

10月30日(木)、野
本市民活動センター
で社会教育講座「見て
知って食べて学ぶ！
学校給食のひみつ」
を開催しました。講
師の栄養教諭から学
校給食の役割や給食
センターの取組など
を学んだ後、給食の
実食を行いました。
参加者からは「現
在の給食の献立や市
での取組を知れて良
かった」などの感想
があり、学生時代に
思いを馳せていまし
た。



【当日の献立】
・どうぞのいすの栗ごはん
・おおきなかぶのみそ汁 など

◀読書週間に
ちなんだ献立

親子で楽しむスポーツ体験



11月8日(土)、南地区体育館で「親子でおもしろスポ
ーツ体験」を開催しました。ラダーゲッターや釣り遊び、
積み木積み遊びなど様々なスポーツ体験を親子で楽し
みました。ラダーゲッターは、3本のラダー(はしご)に
向かってボールを投げ、ラダーにヒモでつ
ながっている2個のボールを引っ掛けて得
点を競うゲームです。普段できないような
スポーツ体験を親子で楽しみました。



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

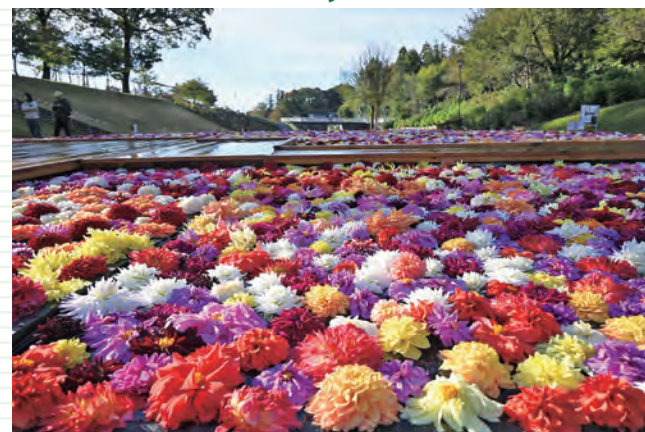
日本スリーデーマーチは、自然の中を自分のペ
ースで気持ちよく歩き、そのまちの魅力を楽しめる
ウォーキング大会です。その魅力を表紙でも伝え
たいと思い、自然風景の写真を並べ、中央に親子3
人が楽しそうに笑顔で歩く様子を選びました。

編
集
後
記

初めて日本スリーデーマーチに参加したときに感じた「人と人との温
かさや、自然を味わいながら歩く楽し
さ」をどう伝えればよいのか、今回
が初めての特集担当ということもあり
不安と緊張で大会を迎えました。
しかし当日、ウォーカーの皆さん
が笑顔で歩く姿や「撮影がんばって
ね」といった温かい声をかけていた

だき、次第に緊張がほぐれていきま
した。大会に市職員として初めて関
わった今回、日本スリーデーマーチ
の魅力をさらに強く感じることで
き、とてもうれしく思っています。
この特集を通じて、参加者には思
い出を、まだ参加したことがない人
には大会の魅力を少しでも届けられ
たら幸いです。(ぜ)

天竺牡丹花手水



11月1日(土)～3日(祝)に、東松山ばたん園で天竺
牡丹花手水を開催しました。日本スリーデーマーチの
開催に合わせて、園
内ステージ一面に天
竺牡丹(ダリア)約
5,000輪を浮かべま
した。色とりどりの
天竺牡丹が浮かぶ美
しい景色に、ウォー
カーも魅了されてい
ました。



ステンドグラスに挑戦



11月9日(日)、総合会館で彫刻家高田博厚展に合わせ、
高田のご遺族から寄贈されたステンドグラス初公開に
ちなみ、ステンドグラスワークショップを開催しました。
参加者は、カットガラスの周りに銅のテープを巻き
付けた後へらで丁寧に伸ばし、は
んだを使って接合しました。仕上
げに風合いの出る薬品をつなぎ
目に塗布して完成させ、皆さんは
光と色が織りなす素敵なステ
ンドグラスの世界を楽しみました。



令和7(2025)年12月1日(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



東松山いんふおメール登録二次元コード
(市町村のお知らせ、防災・気象・防災
行政無線情報、イベント・講座・募集・
相談情報など)



東松山市公式SNS
(X、Facebook、LINE)

広報 ひがしまつやま

Higashimatsuyama City Public Information

2025
12

No.1154



特集 第48回日本スリーデーマーチ

～歩けば出会える。自然と、笑顔がある。～

1日目
11月1日
(土)

和紙の里・
武蔵嵐山ルート



景色最高！歩くの最高！（小川町下里）



大和魂（滑川町谷津の里付近）



完歩しておいしいやきとり食べるぞー！（熊谷市文殊寺）



手をつないで（小川町矢岸歩道橋）



ヌートバーマンホール、見つけた！！（箭弓稻荷神社）



ここを毎年楽しみに歩いています
（深谷市県農林公園）



完歩！中学生の応援に疲れも吹っ飛びます（市役所前）



初参加！楽しく歩いています
（嵐山町鬼鎮神社）



20キロ・30キロに挑戦！
（滑川町羽尾平集会所）



ウォーカーも誘導の方も笑顔
（唐子中央公園）



歩く前には準備運動が大事（道の駅和紙の里ひがしちうぶ）



実行委員会会長
東松山市 森田光一 市長

今年もたくさんのご参加ありがとうございました！
また来年お会いしましょう！

48TH THE JAPAN 3-DAY MARCH
STEPUP
11月1日 2日 3日 祝 日本スリーデーマーチ
2025



背中では語る（熊谷市出雲乃伊波比神社）



銅焼～SUKIYAKI～の出演に
会場大盛り上がり（中央会場）



チェックポイント到着 皆（新郷公園）



Let's Enjoy♪（青鳥公会堂周辺）

2日目
11月2日
(日)

吉見百穴・
森林公園ルート



百穴、わおり（吉見百穴）



朝日きもちー！（環境センター付近）



いーい 歩きさるぞー（比呂山周辺）



仲良く行てきます！（東松山駅）



目指せ完歩！（吉見町毘沙門堂）



いってきます♪（中央会場）



お～い湯茶（滑川町森林公園南口）



思い出のカントリーロード（西明寺）



祝！還暦（中央会場）



景観も最高じゃ～（新沼周辺）



梨、最高！おいしいな（平野市民活動センター）



なかよしこよし（滑川町森林公園緑道）



beautiful♪（東松山ぼたん園）



毎年恒例ゆで卵のおもてなし
（川島町平成の森公園）

3日目
11月3日
(祝)

都幾川・ 千年谷公園ルート



まだまだ頑張るぞ！(おため池)



ゆずの接待ありがとう(越生町大谷集会所)



3日目も頑張るぞー！オー！(中央会場)



スリーデーワンダフルデス
(千年谷公園)



ようやく折り返し！(ときがわ町大附みかん山)

チェックポイント
control
50 km
THE JAPAN THREE-DAY MARCH



歩くのって楽し〜い！(唐子中央公園)



クリーンなウォーキングで、気持ちもスッキリ
(県子ども動物自然公園)



100人目の通過おめでとう！
(鳩山町高野倉ふれあい自然公園)



日本のお寺 beautiful (岩殿観音 正法寺)



坂道〜トンネル〜
(下沼公園地下トンネル)



まだ余裕ですよ(物見山駐車場)



みかん山へGO！(嵐山町都幾川桜堤)



まつやまさんぽ(松本町1丁目緑地)



早く着き過ぎちゃった
(ゴールチェック前)



仲間となら、どんなコースも進める
(鞍掛橋)



最終日だって笑顔でウォーク(鞍掛橋)

パレード



県警音楽隊



パレード



立正大学吹奏楽部



松一小鼓笛隊



県警音楽隊



大東文化大学吹奏楽部



自治会の皆さん

中学生 ボランティア



気合い注入



シール
貼りますね〜



おかえり
なさい!!

ゆっくり ウォーク



みんなで楽しく ☺ (西明寺周辺)



後半戦スタート!! (森林公園緑道)

観歩!ガイド ウォーク



岩殿観音 正法寺



箭弓稲荷神社

国際マーチングリーグ(IML)表彰式・ フェアウェルパーティー



マスターウォーカーの皆さん



世界のウォーキング仲間



日本文化ミミ体験

インタビューコーナー

10回程参加したことがありますが、今回初めて娘と参加します。2人で楽しく5kmを完歩したいです。(智美さん)

世界中のウォーキングイベントに参加してきましたが、日本スリーデーマーチは初めて参加し、30km・20kmコースを歩きました。そして今回、国際マーチングリーグ(IML)からインターナショナルマスター・ウォーカーの認定を受けました。日本スリーデーマーチは、ウォーキングを愛する人々に出会えるとても素晴らしいイベントだと思います。

Arno Bischoffさん
(ドイツ)

今回で9回目の完歩になります。このスリーデーマーチに参加することを目標に、毎日コバトンALK00マイレージを歩いています。(茂さん)

関口茂さん・千代さん
(埼玉県さいたま市)

今回が、日本スリーデーマーチ初めての参加です。道中で富士山が見れるとは思わず、とても感動しました。日本の自然を感じてうれしいです。

Kimさん・Sandraさん・Kobeさん(ベルギー)

ほんのりあきとみ あいり
本上智美さん・愛理さん
(埼玉県川口市)

みんな頑張っているから、一緒に頑張りたいです。諦めないでゴールを目指します。(愛理さん)

16の国と地域から180人の外国人の参加がありました

29年ぶりにコース復活!!

埼玉県こども動物自然公園は、昭和55年5月5日に開園した動物園です。キリンやコアラも人気ですが、5年前にオーストラリアから来園した「クオッカ」も大人気です!口角が上がって笑っているように見えることから「世界一しあわせな動物」とよばれています。

29年ぶりに、日本スリーデーマーチのコースになり、今回は、マスコットキャラクターのきゅ〜ちゃんと一緒に、ウォーカーの皆さんをお迎えしました。たくさんの方がここ、こども動物自然公園に来てくれてとてもうれしいです。

動物を見ながら歩く園内は気持ちがいいので、ぜひ、遊びにいらしてください。 園長より



野園長とクオッカきゅ〜ちゃん



きゅ〜ちゃん、ウォーカーをお出迎え中



きゅ〜ちゃん大好き♡

広報紙に掲載できなかった、参加者のすてきな写真は市公式SNSから、大会の様子は市公式YouTubeからご覧いただけます。



市公式SNS
(Facebook
アルバム)



市公式
YouTube



松山女子高校 写真部

松山女子高校の皆さん
今年もご協力ありがとうございました!!



いってきまーす!!(スタート付近)



ふたりで仲良く(森林公園駅付近)



兵庫と宮崎から(石橋)



愛(森林公園駅付近)



みんなで完歩!(ゴール付近)

第48回日本スリーデーマーチを終えて

第48回日本スリーデーマーチは秋晴れに恵まれ、国内外から3日間で延べ50,038人の参加をいただき、熱気と賑わいに包まれ、盛会のうちに終わることができました。これもひとえに、市民の皆様をはじめ、11の支援市町村の皆様、関係機関、協賛企業・各種団体の皆様、そしてこの大会の運営に携わった全ての皆様のご支援とご協力の賜物と心から感謝申し上げます。

今大会は新たな試みとして、「同窓ウォーク」を企画しました。市内の全公立小・中学生がスリーデーマーチに参加する取組がスタートしたのが1983年ですから、多くの市民の皆様は同級生と一緒にスリーデーマーチに参加した経験をお持ちのことと思います。皆様におかれましては、ウォーキングを楽しむことに加え、同級生との旧交を温めるため、是非スリーデーマーチをご活用ください。他にも企業、団体やご近所のお仲間との親睦を深める機会とするなど、様々な形でスリーデーマーチをお楽しみいただきたいと思います。

来年の第49回日本スリーデーマーチは、令和8年11月1日・2日・3日に開催します。皆様の変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げまして、お礼のご挨拶とさせていただきます。



日本スリーデーマーチ実行委員長
東松山市教育委員会教育長

よしざわ いさお
吉澤 勲

参加者数(人)

コース	11月1日 [1日目]	11月2日 [2日目]	11月3日 [3日目]	合計
50km	374	309	251	934
40km	95	99	134	328
30km	696	784	850	2,330
20km	1,843	1,717	2,058	5,618
10km	13,376	8,542	8,954	30,872
5km	938	1,559	1,802	4,299
パレード			5,657	5,657
合計	17,322	13,010	19,706	50,038



同窓ウォーク(参加者の皆さん)

特集に関する問合せ スポーツ課 ☎21-1439 ☎23-2239



令和7(2025)年 12月



令和7(2025)年 12月





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。

新たに4名の東松山市観光大使が誕生！

10月27日(月)、大東文化大学、武蔵丘短期大学の学生(計4名)に東松山市観光大使を委嘱しました。観光大使の皆さんは「東松山市の自然豊かなところやおいしいグルメを発信していきたい」と笑顔で抱負を語ってくれました。早速、11月1日(土)～3日(祝)に開催した日本スリーデーマーチに参加し、出発式やパレードなどでウォーカーの皆さんにエールを送りました。

今後もイベント等を通じて、本市の魅力を市内外に発信してくれま
す。ご活躍を期待しています♪

問商工観光課☎21-1427☎23-7700



日本スリーデーマーチの様子



市観光大使委嘱状交付式

立ち技世界最強ムエタイで細田昇吾選手タイトル獲得

10月8日(水)、市内在住でビクトリージム所属の細田昇吾さんが、市長を表敬訪問しました。細田さんは9月にタイで開催された、立ち技で最強とも言われる格闘技ムエタイのジットムアンノン スーパーフライ級王座決定戦でチャンピオンとなり、タイトルを獲得しました。今後のご活躍を期待しています。



左から細田昇吾さん、森田市長

問秘書室☎21-1419☎21-5201

6者による協定締結!市の魅力を発信します♪

10月30日(木)、富久屋、松山高等学校、松山女子高等学校、女子栄養大学、埼玉りそな銀行東松山支店と「東松山市まち・ひと・しごと創生に関する協定」を締結しました。産・学・官・金が連携し、地域の魅力を発信する和菓子を開発します。どんな商品ができるか楽しみに♪



6者による協定締結式

問政策推進課☎63-5031☎22-5516

うんこ保険ドリル贈呈式

11月4日(火)、日本生命保険相互会社から放課後子ども教室コーディネーターへ「うんこ保険ドリル」230冊が贈呈されました。このドリルは、放課後子ども教室の参加児童が日頃の活動の中で活用します♪



日本生命保険相互会社と放課後子ども教室コーディネーターの皆さん

問こども支援課☎63-5005☎23-2239

「地元農産物を用いて食と健康で地域を盛り上げる3者協定」開発商品完成報告会

11月6日(木)、東松山ふおれ、武蔵丘短期大学と締結した協定に基づく開発商品完成報告会が開催されました。産・学・官が連携し開発された新商品「まなぶピクルス」は、東松山市産の梨、柿、キウイフルーツを使った見た目にも美しいピクルスです。

12月2日(火)の埼玉県農商工連携フェア(さいたまスーパーアリーナ)で展示されます。



問政策推進課☎63-5031☎22-5516



まなぶピクルスを学生が説明

左から武蔵丘短期大学 後藤人基学長、森田市長、東松山ふおれ 島野僚子さん、学生の皆さん



市政情報

12月の納税

☐固定資産税(第3期)・国民健康保険税(第6期)

納期限は12月25日(木)です。口座振替の場合も、12月25日(木)が振替日になりますので、ご利用の方は前日までに残高をご確認ください。

☐夜間納税相談窓口(事前予約制)

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。12月25日(木)に利用する場合は、12月22日(月)の午後5時15分までに予約をお願いします。

日12月25日(木)、令和8年1月30日(金)午後5時15分～7時

場・問収税課

☎21-1409☎23-2238

資源とごみの分け方・収集日検索サイトをご利用ください

家庭の資源とごみの分け方・収集日はキーワード、50音、区分で検索することができます。

また、市HPには収集日をカレンダータイプで確認ができる「資源とごみの分別収集カレンダー」を掲載していますので、ご活用ください。



市HP

(検索サイト)



市HP

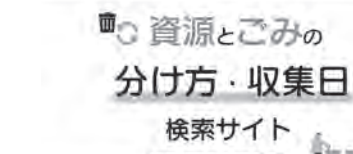
(カレンダータイプ)

問廃棄物対策課

☎21-1401☎23-7700

クリーンセンター

☎34-5550☎34-5125



市HPトップページをクリック

クリーンステーションは清潔に

クリーンステーションは自治会やアパート等の管理者、クリーンステーションを利用している皆さんが管理しています。

多くの地域で、ごみ飛散防止のための工夫や当番制による清掃を行うなどして常に清潔に保つような取組が行われています。

今後も、クリーンステーションの清潔な利用にご協力をお願いします。

問廃棄物対策課

☎21-1401

☎23-7700

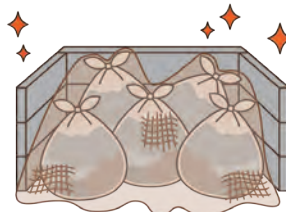
クリーンセンター

☎34-5550

☎34-5125



市HP





市政情報

寒波への対策

冬になると、寒波のために家庭の水道管が凍ったり、破裂したりします。しっかりと対策をしましょう。

凍結予防

むき出しになっている水道管に保温チューブ(タオルや毛布でも有効)を巻きましょう。また、水道メーターはビニール袋に入れた布やタオルで覆うことによって保温できます。マンション等にある水道メーターも、同様に保温対策が必要です。

さらに、給湯器にも対策が必要です。詳細はご使用のメーカーへお問い合わせください。

凍結してしまったら

水道管にタオルや布をかぶせてから蛇口を開け、ぬるま湯をゆっくりと満遍なくかけてください。※決して熱湯をかけないでください。水道管が破裂することがあります。

☒上下水道経営課

☎22-1123
☎22-4389



市HP

社会保険料控除証明書類の送付

市・県民税申告や確定申告で使用する国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の納付済額通知書を令和8年1月下旬に送付します。社会保険料控除の申告をする際に証明書類として必要となりますので、大切に保管してください。

☒普通徴収(納付書又は口座振替)で保険税(料)を納めている人
※特別徴収(年金からの差し引き)により納めている人は、日本年金機構から令和8年1月中旬に納付額が記載された源泉徴収票が送付されます。※早めに必要な場合や遺族年金・障害年金から差し引かれている人で、発行を希望する場合は、担当課までお問い合わせください。

証明する内容 納期にかかわらず、令和7年1月1日～12月31日に納付した国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の額

☒収税課(国民健康保険税)

☎21-1409☎23-2238
高齢介護課(介護保険料)
☎21-1460☎22-7731
保険年金課(後期高齢者医療保険料)
☎63-5004☎23-0076

税務署での申告相談は予約制です

令和8年1月5日(月)～2月13日(金)(土・日曜日、祝日を除く)に、税務署で所得税等の申告相談を希望する場合は、電話予約が必要です。予約のない場合は、相談をお受けできませんのでご注意ください。

※2月16日(月)からの確定申告会場は、別途お知らせします。

※国税庁確定申告書等作成コーナーを利用すると、確定申告会場に出向かずに、自宅等から申告することができます。パソコン、スマートフォンからご利用ください。マイナポータルと連携すると申告に必要な控除証明書等のデータを一括取得できますので入力の手間が省けます。便利なe-Taxをご利用ください。

チャットボット(ふたば)

質問内容をメニューから選択し、自由に文字で入力するとAI(人工知能)が自動回答します。

☒東松山税務署☎22-0990



税務職員
ふたば



チャットボット
(ふたば)



確定申告書等
作成コーナー

年末年始は、公共施設の業務が休みになります

	26日 (金)	27日 (土)	28日 (日)	29日 (月)	30日 (火)	31日 (水)	1日 (祝)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)
市役所		休	日曜開庁	休	休	休	休	休	休	日曜開庁
出生、婚姻、死亡などの届出受付業務 (市役所地下1階当直室) ※1		受付のみ	受付のみ	受付のみ	受付のみ	受付のみ	受付のみ	受付のみ	受付のみ	受付のみ
クリーンセンター	混雑	休	休	混雑	休	休	休	休	休	休
西本宿不燃物等埋立地	混雑	休	休	混雑	休	休	休	休	休	休
市立図書館				休	休	休	休	休	休	休
高坂図書館				休	休	休	休	休	休	休
各市民活動センター※2		貸館のみ	貸館のみ	休	休	休	休	休	休	貸館のみ
上下水道庁舎		休	休	休	休	休	休	休	休	休
各体育施設(庭球場・体育館など) ※3			休	休	休	休	休	休	休	休
ウォーキングセンター				休	休	休	休	休	休	
市民文化センター				休	休	休	休	休	休	
市民福祉センター				休	休	休	休	休	休	
市民健康増進センター						休	休	休	休	
各保育園・きらめきクラブ※4			休	休	休	休	休	休	休	休
子育て支援センターソーレ・マーレ				休	休	休	休	休	休	
市民病院			休	休	休	休	休日当番医 (内科・整形外科)	休	休	休
保健センター		休	休	休	休	休	休	休	休	休
休日歯科センター	休	休		休			休			
比企地区こども夜間救急センター		休	休	休	休	休	休	休	休	休
市農林公園(温室・カフェ・管理棟・研修センター)				休	休	休	休	休	休	
環境センター(し尿処理) ※5		休	休	休	休	休	休	休	休	休
放置自転車の引渡し		休	休	休	休	休	休	休	休	休
市内循環バス			休	休	休	休	休	休	休	休
デマンドタクシー			休	休	休	休	休	休	休	休
東松山斎場(火葬業務)				受付のみ			休	休		受付のみ
埋蔵文化財センター		休	休	休	休	休	休	休	休	休
化石と自然の体験館				休	休	休	休	休	休	
	26日 (金)	27日 (土)	28日 (日)	29日 (月)	30日 (火)	31日 (水)	1日 (祝)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)

- ※1 東松山斎場を利用する人は1月1日(祝)・2日(金)が斎場休業により必要な書類が発行できないため、3日(土)以降の届出をお願いします。
※2 各市民活動センターの窓口業務は12月27日(土)から1月4日(日)まで休業となります。
※3 千年谷公園庭球場は年末年始も利用できます(要事前予約)。
※4 12月28日(日)・1月4日(日)は、まつやま保育園の休日保育のみ開所します(要事前予約)。
※5 し尿処理の年内分受付締切日は12月25日(木)です。

各種証明書のコンビニ交付サービスは年末年始も利用できます

マイナンバーカードを使って、コンビニエンスストア等のマルチコピー機で住民票の写しや所得証明書などを取得できます。

取得できる証明書	手数料	取扱時間
住民票の写し	1通200円	午前6時30分～午後11時
住民票記載事項証明書		
印鑑登録証明書		
所得証明書		
住民税決定証明書		

利用できる人 発行日現在で東松山市に住民登録があり、有効期限内の利用者証明用電子証明書が搭載されたマイナンバーカード又はスマホ用電子証明書が搭載されたスマートフォンをお持ちの人

利用できる店舗 マルチコピー機(キオスク端末)を

設置している全国のコンビニエンスストア等
※一部店舗では、スマホ用電子証明書に対応していない場合があります。

※取扱時間内でも、システムメンテナンス等により臨時休止する場合があります。

※ご利用の際には、利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁)の入力が必要です。暗証番号が分からない場合は、市民課窓口又はスマートフォンを使用してコンビニ等で暗証番号の初期化や再設定が必要になります。

☒市民課☎21-1402☎23-2234



市HP

令和6年度決算に基づく健全化判断比率及び資金不足比率

令和6年度の決算が確定しましたので、健全化判断比率及び資金不足比率を公表します。いずれの指標(比率)も、財政状況の"黄色信号"とされる早期(経営)健全化基準を下回りました。

	0%	早期健全化基準	財政再生基準	
①実質赤字比率(一般会計等の収支)	東松山市(黒字)	12.47%	20%	再生団体
②連結実質赤字比率(公共団体全体の収支)	東松山市(黒字)	17.47%	30%	
③実質公債費比率(公債費負担の割合)	東松山市4.7%	25%	35%	
④将来負担比率(実質的負債の指標)	東松山市17.7%	350%		

	0%	経営健全化基準	
⑤資金不足比率	東松山市(黒字)	20%	経営健全化団体

- 指標説明**
- ①実質赤字比率 一般会計等の赤字の程度を示す指標
 - ②連結実質赤字比率 病院や水道などを含め、全ての会計をあわせた赤字の程度を示す指標
 - ③実質公債費比率 借入金の返済額等の負担が、標準的な年間収入額に占める割合を示す指標
 - ④将来負担比率 市債残高等、市が将来支払う可能性のある負担を標準的な年間収入額と比較した指標
 - ⑤資金不足比率 病院や水道など、公営企業における経営状況の深刻度を示す指標

☒財政課☎21-1413☎22-4031



市政情報

すわやま荘廃止のお知らせ

昭和57年に開設した老人福祉センターすわやま荘は、施設設備の老朽化が著しく、継続的な管理運営が困難な状況であるため**令和7年度末(令和8年3月31日)をもって廃止します**。なお、建物については令和8年度中の解体を予定しています。

ご理解とご協力を賜りますようお願いします。

指定避難所の廃止

令和7年度末(令和8年3月31日)をもって、指定避難所を廃止します。災害時には、近隣の避難所(高坂図書館等)をご利用ください。

貸館について

高坂市民活動センターや高坂図書館などの貸館をご利用ください。

みんなきらめけ!!ハッピー体操

令和8年度から、南地区体育館のハッピー体操の開催回数を月1回増やして実施予定です。

☒高齢介護課

☎21-1406☎22-7731

河川等の異常水質事故防止にご協力ください

河川や水路に油や農薬などが流れ、魚が死んだり、水道水や農業用水の取水に影響を及ぼしたりする異常水質事故が発生しています。

不要な塗料や油、農薬などの取扱いは十分にご注意いただき、決して河川や水路、側溝に流さないようお願いします。

事故対応の費用は、原則事故原因者の負担となります。

もし、異常水質事故を見つけた場合には、速やかに県東松山環境管理事務所又は環境政策課にご連絡ください。

☒県東松山環境管理事務所

☎23-4050

☎23-4114

環境政策課

☎63-5006

☎23-7700



県HP

交通遺児等援護一時金・援護金の給付

県交通安全対策協議会では、県内に在住する交通遺児等を対象に、援護一時金・援護金を給付しています。

☒県防犯・交通安全課

☎048-830-2955

地域支援課

☎21-1435

☎22-7799



市HP

冬の交通事故防止運動

☒12月1日(月)～14日(日)

スローガン

人も車も自転車も 安心・安全 埼玉県

県重点目標

- ・自転車の交通ルールの遵守(交通反則通告制度導入の周知)
- ・自転車乗車時のヘルメット着用促進
- ・高齢者の交通事故防止
- ・飲酒運転の根絶

☒地域支援課☎21-1435☎22-7799

パスポートの申請・交付

東松山パスポートセンターでは、パスポート(旅券)の申請・交付業務を行っています。

☐申請できる人

①東松山市、滑川町、嵐山町、小川町、ときがわ町、吉見町、東秩父村に住民登録している人

②①以外に住民登録があり、継続的に居住する場所(居所)が①の地域の人(学生、一時帰国者、単身赴任など)

※緊急渡航や刑罰等関係に該当する人の申請は、埼玉県パスポートセンターへお問い合わせください。

☐業務内容

パスポートの新規発給申請(有効期間1年未満の切替、訂正による新規発給申請を含む)、残存有効期間同一旅券(有効旅券に記載されている氏名、本籍地都道府県等が変更になった場合又は旅券の査証欄に余白が無くなった場合)の申請、紛失・盗難・焼失の届出、交付

☐パスポートの申請

受付時間 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)午前9時～午後4時30分
※申請書は代理人でも提出できます。ただし、申請者本人が記入しなければならない事項がありますので、あらかじめ申請書を入手してください。

※②に該当する人、紛失・盗難・焼失の届出、損傷パスポートの切替、ヘボン式表記によらないローマ字氏名表記を希望する場合は、申請者本人がお越しく下さい。

※有効な署名用電子証明書及び利用者用電子証明書が搭載されているマイナンバーカードをお持ちの人は、電子申請も可能です。

☐パスポートの交付(受取)

交付時間 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)午前9時～午後4時30分
日曜日午前9時～午後0時30分(申請はできません)

※受取は必ず申請者本人がお越しく下さい。代理での受取はできません。また発行日から6か月を過ぎても受取に來ない場合は失効となり、次回申請時に通常より高い手数料がかかりますのでご注意ください。

■共通事項

☒東松山パスポートセンター☎63-5000☎23-2234

埼玉県パスポートセンター☎048-647-4040



市HP

人事行政の運営等の状況を公表します

「東松山市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員数や給与、勤務条件などの概要をお知らせします(記載のあるものを除き、表の数値は令和7年4月1日現在のものです)。

職員の任免及び職員数の状況

■職員の採用・退職の状況

(単位：人)

	令和6年 4月1日現在 職員数	令和6年4月2日～ 令和7年4月1日		令和7年 4月1日現在 職員数
		採用	退職	
一般行政職	585	43	31	597
医療職	210	21	15	216
技能労務職	19	1	3	17
計	814	65	49	830

■定員適正化計画

現行の定員適正化計画は、令和3年度～令和7年度の計画策定が行われ、右表の計画職員数となっています。

主な適正化手法

- ・定型業務の外部委託化やICT化、指定管理者制度の導入
- ・新たな行政課題や市民ニーズに的確に対応するため組織機構の改革を実施
- ・事務事業を継続的に見直し、事務改善を推進
- ・業務の性質に応じて定年前再任用短時間勤務職員及び任期付職員を採用し、定型で補助的な業務には会計年度任用職員を活用

■職位別任用状況

(単位：人)

職名	男性	女性	計
部長	16	4	20
次長	20	3	23
課長	53	14	67
副課長	63	20	83
計	152	41	193

■計画職員数

(単位：人)

部門	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
一般・特別行政	508	518	528	538	548
公営企業等会計	236	236	279	298	316
計	744	754	807	836	864

※令和5年3月に医療体制の充実を目的として策定された「市民病院経営強化プラン」により、令和5年度からの公営企業等会計の計画職員数を見直しています。

職員の給与の状況

■給与の状況

職員の平均給料月額、平均年齢の状況

	一般行政職	
	平均給料月額	平均年齢
東松山市	323,191円	41.3歳
県	327,898円	41.7歳
国	332,237円	41.9歳

■特別職の報酬等の状況

職名	報酬等月額	期末手当
市長	904,000円	6月期 2.3月分
副市長	747,000円	12月期 2.3月分
教育長	689,000円	計 4.6月分
議長	470,000円	6月期 2.3月分
副議長	417,000円	12月期 2.3月分
議員	402,000円	計 4.6月分

■職員手当の状況

期末・勤勉手当	期末手当 6月期 1.25月分 12月期 1.25月分 勤勉手当 6月期 1.05月分 12月期 1.05月分
退職手当	最高限度47.709月分
地域手当	月額11%
特殊勤務手当	支給対象者・割合 全体172人(20.7%) うち一般行政職12人(7.0%)、医療職143人(83.1%)、技能労務職17人(9.9%)

職員の勤務時間・その他の勤務条件の状況

■職員の勤務時間

1週間の勤務時間	1日の勤務時間	始業	終業	週休日
38時間45分	7時間45分	午前8時30分	午後5時15分	土・日曜日

※市民病院や保育園などは別の勤務時間体系をとっています。

■時間外勤務の状況(月平均)

令和6年度	10.4時間
令和5年度	11.5時間
増減	△1.1時間

■年次有給休暇の取得状況

令和6年	13.3日
令和5年	13.7日
増減	△0.4日

■育児休業等の取得状況

育児休業	23人
部分休業	26人
育児短時間勤務	3人

☒人事課☎21-1417☎24-6123



市政情報

冬季の省エネにご協力ください

毎年12月は「地球温暖化防止月間」です。地球温暖化を防止するには二酸化炭素(CO₂)の削減が重要です。冬は電気やガスなどの使用が増えることで、CO₂の排出も多くなります。一人ひとりの取組が重要ですので、省エネのご協力をお願いします。

冬の省エネのポイント

- ・暖房をつけるときは室内の空気を循環させたり、厚手のカーテンを使用したりして暖房効果を高めましょう。また、重ね着やひざ掛けを活用しましょう。
- ・不要な照明はこまめに消しましょう。
- ・テレビを視聴しないときは消し、省エネモードを活用する等、画面の明るさを調節しましょう。
- ・冷蔵庫は温度設定を調整し、詰め込み過ぎないようにしましょう。
- ・お風呂は冷めないうちに入浴し、追い炊きの回数を減らしましょう。
- ・暖房便座は放熱防止のため、フタを閉めましょう。
- ・鍋料理で部屋も体もあたためましょう。

問環境政策課
☎63-5006☎23-7700

宝くじの助成金で購入しました



一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として宝くじの受託事業収入を財源にコミュニティ助成事業を実施しています。望月自治会では、宝くじの助成金を受けて、折りたたみ座卓等コミュニティ活動備品を購入しました。

問地域支援課
☎21-1435☎22-7799

固定資産税(償却資産)の申告

令和8年1月1日現在で、市内に償却資産を所有する人は2月2日(月)までに申告をしてください。

償却資産とは、土地及び家屋以外の事業の用に供することができる構築物、機械、器具、備品などの資産をいいます。

なお、申告した償却資産の課税標準額の合計が150万円に満たないときは、課税されません。ただし、その場合でも申告は必要です。

申告方法

昨年申告した人には申告書を郵送しています。申告書が届かない場合や新たに申告する人はご連絡ください。

申・問課税課☎21-1444☎23-2238

農業用廃プラスチック回収

日①令和8年1月15日(木)午前9時～正午②令和8年2月18日(水)午前9時～正午

場埼玉中央農協中部営農経済センター(下青鳥641-1)

対市農業委員会の農家台帳に記載されている人

内①硬質系プラスチック(育苗箱・畝シート・園芸用廃プラスチックなど)回収②軟質系プラスチック(農業用マルチフィルム、ビニールなど)回収

費70円/kg(共通)
※費用は当日お持ちください。

申①令和8年1月8日(木)まで②令和8年2月10日(火)までに申込書に必要事項を記入し、直接、農政課、各市民活動センター、市内農協各支店の窓口へ。

※申込書は農協の支店だより12月号とともに配布します。また、農政課、各市民活動センターにもあります。

問農政課☎21-1400☎23-7700

男女共同参画情報 ミニほっとらいん

「アンコンシャス・バイアス」を知っていますか？

アンコンシャス・バイアスとは、日本語で「無意識の思い込み」「偏ったものの見方」などと表現されます。アンコンシャス・バイアスは、これまでの経験や見聞きしてきたことなどから生み出されるものであり、それ自体がいい、悪いというものではありません。

しかし、気付かないまましていると自分や周りの人の可能性を狭めてしまったり、誰かを傷つけてしまったりする場合があります。

例えば、こんな風に思ったことはありませんか？

- ・男性は仕事、女性は家庭を優先すべきだ
- ・育児や介護は女性がするものだ
- ・組織のリーダーは男性の方が向いている
- ・女性は感情的で、論理的に考えられない
- ・男性は弱音を吐いてはいけない
- ・親戚や地域の会合で食事の準備をするのは女性の役割だ

アンコンシャス・バイアスを減らすために

「べきだ」「普通は…」といった押しつけ・決めつけの言葉が出たら、立ち止まって考えてみましょう。また、話をしているとき、急に相手の表情がくもったり、声のトーンが変わったりしたときは、自身の言動で相手を傷つけたのではないかと振り返ってみてください。

アンコンシャス・バイアスは、完全に払拭するのは難しいからこそ、常に自分の言動を振り返り、問いかけることが大切です。

問人権市民相談課☎21-1416☎23-2236

薪ストーブの使用

薪ストーブは、化石燃料を使用しない地球温暖化防止に有効な暖房器具ですが、誤った使用により大気や健康に悪影響を及ぼし、ご近所とのトラブルの原因になります。設置及び使用する際は以下のことに注意し、適切な使用を心がけてください。

設置を検討している人

- ・煙突を設置する位置や向き、煙突の高さなどを考慮しましょう。
- ・熱効率の高いストーブの選定を検討しましょう。
- ・ご近所にあらかじめ説明し、理解してもらう等の配慮をしましょう。

既に使用している人

- ・よく乾燥させた無垢の薪を使いましょう。
- ・ごみは燃やさないでください。
- ・ストーブの煙やにおいがご近所の迷惑にならないように配慮しましょう。

問環境政策課

☎63-5006
☎23-7700



市HP

12月4日～10日は「人権尊重社会をめざす県民運動強調週間」

「人権尊重社会をめざす県民運動」は、様々な人権問題への理解を深め「すべての県民がお互いの人権を尊重しながら共に生きる社会」を実現するため、県民総ぐるみで取り組む運動です。

人権について考え、行動するきっかけとしてください。

問県人権・男女共同参画課
☎048-830-2255

12月10日～16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」

拉致問題は、我が国の喫緊の国民的課題です。この解決をはじめとする北朝鮮当局による人権侵害問題への対処が、国際社会を挙げて取り組むべき課題とされる中、この問題の関心と認識を深めていくことが大切です。

問人権市民相談課
☎21-1416☎23-2236

埼玉県最低賃金の改定

本年11月1日から埼玉県最低賃金は時間額1,141円(引上げ額63円)となりました。埼玉県最低賃金は、県内の事業所で働く全ての労働者に適用されます。

さらに本年12月1日から5業種の特定期(産業別)最低賃金の時間額がそれぞれ改正されることになりました。

特定(産業別)最低賃金	現行時間額	改正時間額
非鉄金属製造業	1,098円	1,161円
光学機械器具等製造業	1,114円	1,177円
電子部品等製造業	1,105円	1,168円
輸送用機械器具製造業	1,102円	1,165円
自動車小売業	1,089円	1,152円

問埼玉労働局労働基準部

賃金室

☎048-600-6205

川越労働基準監督署

☎049-242-0891



埼玉労働局HP

平和資料館からのお知らせ

問平和資料館
☎35-4111

□ウインターナイトミュージアム

日12月6・13・20・27日(土)

※開催日は午後7時30分まで開館(最終入館は午後7時)

場展望塔

□ウインターナイト特別アニメ映画会

12月は毎週土曜日午後6時から特別アニメ映画会を上映します。詳細は平和資料館HPをご確認ください。

□チャリティーピースコンサート

日令和8年1月25日(日)午後2時から

費無料(ただしチャリティーにご協力ください) 定160人(申込順) 場講堂

申事前予約制(12月23日(火)から来館又は電話にて受付)

□12月の映画会(親子映画会は一般の人も大歓迎)

日時	タイトル
6日(土)・7日(日)午後1時30分～(98分)	[アニメ] [親子映画会] ふるさとJAPAN
13日(土)・14日(日)午後1時30分～(87分)	[邦画] 幻の蜃
20日(土)・21日(日)午後1時30分～(96分)	[洋画] 三十四丁目の奇跡
27日(土)・28日(日)午後1時30分～(80分)	[アニメ] [親子映画会] チョッチャン物語

□戦争体験者証言ビデオ上映(12月)

日時	タイトル
13日(土)・14日(日)午後1時～(約10分)	駐留軍と子どもたち-教師の目を通して-
27日(土)・28日(日)午後1時～(約19分)	終戦の年に出征～鳥取砂丘で対戦車特攻訓練～

■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)



平和資料館HP



講座・教室・イベント

ひがしまつやマルシェ 「おいしい野菜販売会」

日12月8日(月)午後3時～5時15分
※売り切れ次第終了

場市役所本庁舎1階市民ホール

内12月8日(月)は「有機農業の日」です。

市内の若手農業者団体「東松山農業者会NEXT」のメンバーが、農薬と化学肥料を使わずに育てたおいしい野菜などを販売します。ぜひこの機会にご賞味ください。

問農政課

☎21-1400

☎23-7700



市HP



去年は、
約5,000人
来園

コスモイルミネーション

日12月5日(金)～25日(木)午後5時～8時(最終受付午後7時30分)

場東松山ぼたん園内

内昨年初開催し、好評だったイルミネーションを今年も開催します！宇宙をイメージした色とりどりの光が音楽と調和し、普段の東松山ぼたん園とは一味違った神秘的な世界を体験できます。温かい飲食物のキッチンカーも出店します。

費市内在住：大人500円、中学生以下無料

市外在住：大人800円、小・中学生400円、未就学児無料

市内在住の人は住所を確認できる身分証明書等をご持参ください。

東松山駅・ぼたん園往復臨時バス

期間中の土・日曜日、24日(水)・25日(木)は東松山駅西口から臨時バスを運行します。

詳細は市観光協会HPでご確認ください。

問東松山ぼたん園

☎81-7607



市観光協会HP



東松山ぼたん園☒



東松山ぼたん園HP

ニンジン・大根収穫体験

日12月13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1人につきニンジン3本、大根1本を収穫します。

費350円/1人

持汚れても良い服装(長靴等)、軍手、収穫物を入れる袋

申・問12月3日(水)午前9時から電話で市農林公園へ。

☎39-0150☎36-3915

新年イチゴ初売り

日令和8年1月4日(日)午前10時から

場市農林公園管理棟

内品種未定(当日の育成状況により)

1家族につき1セット(250g×2パック)

※売り切れ次第終了

費1,300円/1セット

問市農林公園

☎39-0150☎36-3915



男女共同参画専門講座

日令和8年1月30日(金)午後1時30分～3時30分

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90人(申込順)

※託児あり(おおむね2歳～未就学児が対象)。令和8年1月16日(金)までに電話で人権市民相談課へ。

内定年後、パソコンを独学で習得したり、アプリケーションを開発したりと、90歳の今もなお活動を続けている若宮さんのお話を聞いてみませんか？

テーマ この町を誰もが生きやすいところになりたい～『年齢』『性別』なんて単なる統計上の「属性」に過ぎない～

講師 デジタルクリエイター 若宮正子さん

※手話通訳あり

申・問令和8年1月28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☎23-2236



人権市民相談課☒



市HP



東松山音楽祭2025

日12月14日(日)午後2時開演

場市民文化センター

内市民の皆さまと、地域ゆかりの若手音楽家「ネクストアーティスト」が出演する音楽祭を開催します。第1部和太鼓：ぼたん音頭 ほか 第2部合唱：君をのせて、ドレミの歌 ほか

第3部アンサンブル：チャイコフスキー作曲「くるみ割り人形組曲」

費500円(全席自由・高校生以下無料)

※チケット販売中

問市民文化センター

☎24-2011

☎24-2012



市民文化センターHP

冬休みワークショップまつり ～化石レプリカをデコろう～

日12月25日(木)・26日(金)午後3時40分～4時30分

場化石と自然の体験館

対小学生以上(小学生は保護者同伴) ※各日とも付き添いは、体験者1人につきお一人をお願いします。

定各日10人(申込順)

内石こう製の化石レプリカに色を塗って、土台にれき岩などでデコレーションします。

費各日1,000円(材料費)

申・問12月3日(水)午前9時から電話で化石と自然の体験館へ。

☎35-3892☎35-3900



化石と自然の体験館HP

令和8年埼玉県消防協会比企支部消防出初め式

新春恒例の消防出初め式を、消防協会比企支部(東松山・滑川・嵐山・小川・吉見・ときがわ・東秩父消防団)と比企広域消防本部が合同で開催します。

日令和8年1月10日(土)午前9時から ※雨天の場合は中止

場比企広域消防本部

内観閲・分列行進・伝統はしご乗り・地震体験・煙体験等

※当日の午前9時に都幾川リバーサイドパークで花火(信号雷)を打ち上げます。ご理解をお願いします。

問比企広域消防本部消防総務課

☎23-2265

労使トラブルの円満な解決 をお手伝いします

県労働委員会では、中立・公正な立場であっせんを行い、労働者と会社とのトラブル解決をお手伝いします。手続きは簡単・無料、秘密厳守ですので、どうぞご利用ください。

対県内企業勤務の人

問県労働委員会事務局

☎048-830-6452

社会教育講座「身につけよう！介護準備セミナー」

日12月16日(火)午前11時～正午

場高坂丘陵市民活動センター

対市内在住・在勤・在学の人

定40人(申込順)

内これから介護をするかもしれない人に向けた介護セミナーです。介護の相談をどこにしたら良いか、どこにつないでくれるのか、といった悩みにお答えします。

講師 市社会福祉協議会職員

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12月5日(金)～15日(月)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

令和8年東松山市はたちの集い(旧称：成人式)

日令和8年1月11日(日)受付：午前10時、開式：午前10時30分(1時間程度)

場市民文化センター

対平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれで、東松山市に住民登録している人及びふるさと参加の申し出があった人

内二十歳を迎えられる人を祝し、東松山市はたちの集いを開催します。令和7年10月1日時点の対象者には11月に案内状を送付しました。案内状が届かない人は、生涯学習課へご連絡ください。

ふるさと参加制度

市外に住民登録をしている人でも、東松山市はたちの集いに参加することができます。

問生涯学習課

☎21-1431

☎23-2239



市HP

お正月のミニ門松を作ろう！

日12月25日(木)①午前9時30分～11時30分②午後1時30分～3時30分

場総合会館1階多目的室

対市内在住・在勤・在学の人

定各回18人(申込順)

内手作りミニ門松で新しい年を迎えませんか？どこにでも置ける小さくてかわいい門松を作ります。

講師 西川多枝雄さん

費3,000円(保険代・材料費等)

持軍手

申12月19日(金)までに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

市民病院正規職員募集

採用日 令和8年4月1日

募集職種	人数	要件
作業療法士	1人	45歳未満で、免許を所有又は取得見込の人
理学療法士	1人	29歳未満で、免許を所有又は取得見込の人
看護師	若干名	51歳未満で、免許を所有又は取得見込の人
介護福祉士	若干名	39歳未満で、免許を所有又は取得見込の人
設備	1人	35歳未満で、電気又は機械課程を履修し卒業又は卒業見込の人

応募締切日 令和8年1月7日(水)

試験日 令和8年1月17日(土)

試験内容 作文、面接

申・問採用試験申込書に必要事項を記入し、直接、☒又は郵送で〒355-0005松山2392市民病院 病院総務課へ。☎24-6111☎22-0887 ※採用試験案内及び採用試験申込書は市民病院にあります。また、市民病院HPからダウンロードできます。



市民病院HP



募集・求人

「第二次東松山市農業振興基本計画」パブリックコメント募集

本市農業の課題解決に向け、目指すべき将来像を検討し、農業に関する施策を計画的に推進することを目的に、第二次東松山市農業振興基本計画を策定します。計画案を公表しますので、ご意見をお寄せください。

公表期間 12月24日(水)～令和8年1月13日(火)

公表場所 農政課、市民情報コーナー、各図書館、各市民活動センター
※計画案、意見書は、市HPからダウンロードできます。

対象・市内在住・在勤・在学の人
・市内に事務所・事業所がある個人・法人・団体
・本案に関して利害関係がある個人・法人・団体

提出方法 公表場所にある意見書に必要事項を記入し、令和8年1月13日(火)までに直接、FAX、☒又は郵送で〒355-8601松葉町1-1-58農政課へ。

申込み・問い合わせ ☎21-1400 FAX 23-7700
☒HMY017@city.higashimatsuyama.lg.jp

国民スポーツ大会等出場奨励金

対象 令和7年度に国民スポーツ大会又は全国障害者スポーツ大会に選抜されて出場する(出場した)市内在住の個人

奨励金額 1万円

※大会終了後に実績報告書の提出が必要です。

※この奨励金は令和7年度をもって廃止となります。

申込み・問い合わせ 令和8年3月11日(水)までに申請用紙に大会選手委嘱状、予選会等の結果又は大会に選抜されたと分かる書類を添えてスポーツ課へ。

☎21-1439
FAX 23-2239



市HP

まつやま保育園の給食用物資納入業者募集

まつやま保育園の来年度給食用物資納入業者を募集します。

登録期間 令和8年4月～令和9年3月
業種 米穀類、パン類、麺類、青果物・乾物類、肉類、魚類、卵類、豆類、牛乳・ヨーグルト、乳飲料、乳製品、油脂類・調味料類、菓子類、冷凍食品、その他

対象 市内に店舗又は営業所があり、継続して2年以上営業していること。まつやま保育園に納入可能な事業者。

申込み・問い合わせ 令和8年1月26日(月)～30日(金)午前8時30分～午後5時15分に市HPにある申請書に必要事項を記入し、直接保育課へ(郵送不可)。
☎21-1407 FAX 23-2239



市HP



健康

耳の聞こえが悪く、心配な人へ

加齢とともに起こる加齢性難聴(老人性難聴)は、声は聞こえても、言葉が聞き取れないのが特徴です。

聴力の低下は30歳頃から始まり、60歳を過ぎると加速するといわれています。加齢性難聴の人は会話を避けるようになり、生活活動も減少しやすくなります。これに伴い、認知症やうつ病を発症する恐れがありますので、心配な人は早めに耳鼻科を受診しましょう。

保険年金課で簡易的な難聴チェックができます。電話でご予約ください。

対象 国民健康保険被保険者、後期高齢者医療被保険者

申込み・問い合わせ 保険年金課
☎63-5004 FAX 23-0076

市ホームページ バナー広告

大募集!

バナー広告用の掲載枠を設置しています。バナー広告とは市ホームページに企業広告の画像を掲載し、市と広告主のホームページをつなげるものです。会社やお店のPRにぜひご利用ください。

月額広告料

	1～11か月	12か月
トップページ	15,000円	13,500円
トップページ以外のページ	6,000円	5,400円

最長12か月の申込みがお得です!

掲載期間 1か月単位(最長12か月)

アクセス件数 月約412,000件(令和4～6年度実績)

※ホームページ全体のアクセス件数です。

申込み・問い合わせ 直接、☒又は郵送で〒355-8601松葉町1-1-58広報広聴課へ。
☎21-1410 FAX 22-5516

※詳細は市HPをご確認ください。
※申込書は、市HPからダウンロードできます。



広報広聴課☒



市HP

市民病院・ワンポイントクリニック

気になるシミのはなし

鏡をのぞいたときに目につく「シミ」。加齢による影響だけと思われがちですが、実は毎日の生活習慣や紫外線の影響が大きく関係しています。

シミの多くは、肌が紫外線を浴びたときに作られる「メラニン」という色素が原因です。通常であれば肌の新陳代謝(ターンオーバー)によって少しずつ排出されますが、加齢やストレス、ホルモンバランスの乱れなどで代謝が滞ると、メラニンが肌に残り、シミとして目立つようになります。また、やけどや虫刺され、ニキビなどがきっかけでできる「炎症後色素沈着」もよく見られます。

シミを防ぐうえで一番大切なのは、紫外線対策です。日焼け止めは夏だけでなく一年を通じて使うことが推奨されます。SPF(※1)やPA(※2)の数値は高ければよいわけではなく、日常生活ならSPF30程度、PA++程度で十分です。ただし、汗や摩擦で落ちやすいため、2～3時間ごとの塗り直しが大切

皮膚科医師 **岩田詩保美**



です。あわせて、帽子や日傘、サングラスなどの物理的な遮光も効果的です。

すでにできてしまったシミに対しては、市販の美白化粧品に含まれるビタミンC誘導体等が有効なこともあります。ただし、強い刺激を与えると逆に悪化することもあるため、使用時には注意が必要です。改善がみられない場合や、気になる変化がある場合には皮膚科を受診し、ご相談ください。

シミは一度濃くなると改善に時間がかかります。毎日の紫外線対策とスキンケアの積み重ねが将来のお肌を守る何よりの方法です。ちょっとした習慣を続けて、健やかな肌を保ちましょう。

※1 肌に赤みや炎症を引き起こし、シミ・そばかすの原因となる「紫外線B波」から肌を守る効果の指標

※2 肌の奥深くまで到達し、シミ・しわの原因となる「紫外線A波」から肌を守る効果の指標

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

12月	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
31日(水)	シャローム病院	内科、外科	松山1496	☎25-2979

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



市HP

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(元日は除く) (受付は午前8時30分～11時30分)	保健センター ☎24-3920
比企地区子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できます。ぜひご利用ください。



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





健康

保養施設の助成日数の変更

国民健康保険又は後期高齢者医療制度の加入者を対象とした保養施設の利用助成について、次のとおり1年間(4月～翌3月)に利用できる日数が変更となります。

令和7年度まで 1人につき2泊
令和8年度より 1人につき1泊

なお、1泊あたりの助成額(大人：3,000円、小人：1,500円)は、変更ありません。利用助成を受ける場合は、指定の保養施設に宿泊の予約をした後、利用日の20日前までに保険年金課へ申請してください。

☒・☒保険年金課

☎63-5004☎23-0076



市HP (国民健康保険) 市HP (後期高齢者医療制度)

男性のためのボディメイク教室

☒令和8年1月22日、2月5日(木)午後6時15分～7時30分

☒保健センター

☒市内在住の64歳以下の男性

☒20人(申込順)

☒「背中が丸まってきた」「ストレートネックが気になる」など姿勢にお悩みの人必見！姿勢改善に注目した男性向けの運動教室に参加してみませんか？トレーニングジムのインストラクターをお招きして開催します。お気軽にご参加ください。

☒フェイスタオル、飲物、運動しやすい服装

☒12月22日(月)から電話又は電子申請で申込み

☒健康推進課

☎24-3921

☎22-7435



電子申請

血管若返り教室

☒令和8年1月28日(水)午前9時30分～午後1時

☒保健センター

☒市内在住の64歳以下の人

☒12人(申込順)

☒管理栄養士による講話、調理実習

☒300円(食材費等)

☒筆記用具、飲物

☒・☒12月9日(火)から直接又は電話で健康推進課へ。

☎24-3921

☎22-7435



市HP

冬の食中毒にご用心!!

食中毒といえば夏場に発生するものと思われがちですが、冬場にはカキ等の二枚貝を原因としたノロウイルス食中毒が増加します。ノロウイルス食中毒は、汚染された二枚貝を触った手指による二次汚染や食材の不十分な加熱により発生します。丁寧な手洗いと確実な洗浄・加熱で、食中毒対策を行きましょう。

食中毒予防のポイント

- ・「つけない」 料理を作る前、食べる前には2度手洗いをする。
- ・「ふやさない」 冷蔵庫等を効果的に活用して、食材の温度管理を徹底する。
- ・「やっつける」 生野菜はよく洗い、特に肉は中心までよく加熱する。

☒東松山保健所☎22-0280



高齢者・福祉

重度医療の対象者を拡大

重度心身障害者医療費助成制度について、令和8年1月から精神障害者保健福祉手帳2級所持者も新たに助成対象となります。助成対象となる医療費は、自立支援医療(精神通院医療)の一部負担金です。その他の医療費は対象となりません。

助成を受けるためには、あらかじめ受給資格の登録申請が必要です。申請方法などは、障害者福祉課までお問い合わせいただくか、市HPをご確認ください。

対象者 精神障害者保健福祉手帳2級をお持ちの人(65歳以上で精神障害者保健福祉手帳を初めて取得した人は対象外)

所得審査 本人所得を対象として所得審査を行い、基準額以下の場合には医療費助成を受けることができます。基準額超過の場合は支給停止となり、対象期間は医療費助成を受けることができません。

☒障害者福祉課

☎21-1452

☎24-6066



市HP

12月3日～9日は障害者週間

障害者週間は、障害のある人が社会、文化など、様々な分野の活動に参加する意欲を高めることを目的としています。

市では、障害者週間に合わせて、12月1日(月)～19日(金)の間、市内障害福祉サービス事業所に通う皆さんなどの個性豊かな作品を市役所ロビーで展示します。

障害のあるなしにかかわらず、誰もが相互に人格と個性を尊重し、支え合う共生社会の実現のためには、障害や障害のある人に対する理解・関心を深めることが必要です。

☒障害者福祉課

☎21-1452☎24-6066

民生委員・児童委員と主任児童委員の委嘱

12月1日付けで144人が民生委員・児童委員として委嘱されました。任期は令和10年11月30日までの3年間です。

民生委員・児童委員は身近な相談相手として活動しています。お住まいの地区の担当民生委員・児童委員等については、社会福祉課へお問い合わせください。

民生委員・児童委員として活動してみませんか

現在、市では、欠員地区で民生委員・児童委員として活動していただける人を募集しています。「地域に貢献したい」「福祉活動に携わりたい」など、民生委員・児童委員の活動にご興味がある人、詳しく知りたい人は、社会福祉課までご連絡ください。

募集している地域

松山地区6人・平野地区1人・唐子地区1人・高坂地区4人

☒社会福祉課

☎21-1455☎24-6066



市HP

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「ばたん圓」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

ば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	17
市民健康増進センター教室	21
みんなきらめけ!!ハッピー体操	22
いきいき生活教室	23
かんたん料理教室	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	24

☒高齢介護課

☎21-1406

☎22-7731



市HP

市民健康増進センター教室

シェイプアップ教室

☐月曜コース(全10回)

☒1月5日(月)～3月23日(月)
※1月12日、2月23日(祝)は休み

☐水曜コース(全10回)

☒1月7日(水)～3月25日(水)
※2月11日(祝)、3月11日(水)は休み

☐金曜コース(全10回)

☒1月9日(金)～3月27日(金)
※3月13日(金)・20日(祝)は休み

■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)

☒各コース35人(申込多数の場合抽選)

☒無料(入館料別)

☒12月15日(月)までに直接又は電話で市民健康増進センターへ。

☎31-2660

☎31-2661

有料教室

☐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

※1月25日、2月22日、3月22日(日)は午後1時～2時も実施します。

☐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

☐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

☐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

☐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週日以降)午前11時30分～午後0時30分

■共通事項

※各有料教室には休みがあります。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。

☒15歳以上の人(中学生は除く)

☒各35人(先着順)

受付 教室開始1時間前～教室開始15分後

☒1回500円(入館料別)

※券売機精算

☒場・☒市民健康増進センター

☎31-2660☎31-2661

※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。



市民健康増進センターHP



高齢者・福祉

老齢年金受給者へ源泉徴収票が送付されます

厚生年金保険、国民年金等の老齢（退職）を支給事由とする年金の受給者に、日本年金機構から「公的年金等の源泉徴収票」が令和8年1月末までに発送されます。これは市・県民税申告や確定申告の際に必要となりますので、大切に保管してください。

源泉徴収票に記載されている令和7年1月から12月までに支払われた年金額は、介護保険料や国民健康保険税などが差し引かれる前の金額で、実際に受け取った金額とは異なります。

※遺族年金・障害年金は非課税のため、源泉徴収票は送付されません。

源泉徴収票を紛失した場合

ねんきんダイヤル又は川越年金事務所へお申し出ください。

☒ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165 (050から始まる電話の場合は03-6700-1165)

川越年金事務所
☎049-242-2657
保険年金課
☎21-1434
☎23-0076



日本年金機構HP

高齢者带状疱疹予防接種費用の一部助成

今年度から、带状疱疹の予防を目的に定期予防接種費用の一部助成が始まっています。今年度の対象者が一部助成を受けられるのは令和8年3月31日までです。

☒県内定期予防接種取扱医療機関に直接予約

※対象医療機関は市HP又は保健センターでご確認ください。

☒いずれかに該当する人

①年度内に65・70・75・80・85・90・95・100歳となる人及び100歳以上の人(市から通知を送付済)

②60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害があり、日常生活がほとんど不可能な人(身体障害者手帳1級)

※②に該当する人や①の人で病気や治療で免疫が低下している人は、水痘ワクチン(生ワクチン)を接種できません。

☒水痘ワクチン(1回)、带状疱疹ワクチン(2回)のいずれかを選択

費水痘ワクチン 1回5,000円

带状疱疹ワクチン 36,000円(1回18,000円×2回分)

※任意接種を受けた人は、残りの回数を定期接種とします。

※生活保護受給者証を提示した人は無料

☒市から送付されたはがき、生活保護受給中の人は受給者証、②の人は障害者手帳の写し

☒健康推進課 ☎24-3921 ☎22-7435



市HP

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	1月
市民体育館	5・19日(月)
きらめき市民大学【午前】	26日(月)
きらめき市民大学【午後】	19日(月)
高坂丘陵市民活動センター	6・20日(火)
大岡コミュニティセンター	6・20日(火)
すわやま荘	20日(火)
唐子地区体育館	7・21日(水)
大岡市民活動センター	15日(木)
北地区体育館	15日(木)
市民福祉センター	15日(木)
南地区体育館	9・23日(金)
野本市民活動センター	9・23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)

☒市内在住の60歳以上の人

☒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。

会場内・駐車場の混雑について(お願い)

ハッピー体操の参加者増加に伴い、会場内や駐車場が大変混雑しています。混雑緩和のため、お住まいの近くの会場での参加や公共交通機関の利用、乗り合わせ、送迎のご協力をお願いします。

特に参加者が多い会場

・北地区体育館 ・唐子地区体育館

・市民福祉センター

複数の駐車場がある会場は、市HPで駐車場案内図を掲載していますのでご確認ください。

☒総合福祉エリア

☎22-5561 ☎25-3305

高齢介護課

☎21-1406 ☎22-7731



市HP

いきいき生活教室

☒令和8年1月13・27日、2月10日(火)午前10時～11時30分(1月27日のみ正午まで)

☒場高坂丘陵市民活動センター

☒市内在住の65歳以上の人

☒20人(申込順)

☒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1月27日のみ500円(食材費等)

☒申・☒問12月3日(水)～令和8年1月12日(祝)に直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。

☎22-5561

☎25-3305



市HP

かんたん料理教室

☒令和8年1月8日、2月12日、3月12日(木)午前10時～正午

☒場平野市民活動センター

☒市内在住の65歳以上の人

☒20人(申込順)

☒身近な食材を使った調理実習により、高齢期の栄養のとり方を学ぶ。

☒費各回400円

☒申・☒問12月3日(水)～令和8年1月6日(火)に直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。

☎22-5561

☎25-3305



市HP



子育て

ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援

高等学校を卒業していないひとり親家庭の父又は母及びそのこどもが高等学校卒業程度認定試験の合格を目指す講座を受講する場合に、受講費用の一部を助成する制度です。

申請は、あらかじめ母子・父子自立支援プログラムの策定をし、かつ、受講開始より前にする必要があるため、申請を希望する人は、事前にお問い合わせください。

☒こども支援課

☎21-1461

☎23-2239



市HP



親子で遊ぼう会 1月



■保育園 0歳児サークル

☒6・13・20・27日(火)全4回

時間 午前10時～11時

☒場まつやま保育園

☒市内在住の0歳児と保護者

☒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12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

☒・☒場①15日(木)南地区体育館②22日(木)北地区体育館③29日(木)唐子地区体育館④31日(土)北地区体育館

受付 午前10時

時間 午前10時15分～11時15分

☒未就学児と保護者

☒内①②③ふれあい遊び、リズム、お正月遊び④ふれあい遊び、製作、運動遊び

☒持体育館履き

☒申①②③当日受付④12月22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。



1月31日(土)

■大岡市民活動センター

☒26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)

☒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

☒毎週月・水・金曜日(2日(金)・12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)

☒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

☒問まつやま保育園 ☎22-1194 ☎22-7904

こちらウォーキングセンターです



- 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

越生町神社めぐり 12km

☒令和8年1月9日(金)

集合 東松山駅改札前 午前8時(午前8時14分発 上り乗車予定)

受付 東武越生線越生駅西口ポケットパーク 午前9時

コース 越生駅西口ポケットパークー越辺川遊歩道ー春日神社ー越生神社(鹿下)ー鹿嶋神社ーニューサンピア埼玉おごせー八幡神社ー五大尊(昼食)ー越生神社ー越生駅西口(午後1時30分到着予定)

持昼食

□ネイチャーウォーク **冬の耕地の生き物たち**

☒令和8年1月17日(土)

集合・受付 大岡市民活動センター(午前8時45分、正午解散予定、雨天決行)

内沼にくる冬鳥や越冬する生き物たち

持筆記用具、双眼鏡、ルーペなど

□埼玉みてあるき

廃線シリーズ② 東武鉄道根古屋線(小川町) 13km

☒令和8年1月20日(火)

集合 東松山駅改札前 午前8時25分(午前8時41分発 下り乗車予定)

受付 小川町駅 午前9時

コース 小川町駅ー八幡神社ー大河小学校前ー腰越公園ー鉾山索道跡ー締切橋観光トイレー矢岸橋ーパト

リアおがわ(昼食)ー青山浄水場ー栃本親水公園ー小川町駅(午後1時45分到着予定)

持昼食

□ふるさと自然のみちウォーク

高坂七清水コース 12km

☒令和8年1月31日(土)

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ー柏崎緑地ー野本市民活動センターー新東松山橋ー高済寺下の清水ー折本山公園ー宮鼻の清水ー高坂市民活動センター(昼食)ー高坂駅(午後1時30分到着予定)

持昼食

■共通事項

費50円 **申**当日受付

□東松山歩こう会12月例会

忘年ウォーク 10km

☒12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ー吉見百穴ー武蔵丘短期大学入口ー吉見町西公民館ー吉見郵便局前ー吉見観音・安楽寺ー北向地藏ー天神橋ーウォーキングセンター(午後0時30分到着予定)

費会員外300円 **持**昼食 **申**当日受付

問服部さん☎090-5583-8948

1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	7日(水)	午前8時30分	松山市民活動センター	新春 市内初詣(6km)	不要
大岡市民活動センター ☎39-0602☎39-0676	9日(金)	午前8時30分	大岡市民活動センター	初詣 寺社巡り(8km)	不要
唐子市民活動センター ☎22-0672☎22-0683	13日(火)	午前8時30分	唐子市民活動センター	初詣 唐子地内神社めぐり(6km)	不要
高坂市民活動センター ☎34-3730☎34-3845	9日(金)	午前8時30分	高坂駅東口	初詣 箭弓稲荷神社(5km)	不要
野本市民活動センター ☎23-7077☎23-7063	7日(水)	午前8時30分	野本市民活動センター	箭弓稲荷神社 初詣(6km)	不要
高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311☎35-4313	13日(火)	午前8時30分	高坂丘陵市民活動センター	初詣 正法寺(6km)	不要
平野市民活動センター ☎25-2220☎25-2227	6日(火)	午前8時30分	平野市民活動センター	秋葉神社(6km)	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・3・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
※定員100人(先着順) **市立**
☒12月14日(日)午後1時30分から
内「あかね空」(120分)
☒12月21日(日)午後1時30分から
内「チャーリーとチョコレート工場」(115分・吹替)
☒12月25日(木)午前10時から
内「マダガスカル」(86分・吹替)

12月の休館日

22日(月)
29日(月)～令和8年
1月4日(日)

今月のテーマ本は、
「大そうじ」です。



市立図書館HP

今月の図書館からのお知らせ

➡ 市立図書館 「第12回図書館まつり」 12月20日(土)～25日(木)

□「りんごの棚」体験会
～バリアフリー読書を体験しよう～

☒12月21日(日)午後2時～3時30分

対市内在住・在勤・在学の人

定20人(申込順)

内りんごプロジェクト(NPO法人ピープルデザイン研究所)が、文字を読むことが難しい人も楽しめる「バリアフリー図書」の紹介と体験会を行います。

□本の装備講座 本に透明フィルムを貼ってみよう!

☒12月23日(火)午前10時～11時

対市内在住の小学生以上

定12人(申込順)

内図書館の本をきれいに保つためのフィルムを自分の本に貼る体験をします。

持透明フィルムをかけたい本(縦20cm以下の大きさ)1冊

■共通事項

場3階研修室

申12月5日(金)～19日(金)に直接又は電話で市立図書館へ。

□彩の会「お花の写真」展示

☒12月20日(土)～25日(木) **場**1階ロビー

□朗読のつどい

☒12月25日(木)午後1時30分から

場3階研修室 **定**30人(先着順)

内朗読ボランティア「あすなる」が、日本の文学作品等を朗読します。

□「おいしいのぼうけん」複製画展

内名作絵本「おいしいのぼうけん」(古田足日・田畑精一作)の巧みな複製画を展示します。ロングセラーの絵本の世界をお楽しみください。

□「りんごの棚」の展示

内文字を読むことが難しい人も楽しめる図書を集めて展示します。楽しい工夫を凝らした布絵本も展示します。

□児童文学「天の園」のパネル展示

内郷土の文学作品「天の園」の世界を紹介するパネルを展示します。

協力 「天の園」の会

■共通事項

時間 午前10時～午後4時 **場**3階展示室1・2

大人向け サークル活動のご紹介

市内7か所の市民活動センターでは、様々な内容のサークルがあり、約200団体が活動しています。興味のあることや新たなことにチャレンジしてみませんか？

活動内容・団体数(令和7年11月1日現在)

内容	団体数
ダンス	17
音楽・演奏	38
花・茶道	11
絵画・書道・写真	25
スポーツ・登山	8
太極拳・気功・健康体操	27
手芸・工芸	26
語学・歴史	6
踊り・着付・伝統芸能	19
親子サークル	1
協力団体	4
その他のジャンル	16

各サークルの活動場所、活動日時、会費など詳細は、市HPをご確認ください。

☎地域支援課☎21-1435☎22-7799



市HP

こども向け 放課後の居場所づくり事業のご紹介

市では、小学生が放課後に楽しい時間を過ごせるよう「こどもの居場所づくり事業」を実施しています。

頻度 月1回程度

場所 各市民活動センターやきらめき市民大学など公共施設

時間 午後4時～5時

対象 市内在住の小学1～6年生

これまでの内容

・バルーンアートを作ろう！

・マジックを楽しもう！

・パステルで絵を描こう

今後の予定

☎12月17日(水)

☎松山市民活動センター工作室

☎クリスマスカードを作ろう

☎こども支援課

☎63-5005☎23-2239



市HP

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

●第8回写団光彩写真展

☎12月3日(水)～7日(日) 午前9時30分～午後5時(最終日は午後4時まで)

☎市立図書館

☎四季折々の風景やネイチャー写真など、講師・会員21人による約80作品の展示

☎小林さん☎35-1719

●文化祭第27回二胡ユニット優美定期演奏会

☎12月4日(木) 午後1時30分から

☎高坂市民活動センター

☎194人(先着順)

☎二胡演奏会

☎梶さん☎090-7017-1851

●東松山介護者支援の会“ほっと”

☎12月4日、令和8年1月8日、2月5日(木) 午後1時30分～3時30分(出入り自由)

☎市民福祉センター

☎介護をしている人、介護が終わった人、この先要介護者になるかも

しれない人、どなたでも。

☎介護の情報交換ができる場所です。

☎新井さん☎35-0343

●松高博覧会

☎12月20日(土) 午前9時～午後1時

☎松山高等学校理科実験室等

☎市内及び近隣の市町村在住の小・中学生とその保護者

☎120人(申込順) ※保護者除く

☎小・中学生が楽しめる科学実験や数学体験をブース形式で実施します。プログラミング教室もあります。

☎12月15日(月) 午後5

時までに松山高校HP

で申込み

☎松山高校 樋口さん

☎22-0075

●安全登山講習会

☎12月21日(日) 午後2時～4時30分(受付は午後1時30分から)

☎総合会館1階多目的室

☎山歩きに関心のある人

☎50人(申込順)

☎安全な山歩きとは!!その準備と対策を学ぶ。



松山高校HP

☎・☎12月1日(月)から電話で市山岳連盟 福田さんへ。☎22-0734

●能登半島地震から2年：防災学習と災害ボランティア

☎12月27日(土) 午後2時～4時30分

☎市民福祉センター

☎金沢出身の歌手、芦沢安寿さん(防災士)による防災講座と能登半島地震の災害ボランティア活動報告など。

☎・☎12月1日(月) 午前10時～26日(金) 午後5時に電話又は☎でNPO法人チーム東松山 松本さんへ。☎090-2328-8518

☎econet51@gmail.com

●第52回新年フリースロー大会

☎令和8年1月24日(土) 午前9時～正午

☎北地区体育館

☎バスケットボール・フリースローによる個人戦

☎市バスケットボール連盟

金子さん☎090-5551-8535

1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

- 1月9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

- 1月21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

- 1月8・22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。

司法書士相談 人権市民相談課☎21-1414☎23-2236

- 1月16日(金) 午前10時～午後3時
- 分室1階打合せ室
- 要予約で先着8人
- 登記、相続、遺言、成年後見、債務整理、裁判所提出書類作成

不動産相談 人権市民相談課☎21-1414☎23-2236

- 1月14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
- 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

- 1月7日(水) 午前10時～午後3時
- 1月13日(火) 午後1時～5時
- 1月23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

- 1月15日(木) 午前10時～午後3時(要予約で先着4人)
- 総合会館3階302会議室
- 1月7・14・21・28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

- 1月13日(火) 午前10時～正午
- 総合会館3階302会議室
- 国税・地方税(9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

- 1月7日(水) 午前9時30分～11時20分
- 保健センター
- 心理士による相談(要予約で先着3人)

内職相談 商工観光課☎21-1427☎23-7700

- 1月6・13・20・27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

- 1月6・13・20・27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

西空の光眩しや稲穂垂る
秋晴の動物園行きバス通り
コンバイン終へて家路の良夜かな
森の香へしづかにまぎれ金木犀
紅葉浮く蒼き水面や空晴れて
秋深し余生の景色歩む日々
一句目、秋の入り日と黄金色に実った稲穂。豊かな秋の景を詠んで、人の生とどこか重なる。二句目、開放的で楽しい一句。爽やかな秋晴に閉じ籠もってなどいられない。三句目、一日の労働を終えて充実の家路。その報酬としての良夜中秋の名月の夜も悪くない。

短歌

田の畦に彼岸花咲くふるさとは
休耕田の増えているらし
こんもりと茂る市民の森を抜け
宇宙を見据える巨大バラボラ
待ちに待つ庭の柿の実そろそろか
一つをもぐに香る秋の気

川柳

越えられぬ試練は無いと前を向く
飽食の街にあふれるごみの山
投げ返すことのできない石を抱く
神の手を信じて任す手術台
マスクして笑顔もしわも閉じ込める
守秘義務を情報社会こじ開ける
選者吟「詐欺多発情報時代さまたげる」

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せん。



おしえて「文化財」

問 埋蔵文化財センター
☎27-0333 FAX 27-0334

西原1号墳出土品(上唐子に所在する西原古墳群から出土)

西原1号墳(上唐子字西原)は、東西8m、南北13m、高さ1.25mの方墳と考えられます。昭和49(1974)年、国道254号の建設にあたり発掘調査が実施され、緑泥石片岩と河原石を用いて構築された横穴式石室から、鉄鏃(鉄製の鏃)7本、銅甕1個、方頭大刀1振が出土しました。

銅甕は口径16cm、器高7cmの平底の無台甕で、外面には口唇部と胴部に対になる2条の沈線が巡っています。鋳型による鋳造製品で、鋳造後にクロロ削りが施されています。現代の旋盤技術にも匹敵する精緻な技法です。

大刀は、柄頭が方形であることから方頭大刀と言います。全長は103.6cmです。大刀を腰に下げするための足金具は双脚足金具で、鞘の末端に付けられている鞘尻金具は、ハート形の切り込みをもつ「鋏形」です。これらは方頭大刀の特徴的な刀装具です。遺存状況は良好で、大刀の外装の全容がよく分かります。

いずれも終末期古墳から出土する遺物としては逸品で、被葬者は畿内中央政権を構成する有力豪族との結びつきがあったと考えられます。



銅甕



方頭大刀

楽しいよ!放課後子ども教室

このコーナーは、市内の小学校で実施している放課後子ども教室の様子を紹介しています。



市の川小学校

「ハーモニックいちのかわ」

ハーモニックいちのかわでは「なかよく・たのしく・げんきよく」活動ができるよう、スタッフが丁寧に優しく子どもたちを支援し、参加して良かったと思われる教室づくりを目指しています。教室の前半は宿題に取り組み、後半は楽しく生き活きとした体験ができるよう内容を検討して実施しています。

10月の活動では、外部講師を招いて音楽会を開催しました。子どもたちは、すてきな音色に耳を傾けたり、元気よく歌ったり、鈴やタンバリンと一緒に演奏したりして楽しみました。

教室情報 在籍児童数 21人
(11月1日現在)

※今年度の参加申込は終了しています。
※放課後子ども教室の活動の補助を行う子どもサポーターは随時募集しています。



すてきな演奏をありがとうございました!(演奏してくれた皆さんと一緒に)



演奏を聴きながらの手遊び、楽しいな♪



問 こども支援課

☎63-5005 FAX 23-2239

コアラ通信

みんなが輝けた運動会



まつやまだいいちしょうがっこう 松山第一小学校

10月18日(土)「チャレンジ～かっこいい自分になる～」のスローガンのもと、運動会が行われました。

5・6年生による高学年リレーや3・4年生による松一ソーラン、1・2年生によるチェッコリ玉入れなどのプログラムがあり、大いに盛り上がりしました。

最後には5・6年生による鼓笛演奏もあり、全校児童が輝けた運動会になりました。



コアラ通信

団結力が深まった合唱コンクール



きたちゅう 北中学校

10月23日(木)、校内合唱コンクールが行われました。今年のテーマは「心をついに響かせる～北中 Sound memory～」。

協力し合いながら練習を重ねた成果が存分に発揮され、どのクラスもまとまりのある合唱を披露しました。

素晴らしいハーモニーが会場全体に響き渡り、生徒も保護者も先生も楽しむことができた、温かく感動的な合唱コンクールとなりました。



おすすめ

学校給食レシピ

～かぼちゃスープ～

監修 学校給食センター栄養教諭

今月は、10月下旬～11月上旬の読書週間にあわせて行った「図書館リストランテ」から「かぼちゃスープ」を紹介します。図書館リストランテとは、本の中に出てくる料理をイメージした給食を献立に入れる取組です。かぼちゃスープは「3びきのくま」という本の中で登場する料理です。ぜひ、本も読んでみてください。

材料(4人分)

・カボチャ280g (1/4個)

・牛乳200mL

・タマネギ150g (小1個)

・ベーコン40g

・シチューのルー25g

・シュレッドチーズ10g

・生クリーム10g

・顆粒鶏ガラだしの素3g (小さじ1)

・塩3g (小さじ1)

・パセリ(乾燥でも可)少々

・こしょう少々

作り方

①ベーコンは短冊切り、タマネギは薄切り、パセリはみじん切りにする。

②カボチャは、3分の1の量を角切りにし、残りの3分の2はラップでくるんでレンジで温め、やわらかくする(目安時間：600W・3分)。

※少し水をつけた状態で加熱すると、水分が抜けずに温めることができます

③②でやわらかくしたカボチャは、スプーンで皮をとり、つぶす。

※火傷に注意してください

※ザルなどでこすと、よりなめらかになります

④鍋を火にかけ、ベーコンを加えてこしょうをふり、炒める。

⑤ベーコンの色が少し変わってきたら、タマネギを加え、弱火～中火でよく炒める。

⑥水300mL、顆粒鶏ガラだしの素を加え、沸くまで煮る。

⑦③を加え、すりつぶしたカボチャが全体になじむまでかき混ぜる。牛乳を加える。

⑧全体が温まってきたら、ルーを鍋の汁で溶き、加えて、弱火～中火でかき混ぜながら煮る。

⑨角切りにしたカボチャを加えて、煮立たせないように煮る。

⑩塩で味を調えたら、チーズ・生クリームを加える。

※鶏ガラだしの素に含まれる食塩量が味が変わりますので、味をみて調整してください

⑪チーズが溶けたら、最後にパセリを加えて完成！

問学校給食センター☎22-0741 FAX 22-0742

かどちゃん

門倉緑地係長

埼玉県こども動物自然公園

植物ZOO鑑

花だより

【師走】

しわすとは、昔12月に仏教行事が多く、お坊さん(師)が走ってしまうほど忙しいさまを表したという説があります。でも、年越しの準備で忙しいのは、私たちも同じですね。

長い夏が終わり、短い秋を経てもう冬になります。日本人は古くから紅葉を見て秋を楽しんできました。園内でも紅葉する木はあるのですが、今年の様子はどうでしょうか？

昔は、サクラの葉もきれいな赤い葉になってから、葉を落としたものですが、最近は色づく前に落葉するイメージが定着しました。写真の3色の葉は、私が動物園に勤め始めた頃、園内の落ち葉の中から見つけた不思議な葉です。当時は名前も知らず、図鑑で調べてモミジバフウという名前を知りました。あまりに不思議な色づき方だったため、思わず写真を撮りました。以来、同じ色目の葉を探しているのですが、二度と見つけることはありませんでした。この色になる仕組みを知りたかったです(虫食いが関与しているような気がします)。

園内には葉が3つに分かれたフウやモミジの葉のような形のモミジバフウが植えられています。どちらも環境を選ばず、大きくなる木で公園にはよく植えられています。以前は動物園の中に大木がたくさんあったのですが、現在は「このいけ」周辺に中木が数本育っており、大木は「花と鳥の丘」に植えられています。これらの木はタネをたくさん作るので、実生の芽がたくさん出ています。小さいうちからしっかり特徴的な葉を持つので、見つけるのが楽しいです。両方とも面白い蒴果(植物の果実の一部で、乾燥すると内部の種子を放出する)を付けるので、見比べてみてくださいね。

今回は紅葉と蒴果を落とす高木を紹介しました。今月はクリスマスがあります。園内でオーナメントになりそうな色々な蒴果を探してみませんか？

★フウ…マンサク科の落葉高木。台湾、中国中南部が原産で別名タイワンフウ。ほとんどの葉は3つに分かれていて、蒴果の突起が長い。

★モミジバフウ…同じくマンサク科の落葉高木。北米中南部、中米が原産で別名アメリカフウ。小枝に翼があるらしいが、高木のため確認が難しい。ほとんどの葉はモミジのように5～7つに分かれる。蒴果の突起は短くがっかりしているのが特徴。

※1月号は動物ZOO鑑です。

奇跡の一枚

紅葉したフウ

左がモミジバフウ、右がフウの蒴果

教えて！危機管理監

防災

を考えよう！

令和7年度防災フェア

東松山市で防災について学べる機会はあるの？

市では「もしもを考え、いつも備える」をテーマに、10月18日(土)に松山市民活動センターで『令和7年度東松山市防災フェア』を開催しました。

当日は、約1,200人が参加し、10種類以上の体験訓練や防災クイズ、スタンプラリーなどを通して、楽しみながら防災について学んでいただきました。

災害はいつ起こるか分かりません。日常生活の中で「いつも」備えておくことが、災害から自分や家族、友人の命を守ることに繋がります。防災フェアのほか、きらめき出前講座や市内各地区での防災訓練などの機会をご活用いただき、一人ひとりが防災について考え、実際に備えるきっかけにいただけたら幸いです。

皆さんも「もしもを考え、いつも備える」を合言葉に、事前の備えを始めてみましょう。

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

問危機管理防災課☎21-1405 FAX 22-7799

もしもを考え、いつも備える！

まちかどスケッチ

いざ、というときの防災

10月18日(土)、松山市民活動センターで多くの企業、団体のご協力のもと防災フェアを開催しました。放水訓練や地震体験訓練など、たくさんの訓練を体験！こどもたちは真剣な表情で訓練を体験していました。参加者の皆さんは、楽しみながら防災の大切さを学びました！

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。

ミニミニ情報	人口と世帯(11月1日現在)	交通事故発生件数(10月中)	家庭粗大ごみの収集に関する情報
	人口：91,212人 (－ 50) 男：45,707人 (－ 30) 女：45,505人 (－ 20) 出生(10月中)：38人 (－ 11) 死亡(10月中)：86人 (－ 10) 転入等(10月中)：324人 (－ 9) 転出等(10月中)：326人 (+ 17) 世帯数：44,237世帯 (+ 2) *()は前月比	発生件数：350件※ 人身事故：34件(死者：0人、けが人：48人) 物損事故：316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	家庭粗大ごみの収集件数 令和7年度上半期 2,058点 33,510kg 令和6年度上半期 2,007点 31,530kg
	火災と救急件数(10月中)	粗大ごみは出し方を確認して適切に処分してください。	
	火災件数：4件 救急件数：455件(交通：29件、急病：251件、その他：175件) 搬送人員：394人		

30 令和7(2025)年 12月

埼玉県 埼玉県こども動物自然公園 〒355-0065岩殿554 ☎35-1234 FAX 35-0248 開園時間等は☎をご確認ください。

埼玉県こども動物自然公園HP

令和7(2025)年 12月 31