

東松山 夏まつり



7月26日(土)・27日(日)、東松山夏まつり(松山の天王様)が開催されました。

炎天下、汗を拭いながらも神輿をかつぐ威勢のいいかけ声と、山車からの笛や太鼓が響く夏まつり。陣屋通りで山車(お囃子)によるひっかわせが大観衆の中行われ、熱気と笑顔が街中にあふれていました。



市公式YouTube

みんなきらめけ!! ハッピー体操



8月7日(木)、大岡市民活動センターでみんなきらめけ!! ハッピー体操を実施しました。「真剣にやると汗をかく!」と参加者の皆さんは音楽に合わせ、はつらつと身体を動かすことを楽しんでいました。

要請をすると、ハッピー体操のきらめけサポーターが趣味のグループや地域の会合に来てくれるそうですよ! ぜひ利用してみても!



この広報紙にあなたが写っていましたら広報広聴課へご連絡ください。写真や写真データを差し上げます。

表紙の説明

左上から時計回りに、みんなきらめけ!!ハッピー体操の体育館プログラム・マシンプログラム、座布団干しの会、オレシカカフェ(ふるさとCafe和楽笑)での一コマの写真を集めました。年齢を重ねるごとに「きょうよう(今日、用がある)」と「きょういく(今日、行く所がある)」が大事だと聞いたことがあります。今回の特集で、興味をもった場所があれば、ぜひお出かけください♪

編集後記

特集作成の取材を通して、市内には元気な「人生の先輩」がたくさんいらっしゃることを肌で感じることができました。困り事があれば、ご自身の工夫や周りの人からのアドバイスで解決したり、楽しみを見つけることが上手だったり♪

すてきな笑顔にたくさん出会うことができ、私自身、年齢を重ねることがますます楽しみになりました。ご協力いただいた皆さん、本当にありがとうございました!

(ま)

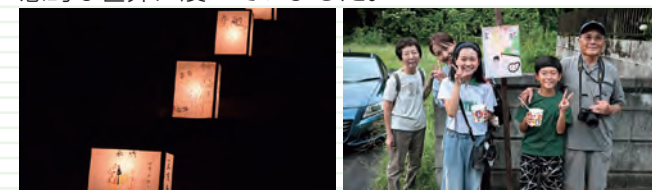
夏の夜に願いを込めて



8月9日(土)、岩殿観音正法寺で「とうろう祭」が行われました。岩殿観音の縁日「四万六千日」に参拝すると、46,000回お参りしたのと同じ功德、そして一生分のご利益があるといわれています。参道に多くの灯籠が飾られていました。日暮れとともに参道の灯籠が点灯し、訪れた参拝者はゆっくり歩きながら幻想的な世界に浸っていました。



市公式YouTube



広報 ひがしまつやま

Higashimatsuyama City Public Information

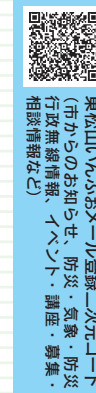
2025
9

No.1151

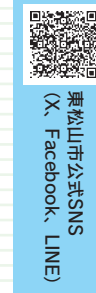
令和7(2025)年9月1日発行(毎月1日発行) 発行/東松山市 0493-23-2221 0493-24-6123
〒355-8601 東松山市松葉町1-1-58 編集/広報広聴課



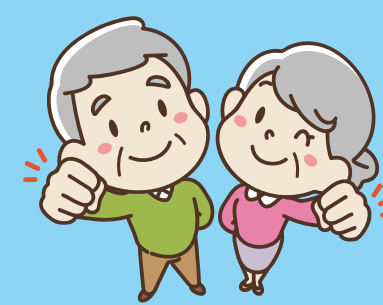
東松山市
公式HP



東松山いふおメール登録二次元コード
(市からのお知らせ、防災・気象・防災
行政無難情報、イベント・講座・募集・
相談情報など)



東松山市公式SNS
(X、Facebook、LINE)



特集 Let's 地域デビュー!!

元気なうちから地域を知ろう!そして、何か一つ始めてみよう!



特集

Let's 地域デビュー!!

元気なうちから地域を知ろう!そして、何か一つ始めてみよう!

「いつまでも 自分らしく 安心して暮らせるまち 東松山の実現」を目指し、市では高齢者の**社会参加の促進**や**地域のつながり**、**支え合いの充実**に取り組んでいます。

今回の特集では、皆さんが社会参加している場所や雰囲気をインタビュー形式で紹介します。

Let's
情報収集

みんなきらめけ!!
ハッピー体操

参加者にアンケートを実施しました(8月5日(火)開催の2か所で)。

「みんなきらめけ!! ハッピー体操(以下、ハッピー体操)」は、筋力やバランス・柔軟性を整え、全身機能の維持向上に効果のある体操で、今年20年目を迎えました。参加者は年々増え続け、令和6年度は延べ**49,779人**が参加!

参加者の年代は?



今後も続けたいと思いますか?



参加して体調は良くなりましたか?



みんなの元気をサポート! ハッピー体操 きらめけサポーター

地域の皆さんの元気と笑顔のために、ハッピー体操を普及しているボランティア「きらめけサポーター」の皆さんは、現在147人。市内各地区で活躍されています。

質問: サポーターになったきっかけやハッピー体操のお勧めしたい点を教えてください!

歳をとると、どうしても身体が硬くなってしましますが、このハッピー体操を続けることで、**身体が柔らかくなりますよ**。
年齢を問わず、お勧めです!!
栗原さん(21期生:2年目)

30年間やってきたダンスの経験を活かせたら...と思い、サポーターになりました。
「**呼吸法**」はとっても大事!参加者と一緒に「1・2・3・4...」と数えながら運動することで、自然と呼吸ができるところもいいですね。
今枝さん(19期生:4年目)

参加者の皆さんがスムーズに動けるように、先に動きを伝えています。
体操前後のおしゃべりタイムも、皆さんとっても楽しそうです。
私自身、体操を続けることで**握力が強くなりました!**
松木さん(9期生:14年目)

広報紙でサポーター募集の記事を見て、申込みました。ハッピー体操に参加し続けると、確実に身体にいいです!
私も、この20年間、病気知らずで、**元気をキープ**できています。
依田さん(3期生:20年目)



今年4月からサポーターになりました。父が段々歩けなくなる姿を見て、**筋力の大切さ**を実感。緊張の日々ですが、参加者の皆さんから元気をもらっています。
吉崎さん(22期生:1年目)



ハッピー体操のサポーターとして活動することで、ご自身の**健康・生きがい・仲間づくり**にもなっているようです。

プラスα サポーターになりませんか? 毎年7月~8月にサポーター募集を行っています。

対市内在住のおおむね**40歳以上**で、養成研修受講後に月1回以上活動できる人(今年度の募集は終了)

Let's
参加者の声

情報収集

高齢者の皆さんのニーズと取組をつなぎます! 生活支援コーディネーター

生活支援コーディネーターは、地域で行われている活動や取組の情報を整理して、ニーズに合った情報を提供しています。また、活動の場の支援や担い手の養成、住民等と一緒に地域づくりのための話し合いなどを行い、高齢者の皆さんの生活を支援しています。

皆さんが、いきいきと暮らせる地域づくりを支援し、健康で長生きする人を増やしたいです! お気軽にご相談ください。



お茶のみひろばでの交流



生活支援コーディネーター
神田さん 沼田さん



ボッチャ練習中

皆さんと色々な活動することで、市内に知り合いが増えて、楽しいです。
また、新たなつながりができ、いきいきと活動されている姿を見たときは大きな喜びを感じます。

問 相談は、平日午前8時30分~午後5時30分に直接又は電話で市社会福祉協議会へ。
☎23-1251 ☎23-8898

プラスα 地区ごとの「**通いの場マップ**」を配布しています!

- **ハッピー体操**の日時・場所
- ふれあい・きらめきサロン(食事会・カラオケ・ボッチャなどを実施)
- シニアクラブ(仲間づくり・地域との交流・学びなどを実施)
- **オレンジカフェ**の日時・場所など、分かりやすく紹介しています。



Let's
オレンジカフェ
(4ページへ)

参加者の声

9月で94歳になる板橋さんに**元気の秘訣**や日々の生活をインタビュー♪

質問: ハッピー体操にたくさん参加されていると伺いましたが…?

80歳の頃、市内に引っ越してきました。そのタイミングで、ハッピー体操を知り、参加するようになりました。はじめのうちは、参加回数500回でもらえる賞状が早く欲しくて、参加していました。おかげで、ちょくちょく参加する習慣ができました。
6月末で、参加回数は1,330回を超え、最多参加者になりました!

質問: 食べ物の好き嫌いはありますか?

好き嫌いはありません。好きなおかゆを中心に、何でも食べていますね。



座布団干しの会の皆さん
(板橋さんは左から2番目)

質問: 日頃、どんな過ごし方をしていますか?

ハッピー体操を月に8回程度、座布団干しの会(※)に月1回、地元サロンに月1回参加しています。ほかにも、何かしら出かけるようにしていますね。
※地域で開催されている少人数でおしゃべりできる会



板橋さん

プラスα **ハッピー体操**は、家で楽しむことが可能です!
年齢も時間も問わず、視聴・体操ができます。ぜひ一度、チャレンジしてみませんか?



カフェのような雰囲気の中で、相談も交流もできる場所

「オレンジカフェ」は、認知症の方やその家族、近くに住む方、医療や介護の専門職の方など、誰でも参加することができる**交流の場**です。カフェのように和やかな雰囲気の中でお茶などを飲みながら、**介護や認知症に関する相談やレクリエーション**を楽しむことができます。お気軽にご参加ください(事前の申込みは不要ですが、開催の有無や内容などは各カフェにご確認ください)。



オレンジカフェたから薬局東松山店
 日 毎月第3水曜日
 時間 午後1時30分～2時30分
 場 箭弓町1-12-11 3階
 費 100円
 問 ☎22-2740

ふるさとCafé和楽笑
 日 毎月第2水曜日
 時間 午前10時～11時30分
 場 上野本1873-1
 費 100円
 問 ☎22-1155

オレンジカフェえんね
 日 毎月第4金曜日
 時間 午前10時～正午
 場 高坂1056-1
 費 100円
 問 ☎080-4434-9884

市ノ川あかり認知症夜カフェ
 日 毎月14日
 時間 午後5時30分～7時
 場 美原町3-1-1
 費 200円
 問 ☎81-7436

オレンジカフェルロワ
 日 毎月第3水曜日
 時間 午後1時～2時20分
 場 下野本1465
 費 100円
 問 ☎81-5676



困り事があったら…高齢者の総合相談窓口「地域包括支援センター」へご相談ください。

あなたが住む地区を担当している地域包括支援センターは、どこか知っていますか？これからの安心のために、下の表で**担当地区を確認**し、**チェック欄**に○を書いておきましょう。



チェック欄	名称	連絡先	担当地区
	総合福祉エリア 地域包括支援センター	☎21-5570 FAX 25-3305	本町、神明町、材木町、松葉町、日吉町、加美町、松本町、松山、松山町、六反町、新宿町、小松原町、砂田町、仲田町、美原町
	東松山ホーム 地域包括支援センター	☎22-6115 FAX 24-7123	箭弓町、下唐子、石橋、葛袋、神戸、上唐子、新郷、坂東山、美土里町、幸町
	年輪福祉ホーム 地域包括支援センター	☎36-3666 FAX 36-3665	市ノ川、東平、野田、沢口町、殿山町、大谷、岡
	わかばの丘 地域包括支援センター	☎31-0555 FAX 31-0557	高坂、早保、正代、宮鼻、毛塚、田木、岩殿、西本宿、大黒部、元宿、あずま町、桜山台、白山台、旗立台、松風台
	アースサポート東松山 地域包括支援センター	☎22-7500 FAX 25-6701	御茶山町、六軒町、五領町、山崎町、和泉町、上野本、下青鳥、上押垂、下押垂、今泉、古凍、柏崎、若松町、下野本

東松山市地域包括支援センター(市役所高齢介護課内) ☎22-7733 FAX 22-7731

新たな居場所 (介護予防・生活支援体制整備事業)

いま、健康マージャンが熱い？



健康マージャンとは「賭けない・飲まない・吸わない」を合言葉に「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」を目的としたマージャンです。厚生労働省主催の「全国健康福祉祭(ねんりんピック)」や文化庁主催の「国民文化祭」の種目としても取り入れられ、**脳トレ**や**フレイル予防**としても効果があるという研究結果も出ています。
 今回は、にぎやかに健康マージャンを楽しんでいる「齊藤クラブ」の皆さんにお話を伺いました。

質問：皆さんで、健康マージャンを始めたきっかけは？

一緒に参加しているハッピー体操のマシンプログラムで、たまたまマージャンの話になり「やってみたい！教えて！」「いいよ」と話が進み、翌月からこの会が始まりました。メンバーは知り合い・友人たちの計10人です。

質問：健康マージャンに参加してみて、いかがですか？

- マージャンがこんなに面白いとは思わなかった！
- ルールを覚えるまで大変だったけど、みんなとしゃべりながらできるから、とっても楽しい♪
- 「気楽に、楽しく」そして「お金を使わず、頭を使って」これからの人生でいきなりたいです!!
- ハッピー体操で身体を、健康マージャンで脳を鍛えられます。介護予防にもってこい♪

講師の齊藤さん(94歳)から一言お願いします！

マージャンは、頭と指先を使うので、脳が活性化して、認知症予防にもなると思います。はじめの2か月は手元の牌を見せながら、教えました。これからもにぎやかに、そして和やかに続けていけたらうれしいですね。

健康マージャンをはじめ、通いの場に興味のある方は、3ページの生活支援コーディネーターにご相談ください。

ワイワイ／



フム／



プラスα 今年度新たに**スマホ教室、筋トレ**も開催予定(秋頃)。

詳細は、広報紙等でお知らせします。



取材中に伺いました！ 脳トレ耳寄り情報



①散歩をしながら、足し算！

散歩中に横を通る車のナンバープレートを見て、4つの数字を1つずつ足しています。散歩中に、頭の体操にもなって、とってもいいよ✧(80代・男性)

○日本 300 ○
 き 12-34



1+2+...

②手作りのシートで、脳トレ♪

白い紙にたくさんの線でスペースを区切り、その中に数字をバラバラに書き込みます。

1・2・3...と順番に数字を探して、かかった時間を測って楽しんでいます☺(80代・女性)



対象事業に参加して、ポイントをゲット！

いきいきパス・ポイントが付与される事業は、ハッピー体操や月例ウォーキングではありません。

- ・特定健康診査、各種がん検診、献血
- ・社会教育講座 など

参加することでポイントがもらえます。この機会に、新たなことに挑戦してみませんか？

20ページにいきいきパス・ポイント対象事業の一覧を掲載しています。



いきいきチャレンジ！シニアクラス

令和7年5月号から、広報紙で新コーナー「いきいきチャレンジ！シニアクラブ」(奇数月に掲載)が始まりました！地域で楽しく活動しているシニアの皆さんを紹介しています。28ページに3回目の記事を掲載しています。ぜひ、チェックしてみてください。

特集に関する問合せ 高齢介護課 ☎21-1406 FAX 22-7731



Focus

今月のフォーカス

このページでは、今月イチオシの情報に焦点を当ててお知らせします。

令和7年度市政功労者表彰受賞者

8月3日(日)、総合会館で市政功労者表彰式を挙行了しました。
表彰式では、様々な分野で市政発展に貢献された49名の方々に
対し、表彰状の授与を行いました。

【受賞者】(敬称略・順不同)

地方自治功労

荻野紘 齋藤治 須藤勇 松浦久 瀬戸一哉
小峰良介 浅野良男 岡野耕三 金子克巳
名倉隆行 野口哲史 福田経良 松本隆義
山岸正男 渡部包夫 小林恵美子

教育文化功労

スポーツ功労

社会福祉功労

保安功労

社会奉仕功労



☎総務課

☎21-1415 ☎24-6123



市政情報

秋の全国交通安全運動

スローガン

人も車も自転車も 安心・安全 埼玉県

☎9月21日(日)～30日(火)

重点目標

(ア)高齢者の交通事故防止

(イ)高齢者の交通事故防止

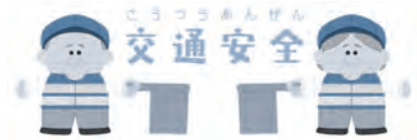
(イ)高齢者の自転車乗用中の交通事

故防止

(ウ)高齢運転者の交通事故防止

☎地域支援課

☎21-1435 ☎22-7799



駐車監視員の活動区域が変わりました

駐車監視員の活動エリア等、詳細
は県警察HPをご覧ください。東松
山警察署までお問い合わせくださ
い。

☎東松山警察署

☎25-0110



市HP

9月の納税

☐国民健康保険税(第3期)

納期限は9月30日(火)です。□座
振替の場合も、9月30日(火)が振替
日になりますので、ご利用の人は前
日までに残高をご確認ください。

☐夜間納税相談窓口

日中来庁できない人のための納税
相談を行いますのでご利用くださ
い。また、納付も受け付けます。

なお、10月以降は事前予約制で
窓口開設します。詳細は広報紙10
月号でお知らせします。

☎9月30日(火)、10月31日(金)午
後5時15分～7時

☎場・☎収税課

☎21-1409 ☎23-2238

都市計画道路の変更に関する説明会

☎9月28日(日)午前10時から

☎場総合会館4階多目的ホールA

☎内都市計画道路(3・5・13号第一
小学校通線)の変更にについて、内
容の説明及び皆さんから意見を伺
うため、説明会を開催します。

☎場都市計画課

☎21-1425 ☎24-8857

環境影響評価準備書の縦覧・説明会のお知らせ

川越都市計画事業(仮称)川島イン
ターチェンジ南側地区土地区画整理
事業に係る環境影響評価準備書の縦
覧及び説明会を開催します。

縦覧期間

9月5日(金)～10月7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

県環境政策課、県東松山環境管理
事務所、川島町まち整備課、川越市
環境政策課、坂戸市環境政策課、市
環境政策課

※準備書は県HPからも閲覧できます。

説明会の開催

☎9月26日(金)午後1時30分から

☎場野本コミュニティセンター

意見書の提出

縦覧場所で配布する意見書に必要
事項を記入し、10月21日(火)までに
直接又は郵送(必着)で〒350-0192
比企郡川島町大字下八ツ林870-1川
島町まち整備課へ。

☎場県環境政策課

☎048-830-3039

川島町まち整備課

☎049-299-1763

敬老の日～いつまでもお元気で～



9月15日(祝)は敬老の日です。市長からの長寿を祝うメッセージ
を掲載します。

敬老の日を迎えるにあたり、ご長寿のお祝いを申し上げます。

長年にわたり郷土の発展に尽くされ、今日の豊かな東松山市の礎を
築いてくださいました皆様に、心から敬意を表し、感謝申し上げます。

市では、皆様がいっまでも、自分らしく、安心して暮らせるまちの
実現を目指し、いきがづくりや健康づくり、地域への社会参加を
推進する取組を進めております。

いつまでも、健康でいるためには、地域における人々のつながり
が大切であると考えております。シニアクラブなどの地域の団体や
ウォーキングなど、趣味活動への参加を通じて、皆様が笑顔で交流し、
心豊かにお過ごしになる時間が多くなることを願っております。

結びに、皆様がいっまでもお元気で、穏やかな日々をお過ごしに
なれますようご祈念申し上げ、お祝いの言葉とさせていただきます。

東松山市長 森田光一

令和7年国勢調査を実施します

国勢調査は、日本に住んでいる全
ての人と世帯を対象とする国の最も
重要な統計調査で、統計法に基づき
回答する義務が定められています。

9月下旬から、調査員が皆さんの
お宅を訪問し、代表者の氏名と世帯
の人数をお尋ねし、調査書類を配布
します。その際、調査員は、その身
分を証明する「国勢調査員証」を携帯
しています。

調査の回答は、10月8日(水)まで
にインターネットで行うか、紙の調
査票を郵送又は調査員に提出してく
ださい。

☎場情報統計課

☎21-1441

☎25-0160



市HP

本人通知制度

本人の代理人や第三者の請求で住
民票の写しや戸籍謄(抄)本などを交付
したとき、事前に登録をした人にそ
の交付した事実を通知する制度です。
住民票の写し等の不正請求の抑止や
不正取得の早期発見につながります。

登録できる人

市の住民基本台帳に記載のある
人、市の戸籍に記載されている人

持参するもの

登録する本人の本人確認書類(マ
イナンバーカードや運転免許証な
ど)。代理人が申請する場合は、代
理人の本人確認書類及び登録する本
人からの委任状が必要
です。

☎申・☎市民課

☎21-1402

☎23-2234



市HP

ハチやヘビに注意してくだ さい

ハチ

近づいたり、刺激したりしないよ
うにしましょう。ハチの巣の駆除は
刺される危険がありますので、専門
の業者に依頼してください。

ヘビ

マムシ・ヤマカガシ等の毒ヘビを
発見した場合は絶対に近づいたり、
刺激したりしないでください。危害
を加えなければ、まず襲ってくるこ
とはありません。毒ヘビにかまれた
ら、慌てず、速やかに119番通報し、
医療機関を受診してください。
※市ではハチやヘビの駆除はしてい
ません。

☎場環境政策課

☎63-5006

☎23-7700



市HP



市政情報

「事業系ごみ」の適正処理にご協力ください

商店・事業所・飲食店等の事業活動に伴って出される事業系ごみはクリーンステーション(ごみ集積所)へは出せません。紙くず・調理残さ・食べ残し等の事業系一般廃棄物は事業者自ら市の処理施設(クリーンセンター等)へ持ち込むか、市が収集運搬を許可する業者に委託してください。なお、産業廃棄物は市の施設への持ち込みはできません。処分先が不明な場合はお問い合わせください。

事業者の皆さんは「簡易包装の推進」「食品廃棄物や古紙の資源化」により、ごみの減量化・資源化を積極的に進めてください。

☒廃棄物対策課

☎21-1401

FAX 23-7700

クリーンセンター

☎34-5550

FAX 34-5125



市HP

犬・猫は正しく飼いましょう

犬や猫が原因の苦情が市に多く寄せられています。飼い主にはペットの健康と安全に気を配り、最後まで飼いつける責任があります。飼育ルールやマナーを守り、地域社会との調和にも気を配りましょう。

犬を飼い始めたら

- ・市役所に登録し、年1回の狂犬病予防注射をしましょう。
- ・外出時は必ずリードを付けましょう。
- ・散歩は排せつのために行うものではありません。外出前にトイレは済ませましょう。
- ・外出時に排せつした場合は、水で洗い流し、ふんは必ず持ち帰りましょう。
- ・無駄ばえをさせない等、近隣住民への配慮をしましょう。

猫を飼い始めたら

- ・ご近所トラブル防止や猫の安全のため、室内で飼いましょう。
- ・飼い猫と分かるように、飼い主の連絡先がある名札等を付けましょう。
- ・望まない繁殖防止のため不妊・去勢手術をしましょう。

※犬・猫(生後90日以内のものを除く)を合計10頭以上飼っている人は、県への届出が必要です。

☒【犬】東松山保健所☎22-0280

【猫】県動物指導センター☎048-536-2465

【犬・猫共通】環境政策課

☎63-5006 ☒23-7700



市HP(犬)



市HP(猫)



消費者トラブルに注意

お米が安く買えると思ったのに…詐欺的な通販サイトに注意!



【事例1】

米が高騰しているため、インターネットで「米・最安値」と検索したところ、格安で販売しているショップを見つけ5袋注文し、プリペイドカードで決済した。注文後数日経過しても商品発送メールが届かないためショップに電話したところ、米の販売とは無関係の店舗につながった。

【事例2】

SNS閲覧中に出てきた広告を見て、米を市場の半分くらいの値段で販売しているショップを見つけ注文し、クレジットカードで決済した。注文した際は3~4日で発送するとなっていたが、2週間経過しても届かない。メールで申し入れても返答がない。

消費者へのアドバイス

以下のようなサイトには要注意です。

- 極端に値引きされているなど、価格が通常より不自然に安い場合
- サイト内の日本語や漢字表記が不自然な場合
- 事業者の連絡先が明確に表記されていない場合
 - ・事業者情報(名称、所在地、連絡先)が表記されているか「特定商取引法に基づく表記」を確認しましょう。
- 嘘の事業者情報が記載されている場合
 - ・所在地を検索すると田畑や個人宅、無関係の事業所であることがあります。
 - ・電話を掛けたら無関係な事業者が出たケースもあります。

困ったときは、消費生活センター等にご相談ください。
消費生活センターへの相談は、消費者ホットライン☎188
☒人権市民相談課☎21-1414 ☒23-2236

空き家の適正管理をお願いします

空き家は、適正な管理が行われていない場合、老朽化による倒壊、建築材の飛散、庭木の越境など、周辺の生活環境に悪影響を及ぼす可能性があります。

空き家の適正な管理は所有者の責務です。周辺の生活環境に悪影響を及ぼさないよう、空き家の適正な管理をお願いします。

☒環境政策課

☎63-5006

FAX 23-7700



市HP

アイヌの方々からの様々な相談を無料でお受けします

日常生活でお困りのこと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。匿名での相談も受け付けます。また、秘密は厳守します。

☒平日(祝日、年末年始を除く)午前9時~午後5時

相談専用電話 ☎0120-771-208

☒(公財)人権教育啓発推進センター ☎03-5777-1802

合併処理浄化槽への転換補助金額が一部を除き下がります

令和8年度から河川水質が良い地域に対する補助金額が大幅に下がります。ぜひ、令和7年度中の転換をご検討ください。

令和7年度受付期限

浄化槽設置届出書 12月26日(金)まで

浄化槽補助金申請書 令和8年1月15日(木)まで

※補助制度の詳細は、市HPをご確認ください。

補助金額

(令和7年度まで) ※表欄の金額は、上限です。

	5人槽	7人槽	10人槽
設置費	352,000円	434,000円	568,000円
処分費	60,000円		
配管費	150,000円		
補助金合計	562,000円	644,000円	778,000円

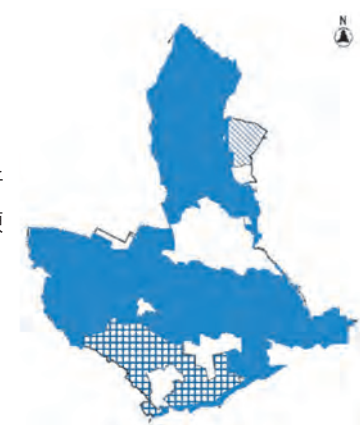
(令和8年度以降) ※表欄の金額は、上限です。

	月中川流域 (東平の一部)	環境基準(BOD) 非達成の河川流域	水質が良い地域
設置費	550,000円	350,000円	150,000円
処分費	60,000円		
配管費	150,000円		
補助金合計	760,000円	560,000円	360,000円

【凡例】

- ☒…月中川流域(東平の一部)
- ☒…環境基準(BOD)非達成の河川流域
- ☒…水質が良い地域
- ☒…補助対象外

浄化槽設置整備事業補助金設置費補助区分(令和8年度以降)



※3月31日(月)から環境センター事務所(古凍730)が市野川浄化センター管理棟2階(山崎町22-1)に移転しました。

☒環境センター

☎24-2888



市HP

学生・社会人のための誰でも使えるフリースペース(自習・コワーキング)



☒午前9時~午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

☒場 埼玉県信用金庫東松山支店

☒定 13人(先着順)

☒内 埼玉県信用金庫と市は、望まない孤独・孤立のない社会の実現のため、協力して取組を進めています。この度、埼玉県信用金庫東松山支店では、フリースペースを開設しました(東松山駅から徒歩1分)。学生の長期休み・待ち時間等のすき間時間にご利用ください。

※フタつきの飲物を除いた飲食は禁止です。

※間仕切り、卓上ライト、フリーWi-Fi、電源コンセント、USB差込口があります。

☒場 埼玉県信用金庫東松山支店

☎24-6501

FAX 24-7030

社会福祉課

☎21-1455

FAX 24-6066



市HP

講座・教室・イベント

サツマイモ収穫体験

☒10月11日(土)午前9時30分から、午前10時30分から ※小雨決行

☒場 市農林公園

☒定 各回30人(申込順)

☒内 サツマイモを1人1株掘って収穫します。

☒費 500円/1人1株

☒持 汚れてもいい服装(長靴等)、シャベル、収穫物を入れる袋

☒申・☒問 9月9日(火)午前9時から電話で市農林公園へ。

☎39-0150 ☒36-3915



講座・教室・イベント

ピーストレッキング

- 日**10月4日(土) 午前10時～午後3時30分
コース 高坂駅ー大東文化大学ー平和資料館
 ※平和資料館で解散(雨天時、大学バスにて高坂駅に移動後、解散)
対市内在住の小学3～6年生(約5キロメートルのウォーキングができる人)
定20人(申込順)
内高坂駅から平和資料館まで歩きます。今回は、大東文化大学ダンス部の学生と交流します。また、平和資料館で平和について学習します。
費500円(昼食代)
持タオル、飲物、動きやすい服装、雨具
申・問9月3日(水)～26日(金)に電話又は☒で総務課へ。
 ☎21-1415 ☎24-6123



総務課☒



市HP

福祉の仕事地域就職相談会

- 日**10月9日(木) 午後2時～4時
場市民文化センター
対求職中の人(社会人・学生)
定40人(申込順)
内東松山市と近隣市町村の福祉施設が集まる就職相談会を開催します。※60歳以上・無資格・未経験で働ける職場もあります。
申前日までに電話又は福祉人材センターHP申込フォームから申込み
問社会福祉法人埼玉県社会福祉協議会福祉人材センター
 ☎048-833-8033
 ☎048-833-8062
 (平日午前10時～午後5時)



福祉人材センターHP

国際交流バスツアー

- 日**10月11日(土)
場長野方面(善光寺・小布施)
定40人(申込順)
内外国人と一緒に交流を深める日帰り旅行です。日本語での会話も可能です。心に残る旅に。
費会員：小学生6,000円、中学生以上8,500円
 非会員：小学生以上9,000円
申9月8日(月)～25日(木)に協会事務局窓口(市役所2階総務課)へ直接、電話又は☒で申込み
 ※申込用紙は総務課窓口にあります。また、協会HPからダウンロードできます。
問国際交流協会事務局(総務課内)
 ☎21-1415 ☎24-6123
 ☒hifa1998@city.higashimatsuyama.lg.jp



市国際交流協会HP

企業体験 OB・OGセミナー

- 日**10月11日(土) 午後2時～3時45分
場総合会館3階303会議室
対15～49歳の就労を目指す人やその親・家族
定30人程度
内・仕事体験の受入先企業の担当者による仕事内容や体験の様子に関するお話
 ・仕事体験から就業につながったOB・OGによるセンターでの活動の様子や就労に至るまでの体験談
申9月11日(木)から電話で若者自立支援センター埼玉へ。
 ☎048-255-8680
問商工観光課
 ☎21-1427
 ☎23-7700



若者自立支援センター埼玉HP

平和資料館からのお知らせ

問平和資料館
☎35-4111

□収蔵品展

日9月27日(土)～令和8年1月12日(祝)

場企画展示室

□9月の映画会

日時	タイトル
9月6日(土)・7日(日) 午後1時30分～(53分)	[親子映画会] [ドキュメンタリー] 華麗なるトリックスター
9月13日(土)・14日(日) 午後1時30分～(97分)	[邦画] 愛妻物語
9月15日(祝) 午後1時30分～(112分)	[特別フィルム上映会] [邦画] 鉄道員(ぽっぽや)
9月20日(土)・21日(日) 午後1時30分～(117分)	[洋画] 笑う故郷
9月27日(土)・28日(日) 午後1時30分～(122分)	[洋画] 陽のあたる場所

□戦争体験者証言ビデオ上映

日時	タイトル
9月13日(土)・14日(日) 午後1時～(約12分)	満蒙開拓と日野沢開拓団
9月27日(土)・28日(日) 午後1時～(約17分)	戦時中の学生生活 ～兵器工場での勤労働員～

■9月の映画会、戦争体験者証言ビデオ上映 共通事項

場講堂

定160人(先着順)

※9月8日(月)～12日(金)の期間は、館内作業のため臨時休館します。

社会教育講座

【いきいきシルバー講座】

□ツボ押しでココロとカラダを整えよう!

日9月19日(金) 午前10時～11時

場大岡市民活動センター

対市内在住・在勤・在学の65歳以上の人

定30人(申込順)

内健康を保つためのツボを知り、毎日をいきいきと過ごすための講座です。

講師 鍼灸師 佐嶋美千代さん

□高齢者安全運転支援セミナー

日9月30日(火) 午前10時～11時30分

場唐子市民活動センター

対市内在住・在勤・在学の65歳以上の人

定50人(申込順)

内高齢者の運転に関する不安を解消し、免許更新のポイントを学びます。また、運転寿命を延ばす「いきいきドライブ体操」も行います。

講師 あいおいニッセイ同和損害保険株式会社
 並木靖幸さん・平塚喜之さん

【社会教育講座】

□シューフィッターが教えます!

足の健康と靴選びのポイント

日9月26日(金) 午後2時～3時

場大岡市民活動センター

対市内在住・在勤・在学の人

定40人(申込順)

内足の専門家から、正しい靴の選び方・履き方を学び足元から健康を見直す講座です。簡単な「ウォーキングエクササイズ」も行います。

講師 シューフィッター 岡田絵美さん

持ひも靴(ひも靴なしの場合は聴講のみ)

□縄文時代の舟

日10月1日(水) 午前10時～11時

場平野市民活動センター

対市内在住・在勤・在学の人

定30人(申込順)

内遺跡出土の丸木舟や古代の舟運を通して、縄文時代の暮らしに迫る講座です。

講師 生涯学習課 近江哲主任

■共通事項

持筆記用具、飲物、いきいきパス・ポイントカード(付与希望者のみ)

申9月5日(金)～16日(火) 午前8時30分～午後5時に電話又は電子申請で申込み

問生涯学習課 ☎21-1431 ☎23-2239



市HP

今大会から
自動計測チップ導入!

第72回東松山市駅伝競走大会

日12月7日(日) 受付：午前8時30分～9時10分、開会式：午前9時15分
 スタート：午前10時(雨天決行、荒天中止、予備日なし)
コース 東松山陸上競技場をスタート・ゴールとする岩鼻運動公園内周回コース



部門 ①中学校男子②中学校女子③町内地区対抗④一般⑤一般女子
チーム編成 市内在住・在勤・在学の中学生以上の走者6人、補欠2人までで1チームとします。※③～⑤部門は、1チーム2人まで市外在住で中学生以上の人を含むことができます。

費1チーム2,000円(監督者説明会にて集金)

※①・②部門の参加チームは無料。

監督者説明会 11月25日(火) 午後6時30分から総合会館4階多目的ホール

10年表彰 今大会で出場回数が合計10回に達する選手を大会後に郵送にて表彰します。該当する人は、申込時に市HPから申請してください(過去に表彰を受けた人は対象となりません)。

申11月4日(火) までに市HPで申込み

問スポーツ課 ☎21-1439 ☎23-2239



市HP

健康ウォーキング教室

- 日**10月4日(土) 午前9時30分～11時30分
 ※雨天順延、予備日雨天の場合中止(予備日10月11日(土))
場岩鼻運動公園(自由広場、陸上競技場)
対市内在住・在勤・在学の人(小学生の場合は、保護者同伴)
定30人(申込順)
内健康に役立つ正しい歩き方を楽しく学びます。
講師 ウォーキングインストラクター 奥野清歩さん
費300円(保険代含む)
持飲物・動きやすい服装・運動靴・汗拭きタオル・日除け帽子
申9月8日(月)～30日(火)に文化まちづくり公社へ直接又は申込フォームで申込み
問文化まちづくり公社
 ☎24-6080
 ☎24-9909



申込フォーム



講座・教室・イベント

スポーツ発見教室「あたまとからだをつかってあそぼう」



日9月27日(土)午前9時～正午
場市民体育館
対市内在住の小学4～6年生
定50人(申込順)
内大東文化大学の学生の皆さんと、遊びながら身体を動かす教室です。珍しい種目が盛りだくさん！ゲームのルールを学び、得点計算や作戦会議を通して考えながら遊ぶので、運動習慣のないお子さんでも楽しめます。
持飲物、体育館履き、汗拭きタオル
申9月5日(金)～21日(日)に電子申請で申込み
問スポーツ課
 ☎21-1439
 FAX 23-2239



市HP

クビアカツヤカミキリを知ろう！

日9月21日(日)午前9時30分～正午
 ※小雨決行
場市農林公園
定10人(申込順)
内特定外来生物のクビアカツヤカミキリの生態と市の自然環境に及ぼす影響を座学で学び、市農林公園の駆除に係る取組内容をフィールドワークで体感します。
持帽子、筆記用具
申・問9月3日(水)午前9時から電話で市農林公園へ。
 ☎39-0150 FAX 36-3915

スマホを使って写真教室

日10月28日(火)、11月5日(水)午前10時～正午
場大岡市民活動センター
対市内在住・在勤・在学の人
定45人(申込順)
内スマホできれいに上手に写真を撮る方法を学びます。
講師 日本現代写真家協会会員 比企現代写真研究会会長 大木晴雄さん
申・問9月5日(金)～26日(金)に直接、電話又はFAXで大岡市民活動センターへ。
 ☎39-0602 FAX 39-0676

東京2025世界陸上パブリックビューイング

日9月15日(祝)午前7時45分～正午
場総合会館4階多目的ホール
対市内在住・在勤・在学の人
定100人(申込順)
内男子マラソン競技に、本市出身の吉田祐也選手が出場します。皆さんと一緒に観戦し、応援しませんか。
申9月1日(月)正午～12日(金)午後5時に電子申請で申込み
問スポーツ課
 ☎21-1439
 FAX 23-2239



市HP

東松山地区労働講座

日時	内容
10月3日(金)	ワークライフバランス～私と会社が変わる！～
10月6日(月)	ハラスメントとメンタルヘルス～職場のハラスメント対策と心の健康づくり～
10月7日(火)	年金と定年後の働き方～高齢化の趨勢と2024年財政検証を踏まえて～
10月10日(金)	労働法～長時間労働を減らすこと、一緒に考えてみませんか？～

時間 午後6時～7時30分
 ※各講座終了後に社会保険労務士の先生による個別相談会を実施します。講座内容以外の相談も受け付けますので、ぜひご参加ください。
 ※1講座から受講可能です。
対比企地域在住・在勤の勤労者・事業者・人事担当者
申・問9月5日(金)午前9時から各講座の前日(前日が閉庁日の場合は前開庁日)に次の6つの所定事項を電話、FAX又は☑で商工観光課へ。☎21-1427 FAX 23-7700
 ①氏名②住まいの市町村名③連絡先④勤務先の市町村名⑤対象区分(勤労者、事業者、人事担当者、その他)⑥受講日



商工観光課☑



市HP(労働講座)

人権啓発講演会



日10月17日(金)午前10時～11時30分
場総合会館4階多目的ホール
定80人(申込順)
テーマ 「一度の人生どう生きる～出会いの人生から学んだこと～」
講師 弁護士 菊地幸夫さん
 ※手話通訳あり
申・問10月15日(水)までに、氏名・電話番号を電話又は☑で人権市民相談課へ。☎21-1416 FAX 23-2236
 ※2歳以上未就学児の託児あり。希望者は10月2日(木)までに電話で申込み



市HP

第11回リバーサイドカップ秋季大会(グラウンド・ゴルフ大会)

日10月21日(火)午前9時から
 ※予備日10月28日(火)
場都幾川リバーサイドパーク多目的広場
対市内在住・在勤・在学の成人
定160人(申込順)
内8ホール×4コースの大会。成績上位者の表彰及び参加賞の配付があります。
費300円(保険代を含む)
持飲物、汗拭きタオル
申・問9月16日(火)～10月10日(金)に申込書に必要事項を記入し、参加費を添えて文化まちづくり公社へ。☎24-6081 FAX 24-9909



まちづくり公社HP

市民病院・市民公開講座 危険な「めまい」

日10月11日(土)午後1時～2時
場総合会館4階多目的ホール
対市内在住・在勤・在学の人、市民病院に通院している人
定80人(申込順)
内「めまい」は一過性に消失する「良性のめまい」と、症状が持続する「悪性のめまい」に分けられます。本講演では、危険な「めまい」について紹介します。
講師 市民病院 病院長 野村恭一さん
 脳卒中科部長 田島孝士さん
 脳神経外科医長 遠藤昌亨さん
持筆記用具、いきいきパス・ポイントカード(付与希望者のみ)
申9月17日(水)～30日(火)午前8時30分～午後5時に電話又は電子申請で申込み
問生涯学習課
 ☎21-1431
 FAX 23-2239



市HP

求人企業合同面接会

日9月19日(金)午後1時～4時(受付は正午から)
場大宮ソニックシティビル
対①令和8年3月大学・短大・専門学校等卒業予定者(3年以内の既卒者含む)
 ②令和9年3月大学・短大・専門学校等卒業予定のインターンシップ検討者
内求人企業情報を来場者全員に配布します。
 ※参加企業名は開催2週間前から県雇用対策協議会HPに掲載予定
申予約不要、入退場自由
 ①に該当する人は、履歴書を面接希望企業数分用意してください。
問県雇用対策協議会
 ☎048-647-4185
 FAX 048-647-6150



県雇用対策協議会HP

9月28日(日) アートマルシェin高坂彫刻プロムナード

高坂駅西口から約1キロメートル続く高坂彫刻プロムナードのほぼ中央にある中通公園で、アートイベントを実施します。
 プロムナードの彫刻作品と芸術にフォーカスしたイベントにリニューアル。彫刻に触れて楽しむ講演・鑑賞会をはじめ、アートワークショップ、プロムナードクイズ、軽食販売のほか、市内の彫刻作品を巡る謎解きイベントもスタートします！
 ※荒天時中止
日午前10時～午後3時
場中通公園
講演・彫刻鑑賞会「彫刻の“いのち”－触覚に感応する芸術の秘密－」
時間 午前10時30分～正午(講演1時間・彫刻鑑賞30分)
場高坂図書館(講演)・高坂彫刻プロムナード(彫刻鑑賞)※徒歩移動あり
定20人(申込順)
内「触覚芸術」と呼ばれる彫刻の本質に迫り、実際に作品に触って楽しむ講演・彫刻鑑賞会です。
 ※雨天時は講演のみ実施
講師 立正大学教授 秋田貴廣さん
持筆記用具、飲物
申・問9月8日(月)～24日(水)に電話で生涯学習課へ。
 ☎21-1431 FAX 23-2239



公式 Instagram

運動の秋～市民体育祭～



地区	とき	ところ	荒天の場合	問合せ
松山	10月5日(日)	松山第一小学校	中止	松山市民活動センター ☎23-9311 FAX 23-9312
大岡	9月27日(土)	大岡小学校		大岡市民活動センター ☎39-0602 FAX 39-0676
唐子	10月5日(日)	唐子中央公園多目的広場		唐子市民活動センター ☎22-0672 FAX 22-0683
高坂	10月5日(日)	都幾川リバーサイドパーク		高坂市民活動センター ☎34-3730 FAX 34-3845
野本	10月5日(日)	野本小学校		野本市民活動センター ☎23-7077 FAX 23-7063
高坂丘陵	10月5日(日)	桜山小学校・クロスカントリーコース		高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311 FAX 35-4313
平野	10月5日(日)	松山第二小学校		平野市民活動センター ☎25-2220 FAX 25-2227



講座・教室・イベント

草木染体験教室 ～秋の木の実～

日 10月17日(金) 午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分

場 化石と自然の体験館

対 15歳以上(中学生を除く)

定 各回10人(申込順)

内 ドングリ等秋の木の実でストールを染めます。今回は、ひと手間かけてストールにアクセントをつけます。※素材は変わることがあります。

費 2,700円(染め布代他)

持 ゴム手袋、汚れても良い服装

申・問 9月30日(火) 午前9時から電話又は化石と自然の体験館HPで申込み

☎35-3892

☎35-3900



化石と自然の体験館HP



川島ひばりが丘特別支援学校 後期学校支援ボランティア養成講座

日 10月24・31日(金) 午後2時～5時

場 川島ひばりが丘特別支援学校

対 特別支援教育、肢体不自由教育に関心のある人

定 10人(申込順)

内 講義・体験活動等2日間

申 9月1日(月)～10月23日(木)に電話、FAX、☒(ボランティア講座希望・氏名・連絡先を記入)又は学校HPで申込み

問 川島ひばりが丘特別支援学校

☎049-297-7753

☎049-299-2915

☒hibari-co@st.spec.ed.jp



学校HP

埼玉県労働セミナー

埼玉県との共催による動画配信方式の労働セミナーです。複雑・多様化する労働問題や労働法に関する知識・情報について学びます。

	内容
勤労者向け	賃金の基礎とトラブル対応 社会保険・労働保険の基礎と応用 労働契約の基礎知識
事業者向け	仕事と介護の両立支援 令和7年度の労働関係法の改正 職場のハラスメント対策セミナー

※配信終了時期は未定です。

※YouTube「埼玉県公式チャンネル(サイタマどうが)」において一般公開(事前申込不要)

※通信料は自己負担となります。

※視聴後の質問等は受け付けていません。

※当セミナーは受講証明書を発行しません。

問 県雇用・人材戦略課

☎048-830-4518

商工観光課

☎21-1427

☎23-7700



市HP

市内産焼き栗販売

日 9月13日(土)～10月19日(日)の土・日曜日、祝日 午前9時30分から(なくなり次第終了)

場 市農林公園

内 今年収穫した市内産の栗を使った焼き栗を販売します。

※10月18日(土)・19日(日)は、ぼろたん焼き栗も販売します。

費・利平など 500円/1袋(200g)

・ぼろたん 500円/1袋(150g)

※各日30袋販売

※入荷状況により数量が変わる場合があります。

問 市農林公園☎39-0150☎36-3915



東松山市×東松山市商工会 共催 経営力向上セミナー

とき	内容
10月16日(木)	埼玉県、県内市町村の補助金活用
11月26日(水)	事業継続力強化計画で信用力をUP
12月19日(金)	売り上げ・集客UPにつなげるショート動画×SNS活用法
1月20日(火)	AIが社員になる日 経営に生かす生成AI活用法
2月12日(木)	ホームページ、SNSをいま以上に活用したい方へ

時間 午後3時～4時30分

場 市商工会

対 経営者、創業予定者、創業に興味がある人

定 各回40人(申込順)

申 各回の開催日前日までに申込書を市商工会へFAX又は電子申請で申込み

※申込書は市HPからダウンロードできます。

問 市商工会

☎22-0761

☎24-0687

商工観光課

☎21-1427

☎23-7700



市HP

秋のハンギングバスケット教室

日 10月25日(土) 午前9時30分～11時

場 松本町一丁目緑地

対 市内在住・在勤・在学の成人

定 24人(申込順)

内 自分だけのハンギングバスケットを作りましょう!

ハンギングバスケットは日本スリーデーマーチの期間中に松本町一丁目緑地に展示します。

費 2,000円(材料費含む)

持 手袋、剪定ばさみ

申・問 9月8日(月)～10月17日(金)に文化まちづくり公社へ直接又は申込フォームで申込み

☎24-6080

☎24-9909



申込フォーム



募集・求人

令和8年度准看護学生募集

□1次募集

出願期間 9月30日(火)～11月5日(水) 必着

入試日 11月9日(日)

□2次募集

出願期間 12月1日(月)～令和8年1月14日(水) 必着

入試日 令和8年1月18日(日)

□3次募集

出願期間 令和8年1月23日(金)～2月10日(火) 必着

入試日 令和8年2月15日(日)

■共通事項

受験資格 心身ともに健康で中学校を卒業した人(令和8年3月卒業見込)又はこれと同等以上の学力を有すると認められる人

募集人数 35人

試験科目 自己推薦:面接
一般受験:作文・面接

受験料 15,000円

申・問 比企准看護学校☎22-1202

※入学案内・願書は比企准看護学校HPからダウンロードできます。



比企准看護学校HP

「介護の仕事に興味がある人へ」埼玉 県があなたの就職を支援します!

介護の仕事は、人を支え、社会を支えるやりがいのある仕事です。県では、介護の仕事に興味がある人の県内介護事業所への就職を支援しています。介護の仕事の経験がない人、ブランクがある人もお気軽にお問い合わせください。

対 介護事業所での介護職の勤務を希望する人

申 介護のお仕事応援ポータルサイト「SAITAMA KAIGO NEXT」から申込み

問 受託事業者 株式会社パソナライフケア(県介護人材確保総合推進事業事務局)☎0120-121-767



県の介護のお仕事応援ポータルサイト



自衛官募集案内

募集種目		受付期間	試験日	応募資格
陸上自衛隊高等工科学校生徒	推薦	10月1日(水)～11月28日(金)	令和8年1月10日(土)～12日(祝)	男子で中卒(見込)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる人
	一般	10月1日(水)～令和8年1月15日(木)	1次試験 令和8年1月24日(土)・25日(日)	男子で中卒(見込)17歳未満の人
自衛官候補生		通年	受付時にお知らせします。	18歳以上33歳未満の人 32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人

※年齢は令和8年4月1日時点

※採用説明会や個別相談のほか自衛隊イベント等の案内も行っていきます。

問 防衛省自衛隊熊谷地域事務所☎048-522-4855



自衛隊埼玉地方協力本部HP

彩の国動物愛護推進員募集

対 次の全てに該当する人

- ・県内在住で、18歳以上の人
- ・動物の愛護や正しい飼い方に関する知識や技能を有する人
- ・動物の愛護や正しい飼い方に関する普及啓発活動を積極的に行える人
- ・県が実施する事業への協力や研修会へ参加できる人
- ・定期的な活動報告ができる人
- ・推進員として氏名の公表が可能な人
- ・活動を行う上で知り得た個人情報等について、守秘義務を遵守できる人
- ・現に動物を飼養する場合、その動物を適正に飼養している人

定 30人

活動内容

- ・動物の愛護と適正な飼養・管理の重要性について、地域住民の理解を深めるための啓発活動
- ・地域住民の求めに応じた、繁殖制限措置に関する助言や譲渡仲介の支援など
- ・動物の愛護と適正飼養を推進するため県が行う施策への協力
- ・その他、動物の愛護と適正な飼養の推進のため県が必要と認めること

申・問 11月30日(日)までに県HPの募集要領を確認し、県生活衛生課へ。☎048-830-3612



県HP

埼玉県環境アドバイザーの登録者募集

県内の環境学習や環境保全活動を促進するため、豊富な知識や経験を有し、地域での環境保全活動や環境学習などに対して指導等を行う人材を募集します。詳細は県環境政策課HPにある募集要項をご確認ください。

申・問 県環境政策課

☎048-830-3019



県HP



募集・求人

農業塾「梨コース」塾生募集

- 日 11月中旬から1年間(月2、3回程度)
場 ほ場(東平地内)
対 研修終了後、市内で就農する計画がある人又は市内梨農家の手伝いができる人
定 若干名(選考あり)
内 梨の栽培研修
持 剪定ばさみ、摘果ばさみ、のこぎり、汚れてもいい服装
申・問 申込書に必要事項を記入し、9月30日(火)までに直接農業公社へ。
☎26-0528
FAX 81-4320



農業公社HP

こども農業塾(特別講座)参加者募集

- 日 9月23日(祝)午前10時～正午
場 市農林公園
対 市内在住の小学4～6年生
定 40人(申込順)
内 農林公園で育てているミカンについて、クイズや実験を交えて楽しく学ぶとともに、摘果(実を採る)作業を体験します。イチゴ苗を栽培中の温室のバックヤードツアーも行います。
申 9月3日(水)午前8時30分から電子申請で申込み
問 農政課
☎21-1400
FAX 23-7700



電子申請



健康

ファミリー歯科健診

- 日 10月8日(水)、11月8日(土)・12日(水)午後1時30分～2時30分
場 保健センター
対 市内在住の人
内 歯科健診、相談、フッ化物塗布(2歳6か月～未就学児の希望者)
持 歯ブラシ、母子健康手帳(妊産婦、未就学児)、バスタオル(未就学児)
申・問 事前に直接又は電話で健康推進課へ。
☎24-3921
FAX 22-7435



市HP

大人のための健康歯援プログラム

- 日 10月8日(水)、11月8日(土)・12日(水)午後
※時間は個別対応のため申込み後にお知らせします。
場 保健センター
対 市内在住の20歳以上の人
内 歯と口の健康力チェック、口腔内チェック
申・問 事前に直接又は電話で健康推進課へ。
☎24-3921
FAX 22-7435



市HP

乳がん検診(集団)

- 日 10月20日(月)午前8時30分～11時・午後0時30分～3時、22日(水)午前8時30分～11時
※受付時間を指定した受診券はがきを後日送付します。
場 保健センター
対 市内在住の40歳以上の女性で、昨年度市の乳がん検診を受けていない人
定 各回80人(申込順)
内 マンモグラフィ
※今年度より検査内容が変更し、視触診が除外されました。
費 1,200円(40～69歳)
※70歳以上の人、生活保護受給者証・クーポン持参者は無料
※年齢は令和8年3月31日時点
申・問 9月4日(木)から直接、電話又は電子申請で健康推進課へ。
☎24-3921 FAX 22-7435
※10月20日(月)午後のみ1～3歳までの託児あり。託児希望者は10月3日(金)までに電話で申込み



市HP

乳がん検診も受けましょう!!



市HP

胃がん検診(個別)

- 日 10月1日(水)～令和8年1月31日(土)
場 実施医療機関
対 市内在住の30歳以上の人
持 健康保険証又はマイナンバーカード
申 実施医療機関へ直接申込み
問 健康推進課
☎24-3921
FAX 22-7435



市HP



高齢者・福祉

重度医療受給者証の一斉更新

- 重度心身障害者医療費受給者証は、前年の所得をもとに毎年所得判定を行い、1年ごとに更新されます。助成対象となる人には受給者証、助成対象外となる人には支給停止通知書を送付します。
9月下旬に送付しますので、10月になっても届かない場合はお問い合わせください。また、新しい受給者証(有効期間の始期が令和7年10月1日のもの)が届きましたら、10月1日以降に差替えをお願いします。古い受給者証は障害者福祉課に返却するか、本人で裁断するなどの処分をしてください。
問 障害者福祉課
☎21-1452
FAX 24-6066



市HP

9月23日は「手話言語の国際デー」

9月23日は「手話言語の国際デー」として、2017(平成29)年に国連総会で決議された日です。決議文では「手話言語が音声言語と対等であることを認め、ろう者の人権が完全に保障されるよう国連加盟国が社会全体で手話言語についての意識を高める手段を講じることを促進する」とされています。

「東松山市手話言語条例」を制定している本市においても、手話が言語であることの認識を広めていくため「手話言語の国際デー」のシンボルカラーである青色でライトアップします。

- 日 9月23日(祝)午後6時～9時
場 松本町一丁目緑地
問 障害者福祉課
☎21-1452
FAX 24-6066



市HP

休日当番医

診療時間 午前9時～午後5時 事前に電話相談をして受診

9月	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
15日(祝)	武蔵嵐山病院	内科	上唐子1312-1	☎81-7700
23日(祝)	たばた小児科	小児科、内科、アレルギー科	吉見町久米田616-8	☎54-8822

※休日当番医のほかにも、比企地域には日曜日に診察をしている医療機関があります。日曜日に診察している医療機関は、市HPで確認してください。

休日・夜間診療

事前に電話相談をして受診

名称	日時(診療時間)	施設・電話番号
休日夜間急患診療所	月～土曜日午後5時～11時、日曜日、祝日午前9時～午後11時	東松山医師会病院☎22-2822
休日歯科センター	日曜日、祝日午前9時から(受付は午前8時30分～11時30分)	保健センター☎24-3920
比企地区こども夜間救急センター(対象は原則として満15歳以下)	月～金曜日(祝日、年末年始は除く)午後8時から(受付は午後7時30分～10時)	東松山医師会病院☎22-2822

埼玉県AI救急相談

チャットで気軽に相談



県AI救急相談

埼玉県救急電話相談

小児・大人共通
☎#7119
(又は048-824-4199)
毎日24時間対応

- 問 健康推進課
☎24-3921
FAX 22-7435



市HP

保健センター便り

がん検診を受けましょう

がんは日本人の2人に1人がかかり、3人に1人が亡くなっていると言われています。がんを予防するためには、生活習慣はとても大切ですが、どんなに気を付けても完全に防ぐことはできません。定期的にがん検診を受け、早期発見・早期治療をすることが死亡率を低下させます。また、子宮頸部や大腸などのがん検診では「がんになる前の病変」を発見できることもあり、その場合はがん化する前に治療を始められます。市では各種がん検診に係る自己負担の補助を行って

います。自分自身のため、大切な家族のために定期的に検診を受けましょう。詳細は「令和7年度保健センター行事日程表」又は市HPをご確認ください。

がん検診が推奨される年齢

- ・子宮頸がん検診 20歳以上
 - ・肺・大腸・乳腺のがん検診 40歳以上
 - ・胃がん検診 50歳以上
- 問 健康推進課
☎24-3921 FAX 22-7435



市HP



高齢者・福祉

令和7年度いきいきパス・ポイント対象事業

対象事業に参加して会場の受付又は担当課窓口で「いきいきパス・ポイントカード」を提示するとポイントが付与され、貯めたポイントを地域通貨「ぼたん圓」と交換できます。

☑市内在住の65歳以上の人

ポイント付与期間

令和8年2月28日(土)まで

ぼたん圓交換申込期間

令和8年3月16日(月)まで

※申込みは年度内1回に限ります。

今月号掲載の対象事業	ページ
社会教育講座	13
健康ウォーキング教室	13
スマホを使って写真教室	14
市民病院・市民公開講座 危険な「めまい」	15
ファミリー歯科健診	18
大人のための健康歯援プログラム	18
乳がん検診(集団)	18
胃がん検診(個別)	19
第3回スマイルウォーキング	20
市民健康増進センター教室	20
認知症サポーター養成講座	21
みんなきらめけ!!ハッピー体操	22
いきいき生活教室	23
ACP普及啓発講座	23
こちらウォーキングセンターです	24
月例市民ウォーキング	25
図書館で脳トレ 楽しい音読教室	25

☎高齢介護課

☎21-1406

FAX 22-7731



市HP

第3回スマイルウォーキング

☑10月15日(水)午前9時～11時30分
コース 岩鼻運動公園⇄総合福祉エリア(約4.5キロメートル)

集合場所 東松山庭球場中原コート脇広場

☑市内在住のおおむね65歳以上の人

定30人(申込順)

内介護予防を目的にサポーターと共にゆっくりと歩く。

持タオル、飲物、雨具

申・問10月1日(水)までに直接、電話又はFAXで高齢介護課へ。

☎21-1406 FAX 22-7731

市民健康増進センター

シェイプアップ教室

☐月曜コース(全10回)

☑10月6日(月)～12月29日(月)
※10月13日(祝)、11月3日(祝)・24日(休)は休み

☐水曜コース(全10回)

☑10月15日(水)～12月17日(水)

☐金曜コース(全10回)

☑10月17日(金)～12月19日(金)

■共通事項

時間 午後3時～4時

☑市内在住の15歳以上の人(中学生は除く)

定各コース35人(申込多数の場合抽選)

費無料(入館料別)

申・問9月15日(祝)までに直接又は電話で市民健康増進センターへ。
☎31-2660 FAX 31-2661

有料教室(通年開催)

☐月曜ヨガ

☑月曜日午前10時～11時

☐足腰元気体操

☑月曜日午後1時～2時

☐いきいき体操

☑火曜日午前10時～11時

☐たのしいフラ

☑火曜日午前11時30分～午後0時30分

☐ZUMBA

☑火曜日午後3時～4時

☐ピラティス

☑水曜日午前10時～11時

☐木曜ヨガ

☑木曜日午前10時～11時

※9月21日(日)午後3時～4時は参加費無料で開催します。

☐バランスコーディネーション

☑金曜日午前10時～11時

☐パンチキック

☑金曜日午前11時30分～午後0時30分

☐背骨コンディショニング

☑土曜日午後1時～2時

☐はじめて太極拳

☑日曜日午前10時～11時

☐48式太極拳

☑日曜日(1週目のみ)午前11時30分～午後0時30分

☐やさしいエアロ

☑水曜日午後1時～2時

金曜日午後1時～2時

土曜日午後3時30分～4時30分
日曜日(2週目以降)午前11時30分～午後0時30分

☐はじめてエアロ

☑木曜日午前11時30分～午後0時30分

土曜日午前10時～11時

※各有料教室にはお休みがあります。お休みは市民健康増進センターHPをご確認いただくか、お問い合わせください。

■共通事項

☑15歳以上の人(中学生は除く)

定各35人(先着順)

受付 教室開始1時間前～教室開始15分後

費1回500円(入館料別) ※券売機精算

※各教室とも都合の良い日に参加できます。

※状況により変更する場合があります。

臨時休館のお知らせ



9月8日(月)～10日(水)は、館内清掃・設備点検のため臨時休館します。

問市民健康増進センター

☎31-2660

FAX 31-2661



市民健康増進センターHP



9月は世界アルツハイマー月間です

～認知症について考えよう～

国際アルツハイマー病協会は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、認知症の啓発を実施しています。日本でも公益社団法人「認知症の人と家族の会」が認知症への理解を呼びかける等の活動を行っています。

～認知症について正しく学んでみませんか～

認知症サポーター養成講座を開催します!

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気です。

市では、認知症について理解し、認知症の人やその家族を見守り、支援する「認知症サポーター」に一人でも多くの人になり「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」を目指しています。

ぜひ、この機会に認知症について学んでみませんか?

☑9月18日(木)午後1時30分～3時30分

場市立図書館 視聴覚ホール

☑市内在住・在勤の人

定50人(申込順)

申・問9月3日(水)から直接又は電話で高齢介護課へ。



～キッズサポーターも増えています～

小学生向け

認知症サポーター養成講座を開催しています!

今年度も市内の小学校(全11校)で順次、小学生向け認知症サポーター養成講座を開催しています。



認知症ケア相談室

在宅で認知症の人を介護している家族を対象に、介護の方法や接し方について身近に相談できる窓口として、市内の地域包括支援センターに「認知症ケア相談室」を設置しています。お気軽にご相談ください。

(地域包括支援センター

の連絡先については

4ページ参照)



市立図書館で認知症に関するパネル展示を行います!

パネル展示では、認知症のご本人と家族がどのような思いで日々過ごされているのか等を紹介しています。実際の声を知ることができる貴重な機会です。ぜひご覧ください!

期間中は市立図書館でも、認知症に関する書籍の設置や映画上映などを行っています。

展示期間 9月6日(土)～25日(木)

場市立図書館

☑認知症について

・認知症予防・早期発見

・認知症に関する相談窓口

・認知症のご本人と家族の思い など



ご活用ください

認知症に関する様々な情報冊子等を発行しています。市HPに掲載しているほか、高齢介護課にもあります。

・認知症ガイドブック ・若年性認知症ガイドブック
・認知症簡易チェック など



市HP
(認知症に関するお知らせ)



認知症簡易
チェックサイト

問高齢介護課 ☎22-7733 FAX 22-7731



高齢者・福祉

みんなきらめけ!!ハッピー体操

介護予防を目的とした体操です。

ところ	10月
市民体育館	6・20日(月)
きらめき市民大学【午前】	27日(月)
きらめき市民大学【午後】	20日(月)
高坂丘陵市民活動センター	7・21日(火)
大岡コミュニティセンター	7・21日(火)
すわやま荘	21日(火)
唐子地区体育館	1・15日(水)
大岡市民活動センター	2・16日(木)
北地区体育館	2・16日(木)
市民福祉センター	2・16日(木)
南地区体育館	10・24日(金)
野本市民活動センター	3日(金)

時間 午前10時～11時30分(きらめき市民大学【午後】・高坂丘陵市民活動センター・大岡市民活動センターは午後2時～3時30分)

対 市内在住の60歳以上の人

持 フェイスタオル(体操用)、バスタオル・ヨガマット等(敷物用)、体育館履き、飲物

※事前申込は不要。お住まいの近くの会場での参加をお願いします。

問 総合福祉エリア

☎22-5561

FAX 25-3305

高齢介護課

☎21-1406

FAX 22-7731



市HP

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

老齢・障害・遺族基礎年金を受給している人で、所得額が前年より低下したこと等により、令和7年度において新たに支給対象となる人には、順次、日本年金機構から請求手続きのご案内が届きます。同封のがき(年金生活者支援給付金請求書)に記入し、指定された期間内に日本年金機構へ提出してください。令和7年10・11月分(12月振込分)から支給されます。

既に年金生活者支援給付金を受給している人は、新たな手続きは不要です。年金を受給しはじめる人は、年金の請求手続きと併せて年金生活者支援給付金の請求手続きをしてください。

□老齢年金生活者支援給付金

対 次の全てに該当する人

- ・65歳以上で老齢基礎年金を受給している人
- ・世帯員全員の市民税が非課税の人
- ・前年の年金収入額とその他の所得額の合計が906,700円(昭和31年4月2日以降生まれは909,000円)以下の人

□障害年金生活者支援給付金・遺族年金生活者支援給付金

対 次の全てに該当する人

- ・障害基礎年金又は遺族基礎年金を受給している人
- ・前年の所得が「4,794,000円+税法上の扶養親族の数×38万円(注意)」以下の人

(注意) 扶養等の種類により変動することがあります。

■共通事項

不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や市役所、厚生労働省が電話で口座番号やクレジットカード情報を聞いたり、手数料等の金銭を求めたりすることはありません。

問 年金給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092

川越年金事務所 ☎049-242-2657

保険年金課 ☎21-1434 FAX 23-0076



厚生労働省HP

第48回日本スリーデーマーチ「ゆっくりウォーク」ウォーカー募集

車いすを利用されている人や障害のある人、あるいは高齢者やベビーカーを利用しているご家族などが安心して参加できるように、10キロコースを歩きやすく配慮したルートで歩く「ゆっくりウォーク」を行います。

サポートが必要な人は、介助者を確保の上、障害者福祉課へ事前申込をお願いします。

日 11月2日(日)午前9時から

集合 中央会場ゆっくりウォークテント前

コース 吉見百穴・森林公園ルート

対 1日の屋外活動が可能な健康状態の人、介助者と同伴可能な人

申・問 9月30日(火)までに申込書に必要事項を記入し、直接、FAX又は郵送で〒355-8601松葉町

1-1-58障害者福祉課へ。☎21-1452 FAX 24-6066

※申込書は障害者福祉課にあります。また、市HPからダウンロードできます。



市HP

いきいき生活教室

日 10月30日、11月13・27日(木) 午前10時～11時30分(11月13日のみ正午まで)

場 野本市民活動センター

対 市内在住の65歳以上の人

定 20人(申込順)

内 健康寿命を延ばすために自宅で実践できる運動・栄養・口腔ケアを学ぶ(3回1セット)。

費 11月13日のみ500円(食材費等)

申・問 9月3日(水)～10月23日(木)に直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。

☎22-5561

FAX 25-3305



市HP

ACP普及啓発講座

日 10月7日(火)午後2時～3時30分

場 市民福祉センター

対 市内在住・在勤の人

定 50人(申込順)

内 「ACP(アドバンス・ケア・プランニング)／愛称：人生会議」とは、自分が希望する医療・ケアを受けるために、大切にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを望むかを前もってあなたとあなたの想いを託せる人たちと話し合い、共有することです。

予期しない出来事や突然の病気など、もしもの時に自分の希望を伝えられなくなった時、ご家族などがあなたに代わって難しい決断をする場合に重要な助けとなります。最期まで自分らしく生きるため、一緒に考えてみませんか。

演題 「あなたの想い、託せる人に伝えてみませんか～最期のときまであなたらしく生きるために～」

講師 シャローム病院院長 狩野梨さん

申・問 電話又はFAXで高齢介護課へ。

☎22-7733

FAX 22-7731



市HP

避難行動要支援者避難支援制度

災害時に自力で避難することが難しい高齢者や障害者など(避難行動要支援者)が、速やかに避難支援を受けられるようにするための制度です。要支援者に同意を得て「避難行動要支援者名簿」を作成し、関係機関に配付しています。

名簿に載る人

- ・要介護認定3～5を受けている人
 - ・身体障害者手帳1級、2級を所持する人(内部障害除く)
 - ・療育手帳A、Bを所持する人(18歳未満除く)
 - ・精神障害者保健福祉手帳1級、2級を所持する人(18歳未満除く)
- ※上記に該当しない場合でも災害時に自力避難が困難な場合は、申請により登録できます。

名簿の配付先

警察、消防、自治会(自主防災組織)、民生委員

個別避難計画

具体的な避難支援の方法を記載した「個別避難計画(緊急連絡先、避難支援者、避難場所、避難時の配慮事項、かかりつけ医など)」を作成し、名簿と併せて配付します。

問 社会福祉課

☎21-1455

FAX 24-6066



市HP



子育て

里親入門講座 in川越

日 10月4日(土)午後2時～4時

場 県川越児童相談所

対 里親になりたい人、里親制度について知りたい人

定 30人(申込順)

内 里親制度の説明、里親体験談

申・問 事前に電話で県川越児童相談所 里親推進担当へ。

☎049-223-4152

「親子でおもしろスポーツ体験」講座参加者募集

日 ①9月14日(日)②11月8日(土)午前10時～11時30分

場 ①北地区体育館②南地区体育館

対 市内在住の小学1～6年生の親子

定 各日15組(保護者必須)

内 ラダーゲッターのほか小学生親子が楽しめるレクリエーション

※ラダーゲッターは、ヒモでつながっている2個のボールをラダー(ハシゴ)に向かって投げ、ボールがラダーに引っ掛かると得点となるスポーツ・レクリエーションです。

申 9月3日(水)正午～10日(水)正午に電子申請で申込み

問 こども支援課

☎63-5005

FAX 23-2239



市HP

未就学児のあそび場 きらめきGO!GO!



場所・問合せ	とき
まつに ☎23-1361	9月10・24日(水)、 10月10・24日(金)
からこ ☎23-1325	9月8日(月)・19日(金)、 10月8・22日(水)
いちのかわ ☎21-6480	9月12・26日(金)、 10月14日(火)・29日(水)
たかさか ☎31-2360	9月16・30日(火)、 10月16日(木)・31日(金)
しんめい ☎24-3346	9月4・18日(木)、 10月6日(月)・21日(火)

時間 午前10時～11時30分

対 未就学児と保護者

内 手遊び、歌遊び、体操、簡単な工作、エプロンシアターなど

申 事前申込みは不要。当日クラブで受け付け。

問 保育課 ☎21-1407 FAX 23-2239

※当日は、開催クラブにお問い合わせください。



きらめき
クラブHP



親子で遊ぼう会 10月



■保育園 1歳児前半サークル

日7・14・21・28日(火)全4回

時間 午前10時～11時 場まつやま保育園

対市内在住の令和6年5月1日～9月30日生まれの1歳児と保護者

定親子6組(申込順)

内ふれあい遊び、製作、おもちゃ作り、身体測定

申9月8日(月)午前9時30分から電子申請で申込み。
なお、電子申請が使えない人は電話で平日午前9時30分～午後4時にまつやま保育園へ。



初めて参加の人



2回目以降参加の人

■体育館

日・場2日(木)市民体育館、9日(木)北地区体育館、
16日(木)南地区体育館、23日(木)唐子地区体育館

受付 午前10時 時間 午前10時15分～11時15分

対未就学児と保護者 内ふれあい遊び、リズム、製作

持体育館履き 申当日受付

■大岡市民活動センター

日27日(月)午前9時30分～11時30分(時間内でご都合に合わせてお越しください)

対未就学児と保護者

内自由遊び、ふれあい遊び、育児相談など

申当日受付

■支援センター室開放・園庭開放

日毎週月・水・金曜日(13日(祝)は除く)午前9時～
正午、午後2時30分～4時30分

※園庭開放は園の行事により、時間が変更になる場合があります。

場まつやま保育園(駐車場なし)

対市内在住の保育施設(幼稚園も含む)に通園していない未就学児と保護者

申当日受付

☒まつやま保育園☎22-1194☎22-7904

こちらウォーキングセンターです



市民一人1スポーツ!
週に一度はスポーツを!

- 所在地…松本町1-9-37 ☎23-9090☎23-5677
- 開館時間…午前9時～午後5時 ●休館…月曜日(祝日の場合翌日)、年末年始

□花・歴史ウォーク

渋沢栄一生涯を訪ねる 13km

日10月10日(金)

集合 東松山駅バス乗り場 午前7時55分(午前8時10分発 熊谷駅行き路線バスに乗車予定)高崎線熊谷駅乗車 岡部駅下車

受付 岡部駅北口 午前9時40分

コース 岡部駅北口－弥生遺跡公園－立岩寺－渋沢栄一生涯(昼食)－渋沢栄一記念館－大寄公民館－深谷城址公園－深谷市役所－深谷駅(午後3時10分到着予定)

費50円 持昼食 申当日受付

□ネイチャーウォーク 耕地の生き物たち

日10月18日(土)

集合・受付 野本市民活動センター 午前8時45分、
正午解散予定、雨天決行

内耕地の生き物たちを観察 費50円

持筆記用具、双眼鏡、ルーペなど 申当日受付

□ふるさと自然のみちウォーク

高坂七清水コース 17km

日10月21日(火)

集合・受付 ウォーキングセンター 午前8時45分

コース ウォーキングセンター－柏崎緑地－野本市民活動センター－高済寺下の清水－折本山公園－宮鼻の清水－高坂市民活動センター(昼食)－高坂駅－泉蔵寺－五領沼公園－ウォーキングセンター(午後2時50分到着予定)

※高坂駅からウォーキングセンターへは電車利用可

費50円 持昼食 申当日受付

□埼玉みてあるき

秩父三十四札所めぐり⑧ バス利用 7km

日10月28日(火)

集合 東松山駅改札口前 午前8時(午前8時14分発下り乗車予定 秩父鉄道寄居駅 午前9時8分発 御花畑駅下車 西武秩父駅へ徒歩移動)

受付 西武秩父駅 午前9時55分

コース 西武秩父駅前バス乗り場－松井田バス停－泉龍院－おがの化石館－奈倉氏館跡－33番・菊水寺－吉田取方運動公園(昼食)－吉田棕神社－龍勢会館バス停－秩父駅(午後2時36分到着予定)

費50円 持昼食 申当日受付

□東松山歩こう会9月例会

市民活動センター巡り 11km

日9月13日(土)

集合・受付 ウォーキングセンター 午前9時

コース ウォーキングセンター－吉見百穴－岩鼻運動公園－総合福祉エリア－平野市民活動センター(昼食)－大谷瓦窯跡－大岡市民活動センター(午後0時30分到着予定)

費会員外300円 持昼食 申当日受付

☒服部さん☎090-5583-8948

10月

月例市民ウォーキング



	と き	集合時刻	集合場所	コース(距離)	昼食
松山市民活動センター ☎23-9311☎23-9312	14日(火)	午前8時30分	松山市民活動センター	野本埋蔵文化財(7km)	不要
大岡市民活動センター ☎39-0602☎39-0676	9日(木)	午前8時30分	大岡市民活動センター	緑陰 秋葉神社(6km)	不要
唐子市民活動センター ☎22-0672☎22-0683	21日(火)	午前8時30分	唐子市民活動センター	神戸くらかけ清流の郷(7km)	不要
高坂市民活動センター ☎34-3730☎34-3845	16日(木)	午前8時30分	高坂駅東口	野本かかしといなほてらす(6km)	不要
野本市民活動センター ☎23-7077☎23-7063	23日(木)	午前8時30分	野本市民活動センター	野本文化財 東コース(7km)	不要
高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311☎35-4313	25日(土)	午前8時30分	高坂丘陵市民活動センター	せせらぎ緑道(6km)	不要
平野市民活動センター ☎25-2220☎25-2227	7日(火)	午前8時30分	高坂市民活動センター	坂戸 島田橋(8km)	不要

図書館だより

	市立図書館 ☎22-0324☎22-0064	高坂図書館 ☎35-5120☎35-5123
開館時間	午前9時30分～午後7時	月～金曜日午前9時30分～午後6時 土・日曜日午前9時30分～午後5時15分

託児サービス

市立 第2・4木曜日午前10時～正午

高坂 第1・3木曜日午前10時～正午

おはなし会

市立 第2・4土曜日午前11時～11時30分

高坂 第1・2・4土曜日午前11時～11時30分

ちいさい子むけ おはなし会(0～3歳位)

市立 第1・3水曜日午前11時～11時30分

ミニ朗読会(一般向け)

市立 第2水曜日午後2時～3時

映画会

日9月14日(日)午後1時30分から 定100人(先着順)

内「まあだだよ」(134分)

日9月21日(日)午後1時30分から 定100人(先着順)

内「エターナルメモリー」(85分・字幕)

9月の休館日

22日
(月)

今月のテーマ本は
世界アルツハイマー月間に
ちなんで「認知症」です。



市立図書館HP

今月の図書館からのお知らせ

□図書館で脳トレ 楽しい音読教室

日9月24日(水)午前10時30分～11時30分

場3階研修室

対市内在住のおおむね60歳以上の人

定20人(申込順)

内参加者みんなで昔話や詩などを音読します。人に聞

かせる朗読ではなく、自分の健康のために声を出して楽しく読みます。

持飲物、筆記用具

申9月4日(木)～21日(日)に直接又は電話で市立図書館へ。

※いきいきパス・ポイントの対象になります。

伝言板

このコーナーは、市民の皆さんから寄せられた情報です。参加するときは内容を確認してください。

出かけてみませんか 参加してみませんか

●箏音コンサート～初秋に寄せて～

日9月5日(金)午後1時30分～3時30分

場高坂丘陵市民活動センター

定100人(先着順)

内箏・17絃箏の演奏

問アンサンブル箏音 石田さん

☎35-4645

●ミラの会第23回水彩スケッチ展

日9月9日(火)～15日(祝)午前9時

30分～午後5時(初日は午後1時

から、最終日は午後2時まで)

場市立図書館

内会員の作品展示約100点

問坂田さん☎34-3354

●コリーネコーラス公開練習

日9月12日(金)午前10時～正午

場高坂丘陵市民活動センター

定30人(先着順)

内11月の文化祭に向けて新曲練習を開始します。発声練習や、各パートのメロディが合唱になる様子を体験できます(申込不要、飲物持参)。

問長谷川さん☎090-1302-0271

●野本写真クラブ第12回写真展

日9月20日(土)～26日(金)午前9時

～午後5時(初日は午後1時から、

最終日は午後1時まで)

場市民文化センター

内クラブ員16人と講師の作品展示(各メンバーのパネル4枚とスライドショー3枚)

問岸澤さん☎090-1034-6879

●ミニコンサート(日本の四季)

日9月23日(祝)午後2時30分～3時

30分

場高坂市民活動センター

内コーラスの発表(演奏会)

問女声合唱団アンサンブルファンタ

ジア 長島さん☎35-1789

●ベビーマッサージ&親子写真&ワークショップとヨガ教室

日9月28日(日)①午前10時～正午

②午後1時30分～2時30分

場唐子市民活動センター

対①生後2か月～ハイハイの時期頃

②どなたでも(産後のママは産後6か月から)

定①6組②15人(申込順)

内①ベビーマッサージ&親子写真&ワークショップ②骨盤スリムヨガ

費①2,300円(ワークショップ代別途1,100円～)

②1,500円(学生料金は申込フォーム参照)

申9月1日(月)から申込

フォームで申込み

問Lea Ohana 岡部さん

☎090-7407-2257

申込フォーム

●絵画展

日9月30日(火)～10月5日(日)午前

10時～午後5時(初日は午後1時

から、最終日は午後4時まで)

場松山市民活動センター

内絵画展示発表

問セザン画会 藤野さん

☎090-8015-4338

●法の日司法書士無料法律相談

日10月1日(水)午前10時～正午、午

後1時～3時

場市民文化センター

定16人(申込順)1人30分

※空きがある場合は当日受付も可

内登記・相続手続、不動産の名義変更、成年後見等について

申・問9月10日(水)午前10時～30

日(火)午後5時までに埼玉司法書

士会東松山支部 田中さんへ。

☎59-9681

●建築士事務所協会・建築士会 住宅相談

日10月1日、11月5日、12月3日、

1月7日、2月4日、3月4日(水)午

前10時～正午

場市役所分室2階会議室1

内住宅の建築や既存住宅の耐震性に関する相談について、専門の建築士によるアドバイスをを行う。

申各日、前日の正午までに電話で住宅建築課へ。☎21-1424

問吉田さん☎24-2001

●弓道初心者教室

日10月11日～12月6日毎週土曜日

(全9回)午前9時30分～11時30分

場市民体育館弓道場

対市内在住・在勤・在学の成人

定15人(申込順)

費1,000円

申9月6日(土)午後5時～30日(火)午後5時に電話又は市弓道連盟HPで

申込み

問市弓道連盟 佐々木

さん

☎090-3349-9317



市弓道連盟HP

●第28回彩友会絵画展

日10月28日(火)～11月2日(日)午

前9時40分～午後4時(初日は午後

1時から、最終日は午後3時まで)

場市立図書館

内油彩画、水彩画

問峯岸さん☎24-7294

仲間になりませんか

●ヨガサークルあかり

日毎月第1・3水曜日午前11時～正午

場大岡市民活動センター

対初心者大歓迎

費月1,500円

問館さん☎080-1120-6764

●東松山介護者支援の会“ほっと”

日毎月第1木曜日午後1時30分～3時30分

場市民福祉センター

対ご自分の余力を地域に還元できる人

内訪問者の話を聞く相手をする。

問新井さん☎090-8344-1291

●ポピーパソコンクラブ

日毎月第1・2木曜日午前9時30分～11時30分

場平野市民活動センター

対ノートパソコンを持参できる人

内パソコンの技術を楽しみながら学んでいます。

費月2,500円

問芝宮さん☎090-7425-3767

●みやび会

日毎月第1・3金曜日午後1時30分～3時30分

場松山市民活動センター

内好きな歌で新舞踊を楽しみます。着付けも上達します。

問小坂橋さん☎090-4754-1276

10月の各種相談

※相談時間は正午～午後1時を除きます。
※分室には市役所本庁舎北側の建物です。

行政相談 人権市民相談課☎21-1414☒23-2236

- 10月10日(金)午前9時～正午
- 分室1階打合せ室 ●国、県、市の仕事

公証相談 人権市民相談課☎21-1414☒23-2236

- 10月15日(水)午前10時～正午
- 分室1階打合せ室 ●要予約で先着4人
- 遺言、任意後見、年金分割などの契約・公正証書作成

法律相談(弁護士) 人権市民相談課☎21-1414☒23-2236

- 10月2・9・23日(木)午後1時～4時20分
- 分室1階打合せ室 ●要予約で先着8人
- 法律全般

※調停・訴訟等係争中の事案についての相談はお受けできません。

行政書士相談 人権市民相談課☎21-1414☒23-2236

- 10月16日(木)午後1時10分～4時40分
- 分室1階打合せ室 ●要予約で先着6人
- 相続、遺言、農地法、建設業許可関係

不動産相談 人権市民相談課☎21-1414☒23-2236

- 10月2日(木)午前10時～正午(宅地建物取引士)
- 10月8日(水)午前10時～正午(不動産鑑定士)
- 分室1階打合せ室 ●要予約で先着4人
- 不動産の購入、賃貸、明渡しなど(宅地建物取引士)
- 売買、賃貸借、相続などの適正な価格・賃料の算定等(不動産鑑定士)

消費生活相談 人権市民相談課☎21-1414☒23-2236

- 平日(年末年始を除く)午前10時～午後3時30分
- 市役所本庁舎2階市消費生活センター
- 消費者契約上の問題や商品に対する苦情など

女性相談 人権市民相談課☎21-1416☒23-2236

- 10月1日(水)午前10時～午後3時
- 10月21日(火)午後1時～5時
- 10月24日(金)午前10時～午後3時
- 総合会館3階306会議室
- 女性の悩み、子育て、夫婦や異性のこと、自分のこと、夫や恋人からの暴力など(要予約で先着4人)

人権相談 人権市民相談課☎21-1416☒23-2236

- 10月16日(木)午前10時～午後3時(要予約で先着4人)
- 総合会館3階301会議室
- 10月1・8・15・22・29日(水)午前9時～午後4時
- さいたま地方法務局東松山支局☎22-0379
- 身の回りのさまざまな人権問題

税務相談 課税課☎21-1438☒23-2238

- 10月14日(火)午前10時～正午
- 総合会館3階302会議室
- 国税・地方税(10日正午までに要予約で先着2人)

こころの健康相談 健康推進課☎24-3921☒22-7435

- 10月1日(水)午前9時30分～11時20分(要予約で先着3人)
- 保健センター ●心理士による相談

内職相談 商工観光課☎21-1427☒23-7700

- 10月7・14・21・28日(火)午前10時～午後4時
- 分室1階打合せ室
- 内職の求人や求職、在宅ワークに関する相談

創業相談 商工観光課☎21-1427☒23-7700

- 10月7・14・21・28日(火)午後1時～5時(予約制)
- 創業支援センター会議室2
- 創業や創業して間もない経営全般

文芸

俳句

白球とブラスバンドと雲の峰
築古き雨戸の軋み秋の風
折り鶴の生き生きと飛び星祭
蜘蛛の罫の雫とともに光る朝
紫陽花や個性豊かな仲間達
玉葱が主役のカレー卓囲む
一句目、全国高校野球選手権大会の地方大会たけなわ。あちこちで決勝戦も。白球に雲の峰はよく似合う。高校野球に応援団のブラスバンドは欠かせない。ブラスバンド部員も腕の見せ所だ。主役は無論球児だがブラスバンド雲の峰を主役と同格に扱って絶妙。

選者 仁村玲流

短歌

暑くてもこれで一杯食べられる
母の笑顔とゴーヤのぬか漬
夏祭り陣屋通りを山車が行く
昔の想い胸にしのべり
ミニマト暑さに負けずのびのびと
先端の一個老いの手にあり
一首目は、大切な人の笑顔と味がもたらす幸福感が詠われ、心惹かれます。二首目は、通りの名称が変わり、移りゆく景色と伝統行事の対比。味わい深い一首です。三首目、瑞々しいミニマトを収穫する喜び。「老いの手」という表現に深みが感じられます。

選者 会川淳子

川柳

夕べには朝のニュースは追いやられ
支え合い笑い合つての生き上手
大笑い溜まったウサを声に乗せ
余力有る中途半端が心地良い
喋りましょ笑いましょと人集う
至らなさ知っているから出しゃばらぬ
選者吟「先輩の旅立ち多い梅雨の日々」

選者 小松一也

俳句・短歌・川柳の投稿先 俳句、短歌、川柳、作品中の読みの難しい語には、ふりがなを付け、住所、氏名(ふりがな)を記入し、〒355-8601松葉町1-1-58市広報広聴課へ郵送か持参。はがき等一枚に、複数の句や歌を投稿することが可能です。※投稿は市内在住者に限ります。



おしえて「文化財」

問 埋蔵文化財センター
☎27-0333 FAX 27-0334

東松山市指定考古資料

「阿弥陀一尊板石塔婆」「阿弥陀三尊板石塔婆」「仁治二年の板石塔婆」

板石塔婆=板碑とは、鎌倉時代から戦国時代を中心に流行した供養塔の一種です。市内では、1039基確認されています(令和7年現在)。

「阿弥陀一尊板石塔婆」刻まれた年号は上半分が磨滅して「七月日」だけしか読み取れませんが、かすかに「寛」の字が読み取れることと、そのほかの文字から寛喜元年(1229年)と推測されます。寛喜元年だとすると、国内最古の板碑とされる嘉禄3年(1227年)銘の板碑(熊谷市)のわずか2年後に造立されたことになります。

「阿弥陀三尊板石塔婆」阿弥陀如来像は上半身が欠損していますが、造立初期の板碑の特徴である白型の蓮台の上に立っていて、古い板碑だと分かります。

「仁治二年の板石塔婆」仁治二年(1241年)と刻まれており、市内で二番目に古い板碑の一つです。

これらは、令和元年東日本台風の被害を受けてしまいましたが、元々、所有者が台座に固定して覆い屋をかけるなど大切に保存していたこともあり、実害はありませんでした。



左から「阿弥陀三尊板石塔婆」「阿弥陀一尊板石塔婆」「仁治二年の板石塔婆」 正代個人宅に安置



「阿弥陀三尊板石塔婆」
残存高100cm
最大幅42cm



「阿弥陀一尊板石塔婆」
残存高105cm
最大幅46cm



「仁治二年の板石塔婆」
残存高92cm
残存幅39cm



WITH FLOWERS ～暮らしに花を～

平野地区の「ヒガンバナ」を観に行こう!

平野地区を流れる一級河川滑川の土手沿いに、ヒガンバナ(別名: 曼珠沙華)が植樹されているのをご存じでしょうか?環境美化と景観維持、防犯対策のために平成24年に平野地区ハートピアまちづくり協議会が主体となり植栽をしたものです。株分けをして少しずつ拡張され、今では土手沿い一面にヒガンバナが咲き誇ります。この活動は「花・歩・梨(か・ほ・り)プロジェクト」と名付けられ、現在も平野地区ハートピアまちづくり協議会や地域の皆さんが大切に維持・管理を行っています。

今回は、このプロジェクトに取り組む平野地区ハートピアまちづくり協議会亀井会長にお話を伺いました。活動について「年に3回、平野地区の自治会員に声をかけて除草とごみ拾いを行い、維持管理をしている。ヒガンバナは分球によって少しずつ増やしてきた。これからも皆さんに観て楽しんでいただけるよう景観維持などをしていきたい」とのことでした。

ヒガンバナは例年9月中旬に見頃を迎えます。春には桜も咲き誇り、四季折々の自然が楽しめる場所です。現地にはベンチも設置され、休憩しながらお楽しみいただけます。

一面に広がるヒガンバナを、ぜひご覧ください!



問 地域支援課 花いっぱい推進室
☎21-1435 FAX 22-7799



いきいきチャレンジ! シニアクラブ

このコーナーでは、地域の人とつながるシニアクラブの活動内容、参加した人の効果などを紹介します!

無理なく楽しめる、仲間とのふれあいを大切に! 北部不老クラブ



大岡地区で活動する北部不老クラブです。27人の会員が所属しています。日常に役立つことや健康を維持するための内容を考え、活動しています。

誰もが無理なく仲間と楽しく交流を深めることのできる場として、地域に根づくクラブを目指していきたいです。

北部不老クラブ 主な活動

- グラウンド・ゴルフ
- ボッチャ
- 親睦会
- 親睦旅行(日帰り)
- 出前講座 等

◀ 会長 三友淑子さん



先日開催した「救急救命講習会」の様子です。会長の三友さんが実体験として、実際に目の前で人が倒れ、心臓マッサージを施したことで蘇生につながったことがあり、今回の講習会を開催しました。

総勢16人が参加し、講習を受けた会員さんからは「実際に器具を使っでの講習でとても参考になった」「また講習を受けたい」という声がありました。

【シニアクラブとは】おおむね60歳以上の人を対象とし、身近な地域で自主的に活動をしている組織で、仲間づくりや健康づくり、地域づくりを行っています。シニアクラブの見学等のご相談は、お近くのシニアクラブや高齢介護課までお気軽にご連絡ください。

問 高齢介護課
☎21-1406
FAX 22-7731



コアト通信

トウキョウサンショウウオ放流会

桜山小学校



エサやりの様子



放流会

7月10日(木)、4年生が総合的な学習の時間に県子ども動物自然公園内クロスカントリーコースでトウキョウサンショウウオ放流会を行いました。県子ども動物自然公園から令和7年3月に絶滅危惧種であるトウキョウサンショウウオの卵を預かり、それ以降4年生86人でグループに分かれて毎日水の取り換えやエサやりなどのお世話をしました。今回の放流会では265頭を放流し、児童からは「安全に大きく育てほしい」「これからも小さな生き物を大切に育てていきたい」という感想がありました。このトウキョウサンショウウオの保全活動が認められ、桜山小学校は日本鳥類保護連盟会長褒状を受賞しました。



教えて！ 危機管理監

防災

を考えよう！

避難所の 開設状況

災害時に開設している避難所はどうやって確認すればいいの？

災害時において、迅速かつ正確な情報収集は命を守るために不可欠です。特に避難所の開設状況や混雑状況についての情報は、避難行動を決定する上での重要な要素となります。

そこで市では、令和元年東日本台風の経験を踏まえ、避難所の開設状況と混雑状況をリアルタイムで確認することができる「東松山市避難所開設状況webアプリ」を作成しました。このwebアプリでは、災害が発生した際、開設中の避難所の一覧が確認できるほか、3段階のアイコンにより混雑状況を一目で確認することができます。

また、地図アプリと連携しており、現在地から避難所までの経路を確認することも可能です。

何よりも大切なことは、日頃から自宅近くの避難所や避難経路を確認しておくことですが、災害発生時に避難所へ向かう際は、このwebアプリも利用し、避難所の状況や場所を確認して安全に避難しましょう。



webアプリの使用イメージと混雑状況アイコン

	空き	混雑	定員一杯
避難所			
空	収容可能人数の70%未満		
混	収容可能人数の70%以上		
定	収容可能人数の90%以上		



webアプリ



東松山市
危機管理防災課
小林危機管理監

危機管理監は、災害時の危機管理について、その知識や経験を持って、災害対策本部長である市長を補佐します。



市HP

☎危機管理防災課 ☎21-1405 FAX 22-7799

まちかど スケッチ

くらかけ清流の郷 営業再開！



7月14日(月)、くらかけ清流の郷の営業を再開しました。猛暑が続いた夏休み期間には、家族で川遊びを楽しむ様子が見られました。また、事前予約をすれば手ぶらでバーベキューも楽しめます！今年度は11月9日(日)まで営業していますので、くらかけ清流の郷を訪れて、ぜひ都幾川の自然を満喫してください！



役立つ情報が満載！“ここプロ”フェスタ



7月31日(木)、高坂丘陵市民活動センターで「“ここプロ”フェスタin高坂丘陵」を実施しました。市民病院の野村病院長、鈴木神経内科部長による講演会、はじめてのスマホ講座、血流や血管年齢、体脂肪率などの測定体験、カラダバランスチェックなど生活改善に役立つような情報が満載でした。「ここプロ」とは地域の人たちや関係機関と一緒に、健康寿命の延伸や介護予防の推進などを図るための取組のことをいいます。今回の開催をお楽しみに！



今年も満開！農林公園のひまわり



8月4日(月)、市農林公園に咲くひまわりを撮影しました。日差しが照りつける夏空の下、たくさんのひまわりが咲いていました。

市公式YouTube



この広報紙にあなたが写っていましたら広報広聴課へご連絡ください。写真や写真データを差し上げます。

楽しくからだを動かそう！



8月5日(火)、武蔵丘短期大学で先生や学生の皆さんと一緒に、室内でからだを動かして遊びました♪頭とからだを使うゲームでは「難しい～！」と言いながらも、みんなで力を合わせて頑張りました。パラリンピック種目であるボッチャの体験は白熱！真剣な表情でボールを投げる子どもたちがとても印象的でした。



のぐちさちこ園長
野口幸子園長

コオロギ相撲

例年、9月に入っても暑さが続きますが、動物園では秋のイベントが始まります。その中で私の一押しは、「コオロギ相撲」です。

皆さんは「闘蟋」という言葉をご存じでしょうか？文字どおり「闘うコオロギ」のことです。これは中国を中心に古くから親しまれてきた伝統的な遊びで、2匹のオスのコオロギを土俵に入れて闘わせます。勝敗は、相手を威嚇して逃げさせたほうが勝ち。勝ったコオロギは「リンッ」と勝どきをあげるのです。少し昔の映画になりますが、『ラストエンペラー』にも、主人公が幼少期にコオロギを飼っていたシーンが登場します。

動物園での「コオロギ相撲」は、2001年に開催された昆虫イベントのひとつとして始まり、以来、ほぼ毎年実施してきました。今年も9月21日(日)に開催を予定しています。開催日が決まると、まず主役であるコオロギ(当園では「フタホシコオロギ」のオス)を、3週間ほど前から準備します。闘う力を高めるため、専用の飼育ケージに1匹ずつ分けて入れ、毎日餌と水を取り替えながら大切に育てていきます。

当日は専用の土俵を用意し、参加者ははじめに強そうなコオロギを選びます。そして参加者同士の対戦が始まりますが、ここで重要なのは、オスの「闘う気持ち」を引き出すこと。専用の道具で触角を刺激し、やる気にさせてから対戦させます。この「触角刺激棒」の素材選びもポイントで、馬のたてがみやキリンの尻尾、エミューの羽など、動物園ならではの素材を使いながら、何が効果的かを探ってスタッフが準備します。うまくいかないこともありますが、勝った時にコオロギが誇らしげに「リンッ」と鳴くと、みんな夢中になります。勝ち進んだ参加者は、動物園で一番強いコオロギを持つ「横綱」に挑戦できます。横綱はさすがに強く、挑戦者がなかなか勝てないのが恒例です。ぜひあなたも、横綱に挑戦しに来てください。

さて、今年もイベントの準備が始まります。動物園の事務所には、出番を待つコオロギたちの「コロコロ……」という鳴き声が響き始めています。

※10月号は植物ZOO鑑です。



園長おすすめ ～コオロギ～



強いコオロギを選ぼう！



刺激棒いろいろ



はっけよい！



のこったのこった！



ミニ情報

人口と世帯(8月1日現在)	
人口：91,270人	(+133)
男：45,757人	(+57)
女：45,513人	(+76)
出生(7月中)：42人	(+9)
死亡(7月中)：84人	(+3)
転入等(7月中)：506人	(+136)
転出等(7月中)：331人	(-64)
世帯数：44,166世帯	(+152)
*()は前月比	

交通事故発生件数(7月中)	
発生件数：381件※	
人身事故：23件(死者：0人、けが人：29人)	
物損事故：358件	
※東松山警察署管内(東松山市、滑川町、川島町、吉見町)の件数	
火災と救急件数(7月中)	
火災件数：1件	
救急件数：497件(交通：20件、急病：325件、その他：152件)	
搬送人員：414人	

ごみ処理に関する情報	
令和6年度 携帯電話・スマートフォン回収実績	445台
使用済みインクカートリッジ回収実績	28,19kg
市役所本庁舎1階受付にある回収BOXへお持ちください。	
市☎(携帯電話)	市☎(インクカートリッジ)