



AYAMA

Public Relations Magazine



2020  vol. 780

いま、
備える

熱中症は予防が大事!

気温や湿度の高い日が続くこれからの時季は、熱中症のリスクが高まります。次の3つの備えで熱中症の予防をしましょう。

この夏は新型コロナウイルス感染症の感染拡大を予防するため、マスクを着用する機会が多くなっています。マスクを着用すると熱がこもりやすく、喉の渇きに気付きにくいいため、例年以上に注意が必要です。

熱中症予防3つの備え

1 屋内での備え



- ①食事・睡眠をしっかりとり、生活リズムを整える
- ②上手にエアコンを使い、忘れずにこまめな換気を行う
- ③喉が渇く前からこまめに水分補給をする

2 屋外での備え



- ①天気予報を参考に、外出は暑い日・時間を避ける
- ②早めの水分補給を行う。マスク着用時は要注意
- ③日傘や帽子を使い、涼しい服装をする

3 体調不良と感じた時の備え

- ①めまい、立ちくらみ、手足のしびれは熱中症の危険サインだと気付く
- ②涼しい場所に避難して、服を緩めて体を冷やす
- ③我慢せず周りの人にSOSか、埼玉県救急電話相談#7119(*)へ相談する

* 埼玉県救急電話相談

#7119(ダイヤル回線、IP電話、PHS、都県境の地域でご利用の場合は048-824-4199) 24時間365日相談可能



こんな症状があったら熱中症かも…?



軽度

めまい、立ちくらみ、筋肉痛、手足のしびれ、汗が止まらない、気分が悪い、ボーっとする

頭痛、吐き気、^{けんたい}倦怠感、虚脱感、意識が何となくおかしい
→軽度・中度の場合は#7119へ相談する



中度



重度

意識がない、けいれん、体が熱い、呼びかけに対する返事がおかしい、まっすぐに歩けない⇒救急車を呼ぶ

※救急車を呼ぶ際には、「暑い環境で長時間過ごした」など、できる限り詳細に状況を伝えてください

問合せ 健康づくり支援課へ内線6691

お茶豆知識

渋めのお茶がお好みなら二番茶を



新茶の摘み取りから40～50日経った、6月中旬～7月中旬に摘んだ茶葉で作ったお茶を「二番茶」といいます。

二番茶は、先に摘み取られた茶葉で作った一番茶に比べて渋味が強く、さっぱりとした味わいが特徴です。渋味の正体はお茶に含まれるカテキンという成分で、血中のコレステロールを減少させる作用や、抗酸化作用があり、生活習慣病予防などに効果があるといわれています。

カテキンを効果的に摂取しつつ二番茶を楽しむなら、2煎目までで茶殻を取り換えましょう。

監修 狭山市茶業協会
問合せ 農業振興課へ内線2531

分かるかな?

今月の写真クイズ

写真は、今月号に掲載した写真の拡大写真です。何ページの何の写真でしょう?



正解者の中から、抽選で5名に記念品を差し上げます。郵便はがきに、氏名、住所、電話番号、クイズの答えを記入して広報課宛(住所は裏表紙に記載)にお送りください。答えと一緒に広報さやまの感想やご意見もお寄せください。

締切り7月31日(金)

6月号の答え

24ページ・「もぐもぐSayama」の「枝豆とエビの炒め物」の写真でした。



Contents



目次

今月の表紙



今月の表紙は、狭山市の地図上に、コップから流れる水と崩れた積み木を使って、風水害や地震を表現しました。4～7ページの特集をご覧ください、いつ襲ってくるか分からない災害に備えましょう。

- P3 熱中症は予防が大事!
- P4 【特集】台風・豪雨への備え
- P6 【特集】地震への備え
- P8 【特集】このまちに、必要なひとになる
- P10 図書館の新型コロナウイルス感染症対策、市長が走る
- P11 情報ガイド
- P18 保健センター 8月のお知らせ
- P19 8月の相談案内
- P20 いきいき自治会、みんなの掲示板、ひと・まち・写真館
- P22 残しておきたい狭山の風景、もぐもぐsayama

新型コロナウイルス感染症の影響で、今月号は、一部コーナーの掲載を中止しています。ご了承ください。

目で見る「さやま」

人口と世帯(市民課)

※6月1日現在()内は前月比

男	75,351人 (-76人)	転入等	322人
女	74,928人 (-3人)	転出等	342人
合計	150,279人 (-79人)	出生	64人
世帯	69,632世帯 (+4世帯)	死亡	123人

6月の火災・救急件数(狭山消防署)

※5月16日～6月15日の累計

火災件数	救急出動件数
2件(建物2件)	523件(搬送人員448人)

交通事故・振り込め詐欺件数(狭山警察署)

※1月1日～6月15日の累計(狭山市分)

発生数	人身事故	死者	物損事故	振り込め詐欺
1,266件	136件	0人	1,130件	9件

台風・豪雨への備え

これから10月ごろにかけ、台風や前線の影響により風水害が発生しやすい時季となります。昨年10月、台風19号が東日本を中心に甚大な被害をもたらし、市内でも多くの方が避難所に避難したように、私たちの生活を脅かす規模の災害は、いつ襲ってきてもおかしくありません。

また、災害発生時の避難所での生活は、新型コロナウイルス感染症の集団感染が懸念されています。市では、可能な限り避難所の衛生環境の確保などの対策に努めますが、皆さんも日ごろからの備えと災害時にごのように避難するかを、改めて確認してください。

住んでいる場所の災害リスクを確認しましょう

ハザードマップを参照し、お住まいの地域が土砂災害警戒区域や浸水想定区域に該当するかを確認してください。

災害リスクの確認

入間川洪水ハザードマップ

埼玉県が指定した市内の浸水想定区域・土砂災害警戒区域を示しています。



不老川流域防災マップ(入曽地区防災計画策定協議会作成)

平成28年の台風9号の際、不老川の溢水、入曽調節池と林川の調節池の越水による浸水実績箇所と、浸水時の水の流れを示しています。

不老川流域防災マップはこちら



避難所以外への避難も検討しましょう



避難方法の確認

水害の際は、建物の2階以上に避難する(垂直避難)など、安全の確保が自宅や職場で可能な場合は避難所へ避難する必要はありません。土砂災害や浸水リスクが高い場所に自宅がある場合は、避難所だけでなく親戚の家などに避難することも検討しましょう。

分散避難(水平避難・垂直避難・屋内待避)



避難所の新型コロナウイルス感染症対策

避難所・避難場所では、多くの人が避難をしてくるため「密閉・密集・密接」の3条件がそろいやすく、新型コロナウイルスの感染リスクが高くなると考えられます。市では避難所での新型コロナウイルス感染症の集団感染を防ぐため、次のような対策を行います。

備品の確保	スペースの確保	避難されている方の健康管理
<ul style="list-style-type: none"> 非接触式体温計 マスク アルコール消毒液 フェイスシールド ※物資には限りがあるので、可能な限りご自身で用意をお願いします	体調不良の方専用のスペースやトイレを設けます。発熱や咳などの症状がある方は、他の避難されている方と動線や空間を分けた対策をします。	受付時に避難されている方の体温を計測し、避難者カードに体調を記入していただくことで健康状態を把握します。また、定期的に検温や聞き取りによる健康チェックを行います。

ペットの同行避難

災害発生時は、避難所までペットと同行避難ができます。同行避難とは、飼い主がペットと一緒に避難をすることであり、人とペットが同一の空間で居住をすることを意味するものではありません。

人とペットの避難スペース	日ごろからの準備
避難所には動物アレルギー疾患をお持ちの方や、動物が苦手な方も避難します。そのため、ペットは屋外や倉庫など、飼い主と別のスペースへ避難することになります。	避難所では、飼い主の責任でペットを飼育していただきます。ペットの食料や用品、移動するためのリードやキャリーバッグ、ケージなどをご自身で用意してください。飼い主は、日ごろからペットのしつけや健康管理をしっかりと行っておきましょう。

問合せ 危機管理課へ内線3695

地震への備え

災害の中でも、ある日突然やってくるのが地震です。地震による被害には、建物倒壊、火災の発生、土砂崩れ、液状化現象などがあります。

今後発生することが予想されている首都直下地震や南海トラフ巨大地震、立川断層帯地震などでは、通話の集中や通信設備が被災することにより、電話やインターネットが繋がらなくなることが考えられます。また、倒壊する家屋や火事、さらに歩行者や自動車による渋滞で、避難が困難となることも予想されます。いつ大きな地震が来ても慌てずに対応ができるよう、事前に準備をしておくことが必要です。

Check 住んでいる地域の災害リスクを確認しましょう



狭山市で最も震度が大きくなると予想される立川断層帯地震では、震度5強から6弱の揺れが想定されています。「狭山市防災ガイドブック」には、この地震の想定震度を記載した「ゆれやすさマップ」を掲載しています。お住まいの地域がどの程度の震度になる想定とされているか、確認をしましょう。

狭山市防災ガイドブックはこちら



Check 住宅の耐震性を確認しましょう



市では木造住宅を対象に、図面と聞き取りとで確認する耐震診断を無料で行っています。ご自宅の耐震性がどのような状況であるか把握する資料も併せて提供しています。ぜひご利用ください。

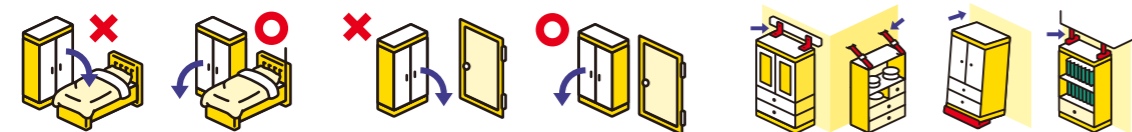
耐震診断についての問合せ
建築審査課へ内線2177



Check 家具の配置の工夫と、転倒防止対策をしましょう



平成7年に発生した阪神・淡路大震災では、死因の8割以上が住宅などの倒壊や家具の転倒による圧死とされています。倒れやすい家具がないか、家具の配置は大丈夫かなど自宅内を点検し、事前に対策をしましょう。



- 寝室には背の高い家具を置かないようにする
- 転倒した家具が入り口を塞がないよう、向きや配置を工夫する

出典:イツモ防災



備蓄品の備え

避難所へ避難する際に持っていく非常持出品や、自宅で避難生活を送る上で必要な水や食料などの物資を用意しておきましょう。



非常持出品

災害が発生し、いざ避難所へ避難しても、避難所にある災害用備蓄品は種類や数に限りがあります。いざという時に持ち出す「非常持出品」を事前に人数分用意しておきましょう。

非常持出品リスト

下記は一例です。その他に常備薬など、必要なものを用意しておいてください。

- 飲料水
- 非常食
- 携帯ラジオ
- 着替え、下着など
- 救急セット
- 歯磨きセット
- ティッシュペーパー
- マスク
- アルコールシート
- ウエットティッシュ
- 消毒液
- 体温計

備蓄品

大規模災害が発生した場合は、電気、水道、ガスなどが使えなくなるばかりではなく、食料や生活必需品を確保することさえ難しくなります。また、支援物資がすぐに届かない可能性もあります。長期の在宅避難を想定し、食料や飲料水、生活用品などの備蓄品を事前に用意しておきましょう。



ローリングストック法で非常食を管理！

定期的(1か月に1回程度)に非常食を食べて、食べた分を買い足して備蓄する方法です。食べながら備えるため、賞味期限が短いレトルト食品なども備蓄品として活用することができます。

1	朝	昼	晩
1日目	🍱	🍱	🍱
2日目	🍱	🍱	🍱
3日目	🍱	🍱	🍱
もう1日分	🍱	🍱	🍱

ベースとなる3日分(9食分)の非常食を用意する。

2	朝	昼	晩
1日目	🍱	🍱	🍱
2日目	🍱	🍱	🍱
3日目	🍱	🍱	🍱
もう1日分	🍱	🍱	🍱

もう1日分(3食分)余計に用意する。合計で12食分にする。

3	朝	昼	晩	追加
1日目	🍱	🍱	🍱	🍱
2日目	🍱	🍱	🍱	🍱
3日目	🍱	🍱	🍱	🍱
もう1日分	🍱	🍱	🍱	🍱

1ヶ月に1回程度の頻度で非常食1食分を定期的に食べる。食べた後、1食分を買い足して補充する。

4	朝	昼	晩	追加	追加	追加
1日目	🍱	🍱	🍱	🍱	🍱	🍱
2日目	🍱	🍱	🍱	🍱	🍱	🍱
3日目	🍱	🍱	🍱	🍱	🍱	🍱
もう1日分	🍱	🍱	🍱	🍱	🍱	🍱

ちょうど1年で、最初に用意した4日分(12食)は全て消費し、買い足した12食分とそっくり入れ替わる。
(※非常食の賞味期限は1年でよい)

市からの避難情報

市では、緊急情報や防災無線情報、火災情報、気象情報などのメール配信サービスを提供しています。また、SNSでも避難情報を発信しています。ぜひ、ご利用ください。

▶メール配信サービスの登録はこちらから



※SNSの登録は22ページをご覧ください

問合せ 危機管理課へ内線3695



このまちに、必要

令和3年4月採用の狭山市職員
狭山の未来のため、情熱を持って仕事に取り組

なひとになる

採用資格試験を実施します。
むことができる方のご応募をお待ちしています！



狭山市ではたらく先輩職員たち

狭山市受験の Point

事務職



平成31年入職
総合政策部政策企画課総合戦略推進室
田中 雅佳さん

より魅力的で活力のある狭山市をつくるために、人口の減少抑制や地方創生の実現を目指した、定住促進や婚活支援などを行っています。

Q “やりがい”や“魅力”は
なんですか？

他部署や外部の方と関わる機会が多いため、さまざまな視点から狭山市を知ることができるのが魅力です。周囲のサポートもあり、若手職員でも大きな仕事に挑戦することができます。

Q プライベートとの
両立はできますか？

時期によって残業がありますが、規則的な勤務形態のため、自分の時間をしっかりと確保できます。有志で参加する部活動など、職場の人と交流できる場もあり、公私ともに充実しています。



土木技術職



平成29年入職
都市建設部みどり公園課
伊藤 貴俊さん

市内にある公園や緑地の維持管理の仕事です。具体的には工事や管理業務の設計、土地の開発に関する緑地の指導などを行っています。

Q 志望理由はなんですか？

大学卒業後は民間企業に勤め、都内で生活をしていましたが、生まれ育った狭山市の住みやすさや自然の多さに気付き、自身の経験を生かしてよりよいまちづくりをしたいと思ったからです。

とある一日のスケジュール

- 08:10 出勤
- 08:30 始業 メールチェック、ミーティング、電話・窓口対応など
- 12:00 昼休み
- 13:00 業者との打ち合わせ、工事・委託関係の設計業務
- 15:00 現場の現地確認
- 16:30 業者へ作業依頼、担当内での打ち合わせ
- 17:15 終業



保育士



平成30年入職
福祉こども部柏原保育所
塩野谷 桃花さん

5歳児クラスの担任をしており、子どもが主体的に活動を行えるよう、工夫しながら環境を整え、楽しみながら保育をしています。

Q “やりがい”や“魅力”は
なんですか？

子どもたちの屈託のない笑顔や、「せんせい！」と抱きついてくれる姿を見ることができるのが魅力であり、私の一番の原動力となっています。“昨日できなかったことが今日はできた”など、子どもたちの成長をそばで感じることができるのが、この仕事のやりがいです。



ホームページでは
他の先輩職員も紹介しています
ぜひご覧ください！



事務職、技術職は
SPIでの受験が可能！



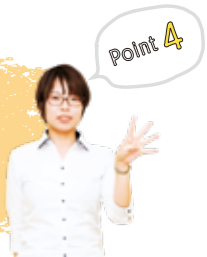
保育士、保健師、
管理栄養士は教養試験・
専門試験なし！



一次試験で
全員と個別面接！



二次試験は
個別面接のみ！

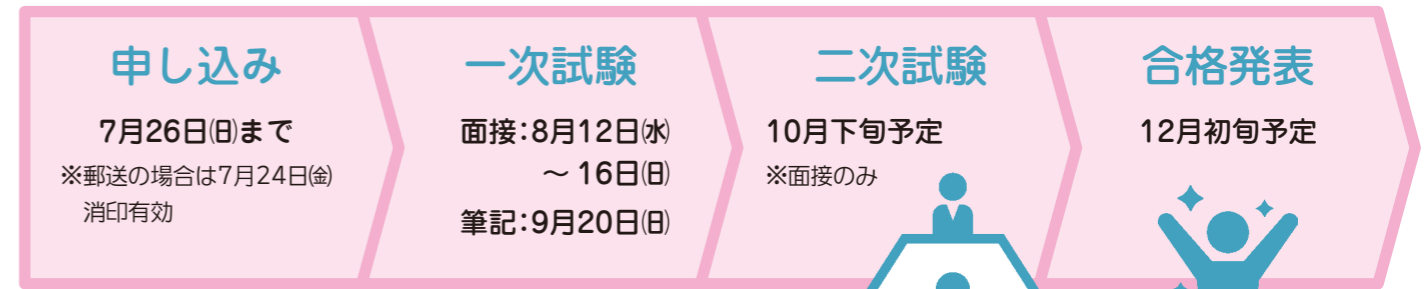


募集案内はこちら！



申し込みから採用までの流れ

※詳細は必ず、募集案内(職員課に用意。ホームページからもダウンロード可)でご確認ください



募集職種／募集人員

- 事務職(障害者を含む) / 20名程度
- 土木技術職 / 5名程度
- 建築技術職 / 1名程度
- 化学技術職 / 1名程度
- 保育士 / 5名程度
- 保健師 / 3名程度
- 管理栄養士 / 1名程度

申し込み

7月26日(日)までに原則電子申請システムで申し込み。郵送の場合は、7月24日(金)(消印有効)までに申込書(職員課に用意。ホームページからもダウンロード可)を職員課へ

申し込みはこちら！



問合せ

職員課へ内線3514

情報ガイド

- 市政
- 暮らし
- 学ぶ・楽しむ
- 募集
- 官公庁など

- 主に市からのお知らせを掲載します
- 「定員」は原則として先着順、「場所」の掲載がない催しは問合せ場所が会場、「費用」の掲載がないものは無料です
- 公式ホームページではさらに多くの情報をご覧いただけます



- ▼ 温かい寄附をいただきました。厚くお礼を申し上げます。
新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のために
- ▼ 狭山・入間事業用自動車交通安全協会からマスク2千100枚
- ▼ 埼玉第一交通株式会社からN95マスク80枚
- ▼ 株式会社柿沼呉服店からマスク1千枚と布地2反、レインコート50枚
- ▼ 日本羽毛製造株式会社からマスク3千枚
- ▼ 日本電波工業株式会社狭山事業所からマスク7千枚
- ▼ 一般社団法人生活支援事業所らーふとのぞみ教会有志からフェイスシールド300個

- ▼ アマゾンジャパン合同会社 狭山FCから100万1円 子ども・困窮者のために
 - ▼ 匿名希望者より10万円
 - ▼ 園児・児童・生徒のために
 - ▼ 狭山市社会福祉協議会から手作りマスク1千350枚
- 黙とうをよびました**
- 市では、平和都市宣言の趣旨に沿って、原爆死没者と先の大戦での戦没者の霊を慰めるため、黙とうをささげます。
- 世界の恒久平和と犠牲者の冥福を祈り、黙とうをお願いします。
- ▼ 原爆の日／日時8月6日(木)、8時15分から(広島)と8月9日(月)11時2分から(長崎)
 - ▼ 終戦の日／日時8月15日(土)、12時から
 - ▼ 問合せ 福祉政策課へ内線1512
- 市施設の指定管理者を募集**
- 次の施設の指定管理者を募集します。募集要項などは、市公式ホームページからダウンロードできます。
- ▼ 中央児童館／説明会日時7月20日(月)、14時～16時 問合せことも支援課へ内線1536
 - ▼ 水野児童館／説明会日時7月22日(水)、14時～16時 問合せことも支援課へ内線2242

- ▼ 日(水)、14時～16時 問合せことも支援課へ内線1536
- ▼ 地域スポーツ施設、狭山台図書館(2施設一括)／説明会日時7月27日(月)、10時～12時 問合せ地域スポーツ施設はスポーツ振興課内線5712、狭山台図書館は中央図書館へ☎2954・4646
- ▼ 新狭山公園、狭山台中央公園、上奥富運動公園、鶴ノ木運動公園、堀兼・上赤坂公園(5施設一括)／見学会日時7月29日(水)～31日(金)、9時～16時 問合せみどり公園課へ内線2242
- ▼ 狭山市立入間野小第一・第二学童保育室／説明会日時7月28日(火)、10時～12時 問合せ学務課へ内線5662

- ▼ 狭山市立入間川東小・富士見小学童保育室分室／説明会日時7月29日(水)、10時～12時 問合せ学務課へ内線5662
 - ▼ 共通事項／指定期間3年4月1日～8年3月31日(水野児童館は3年4月1日～5年3月31日)
- 消防協力者を表彰**
- 次の方は、いち早く火災の発生に気づき、被害の軽減に尽くされました。
- ▼ 粕谷安男さん(狭山)
 - ▼ 問合せ 狭山消防署消防管理課へ☎2953・7112

新型コロナウイルス感染症の影響により、過去に掲載したイベントを再度掲載している場合があります。また、公共施設では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため、人数や利用の制限を行っています。詳細は利用する施設へお問い合わせください。

黙とうをよびました

市では、平和都市宣言の趣旨に沿って、原爆死没者と先の大戦での戦没者の霊を慰めるため、黙とうをささげます。

世界の恒久平和と犠牲者の冥福を祈り、黙とうをお願いします。

Jアラートのテスト放送を実施

全国瞬時警報システム(Jアラート※)を利用したテスト放送を行います。実際の災害とお間違えにならないようご注意ください。Jアラートを利用した放送は、緊急度が高い情報であり、一斉放送となるため、聞き取りにくい場合があります。

なお、気象状況などにより、予告なく中止する場合があります。

日時 8月5日(水)、11時ごろ

放送内容 「これはJアラートのテストです」(3回繰り返す)「こちらは防災さやまです」

※大規模地震などの緊急事態が発生した場合、国が情報を送信して市区町村の防災行政無線を自動起動し、住民などに瞬時に情報を伝達するシステム

問合せ 危機管理課へ内線3695

(火)、10時～12時 問合せ学務課へ内線5662

狭山市立入間川東小・富士見小学童保育室分室／説明会日時7月29日(水)、10時～12時 問合せ学務課へ内線5662

共通事項／指定期間3年4月1日～8年3月31日(水野児童館は3年4月1日～5年3月31日)

図書館の新型コロナウイルス感染症対策 (7月1日現在)

狭山市立図書館では、一部利用の制限を設けて開館しています。ご理解とご協力をお願いします。なお、ご利用いただけるサービス内容などは、状況に応じて変更となる場合があります。

ご利用いただけるサービスの内容

- 座席数などは通常より少なくなっています。
- ▶ 資料の貸出と返却 ▶ 利用券の発行や再発行 ▶ 資料の検索、予約とリクエスト ▶ 館内OPAC(蔵書検索用端末)の利用 ▶ 新聞の閲覧 ▶ 雑誌の最新号の閲覧 ▶ 館内でのレファレンス(調べもののお手伝い) ▶ 貸出禁止資料の閲覧 ▶ 郷土参考資料室の利用 ▶ コピーサービス ▶ 閲覧席や学習席の利用 ▶ パソコン優先席の利用 ▶ インターネット検索用端末の利用 ▶ ブラウジングコーナーの利用

利用者の皆さんにご注意いただきたいこと

- ①必ずマスクの着用をお願いします(2歳以下を除く)
- ②発熱や風邪症状など体調がすぐれない場合は来館をご遠慮ください
- ③入館と退館の際は、必ず入り口で手指の消毒を行ってください
- ④できるだけ少人数での来館にご協力ください
- ⑤利用券を忘れずにご持参ください
- ⑥予約された資料は準備が整ったもののみ貸し出しできます。連絡を受けてからご来館ください
- ⑦ご自身による来館日時の記録をお願いします
- ⑧ごみの持ち帰りにご協力ください

- ⑨できるだけ滞在時間を短く(60分以内)お願いします
- ⑩他の方と十分な距離を開けるよう心掛けてください
- ⑪混雑状況により、入館人数を制限する場合があります
- ⑫館内での飲食は禁止です

図書館が行う感染拡大予防

- ①発熱や風邪症状等の体調不良が見られる場合には来館を控えるよう呼びかけます
- ②密閉空間を避けるため、適時適切な換気を行います
- ③密集を避けるため、利用制限(滞在時間や入館人数、席数など)の設定と段階的な利用制限の解除を行います
- ④密接を避けるため、人と人との距離の確保に努めます
- ⑤多くの人(職員含む)が触れるものは消毒を実施します
- ⑥返却された図書は、表面をクリーナーで拭き、感染リスクを軽減するため、翌日以降に次の利用に供します
- ⑦その他、次のような感染防止対策も行います
 - ▶ 職員のマスク着用 ▶ 職員の手指の洗浄 ▶ 窓口にビニールカーテンなどを設置(場合により職員はフェイスシールドを着用)

問合せ 中央図書館へ☎2954-4646
(16ページに関連情報あり)

ONE for All 市長が走る!

思いを巡らす夏に

まぶしい太陽が待ち遠しい毎日です。子どもたちは夏休みを楽しみにしていると思いますが、今年は臨時休校の影響で大幅に期間が短縮となります。短くとも、思い出が残る夏休みにして欲しいと思います。私も夏休みには、友人たちと普段はできないことに挑戦したり、部活動に熱中したりと思い出がたくさんあります。いつの日か、あの時のような豊かな時間を持たせたいと願うばかりです。

さて、昔の話になりますが、17世紀

の中ごろ、英国で感染症であるペストが大流行しました。この時、大学が閉鎖されてしまった一人の学生が、ペストから逃れようと、一時故郷に戻ります。彼の名前はアイザック・ニュートン。万有引力の法則をはじめ、人類史に残る物理学や数学上の大発見は、この予期せぬ休暇中に成し得たものです。ペストの流行が、休暇を「創造的」なものへと変えたこと、人類を前進させるきっかけになったことは一つの史実となっています。

今年は感染予防のため、さまざまな行事が中止となります。そんな時だからこそ、私たちも大きな進歩を遂げられるよう、興味を抱いたことに思いを巡らす夏としましょう。



新型コロナウイルス感染症対策本部会議

市長の主な動き

○6/1…公立小学校再開に伴う視察、定例記者会見 ○6/5～23…市議会第2回定例会 ○6/17…市内公共施設再開に伴う視察 ○6/24…定例庁議 ○6/27…川越総合卸売市場株式会社株主総会、川越総合卸売市場株式会社第158回取締役会 ○6/30…新型コロナウイルス感染症対策本部会議、新型コロナウイルス感染症による市内事業者への影響等についての狭山商工会議所との意見交換会

市政

マイナンバー関連業務 休止のお知らせ

7月26日の日曜開庁では、マイナンバーカードの交付、電子証明書の更新業務などを休止します。

問合せ 市民課へ内線1033

住民票の写しなどのコンビニ交付を一時休止します

休止日時 7月23日(祝)～26日(日) 6時30分～23時
休止対象証明書類 ①住民票の写し、印鑑登録証明書 ②課税・非課税(所得)証明書 ③市民税・県民税納税証明書
問合せ ①市民課へ内線1033 ②市民税課へ内線1096 ③収税課へ内線1079

募集

教育センターの教育相談員

対象 公認心理師や臨床心理士などの資格をお持ちの方
勤務内容 児童・生徒、保護者の悩みの相談など

ましよう。

重点目標 ①子どもと高齢者の交通事故防止 ②二輪車・自転車の交通事故防止 ③飲酒運転の根絶
問合せ 交通防犯課へ内線3692

国民健康保険の保険証が届きます

現在お使いの保険証の有効期限は、7月31日(金)です。新しい保険証を7月下旬までに送付しますので、8月になっても届かない場合はご連絡ください。期限

後期高齢者医療の被保険者証の更新

被保険者証の更新(8月以降は緑色になります)
現在の被保険者証(紫色)の有効期限は、7月31日(金)です。8月以降の受診には、7月中旬に簡易書留で送付される新しい被保険者証(緑色)をお使いください。

●一部負担金(窓口負担)を3割から1割に変更できる場合があります

2年度(元年分)の住民税課税所得が145万円以上で、次のいずれかに該当する方は、事前の申請により後期高齢者医療の窓口負担割合が1割になります。該当される方には、6月下旬に申請書を送付していますので、7月中旬に手続きをしてください。

- ▶被保険者が一人の場合は、収入額が383万円未満
- ▶被保険者が複数いる世帯は、収入額の合計が520万円未満
- ▶被保険者が一人で、世帯内の70～74歳の方の収入額との合計が520万円未満

●限度額適用認定証

医療機関に提示することで、医療費の支払いを自己負担限度額までにできます。現在、認定証をお持ちで、引き続き8月以降も適用になる方には、7月中旬に新しい限度額適用認定証を送付します。手続きは必要ありません。

なお、新たに8月以降の認定証を取得される場合は申請してください。

対象 一部負担金の割合が3割で、住民税課税所得が690万円未満

持参品 被保険者証

●限度額適用・標準負担額減額認定証

世帯全員が住民税非課税の場合、事前に申請することで、医療費の支払いを世帯ごとの負担限度額までにできます。また、食事療養費標準負担額を減額できます。現在、認定証をお持ちで、引き続き8月以降も適用になる方には、7月中旬に新しい限度額適用・標準負担額減額認定証を送付します。手続きは必要ありません。

持参品 被保険者証

申込み 保険年金課へ内線1575

対象者には7月上旬にクーポン券を送付しました。期限内に受診してください。
対象 2年4月19日現在、市内在住で、平成31年4月2日～令和2年4月1日に次の年齢を迎えた方▼乳がん：40歳▼子宮頸がん：20歳
受診期限 3年1月31日(日)
受診場所 指定医療機関か保健センターへ(予約が必要)
問合せ 同センターへ ☎2959・5811

乳がん・子宮頸がんの無料検診

切れの保険証は、保険年金課か地区センターに返却をお願いします。
なお、今年度より高齢受給者証は保険証と一体化しました。8月以降に受診する際はご注意ください。

送付方法 世帯主宛ての簡易書留郵便 ※表札がないと届かない場合があります

保険料(料)の期限内納付にご協力を

7月上旬に、次の通知書を送

7月15日～24日は夏の交通事故防止運動

夏は解放感などから交通事故が多くなります。また、自転車の事故も多発しています。
気持ちもシートベルトもしっかり締めて、安全運転を心掛け



暮らす

狭山市総合防災訓練中止のお知らせ

8月29日(土)に実施を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため中止します。

問合せ 危機管理課へ内線3694

新型コロナウイルス感染症に関連する支援情報 (情報は6月30日現在)

●特別定額給付金

4月27日時点で狭山市の住民基本台帳に記載されている全ての方を対象に、1人につき10万円を世帯ごとに給付しています。まだ申請されていない方は、期限内に申請してください。

申請期限 8月11日(火)
問合せ 特別定額給付金コールセンターへ ☎0120-201-114

●傷病手当金

対象 国民健康保険か後期高齢者医療制度に加入している被用者の方で、新型コロナウイルスに感染か感染の疑いがあり労務に服することができず、給与収入を得られない方 ※詳細はお問い合わせください
問合せ 国民健康保険に加入している被用者は保険年金課内線1051、後期高齢者医療制度に加入している被用者は内線1574

●児童扶養手当受給者等への臨時特別給付金

対象 2年6月分の児童扶養手当の受給者 ※申請は不要
支給額 1世帯あたり5万円(第2子以降は1人につき3万円)
支給予定日 8月31日(月)
※手当を受給していない方でも、世帯収入に応じて

対象となる場合があります(申請が必要)

問合せ こども支援課へ内線1536

●水道料金の免除

対象 次のいずれかの支援・助成制度の適用を受けている方 ※いずれも3月25日～8月31日の決定分
▶緊急小口資金・総合支援資金の特例貸付
▶住居確保給付金

免除となる水道料金 7～10月検針分(8～11月請求分) ※下水道使用料は対象外

申込み 申請方法などの詳細はホームページをご覧ください

問合せ 経営課へ内線2315

●雇用調整助成金等の無料個別相談会

対象 次の全てを満たす市内の事業者
▶雇用保険か労災保険を適用
▶売上高や生産量などの事業活動を示す指標が前年同月から5%以上減少している

内容 雇用調整助成金などの申請を社会保険労務士がサポート

日時 7月7日～9月29日の火曜日(祝日を除く)、10時～16時 ※1事業所あたり50分

定員 各日10名

場所 狭山商工会議所

申込み 同会議所経営支援課 ☎2954-3333

蚊が媒介する感染症を予防

デング熱などの感染症を防ぐためのことに注意しましょう。
▼網戸や扉の閉を減らし、昼間から蚊取り線香を使用するなど、家の中への蚊の侵入を防止する ▼屋外で活動する場合は、肌の露出を避け、虫よけ剤などを使用する ▼蚊を媒介とする感染症の流行地域へ渡航する場合は、蚊に刺されないよう徹底する



問合せ 健康づくり支援課 ☎2956・8050



国民年金の付加年金制度

国民年金保険料に月額400円の付加保険料を加えて納めると、将来受け取る老齢基礎年金を増額することができます。加入には申し出が必要で、申し出のあった月から保険料が発生します。さかのぼることや付加保険料のみの納付はできません。付加年金の年間受取額は、付加保険料納付済額の半額で、毎年受給することができます。

対象 第1号被保険者 ※65歳未満の任意加入被保険者を含みます。保険料の免除や納付猶予、学生納付特例を受けている方、国民年金基金に加入している方は納めることができません

申込み 所沢年金事務所 ☎2998・0170が保険年金課へ内線1055

計量器(はかり)の定期検査

検査の実施に伴い、6月中旬に事前調査票を送付しています。届いていない方で対象となり得るはかりをお持ちの方は、お問い合わせください。

- 手ぬぐいラックスヨガノ日時 7月17・31日、8月7日(金)、11時15分～12時15分 定員5名
- ウィンナーサヨガノ日時 7月21・28日、8月4日(火)、14時45分～15時45分 定員20名
- ZUMBA GOLDノ日時 7月21・28日、8月4・11日(火)、11時15分～12時15分 定員20名

- 朝ヨガベーシックノ日時 7月21・28日、8月4・11日(火)、9時30分～10時30分 定員20名
- 背中美人ヨガノ日時 7月21・28日、8月4日(火)、11時15分～12時15分 定員20名
- フリースタイルヨガノ日時 7月22・29日、8月5・12日(水)、19時～20時 定員20名

農業の取り扱いの慎重に

農薬を使用する際は、使用方法や注意事項を厳守しましょう。散布量は最低限とし、剪定や捕殺などの農薬散布以外の防除方法も検討してください。



やむを得ず散布する場合は、事前に周辺住民などへ周知し、風向きにも注意しましょう。問合せ 農業振興課へ内線2532

東京2020オリンピックが狭山にやってくる②

狭山市は「東京2020オリンピック」ゴルフ競技の開催会場です。2021年に向けて、市民の皆さんと一緒に大会を盛り上げていくため、オリンピック・パラリンピックに関する情報を発信していきます。

子どもたちへの応援動画 「エールよ届け★短冊の願いとともに」を制作!

狭山市ゆかりのオリンピックやパラリンピアン、アスリートの皆さんから子どもたちに向けた、応援メッセージの動画を制作しました!以下で放映していますので、ぜひご覧ください。

- 放映場所
- ①市役所1階エントランスホール 東京2020大会PRコーナー (8月7日まで) ※アスリート自身の願いが込められた短冊の展示もあり
 - ②市公式ホームページ、オリンピック準備室公式ツイッター

東京2020オリンピック開催まで (2020年7月10日現在)

378 日

▲ホームページ ▲ツイッター

問合せ 政策企画課オリンピック準備室へ内線7312

国民健康保険の「限度額適用認定証」と「標準負担額減額認定証」の更新

●限度額適用認定証 医療機関に提示することで、医療費の支払いを世帯ごとの負担限度額までにできます。現在の認定証の有効期限は、7月31日(金)までです。8月以降の認定証を必要とされる方は、7月17日(金)以降に更新の手続きをしてください。

なお、70歳以上で高齢受給者証2割負担の住民税課税世帯の方および高齢受給者証3割負担かつ住民税課税所得が690万円以上の方は、高齢受給者証が限度額認定証を兼ねるため手続きは必要ありません。

詳細は2年度国民健康保険税納税通知書に同封されている「2年度版こくほガイド」をご覧ください。持参品 個人番号が分かるもの、本人確認書類、被保険者証、印鑑、現在の限度額適用認定証 ※令和元年分の確定申告か、市民税・県民税の申告をしていない方や、国民健康保険税の未納がある方には、認定証を交付できないことがあります

●標準負担額減額認定証 世帯全員が住民税非課税の場合、事前に申請することで、食事療養費標準負担額(入院中の食事代の一部)を減額できます。なお、現在、標準負担額減額認定証の交付を受けていて、2年度も住民税非課税の方は、更新の手続きが必要です。持参品 個人番号が分かるもの、本人確認書類、被保険者証、印鑑、現在の標準負担額減額認定証 申込み 保険年金課へ内線1052

学ぶ・楽しむ

敬老会中止のお知らせ

9月ごろに開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため中止します。問合せ 長寿安心課へ内線1576

排水設備工事責任技術者 共通試験

試験日 11月29日(日)

狭山台体育館のプールの利用を休止します

7月下旬からオープン予定のプールは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため休止します。問合せ 同館へ ☎2958・1

市民総合体育館

201 ☎2952・0511 ◆スポーツ教室 どの教室に参加しても1ポイント獲得でき、10ポイントで一回無料になります。エアロ&コンディショニングノ日時 7月17・24・31日、8月7・14日(金・祝)、9時15分～10時15分 定員20名 巡りヨガノ日時 7月17・24・31日、8月7・14日(金・祝)、9時30分～10時30分 定員20名

博物館

☎2955・3804

◆企画展「田中雅美写真展」を除外し、期間 8月30日(日)まで(休館日を除く)

田中雅美氏ギャラリートークノ内容 オーローラ撮影のエピソードや作品の見どころを解説 日時 8月16日(日)、11時～12時と14時～15時 定員各20名 費用200円(入館料)

◆「狭山ふるさと検定」検定日 スターズ検定 狭山ふるさと検定ノ日時 8月22日(土)、10時30分～12時

さやまスターズ検定ノ日時 8月23日(日)、10時30分～11時30分 共通事項ノ申込み 8月16日(日)までに申込書(同館に用意。同館のホームページからもダウンロード)

レジ袋有料化 2020年7月1日スタート

レジ袋削減にご協力下さい

環境問題解決の第一歩

狭山市では平成13年に全国初の「ノーレジ袋デー」を提唱し、これまでもレジ袋の削減を推進してきました。レジ袋の有料化をきっかけにエコバッグを持ち歩くなど、普段のライフスタイルを見直し、使い捨てプラスチックの削減に取り組みしましょう。

【有料化の対象となる買物袋】



問合せ 資源循環推進課へ内線2541

ド可)と受検料500円を持って同館へ ◆特別講座「オーローラの科学」ノ内容 科学の視点からオーローラを楽しむ 日時 8月29日(土)、13時30分～15時 定員 20名 費用 300円

申込み 7月28日(火)から同館へ(電話可)

◆童句コンクールの作品を募集 童心に帰って詠む狭山市発祥の俳句「童句」を募集します。締切日 9月8日(火)必着

申込み 童句(一人3句まで、未発表作品に限る)と、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、直接持参か郵送(〒350・1324 稲荷山1-23-1、ファクス、メールで同館へ ☎2955・3811)

学ぶ・楽しむ

産業労働センター

〒2946・7643

◆ファイナンシャルプランナー

3級受検対策講座

内容 社会保障・年金・税金などの講座と模擬試験

日時 9月3日～3年1月14日の木曜日、19時～21時(講座16回、模擬試験2回)

定員 15名
費用 1万5千円(受講料、テキスト代)

申込み 7月17日(金)から費用を持って同センターへ

◆おもてなし英語セミナー

内容 訪日外国人の対応に必要な聴力、会話力、表現力を学ぶ

日時 9月5日～12月5日の土曜日、9時～12時(全10回)

定員 15名
費用 1万2千円(受講料、テキスト代)

申込み 7月17日(金)から費用を持って同センターへ

埼玉県労働セミナー

テーマ 改善必須!各種ハラスメント対処法

日時 7月21日(火)、18時30分～

20時 場所 産業労働センター
定員 20名
申込み 7月17日(金)から産業振興課へ内線2554(電話可)

図書館

◆一部利用制限付きで開館

状況により、開館時間などは変更となります。来館は、必ずマスク着用をお願いします。

開館時間 ▼中央：10時～16時
▼中央(夜間開館日)・狭山台：10時～19時

◆8月の休館日

中央図書館 3・11・17・24・31日
狭山台図書館 11・24・31日

◆市民文芸さやまの作品募集

対象 市内在住・在勤・在学か市内公民館などで活動している中学生以上の方

募集部門 ▼俳句・童句・川柳：5句まで ▼短歌：5首まで ▼詩：指定原稿用紙(ホームペー

ジからダウンロード可)に本文30行以内で2編まで ▼随筆・童話：指定原稿用紙4枚以内でいずれか1編 ※いずれも未発表の作品で、一人2部門まで

申込み 9月1日(火)～30日(水)に原本・写し各1部を郵送かファクスで中央図書館へ(ホームペー

ジからの応募も可) ☎2954・

西西部消防局総務課、各消防署、各分署に用意。同組合のホームページからもダウンロード可)と卒業証明書卒業見込証明書、成績証明書を持って同課へ ☎2929・9120

埼玉県西部消防組合職員(消防士)を募集

受験資格 ▼平成7年4月2日以降に生まれ、大学を卒業 ▼平成9年4月2日以降に生まれ、短期大学(専修学校の一部を含む)などを卒業 ▼平成11年4月2日以降に生まれ、高校を卒業 ※いずれも3年3月までに卒業見込みを含む

第1次試験日 10月18日(日)

募集人員 28名程度

申込み 8月5日(水)～7日(金)の8時30分～17時15分に申込書(埼

玉西部消防局総務課、各消防署、各分署に用意。同組合のホームページからもダウンロード可)と卒業証明書卒業見込証明書、成績証明書を持って同課へ ☎2929・9120

県立日高特別支援学校の学校体験

対象 就学・転学を検討している新小学1年生か学齢児童・生徒

内容 学校の概要説明、体験授業など

日時 9月10日、10時～12時

※日程は個別に調整

消費者ホット情報

悪質な不用品の買い取りに注意!



「不用品を買い取ります」という電話に対し、「古着がある」と答え、「お宅に伺います」と言われた。その後に来た業者から「ほかに宝飾品がないか」と聞かれ、形見の指輪があると話したところ、「古着と指輪を合わせて〇〇円で買い取る」と強引に買い取られてしまった、という相談が寄せられています。

事業者が消費者の自宅などを訪問して、物品の購入を行う取引を訪問購入といい、クーリング・オフできませんが、一度商品を渡してしまうと返品されない場合がありますので、注意が必要です。売りたいものは業者に話したり見せたりせず、きっぱりと断りましょう。相談・問合せ 月～金曜日の9時30分～16時に消費生活センターへ ☎2954-7799

誰もが暮らしやすい社会のために 私たちにできる心づかい③

障害のある方もない方も住みやすいまちとなるために、一人一人が障害について正しく理解し、配慮(心づかい)をしていきましょう。

【盲人のための国際シンボルマーク】

1984年に世界盲人会連合が制定した世界共通のマークです。目の不自由な方の安全のためにユニバーサルデザインの建物、設備、機器などに付けられています。



信号機や国際点字郵便物、書籍などで身近に見掛けるマークです。このマークを見かけた場合には、目の不自由な方の利用への配慮についてご理解、ご協力をお願いします。

問合せ 障害者福祉課へ内線1592

官公庁 など

4646 ☎2954・0419

埼玉県都市競艇組合の競艇開催日

収益金は、都市基盤の整備や、教育・福祉施設の充実などに使われています。

開催日 7月17日(金)～20日(月)、8月2日(日)～7日(金)、11日(火)～16日(日)、9月2日(水)～6日(日)、25日(金)～28日(月)

会場 ポートレース戸田

問合せ 同競艇組合へ ☎048

自衛官等の採用試験

・823・8711

募集種目・試験日

①航空学生：9月22日(祝) ②一般曹候補生：9月18日(金)～20日(日)のうち指定する1日 ③自衛官候補生・受付時に通知

応募資格

①海上：18～22歳 ▼航空：18～20歳 ②・③18～32歳 ※①・②は3年4月1日現在

在、③は採用予定月の1日現在

受付期間 9月10日(木)まで ③は年間を通じて受付 ※詳細はお問い合わせください

問合せ 自衛隊入間地域事務所へ ☎2923・4691

市民のイベント

申込み 7月27日(月)までに同校へ ☎042・985・4391

市民の皆さんからの情報を掲載します。内容を確認し、判断の上ご参加ください。なお、同一団体・個人での掲載は1年(4月～翌年3月まで)に4回までです。

電話をお掛けになるときは、電話番号を確認の上、お間違えにならないようご注意ください。

●無料塾狭山よつば塾

対象 学学習塾などに通っていない小学4年生～中学3年生

内容 学力に応じて学びをサポート ※ボランティア講師も同時募集

日時 毎週日曜日、13時30分～16時30分

場所 所富士見公民館 定員15名

申込み 同塾・佐久間健さんへ ☎080・1162・5940(19時～21時)

●パソコン入門相談会

対象 パソコンをお持ちの方

日時 7月26日(日)、14時～16時

場所 所市民交流センター 定員15名

費用 500円(資料代) 申込み 満寿夫さんへ ☎2952・5901

3471・0593

今月の納期…7月31日(金)です

- ▶固定資産税・都市計画税(2期)
 - ▶国民健康保険税(1期)
 - ▶介護保険料(1期)
- 問合せ 収税課へ内線1075
- ▶後期高齢者医療保険料(1期)
- 問合せ 保険年金課へ内線1574

8月の相談案内

※いずれの相談も無料で行っています。なお、相談日程は変更になる場合もありますので、事前にご連絡をお願いします

	相談種類	相談日	時間	相談員	問合せ	
一般・行政・人権・法律	一般相談	毎週月～金曜日	9時～12時 13時～16時	一般相談員	市民相談室 内線1140	
	法律相談(予約制)	第1～4木曜日	13時～17時	弁護士		
	行政相談	8月17日(月)	10時～15時	行政相談委員		
	税務相談(予約制)	8月4日(火)	13時～16時	税理士		
	交通事故相談	8月19日(水)	10時～15時	交通事故相談員		
	女性生活相談(予約制)	8月7日(金)・ 18日(火)・25日(火)	10時～15時	女性専門相談員		
	建築・不動産相談	8月11日(火)	13時～16時	専門相談員		
	行政書士相談	8月26日(水)	13時～15時	行政書士		
	消費生活の相談	毎週月～金曜日	9時30分～12時 13時～16時	消費生活相談員		2954-7799
	健康	一般健康相談 (保健・栄養・歯科/予約制)	8月20日(木)	9時～12時30分		保健師、管理栄養士、歯科衛生士
こころの相談日(予約制)		8月13日(木)	13時～16時	精神保健福祉士、保健師		
薬事相談(予約制)		電話相談で後日指定		薬剤師		
子ども・教育	家庭児童相談	毎週月～金曜日	9時～17時	家庭児童相談員	内線1535	
	ひとり親家庭の生活・就業相談	毎週月～金曜日	9時～17時	母子・父子自立支援員	内線1539	
	子育て相談 (就学前の乳幼児が対象)	毎日	9時～18時	子育て相談員、保育士	2937-3626	
	教育相談・電話教育相談(小・中学生に関する相談が対象)	毎週月～金曜日	9時～17時	教育相談員	2956-2293	
	障害者就労相談	毎週月～金曜日	9時～17時	就労支援員	2937-7864	
就職・労働	雇用相談	毎週月～金曜日	10時～17時	職業安定所相談員	2952-0901	
	離職者支援総合相談	毎週月～金曜日	9時～12時 13時～17時	産業労働センター職員	2946-7643	
	若者のための就職相談 (45歳までが対象/予約優先)	毎週土・第2・4月曜日	13時～17時	産業・中級教育カウンセラー	2946-7643	
	労働相談(予約制)	8月5日(水) 8月19日(水)	13時～16時20分 16時～19時20分	社会保険労務士、労務アドバイザー	2946-7643	
	内職相談(予約優先)	毎週火・木曜日	10時～12時 13時～16時	内職相談員	2946-7643	
	農家相談(予約制)	8月25日(火)	9時～12時	狭山市農業委員会会長	内線6081	
	障害者基幹相談支援センター	毎週月～金曜日	9時～17時	相談支援専門員	☎2937-7771 ☎2937-7772	
	大樹の家[生活支援室]	毎週月～金曜日	9時～18時	相談支援専門員	☎2955-2946 ☎2955-2942	
障害のある方	生活支援センター[日向]	毎週月～金曜日	9時～17時	相談支援専門員	☎2969-7755 ☎2969-7756	
	地域生活支援センター[スペース さずな]	毎週火～土曜日	11時～18時	相談支援専門員	☎2900-3331 ☎2953-2341	
	マンション管理相談 (予約制)	8月19日(水)	9時30分 10時30分	狭山市マンション管理相談員	内線2223	
	その他					
その他	心配ごと相談(法律相談/予約制)	8月21日(金)	14時～16時	弁護士	2954-0294	
	権利擁護法律相談(予約制)	8月7日(金)	10時～12時	弁護士	2956-7665	
	認知症相談ホットライン(電話相談)	毎週水曜日	9時～11時30分	保健師	2955-7031	

※建築・不動産相談は、毎月の相談が、宅建協会彩西支部・埼玉土建狭山支部・司法書士会所沢支部、偶数月の相談が、建築士会狭山支部・土地家屋調査士会狭山支部の協力を得ています。また、行政書士相談は、行政書士会狭山支部の協力を得ています

保健センター 8月のお知らせ

保健センター ☎2959-5811
〒350-1304 狭山台3-24 ☎2959-3074

■母子の健康のために

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大を予防するため、事業を中止または延期する場合があります。最新情報は市公式ホームページでご確認ください

乳幼児健康診査

3月から一部の乳幼児健康診査を見合わせたため、健康カレンダーに掲載した内容とは異なります。対象の方には個別に通知します。

乳幼児健康相談・身体計測

対象▶相談…就学前の乳幼児 ▶身体計測のみ…1歳未満
日時4日(火)、9時～10時 持参品親子(母子)健康手帳 ※申し込みが必要

助産師による母乳相談

対象母乳で育児をしている方 ※申し込みが必要。専用電話(月～金曜日、9時～17時)へ☎2937-3916 日時20日(木)、13時30分～16時

すくすくベビー

対象2～3か月児と保護者(第1子優先) 内容保健師の話(交流会)、保育士の話(遊び場紹介など)、体重測定 日時28日(金)、10時～11時30分 ※申し込みが必要

両親学級(半日コース)

対象9月26日～3年2月6日に出産予定の妊婦とその夫(第1子優先) 日時22日(土)、10時30分～11時30分 ※申し込みが必要

BCG

対象2年2月～3月生まれ 日時25日(火)、10時～11時 持参品親子(母子)健康手帳、予防接種予診票 ※1歳未満までに1回接種、保護者以外が同伴する場合は委任状が必要

■成人の健康のために

成人検(健)診の申し込み

▶保健センターで受診
申し込みが必要。直接窓口か専用電話へ
☎2959-1311(祝日を除く月～金曜日の9時～16時)
※大腸がん(受付13時～16時)、肺検診(受付13時～15時)は、健康診査と同日の9月7日(月)～11日(金)に40歳以上に実施。申し込みは不要



▶市内指定医療機関で受診

詳細は、すこやかさやま健康カレンダーをご覧ください。
※受診は年度内に各検(健)診1回のみです。検(健)診によっては費用がかかります

申込期限	実施月	実施日		
		胃がん検診 対象50歳以上で 元年度未受診者	乳がん検診 対象40歳以上で 元年度未受診者	健康診査 対象30～39歳
8月20日(木)	9月	7日(月)～11日(金)	定員に達しました	定員に達しました
9月18日(金)	10月		13日(火)～16日(金)、 19日(月)	

■急な病気・けがのとき(診療内容など受診前に施設・病院にお問い合わせください)

初期救急診療(電話対応は診療時間内。受け付けは診療終了時間30分前まで)

診療施設	夜間			日曜・祝日の昼間		
	診療日	診療科目	診療時間	8月の診療日	診療科目	診療時間
狭山市急患センター ☎2958-8771	火・水・金曜日	内科 小児科 ※1	19時30分～22時30分	2・9・10・ 16・23・30日	内科・外科 小児科 ※1 歯科	9時～12時、13時～17時 9時～12時
入間市夜間診療所 ☎2966-5515	日・月・木・土曜日			休日当番病院 ※2	内科・外科	9時～12時、13時～17時

※1 小児科は専門医が不在の場合あり(対象:中学生まで) ※2 入間市の医療機関。詳しくは、☎0120-814-894へ

救急指定病院(専門医が不在の場合などあり。診療科目、診療費などについて受診前に必ずお問い合わせください)

医療機関名	主な診療科目	電話番号
入間川病院	内科、外科、小児科(火・水のみ)	☎2958-6111
狭山中央病院	内科、外科、脳外科、整形外科	☎2959-7111
至聖病院	内科、外科、整形外科	☎2952-1000
埼玉石心会病院	内科、外科、循環器科	☎2953-6611

※詳細は、市公式ホームページをご覧ください

- 緊急時に診察可能な病院が分からないとき
埼玉県救急医療情報センター☎048-824-4199
埼玉西部消防局休日夜間病院案内☎2922-9292
- 病院へ連れて行こうか迷ったら
埼玉県救急電話相談(受付時間▶24時間365日)
小児☎#7119(携帯電話可)・☎#8000(携帯電話可)・☎048-833-7911へ
大人☎#7119(携帯電話可)・☎048-824-4199へ

6/16~

田中雅美写真展 オーロラの旅へ
(博物館)

天体の神秘に魅せられる



カナダのイエローナイフを中心に、20年以上にわたりオーロラを撮り続けている市内在住の自然写真家、田中雅美氏によるオーロラの写真展を開催中です。この展覧会は「オーロラの四季」をテーマに、田中氏が今までカメラに収めた250万点の写真の中から、厳選した64点を展示。樹氷の上を雄大に舞うオーロラや、雪解けした夏の湖の水鏡に映し出されるオーロラなど、季節ごとに移り変わるオーロラの姿をご覧いただけます。中には数年をかけて撮影した渾身の一枚も。来館者は「本物のオーロラを一度はこの目で見てみたいですね」と語り、幻想的な写真に目を奪われていました。
(15ページに関連情報あり)

ひとまち写真館

6/中旬

アジサイ
(中原公園)

華やかな梅雨の風物詩



雨模様が続く、梅雨の時期ならではの花が、今年も見ごろを迎えました。青・紫・白・桃色など、色とりどりのアジサイの花は、雨露で鮮やかさを増して公園に咲き並び、通行人や訪れる人たちの目を楽ませていました。
(市民カメラマン・北方修人さん)

6/中旬

しょうぶ
花菖蒲
(智光山公園)

菖蒲田に「涼」を求めて



紫色の「舞扇」や桃色の「桃源」など、約150種類の花菖蒲が競い合うように開花しました。品種によって開花時期が異なるため、智光山公園では、菖蒲田を早咲きと遅咲きとに分け、花を長期間楽しむようにしているそうです。
(市民カメラマン・永井修二さん)

あなたが写っていませんか？広報さやまに掲載した写真は、広報課で撮影したものでしたら無料で差し上げます。広報課までご連絡ください。

いっさいいっさい 自治会

現在は新型コロナウイルス感染症の影響で、人が集まってしまう活動はできませんが、これからも住民のみんなが住みやすい地域づくりを目指していきます。

私たちが自治会は、堀兼地区の北側に位置し、現在約107世帯が加入しています。地区の中央には久保川が流れ、その周囲に畑が広がっています。畑が多いため、以前は住民の多くを農業従事者が占める地区でしたが、最近は新しい住宅が建ち並び、多様な職業の方が生活しています。また、若い世代の自治会員が増えたことで、自治会活動が活発になってきました。年間を通してさまざまな自治会活動を行っています。その中で、最も多くの会員が参加するのが、7月の久保川と道路側溝のクリーン活動です。近隣3つの自治会が協力して行うこの活動は、地域にとって大事な取り組みの一つ。また、夏には青新、青中、青丸、青下、つつじ苑の5つの自治会が協力して、氷川神社の夏祭りを行います。子どもから大人まで幅広い年代の方が参加し、自治会の垣根を越えて交流を深めています。



青新自治会(堀兼地区)



広報さやま読者の声

もぐもぐSayamaの料理は栄養のバランスも良く、簡単なのでよく作っています。感謝です。
HTさん(入間川)

投稿募集!

皆さんが撮った写真や、広報さやまへのご意見を募集しています。
●応募方法
氏名(ペンネーム可)、振り仮名、性別、年齢、コメント、電話番号を記入し、電子メールで写真データ(1MBまで)を広報課までお送りください。



コロナなんかには負けないぞ!



元気いっぱい!
小林司くん・光くん(入間川)



収穫が楽しみ!



家族そろって枝豆の種まき!
MMさん(上赤坂)

残しておきたい 狭山の風景 100



題字・童絵・文/池原昭治氏

さやまの歴史を刻む入間川

狭山を紹介する時、「入間川」を外して語ることはできません。

入間川は「狂言・入間川」、かげかくし地蔵、綿貫家の長者伝説、万葉集の伊弉麻治の歌など、歴史的な出来事の舞台や作品の題材となったり、狭山市入間川七夕まつりなどの行事が催されたりと、歴史とロマンに彩られたところでは。

狭山市はこの入間川と共に、これからの歴史も歩み続けていくでしょう。



※8年4か月にわたり、多くの皆さんに親しんでいただいた「残しておきたい 狭山の風景」は、第100回をもって終了いたします。9月から池原昭治さんの新コーナーを開始予定です。お楽しみに

狭山市入間川七夕まつりの雰囲気をお楽しみください

★七夕のやらい飾りを設置

期間7月31日(金)～
8月10日(祝)

場所狭山市駅西口
市民広場 問合せ
商業観光課へ内線
2552



★短冊に願いを込めて

内容七夕飾りや短冊を飾るコーナーなどを設置 期間8月3日(月)まで 場所市役所1階エントランスホール 問合せ広報課へ内線7163

※今年の狭山市入間川七夕まつりは中止です

広報さやまへのご意見・ご感想は はがき・メール・FAXで広報課へ



〒350-1380
狭山市入間川1丁目23番5号



koho@city.sayama.saitama.jp



TEL 04-2953-1111
FAX 04-2953-1117



公式
ホームページ



公式
フェイスブック



公式
ツイッター



狭山市LINE
公式アカウント
ID:@citysayama



76 トマトときゅうりの炒め煮

今月の食材

トマト

材料・4人分

- 豚薄切り肉300g ●トマト2個
- きゅうり1本 ●タマネギ1個
- ラード(なければサラダ油)適量
- A ●しょうが汁小さじ1 ●塩小さじ1/2
- B ●酢大さじ2 ●砂糖大さじ1と1/2 ●ごま油大さじ1
- 酒大さじ1 ●しょうが汁小さじ1 ●塩小さじ1/2

作り方

- ①豚肉は一口大に切り、Aで下味をつける
- ②トマトとタマネギはくし形に切る。きゅうりは縦に半分にし、5mmくらいの斜め切りにする
- ③鍋でラードを熱し、肉を炒める
- ④肉の色が変わったら②を加えて、さらに炒める
- ⑤タマネギが透き通ってきたらBを加え、混ぜ合わせる

※狭山市産のトマトを使用しました。トマトに含まれているリコピンは、冬よりも旬の夏場に多く含まれ、油で調理することで吸収力が高まります。老化防止や美肌効果、生活習慣病の予防に役立つといわれています