

令和3年(2021年)

5月
20日号

SOKA

〒340-8550 ☎048-922-0151(代)
草加市高砂1-1-1 ☎048-922-3091

ホームページ



配布に関する問い合わせは(土・日曜日、祝日を除く)

松原1・2丁目
松原団地見守りネットワーク… ☎048-933-9500

その他の地域
シルバー人材センター… ☎048-928-9211

そうかで農がある暮らし



近いつて安心 近いつておいしい / 地産地消マップ

庭先販売所の情報を掲載した「庭先販売マップ」を、草加産の農産物を取り扱う「地場農産物使用推進店」の情報を加えてリニューアルしました。

冊子には「収穫体験ができる農家」も掲載。草加のおいしい野菜を「買う・食べる・楽しむ」情報が満載です。お気に入りを見つけに足を運んでみてはいかがでしょうか。

地産地消マップは都市農業振興課、公民館・文化センター、コミセン等で配布しているほか、市ホームページ(QRコード)でも見ることができます。



生産者が分かって安心 /
56か所の庭先販売所



野菜や花などを市内生産者宅の庭先や生産畑で販売しています。

その日の朝に収穫された農産物はなんといっても新鮮で価格も良心的。農家さんとの交流が楽しめるのも魅力の一つです。

新鮮でおいしい /
19か所の地場農産物使用推進店



新鮮な農産物を取り扱う飲食店や小売店を紹介しています。

草加産農産物のファンを増やし、地産地消の推進・知名度向上のため、PRに協力してくれる店舗を登録しています。

意外とカンタン!



草加の特産品! 「枝豆」をおうちで育ててみよう

草加の土壌は粘着質のため、枝豆の栽培に最適です。昭和30年代から栽培され始め、現在でも市内全域で盛んに生産されています。

コロナ禍で外出を控えている今こそ、家庭で楽しむ手軽に食べられて栄養価も高い枝豆づくりにチャレンジしてみませんか。

①種まき(5月下旬頃)



野菜用培養土等を入れたプランターに1か所2粒ずつ種をまく。風通しの良い日なたに置き、毎朝1回水やりをする。
※鳥よけの不織布をかける。

②発芽～初期育成



▲発芽 ▲本葉
1週間ほどで発芽。本葉が出てきたら鳥よけを外す。

③開花～収穫



▲開花 ▲結実
6～8週間ほどで開花。結実し実が膨らんだら株ごと引き抜いて収穫。

②～③は土が乾かないように水やりをしましょう



こんなお悩みありませんか?

- 農地の売買・貸借・市民農園を開設したい。
- 市内の農産物をお店で販売したい・使いたい。
- 庭先販売を始めたい。
- 支援制度を知りたい。



都市農業ワンストップ窓口をご利用ください

都市農業振興課で受け付けています。気軽にご相談ください。



問都市農業振興課 ☎922-0842 ☎922-3406

公平委員会委員に 木村博行氏を再任

公平委員会委員に木村博行氏を選任しました。木村氏は再任で任期は令和3年5月6日から同7年5月5日まで。昭和62年専修大学法学部法律学科卒業。平成9年司法書士木村事務所開設。同15年草加保護区保護司就任。同16年簡裁訴訟代理関係業務認定。同19年埼玉司法書士会越谷総合相談センター相談員、同21年草加市公平委員会委員、同24年草加市公平委員会委員長に就任。56歳。



交際費の執行状況を公開 1~3月

問庶務課 ☎922-0954 ☒922-3091

1~3月分の市長交際費、議長交際費などすべての交際費を公開。項目は、支出年月日・目的・相手方（病気見舞いは除く）・金額の4項目。公開は3か月ごとに行い、市ホームページと市役所情報コーナーで閲覧できます。

■交際費支出件数・金額

市長…3件・2万1550円 農業委員会…1件・3000円

なお、議長、教育委員会、上下水道部、市立病院事業管理者、選挙管理委員会、監査委員、公平委員会の支出はありませんでした。

市内中小
企業向け

令和3年度 緊急経済対策

補助申請・経営相談を受付中

問草加商工会議所

☎928-8111 ☒928-8125

補助 草加地域経済活性化事業

市内事業所等設備 投資支援事業

中小企業及び農業者が、市内に設備を新設する場合に補助。
■補助額：1事業者あたり補助対象経費の20%で100万円以内
■受付期限：9月30日(木)まで

市内リフォーム補助事業

中小企業者が、市内の建設及び付属設備の改修工事を請け負い、割引を行った場合、その割引額を補助。
■補助額：1工事あたり請負金額の20%で5000円以上10万円以内。1事業者あたり60万円以内
■受付期限：5月31日(月)まで

補助 経営革新チャレンジ 支援事業補助金

令和3年4月以降に経営革新計画の承認を受け、BCP（事業継続計画）宣言をした中小企業に補助。
■補助額：1事業者あたり20万円
※販売計画を策定し販路拡大等に併せて業務効率化に取り組む場合は+30万円（特定業種の場合は+60万円）
■受付期限：令和4年3月31日(木)まで

相談 事業者伴走型創業・再展開 支援強化事業「Sou-ai拠点」

経営課題をワンストップで包括的に支援する拠点。創業や事業承継、事業再展開期の課題等、コーディネーターがそれぞれの課題にあった専門家へつなぎます。事前予約制。
■場所 草加商工会議所内
■時間 午前9時～午後5時
※常設稼働



できることから 震災に備えましょう



費用助成

家具転倒防止対策

問危機管理課 ☎922-0614 ☒922-6591

■対象 市税を完納している、15歳未満の人・65歳以上の人・障がい者手帳所有者のみで構成する世帯（壁に穴を空けるため賃貸住宅は住宅所有者の同意書が必要です）。
■助成金額 上限9000円。※登録事業者による取り付け。1世帯あたり家具3個まで。

無料 器具取付用の電動ドライバーの貸出もしています。（上記対象以外も可）

費用
一部補助

住宅の耐震診断・改修

問建築安全課 ☎922-1958 ☒922-3148

■対象建築物 昭和56年5月31日以前に建築確認を受け、工事に着手した建築物（分譲マンションは若干数）
■対象者 市内に建物を所有し、自ら1年以上居住する個人（マンションは管理組合等）。
・所有者が複数いる場合は、他の所有者の同意が必要です。
・事前申請制。契約済の場合は申請不可。
・実施後、令和4年3月1日までに実績報告書の提出が必要です。
・耐震改修は市税完納、施工業者等の要件があります。

無料 図面をもとに行う簡易診断ができます
申し込みは平面図や間取り図を用意し、電話で建築安全課へ。なお、現地調査は行いません。

■既存住宅の耐震診断補助

補助対象	補助金額	
木造（在来工法）2階建て以下の一戸建ての住宅、併用住宅または長屋住宅の耐震診断	診断費用の2分の1の額で、上限は住戸の戸数に5万円を乗じた額	
分譲マンション （区分所有されている共同住宅）	簡易診断	診断費用の2分の1の額で、上限10万円
	耐震診断	診断費用の2分の1の額か住戸の戸数に5万円を乗じた額のいずれか少ない額で、上限100万円

費用
一部補助

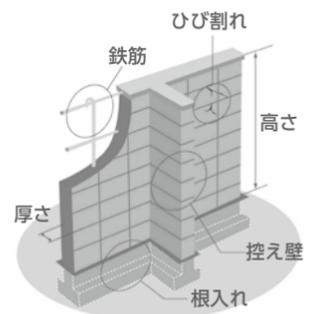
危険ブロック塀等の撤去

問危機管理課 ☎922-0614 ☒922-6591

■対象 道路（歩道を含む）に接し次の要件のいずれかに該当するブロック塀等（一部撤去は除く）。事前申請制。

要件

- ① 塀の高さが2.2mより高い
- ② 塀の厚さが10cm未満（高さ2mを超える場合は15cm未満）
- ③ 塀の高さの5分の1以上の控え壁が3.4m以下ごとくない
- ④ コンクリートの基礎（根入れ）がない
- ⑤ 塀に傾き、またはひび割れがある



■補助金額 ブロック塀等の撤去に係る費用の3分の2（上限40万円、1000円未満の端数は切り捨て）。※再設費用は対象外

■既存住宅の耐震改修補助

補助対象	補助金額
[木造住宅一般耐震改修] ●対象物件 木造（在来工法）2階建て以下の一戸建ての住宅、併用住宅または長屋住宅で、耐震診断の結果、総合評価が1.0未満と判定された建築物 ●対象工事 基礎、壁の補強、屋根の軽量化等の改修を行い、総合評価が1.0以上となる改修	(ア)～(ウ)の合計した額で上限55万円 (ア)改修に要した費用の23%で上限30万円 (イ)今年度中に補助を利用した場合は、改修に要した費用の2.5%で上限5万円 (ウ)補助対象者が65歳以上の場合、上限20万円
[木造住宅簡易耐震改修] ●対象物件 木造（在来工法）2階建て以下の一戸建ての住宅、併用住宅または長屋住宅で、耐震診断の結果、総合評価が1.0未満と判定された建築物 ●対象工事 総合評価が1.0を満たさなくても安全性の向上が見込める右記の改修	(ウ)～(ウ)の改修を同時に2つ以上行う場合は上限20万円 (ウ)耐震シェルターを設置する費用の23%で上限20万円 (ウ)屋根の葺き替えを行い、屋根を軽量化する費用の23%で上限20万円 (ウ)安全な空間の確保が見込める寝室等の補強に要する費用の23%で上限10万円
[分譲マンション耐震改修] ●対象物件 マンションの建替え等の円滑化に関する法律第2条第1号に規定する延床面積1000㎡、3階建て以上の耐火または準耐火建築物のマンションで、耐震診断の結果、構造耐震指標I _s 値が0.6未満と判定された建築物 ●対象工事 改修によりI _s 値が0.6以上となり、改修設計の安全性を公的機関等が適正と認めた改修	改修に要した費用の23%で上限200万円

■4月の放射線量等 ○大気中放射線量(単位：マイクロシーベルト/時) 最大値0.08/最小値0.07（市役所前）

定期的な健診・検診で健康をキープしよう!

40歳以上の人へ

特定健診

75歳以上の人へ

後期高齢者健診

問特定健診…保険年金課 ☎922-1593 ☎922-3178
 後期高齢者健診…後期高齢者・重心医療室
 ☎922-1367 ☎922-3178
 特定保健指導…健康づくり課 ☎922-0200 ☎922-1516

生活習慣病は、毎日の生活習慣や食事などの不摂生によって命にかかわる症状を引き起こす恐ろしい病気です。

■今年度の受診期間 6月1日(火)～12月17日(金)

- 日々の生活の中で体に不調を感じていない人や、普段運動をしていて健康に自信のある人でも、ある日突然、心筋梗塞や脳卒中などの生活習慣病を発症する恐れがあります。
- 自覚症状が現れにくい病気ですが、健診を通じて予防ができます。
- 健診の結果、一定の基準に該当する場合、保健師等が生活習慣改善のアドバイス(特定保健指導)を行います。(オンラインも可)

60歳になる人・65歳以上の人へ

脳の健康度チェック
(認知症検診)



問長寿支援課 ☎922-2862 ☎922-3279

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気です。

■今年度の受診期間 6月1日(火)～12月17日(金)

- 早い段階で発見し適切な治療を開始すれば、進行を遅らせたり、症状を改善することができる場合もあります。
- 65歳以上の約4人に1人は認知症またはその予備群であると言われています。
- 今年度中に60歳になる人、また65歳以上の市民は誰でも受診できます。特定健診等と一緒に脳の健康度チェックを行いましょう。

項目	対象者	費用	受診方法
認知症検診	令和4年4月1日までに ①60歳になる人(昭和36年4月2日～同37年4月1日生まれ) ②65歳以上の人(昭和32年4月1日以前生まれ)	無料 ※他に受ける診察・検査等を除く	健康保険証・お薬手帳を持参し、実施医療機関へ

**特定外来生物の
カミキリムシ駆除に協力を
～発見した場合は連絡を～**

問みどり公園課 ☎922-1973 ☎922-3145

葛西用水沿いなどの桜並木では、今年も特定外来生物の「クビアカツヤカミキリ」の発生が予想されています。また、例年、民家や会社敷地の樹木からの発生報告も相次いでいます。

■右記の特徴に当てはまる成虫を見つけた時は…

可能であれば踏みつけて捕殺した上で、以下へ連絡を。なお、特定外来生物は、許可なく飼養(飼育)、保管、運搬(持ち出し)することは法律で禁止されています。

街路や公園の桜の木で見つけた時	みどり公園課 (☎922-1973)
庭など自分で管理している桜・梅・桃の木で見つけた時	くらし安全課 (☎922-3642 ☎922-1030)

項目	対象者	費用	受診方法	主な検査項目
特定健診	国民健康保険加入者(令和3年9月30日までの転入等による途中加入者も含む)で40～74歳(昭和21年10月1日～同57年3月31日生まれ)	無料	5月末(5～9月に加入した人は、加入手続きの翌月末頃)に郵送した受診券・問診票・健康保険証を持参し、実施医療機関へ	問診、身体測定(腹囲測定含む)、検尿、血圧測定、血液検査(脂質・血糖・腎機能・肝機能)
後期高齢者健診	後期高齢者医療制度加入者で75歳以上(昭和21年9月30日以前生まれ) ※65歳以上で一定の障がいを持つ後期高齢者医療制度加入者を含む	無料	5月末(5月以降に75歳になる人は誕生月の翌月末頃)に郵送した受診券・問診票・健康保険証・(あれば)お薬手帳を持参し、実施医療機関へ	問診、身体測定、検尿、血圧測定、血液検査(脂質・血糖・腎機能・肝機能)

※市で実施する健診は、国の定めにはない血中たんぱく質の測定や尿酸検査、尿検査のほか、医師が必要と認めた場合には眼底検査、貧血検査、心電図検査を行っています。
 ※医療保険未加入者(生活保護受給者等)は上記表に示された健診には該当しません。別途健診を実施しています。

■健診・検診実施医療機関一覧

※新型コロナウイルス感染症の影響により受け入れが困難な医療機関もあるため受診前に相談してください。

地区	医療機関名	特定・後期	認知症	地区	医療機関名	特定・後期	認知症
谷塚西部	柳島クリニック	○	○	谷塚中央・谷塚東部	土谷メディカルクリニック	○	×
	みなみ草加クリニック	○	○		佐藤医院	○	×
	草加西部クリニック	○	○		肥田医院	○	○
	さくら整形外科	○	○		メディカルトピア草加病院	○	×
草加東部・草加稲荷	内藤クリニック	○	○	草加安行	中町クリニック	○	×
	山内医院	○	×		鳳永病院	○	○
	草加中央診療所	○	×		草加きたやクリニック	○	○
	山崎クリニック	○	○		瀧澤医院	○	×
	中田医院	○	○		いしどりクリニック	○	○
	あさこ小児科内科医院	○	×		あや総合内科クリニック	○	○
	内山内科小児科医院	○	○		ハーモニスタワークリニック	○	×
	草加永大クリニック	○	○		埼玉草加病院	○	×
	神谷医院	○	○		松本医院	○	×
たかぎ医院	○	×	白田診療所	○	○		
草加西部	おぎ野医院	○	×	大城クリニック	○	○	
	草加内科呼吸ケアクリニック	○	○	新田西部	平田クリニック	○	○
	かがわ医院	○	○		二宮病院	○	○
	大里内科医院	○	○		しんえいクリニック	○	○
	たなか内科・循環器内科クリニック	○	○		おかだこどもクリニック	○	×
	石井外科医院	○	○		レン・ファミリークリニック	○	○
	さかの医院	×	○		新田駅前内科クリニック	○	○
	草加菅原レディースクリニック	○	×		メディカルハブクリニック	○	○
	山崎胃腸科・内科クリニック	○	○		草加グリーンクリニック	○	○
	草加循環器クリニック	○	×		さいわい内科クリニック	○	×
草加すぎうら内科クリニック	○	○	いまじょうクリニック		○	×	
メディクス草加クリニック	○	○	新田東部	かたい内科クリニック	○	×	
ふかさく内科クリニック	○	×		草加脳神経外科クリニック	○	○	
かとうファミリークリニック	○	○		高木クリニック	○	×	
正務医院	○	○		草加パートナーズ内科・糖尿病クリニック	○	×	
草加川柳	虎溪医院	○	○	草加松原整形外科医院	×	○	
	豊田クリニック	○	×	水野クリニック	○	×	



特徴

首の部分が赤い(前胸が明赤色)、体長は約3～4cm程度、全体は光沢のある黒色

情報コーナー

・定員のある催しもの等で特に指定のないものは先着順 ・催しもの等の参加時は飲み物と筆記用具持参で
凡例 ①…問い合わせ先 ②…申し込み HP…ホームページ QRコード…ウェブ・メール

すとりと

対象は原則市内在住・在勤・在学者。
問い合わせは各担当先へ。

5月の 納税 ・ 納付

▶固定資産税・都市計画税 第1期
▶軽自動車税(種別割) 全期
5/31(月)までに市指定金融機関・
コンビニ、スマートフォン決済で

日曜・夜間納税窓口 市役所第2庁舎
・納税課
・後期高齢者・
重心医療室
日曜 9時～12時30分
夜間 ①(祝祭を除く)21時まで
※5月中は20時まで

6/1(水)～7(日)は水道週間。「生活もウイルス予防も蛇口から」



- 広報「そうか」掲載の催事は、感染防止策を講じて開催します。
- 公共施設を利用する時は、基本ルールと運営基準を守ってください。

基本ルール

【主催者】

- ・体調不良者の利用禁止
- ・利用人数の制限
- ・換気の徹底
- ・利用責任者が参加者を把握

【主催者と参加者】

- ・密閉、密集、密接を避ける
- ・マスクの着用
- ・こまめに手洗い
- ・うがい
- ・検温、健康チェックし、体調不良を感じたら外出しない

※状況により中止・延期となる場合があります。
詳細は市HPまたは各担当課へ確認してください。



発熱など症状があるときの 受診の流れを確認しましょう

新型コロナウイルス感染症 問い合わせ先

■かかりつけ医がいる人

かかりつけ医に電話で相談してください。

■かかりつけ医がない人

埼玉県指定診療・検査
医療機関検索システム



近くの医療機関の連絡先、受付時間が調べられます。医療機関に事前予約の上、受診してください。
※事前連絡をせずに医療機関に行くと、受診できない場合があります。

【受診先の確認・受診を迷う場合】

埼玉県受診・相談センター

☎048-762-8026 ②048-816-5801

[9時～17時30分(土曜を含む)]

【受診先の確認・一般的な質問】

感染症県民サポートセンター

☎0570-783-770 ②048-830-4808

[24時間年中無休]

※ファクスの場合、回答までに時間がかかる場合があります。

【救急の場合】

迷わず119番へ連絡してください。

お知らせ

5/21(金)・31(月) コンビニ交付サービス一時休止

5/21(金)14時～19時・31(月)終日はメンテナンスのため、マイナンバーカード(個人番号カード)による全国の指定コンビニでの証明書等の交付サービスが利用できません。①住民票、印鑑登録証明書、戸籍証明書等…市民課 ☎922-1526 ②課税・非課税証明書、所得証明書…市民税課 ☎922-1049 ③納税証明書…納税課 ☎922-1098 ④920-1502

機械式はかりの定期検査

6/15(水)10時～12時、13時～14時30分。会場は勤労福祉会館。県道草加流山線・さいたま草加線以北(栄町1丁目含む)地域の機械式はかり(250kg以下)対象。家庭用体重計、調理はかりも可。これ以外のはかりは12/24(金)までに市職員または県計量協会が巡回し検査します。①くらし安全課 ☎941-6111 ②941-6157

不正取得による権利侵害防ぐ 住民票等の本人通知登録を

第三者からの請求で本籍入りの住民票等を交付した場合に、住民票等に記載されている本人に交付事実を通知する本人通知制度を実施しています。対象は市の住民基本台帳、市が編製した戸籍、戸籍の附票に記載されている人。登録を希望する人は本人確認書類(運

転免許証、健康保険証等)を市民課または各サービスセンターへ。なお、本人以外による申し込みは同世帯の家族でも委任状が必要です。

■郵送での登録 ①市HPから草加市本人通知制度事前登録申込書入手し必要事項を記入(連絡先は昼間連絡がとれる電話番号に) ②登録者の本人確認書類(運転免許証、健康保険証等)のコピーを用意 ③封筒に①と②を同封し〒340-8550市民課へ。詳細は市HPで確認を。

④市民課 ☎922-1526 ⑤920-1501

催しもの

シルバーカルチャー教室

■水彩画体験会 6/4(金)・18(金)13時～16時。全2回。会場は中央公民館。定員10人。参加費1700円。スケッチブック、鉛筆・水彩道具持参。①シルバー人材センターへ。☎928-9211 ②928-9209

小・中学校 教科書展示会

6/11(金)～26(土)(祝を除く)12時～19時(土曜日は9時30分～16時30分)。会場は中央図書館。小・中学校で使用、または使用予定の教科書を展示します。①指導課 ☎922-2748 ②928-1178

生きもの調査会

6/12(土)8時50分谷塚文化センター集合(小雨決行)、12時解散。谷塚治水緑地付近の植物・野鳥を中心に観察。小学生以上対象。定員30人。双眼鏡持参。①環境課へ。メール



(QRコード)も可。☎922-1519 ②922-1030

地域包括支援センター(包) 介護者のつどい・介護予防教室

介護者のつどいは介護の情報交換と交流。介護をしている人、していた人、する予定の人対象。

■介護者のつどい 6/4(金)13時15分～14時45分。会場は高砂コミセン。①草加東部・草加稲荷(包) ☎959-9133 ②922-3801

■介護者のつどい 6/9(水)13時～14時30分。会場はであいの森。①草加川柳(包) ☎932-7007 ②931-0993

■サステナブル体操 6/3(土)13時30分～14時30分。会場は勤労福祉会館。体操による動作改善トレーニング。65歳以上対象。定員30人。①5/24(日)から新田西部(包)へ。☎946-0520 ②946-0523

生涯学習体験講座

①開催日の3日前までに生涯学習課へ。☎922-2819 ②922-3498

■プリザーブドフラワーのサマーリース作り 6/16(水)10時～11時30分。会場は中央公民館。定員20人。材料費2000円。ハサミ、木工用接着剤、ピンセット持参



■美味しい紅茶の淹れ方 6/24(土)、7/1(日)10時30分～13時30分。全2回。会場は草加市文化会館。定員6人。材料費2200円。布巾持参

■かんたんストレッチ 6/28(日)、7/5

③10時～12時。全2回。会場は中央公民館。定員30人。フェイスタオル2枚持参

■ソープカービング「香るソープブルメリアのリース」 7/7(水)10時～12時。会場は新里文化センター。定員8人。材料費1000円。持ち帰り用袋持参

■人生100年時代の幸福力アップセミナー 7/14(水)・21(水)14時～16時。全2回。会場は草加市文化会館。定員20人。資料代500円

世代間交流 楽しく卓球レッスン&ゲーム

6/19(土)9時30分～12時。会場は市民体育館。小学生以上対象。定員50人。参加費200円。室内靴、あればラケット持参。①5/21(金)から電話で草加市スポーツ協会へ。☎928-6361 ②922-1513

手話講習会

■手話奉仕員養成講座「基礎」 7/1～令和4年2/24(日)19時15分～21時15分。全30回。会場は草加市文化会館ほか。手話・聴覚障がい者の生活や特性など。入門講座修了または同等レベルの人対象。過去に1度受講した人も可。定員30人。テキスト代3300円。応募多数の場合抽選。①6/4(金)(必着)までに草加市社会福祉協議会、草加市文化会館、中央公民館ほかで配布する申込用紙(同協議会HP(QRコード)からも入手可)を同協議会へ。☎932-6770 ②932-6781



イス・ヨーガ体験教室

6/28㊤13時30分～15時。会場は瀬崎コミセン。自宅で簡単にできるイス・ヨーガ、ストレッチなどを体験します。瀬崎・谷塚地区居住者対象。定員20人。室内靴、タオル持参。㊤5/28㊤10時から同コミセンへ。☎924-5300

高齢者向け

ふれあいの里講座 みんなでズンバ

6/2～23の㊤10時～10時45分。全4回。会場はふれあいの里。ストレッチを取り入れたダンス・エクササイズ。軽運動ができる60歳以上対象。定員15人。室内靴、ヨガマットまたはバスタオル持参。㊤5/22㊤10時から電話で同館へ。☎920-6222☎920-6251



定員のあるものは5/21㊤ 8時30分から各館へ申し込みを

川柳文化センター ☎936-4088

▼ロビー 日本郵趣協会による切手展 5/25㊤～6/6㊤

▼おはなしの広場 6/11㊤・25㊤10時30分～11時15分 全2回 手遊び・紙芝居ほか 乳幼児と保護者対象 定員5組

▼おもちゃ病院 6/18㊤10時～12時 おもちゃの無料修理 部品代実費 1人2点まで

柿木公民館 ☎931-3117

▼おはなしの時間 5/26㊤10時30分～11時 読み聞かせ・手遊びほか 乳幼児と保護者対象

▼元気ルームMINI 6/3㊤10時～12時 ホール自由開放 乳幼児と保護者対象

▼おもちゃの病院 6/14㊤10時～12時 おもちゃの無料修理 部品代実費 1人2点まで

谷塚文化センター ☎928-6271

▼高齢者のひろば 6/8㊤13時30分～15時 保健師による誤嚥性肺炎の話「肺炎が嫌なら、のどを鍛えなさい」 60歳以上対象 定員25人

▼彩りのステンシル 6/14、8/9、10/18、12/13の㊤13時30分～15時 全4回 成人対象 定員8人 参加費1回1500円

▼少年少女発明教室 6/19～令和4年3/19の第3㊤(1月のみ1/22㊤、8・10月を除く) 9時30分～10時30分 全8回 小学4年生～中学生対象 定員12人 材料費1600円 定規・はさみ・持ち帰り袋持参 ㊤6/11㊤まで

▼すくすくクラブ 6/25㊤10時～10時40分…0～1歳6か月と保護者対象、11時～11時40分…1歳7か月～おおむね3歳と保護者対象 簡単工作・大型絵本

食生活改善推進員のおすすめレシピ コロナに負けないからだづくり

栄養バランスが整い、美味しく作れるレシピをご紹介します！毎日の献立にお役立てください。



vol.10 グレープフルーツとレタスのサラダ

■材料(2人分) グレープフルーツ…1/4玉(可食部60g) /㊤(オリーブオイル…小さじ1/はちみつ…小さじ1/4/酢…小さじ1/4/塩・こしょう…少々) /レタス…大1枚(40g) /ベビーリーフ…1/2パック(20g) /ミニトマト…2個(20g)

作り方

- ①グレープフルーツの皮と房をむき、汁はとっておく。
②㊤を合わせ、①から出た汁を合わせる。
③レタスを2cm角にちぎり、ベビーリーフと混ぜる。ミニトマトは1/4に切る。
④器にレタスとベビーリーフ・ミニトマト・グレープフルーツを盛り、②のドレッシングをかける。
◎グレープフルーツをオレンジやりんご、キウイ等の果物に代えても美味しいです。
※グレープフルーツは、降圧薬・狭心症薬等に影響がでる場合があります。

Point 初夏にピッタリのサラダです。グレープフルーツから出た汁をドレッシングに加えるのがポイント。

1人分 40kcal 食塩 0.3g

ほか 定員各回10人

▼谷塚元気ひろば 6/28㊤13時～14時30分 井戸端会議 65歳以上対象 定員20人

▼高齢者学級コスモス受講者募集 7/21～令和4年3/16の第3㊤10時～12時 全9回 講義ほか 65歳以上対象 定員30人 ㊤5/31㊤(消印有効)までに往復はがき(往信面…住所・氏名・生年月日・電話番号、返信面…住所・氏名)に記入し、〒340-0025谷塚仲町440同センターへ 結果通知は6月中旬予定

新里文化センター ☎927-3362

▼すくすくクラブ 6/10㊤10時～10時40分…0～1歳6か月と保護者対象、11時～11時40分…1歳7か月～3歳と保護者対象 簡単工作・読み聞かせほか 定員各回10人

▼のびのび広場 6/18㊤10時～11時 季節の遊び・読み聞かせ 乳幼児と保護者対象

▼おもちゃの病院 6/25㊤10時～12時 おもちゃの無料修理 部品代実費 1人2点まで

中央公民館 ☎922-5344

▼ところを結ぶ光のひろば 6/1㊤10時～12時 点字体験ほか

▼華道講座 6/7～21の㊤10時～12時 全3回 成人対象 定員5人 参加費1回2000円

▼オリンピックごっこ 6/11㊤10時～10時40分…0～1歳6か月と保護者、11時～11時40分…1歳7か月～3歳と保護者 定員各回5組(兄弟姉妹で参加する場合は上の子の年齢で申し込みを)

▼ホットひと息「子育てサロン」 6/16㊤10時～10時40分…0～1歳6か月と保護者、11時～11時40分…1歳7か月～3歳と保護者 親子友だち作り・手遊びほか 定員各回5組

▼にじいろタイム 6/18㊤11時～12時 わらべ唄・読み聞かせほか 未就園児と保護者対象 定員10人

▼マタニティー「だっこまぎゅっ」 6/18㊤13時30分～ 胎教と友だち作り 初妊婦対象 定員10人

▼羊毛フェルトでスイーツアクセサリー作り 6/19㊤10時～11時30分 小4～6年生対象 定員10人 参加費500円

新田西文化センター ☎942-0778

▼ママといっしょにおはなし会 5/24㊤10時30分～11時 読み聞かせ・手遊びほか 乳幼児と保護者対象

▼放課後クラブ 6/3㊤17時～18時…卓球 6/4㊤16時30分～17時…体幹強化・柔軟性UP 6/15㊤16時30分～17時30分…スポーツウエルネス吹矢 6/

21㊤16時～17時…将棋 小学生対象(保護者同伴)

▼外国籍市民のための日本語教室 6/5㊤・19㊤10時～12時

▼ホットひと息「子育てサロン」 6/7㊤10時～10時40分…0～1歳6か月と保護者対象、11時～11時40分…1歳7か月～3歳と保護者対象 簡単工作・手遊び 定員各回10人

▼おもちゃの病院 6/7㊤10時～12時 おもちゃの無料修理 部品代実費 1人2点まで

▼謎解きゲーム「おとぎワールド～魔法図書館からの脱出～」 6/13㊤10時～11時30分…小学1～3年生対象、13時30分～15時…小学4～6年生対象 定員各回30人(1チーム3人(個人の申し込みも可))

草加の畑でじゃがいも掘り 収穫体験

●氷川児童センター ☎928-2341 6/7㊤10時15分三浦農園集合(雨天時6/14㊤)、12時解散 幼児と保護者対象 定員20組 参加費400円

●川柳文化センター ☎936-4088 6/19㊤9時30分～10時30分 同センターで 小学生と保護者対象 定員8組 参加費1人200円

●住吉児童館 ☎928-5736 6/12㊤10時30分～、11時～ いずれも三浦農園集合(雨天時6/19㊤) 幼児～小学生(保護者同伴)対象 定員各20組 参加費400円

●谷塚児童センター ☎925-1856 6/13㊤10時～11時に三浦農園集合(雨天時6/20㊤) 幼児(保護者同伴)～高齢者対象 定員30組 参加費400円 ㊤5/21㊤8時30分から川柳文化センターへ、10時から各児童館へ。

●保育ステーション ☎920-1120 6/17㊤10時30分三浦農園集合 1歳以上の未就学児と保護者対象 定員20組 参加費300円 ㊤5/27㊤9時から電話で保育ステーションへ。





■小学生のための読み聞かせ 6/20㊤ 11時～11時20分 小学生対象 定員5組 (当日先着順)

■絵本の読み聞かせと紙芝居 ㊤15時30分～15時50分 (3歳以下対象)、㊤11時～11時20分 (幼児以上対象)、㊤㊤14時30分～14時50分 (幼児以上対象) 定員各5組 (当日先着順)

■地域開放型図書室

西町・川柳・高砂小	㊤10時～16時、 (年末年始・蔵書点検日を除く)
-----------	------------------------------



定員のあるものは5/21㊤ 10時から各館へ申し込みを

氷川児童センター ☎928-2341

▼外遊びスペシャル 5/29㊤・30㊤13時15分～、15時15分～ 幼児 (保護者同伴) ～18歳対象

▼おもちゃばこ・ONLINE 6/2～30の㊤13時15分～14時15分 オンライン会議Zoomを使っの交流遊び場 0～3歳と保護者対象 ㊤当日12時までに同センターへ

▼おもちゃ病院 6/3㊤13時～14時30分 おもちゃの無料修理 部品代実費 1人2点まで

▼造形ワークショップ「ソーマトロップ」 6/6㊤13時15分～14時15分、15時15分～16時15分 幼児 (保護者同伴) ～18歳対象 定員各6人

▼みなクル工房「ピンホールカメラ」 6/12㊤13時15分～14時15分、15時15分～16時15分 小学生～18歳対象 定員各6人

▼パパと遊ぼう「鉄棒でまわってみよう」 6/19㊤10時30分～11時30分 (雨天中止) 3歳以上の未就学児と保護者対象 定員6組

▼ひ革工房 6/19㊤13時15分～14時15分、15時15分～16時15分 コードクリップ作り 幼児 (保護者同伴) ～18歳対象 定員各6人

▼子ども企画 6/20㊤13時15分～14時15分 子どもが会議をし、企画・運営するプログラム 小学生～18歳対象

▼ダーツカフェ 6/20㊤17時～18時 中学生～18歳対象 定員6人

谷塚児童センター ☎925-1856

▼おもちゃ病院 5/27㊤13時30分～15時 おもちゃの無料修理 部品代実費 1人2点まで

▼親子で作ろう「うなり笛」 5/28㊤14時45分～15時30分 3歳以上の幼児と保護者対象 定員5組

▼けん玉チャレンジ 5/30㊤14時～14時45分 小学生対象 定員10人

▼ぬり絵コンテスト 6/1㊤～22㊤10時～17時 3歳～小学生 (幼児は保護者同伴) 対象 6/24㊤～29㊤は投票

▼脳トレボードゲーム「ウボンゴ」 6/5㊤14時～ 小学生対象 定員4人

▼父の日制作「メモスタンド」 6/11㊤14時45分～15時30分 3歳以上の幼児と保護者対象 定員5組、19㊤14時～ 小学生対象 定員5人

▼ママのためのリフレッシュヨガ 6/19㊤10時15分～ 定員10人

▼ともだち文庫の「おはなしポケット」 6/21㊤11時～ 読み聞かせ・わらべ唄 乳幼児と保護者対象 定員10組

新栄児童センター ☎942-9876

▼ふれあいグラウンド・ゴルフ 5/22㊤14時～15時 小学生対象

▼ドッジボール大会 5/27㊤16時～ 小学生対象

▼ぬり絵コンテスト 6/1㊤～19㊤ 幼児～小学生 (幼児は保護者同伴) 対象

▼おもちゃ病院 6/11㊤10時～12時 おもちゃの無料修理 部品代実費 1人2点まで

▼大切な家族へのプレゼント作り 6/14㊤・17㊤15時30分～ メッセージカード作り 小学生対象

わくわくタウン松原 ☎941-2905

▼キラキラ組ひも作り 5/31㊤～6/4㊤ (㊤を除く) 15時～ 会場はコンフォール松原19号棟 小学生対象 定員各5人 ㊤5/24㊤13時から電話で同館へ

▼ペットボトルビーズのアクセサリ作り 6/7㊤～18㊤ (㊤を除く) 15時～ 会場はコンフォール松原19号棟 小学生対象 定員各5人 ㊤5/31㊤13時から電話で同館へ

▼ピヨピヨ広場 6/8～29の㊤10時～、11時～ 会場はコンフォール松原19号棟 令和2年4/2以降に生まれた乳児と保護者対象 定員各回8組 ㊤参加希望日1週間前の㊤13時から電話で同館へ

▼おもちゃ病院 6/18㊤13時30分～15時 会場は子育て支援センター おもちゃの無料修理 部品代実費 1人2点まで

▼飛ばせWeek～ブーメラン～ 6/21㊤～25㊤ (㊤を除く) 15時～ 会場はコンフォール松原19号棟 小学生対象 定員各5人 ㊤6/14㊤13時から電話で同館へ

▼初めての誕生日会 6/29㊤13時～ 会場はコンフォール松原19号棟 令和2年6月生まれ対象 定員10人 ㊤6/1㊤10時から電話で同館へ

住吉児童館 ☎928-5736

▼ABCで遊ぼう 5/24㊤15時30分～16時30分 3歳～小学生 (幼児は保護者同伴) 対象 定員10組

▼ふれあいバイオリンコンサート 5/31㊤11時～ 乳幼児と保護者対象 定員10組

▼こぶたのしっぽ 6/2㊤11時～ パネルシアター 乳幼児と保護者対象

定員10組

▼読み聞かせ「バンビ」 6/7㊤・21㊤11時～ 乳幼児と保護者対象 定員10組

▼大好きな人へプレゼント 6/16㊤～18㊤16時～ うちわ作り 小学生対象 定員各10人

▼おもちゃ病院 6/19㊤13時30分～15時 おもちゃの無料修理 部品代実費 1人2点まで

会員募集

公共施設での市民の自主的なサークル活動を紹介しています。交渉は当事者間で。市は関与しません。掲載依頼は指定の用紙で。

■紺青の会 (着付け) 第1・3㊤11時～13時 勤労青少年ホームで 着るから着せるまで楽しく練習します 月額2500円 月1回でも可 ㊤関根☎090-2521-3286

■白鶴クラブ (太極拳) ㊤13時～15時 勤労青少年ホームで 会員一同和やかな雰囲気での親切な指導です 入会金1000円 月額2000円 ㊤齊藤☎924-4275

■スポーツウエルネス吹矢 ㊤9時～11時 中央公民館で 腹式呼吸法を根幹とした軽い運動で健康維持・増進に 入会金1000円 1回300円 ㊤関根☎090-4062-1356

■俳友の会 月1回13時～15時 中央公民館で 先生による指導と添削あり 俳句を作って交流を深めましょう 初心者歓迎 月額1000円 ㊤山田☎930-0718

■Hyper Moon (トランポリン) ㊤または㊤17時～19時 市民体育館で 小学生対象 1回700円 ㊤大平☎090-9950-5669

■あすま棋楽会 ㊤13時～17時 新里文化センターで 将棋初級者の集まりです 現在会員6人 月額200円 ㊤塚越☎090-8110-4013

■西町バドミントンクラブ ㊤19時～21時 西町小で 練習・親睦 一緒に楽しみませんか 月額1000円 ㊤張替☎941-7141

■幼児体操びーんず 月2回㊤または㊤9時50分～11時 川柳文化センターで 先生指導のもと親子で体操をするサークル 1～4歳対象 入会金300円 月額800円 ㊤渡邊☎090-7940-9659

■筆びより (筆ペン・ボールペン) 月2回㊤9時30分～11時 谷塚文化センターで 資格がとれます 当番はありません 初心者歓迎 体験可 月額3000円 ㊤川嶋☎922-0941

■トランポリンGale ㊤19時～21時 記念体育館で 楽しく跳ぼう 小学生以上対象 入会金3000円 月額5000円 体験500円 ㊤田口☎090-1763-0594

■シュークリーム (料理) 第4㊤9時～13時 谷塚文化センターで 入会金1000円 月額1000円 ㊤アザミ☎924-6330

■ユニカール 第1㊤㊤・2㊤・4㊤9時～11時 八幡コミセンで 老若男女がすぐに楽しめる室内競技です 年会費1000円 1回100円 ㊤岡田☎936-4189

■草加レディース英会話サークル ㊤10時30分～12時 勤労青少年ホームで 外国人講師による楽しい英会話です 1回1100円 ㊤三橋☎090-5588-1391

■新田平成塾宗照会 (茶道裏千家) 第1・3㊤10時～12時 新田小で お茶を通し四季を味わい楽しみましょう 月額3000円 ㊤秋元☎090-3233-3615

■若木 (生田流箏) 第1・3㊤13時～15時 勤労青少年ホームで 初心者・楽器をお持ちでない人もどうぞ 月額3000円 ㊤島根☎922-3641

■Friends (英会話入門) 月2回㊤10時～12時 新田西文化センターで 入会金1000円 月額3000円 ㊤しげふじ☎090-8515-5015

■草加健康体操高砂教室 第1・2・4㊤9時30分～11時 高砂コミセンで 体力に不安な人バットン棒などで楽しく汗を流しませんか 入会金1000円 月額1500円 ㊤吉澤☎090-7906-5195

市HPのバナー広告主募集中

市HPから入手した申込書等を広報課へ。 ☎922-0549 ㊤922-3041

市HPトップページの月平均閲覧数は16万1000ビュー (1～4月)。掲載されたバナー広告は多くの人に閲覧される有用な媒体として期待できます。

■掲載ページ

- ①トップページ 6つのサブトップページにも掲載されます。HP内で最も多く閲覧される場所。
- ②見出しページ ①以外の見出しページに掲載。特定のターゲットにアピールすることができます。

■掲載料 (月額) ①3万円、②3000円

※①のみ長期掲載で割引あり (全額前払い) 掲載期間6か月で15万円・1年間で30万円

■規格 縦60ピクセル×横150ピクセル (固定) 10KB以内でGIF (アニメGIF不可) またはJPEG形式

■掲載期間 毎月1日～末日の1か月単位で最長1年間 (更新可)





新型コロナウイルス

問い合わせ

草加市新型コロナウイルスコールセンター
☎0570-666-578 ☎927-0501

☎☎を含む午前8時30分～午後5時15分

予約再開

65歳以上の優先接種 5月25日(火)午前8時30分から

- 3万5000人以上のワクチンを確保
- 個別接種〈医療機関〉が選択可能になりました。
(一部医療機関は調整中)

予約方法

インターネットまたは電話で2回分予約

※市役所・接種会場・医療機関の電話・窓口では予約できません

インターネット(予約システム) | 電話(コールセンター)

https://soka.hbf-rsv.jp



☎0570-666-578

※全国共通のナビダイヤルでご案内しており、通話料がかかります。

- 接種は強制ではありません
 - 副反応がおこる可能性があります
 - 基礎疾患がある人は事前にかかりつけ医に相談を
 - 最新の情報は市HPまたはコールセンターで確認を
- ☎新型コロナウイルス対策課☎922-1839 ☎927-0501

予約時の注意

- 1回目と2回目は同時に予約します。2回目の予約については、1回目の日付から3週間後の同じ会場になりますので、ご了承ください。
- インターネット予約は、アクセスが集中すると途中で回線が途切れることがあります。予約完了後は必ず再度ログインし、予約が完了しているか確認してください。
- 電話予約は、しばらくはつながりにくい状況ですが、「焦らず」「時間をおいて」おかけください。
- 今後も順次ワクチンが供給されてきます。希望する人は必ず接種できますので安心してお待ちください。

自宅でチャレンジ!!

楽しく脳力アップ!

☎長寿支援課☎922-2862 ☎922-3279

脳の活性化でいつまでも元気に!

- 「できそうで難しい」ことへの挑戦が、一番脳に刺激があります。
- 失敗しても『笑って』続けることが大切です。

脳の健康度チェックを受けましょう!

認知症の早期発見・対応を目的に60歳になる人、65歳以上の人を対象に6月1日から「脳の健康度チェック(認知症検診)」を実施します。市内の医療機関で実施しますので、特定健診等に合わせて受診してみたいかがですか?
→[検診の詳細は3面へ](#)

チャレンジ1

あたまの体操 「すりすり・とんとん」

太ももの上を「すりすり」と「とんとん」。
それぞれ同時に行います。

8秒×2セット×左右を交換



チャレンジ2

口を使った体操 「あいうべ体操」



「あ」「い」「う」⇒大きく口を動かして大きな声を出します。
「べ」⇒「べ～」と言いながら舌を前に長く出します。

できごとまちかど 3・4月

3/23 町名改正記念碑と耕地整理記念碑を再建立

町名改正記念碑は昭和6年(1931年)、耕地整理記念碑は同11年(1936年)、ともに草加小学校敷地内に建立されました。

その後、移転先の市役所来庁者用駐車場整備に伴い一時撤去されましたが、3月23日(火)、中央二丁目公園内に再建立されました。

記念碑の裏側には、「草加町」は寛永7年(1630年)に公認された草加宿に端を発すること、草加町所属の「谷古宇」の地名は鎌倉時代の史書『東鑑』にも載るほどの由緒を持つことなどが刻まれています。草加町の字(町)名変更、耕地整理の歴史的事実を伝える貴重な資料です。



4/24

春の子どもフェスタ



▲春の子どもフェスタ実行委員長による開催宣言



▲カメラの前でYouTuber体験

▲缶バッジ作りを体験する子どもたち

まつばら綾瀬川公園で開催。同フェスタは、小学生の有志41人の「春の子どもフェスタ実行委員」が企画・運営し、リモート会議などで4か月間準備を進めてきました。

当日は実会場とオンライン会場が設けられ、実会場ではしっかりと感染対策も行いながら、ものづくりやYouTuber体験など様々な催しが用意され、会場は子どもたちの笑顔で溢れる1日となりました。

▼オリパラクイズエリアで聖火模型をもって記念撮影



4/26 「ゼロカーボンシティ」共同宣言



▲浅井市長(左端)ほか4市1町の首長

埼玉県東南部地域5市1町(草加市、越谷市、八潮市、三郷市、吉川市、松伏町)の首長が「ゼロカーボンシティ」共同宣言を行いました。今後、5市1町は、圏域内の住民、事業者と連携して「2050年二酸化炭素排出実質ゼロ」を目指し、再生可能エネルギーの利用推進、廃棄物の削減、省エネ・再エネ普及啓発事業などの共同取組を検討していきます。

ゼロカーボンシティ

環境省では、2050年にCO2(二酸化炭素)排出量を実質ゼロにすることを旨とすることを公表した自治体を「ゼロカーボンシティ」と定義しています。

「実質排出量ゼロ」とは、二酸化炭素などの温室効果ガスの人為的な発生源による排出量と、森林等の吸収源による除去量との均衡を達成することとされています(環境省ホームページより)。