高齢化の進展に伴う人口減少が続いており、その対応が求められています。

こうした中、本市議会では、地方自治体としての自主的な決定と責任の範囲の拡大に対応し、市民にとって身近で開かれた、信頼される議会を実現するために、昨年5月の臨時会において「北本市議会基本条例」を制定しました。

条例は様々な内容で構成されていますが、市民の皆様との関わり方についても含まれています。例えば、議会の活動に関する様々な情報を発信する「広報」だけでなく、市民の皆様の見解や要望を的確に市政に反映させるため「広聴」機能の充実を規定しています。これを受け、9月には「議会広報委員会」を「議会広報広聴委員会」に改めるなど、新たな議会改革に向けて積極的に取り組んでおります。

新たな年を迎え、市民の代表者たる市議会としての気概を新たにするとともに、二元代表制の一翼を担う機関として、身近で開かれた議会の実現に努め、北本市のさらなる発展のために、引き続き努力してまいります。

どうか本年も御支援と御協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、市民の皆様にとりまして、本年が実りある年となりますよう心より御祈念申し上げます。新年の御挨拶といたします。



注目の情報 1 平成29年度北本市表彰式

秘書広報課秘書係 ☎594-5502

11月19日に、平成29年度北本市表彰式が行われ、次の皆さんが受賞の栄誉に輝きました。功労表彰は、多年にわたり市政の進展および市民福祉の向上に功労のあった人に、善行表彰は、地域美化活動への取り組みや寄附の善行のあった人・団体に、また、文化・スポーツ奨励賞は、文化・スポーツの分野で、奨励するに値する功績のあった人に贈られるものです(敬称略 順不同)。

功 労 表 彰 (17人 ほか1人)			文化・スポーツ奨励賞 (14人 1団体)	
	氏 名	職 名	氏名・団体名	功 績
1	島崎 直子	教育委員	1 安部 里香	第67回埼玉県美術展覧会 第4部工芸 埼玉県美術家協会賞受賞 縫取織着物「蝶よ花よ」
2	西澤 雅恵	選挙管理委員	2 北本中学校	第17回東日本学校吹奏楽大会 金賞受賞
3	大友 通明	介護給付等支給審査会委員	3 山本 司	第39回全国JOCジュニアオリンピックカップ 春季水泳競技大会 200mフリーリレー決勝 6位入賞
4	佐藤 大介	介護認定審査会委員	4 田中 快人	
5	本藤 寛之	人権推進審議会委員	5 笹井 宏達	第39回全国JOCジュニアオリンピックカップ 春季水泳競技大会 200mフリーリレー決勝 5位入賞 第39回全国JOCジュニアオリンピックカップ 春季水泳競技大会 400mメドレーリレー決勝 7位入賞 第40回全国JOCジュニアオリンピックカップ 夏季水泳競技大会 400mフリーリレー決勝 6位入賞
6	小川 敬子		6 尾藤 秀哉	
7	小野 純子		7 片山 大雅	第39回全国JOCジュニアオリンピックカップ 春季水泳競技大会 400mメドレーリレー 決勝 7位入賞 第40回全国JOCジュニアオリンピックカップ 夏季水泳競技大会 400mメドレーリレー 決勝 2位
8	上村 悦子	国民健康保険運営協議会委員	8 小島 拓実	第39回全国JOCジュニアオリンピックカップ 春季水泳競技大会 400mメドレーリレー 決勝 7位入賞 第40回全国JOCジュニアオリンピックカップ 夏季水泳競技大会 400mメドレーリレー 決勝 2位 400mフリーリレー 決勝 6位入賞
9	岡田 泰子		9 島田 晋之介	
10	鈴木 義信	スポーツ推進委員	10 安藤 舞佳	第56回全国中学校水泳競技大会 女子400mフリーリレー 決勝 7位入賞
11	永島 孝作		11 長谷川 怜音	
12	飯塚 忠史	民生委員推薦会委員	12 佐瀬 早紀	第39回全国JOCジュニアオリンピックカップ 夏季水泳競技大会 200mフリーリレー 決勝 5位入賞
13	森田 美恵子		13 富岡 瑠々	
14	木村 嶺子	男女共同参画審議会委員	14 丸橋 碧人	第40回全国JOCジュニアオリンピックカップ 夏季水泳競技大会 400mメドレーリレー 決勝 2位 400mフリーリレー 決勝 6位入賞
15	遠井 美智子		15 田中 直太郎	
16	坂本 セイ	民生委員・児童委員		
17	江原 恵			

善 行 表 彰 (1人5団体 ほか1人)		
	氏名・団体名	善 行 内 容
1	宗教法人解脱会	金員寄附
2	北里大学特別栄誉教授 ・大村智博士顕彰碑 建 立 委 員 会	物品寄付
3	稲木 勝英	金員寄附
4	宮内1丁目自治会	地域環境美化推進
5	緑1丁目自治会	
6	本町5丁目自治会	

注目 2 申告はお早めに！ 所得税、市・県民税の申告について

市、上尾税務署、関東信越税理士会上尾支部から、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HP「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、書面で印刷して送付・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)

【受付時間】月曜～金曜(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(金)～3月15日(木) 受付8:30から、相談9:00～17:00

※土・日曜日、祝日を除く。ただし、2月18日(日)・25日(日)に限り開場します。

※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。

なお、相談内容が複雑な場合は、15:00までにお越しください。相談が17:00を過ぎる場合には、再度お越しいただく場合があります。

※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。

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)]

医療費控除を適用される人へ

平成29年分の確定申告から、医療費控除は領収書の提示・提出が不要となりました。

なお、領収書の提出の代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となります。(医療保険者から交付を受けた医療費通知を添付すると、明細の記入を省略できます。)

また、税務署から記入内容の確認を求める場合がありますので、領収書は5年間保存する必要があります。

※医療費通知とは、健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」などです。ただし、明細の記入を省略できるのは、自己負担額の記載があるものに限りです。

※提出が不要となる領収書には、医師等が発行した医療費控除を受けるために必要な証明書(例：おむつ使用証明書、在宅介護費用証明書など)は含まれません。

※平成31年分の確定申告までは、従来どおり領収書の添付または提示によることもできます。

特定一般用医薬品等購入費を支払ったとき(医療費控除の特例)【セルフメディケーション税制】

人間ドック等の健康診断やがん検診、予防接種(医師の関与があるものに限る)を受けている人が、要指導医薬品および一般用医薬品のうち、医療用から転用された医薬品(特定一般用医薬品、スイッチOTC医薬品)の購入費用が年間1万2千円を超える額(上限8万8千円)が所得控除される特例が創設されました(※この特例は、現行の医療費控除との選択制となります)。

【添付または提示が必要な書類】

・セルフメディケーション税制の明細書(添付)

・適用を受ける年分において一定の取組を行ったことを明らかにする書類(添付または提示)

①氏名 ②取組を行った年 ③事業を行った保険者、事業者もしくは市区町村の名称または取組に係る診察を行った医療機関の名称もしくは医師の氏名の記載があるものに限りです。

※セルフメディケーション税制に関する詳しいことは、税務署発行のパンフレット「医療費控除を受けられる方へ」や国税庁ホームページをご覧ください。

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】 青色申告や分離所得等の申告

(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。



所得税、市・県民税の申告相談の受付日程・注意事項

月日	場所	受付時間	申告に必要なもの
2月13日(火)	市役所1階庁舎ホール	9:00～15:30	○個人番号カード(もしくは写し) ○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) ○各種領収書または証明書(生命保険料・地震保険料・国民健康保険税・国民年金保険料、寄附金など) ○医療費控除を受けられる人は、医療費の明細書(医療費通知) ○障害者控除の適用を受けられる人は、障害者手帳または障害者控除対象者等認定書
2月14日(水)			
2月15日(木)			
2月16日(金)			
2月19日(月)			
2月20日(火)	北部集会所(北部公民館内)	9:30～15:30	医療費控除は明細書で整理を
2月27日(火)			
2月28日(水)			
3月1日(木)	学習センター集会室	9:30～15:30	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。
3月2日(金)	勤労福祉センター集会室		
3月5日(月)	西部集会所(西部公民館内)		
3月6日(火)	南部集会所(南部公民館内)	9:00～15:30	
3月7日(水)			
3月12日(月)	市役所1階庁舎ホール	9:00～15:30	
3月13日(火)			
3月14日(水)			

※以下の申告については、市の会場ではお受けできませんので、上尾税務署での申告をお願いします。

①青色申告 ②収支内訳書の記載のない事業所得(営業、農業、不動産所得等)の申告 ③土地等の分離・総合譲渡所得に関する申告 ④株式および先物取引等の分離課税所得に関する申告 ⑤住宅借入金等特別控除(住宅ローン控除)を初めて受ける人の申告 ⑥雑損控除(災害や盗難、横領による損失等)の申告 ⑦過年分の申告 ⑧贈与税・消費税の申告

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)

税理士による無料税務相談 年金や給与収入等一定額以内の収入の人を対象に申告相談および申告書の作成を無料でを行います。ただし、申告書用紙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をお願いします。

なお、電話予約制をとっていますので、事前にご予約のうえお出かけください。

事前連絡の受付は、1月22日(月)～30日(火)(※土・日曜日を除く)の10:00～15:00です。

時 2月5日(月)・6日(火) 9:00～12:00/13:00～16:00 場 上尾県税事務所 上尾市大字南239-1

時 2月8日(木)・9日(金) 10:00～13:00/13:30～16:30 場 桶川マイン3Fイベント広場「OKEGAWAHonプラス+」
桶川市若宮1-5-2(無料駐車場はありません)

※上記の人でも株・不動産等の譲渡がある人、不動産賃貸等の事業を営む人は対象外となります。
※医療費控除の申告をする人は事前に集計をお願いします。 ※住民税のみの方は対象外です。

税理士事務所での無料税務相談 2月1日(木)～15日(木)の間(※土・日曜日、祝日を除く)、市内の各税理士事務所、少額の税務相談や申告書の作成を無料でを行います。

お近くの税理士事務所へ事前に電話連絡(9:30～16:00、※12:00～13:00を除く)のうえご予約ください。

対 ①年金を受けられている人 ②給与と所得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

※上記の人でも株・不動産等の譲渡がある人、不動産賃貸等の事業を営む人は対象外となります。
※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、料金が発生する場合がありますので、申込み時にご確認ください。

今月の桜国屋&さんた亭!

●桜国屋(☎544-5321)
10:00~17:30(水曜定休)
1月6日(土)初売り!
新鮮な地元の野菜と果物が
が大特価!
北本産いちごが販売開始
されます!



●さんた亭(☎580-6883)
11:00~15:00(水曜定休)
今月の店長おすすめ!
「かけとろそば」
冬の寒い日に食べたい、
とろろのかかった温かい
そばです。



●会津坂下町ブース
(1月末日まで開設!)
会津の豊かな風土が
醸し出したこだわりの
米、みそ、醤油は絶品
です!



注目3 北本の夜空を満喫! 野外活動センターのバンガロー 1月4日から予約開始!

4月1日の野外活動センターリニューアルオープンに伴い、新たなバンガローとキャンプサイトの利用予約が開始されます。

今回のリニューアルでは、年間を通して雨の日でも気楽にキャンプが楽しめるバンガロー(4棟)と大屋根が誕生します。初心者もファミリーも気軽に楽しめる新しい「野活」にご期待ください!

◆予約開始

1月4日(木)8:30~

◆予約受付

野外活動センター窓口
または電話(☎593-0008)

◆バンガロー利用料金

- ・デイキャンプ(10:00~15:00)2,000円
- ・ナイトキャンプ(15:00~10:00)7,000円

※1棟の定員は6人。
※その他の施設の利用はお問い合わせください。



写真はイメージです。

☎生涯学習課生涯学習担当(☎594-5567)

注目4 花や緑でおもてなしの輪! きたもとオープンガーデン2018 参加者募集!

きたもとオープンガーデンは、丹精込めて造られた個人の庭を、一定期間公開し、花や緑を通じて多くの人に楽しんでいただきながら交流を深める催しです。

オープンガーデンとして、5月18日(金)~20日(日)の期間、花や緑でいっぱいの庭を公開して下さる人を募集します。

☎市内で庭を公開でき、次の条件を満たす個人・事業所・団体・学校

- ・ガイドマップへの住所・個人名掲載を了承されること。
- ・庭の中まで公開できること。
- ・きたもとオープンガーデン花結会へ登録し、会の一員として一緒に活動できること(登録料1,000円)。

☎2月1日(木)までに応募用紙に必要事項を記入し庭の様子が見える写真を添え、次の方法でお申し込みください。

- ①郵送(〒364-8633 住所記載不要)
- ②Eメール(a03100@city.kitamoto.lg.jp)
- ③FAX(592-5997)
- ④直接持参(産業振興課)

※宛先は、産業振興課商工労政・観光担当
※応募用紙は、産業振興課および北本市観光協会へ配布またはホームページからダウンロードできます。

主催 「きたもとオープンガーデン花結会」

☎産業振興課商工労政・観光担当(☎594-5530)



きたもとオープンガーデン花結会は、北本のまちの景観およびまち歩きの魅力向上を推進するために、市民と行政が協働で設立した団体です。市内の花愛好家の皆さんが主体的に、花や緑を通じて交流の輪を広げることで北本市の美しいまちづくりを目指しています。ぜひ皆さんも「花結会」に登録し、一緒に活動しませんか?

北本市観光協会からのお知らせ

グリコピア・イースト北本市民デー

- 時 2月18日(日)9:30~
- 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
- 費 無料
- 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12日(金・消印有効)までに観光協会へ。
- 他 ・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」を今年も開催します。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24日(土)・25日(日)10:00~15:00(予定)
- 場 市内各所
- 内 ご要望をお聞きしたうえで、お手伝いの内容を相談します。
- 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
北本市観光協会
KITAMOTO TOURISM ASSOCIATION H P http://www.machikan.com/

今月の新刊本<中央図書館>

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

一般書・読み物

- ☐荒海を渡る鉄の舟
鳥羽 亮(双葉社)
- ☐火定
澤田 瞳子(PHP研究所)
- ☐カネと共に去りぬ
久坂部 羊(新潮社)
- ☐構造素子
樋口 恭介(早川書房)
- ☐秀吉の活
木下 昌輝(幻冬舎)



☐龍の右目 伊達成実伝
吉川 永青
(角川春樹事務所)

一般書・ノンフィクション

- ☐焼き鳥の丸かじり
東海林 さだお(朝日新聞出版)
- ☐イタリアの地方菓子とパン
須山 雄子(世界文化社)
- ☐運慶のまなざし
金子 啓明(岩波書店)
- ☐撮ってはいけない
飯野 たから(自由国民社)
- ☐超訳「言志四録」
濱田 浩一郎(すばる舎)



☐怖い浮世絵
白野原 健司
(青幻舎)



高齢年金受給者に
1月中に源泉徴収票を送付

平成29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。

- ☎0570-05-1165[ナビダイヤル]
 - ☎03-6700-1165[050への電話]
 - 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8日(月・祝)
 - ・総合福祉センター
- 1月15日(月)
 - ・中央図書館
- 1月15日(月)・29日(月)
 - ・中央公民館
- 1月22日(月)
 - ・地区公民館
 - ・勤労福祉センター
 - ・コミュニティセンター
 - ・学習センター
 - ・体育センター
 - ・野外活動センター
 - ・健康増進センター
 - ・総合公園
 - ・子供公園

介護保険料を
支払っている人の税控除

◆介護保険料の社会保険料控除
平成29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。

普通徴収の場合
次のどちらかの人が控除を受けられます。

- ①被保険者本人
- ②生計を一にする配偶者、その他の親族で納めた人

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(年金から天引き)の場合被保険者本人が社会保険料控除を受けることができます。
※控除額は年金の源泉徴収票に記載されています。

☎高齢介護課介護係(☎594-5540)

第17回議会報告会

- 時 1月20日(土)10:00～12:00
- 場 市役所3階会議室3-E・F
- 第1部 平成29年第4回定例会での各常任委員会の審査概要等
- 第2部 意見交換会
- ☎議会事務局(☎594-5560)



(広告)

要介護認定を
受けている人の税控除

所得税の確定申告等の際、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]^{※1}

- ☎平成29年12月31日現在、
- ・65歳以上
- ・要介護1～5の認定を受けている(認定有効期間内に12月31日が含まれること)

◆おむつ代の医療費控除

- 1年目
[おむつ使用証明書](医師発行)
 - 2年目～
[主治医意見書の記載内容確認書]^{※2}
- ※意見書中に尿失禁の記載がない時は、おむつ使用証明書が必要。

☎※1・2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、代理人選任届が必要です。代理人選任届は、高齢介護課にあります。

☎高齢介護課介護係(☎594-5540)



(広告)

貴重な文化財を守ろう！
～地元消防団と協力、消防訓練～

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。ぜひご覧ください。

- 時 1月26日(金)9:30から
- 場 宮内氷川神社(宮内4-136)
- ☎北本消防署管理指導課(☎592-5005)
- 文化財保護課(☎594-5566)



昨年の様子：真福寺

保育園などに入れない場合、
2歳まで育児休業取得が可能に！

平成29年10月1日から、改正育児・介護休業法がスタートしました。

これに伴い、1歳6か月以後も保育園に入れないなどの場合に、育児休業期間を最長2歳まで再延長できるようになりました。

詳しくは下記へお問い合わせください。

☎埼玉労働局雇用環境・均等室(☎048-600-6210)



交通事故被害者のご家族への援護金

埼玉県交通安全対策協議会では、埼玉県内に在住する交通遺児等を対象に援護金を給付しています。

給付対象の子どもの人数	同居世帯の総所得額
1人	274万円以下
2人	312万円以下
3人	350万円以下
4人	388万円以下
5人以上	426万円以下

「交通遺児等」とは、交通事故(陸海空全ての交通機関の運行により生じた事故)により死亡または重い障害を負った保護者に養育されている平成11年4月2日以降に生まれた乳幼児ならびに児童・生徒

- 給付額 子ども1人につき年額10万円
- 給付時期 平成30年5月上旬(4月末までに「給付決定通知書」を送付)
- 申請書 市町村、学校等で配布
- 提出期限 平成30年1月末日
- 提出先 みずほ信託銀行浦和支店に郵送または持参
- 住所：さいたま市浦和区高砂2-6-18(☎048-822-0191)
- 問合せ 埼玉県県民生活部防犯・交通安全課(☎048-830-2958)

(広告)

お知らせ

平成30年度
就学援助の申請の受付

市では、経済的事情により教育の機会が失われないように、市内の公立学校にかかる費用の一部を援助しています。

☎新入学児童のいる家庭、または在学する児童生徒がいる家庭で、経済的な理由で就学が困難な場合

- ☎学用品費
- ・通学用品費
- ・修学旅行費
- ・医療費
- ・学校給食費 等

☎2月1日(木)から

☎①②で受け付けます。

- ①学校教育課学事担当(☎594-5563)
- ②在学する学校



寄付金ありがとうございました

- ・北本カラオケ連合会様より 3万円
 - ・上尾明るい社会づくりの会様より 2万5,000円
- 寄付金は、寄付者のご意向に基づき大切に活用させていただきます。

(広告)

北本の葬儀・家族葬ホール

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

年中無休 安心の24時間対応 深夜のお迎えもご安心ください

フリーダイヤル **0120-16-5940**

北本市・桶川市・鴻巣市の家族葬 セレモホール北本

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」

単なるコース料金ではなく…
全部でいくら?の声にお応えして

誕生
オールインワン定額プラン
46万円

ご葬儀に必要なものを全て含みます。

ホームページからお見積り依頼が可能です!
北本市ホームページの
「バナー広告をクリック!」

※送礼品、お料理、ご供花は含まれておりません。必要に応じて承ります

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

平成29年度危険物取扱者試験(第7・8回)

消防法で定められる数量以上の危険物(ガソリン・灯油・重油等)を貯蔵し、または取り扱う人は、危険物取扱者免状が必要です。
※電子申請もできます。

日時	場所
3月4日(日)	東京国際大学(川越市)
3月11日(日)	立正大学(熊谷市)

種類 全種類
 受付期間(書面申請) 1月18日(木)~30日(火・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)
 試験のための準備講習会 北本消防署までお問い合わせ。



写真左から

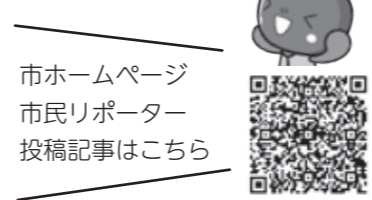
- ◎佐藤正子さん 地域のお祭りや市のセミナーなど、北本情報オールラウンダー!
- ◎山北陽子さん 1万歩運動、七福神めぐり…健康とグルメの「北本ぶらり旅」マスター!
- ◎小宮山菜津美さん 公園や公民館のイベントなど、子どものお出かけ情報はお任せ!
- ◎大嶋佐知さん 「お盆」や「マンホール」など、「北本ならでは」を発見する名人!
- ☎秘書広報課広報広聴係(☎594-5505)

市民リポーターの活躍をご覧ください!

市では、市内のイベントや身近なまちの話題等取材してくれる人を「北本市市民リポーター」として委嘱しています。現在、4人のリポーターが活躍しています。

リポーターは名札を着用しますので、イベントなどで見かけた際には、ご理解ご協力をよろしくお願いします!

4人の活躍は市ホームページに掲載しています。また、今月号の25ページに佐藤さんのレポートを掲載しています。



市ホームページ
市民リポーター
投稿記事はこちら

鴻巣行田北本環境資源組合からのお知らせ

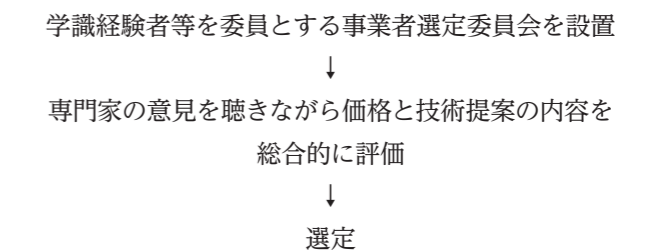
鴻巣行田北本環境資源組合では、各ごみ処理施設の老朽化に伴い新たなごみ処理施設の整備を進めています。昨年の9月には、「新ごみ処理施設整備及び運営事業に係る事業者選定アドバイザー業務」の委託契約を結び、新施設の整備および運営事業者選定に向けて準備を進めています。

建設地	鴻巣市郷地・安養寺地区
稼働	平成35年度中を予定
新たに整備する施設	① 熱回収施設(可燃ごみ処理施設) ② 不燃・粗大ごみ処理施設 ③ プラスチック資源化施設 ④ スtockヤード ⑤ 余熱利用施設 (具体的機能・事業方式は今後検討)

新施設の事業方式

整備と運営を一括発注・契約する方式(DBO方式)です。DBO方式は、民間事業者の創意工夫やノウハウを活かすことができ、経済性にも優れるとの検討結果を得ています。

新施設の整備および運営事業者選定までの流れ



☎鴻巣行田北本環境資源組合計画建設課(☎501-6708)

市内小・中学校給食用物資納入者参加申請の受付

市教育委員会では、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30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、申請書に必要書類を添えて、納入希望先(各小中学校)へ提出してください。

- ☎1月31日(水)まで
- ☎北本市学校給食運営委員会事務局(教育総務課☎594-5561)



お詫びと訂正

広報きたもと12月号掲載の下記の記事につきまして、一部誤りがありましたので、お詫びして訂正いたします。

- 17ページ 「年末・年始当番歯科医」
1月2日(火)
中村デンタルクリニック(誤)596-4118 (正)598-4118
- 特集③ページ「北向き地蔵」
(誤)享保14(1851)年 (正)享保14(1729)年

北本市計画地区計画および生産緑地地区の変更に関する案の縦覧

市では、地名地番変更等に伴う北本市計画の地区計画名称等の変更、および制限解除となった生産緑地地区の変更を進めています。

これらの変更に伴い、次のとおり案の縦覧を行います。

- 変更する都市計画
 - ①北本市計画地区計画
 - ・下石戸一丁目・緑三丁目地区
 - ・下石戸一丁目地区
 - ・緑四丁目・下石戸五丁目地区
 - ・緑一丁目・本町四丁目地区
 - ・中丸九丁目工業ゾーン
 - ②北本市計画生産緑地地区

○都市計画の案の縦覧期間 1月9日(火)~23日(火) (平日8:30~17:15)

○案の縦覧場所 都市計画課、市ホームページ

○意見書の提出 市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23日(火・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。

☎都市計画課都市計画担当(☎594-5546)



お知らせ

高齢者世帯住宅住み替え家賃助成制度

賃貸家屋に居住し、取り壊し等により転居を求められた世帯、または3階以上に居住する世帯が2階、1階に転居した世帯で家賃が上昇した場合に差額を助成します。

世帯	助成の上限(月額)
単身	1万5,000円
その他	2万円

☎市内に引き続き2年以上居住し、生計中心者の前年度分の市民税所得割が非課税世帯で次のいずれかに該当する世帯

- ①65歳以上の単身世帯
- ②65歳以上の人を含む60歳以上の人で構成される世帯

☎☎高齢介護課高齢者福祉係(☎594-5539)

きたもと朝市

新鮮な野菜や北本の名物・名品などが販売されます。

☎1月19日(金)9:00~13:00

☎北本市役所みどりの広場前通路

☎次回開催予定2月16日(金)

☎きたもと朝市出店者の会事務局(北本市観光協会☎591-1473)



(広告)

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

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 辻本 恵太/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)
さいたま市大宮区宮町二丁目10番 シンティ大宮ビル5階

(広告)

静かな空間。安心価格。

24時間365日「もしも」の時にまずはご連絡下さい

葬儀社 プラザオオノ

0120-33-7475

北本の葬儀・家族葬のことなら

24時間365日「もしも」の時にまずはご連絡下さい

☎0120-33-7475

お知らせ

総合公園、市内無料体育施設をご利用ください

○総合公園(有料)

受付開始
利用日の3か月前の8:00から、総合公園窓口にて
主な施設
野球場、多目的広場、テニスコート
※子供割引あり

○市内無料体育施設(無料)

受付開始
利用日の3か月前の8:00から、総合公園窓口にて(子供公園は9:00から)
主な施設

施設名	利用種目
中丸スポーツ広場	①③⑤⑥
深井スポーツ広場	①②③⑥⑦
宮内スポーツ広場	④⑥⑦
高尾スポーツ広場	⑤ (A/B面)
天神下公園	①②③⑥(A/B面)
北本宿緑地公園	⑥⑦

- ①少年野球
- ②軟式野球
- ③ソフトボール
- ④少女ソフトボール(小学生以下)
- ⑤サッカー
- ⑥グラウンドゴルフ
- ⑦ゲートボール



☑総合公園(☎592-4050)
子供公園(☎591-4703)

募集

総合公園、子供公園の臨時職員

募集職種	勤務時間(シフト制)
売店販売	10:00~16:30 土日祝の1日程度 (学校休暇中は平日勤務あり)
現場作業	7:30・8:00~17:00 土日祝を含む週3日程度

人数 若干名
給与 時給905円~1,000円
対象 公園管理業務に関心がある人※要普通自動車免許
勤務 平成30年3月頃から開始
選考 書類、面接
申込み 1月28日(日)までに希望職種を明記のうえ、写真付きの履歴書を郵送または持参。

☑総合公園指定管理者
(〒364-0003古市場1-167・☎592-4050)

パブリック・コメント

次の計画案等について、市民の皆さんから意見を募集します。計画案等は、市ホームページ、担当課および市政情報コーナーで閲覧できます。

- ①北本市公共下水道事業経営戦略
- ②第二次北本市地域福祉計画・地域福祉活動計画
- ③北本市国民健康保険データヘルス計画
- ④北本市市民公益活動推進計画

公表期間

- ①② 1月5日(金)~2月5日(月)
- ③④ 1月15日(月)~2月14日(水)

提出方法

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、次の方法により各担当課へ提出してください。

- (1) 郵送(〒364-8633住所記載不要)
- (2) FAX(①592-4925 ②③593-2862 ④592-5997)
- (3) 直接窓口(書面による提出)
- (4) Eメール(市ホームページからの投稿)

問合せ

- ①下水道課業務担当(☎594-5555)
- ②福祉課地域福祉・監査担当(☎594-5534)
- ③保険年金課国民健康保険担当(☎594-5575)
- ④くらし安全課市民協働担当(☎594-5521)

パブリック・コメントとは、市の重要な計画等を策定する場合など、事前に素案を公表し、それに対する意見をいただき、その意見を考慮した上で最終的な意思決定を行うおとすものです。



(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。

(広告)

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
第六回
2月 和のこころと出会う三日間
17日(土)・18日(日)・19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

北本市コミュニティ協議会の職員(一般職員)

職種 一般職員
内容 窓口の受付業務および地域コミュニティ委員会の活動支援事務等

場所 地区公民館等
人数 若干名
勤務 平成30年2月1日から開始
対象 コミュニティ活動に関心があり、パソコン(エクセル・ワード)の操作ができる人

日数 月13日(土・日曜日、祝日を含む)

給与 時給880円
選考 書類、面接
申込み 1月4日(木)~19日(金)の17:00まで(平日のみ受付)に写真付きの履歴書(志望動機を明記)を下記へ郵送または持参。

☑(一社)北本市コミュニティ協議会事務局(☎592-7700)
募集要項は、1月4日(木)から同事務局窓口で配布。

昨年は、公民館サマーフェスタ、地域コミュニティ合同展示会などを開催し地域を盛り上げました。コミュニティの輪を広げるサポートと一緒にしませんか?



花結会サポーター(ボランティア)

主に「きたもとオープンガーデン」開催期間中のバスツアーのお手伝いや、花の苗販売等のサポートができる人を募集します。

人数 5人
☑3月30日(金)までに下記へ電話(藤田☎080-2064-0585)産業振興課商工労政・観光担当(☎594-5530)
※サポーター登録(無料)を行います。登録後は「花結会」が開催する講習会や視察旅行に参加できます。



北本市ファミリー・サポート・センターの会員

子育ての手助けをしてほしい・手助けをしたい人の双方が会員登録をし、育児の相互援助をしています。登録会を下記日程で行います。

☑会場 1月14日(日)・22日(月)児童館
1月20日(土)南部公民館
1月27日(土)北部公民館
各日とも10:30までにお越しください(所要時間1時間程度)
☑証明写真(縦3cm×横2.5cm)2枚
☑北本市ファミリー・サポート・センター(☎592-9965)
※平日10:00~18:00

(広告)

新年度4月入会に向けての無料体験会を行います!!
お気軽にお問い合わせ下さい!!

ASCC 検索 ASCCで検索!!

※スポーツ系の教室は入会登録料・スポーツ保険料が必要です。詳細はホームページにて。

◆ASCC教室のご案内◆

水泳	3歳~小学生	月・木・土
体操	年中~小学生	月・金
HIP HOP	3歳~大人	火・木・金
テニス	大人	金・日
バドミントン	小3~小6・大人	木・金
新体操	年中~小学生	木
サッカー	年長~小学生	土
そろばん	年長~大人	水・金

2018 謹賀新年

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 ☎ ascc@ascc.jp 月・火・木・金 10時~17時 HPはこちらから→ TEL 048-594-6000

イベント

第8回陶でひな人形・絵皿づくり

時 1月14日(日)・28日(日)
9:00~12:00(全2回)
場 野外活動センター
対 小学5年生以上
(小学生は保護者同伴)
定 20人(要予約)
費 2,000円/1対・1枚
持 汚れても良い服、タオル
☑野外活動センター(☎593-0008)



囲碁教室(初級)

時 1月20日~2月17日の毎週土曜日
9:30~11:30(全5回)
場 野外活動センター
対 小学3年生以上
(小学生は保護者同伴)
定 15人(要予約)
費 無料
持 飲料水、タオル
☑野外活動センター(☎593-0008)



イベント

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

「広げよう！笑顔の輪」をテーマに第7回フォーラムを開催します。ともに楽しみ、考え、理解する時間を過ごしてみませんか。

時 2月6日(火)13:00~16:00

場 北本市文化センターホール

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 入場無料

問 鴻巣北本地域自立支援協議会フォーラム実行委員会(鴻巣職業訓練センター 櫻井☎577-5592)

きこの栽培教室

時 2月17日(土)13:00~16:00

内 講習と原木への植菌作業(椎茸2本・平茸2本の植菌したホダ木は持ち帰り可)

講 橋本きのこ園

定 30人(定員になり次第締め切り)

費 2,000円(申込時持参)

申 1月13日(土)9:30から下記窓口へ。9:30に定員を超えた場合は、その場で抽選。

場 問 総合公園(592-4050)



認知症の人の家族の集い

時 1月26日(金)10:00~11:30

※毎月第4金曜日に開催

場 総合福祉センター

費 無料

申 不要

問 北本市地域包括支援センター

東センター(☎591-0211)

西センター(☎591-3495)

南センター(☎598-7003)

きたもと寿苑(☎590-1000)

植木剪定講習会

時 2月20日(火)9:30~16:00

21日(水)9:00~16:00

※2日間

場 中丸公民館ほか

内 造園の技術や知識の習得を図り、シルバー人材センターでの就業を支援するための講習

対 市内在住の60歳以上の人

定 20人 費 無料 持 筆記用具

申 1月24日(水・必着)までに、はがきまたはFAX(以下を明記)「植木剪定講習希望」

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

宛先 北本市シルバー人材センター(〒364-0013中丸10-55)

問(公社)北本市シルバー人材センター(☎592-4300・FAX593-2759)



(広告)

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ます。



また、専門医等を配置した認知症専門相談窓口も開設しています。

時 場 いずれも10:00~12:00

1月10日(水)勤労福祉センター

1月11日(木)コミュニティセンター

1月12日(金)中丸公民館

◎1月16日(火)学習センター

1月17日(水)北部公民館

1月18日(木)東部公民館

1月19日(金)南部公民館

1月23日(火)西部公民館

1月24日(水)勤労福祉センター

1月25日(木)コミュニティセンター

◎1月26日(金)中丸公民館

1月30日(火)学習センター

◎1月31日(水)北部公民館

2月1日(木)東部公民館

2月2日(金)南部公民館

◎2月6日(火)西部公民館

◎2月7日(水)勤労福祉センター

※◎は専門医等の相談窓口開設日

費 無料

申 不要

問 北本市地域包括支援センター

東センター (☎591-0211)

西センター (☎591-3495)

南センター (☎598-7003)

きたもと寿苑(☎590-1000)

第33回本町西高尾コミュニティ文化のつどい

時 「作品展示」の部

1月27日(土)13:00~17:00

28日(日)9:30~15:45

「ステージ発表」の部

1月28日(日)10:30~16:00

(抽選会16:00から)

場 文化センター

内 「作品展示」の部

書道・手芸・絵画・俳画・ステンドグラス・パッチワークなど

「ステージ発表」の部

カラオケ・舞踊・民謡・楽器演奏・フラダンス・よさこいなど

問 コミュニティセンター

(☎591-8420)



子どもビデオシアター

時 1月27日(土)

9:45開場、10:00上映

場 学習センター

内 ・ASTROBOY鉄腕アトム

・がんばれスイミー

(上映時間50分)

定 90人 費 無料 申 不要

問 学習センター(☎592-3325)

健康講座「漢方と健康」セミナー

時 2月7日(水)・21日(水)

9:30~11:30(全2回)

(2日間とも参加できる人優先)

場 コミュニティセンター

内 1日目 「冷え症の漢方」

2日目 「身近な生薬」

講 加賀谷 元さん

対 市内在住、在勤の人

定 30人(先着順)

費 無料

持 筆記用具

申 1月10日(水)9:00から下記窓口へ。9:00に定員を超えた場合は抽選。

問 コミュニティセンター

(☎591-8420)



チョコ菓子づくり教室

時 2月10日(土)9:00~12:00

場 中丸公民館

対 小学生3~6年生

定 20人

費 300円(申込時持参)

申 1月13日(土)から受付。

9:00~17:00に下記窓口へ

問 中丸公民館(☎593-1010)



(広告)

パソコン講座

時 「Word」の部

1月18日(木)・25日(木)

「Excel」の部

2月1日(木)・8日(木)

(各日とも9:00~12:00)

場 西部公民館

内 Word・Excelの基礎

簡単な文章・表作成

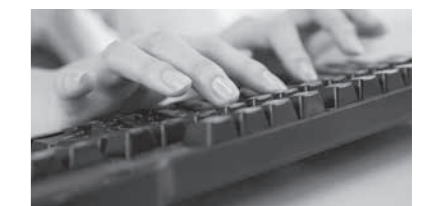
対 市内在住、在勤の人

定 10人 費 無料

持 パソコン持込み可

申 1月11日(木)9:00から下記窓口へ。9:00に定員を超えた場合は抽選。

問 西部公民館(☎591-0410)



親子たこあげ大会

時 1月14日(日)10:00~11:30

(9:30受付) ※雨天中止

場 北本水辺プラザ公園

費 無料

持 たこ(手作りや市販のもの)

他 小学生以下は保護者同伴

申 当日直接会場へ

問 西部公民館(☎591-0410)



安心・安全な国産豊表推奨店

熊本産たまたま証明書 熊本県はい草の生産日本一

ついてます!

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。

©2010熊本県くまモン#K26719



大切な電気類に困ったら、ご相談を。

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

※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もあります。

※作業は、ご相談後に実施します。※作業内容等によっては、別途させていただきます。

まつ 松店

TEL 080-7694-6622

受付時間等 土曜日のみ 9:00~17:00まで

〒364-0026 北本市荒井1丁目165

低体温はあぶない 温活で免疫力up

倅せになりたい 陶板浴 ころ

桶川市上日出谷 750-20 048-729-6062
営業時間 朝9時~夜9時まで 年中無休
http://tobanyoku-kokoro.wixsite.com/mysite



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 指定会場
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

文化センター

場 岡中央公民館 (☎591-7321)

きたもと新春花形寄席

初笑いは北本で!

時 1月14日(日)

13:00~16:00

定710人

出演 柳家わさび、三増紋之助 ほか

注目の若手落語家を出演させてきた「ロビー寄席きたもと さくら亭」。お正月はこれまでの出演者を中心に選りすぐりが大集合。ロビーでは地元の獅子舞も登場します。

費全席自由 1,500円

申中央公民館窓口で入場券販売中。



東京ヴィジュアルディ合奏団 Presents ~渡辺えり「薔薇色の人生」~

時 3月18日(日)14:00~16:00 定710人

出演 東京ヴィジュアルディ合奏団、渡辺えり

東京ヴィジュアルディ合奏団に、女優の渡辺えりが絡みます。弦楽合奏に彼女のシャンソンやタンゴが加わり、楽しい春の1日を彩ります。

費全席指定

一般 4,000円

65歳以上・中学生以下 3,800円

申 1月14日(日)10:00から中央公民館窓口へ。



プラネタリウム

費大人200円、中学生以下100円

時 1月3日(水)~8日(月・祝)と、土・日曜日

内 プラネマイスター(解説員)の生解説と子どもから大人まで楽しめる4番組 定各70人

●今月のおすすめ 子ども星ものがたりシアター

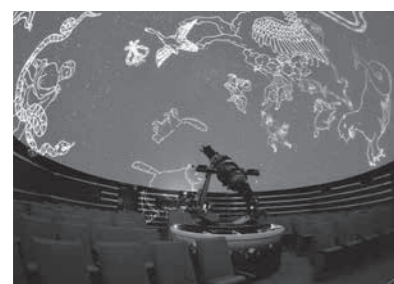
時 1月14日(日)13:30~14:10

内 動物たちがあつまる森の天文台

●平日におためし版を無料投影 11:30(幼児向け)、14:30、15:30 投影のお休み等、詳細は中央公民館窓口または文化センターホームページでご確認ください。

【天文プチ情報】

1月31日(水)は、日本全国で皆既月食が見られます。いつもと少し違う輝きの月をお楽しみください。



リコーダーアンサンブル教室

時 1月13日(土)14:00~16:00

2月4日(日)10:00~12:00

2月25日(日)10:00~12:00

対 大人から子どもまで、どなたでもご参加ください。

定25人(定員になり次第締め切り)

費2,500円(2回分)

他楽器の貸出可

申中央公民館窓口で受付中



トランプサイズの油絵講座 受講者作品展

時 2月6日(火)~10日(土)

10:00~17:00

6日は13:00から、10日は13:00まで

費無料



第367回子ども劇場

時 1月20日(土)14:00~15:00

出演 人形劇団プラナリア

内 パネルシアター

「ドロロン・ポン太くん」、人形劇「クララおばあちゃんのネズミたいじ」ほか

定80人

費無料

申入場整理券を中央公民館、各公民館等で配布。

パソコン講座

定16人

申 1月15日(月)までに中央公民館窓口へ。申し込みが少ない場合、講座の中止あり。

☆初めてのパソコン

時 1月18日(木)・19日(金)・

25日(木)・26日(金)

9:30~11:30

費7,000円

(4回受講料+テキスト代)

☆基礎から始めるExcel

時 同日13:30~16:30

費9,000円

(4回受講料+テキスト代)

中央図書館 1月企画展示「帯貸し」

タイトルも、著者も、表紙の絵も隠した謎の本。

カウンターで貸出をするまで本の中を見ることはできません。

一体どんな内容なのか?

ヒントはその本に付けられた「帯」と、ちょっとした「ヒント」だけ。本との新しい出会い方です。

場 中央図書館 (☎592-0795)



ときめき☆サロンⅣ

●事前申込みありイベント

時 2月21日(水)9:30~11:30

内 自分みがきをしよう ハンドマッサージ

対 定大人10人

費1,500円(申込時持参)

申 1月10日(水)9:00から下記窓口へ。定員になり次第締め切り。

●事前申込み不要イベント

時 3月7日(水)9:30~11:30

内 社交ダンス 簡単ステップを楽しみましょう

対 大人

費無料

場 岡東部公民館 (☎591-2695)

子ども映画館

時 1月13日(土)10:00から上映

内 ・ロビンフッドの冒険 ・ブレーメンのおんがくたい ・ねむれる森の美女(計30分) 宝島文庫によるお話(20分)

定20人

費無料

場 岡東部公民館

(☎591-2695)



A・T・G(明るく・楽しく・元気よく) 講座 第2弾「ちりめん細工講座」

時 1月31日(水)9:30~11:30

場 勤労福祉センター

内 ちりめん細工でひな人形を作成します。

対 市内在住、在勤の人

定20人

費1,000円(材料費)

持 ・裁縫セット

・正規

・木工ボンド

・手拭い

申 1月15日(月)9:00から下記窓口へ。9:00に定員を超えた場合は抽選。

場 勤労福祉センター

(☎591-8550)



A・T・G(明るく・楽しく・元気よく) 講座 第3弾「終活講座」

時 2月23日(金)9:30~11:30

場 勤労福祉センター

内 人生の扉を閉めるまでの準備を学びます。

対 市内在住、在勤の人

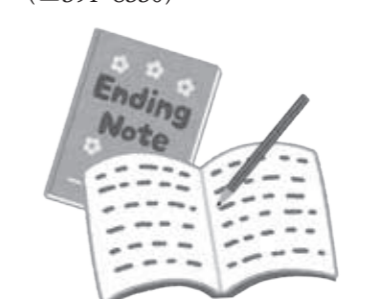
定30人

費無料

申 2月5日(月)9:00から下記窓口へ。9:00に定員を超えた場合は抽選。

場 勤労福祉センター

(☎591-8550)



羊毛アートでつくる「お雛さま」

時 1月28日(日)9:30~11:30

場 南部公民館

内 草木染の羊毛を使って、優しい色合いの「お雛さま」をつくります。

講 優舎ゆみさん

対 市内在住、在勤の人

定20人

費1,000円(材料費)

他 道具の貸出あり

申 1月13日(土)9:00から下記窓口へ。9:00に定員を超えた場合は抽選。

場 南部公民館 (☎592-2458)



はじめての吹矢教室

時 2月1日~22日の毎週木曜日 9:30~11:30(全4回)

場 南部公民館

内 腹式呼吸で健康になろう! 健康づくり・仲間づくりを目的とした初心者向け吹矢教室

講 矢部信夫さんほか

対 市内在住、在勤の人

定25人

費200円(4回分参加費)

持 タオル、飲み物

申 1月11日(木)9:00から下記窓口へ。9:00に定員を超えた場合は抽選。

場 南部公民館 (☎592-2458)



イベント

応急手当講習(普通救命講習Ⅰ)

- 時 2月17日(土)9:00~12:00 (8:45受付)
※WEB講習受講者は10:00~12:00(9:45受付)
- 場 埼玉県中央広域消防本部 (鴻巣市箕田1638番地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(申込順)
※定員になり次第締め切り
- 費 無料
- 持 筆記用具
※WEB講習受講者は、当消防本部発行の受講証明書
- 他 インターネットでWEB講習可。
受講者は、受講証明書提示で救命講習1時間免除。
- 申 1月15日(月)~2月10日(土)に、下記へ電話または直接。
- 問 鴻巣消防署鴻巣西分署 (鴻巣市滝馬室1139番地1・☎544-0119)



スポーツ

ノルディックウォーキング体験教室

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

時 2月17日(土)9:30~12:00 (9:10受付)

場 体育センター

対 市内在住、在勤の中学生以上の人

定 60人

費 無料

持 運動のできる服、室内用シューズ、飲み物、タオル

申 2月13日(火)までにスポーツ健康課(☎594-5568)へ電話。

問 北本市スポーツ推進委員連絡協議会(飯塚☎080-5542-0480)



山北さん撮影



市民リポーター山北さんの体験記事をチェック!

(広告)

20周年記念 平成29年度市長杯争奪大会 兼第18回北本市市民ミニテニス大会

- 時 3月4日(日)
8:45受付、9:30開会式
10:00試合開始
18:00終了予定
- 場 体育センター
- 内 競技部門
女性ペアの部
①55歳未満
②55歳以上
③65歳以上
混合ペアの部
④50歳未満
⑤50歳代
⑥60歳代
⑦70歳以上
※3月4日現在満年齢を基準。
- 対 16歳以上のミニテニス愛好者
- 費 一人1,000円 (賞品代、保険代、諸経費)
※申込締切日以降のキャンセルは参加費をお支払いください。
- 他 ・昼食は各自で用意
・市長杯は市民による争奪戦
・組合せ抽選会を2月3日(土)14:00から体育センターで開催。
- 申 1月27日(土・必着)までに郵送またはFAX。用紙はスポーツ健康課にあります。
宛先(山崎宛)
郵送 〒364-0005本宿6-68
FAX 591-7153
- 問 北本市ミニテニス協会 (山崎☎591-7153)



第18回市長杯争奪ソフトバレーボール大会

- 時 1月28日(日)
9:15受付、9:40開会式
- 場 体育センター
- 内 競技部門
・女子の部(18歳以上の女子)
・混合の部(18歳以上の男女)
・小学生の部(男女問わず)
・ファミリーの部(大人、子どもとも2人以上)
- 対 市内在住、在勤の人で構成しているチーム(1チーム8人以内)。混合の部は男女各4人以内、または連盟が認めた市外のチーム
- 費 1チーム2,000円 (連盟登録チームは1,000円)
- 他 ・審判講習会を1月13日(土)19:00~21:30に南部公民館で開催。
・大会に参加するチームは必ずスポーツ保険に加入すること。
- 申 1月5日(金)~20日(土)に、体育センター受付にある用紙に記入し、体育センター窓口へ。
- 問 北本市ソフトバレーボール連盟 (松本☎090-2221-4698)



第45回ジュニアスキー教室

- 時 2月24日(土)~25日(日)の1泊2日
- 場 群馬県水上宝台樹スキー場(ロッジ樹林泊)
- 対 市内在住の小学3年生~中学3年生
- 定 30人(申込順)
- 費 2万1,500円 (交通費、宿泊費、リフト代等)
※初日の昼食は弁当持参。
※貸しスキー、ウェアは2日間で各3,000円。
- 申 1月14日(日)の9:00~10:00に文化センターへ直接。(印鑑と参加費等を持参)
※申込書は文化センター、スポーツ健康課にあり
※15日(月)以降はスポーツ健康課へ(参加費等は振込み)。
- 問 北本市スキー連盟 (岩佐☎090-8743-1673)



2月4日(日)開催、第85回埼玉県駅伝競走大会による交通規制

大会のコースとなる市内の中山道は**9:00頃~10:00頃の間**、選手通過に合わせて交通規制が実施されます。周辺道路の混雑が予想されますので、ご理解・ご協力をお願いします。

コース
男子：さいたま新都心駅前→熊谷スポーツ文化公園

問 埼玉県駅伝競走大会実行委員会事務局(☎048-830-6953)



(広告)

北里大学メディカルセンター(KMC) お問い合わせ 事務総務課 ☎048-593-1212(代表)

2月の市民講座

日時 2月17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 **子どもの病気・予防と看護 ~急な病気やけがに備えよう!~**

講師 小児救急看護認定看護師 **川村 順子** (かわむら じゆんこ)

※1月の市民講座は調整中です。 後援：北本市、鴻巣市、桶川市、各市老人クラブ連合会

参加費無料 申込み不要 駐車場無料

<交通>
北本駅西口発
「北里大学メディカルセンター」行き10分
桶川駅西口発
「北里大学メディカルセンター」行き15分

※人間ドックのご予約・ご相談を随時受け付けております。(健康管理センター)

便利屋トータルサービス鴻巣店

- 庭木の手入れ・伐採
- 不要品片づけ作業
- 住まいの修理
- ハウスクリーニング
- 網戸・障子・襖
- 引越・荷物運び
- ペットの散歩・食事
- 家具移動組立・各種解体

まずはお気軽にお電話ください。(6:00~23:00)

TEL0120(505)806 鴻巣市原馬室422-6
ケータイ080(5058)2635 (担当 くぼた)

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、詳細は市ホームページをご覧ください。

問 秘書広報課広報広聴係(☎594-5505)

母子保健事業のご案内



事業名	内容・対象者	日時	場所	その他
乳児健診	内 心臓病や股関節の異常等の早期発見、運動発達の検査等 対 平成29年9月生	東側 1月25日(木) 13:20～14:10	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査票 申 対象児以外は、健康づくり課へ。
		西側 1月26日(金)	母子健康センター	
離乳食の調理講習	内 離乳初期食の試食および説明 対 生後4か月～6か月児のいる母親	1月25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26日(金)	母子健康センター	
1歳6か月児健診	内 内科健診、歯科健診等 対 平成28年6月生	東側 1月15日(月) 13:20～14:10	保健センター	持 母子健康手帳、健康診査票 現在使用している歯ブラシ、タオル 申 対象児以外は、健康づくり課へ。
		西側 1月18日(木)	母子健康センター	
3歳児健診	内 内科健診、歯科健診、尿検査等 対 西側地区で平成26年11月・12月生	西側 1月24日(水) 13:20～14:10	母子健康センター	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	1月30日(火) 初め：13:20～13:50 2回目以降：13:50～14:20	文化センター	費 1回当たり1,404円 持 歯ブラシ、母子健康手帳、タオル 申 当日直接会場へ ※2回目以降は6か月以上間隔をあけてください。
9か月児育児相談	内 身長・体重測定、運動発達の観察、離乳完了期の栄養相談、育児の心配ごと相談等 対 平成29年4月生の乳児のいる母親または家族	東側 2月5日(月) 10:00～10:45	保健センター	持 母子健康手帳 9か月または10か月児健康相談票
		西側 2月6日(火)	母子健康センター	
乳幼児育児相談	内 身体の発育や運動発達、食事や排せつのしつけ、心配ごとの相談 対 0歳～3歳未満の子どものいる母親または家族で希望する人	2月5日(月) 13:30～14:30	保健センター	持 母子健康手帳
マタニティセミナー(前期)	内 妊娠中の栄養、赤ちゃんの保育について、歯の健康づくり 対 妊娠27週までの妊婦や家族で希望する人	1月19日(金) 10:00～15:00	母子健康センター	持 母子健康手帳 申 1月12日(金)までに健康づくり課へ直接または電話。
マタニティセミナー(後期)	内 出産の準備(呼吸法等)、赤ちゃんのお風呂の入れ方(実習) 対 妊娠28週以降の妊婦や家族で希望する人	1月31日(水) 13:30～16:00	保健センター	持 母子健康手帳 前期参加者は配付資料 申 1月24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。

男性のための生活習慣病予防料理教室

手軽にできるバランスの良い食事の作り方をお伝えします。

時 1月23日(火) 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(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。



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14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(木)～17日(水)に、健康づくり課(☎594-5544)へ電話または直接。

1月23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8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14日(水)	10:00～13:00	「“身体に良い食事”を体験しよう」(講義・試食)	管理栄養士
2月20日(火)	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。



健康豆知識 第64回

不整脈

心臓は胸の中央にあり全身に血液を循環させるポンプの働きをしています。1分間に60から80回規則正しく動きます。この動くリズムが乱れることを不整脈と言います。

不整脈で多いのは期外収縮というものです。無症状の人もあれば時々脈が抜ける、一瞬ドキッとするという症状が出ることもあります。睡眠不足やストレスがきっかけになることがあります。ほとんどの場合治療の必要性はありません。

脈が速くなる不整脈を頻脈と言います。動悸、息切れが起きます。脳の血液循環が悪くなり頭がぼーとすることもあります。たいてい飲み薬や注射で治ります。心室細動という悪性の不整脈では脳に血液が流れなくなり意識がなくなります。数分後には心臓が止まってしまうため急いで電気ショックを心臓に与えて不整脈を治します。街角に置いてあるAEDという機械はこのためのものです。

脈が遅くなる不整脈を徐脈と言います。1分間に脈が30回を切るような高度の徐脈では一瞬気絶することがあります。こういう時はペースメーカーという小さい機械を鎖骨近くの皮膚の下に植え込みます。これにより徐脈はなくなります。

最近多いのは心房細動という不整脈です。症状は強くなく動悸が起きる程度ですが、心臓の中に血液のかたまりである血栓ができてやすくなり、脳梗塞の危険性が増します。脳梗塞は麻痺や言語障害が起きる重い病気です。これを予防するため血液が固まらなくする薬を生服用する必要があります。近年心臓にカテーテルという管を入れてこの不整脈を治す治療が盛んに行われるようになりました。

以上述べたように不整脈はたくさんの種類があり治療が必要なのかどうか見極めなければなりません。動悸、息切れが起きたらお近くの先生に診てもらう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 (月・祝)	安里医院	内・小	542-2629
	川田谷クリニック(桶川市)	外・内・胃・皮・リハ	048-787-2531
	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022

1/14 (日)	まつざき整形リウマチクリニック	整・リウ・内	540-6463
	内田クリニック(伊奈町)	外・内・整	048-728-9296
1/21 (日)	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692
	北本心ノ診療所	心内・精	598-7573

1/28 (日)	埼玉県中央病院(桶川市)	内・外	048-776-0022
	金崎内科医院(伊奈町)	内・糖尿病内・小	048-728-8550
1/28 (日)	南福音診療所	内・小	591-7191
	おけがわ眼科(桶川市)	眼	048-783-4957
1/28 (日)	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
2/4 (日)	林田内科医院	内・小・循・消・リハ	592-7711
	栗原クリニック(桶川市)	内・循・小	048-786-2168
	伊奈病院(伊奈町)	内・外	048-721-3692

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

埼玉県救急医療情報センター

[24時間]

☎ #7119番

☎ 048-824-4199

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

歯科休日診療

診療時間 日曜日・祝日の9:30～12:30

利用方法 電話で確認をとり、保険証をお持ちください。

場所・問合せ 北足立歯科医師会口腔保健センター(☎596-0275) ※ JR北鴻巣駅徒歩3分。駐車場あり。

休日や夜間、お子さんの急な病気やけがのとき

埼玉県小児救急電話相談

家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が電話で相談に応じます。

電話番号 #7119番、#8000番

※ただし、IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線をご利用の場合は、048-824-4199、048-833-7911へおかけください。
相談時間 24時間365日

平日の夜間、お子さんが病気やけがのとき

小児初期救急医療体制

(桶川・北本・伊奈地区)

当番医療機関のお問い合わせは埼玉県東広域消防本部へ

☎ 597-3301(自動音声案内)

診療日 毎週月～土曜日(祝日、年末年始[12月29日～1月3日]を除く)

診療時間 20:00～22:00

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

診療内容 急患に対する応急処置

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

休日や夜間の急な病気やけがのとき

大人の救急電話相談

夜間の急な病気やけがに関して、相談員の看護師がアドバイスします。

電話番号 #7119番、#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 24時間365日

子育て中の親子のふれあいの場

～地域子育て支援拠点～

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



北本市子育て支援センター

スクラップブックング♡お子さんへの未来のプレゼント♡

- 時 1月30日(火)10:30～11:30(10:15開場)
- 講 クリエイティブメモリーズ公認 アルバムアドバイザー 佐藤和代さん
- 対 市内在住の0歳～1歳未満のお子さんと保護者
- 定 10組 持 写真6～7枚
- 申 1月16日(火)9:30から電話または窓口。

支援センターが中丸公民館に出張します!

- 時 1月31日(水) 10:30～ 和室にて自由あそび 11:10～11:25 ふれあいあそびと 親子わらべうたマッサージ
- 対 0歳～就学前のお子さんと保護者

手形2DAYS～手形を壁面に飾りましょう～

- 時 1月11日(木)・12日(金)9:30～15:30

1月のひろば 10:30～11:30

- ・くじら・ぺんぎんひろば 1月9日(火) (平成28年4月1日以前の生まれ)
- ・めだかひろば 1月17日(水) (平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ)
- ・ねんねひろば 1月24日(水) (平成29年4月2日以降の生まれ)

中丸保育園子育て支援センター

①ベビーマッサージ

- 時 1月16日(火)10:30から(10:00受付)
- 定 28組 持 バスタオル、オイル、飲み物

②親子ふれあい遊び

- 時 1月19日(金)10:30から(10:00受付)
- 定 18組 持 縄跳び、飲み物



①②共通

- 費 100円
- 講 ベビーマッサージケアインストラクター 佐々木圭子さん
- 他 ①②とも「アロマを使ったルームスプレー作り」があります。50ml程度入る空のスプレーボトル(あれば)をお持ちください。
- 申 電話にて受付。定員となり次第締め切り。

北本市北本駅子育て支援センター

「こどもの足と靴えらびについて」

- 時 1月18日(木)10:30～11:30(10:15開場)
- 対 市内在住の0歳～就学前のお子さんと保護者15組
- 講 (株)ムーンスター
- 申 1月9日(火)～11日(木)10:00～17:00に電話または窓口。応募多数の場合は抽選。

講習会「ベビーマッサージ」

- 時 1月25日(木)10:30～11:30(10:15開場)
- 対 市内在住で、首が据わり3～9か月の赤ちゃん とママ15組 講 古橋明代さん
- 持 赤ちゃん用のスキンケアオイルまたはローション、防水シート、バスタオル1枚、赤ちゃんの飲み物(母乳の場合は不要)
- 申 1月15日(月)～18日(木)10:00～17:00に電話または窓口。応募多数の場合は抽選。

1月のひろば 11:00～11:30

- ～手遊びや季節のリースを作ります～
- ねんねひろば(0歳児) 1月16日(火)
- よちよちひろば(1歳児) 1月23日(火)
- てくてくひろば(2～3歳児) 1月30日(火)

Coccoひろば

保育付講座「フェルトおもまごととケーキ作り」

- 時 1月23日(火)10:15～12:30(10:00受付)
- 対 未就園児の親子5組(要申込み・先着)
- 費 材料費:300円、保育料:一人500円(市内)・600円(市外)
- 持 ソーイングセット、保育に必要なもの
- 申 1月9日(火)10:00から電話または窓口。
- ・わいわいデー: 第2火曜日11:00～12:00 (集団遊び)1月は絵の具あそびです。
- ・ばぶばぶデー: 1月18日の木曜日(赤ちゃんの日)
- ・すくすくデー: 第2木曜日・第3土曜日10:00～14:45
- お子さんの成長の記録として手形(足形)を押してカードを作ります。身長・体重も測れます。

Coccoひろば

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

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) 場 中丸保育園内
- 対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

北本市子育て支援センター

- ☎590-7676
- 時 月～金曜日9:30～15:30(祝日を除く) 場 東保育所隣接
- 対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

北本市北本駅子育て支援センター

- ☎592-9961
- 時 月～金曜日9:00～17:00(祝日を除く) 場 北本駅西口ビル2階
- 対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

北本市児童館

- ☎598-7643
- 時 月～金曜日9:00～17:00(祝日を除く) 場 児童館2階(乳幼児室)
- 対 0歳～就学前のお子さんと保護者、妊娠中の人

児童館の催し

問 児童館(☎598-7643) ※詳細は児童館のホームページをご覧ください。



イベント	対象・定員	日時	場所	申込み
ハイハイひろば	0歳児と保護者10組(先着順)	1月11日(木)	集会室・会議室	当日10:00～受付で参加券配布
よちよちひろば	1歳児と保護者10組(先着順)	1月18日(木)		
とことこひろば	2・3歳児と保護者10組(先着順)	1月25日(木)		
お誕生会	1月生まれ0～3歳児と保護者10組(先着順)	1月16日(火)11:00～11:15	乳幼児室	
はかってみよう	乳幼児と保護者	1月15日(月)9:00～10:25 12:00～13:30	乳幼児室	申込み不要
今月の壁面製作		1月9日(火)10:45～11:30		
チャレンジ(フリスビー)	小学生	月・火・木・土15:00～17:00	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～6歳児(未就学児)	土15:00～17:00	体育遊戯室	
けん玉クラブ(希望者は検定実施)	4歳児～小学生15人(先着順)	1月13日(土)15:00～16:00	集会室・会議室	
	6歳以上15人(先着順)	1月21日(日)14:30～15:30	体育遊戯室	
2月事業予定				
栄養相談	乳幼児と保護者4組(先着順)	2月9日(金)9:00～11:00	乳幼児室・相談室	2月1日(木)10:00～受付電話可
育児講座(リトミック)	市内在住の乳幼児と保護者10組(先着順)	2月21日(水)10:30～11:30	集会室・会議室	

こども図書館の催し

問 こども図書館(☎598-7642) ※各回約30分です。



イベント	対象・定員	日時	内容
毎日の読みきかせ			
これよんで	赤ちゃん～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。すぎな時に、すぎな本を職員が読みきかせします。
毎月のおはなし会			
小学生のためのおはなし会	小学生～大人	2月4日(日)15:00～	ストーリーテリングや絵本の読みきかせなどを楽しむ会
1月のおはなし会～ゆきの世界～	0歳～大人	1月21日(日)15:00～	絵本の読みきかせ、紙芝居、簡単な工作など
えいごのうたとピクチャーカード	0歳～3歳	1月30日(火)11:30～	えいごのうたや絵カードで楽しくすごしましょう!
毎週のおはなし会			
わらべうたとよみきかせ	ちいさい子向け 保護者と一緒に	毎週水曜日 対 0・1歳 10:30～ 対 2・3歳 11:30～	わらべうたや手あそび、読みきかせなどを、親子でたのしみ会
おはなし会	ひとりで聞ける子 小学生もぜひ! 保護者もどうぞ	毎週金曜日 16:00～ 毎週土曜日 14:00～	ひとりで聞ける子向けの絵本の読みきかせ、紙芝居、パペットなど
1月の図書館			
新春かるたの会	0歳～大人	1月13日(土)11:30～	あいうえお46文字! 読み札を読むのに合わせて、楽しく絵札をとりましょう!
新春わらべうたの会		1月14日(日)11:30～	わらべうたやてあそびで楽しいひとときを!
新春百人一首を読む会	百人一首を 読んでみたい人	1月28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枚さしあげます!

各種相談案内

※相談日が祝日のときはお休みです。

相談日 1月8日～2月7日

相談名	日時	場所	問合せ
無料税務相談	1月9日(火) 10:00～12:00、13:00～15:00	市役所相談室 1-C(税務課前)	税務課市民税係 (☎594-5518)
市税等の夜間納税・相談	1月25日(木)・26日(金) 19:45まで	納税課納税係(☎594-5520)	
行政相談(国や県等への 要望や苦情についての相談)	1月24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	毎週月～金曜日 9:00～16:00		
消費生活相談・多重債務相談	毎週月～金曜日 10:00～12:00、13:00～16:00	消費生活センター(☎511-8800)	
人権相談	1月23日(火) 13:30～15:30	企画課人権推進・男女共同参画係 (☎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10日(水)・15日(月)・24日(水)、 2月7日(水) 10:00～16:00(1人50分)		
教育相談	毎週月～金曜日 9:00～17:00	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)		こども課子育て支援担当(☎594-5537)	
緑のなんでも相談	2月5日(月) 10:00～12:00	総合公園(☎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20日(土)・2月6日(火) 10:00～15:00(受付は14:30まで)		
ボランティア相談	1月19日(金) 13:30～15:30	市役所 (市民公益活動支援コーナー)	
	2月3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20日(土)・2月3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15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⑩

■賃貸住宅をめぐるトラブルに注意

進学・就職など新生活をスタートさせる季節を迎え、賃貸住宅を契約する人も多いためです。北本市消費生活センターに寄せられる相談の中にも、賃貸住宅の退去時における原状回復をめぐるトラブルが多く寄せられています。

「4年間入居した賃貸住宅を退去したところ、高額なハウスクリーニング費用を請求され、預けていた敷金が返金されないばかりか、高額な原状回復費用を請求された。きれいに掃除をして使用していたのに納得できない。すでに入居時は付いていたと思われる傷についても修理代を請求されている。」との相談がAさんから寄せられました。

国土交通省の「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」では、原状回復とは「賃借人の居住、使用により発生した建物価値の減少のうち、賃借人の故意・過失、善管注意義務違反、その他通常の使用を超えるような使用による損耗・毀損を復旧すること」と定義しています。

経年劣化や通常使用での損耗は毎月の賃料に含まれることから貸主負担となり、故意や過失によって生じた傷などの損耗は借主負担となる考え方をAさんに説明しました。入居時

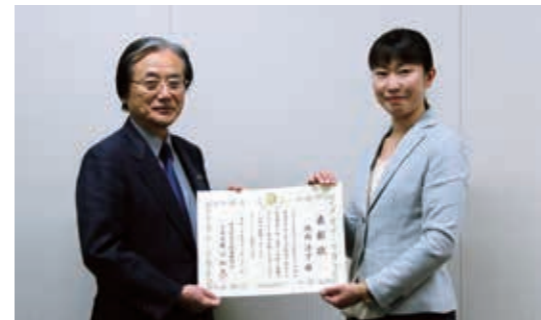
にすでにあった汚れや傷については、Aさんのように退去時のトラブルの原因になりますので、貸主立会いで確認するか、写真で保存しておく必要があったと思われます。ガイドラインをもとに借主の修繕義務の有無や範囲を契約書に基づき、貸主や管理会社とよく話し合ってみよう伝えたと、原状回復費用が減額され、敷金の一部が返金されました。賃貸住宅を契約する前からトラブルを未然に防ぐために原状回復の内容について、ガイドラインを確認しておくことが大切です。お困りの時は北本市消費生活センターに相談してください。

相談窓口

- 北本市消費生活センター(北本市役所市民課内 ☎511-8800
※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
※土・日曜日、祝日は局番なしの☎188へ(年末年始を除く)
- 埼玉県消費生活支援センター(☎048-261-0999)
毎週月～土曜日(祝日・年末年始を除く)9:00～16:00
- 全国消費生活相談員協会「週末電話相談」(☎03-5614-0189)
毎週土・日曜日10:00～12:00、13:00～16:00

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!



人命救助で表彰

いけうちようこ 池内洋子さんが、人命救助で埼玉県中央広域事務組合管理者から表彰され、北本市長が代理で表彰状を授与しました。

下石戸7丁目地内で、路上で倒れている77歳の男性を発見し、呼びかけたところ、心肺停止状態であったため、すぐに胸骨圧迫をして、駆け寄って来た人に119番通報を依頼し、救急隊到着まで胸骨圧迫を実施しました。男性は病院に運ばれ、無事に社会復帰できました。救命の連鎖がうまくつながった救命事例となりました。



南小学校創立50周年記念事業が開催!

11月11日、南小学校が創立50周年を迎え、「歴史と魅力を再発見! 夢と希望の南小」をスローガンに記念事業が開催されました。式典前に全校児童によるバルーンリリースが行われ、空いっぱいになっていく風船を、児童たちがいつまでも見上げていた姿がとても印象的でした。また、式典・祝賀会では、歴代校長先生のお話や50年の歴史を振り返るスライド上映、卒業生による記念演奏なども行われ、南小学校の新たな歴史を築く節目となりました。



石戸小学校放課後子ども教室を市長が訪問

11月21日、市長が6年目を迎えた石戸小放課後子ども教室を訪問しました。こども図書館長による詩の朗読や紙芝居、地域の人に教えてもらった指編みやトランプ等、自由活動に参加する元気な子どもたちとふれあいました。

放課後子ども教室は、市内全小学校に設置され、子どもたちが地域社会の中で健やかに育まれるよう地域の人の参画を得て、放課後に学習活動の支援や様々な体験・交流活動を行っています。

市民リポーター
突撃!

市民リポーター

リポーター
佐藤 正子さん

ピンクリボンフェスinきたもと2017




市民リポーターの佐藤正子です。昨年10月21日に市役所で開催された「ピンクリボンフェスinきたもと2017」を紹介します。主催は、ピンクリボンの会きたもと。共催は北本市、後援は埼玉県、(公財)埼玉県健康づくり事業団。

オープニング・セレモニーの後の式典では、荒井副市長をはじめ来賓の皆さんのご挨拶。その後講演、パネルディスカッションが行われました。講演では、埼玉県立がんセンターの松本先生が「乳がん対策の現状と展望」をテーマにお話をしてくださいました。ディスカッションでは、副市長、松本先生、たけうちクリニックの竹内先生、市職員の人、代表の草野さんで、乳がんについての様々な質問に答えられました。

「高濃度乳房」の場合、マンモグラフィーでは乳がんが分かりにくいとのこと。高濃度乳房の本人通知はあまりされていないようですが、北本市では、本人通知を行っているため、検診を受ければ高濃度乳房であるかどうか分かります。今回のイベントでは、早期発見のためにも検診の大切さをあらためて感じました。

会場にはピンクリボンツリー、展示パネル・乳房の触診サンプルが設置されており、ブースには、ピンクリボンの啓発グッズや、可愛いグッズもたくさんあり、会場は華やかな雰囲気でした。

詳しくは市ホームページへ

開催

初心者教室&小学生ファミバド体験教室

時 1月13日(土)・27日(土)
14:00~16:30
場 石戸小学校
費 200円(参加費)
問 北本市ファミリーバドミントン協会
(新井☎080-5507-4792)

アコースティックライブ@Kitamoto#45
ゲスト:よしだよしこ(ピピ&コット)

時 1月14日(日)13:00開演
約2時間の演奏会
場 深井6丁目「ハイワールド3階ステージ」
費 入場無料
問 アコースティックライブ@Kitamoto
(奥田☎090-3503-7776)

竹の友、尺八ふれあいコンサート

時 1月21日(日)13:30開場、14:00開演
場 東部公民館
費 入場無料
問 聖岳会(尺八研究会)
(関口☎090-2720-5684)

講演会
「子どもの脳を守りたい」

時 1月25日(木)10:00~12:00
場 文化センター 費 100円(資料代)
内 環境要因・環境化学物質による子どもの脳の発達への影響や予防生活について
講 木村一黒田純子さん・医学博士(東京大学)
問 生活クラブ熊谷センター
(梅田☎525-6051)

雑木林の観察会
真冬の雑木林を歩いてみよう

時 1月27日(土)10:00~12:00
場 高崎線下石戸下踏切西側
(車が通れない踏切)
内 冬越しの虫たちを探してみる
冬鳥の声をきいてみる
費 無料
問 NPO法人北本雑木林の会
(白川☎080-5697-6241)

大人のための英会話・韓国語入門講座

時 1月29日から毎週月曜日
韓国語13:30~14:30
英会話15:00~16:00
場 文化センター
内 基本的な挨拶や買い物、道案内など、簡単な会話を外国語講師と楽しく学ぶ
費 全8回4,000円(会場、資料費)
問 国際文化交流協会
(前田☎090-6489-2803)

世界の旅景五人展

時 1月30日(火)~2月4日(日)
※30日は13:00から、4日は16:00まで
場 市役所庁舎ホール
費 無料
問 北本デジタル写真クラブ(有志)
(小松崎☎090-8857-5869)

第17回美術展

時 1月31日(水)~2月4日(日)
9:30~17:00
場 文化センター
内 市内在住の美術家による年1回の発表会
費 無料
問 北本市美術会(志村☎592-1365)

ハワイアンライブ#11 生バンド演奏とフラダンス、ハワイアンなひととき

時 2月4日(日)
①11:30~
②14:00~
それぞれ約1時間
場 深井6丁目「ハイワールド3階ステージ」
費 入場無料
問 ハワイアンライブ(奥田☎090-3503-7776)

市民ハイキング
入笠山

時 2月18日(日)6:15市役所集合
場 長野県入笠山
費 1万1,000円
(入浴料とロープウェイ料金含む)
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)

「何でも介護相談室」
~介護の事なら何でもご相談ください~

時 1月14日(日)10:00~11:30
費 無料
場 特別養護老人ホーム花ノ木の郷
(桶川市加納1824-1・☎048-729-2222)

きたもと掲示板 掲載依頼書のダウンロードはこちら



皆さんのご依頼をお待ちしています



広報きたもと掲示板掲載規定 (一部抜粋)

問 秘書広報課広報広聴係 (☎594-5505)

1 掲載できるもの

- 開催や募集の日が広報紙発行日から1週間以上あいているもの。
- やむをえない場合を除き、開催および活動場所在市内で、公共性のある会場のもの。

2 掲載注意点

- 掲載内容に関する責任は、当事者でお願いします。

3 掲載依頼の手続き

- 掲載は所定の用紙にて秘書広報課まで申し込んでください。

4 申込み・原稿の締め切り

- 掲載を希望する広報きたもとの発行前々月の25日(休日の場合、直後の開行日)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。

市民ギャラリー

「奈良井宿」長尾 キヨさん

「おはよう」中村 麗子さん

北本探勝俳句会

横たはる坂東太郎 初御空
尖りたる白き冬芽に風すさぶ
梅白し谷間に至福の時流れ
紅梅の香りはつかに神の庭
おぼろげに谷津の起伏に草萌ゆる
歳言の妣懐しむ春の雷

莫得忘能 久保田 利子さん

秦陵草 藤浪 菊枝さん

波の海に 篠崎 房子さん

岩沢 正明
椎林 佳代
山本 章二
小峯喜代子
日野 福好
高松千恵子

北本老人書道クラブ

ちょっと気になるとなりまち

鴻巣市 人権を守る市民のつどい

鴻巣市出身バレエダンサー名取寛人さんの講演(演題「心がバリアフリーな社会をめざして」「女の子」から「男性」として精一杯生きてきた人生を語る)・パフォーマンス、人権作文の発表、集会所講座作品展など。

時 1月21日(日)13:30~15:30
(13:00受付)
場 鴻巣市文化センター
クレアこうのす小ホール
定 230人(先着順)
費 無料
申 不要
問 鴻巣市やさしさ支援課
(☎541-1321・内線3421)



桶川市 開催決定!
「出張!なんでも鑑定団 in桶川」

とっておきの「お宝」を鑑定してもらいませんか。時代、ジャンルは問いません。

時 お宝募集/締切日: 2月28日(水)
観覧募集/締切日: 3月31日(土)
収 録/日 時: 5月4日(金・祝)
場 桶川市民ホール
申 詳しくは、北本市役所産業振興課、桶川市民ホールホームページ、桶川市内公共施設に設置してある募集要項をご覧ください。
問 公益財団法人けやき文化財団
(☎048-789-1113)

桶川市民ホール
ホームページ



市のがん検診

市では、国が定めた「胃がん」「肺がん」「大腸がん」「乳がん」「子宮がん」のほか、「前立腺がん」の検診を行っています。市の会場でいう集団検診と医療機関で行う個別検診があり、検診内容や対象者、実施期間等は、広報紙でお知らせしています。対象の人はぜひお申し込みの上、受診してください。

なお、気になる症状がある人は、検診を待たずに、医療機関を受診しましょう。

胃がんリスク検診

国が定めた検診ではありませんが、医師会の協力により、平成27年度から、一定の年齢の人に対して、胃がんリスク検診を実施しています。

これは、現在の胃がんの有無ではなく、将来の胃がんのなりやすさに大きく影響する「ピロリ菌」感染および感染の結果起こる胃の萎縮状況の有無を、血液検査で調べるものです。
※検診対象年齢の人に通知をしています。

やっほり
早期発見のため検診等を受けましょう！

ピンクリボン活動

「ピンクリボンの会きたもと」は、3年前に発足しました。市民の皆さんに、乳がんを正しく知っていただくため、また、乳がん検診の大切さを知っていただくため、日々活動しています。

乳がんに限らず、多くのがんは早期発見により、治癒率が高くなります。日本は検診の受診率が低く、発見が遅れるため、がんは不治の病というイメージがありますが、決してそうではありません。がんはとて身近な病気だという認識をもち、怖がらずに検診を受けてください。

また、医療の進歩により、がんを経験した後の人生も長くなっています。今は、がんと共存する時代です。正しい知識が広まり、サイバー（がん経験者）に対する差別や偏見が1日も早くなることを願っています。



埼玉 膵がん早期診断プロジェクト(SSSP)

膵がんは、初期の自覚症状がほとんどなく、早期発見が難しい病気です。多くの場合、かなり進行した状態で発見されることから、治療方法が限られるため、残念ながら、他のがんに比べて5年生存率が低く、がんによる死亡の第4位にまで上昇してきています。

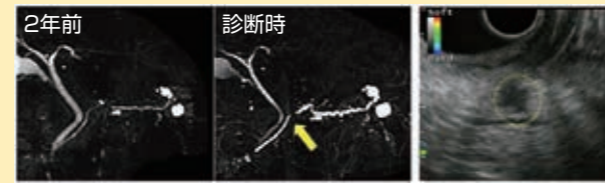
北里大学メディカルセンターでは、地域の医療機関と協力し、膵がんを早期に発見するプロジェクトを立ち上げました。北本市内を始め、鴻巣市、桶川市、伊奈町や、その他の地区の医師から、膵がんリスクの高い人を紹介してもらい、センターで腹部超音波検査(US)や超音波内視鏡(EUS)、CT、MRIなどによる専門的な検査、定期的な経過観察を行うことで、膵がんの早期発見、早期治療を目指すものです。

主膵管拡張、膵のう胞、膵がんの家族歴、遺伝性膵がん症候群、遺伝性乳がん卵巣がん症候群、ポイツ・ジエガーズ症候群などの患者や、糖尿病、慢性膵炎、肥満などがあ

る人、また喫煙や大量飲酒もリスクになります。心配がある人は、ぜひお近くの医療機関でご相談ください。

広島県尾道市では、JA尾道総合病院と、地域の医療機関との連携で取り組み、既に成果をあげています。北足立地区でも、ぜひ成功させたいと考えています。

膵管内乳頭粘液性腫瘍IPMN経過観察中診断したTS1膵がん



MRI(MRCP)像

EUS像

北里大学メディカルセンター消化器内科

木田光広



禁煙・節酒

禁煙する

禁煙すると、下表のとおり早い時期から効果が出やすく、禁煙期間が長くなるほど効果は高まります。

対策

- たばこは吸わないようにしましょう
- 他人のたばこの煙を避けましょう

禁煙期間	健康上の変化
1~9か月	せきや息切れが減る
10年	肺がんのリスクが喫煙者の約半分に下がる

節酒する

肝臓がん、大腸がん、食道がん等については、飲酒との関連が強く、節酒の効果が期待できます。

対策

- お酒を飲む場合は以下の表を目安にしましょう

1日の飲酒量の目安		
● 日本酒…1合	● ビール大瓶…1本	● ワイン…ボトル1/3
● 焼酎・泡盛…原液で2/3合	● ウイスキー・ブランデー…ダブル1杯	

適正体重の維持 [食生活改善・運動]

身体活動量を高め、偏らずにバランスのとれた食事をし、肥満を解消することで、がんにかかりにくくなります。

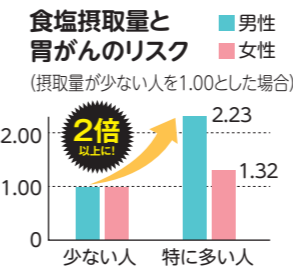
適正体重を維持する「BMI」を計算してみよう

$$\text{体重 (kg)} \div (\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}) = \text{BMI}$$

男性は21~27、女性は21~25の範囲に入るように体重を管理しましょう。

食生活を見直す

食塩の摂取量が多いと胃がんにかかりやすくなります。また、熱い飲食物の摂取により、食道がんにかかりやすくなります。

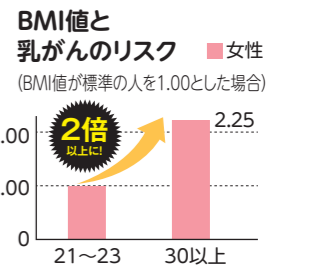


対策

- 食塩の摂取量は最小限にする
- 飲食物をなるべく冷ましてから摂る

身体を動かす

肥満は乳がんにかかるリスクが高まります。身体活動量が高まることで、乳がんだけでなく大腸がんの予防効果もあります。



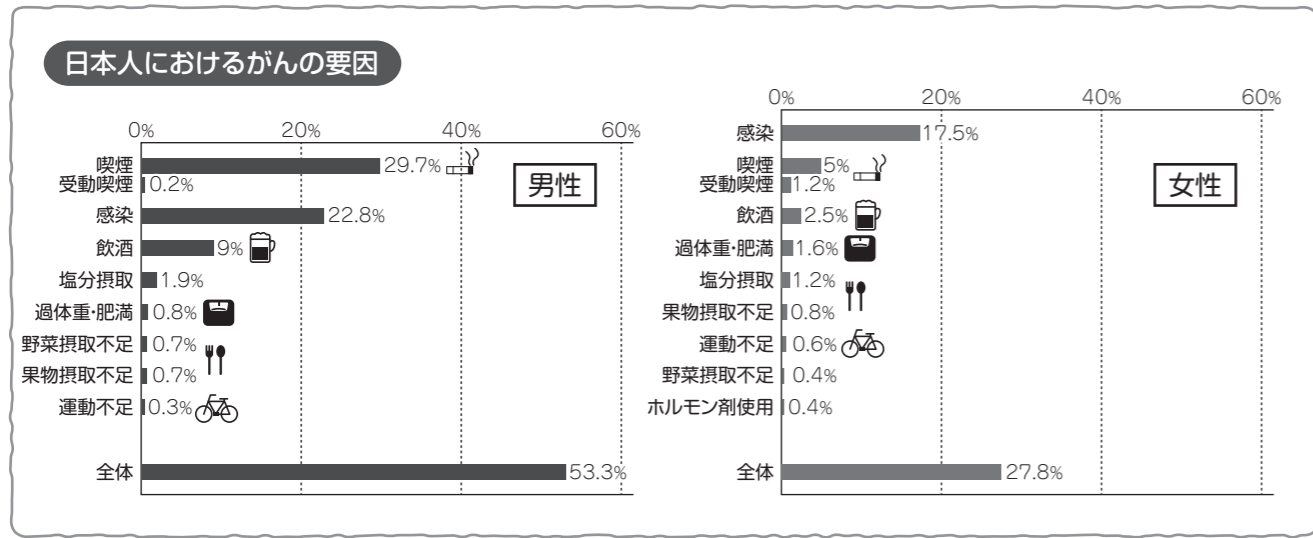
対策

- 歩行や、それと同等以上の身体活動を1日60分行いましょう

合わせて知っておきたいこと 「感染」も「がん」の主要な原因です

B型、C型肝炎ウイルスマーカーが陽性の人は、非常に肝がんにかかりやすくなります。保健所や市の検診、医療機関等で、一度は肝炎ウイルスの検査を受けましょう。感染している場合は専門医に相談しましょう。

- ヘリコバクター・ピロリ菌が陽性の人
胃がんにかかりやすくなります。感染している場合は定期的に主治医に相談し、必要な検査や検診を受けましょう。
- ヒトパピローマウイルスが陽性の人
子宮頸がんにかかりやすくなります。市の子宮頸がん検診等を定期的に行いましょう。



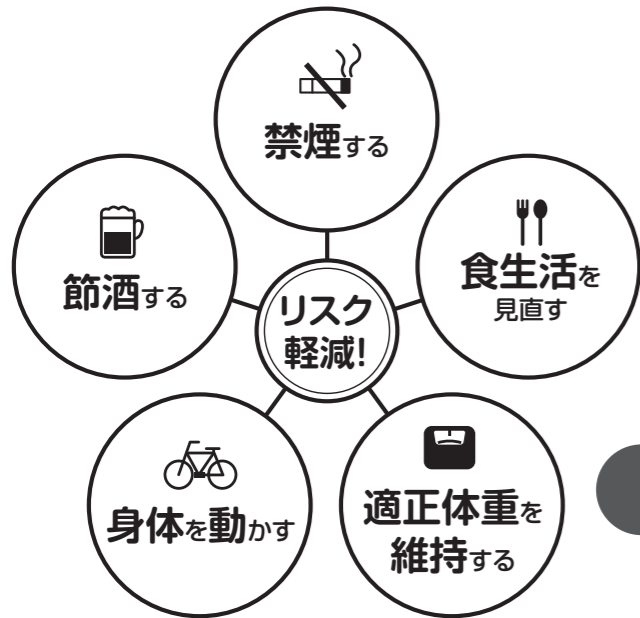
一年の計は
がん
元旦にあり!?

がん
願掛けもいいけど、それだけでは防げません!

「がん、になりにくい 暮らしかたのコツ

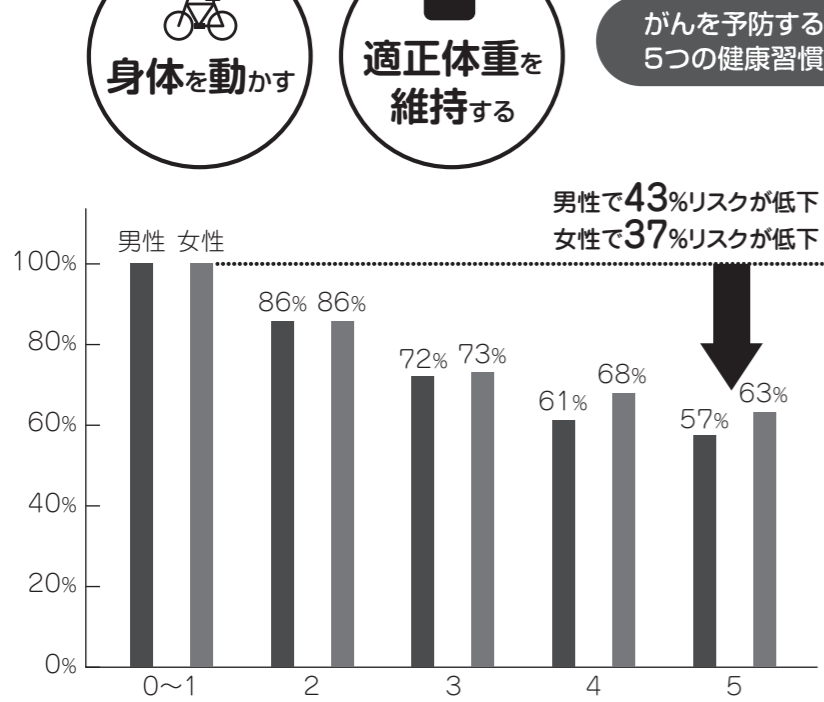
一年の始まり、色々な願いに胸を膨らませる時ですね。願ったことに向かって行動できる身体づくりはとても大切です。今回は身近な病気である「がん」について正しく知り、生活の中でできることを考えてみませんか?

図 健康づくり課 (☎594-5544)



がんの原因は、全てが明らかになわけではありません。しかし、多くの調査から、次のようなことが判明しています。

上のグラフは日本人のがんの中で、生活習慣等が原因であると思われる割合です。(全体)の項目に示された、男性のがんの53.3%、女性のがんの27.8%



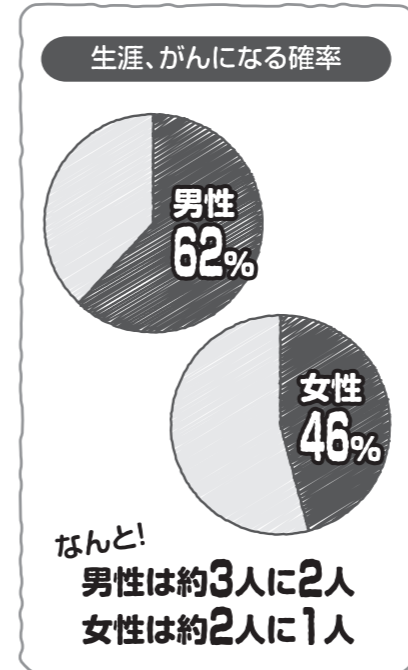
は、この図の中の生活習慣等が原因で起こったものと考えられています。つまり、生活習慣に気を配ること、がんになりにくくすることが出来るわけです。

この中の2つでも改善すれば15%もリスクが減ります! できるところから始めましょう!



5つのポイントをおさえよう!

必要です。



平成27年度の北本市の検診と、その後の精密検査で、がんの人が33人見つかり、治療につながりました。年々治療技術が進歩し、がんは早期に発見して治療すれば、かなり治すことができるようになりました。検診、そして必要な精密検査は、必ず受けましょう。

現代はインターネット等で様々な情報を得やすい状況ですが、情報の正しさを見極めることも大切だと考えています。がんについて正しい知識を持ち、自分や家族の健康管理ができるとうれいですね。

「予防」+「早期発見」が重要です。

お医者さんに聞いてみよう!



山田医院
山田 憲次先生

きつと、もつと、きたもとが好きになる 旬な話題をお届け!

新春「北本七福神めぐり」

市内各所の七福神をめぐりご利益を見つけよう!

1月13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!

●七福神7か所のスタンプを集めた人に七福神手ぬぐいをプレゼント(先着800人)

あけまして
おめでとうございます。
新年のはじめは
七福神めぐりで
運氣アップ!



晴れていると高尾さくら公園(阿弥陀堂の隣)から、富士山が見られることも。



大きな布袋様の石像が笑顔で迎えてくれます。

布袋尊



大黒天



恵比寿



阿弥陀堂

氷川神社

寿老人



厳島神社

須賀神社

弁財天



圧巻!

今年も日本一の
巨大おみくじ登場!

景品付き



須賀神社で引けます

各所で
“おもてなし”
があります!

福祿寿



猿田彦大神



七福神	所在
大黒天・恵比寿	高尾氷川神社 (高尾 7-31)
弁財天	厳島神社 (高尾 8-119)
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

主催：北本市観光協会 (☎591-1473)

特集

「がん、になりにくい暮らしかたのコツ