

NO.1096

9月5日号

平成25年（2013年）

発行：埼玉県草加市
編集：市長室広報担当
〒340-8550 草加市高砂1-1-1
代表 ☎048-922-0151
☎048-922-3173

広報

そうか

（ 広 報 そ う か は 毎 月 5 日 ・ 20 日 発 行 ）

市長室広報担当直通
☎048-922-0549 ☎048-922-3041

携帯用HPQRコード

ホームページ 草加 検索

http://www.city.soka.saitama.jp/

配布に関する問い合わせは
（土・日曜日、祝日を除く）

松原1～4丁目
松原団地見守りネットワーク ☎048-933-9500

その他の地域は
シルバー人材センター ☎048-928-9211



SKT=スポーツ・健康・都市

草加市は、一人でも多くの市民が健康でいられるよう

平成24年度から
週24Ex（エクササイズ＝運動量）を目指す
24万市民のスポーツによる健康づくり活動
⇒SKT24



に取り組んでいます。
なぜ、市ではSKT24を進めるのか。
今回は、ロコモティブシンドロームに焦点をあ
てて紹介します。

Exは日常生活の
動きで換算できます。
20分の歩行で
1Exを得られます。



問 スポーツ振興課
☎922・2861
☎922・3172

Q あなたはロコモを
知っていますか？



...ロコモコ丼？

...それとも
携帯電話？

あなたにはこんな症状ありませんか？

- ☐ 片足立ちで靴下がはけない
- ☐ 家の中でつまづいたり滑ったりする
- ☐ 階段を上がるのに手すりが必要である
- ☐ 横断歩道を青信号で渡りきれない
- ☐ 15分くらい続けて歩けない
- ☐ 2kg程度の買い物を持ち帰るのが困難
- ☐ 家のやや重い仕事が困難

ひとつでもあてはまるなら、あなたは
ロコモティブシンドロームかもしれません

A ロコモティブシンドローム（ロコモ）とは、
加齢や生活習慣が原因で足腰の機能が
衰えることです。
将来、要介護になる危険があります。

加齢や生活習慣が原因で足腰の機能が衰える「ロコモティブシンドローム」。骨、関節、筋肉などの運動器の働きが衰えると、介護が必要となったり寝たきりになる可能性が高くなります。介護と聞くと高齢者になってからの問題と簡単に考える人も多いかもしれませんが、実は骨・関節・筋肉の衰えは40代から始まる人が多いのです。

運動量に個人差

健康意識の高まりから、スポーツジムで汗を流したり、ジョギングやサイクリングを楽しむ人も増えていますが、その一方で、仕事が忙しくたまの休日にはゆっくりと静養したいと考える人もいます。もちろん、十分な休養は大切ですが、適度な運動を継続して行うことは健康を維持する上で欠かせないことです。

まだ若いから関係ない？

骨や筋肉の量のピークは20～30代ということをご存知ですか。骨や筋肉は適度な運動と適切な栄養を摂ることで強く丈夫に維持されます。また、椎間板（ついかんばん）や軟骨にも適度な運動負荷が必要です。弱った骨や筋肉では、40代・50代で身体の衰えを感じやすくなり、60代以降、思うように動けない身体になってしまう可能性もあるのです。

人生の最後まで自分の足で歩けるように健康寿命を延ばしましょう

「平均寿命」ではなく「健康寿命」という言葉があるのをご存知ですか。健康寿命とは、文字どおり健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。平均寿命と健康寿命の間には、男性で約9年、女性で約12年の差があるといわれています。加齢により誰でも肉体は衰えていきます。その時、足腰や手足の痛みがなく、いかに健康で過ごせるか。健康寿命を延ばすには、今から適切な運動を日常生活に取り込むことが大切です。



私がお答えします

草加八潮医師会
日本整形外科学会認定専門医
木原 仁 医師

60分に得られる
運動量(Ex)の一例

生活活動

- 3.0Ex ウォーキング・散歩
- 3.3Ex 台所作業全般
- 3.5Ex 子どもと遊ぶ

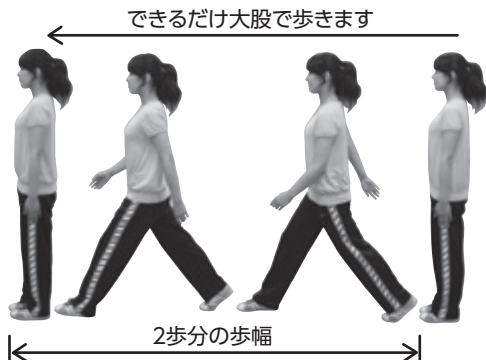
運 動

- 3.0Ex ゴルフ打ちっぱなし
- 3.8Ex ラジオ体操
- 5.3Ex 平泳ぎ
- 5.8Ex クロール(ゆっくり)
- 7.3Ex エアロビクス
- 7.5Ex スポーツサイクリング

「ロコモは高齢者の問題。私にはまだまだ先のこと」と思っていないかもしれません。筋肉の衰えは40代から始まります。通勤や掃除、調理などの生活活動にちよつとした運動を加え、1週間に24Exの身体活動を確保しましょう。

40代から要注意！

今から始めよう週24Ex(エクササイズ)



2ステップ値=2歩分の歩幅(cm)÷身長(cm)

注意すること

- 介助者のもとで行いましょう
- 準備運動をしてから行いましょう
- 滑りにくい床で行いましょう
- バランスを崩さない範囲で
- 決して無理をしない
- 歩行に自信の無い人は行わない

年代別2ステップ値(各年代の平均値)

平均値の範囲内又はそれ以上の場合は
年齢相応の歩幅を維持していると判定します

男性	女性
1.64～1.73・・・20～29歳	1.56～1.68・・・20～29歳
1.61～1.68・・・30～39歳	1.51～1.58・・・30～39歳
1.54～1.62・・・40～49歳	1.49～1.57・・・40～49歳
1.56～1.61・・・50～59歳	1.48～1.55・・・50～59歳
1.53～1.58・・・60～69歳	1.45～1.52・・・60～69歳
1.42～1.52・・・70～79歳	1.36～1.48・・・70～79歳

「ロコモ度テスト」で調べよう
年代相応の移動能力を維持できていますか？

- 1 スタートラインを決め、両足のつま先を合わせます。
- 2 できる限り大腿で2歩歩き両足をそろえます。
(バランスを崩した場合は失敗です)
- 3 スタートラインのつま先から着地点のつま先までの2歩分の歩幅を測定します。
- 4 2回行って良かったほうの記録を採用します。
- 5 2歩分の歩幅を身長で割り、2ステップ値を算出します。
- 6 2ステップ値を以下の表に当てはめると歩行年齢がわかります。

出典：ロコモチャレンジ！推進協議会ホームページ

障がい者の総合相談窓口

草加市基幹相談支援センターを10月1日から開設

市では、障がいの者の総合相談窓口となる草加市基幹相談支援センターを、10月1日(火)から開設します。

同センターでは、障がいのある人やその家族などからの日常生活における様々な相談への対応に加え、成年後見人制度の利用支援など障がいの者の権利擁護や、虐待の早期発見・防止等に必要な支援を行います。

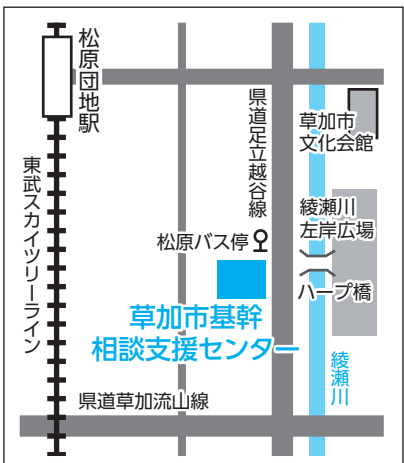
さらに、障がい福祉サービスの利用を希望する人に利用計画を作成し、定期的な家庭訪問等により継続的なサービス利用の支援を行うなど、「計画相談支援」も実施します。

なお、同センターの運営は、市が社会福祉法人草加市社会福祉事業団に委託し行います。

センターの概要

■住所 栄町2-1-32ストーク草加式番館1階 松原団地駅東口徒歩8分

■電話番号 ☎933・9271 FAX935・6621 (10月1



日から)

■開設時間 来所：月曜～金曜 日午前8時30分～午後5時 電話相談：月曜～土曜 日午前8時30分～午後5時 いずれも祝日、年末年始等は除く

■利用方法 来所相談を希望する場合は事前に電話で予約してください

利用説明会を開催

草加市基幹相談支援センター

移転しました
草加市障害者
就労支援センター
東部障がい者
就業・生活支援センター
みらい

障がいのある人の就労を支援する事業を行う「草加市障害者就労支援センター」、東部障がい者就業・生活支援センター「みらい」の事業所が、「草加市基幹相談支援センター」と同じ建物内に移転しました。

両センターとも、社会福祉法人草加市社会福祉事業団が受託し運営を行っており、前者は市内、後者は市内を含む県東部地区を対象に事業を行っています。

の開設にあたり、その事業内容や利用方法などについての説明会を開催します。手話通訳あり。駐車場が限られているため、できるだけ公共交通機関を利用してください。

■日時 9月26日(木)午後1時30分～3時30分

■会場 中央公民館

■定員 200人(当日先着順)

■申込 障がい福祉課 ☎922・1422 FAX922・1153

なお、草加市障害者就労支援センターで行う、就職準備、就職活動、職場定着、就労継続、職場実習などの事業の利用を希望する場合は、事前に同センターに登録していることが必要です。

■対象 市内在住の障がいのある人

■利用登録 事前に電話で面接の予約。面接の結果、必要に応じて登録

■日時 月～金曜日(祝日除く) 午前8時30分～午後5時

■利用料 無料(職場見学・実習時の交通費等は自己負担)

また、障がいのある人の雇用や実習を希望する事業所からの相談についても随時受け付けています。

■問合せ 草加市障害者就労支援センター(東部障がい者就業・生活支援センターみらいも同じ) ☎935・6611 FAX935・6621

審議会等の委員を募集

特別職報酬等審議会
次世代育成支援対策地域協議会

・地域活動等の経験・小論文(600～800字)を記載し、期限までに各担当課へ。ファクス・Eメールでも可。

特別職報酬等審議会委員

特別職の市議会議員、市長、副市長、病院事業管理者および各種審議会委員の報酬等について意見を述べ、検討する市民委員を募集します。対象は20歳以上(11月16日現在)。募集は1人。任期は委嘱の日から2年間。9月30日(月)までに〒340-8550 職員課へ。小論文のテーマは「草加市の特別職の報酬等について」。公開抽選は10月9日(水)午後2時から市役所契約課会議室で。☎922・0983 FAX922・3098 ①shokunka@city.soka.saitama.jp

次世代育成支援対策地域協議会委員

次世代育成支援行動計画につ

国民健康保険 被保険者証を 10月下旬に送付

現在、使用中の国民健康保険被保険者証の有効期限は10月31日(木)までです。これに伴い、11月から有効となる被保険者証を10月下旬に特定記録郵便で郵送します。簡易書留での送付を希望する世帯は9月20日(金)までに140円分の切手を持参し、保険年金課またはサービスセンターで手続きをしてください。

なお、市では平成26年8月か

他の健康保険に加入した場合の脱退の手続きを

ら、国民健康保険の被保険者証と高齢受給者証の一体化を予定しています。これに伴い、今回送付する被保険者証の有効期限は平成26年7月31日までとなり、有効期間が9か月間になります(通常1年間)。

既に他の健康保険に加入している場合は、国民健康保険を脱退する届け出が必要です。加入した職場などの健康保険証と草加市国民健康保険の被保険者証を持参し、保険年金課またはサービスセンターで手続きをしてください。

■問合せ 保険年金課 ☎922・1592 FAX922・3178

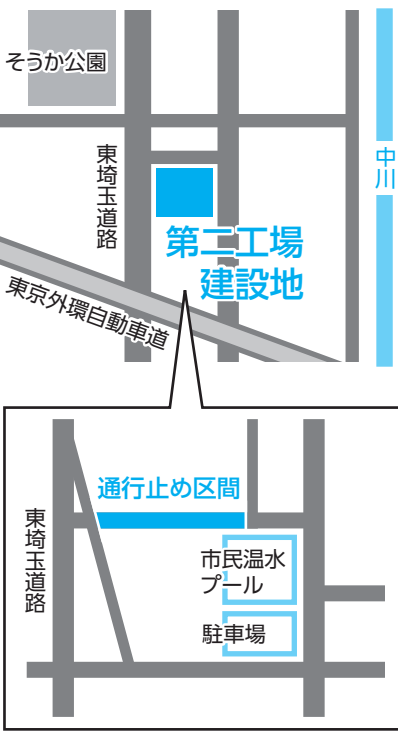
市民温水プール

北側道路が
通行止めに

柿木町に東埼玉資源環境組合が建設する第二工場ごみ処理施設

設の建設工事が始まります。工事期間は平成28年3月末までの予定です。建設に伴い市民温水プール北側道路の一部が同工場の敷地になるため、10月3日(木)午後2時以降、利用できなくなります。プール正面入り口への歩道は通行できます。

■問合せ 東埼玉資源環境組合 ☎936・1251 FAX931・5206



10月13日(日)の 市役所日曜窓口を休止

10月13日(日)の市役所日曜窓口は、業務システムの改修作業を行うため休止します。

休止するのは市民課(パスポート交付を含む)、納税課、保険年金課、後期高齢者・重心医療課、子育て支援課の全

なお、出生届・婚姻届など

の戸籍に関する届け出については、市役所宿直室(本庁舎1階北側)で受け付けます。

■問合せ 市民課 ☎922・1536 納税課 ☎922・1098 保険年金課 ☎922・1592 後期高齢者・重心医療課 ☎922・1367 子育て支援課 ☎922・1476



市内での被災地産品の販売会

市議会6月定例会が閉会した後に、東日本大震災で甚大な被害を受けた釜石、石巻、仙台市を訪問しました。また、7月初めには町会連合会の各町会・自治会長の皆さんと、いわき市に行ってきました。

平成23年3月11日に発生した大震災から現在までの2年半の間に、復興に向けた様々な取り組みが報道されてきました。しかし、実際に足を運んでみると、全く復興・復旧が進んでいない地域があり、報道による印象と現実には大きな開きがあることを痛感させられます。

いわき市の浜風商店街の復興支援員の方に話を伺うと「復興できていない所にこそ目を向けて欲しい」、「放射能の数値に問題はないのに農産物が売れず、風評被害に苦しんでいます」といった声や「この大震災を風化させないことが大切です」という声が聞か

れました。「がんばろう日本」という言葉を様々な場面で耳にします。では、私たちは何をがんばるのでしょうか。被災地は今どうなっているのかに目を向けること。それを正しく理解すること。風化させないこと。何をすることが復興に繋がるのかを考えること。自分に出ることを改めて考えてみたいと思います。

草加市では、市民の皆様からの寄附を被災者支援基金としてお預かりし、市内での被災地産品の販売に協力するなど、被災地の復興、被災者への支援に取り組んでいます。まだ終わってはいない被災地の復興に向け、引き続き皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

こんにちは！市長の田中です 今、私たちに出来ることを 考えてみましょう



子どもの見守り活動・地域のパトロール活動をしている皆さん、草加市安全安心アカデミーと一緒に学びませんか。アカデミーでは、基礎を学ぶ講義形式の講座に加え、シミュレーションを交えながら、パトロール活動の方法を実践的に学ぶ講座も開催します。講習・実習を通じて、普段のパトロール活動のレベルアップを図りましょう。

講座の日程や内容は下表の通り。1日のみの受講も可。10月13日と27日の両日を受講した人には修了証を発行します。

■会場 中央公民館
■対象 18歳以上の市内在住・在勤・在学者
■定員 各50人（未受講者優先で先着順）
■9月30日(月)までにくらし安全課へ。ファクス、Eメールでも可（住所・氏名・電話番号・受講希望回を記入）。☎922・3607 FAX 922・3041
kurashianzen@city.soka.saita.majp

パトロール活動のレベルアップを 安全安心アカデミーを開講

安全安心アカデミー 講座内容

回	日 時	講座名(上段)・講師(下段)
1	10月13日(日) 午後1時30分～4時	「パトロール基礎講座」 日本ガーディアン・エンジェルス
2	10月27日(日) 午後1時30分～4時	「パトロール活動実践講座」 日本ガーディアン・エンジェルス
3	11月24日(日) 午後1時30分～4時	「安全講座 一住宅侵入対策」 草加警察署、県住宅課・住まいの防災アドバイザー
4	12月1日(日) 午後1時30分～4時	「特別防災講座 一子どもを取り巻く様々な危機と安全教育」 日本こどもの安全教育総合研究所 理事長 宮田美恵子氏

秋空の下 市内を巡ろう サイクリングスタンプラリー 名所巡りウォーキング 健康ウォーキング 10月14日(祝)に開催

10月14日に開催される草加スポーツフェスティバルの種目として、サイクリングスタンプラリーを開催します。スポーツ健康都市の宣言35周年にちなみ、市内35か所のポイントを自転車

で回り、スタンプを集めます。また、草加案内人の会の案内で歩く名所巡りウォーキングと、歩きながら健康チェックができる健康ウォーキングもあわせて開催します。コースなど詳細は草加市体育協会のホームページに掲載します。

■日付 10月14日(祝)(雨天中止)
■種目 ①サイクリングスタンプラリー ②名所巡りウォーキング(約3・5キロ) ③健康ウォーキング(約3・5キロ)
■集合場所・時間 ①綾瀬川左岸広場 午前8時30分集合 ②草加駅東口前 午前10時集合
③長栄小 午後1時集合
■定員 ①300人 ②30人 ③50人
■9月6日(金)～10月10日(木)に草加市体育協会へ。☎928・6361

親子で楽しもう 子育てフェスタを開催 9月28日(土) 子育て支援センター



子育てフェスタは、子育て中の家族や子育てを応援したい市民と、行政が協働で作る親子のイベント。会場では段ボール迷路や工作コーナーなど、親子で楽しめる企画が盛りだくさん。

子育てを支援する制度や団体の紹介など、子育てに役立つ情報も満載のイベントです。

■日時 9月28日(土)午前10時～午後3時
■会場 子育て支援センター(車での来場不可)
■対象 小学3年生以下の子どもとその家族
■内容 どんぐり工作、お手玉作り、お寿司工作、魚つりゲーム、スタンプラリー、赤ちゃん

9月11日(水) 午前11時・11時30分 防災行政無線の 試験放送を 行います

9月11日(水)午前11時と11時30分の2回、全国瞬時警報システム(ジャアラート)の動作確認のため、防災行政無線の試験放送を行います。

■放送内容 「これは、試験放送です」を3回繰り返し、「こちらは、防災草加です」と放送し、最後にチャイムが流れます。圓危機管理担当☎922・0614 FAX 922・6591

審議会等の開催日程

市の審議会等を傍聴できます。定員5人(当日先着順)。なお、市内在住の聴覚障がい者で手話通訳者の派遣を希望する場合は、会議開催1週間前までに各担当事務局へ連絡を。

■下水道事業運営審議会(下水道課☎922・2286 FAX 922・3244)：9月27日(金)午前10時～市役所第2庁舎C会議室で
■男女共同参画審議会(人権共

生課☎922・0825 FAX 927・4955)：9月27日(金)午前10時～市役所本庁舎西棟5階第3会議室で
■防災会議(危機管理担当☎922・0614 FAX 922・6591)：10月1日(火)午後2時～高砂コミセンで
■放課後子ども教室推進事業運営委員会(子ども政策課☎922・3492 FAX 922・3274)：10月11日(金)午前10時～市役所本庁舎西棟5階第2会議室で

の手形足形とり、ベビーマッサージ、乳幼児用品のフリーマーケット、子育て支援情報の案内・支援団体の紹介、軽食コーナーほか
■子育て支援センター☎941・6791 FAX 941・6828



休日当番医

診療時間：午前9時～正午・午後2時～5時(変更の場合あり)



休日当番医
QRコード

草加市祝日等急患歯科診療所
祝日及び年末年始の歯の急な痛み等初期診療を行います。
草加市保健センター内(中央1-5-22)
☎922・1156(問い合わせは午前11時30分まで)
9月16日(祝)午前9時～正午

子ども急病夜間クリニック(小児科)
■場所 市立病院心臓・脳血管センター1階
(草加2-21-1) ☎954・6401
■診療時間
月～金曜日 午後7時30分～10時30分
土・日曜日、祝日、年末年始 午後6時30分～10時30分

月 日	診療科	当番医名	住 所	電話番号
9月 8日(日)	内科	たなか内科・循環器科クリニック	西町1102-1	☎ 921・6085
	外科	新島整形外科	草加2-4-14	☎ 943・2711
9月15日(日)	内科	松野クリニック	栄町3-4-3	☎ 936・1783
	外科	石井外科医院	氷川町928	☎ 925・4255
9月16日(祝)	内科	井口小児科クリニック	松原5-1-7	☎ 941・8686
	外科	高山整形外科	新善町413-2	☎ 943・6200

9月20日以降の当番医は9月20日号に掲載します。

埼玉県救急医療情報センター

緊急診療できる医療機関を24時間案内
☎048・824・4199

埼玉県小児救急電話相談

急病への対処や受診の必要性を看護師が助言
月～土曜日は午後7時～翌日午前7時
日曜日・祝日等は午前9時～翌日午前7時
☎#8000
※ダイヤル回線・IP電話は☎048・833・7911

休日上水道工事店

土・日曜日・祝日等の漏水・出水不良などの水道トラブルに対応します。 受付時間:午前9時～午後5時

9月 7日(土) 南やまと水道	氷川町429-4	☎927・8519	15日(日) 東京管工機材(株) 住吉1-14-20	☎927・0041
8日(日) 三栄工業(株)	苗塚町55-4	☎925・7384	草加支店	
14日(土) (株)セントラル設備	青柳8-29-2	☎936・1000	16日(祝) 竹内セントラル(株) 苗塚町438-16	☎928・5525

■自彊術(健康体操) 9月11日(水)・18日(水)午後7時30分～9時 中央公民館で 圓川井☎090・5209・0251

■自彊術(健康体操)体験 9月12日(木)・19日(木)午後7時30分～9時 谷塚文化センターで 圓根岸☎090・6040・3596

■自彊術(健康体操)体験 9月13日(金)・20日(金)午後1時20分～2時50分 中央公民館で バスタオル持参 圓上島☎090・1056・9678

■司法書士による法律相談会 9月13日(金)午後5時～7時 物産・観光情報センターで 圓竹村☎920・5415

■お葬式っていくらするの 9月14日(土)・22日(日) 氷川コミセンで 16日(祝) 柳島コミセンで 23日(祝) 八幡コミセンで いずれも午前10時～ 定員10人 圓葬創想佐藤☎945・2220

■介護者の集い「オアシス」 9月14日(土)午前10時～正午 中央公民館で 10月1日(火)午後1時30分～3時30分 氷川平成塾で 介護で困ったら参加してください 圓山田☎928・5332

■花栗南学童まつり 9月14日(土)午前11時～午後1時 花栗南小で 圓武田☎943・8802

■フリーダンスパーティー 9月15日(日)午後1時30分～4時30分 勤労福祉会館で ミニトライアル・ミキシング 定員80人 参加費500円 圓ダンスサークルテキーラはたやま☎090・2746・2901

■ソープ&フルーツカービング作品展 9月16日(祝)～18日(水)午前10時～午後7時(18日は午後5時まで) アコスギャラリーで ソープ100点、フルーツ20点を展示 圓横山☎090・6517・3802

■高齢者・障がい者のための成年後見無料電話相談 9月16日(祝)午前10時～午後4時 相談専用電話☎048・872・8055(16日のみ) 圓埼玉司法書士会☎048・863・7861

■おやこ大学 9月17日(火)、10月1日(火)・15日(火)・29日(火)午前10時30分～午後0時30分 獨協大学で 全4回 3か月～半年の第1子と母親対象 定員10組 圓獨協大学地域と子どもリーガルサービスセンター☎946・1781

■講演会「牛乳でダイエット」 9月17

日(火)午後1時～ 草加市文化会館で 定員80人(当日先着順) 圓生活クラブ堀☎080・5454・8668

■DV被害者支援ボランティア育成「DVに悩む人を支えるために」 9月18日(水)午後1時～4時30分 中央公民館で DV基礎編・応用編 定員30人 圓9月15日(日)までにみんなのまち草の根ネットの会清水☎936・2208

■彩画会展 9月19日(木)～23日(祝)午前10時～午後6時(19日は午後1時から、23日は午後4時まで) アコスギャラリーで 油絵30点を展示 圓多賀☎925・3107

■ニューモラルの集い「心」を磨く生活習慣 9月19日(木)午後7時30分～ 草加市文化会館で 参加費200円 圓ニューモラル友の会岩佐☎941・7503

■宮内庁・防衛省見学 9月20日(金) 海洋研究開発機構見学 9月30日(月) いずれも午前8時谷塚駅改札口集合 定員15人 参加費1500円 交通費別途 圓防衛省は9月10日(火)まで、海洋研究開発機構は9月18日(水)までに、はがきに参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒340-0022瀬崎3-26-1-203折原輝美☎925・6457

■バラのプリザーブドフラワー1日体験 9月20日(金)・27日(金)午後1時30分～4時 氷川コミセンで 定員6人 参加費1回2500円 圓田辺☎080・2673・0950

■「渡されたバトン」上映会 9月21日(土)午前10時30分～、午後2時～ 中央公民館で 前売り1000円(当日1500円) 圓キビタキとわらしの会とその仲間たち小見山☎090・8053・2206

■プリザーブドフラワーアレンジ体験 9月21日(土)午後1時30分～4時 勤労福祉会館で 材料費2500円 圓黒川☎090・4220・6420

■草加駅前フリーマーケット 9月22日(日)午前10時～午後3時 カーソンプラザで 1区画2000円圓フリーマーケット推進ネットワーク☎048・268・8711

■パーリングゴルフ講習会 9月22日(日)午前9時～正午 谷塚文化センターで 市レクリエーション協会の主催 定員50人 圓石村☎090・3098・7098

■草加かがやき特別支援学校「運動会」 9月22日(日)午前9時35分～(雨天時は9月25日(水)) 同校で 圓県立草加かがやき特別支援学校☎946・2131

■氷川学童まつり 9月22日(日)午前10時～正午 氷川小で 圓小池☎050・5552・5693

■チャリティー唄と踊りの集い 9月22日(日)午前9時30分～ アコスホールで 演歌・歌謡曲・日本舞踊等の発表 圓小鳥歌謡教室古川☎925・8327

■ロマン生バンドダンスパーティー 9月22日(日)午後1時10分～4時30分 勤労福祉会館で ミニトライアル・ミキシング・リボン待機 参加費800円 圓井上☎922・0656

■ワンコインダンスパーティー 9月22日(日)午後1時15分～4時15分 谷塚文化センターで 参加費100円 圓溝口☎936・3459

■ボーイスカウトカブ隊体験「ダンボール乗り物作り」 9月22日(日)午前9時30分～ 綾瀬川左岸広場で 小学3～5年生の親子対象 軍手・飲み物持参 圓ボーイスカウト草加第8団カブ隊立木☎936・3825

■抱っこでエクササイズ～ベビーダンス～ 9月25日(水)午前11時15分～午後0時30分 八幡コミセンで 首のすわった3か月～2歳と保護者対象 定員15組 参加費1000円 圓亀山☎090・3326・9399

■ママのリンパセラピー 9月27日(金)午前10時30分～11時30分 谷塚西公民館で 0～3歳の親子対象 定員8組 圓大石☎090・1466・0175(夜間)

■草加図書館ボランティア説明会 9月28日(土)午前10時30分～正午 中央図書館で 書籍整理・読み聞かせ・貸出業務ほか 圓大嶋☎924・7962

■蕨市史跡めぐり 9月29日(日)午前8時30分草加駅改札口集合 定員50人 参加費600円 交通費別途 昼食持参 圓草加史談会浅古☎924・3403

■ニューロマンズダンスパーティー 9月29日(日)午後1時～4時30分 勤労福祉会館で プロデモあり 参加費1000円(飲み物付き) 別途トライアル

500円、デモ1000円 圓横沢☎090・7639・1564

■秋季短歌大会 9月29日(日)午後1時～ 中央図書館で 講師は歌人の沖ななもさん 圓草加市歌人会平林☎943・7682

■プリザーブドフラワー・ハロウィンアレンジメント体験 10月4日(金)・7日(月)・16日(水)・18日(金)午前10時～ 谷塚文化センターで 参加費1500円(材料費込み) 圓梅原☎090・8304・0579

■紫菀水墨画展 10月7日(月)～11日(金) 市役所ギャラリーで 圓宮谷☎942・9822

■キッズバレエ体験会 10月9日(水)午後5時～7時 中央公民館で 年中～小学3年生対象 定員15人 圓バレエ赤いくつ菊田☎090・2567・0756

■コスモスまつり「カラオケ発表会」 10月12日(土)午前9時45分開演 中央公民館で 圓高橋☎090・3902・7570

■マンドリンチャリティーコンサート 10月12日(土)午後5時～ 草加市文化会館で 出演は明治大学マンドリン倶楽部 料金2500円 圓染谷☎924・7113

■税務・経営なんでも相談 10月15日(火)午後1時～4時 スキップシティA棟で 予約制 第3火曜日定期開催 圓税理士会川口支部浅野☎048・263・0781

■十三夜お月見チャリティーコンサート 10月18日(金)午後6時30分～8時 西願寺で 出演は薩摩琵琶奏者の北原香菜子さん 参加費1000円(軽飲食付き) 圓10月5日(土)までに丹羽☎925・1723

■ママさんバドミントン大会 10月20日(日)午前9時～ 市民体育館で 団体戦女子ダブルス 1チーム6～8人 参加費1組7000円 圓9月30日(月)までに草加市家庭婦人バドミントンクラブ近藤☎942・1870

■日商簿記検定試験 11月17日(日)午前9時～(1・3級)、午後1時30分～(2・4級) 獨協大学で 受験料1級7500円、2級4500円、3級2500円、4級1600円 圓10月10日(木)～20日(日)に物産観光情報センターまたは草加商工会議所(月～金曜日) ☎928・8111

一二三の市フリーマーケット

10月6日(日)午前10時～午後5時。会場はTSCボードステージ（高砂2丁目）。出店料1区画1500円。☎みんなでまちづくり課へ。☎922・0796

カルチャー講座 華道入門

10月12日(土)・19日(土)・26日(土)、11月9日(土)・23日(祝)午前10時～正午。会場は草加市文化会館。全5回。中学生以上対象。定員11人（先着順）。参加費5000円。花はさみ・雑巾持参。☎10月6日(日)までにはがきに住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号を記入し〒340-0013松江1-1-5草加市文化協会へ。ファクス・Eメールでも可。☎931・9326☎936・4690✉info@soka-bunka.jp

障がい者のための料理教室

10月19日(土)午前10時～午後1時。会場は中央公民館。18歳以上の身体に障がいのある人対象。定員15人。炊飯器で簡単ケーキ作り（手話通訳あり）。参加費500円（材料費込み）。エプロン・三角巾・マスク持参。☎9月6日(金)からであいの森へ。☎936・2791☎936・2792

そうか公園フリーマーケット

10月20日(日)午前9時～午後4時（雨天中止）。会場はそうか公園。募集は35区画。出店料は1区画2100円。☎9月6日(金)からそうか公園へ。☎931・9833

高年者向け

地域包括支援センターで介護予防

いずれも65歳以上対象。

●音楽に合わせて心も体も楽しく動かそう！お達者塾 9月24日(火)午前11時15分～午後0時45分。会場は瀬崎コミセン。定員20人。タオル・運動靴持参。☎9月20日(金)までに谷塚・瀬崎(包)へ。

☎929・3613☎929・3612

●ピアノと共に笑いヨガ教室 9月26日(木)午後1時～3時。会場は勤労福祉会館。定員30人。タオル持参。☎9月25日(水)までに新田(包)へ。☎946・0520☎946・0523

●元気吹き矢教室 9月27日(金)午後2時～3時30分。会場は花栗会館。定員30人。運動靴持参。☎9月26日(木)までに安行(包)へ。☎921・2121☎928・8989

手芸教室 お地蔵さまを作ろう

9月24日(火)午前10時～正午。会場はであいの森。60歳以上対象。定員20人。材料費300円。☎9月6日(金)からであいの森へ。☎936・2791

音楽・回想療法教室

住所により参加できる会場が異なります。希望者は送迎します。

きくの里…10月8日～12月17日の火曜日（11月5日を除く）。であいの森…10月10日～12月19日の木曜日（11月7日を除く）。いずれも午後0時30分～2時。全10回。軽度な物忘れの症状がある65歳以上の在宅の人で、歩行、排せつ、車の乗降が一人でできる人対象。定員各10人（応募多数の場合は初参加者優先のうえ抽選）。☎9月20日(金)までに長寿・介護福祉課へ。☎922・1281☎922・3279

子ども・親子向け

親子体操

9月28日～10月12日の土曜日。午前9時30分～10時50分。会場は市民体育館。全3回。平成20年4月2日～同22年4月1日生まれの幼児と保護者対象。定員30組。参加費1000円。応募多数の場合は抽選。☎9月13日(金)までに往復はがきに住所・電話番号、親子の氏名（ふりがな）・生年月日を記入し、〒340-8550スポーツ振興課へ。☎922・2861

☎9月6日(金)～20日(金)に往復はがきに教室名(コース名)・住所・氏名・ふりがな・生年月日・電話番号を記入し、〒340-0022瀬崎6-31-1草加市体育協会へ。同協会のホームページからも応募できます。応募多数の場合は抽選。一部の教室・コースで実施除外日があります。☎928・6361

スポーツ教室・キッズクラブ

■スポーツ教室

教室名	コース	実施日	曜日	時間	会場	回数	対象	定員	参加費	
SKT24初めてのストレッチ		10月2日～11月20日	水	午前11時～午後0時30分	記念体育館	8回	18歳以上	20人	4000円	
コアストレッチ&ダンス		10月4日～11月22日	金	午前11時～午後0時30分		8回		20人	4000円	
やさしいヨガ		10月10日～11月28日	木	午後7時15分～8時45分		8回		25人	4000円	
親子体操		10月11日～11月15日	金	午前10時～11時		6回	平成22年4月2日～同23年4月1日生の幼児と保護者	20組	3000円	
親子リズム		10月7日～12月2日	月	午前11時～正午	市民体育館	6回		30組	3000円	
ダンス・スポーツ入門	小中学生	10月5日～11月30日	土	午後1時～2時20分	草加セーモンプラザ	8回	小・中学生	30人	無料	
	一般			午後2時30分～3時50分		8回	高校生以上	20人	2500円	
シェイプアップアクア		10月1日～12月17日	火	午前11時10分～正午	温水プール	10回	18歳以上の女性	45人	5000円	
親子水泳		10月5日～11月9日	土	午後2時～3時		6回	平成19年4月2日～平成22年4月1日生まれの幼児と保護者	20組	3000円	
	1・2年A					6回	小学1年・2年生	30人	3000円	
ジュニア初心者水泳	1・2年B	10月5日～11月9日	土	午後3時～4時		6回		30人	3000円	
	3・4年					6回	小学3年・4年生	30人	3000円	

職員募集

小学校で働く外国語活動助手を募集

勤務は10月～平成26年3月までの月～金曜日午前8時30分～午後5時のうち、2週間で10時間。小学校の外国語活動や国際理解教育に関する支援・補助、教材整理、教材作成ほか。募集は若干名。時給1000円。面接は9月中旬までに実施。☎9月13日(金)までに指導課で配付する応募用紙に記入し同課へ。☎922・2748

臨時職員（保健師・看護師）を募集

勤務は週5日（主に月～金曜日）午前8時30分～午後5時。勤務場所は保健センター。幼児健診、乳幼児相談等の相談、健診通知発送、健康教育、訪問指導など。募集は保健師または看護師1人。時給は保健師1300円、看護師1200円。交通費別途支給（要件あり）。☎9月19日(木)までに保健センターへ電話連絡後、履歴書・免許証の写しを持参。☎922・0200☎922・1516

交通指導員を募集

勤務は12月2日(月)から。場所は新栄・新田の各小学校区。通学路での児童の安全通行指導（午前7時30分～8時30分）や小学校交通安全教室での指導ほか。市内在住の20歳以上対象。募集は2人。制服・装備品を貸与。報酬は登校時の安全通行指導が日額1500円、交通安全教室における指導等が時給1000円。☎9月30日(月)までに交通対策課へ。☎922・1641

行ってみたいな
となりまち

越谷市

■越谷市民まつり 9月29日(日)午前9時～午後4時 会場は越谷市役所周辺 ☎越谷市民まつり実行委員会（産業支援課内）☎967・4680

三郷市

■環境フェスタみさと&消費生活展 9月29日(日)午前10時～午後3時 会場は三郷市役所南側市民広場ほか ☎クリーンライフ課☎930・7715

松伏町

■まつぶし町民まつり 10月20日(日)午前10時～午後3時30分 会場は松伏記念公園ほか ☎同まつり実行委員会（環境経済課内）☎991・1854

八潮市

■リサイクルフェア 10月6日(日)午前9時30分～午後2時（小雨決行） 会場はリサイクルプラザ ☎リサイクルプラザ☎997・6696

吉川市

■Yoshikawa Jazz Night 2013 9月14日(土)午後4時～8時30分 会場は吉川美南駅西口イベント会場 ☎吉川市商工会青年部☎981・1211

ミニ情報

毎月5日号に掲載します 金額掲載のないものは無料 ☎は9月6日(金)から受け付け 11月5日号掲載申請は9月30日(月)締め切り

■悠々会展「洋画・水彩画」 9月6日(金)～10日(火)午前10時～午後5時（10日は午後3時まで） アコスギャラリーで ☎河津☎943・4208

■健康吹矢体験 9月7日～28日の土曜日午後1時～3時 八幡コミセンで 全4回 参加費800円 ☎山田☎944・8837

■歴史学講座「創世」諏訪大社[長野県]の「泉」の神と古代 9月7日(土)「再成塾」日中関係の転機となった盧溝橋事件[1937年]の真実 9月28日(土)いずれも午後1時30分～4時30分 草加市文化会館で ☎小嶋☎090・1261・7366

■いまさら聞けないマナー研修「好印象を与える話し方、表情」 9月7日(土)午後3時30分～ 中央図書館で 定員50人 ☎ちえぞう・やるぞう松井☎924・5941

■氷川ダンス倶楽部フリーダンスパーティー 9月8日(日)午後1時15分～4時30分 谷塚文化センターで リボン待機・軽飲食あり 参加費700円 ☎太田☎928・5745

■講演会「中国と日本の間柄について」 9月8日(日)午後1時30分～3時 中央公民館で 参加費300円 講師は工学院大学孔子学院の李順剛さん ☎サークル中国大好き菅原☎924・6781

■草加母親大会 9月8日(日)午後0時15分～4時 勤労福祉会館で さいたま教育文化研究所の白鳥勲さんの講演「子どもがすこやかに育つ学校地域」 ☎金馬☎936・7080

■AED（自動体外式除細動器）普通救命講習 9月9日(月)午後1時30分～4時30分 記念体育館で 定員30人 ☎県宅地建物取引業協会☎932・6767

■フィットネスサークル体験会 リーボックマーシャルアーツ（パンチ&キックの有酸素運動） 9月10日(火)午後0時5分～0時55分・17日(火)午前11時5分～正午 骨盤調整ヨガ 9月17日(火)午後0時5分～0時55分 八幡コミセンで 参加費各500円 1歳児以上の保育あり300円 ☎佐藤☎070・6642・4144

■スポーツ吹矢体験会 9月11日(水)午前11時～午後1時 高砂コミセンで 定員10人 ☎水越☎932・1446

■親子サークル体験会 9月11日(水)・25日(水)・10月2日(水)午前9時45分～10時45分 市民体育館ほかで 未就園児と保護者対象 ☎キッズスマイル松原菊池☎090・1427・1422

■スポーツ吹矢体験会 9月11日(水)・18日(水)午後1時～3時 27日(金)午後3時～5時 全3回 参加費600円 いずれも市民体育館で ☎石崎☎935・7231

■子育てセミナー「楽しく子育てするには」 9月12日(木)午前10時～11時30分 氷川コミセンで 参加費200円 保育あり ☎家庭倫理の会草加市石野☎090・9203・4244

癒しとしての自己表現展

9月11日(水)～16日(祝)午前10時～午後4時。会場は中央公民館。市内、近隣在住の障がいのある人が創作した作品展示会です。☎地域活動支援センターふらっと草加 ☎929・8081 ☎929・8082

秋の和楽器演奏会

9月29日(日)午後1時15分～3時15分。会場はふれあいの里。津軽三味線や琴、太鼓による演奏会。☎ふれあいの里 ☎920・6222

里親入門講座

里親は何らかの事情により家庭で暮らせない子どもたちを自分の家庭に迎え入れて養育します。心身ともに健全であるかなどの審査がありますが、特別な資格は不要です。9月29日(日)午後1時30分～4時。会場は越谷児童相談所草加支所。里親制度の説明や体験談ほか。話だけでも聞いてみたいという人も歓迎します。定員20人。☎越谷児童相談所へ。 ☎975・4152

普通救命講習

9月29日(日)午後1時30分～4時30分。会場は青柳分署。自動体外式除細動器(AED)・胸骨圧迫・人工呼吸・異物除去ほか。中学生以上対象。定員30人。受講者に修了証を交付。☎9月6日(金)から青柳分署へ。 ☎931・3973

ふささらフラ&タヒチフェスタ

9月29日(日)午後2時開演。会場は草加市文化会館。料金(全席自由)1500円。フラダンスサークル9団体の発表会。☎草加市文化会館へ。 ☎931・9325

であいの森「絵手紙教室」

10月2日・16日、11月6日・20日、12月4日・18日の水曜日午前10時～正午。会場はであいの森。材料費600円。画材(好きなもの)・ティッシュ、あれば筆・顔彩・梅皿持参。☎9月6日(金)午前9時からであいの森へ。 ☎936・2791 ☎936・2792

ストレス解消! 楽しい子育て応援講座

10月2日(水)・9日(水)、11月6日(水)・13日(水)の午後7時～8時30分。会場は谷塚文化センター。小学校3年生以下の子どもの育児や発達に悩む保護者対象。定員20人。保育あり(要予約)。☎9月20日(金)までにはがきに住所・氏名・電話番号・子の年齢・保育希望の有無を記入し、〒330-9301県福祉政策課へ。ファクスでも可。 ☎048・830・3567 ☎048・830・4803

市民活動のリーダー養成まちづくり講座

10月4日(金)・9日(水)午後6時30分～8時30分。会場は市民活動センター。「活

動を育てる、仲間を増やす～参加を促すリーダーシップ」。講師は日本ファシリテーション協会の徳田太郎さん。定員各30人。☎市民活動センターへ。 ☎920・3580 ☎925・1872

再就職支援パソコンセミナー「初級コース」

10月7日(月)～29日(火)(土・日曜日、祝日、28日(月)を除く)午前9時30分～午後4時30分。会場は勤労福祉会館。ローマ字入力ができるハローワークカード所持者対象。定員10人。☎9月6日(金)から消費労政課へ。 ☎941・6111

市民体育祭

- ①トランポリン大会 10月6日(日)午前9時～。会場は市民体育館。年齢等で種目分けあり。参加費1500円。☎申込書に記入し、9月19日(木)までに市民体育館へ。 ☎936・6239
- ②柔道大会 10月6日(日)午前9時～。会場は記念体育館。個人戦。年齢等で種目分けあり。参加費500円。
- ③グラウンド・ゴルフ大会 10月6日(日)午前8時30分開会。会場はそうか公園。参加費500円。道具の貸し出しあり。
- ④ソフトテニス大会 10月6日(日)午前8時45分～。会場はそうか公園。ダブルス戦。審判が出来る人対象。参加費1組3000円(高校生1000円)。
- ⑤ゴルフ大会 10月13日(日)午前7時30

分～。会場は野田市パブリックゴルフ場。定員56人。参加費1万8700円(プレー・昼食代等含む)。

☎②は9月10日(火)、③は9月21日(土)、④は9月24日(火)、⑤は9月30日(月)までに草加市体育協会へ。 ☎928・6361

文教大学公開講座「今、ふたたび 家族とは」

10月12日(土)・19日(土)午後1時～4時20分。会場は文教大学越谷校舎。講師は文教大学教授ほか。☎生涯学習課で配布する申込書に記入し文教大学生活科学研究所へ。 ☎974・8811 ☎974・8881

子育て講演会～思春期の子どもたちの「こころ」を育む～

10月17日(木)午後1時30分～4時。会場は中央公民館。子どもの発達に合わせて身につけたい生活習慣などを学ぶ講演会の「思春期」編。

思春期の子ども の状況、親の関わり方についての講演と、参加者同士での意見交換や、保護者が悩む事例を検討し、子どもの思いや考えを一緒に考えていきます。小学3年生～中学生の保護者対象。講師は立教大学教授の大石幸二さん。定員80人。1歳～未就学児の保育(定員15人)と手話通訳あり(いずれも要予約)。☎9月6日(金)から子ども教育連携推進室へ。ファクス・Eメールでも可。 ☎922・3494 ☎928・1178 ☎kodomorenkei@city.soka.saitama.jp



保健センター

☎922・0200 ☎922・1516

〒340-0016

中央1-5-22

※名称・会場に  があるものは9月6日(金)から申し込み受け付け

※会場の記載がないものは保健センター
※費用の掲載のないものは無料
※成人保健の年齢は平成26年3月31日現在

名称・会場		実施日	受付時間	内容と費用	対象と定員	備 考
母子保健	こんにちは赤ちゃん訪問	9月上旬～中旬に「こんにちは赤ちゃん訪問員」が直接家庭を訪問(事前に連絡はしません)。乳児(4・10か月児)健診通知、予防接種予診票つづりを配布。			平成25年7月生まれ	既に助産師等による家庭訪問を受けた人には訪問は行わず通知を送付します。転入等で届かない人は連絡を
	日本脳炎予防接種1期(指定医療機関)	6～28日の間隔で2回接種後、おおむね1年あけて追加接種を1回			平成22年6月生まれ	平成21年4月2日～同21年12月31日生まれには3月末に通知を送付済み。平成22年1月生まれから3歳3か月健診通知に同封します。通知のない人も7歳6か月の前日までは1期の接種(3回)可
	日本脳炎予防接種2期(指定医療機関)	1期(3回)の接種終了後、9歳を過ぎて1回			平成15年4月2日～同16年4月1日生まれ	対象者に3月末に通知を送付済み。平成7年4月2日～同19年4月1日生まれは20歳になる2日前まで定期接種として接種可。
	3歳3か月児健康診査	9月10日(火) 9月24日(火)	午後1時～1時45分	身体測定、内科・歯科健診ほか	平成22年6月1日～15日生まれ 平成22年6月16日～30日生まれ	対象者に8月末に通知を送付済み。日本脳炎1期の予診票も同封。届かない人は連絡を
	1歳7か月児健康診査	10月1日(火) 10月15日(火)	午後1時～1時45分	身体測定、内科・歯科健診ほか	平成24年3月1日～15日生まれ 平成24年3月16日～31日生まれ	対象者に9月末に通知を送付通知が届かなくても2歳になる2日前までは母子健康手帳とバスタオルを持参し来場すれば受診可
	プレママ教室(母親学級)	10月2日～23日の水曜日全4回	10月2日…午後1時～3時50分 10月9日・16日・23日…午前9時15分～午後0時15分	妊婦歯科健診、妊産婦の栄養、調理実習、沐浴実習ほか 調理実習材料費500円	出産予定日が12月26日～平成26年3月19日の初妊婦と家族 定員35人	申込受付中 母子健康手帳、歯ブラシ、手鏡、タオル、コップ、飲み物持参
	乳幼児相談	9月30日(月)	午前9時30分～10時30分	保健師・栄養士による育児栄養相談	乳幼児と保護者 定員30組	母子健康手帳、おむつ持参
	ほかほか広場(中央図書館)	9月25日(水)	午前9時45分～10時	絵本の読み聞かせと赤ちゃんマッサージ	初参加の4～8か月児(開催日当日)と保護者 定員30組	母子健康手帳、バスタオル持参
	おやこでブラッシング(住吉児童館)	10月30日(水)	①午前10時～10時15分 ②午前10時30分～10時45分 ③午前11時～11時15分 ④午前11時30分～11時45分	歯科衛生士によるブラッシング指導と だ液のPHテスト	未就学児と保護者 定員36組	母子健康手帳、タオル、普段使用している歯ブラシ持参
	離乳食講習	初期 中期 後期	10月30日(水)	午後0時45分～1時15分 午前9時30分～10時	5～6か月児 定員30組 7～8か月児 定員20組 9～11か月児 定員15組	母子健康手帳・おむつ持参 初期講習参加者はおんぶひもかだっこひも持参
成人保健	マッサージ	9月25日(水)	午後1時～2時	草加はり灸マッサージ師会による マッサージ	肢体不自由の身体障がい者手帳を持つ人 定員10人	バスタオル・タオル持参
	骨密度測定	9月26日(木)・10月18日(金)	①午前9時30分～10時 ②午前10時30分～11時 ③午後1時～1時30分 ④午後2時～2時30分	超音波による骨密度測定(簡易検査) 費用100円	18歳以上で今年度測定していない人 定員90人	健康手帳、拭き取り用のタオルまたはティッシュペーパー持参
	地域健康相談	月・金…原コミセン、 月・木…稻荷コミセン、 火・金…水川コミセン、 水・金…瀬崎・八幡・柳島コミセンいずれも祝日および休館日を除く	午前9時～正午	看護師による成人・高齢者の健康や 介護予防の相談・血圧・体脂肪測定	健康について気になる成人	開催日当日、直接会場へ
	栄養相談(保健センターまたはコミセン)	月～金曜日(申し込み時に調整)		栄養士による食生活の相談	食生活を改善したい人	要予約。持っている人は健診結果、医療機関受診中の人は医師の指示書を持参

★9月の「なくそう暴力」標語は「住民が 力を合わせて 暴力撃退」

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
マーク概要 ㊦…問い合わせ先 ㊦…申し込み方法 ☎…電話番号 ㊦…ファクス番号 ㊦…Eメールアドレス

すとリーと

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。

9月の
納税
納付

▶ 国民健康保険税 第4期

9月30日(月)までに最寄りの市指定金融機関・
コンビニで納めてください

▶ 介護保険料（普通徴収） 第4期

日曜・夜間納税窓口

市役所本庁舎5番窓口で
日曜 午前9時～午後0時30分
夜間 水曜日（祝・休日を除く）午後9時まで
納税は便利な口座振替で…

9月30日(月)までに最寄りの市指定金融機関で
納めてください（コンビニでは納付できません）

こまめな水分補給と適切な冷房使用で熱中症を予防しましょう

お知らせ

氷川児童センターの
指定管理者を募集

児童の遊びの指導や子育て支援を行う氷川児童センターの指定管理者を募集します。応募資格は児童館等の運営実績を有し、市からおおむね20*。圏内に事務所を置く団体（他要件あり）。指定予定期間は平成26年4月1日～同31年3月31日の5年間。募集要領は子育て支援課で配布。市のホームページからも入手できます。㊦9月30日(月)～10月4日(金)に申請書類を持参し子育て支援課へ。☎922・1448

市立中学校の選択申請

国・私立または市外の公立小学校に在籍する市内在住の6年生で、草加市立中学校の学校選択を希望する児童は、10月11日(金)までに学務課で申請の手続きをしてください。㊦学務課☎922・2674㊦928・1178

生産緑地地区都市計画変更案の縦覧

都市計画生産緑地地区の変更案の縦覧を行います。

■縦覧期間及び時間 9月10日(火)～24日(火)午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）

■縦覧場所 住宅・都市計画課
㊦意見のある人は、縦覧場所にある意見書に必要事項を記載し、9月24日(火)（必着）までに〒340-8550住宅・都市計画課へ。☎922・1790㊦922・3145

献血に協力を

9月11日(水)午前10時～11時45分・午後1時～4時。会場は市役所ロビー。9月19日(木)午前10時～午後4時。会場は谷塚駅東口。草加中央ライオンズクラブ主催。㊦福祉課☎922・1234㊦922・1066

ファミリー・サポート・センター
会員募集

子育てを応援する会員組織のファミリー・サポート・センターでは、保育施設への送迎のほか、会員宅での病児・病後児保育も行っています。同センターの利用希望者と子育てを支援する会員を募集します。入会説明会（要予約）は、9月28日(土)午前10時～正午。会場は草加市文化会館。㊦ファミリー・サポート・センターへ。☎920・1100

東北復興支援販売会

9月12日(木)午前10時30分～午後6時。会場は物産・観光情報センター。石巻市や女川町の缶詰、パン、菓子等を販売します。販売ボランティアも募集しています。㊦つながりの会事務局（消費労政課内）☎941・6111

勤労青少年ホームを無料開放

友達との交流や学習の場として軽体育室・和室・音楽室・集会室・講習室を無料開放します。開放は9月8日(日)・22日(日)午後1時～5時。中学生～22歳位まで対象。軽体育室・和室・音楽室は事前申込が必要です（空いていれば当日利用も可）。㊦勤労青少年ホーム☎928・5550㊦928・9632

9月10～16日は「自殺予防週間」

全国で毎年3万人を超えていた自殺者数は、平成23年以降若干の減少傾向がみられます。しかし、市内では平成24年には45人の人が自ら命を絶っており、依然として深刻な状況が続いています。自殺に至るまでには何らかのサインを発信していることが多く、周囲の人がそのサインに早く気づき、相談機関や医療機関につなげていくことが大切です。

■家族や同僚などのこんなサインに注意を

- ・眠れないと口になっている
- ・以前と比べて表情が暗く、元気がない
- ・体調不良の訴えが多くなった
- ・仕事の能率が下がりミスが増えた
- ・周囲の人との交流が減った
- ・飲酒量が増えた

このような症状に気付いた時は、まず話を聞き、相談機関や医療機関の活用を勧めてください。保健センター（☎922・0200）は月～金曜日（祝日を除く）午前8時30分～午後5時、草加保健所（☎925・1551）は同日程午前9時～午後5時、埼玉いのちの電話（☎048・645・4343）は毎日24時間、相談を受け付けています。㊦保健センター☎922・0200㊦922・1516



音楽都市宣言20周年
音楽のまち

音楽の森ミニコンサート

9月23日(祝)午後1時～2時。会場は草加駅コンコース。出演はMid Night Fantasyプラスバンド。「イン・ザ・ム

ード」、「茶色の小瓶」ほか。㊦文化観光課☎922・2968㊦922・3406

国際ハーブフェスティバル
レバーハーブ教室

11月9日(土)・10日(日)午後2時～5時。会場は草加市文化会館。講師はハーブ奏者の鷺谷清子さん。2日間出席できる小学4年生以上対象。定員17人。㊦9月6日(金)から草加市文化協会へ。☎931・9326

市民音楽祭参加団体募集

音楽を愛好する団体同士で交流し、日ごろの練習成果を音楽祭で市民に披露しませんか。

■開催日 器楽の部…平成26年2月23日(日)、合唱の部…同年3月2日(日)

■会場 草加市文化会館

■対象 市内で活動する5人以上の団体（小学校～大学のクラブも可）

■定員 各部20団体

㊦9月30日(月)までに団体名、代表者氏名、申込責任者氏名・住所・電話番号を文化観光課へ。ファクス、Eメールでも可。☎922・2968㊦922・3406㊦bunkakanko@city.soka.saitama.jp



施設休館

ふれあいの里休館

9月21日(土)～23日(祝)は、設備点検等のため休館します。㊦ふれあいの里☎920・6222㊦920・6251



催しもの

高齢者・障がい者の人権あんしん
電話相談

9月9日(月)～13日(金)午前8時30分～午後7時、14日(土)・15日(日)午前10時～午後5時。相談専用電話☎0570・003・110。秘密は厳守します。㊦さいたま地方法務局☎048・859・3507

地域包括支援センター
介護者の集い

●9月18日(水)午前11時～午後0時30分。会場はであいの森。高年者家族の介護をしている人やしていた人対象。㊦新田(包)☎946・0520㊦946・0523

●9月27日(金)午後1時30分～3時。会場は草加キングス・ガーデン。在宅介護をしている人やこれからする人対象。㊦谷塚西部(包)☎929・0014㊦929・0890

初めてでも安心

写真体験教室&英会話教室

①初心者写真体験教室 9月10日～10月1日の火曜日午後1時～3時。全4回。会場は高砂コミセン。デジタル一眼レフカメラの初心者対象。定員10人（応募多数の場合は抽選）。参加費2100円。デジタル一眼レフカメラ、取扱説明書持参。

②ゆっくりのんびり英会話教室 月3回金曜日午後3時～5時。会場は勤労青少年ホーム。初心者対象。定員10人。月額1600円（教材費別途）。㊦①は9月9日(月)までに、②は9月6日(金)からシルバー人材センターへ。☎928・9211㊦928・9209

草加市・八潮市交通安全大会

9月21日(土)午後1時30分～。会場はアコスホール。優良運転者表彰・交通安全表彰・交通安全宣言・アトラクション・景品抽選会（午後0時30分から抽選券を配布）。㊦交通対策課☎922・1641

青少年交流センター
「ドーナツ作り講座」

9月22日(日)午後1時30分～3時30分。会場は青少年交流センター。中学生～22歳位まで対象。定員15人。エプロン・タオル持参。㊦9月20日(金)までに青少年交流センターへ。☎920・3581㊦925・1872

環境学習施設見学参加者募集

9月25日(水)午前8時15分市役所ロビー集合。バスで移動。午後5時解散。渡良瀬遊水地、首都圏外郭放水路龍Q館の見学。定員15人。昼食は各自で。草加環境推進協議会との共催。㊦9月6日(金)から環境課へ。☎922・1519

女性のための再就職セミナー

①はじめの一步応援セミナー 9月25日(水)午後1時30分～3時。会場はのび～すく旭町。1～2歳児と母親対象。定員10組。

②職場見学付き就職支援セミナー 10月3日(木)午後1時～4時。建物管理業・美容業の職場見学（バスで移動）。10月4日(金)午後1時30分～3時30分。就活のための自分再発見セミナー。会場は勤労福祉会館。再就職を希望する女性対象。定員16人。受講証明書の発行可。㊦いずれも9月6日(金)から消費労政課へ。☎941・6111



平成25年の市内交通事故状況（前年比）8月20日現在 人身事故836件（－52） 死者4人（±0）

枝豆でスイーツを！ 草加の枝豆スイーツ レシピコンテスト



草加の特産品「枝豆」を使ったオリジナルのスイーツレシピを募集します。

審査を通過した優秀レシピ6作品は試作して11月3日(祝)、4日(休)開催の草加ふささら祭りで販売し、購入者の投票で最優秀3作品を決定します。なお、最優秀作品は市内店舗での販売を予定しています。あなたの楽しく斬新なアイデア満載のスイーツで、草加を行ってみたくなる街にしませんか。

■みんなでまちづくり課で配布する応募用紙に記入し、9月30日(月)までに同課へ。☎922・0796 FAX 922・3406

歴史講座

日光杉並木と裏見の滝を訪ねて

松尾芭蕉も訪れた日光裏見の滝の見学や車内講座を通して、芭蕉の作品「おくのほそ道」の世界や草加と松尾芭蕉の関わりについて学んでみませんか。

また、日光街道にある日光杉並木を訪ね、草加松原と日光杉並木の歴史についても学びます。

- 日時 10月5日(土)午前8時30分出発、午後5時解散(予定)市のバス利用
- 集合場所 市役所公用車駐車場
- 定員 30人(応募者多数の場合は抽選)



■持ち物 弁当、帽子、飲み物、雨具、保険証の写し

■9月6日(金)・19日(木)に歴史民俗資料館へ。☎922・0402

歴史民俗資料館 草加松原の 歴史展

江戸時代から市民に親しまれている草加のシンボル「草加松原」は、昭和40年頃に都市化に伴い古木60本程に減少しました。しかし、市民団体と行政による保護活動によってよみがえり、同62年には「日本の道百選」に選ばれました。こうした歴史を年表や古文書、絵図、古写真で学んでみませんか。

■会期 10月31日(木)まで(月曜休館)午前9時～午後4時30分
■歴史民俗資料館 ☎922・0402



そうか市民大学

『自分をつくる・人と出会う・まちをつくる』

秋期講座 受講生募集

草加郷土学や皮革産業、能楽などを分かりやすく、楽しく学ぶ、そうか市民大学。秋期講座の受講生を募集します。会場は草加市文化会館。講座名・日程・内容は左表のとおり。

募集要項は生涯学習課、公民館・文化センター、草加市文化会館、中央図書館、コミセンほかで9月5日(木)から配布します。

■9月6日(金)から生涯学習課へ。☎922・2819 FAX 922・3498



講座名		日時 (全て土曜日)	内容	定員 (受講料)
まちをつくる・コース	① 東部農村知識人と江戸の文人(全4回)	10月5日・19日・11月9日・30日 午後1時15分～4時30分	江戸時代の知識人が遺した郷土史料を通して江戸の文化を学ぶ	20人 (8400円)
	② まちの匠～作る・皮革中級講座(全2回)	11月9日・23日 午後1時15分～4時30分	皮革製品の制作体験を通して草加の伝統である皮革産業を学ぶ	15人 (9400円 材料費込み)
自分をつくる・コース	③ 能を楽しむ(全4回)	平成26年1月11日・18日・2月1日・15日 午後2時～3時30分	謡や動き方を体験し、本物の能面や装束を見て能の世界を学ぶ	30人 (4400円)
	④ オーケストラ奏者による音楽リレー講座(全4回)	12月28日 午後1時～4時20分 平成26年1月18日・2月1日 午前10時30分～正午 2月15日 午後1時～2時30分	東京フィルハーモニー交響楽団の弦楽器奏者による講義とミニコンサート	25人 (5400円)

できごと まちかど

8月

かき氷に金魚すくい、耐震管の紹介も 新栄配水場で「水とのふれあい広場」

24日、新栄配水場で「水とのふれあい広場」が開催されました。かき氷や金魚すくい、ヨーヨーつり等のコーナーが設けられ、家族連れなど大勢の参加者で賑わいました。

また、配水場の施設見学も実施され、各家庭への水道水の供給について職員が場内の各施設で説明を行い、参加者は熱心に耳を傾けていました。



街頭犯罪防止キャンペーン

内山高志選手が1日警察署長

6日、草加駅で街頭犯罪防止キャンペーンが行われ、WBA世界スーパーフェザー級チャンピオンの内山高志選手が草加警察署の1日警察署長を務めました。キャンペーンでは、草加南高生徒会長の岩田凌さんが「街頭犯罪防止宣言」を読み上げた後、同高の生徒、田中市長、草加警察署長や防犯団体の関係者とともに、1日警察署長の内山選手が通行人に防犯グッズを手渡し、ひったくりや自転車盗難等の街頭犯罪防止を呼び掛けました。



松並木で800人が ラジオ体操

4日、午前6時10分から草加松原遊歩道で「松並木ラジオ体操の集い」が行われました。猛暑日が続いていましたが、早朝とあって会場には爽やかな風が流れます。小さな子どもから高齢者まで約800人が、ラジオ体操の音楽に合わせて身体を動かしました。お父さんやお母さんと一緒に体操する幼児の姿も多数見受けられ、子どもたちは台の上に立った指導員の動きを見ながら、ぎこちないながらも一生懸命にラジオ体操のリズムに合わせて身体を動かしていました。

