



東松山夏まつり

7月25日(土)・26日(日)、東松山夏まつり(松山の天王様)が開催されました。

多くの人でにぎわう中、あちこちから聞こえる神輿を担ぐ掛け声、あでやかな山車、お囃子が奏でる笛太鼓の音色が夏まつりを一層盛り上げ、暑さも吹き飛ばすような2日間となりました。

親子で「あそびバ!」



8月1日(土)、南地区体育館で「あそびバ! in 東松山」を開催しました。こどもたちはお父さんやお母さんの体をよじ登ったり、股の下をくぐったりする運動あそびや、ボールを使った運動をして楽しく遊びました。体育館には元気いっぱいのこどもたちの声が響きわたり「もっと遊びたい!」という声もたくさん聞こえました。



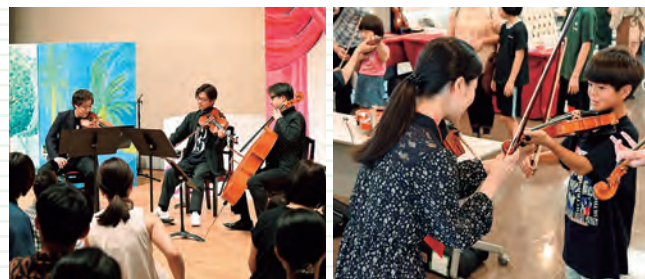
この広報紙にあなたが写っていましたら広報広聴課へご連絡ください。写真や写真データを差し上げます。

表紙の説明

手話奉仕員養成講習会の講師と受講生の皆さんです。新たな市政のスタートに「誰かがつながり、笑顔で暮らせるまちへ」という想いを込めて、1列目の皆さんに「東松山つながる笑顔」を手話で表現していただきました。

2・3列目の皆さんの親指・人差し指・小指を立てた「I LOVE YOU」のポーズは世界共通の手話表現です。撮影にご協力いただき、ありがとうございました。

ひがしまつやまアートフェスティバル



8月11日(祝)、市民文化センターの開館50周年を記念した「ひがしまつやまアートフェスティバル」が開催されました。会場では、クラシックコンサートやこども落語教室、高田博厚彫刻作品の展示のほか、体験イベントやアートワークショップなど多彩な催しが行われました。こどもから大人まで、思い思いに芸術・文化を楽しむ姿が見られ、笑顔と拍手の絶えない、50年の節目にふさわしい一日となりました。



編集後記

今回の取材を通して、初めて手話に触れました。手話ダンスかすみ草の撮影では「一緒に踊ってみない?」と温かく声をかけていただき、見様見真似で手話ダンスに挑戦!足の動きと手話

を同時に合わせることは難しかったものの、心地よい達成感を味わうことができました。皆さんもこの秋、新しいことに挑戦してみませんか? (こ)

広報 ひがしまつやま

Higashimatsuyama City Public Information

2026
9

No.1163

手話は言語であり、手話を使う人にとって、生活を営む上で重要な意思疎通の手段です。そして、大切なのは手話が完璧にできることではなく、“伝えたい”“分かり合いたい”という気持ちです。あいさつや笑顔、身振り、筆談、そして手話。一人ひとりの小さな一歩が、誰もが安心して暮らせる東松山市につながります。

I LOVE YOU



松坂喜浩市長就任挨拶
特集 毎日の暮らしに、手話を

令和8(2026)年9月1日(毎月1日発行)
〒355-8601 東松山市松葉町1-1-58

発行/東松山市
編集/広報広聴課

☎0493-23-2221

☎0493-24-6123



東松山市
公式HP



東松山いんふおメール登録2次アンケート
(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、Instagram)



市長プロフィール

まつざか よしひろ
松坂 喜浩

昭和35年9月27日生まれ

■経歴

昭和54年 埼玉県立滑川高等学校を卒業
昭和56年 中央工学校土木建設科を卒業
平成11年 東松山市議会議員に初当選（4期）
平成27年 埼玉県議会議員に初当選（3期）
令和8年 東松山市長に就任

■趣味

ランニング、アルトサックス

■特技

大好物のスイカ栽培

この度、多くの市民の皆様のご支援を賜り、東松山市長に就任いたしました。皆様の期待に応えるため、全力で市政運営に取り組む所存です。

私はこれまで、市議会議員、県議会議員、そして東松山市商工会長として「地域の課題は現場にある」という信念のもと、市民の皆様との対話を重ねながら、地域課題の解決に取り組んでまいりました。また、議員として子育て支援や障害者・高齢者福祉などに携わる中で、行政は市民にとって身近で信頼される存在であることが重要だと強く感じてきました。

これからは市長として「市民目線の市政」をモットーに「市民がつくるみんなの市政」の実現に向けて取り組みます。まずは、市民の声を直接市政に反映するため、7つの市民活動センターで移動市長室を定期的に開催します。また、歴代市長をはじめ、先人の方々が築き上げてこられた東松山市の歴史や伝統を大切にしながら、時代の変化にも柔軟に対応し、まちなか再生や企業誘致、創業支援等により地域経済の活性化を図ります。

行政の役割は、市民の皆様からお預かりした大切な税金を有効に活用し、市民サービスとして還元することです。限られた財源を最大限に生かすため、必要な施策へ重点的な配分を行うなど、幅広い視点から行財政の見直しを行います。

さらに、子育てや教育に力を入れるとともに、医療体制や防災・減災対策を強化するなど、安心して暮らし続けられるまちづくりを目指します。

東松山市がさらに発展し、その変化を皆様に実感していただけるよう、全力で走り続けてまいりますので、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

東松山市長 松坂 喜浩

松坂喜浩市長が初登庁

8月5日（水）、松坂市長が初登庁しました。松坂市長は出迎えた市民や職員の前で就任の挨拶を行い、市政運営への決意を述べました。



初登庁の様子は
市公式YouTubeで
配信しています



市公式YouTube

特集 毎日の暮らしに、手話を

東松山手話サークルの皆さんです。「怒られる」という手話を練習中です。



東松山市には約300人の聞こえない人・聞こえにくい人が暮らしています。当事者の声に触れながら、互いに理解し、支え合えるまちづくりについて考えてみませんか。

手話のこと知ってる？ —手話は言語—

手話は手や指、体の動きと表情で視覚的に表現する、聞こえない人、聞こえにくい人の大切な言語です。

手話は世界共通？

英語やフランス語があるように手話も国ごとに異なります。

手話にも方言がある？

手話にも方言があります。東日本と西日本又は都道府県ごとに手の形や位置、動きなどが異なります。

東松山市手話言語条例（令和元年6月28日施行）

手話が言語であるとの認識に基づき、手話に関する施策を推進し、また手話を普及し、手話を通じて互いに認め合い、支え合う共生社会の実現を目指しています。



市HP

市の責務

手話を使用しやすい環境を整備するための施策の推進



市民の役割

手話を使用しやすい地域社会の実現のため、市の施策への協力



事業者の役割

聴覚障害者等が利用しやすいサービスの提供や働きやすい環境の整備



手話施策推進法（令和7年6月25日施行）

手話の取得・使用の支援、手話文化の発展、国民の理解促進などを国や自治体の責務として定めた法律です。

もし、今日だけ音が聞こえなくなったら？ 音のない世界を想像してみよう

起床



目覚まし時計の音が聞こえないため、起きるのが遅れてしまうことがあります。

駅



駅のアナウンスが聞こえないため、遅延や運休の情報が気が付かないことがあります。

病院



名前を呼ばれても聞こえないため、順番を逃してしまふことがあります。

災害



防災行政無線放送やサイレンが聞こえないため、危険や避難の情報が気が付かないことがあります。

聴覚障害者の中には、文字が読めない人もいますため、文字情報だけでは不十分です。

「少しの配慮」が安心につながります

日常生活で「こうしてもらえると助かること」を教えてください。

東松山市聴覚障害者会
関根久美子さん・酒井健夫会長



ポートをお願いします。その寄り添う姿勢が大きな安心につながります。「どう接したらいいかわからない」と思われるかもしれませんが、難しく考える必要はありません。「伝えよう」という気持ちが、何よりうれしいです。

市民の皆さんへメッセージをお願いします。

聞こえ方は一人ひとり異なります。手話を使う人もいれば、口の動きを読む人、補聴器や人工内耳を利用する人、筆談を希望する人など、コミュニケーションの方法も様々です。大切なのは「どうすれば伝え合えるか」を一緒に考えることです。

笑顔であいさつをすること、文字で伝えること、手話に関心を持つこと。その一つひとつの行動が、誰もが安心して暮らせる東松山市につながります。この特集をきっかけに、手話や聴覚障害者への理解が広がり「伝え合えるまち」「支え合えるまち」になっていくことを願っています。

東松山市聴覚障害者会



2026年に創立40周年を迎え、聴覚障害のある当事者たちが手を取り合い、福祉の向上を目指して活動している団体です。東松山手話サークルと深く連携しながら、手話の普及活動や行政や医療の現場でスムーズに意思疎通ができるような環境づくりに貢献しています。

話の普及活動や行政や医療の現場でスムーズに意思疎通ができるような環境づくりに貢献しています。



今日から使える手話

こんにちは



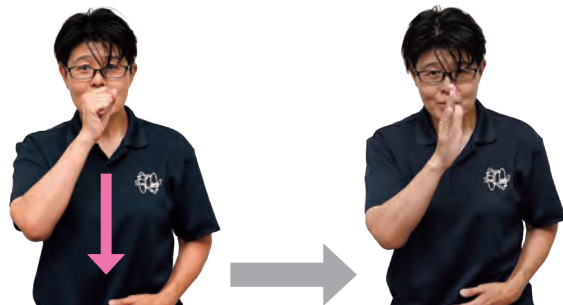
指2本をおでこにつけたままお辞儀をする

ありがとう



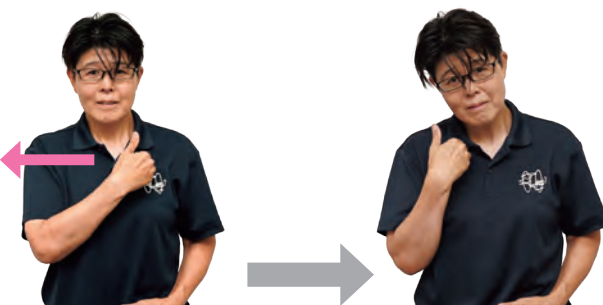
右手小指側を左手の甲の上に垂直に立てた後、上にあげる

よろしくお願いします



鼻の前でこぶしを握り、手を開いてお辞儀をする

大丈夫ですか？



軽く曲げた右手の指先を左胸から右胸に移動させながら、首をかしげる

もっと
覚えたい人は
こちら
(市公式YouTube)



会話でよく使う
表現編



困っている人への
一言編



聞こえない人との
コミュニケーション編



災害・防災編



手話に触れてみませんか？

市内では、手話に親しむ活動が定期的に開催されています。手話の魅力に触れてみませんか？興味のある人はお気軽に会場までお越しください。

東松山手話サークル

年代問わず手話で楽しく交流しています！



日 毎週火曜日午後7時30分～9時30分
毎週木曜日午前10時～正午
場 市民福祉センター

取材メモ

取材日は「島根県」をテーマに連想するものを手話で表現したり、難易度に合わせてグループに分かれ、教え合いながら手話での会話を楽しんだりしていました。3ページの写真のように和気あいあいとした雰囲気になっていました。

手話でおしゃべり会

手話ができなくても、市外の人でも参加OK！



日 偶数月第2土曜日午後1時30分から
場 市民福祉センター

取材メモ

手話に興味のある人なら、どなたでも参加できます。途中からの参加や、都合に合わせた退出も可能です。取材日は市内外から約40人が参加し、6グループに分かれて、手話で楽しくおしゃべりをしていました。今回は10月10日(土)に開催。情報交換をしたり、新しい人と交流したりできる場なので「ちょっと気になる」という人も、ぜひ！

手話ダンスかすみ草

歌詞を手話で表現したダンスです！



日 毎月第2・4金曜日午後1時30分～5時
場 市民福祉センター

取材メモ

メンバーには聴覚障害者もあり、足でリズムを取りながら見様見真似で踊るとのこと。要請に応じて市内の施設でダンスを発表します。取材日は、発表に向けて「さんぽ(となりのトトロ)」や「千の風になって」、「ふるさと(嵐)」などの曲に合わせて練習していました。

ブルーにライトアップされます



昨年の様子

9月23日は「手話言語の国際デー」です。手話言語の普及啓発のため、世界ろう連盟が青色で公共施設等をライトアップするよう呼びかけています。

国内においても令和7年6月25日の手話施策推進法の成立に伴い、9月23日が「手話の日」になりました。

詳細は20ページをご覧ください。

日 9月23日(祝) 午後6時～9時
場 松本町一丁目緑地



このマークを知っていますか？



聴覚障害者標識

聴覚障害がある人が運転する車に表示するマークです。このマークをつけた車に幅寄せや割り込みをされると罰せられることがあります。

手話トリビア

ありがとうの手話の由来は？

大相撲の力士が勝利した際に懸賞金を受け取る仕草である「手刀」に由来すると言われています。



電話を手話や文字でつなぐサービスがあります

電話リレーサービスは、聞こえない人と聞こえる人との会話を通訳オペレータが「手話」又は「文字」と「音声」で通訳することにより、電話で即時双方向につながる事ができる、法律に基づいた公共インフラサービスです。

●市HP上の「手話で電話をする」のボタンひとつで通訳オペレータにつながります。

詳細はこちら▶



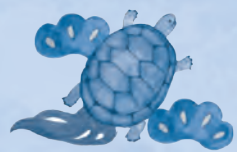
手話で、文字で、電話を通訳。



特集に関する問合せ

障害者福祉課 ☎21-1452 ☎24-6066

敬老の日～いつまでもお元気で～



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。

今日の東松山市を築いてくださった皆様の、長年にわたるご尽力に、深く敬意を表し、感謝申し上げます。皆様がこれまで培われてきた豊かな経験と知識は、地域にとってかけがえのない宝であり、次世代へ受け継がれていく大切な財産です。

市では、高齢者の皆様が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、日常生活を支える仕組みの充実や「健康寿命を延ばす」健康づくり事業を推進するとともに、市民・地域・行政が一体となって支え合えるまちを築き、皆様がともに歩んでいただけるよう、市政を進めてまいります。皆様におかれましては、地域の発展のために、お力添えを賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆様がいつまでも健康で心豊かな日々をお過ごしになり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 松坂 喜浩



市政情報

9月の納税

□国民健康保険税(第3期)

納期限は9月30日(水)です。□座振替の場合も、振替日が9月30日(水)になりますので、利用する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(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。また、納付も受け付けます。9月30日の窓口を利用する場合は、9月24日(木)の午後5時15分までに予約をお願いします。

日9月30日(水)、10月30日(金)午後5時15分～7時

場・問収税課

☎21-1409☎23-2238

市民意識調査

市民の皆さんから市政に対する意見を幅広く把握し、これからのまちづくりに役立てるための調査です。

市内在住の18歳以上から対象者を無作為に選び、9月中旬に調査票を送付します。届いた人は、調査票にご自身の意見を記入し、同封の返信用封筒に入れて返信又はインターネットから回答してください。ご協力をお願いします。

問広報広聴課

☎21-1410☎22-5516

☎ご協力をお願いします



有害鳥獣の被害にあったら

アライグマやハクビシンなどの有害鳥獣による農作物や家屋の被害に困っている人は、各担当課までご相談ください。

アライグマやハクビシンは凶暴で鋭い歯や爪を持っています。病原菌等を持っている可能性もありますので、近づかないでください。

※わなの設置や捕獲には許可や免許などが必要です。

問【農業被害】農業振興課

☎21-1400☎23-7700

【家屋被害】環境政策課

☎63-5006☎23-7700



市HP

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

日9月21日(祝)～30日(水)

全国重点目標

- ・歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
- ・夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
- ・自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底

県重点目標

- ・高齢者と自転車の交通事故防止
- ・生活道路における速度抑制対策の推進

問地域支援課

☎21-1435☎22-7799

家庭用インクカートリッジ・スマートフォンの回収

□インクカートリッジ回収

市では「インクカートリッジ里帰りプロジェクト」に参加しています。これはプリンターメーカーが共同で運営するプロジェクトで、使用済みインクカートリッジを回収し、再資源化することで、ごみの減量や資源循環型社会の形成を目的としています。

回収対象製品 ブラザー、キヤノン、エプソン、日本HP4社の家庭用純正インクカートリッジ

□スマートフォン回収

市では環境省主催の「アフターメダルプロジェクト」に参加しています。使わなくなった携帯電話・スマートフォンを市が回収し、小型家電リサイクル法認定事業者に引き渡します。認定事業者から「スペシャルオリンピックス日本」へ、回収台数に応じた寄附を行い、知的障害のある人のスポーツ活動に充てられます。

回収対象品 携帯電話・スマートフォン

※タブレットやパソコンは対象外

■共通事項

回収箱設置場所 市役所本庁舎1階受付

問廃棄物対策課☎21-1401☎23-7700



市HP(インクカートリッジ)



市HP(スマートフォン)



消費者トラブルに注意

訪問購入のトラブルに注意

曖昧な態度は禁物!売らないときはキッパリ断ろう

【事例】

高齢の母が不用品を買い取るという業者から「近所を回っている」との電話を受け、靴数足を売ることにした。その後、自宅近くまで来たと再度、業者から母に電話があり、貴金属の話をしていた。切電後、母に貴金属を売るのか聞くと「売らない」とは言っていたものの、やって来た買取業者に指輪とネックレスを見せ、結局買い取られてしまった様子を見ていた私は不審に思い「買い取りは不用品だけのはずだ」と言うと「貴金属のことは事前に話した」と拒まれた。

「不用品を買い取るというので家に来てもらったところ、強引に貴金属等を買取られてしまった」など、自宅で物品を買い取ってもらう際の「訪問購入」に関する相談が、特に高齢者を中心に多く寄せられています。

買取業者は、飛び込み勧誘や何を買取取るのか明確でない勧誘をすることは特定商取引法で禁止されています。ただし、訪問前に買い取りたい物についての勧誘を消費者が了承していれば法律違反にはなりません。

消費者が曖昧な返事をする、後からトラブルになる恐れがあります。

また、消費者に売るつもりがなくても、悪質な買取業者は「鑑定してあげる」などの口実を用いたりして貴金属を出させ、一度でも物品を見せてしまうと強引に買い取るケースも散見されます。

【消費者へのアドバイス】

- 買取業者から電話がかかってきても、安易に訪問を承諾しないようにしましょう。
- 売却する意思がない場合は、キッパリ断りましょう。
- 売却する意思のない物品(貴金属)は見せないようにしましょう。

売却する場合

- 訪問購入では事業者の連絡先や購入物品の種類、購入価格等を記載した法定書面の交付義務があります。必ず書面を受け取り、記載内容を確認しましょう。
- クーリング・オフ期間(法定書面受領から8日以内)は引き渡しを拒否できます。

「くらしの110番」

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

問人権市民相談課☎21-1414☎25-0160



市政情報

高齢者等家庭ごみの戸別収集

ごみを集積所までご自分で持ち出すことが困難で、身近な人の協力等を得ることが難しい世帯を対象に実施しています。

- 対象** 次のいずれかに該当する人のみで構成され、自分でごみを集積所へ持ち出すことが困難で、親族、近隣住民などの協力又は福祉サービスによる支援を受けることができない世帯
- 介護保険制度の要介護認定を受けている人
 - 身体障がい者手帳の交付を受け、障がいの程度が1級又は2級に該当する人

収集方法

毎週月曜日、玄関先など屋外に置いたごみを職員が収集

収集できるごみ

分別された可燃物、プラスチック類、紙類・布類、びん・かん・ペットボトル、不燃物

※家庭粗大ごみや多量ごみは除く

申請

利用申請書を廃棄物対策課に提出してください。申請受付後、現地訪問調査を行い、利用の可否について決定を行います。

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



犬・猫の正しい飼育



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、最後まで飼い続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。

問【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)



アイヌの人々のための無料相談

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。

日 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

問 (公財)人権教育啓発推進センター
☎03-5777-1802

屋外広告物適正化旬間

9月1日(火)～10日(木)に屋外広告物のルールの周知及び屋外広告物法に基づく貼り紙や立看板の撤去を行います。看板類の設置を行う場合は、県屋外広告物条例を守り、安全で美しいまち並みづくりに配慮しましょう。

問 住宅建築課

☎21-1424 ☎24-8857

地区計画制度

地区計画は、良好な都市環境の形成を図るため、地区ごとの特性に応じて、建築物の用途や高さ、壁面の位置などに関するルールを定める制度です。市では13地区で地区計画を定めています。

地区計画区域内で、次に示す行為を行う場合は、工事着手の30日前までに届出をしてください。

行為	内容説明
建築物の建築	・「建築物」には、家屋、車庫、物置、建築物に付属する門又は塀などが含まれます。 ・「建築」とは、新築、増築、改築、移転のことをいいます。建築確認が不要な10㎡以内の建築も届出が必要です。
工作物の建設	「工作物」とは、垣、さく、塀、門、広告物、看板などをいいます。
土地の区画形質の変更	切土、盛土及び区画等の変更です。

問 都市計画課 ☎21-1425 ☎24-8857



市HP

地区計画を定めている区域



合併処理浄化槽への転換補助金

令和8年度から月中川流域に対する補助金額を増額しています。対象の区域にお住まいの人は、ぜひ転換をご検討ください。

受付期間

浄化槽設置届出書 12月28日(月)まで

浄化槽補助金申請書 令和9年1月15日(金)まで

補助金額 ※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	55万円	35万円	15万円
処分費	6万円		
配管費	15万円		
補助金合計	76万円	56万円	36万円

問 環境センター(市野川浄化センター管理棟2階)

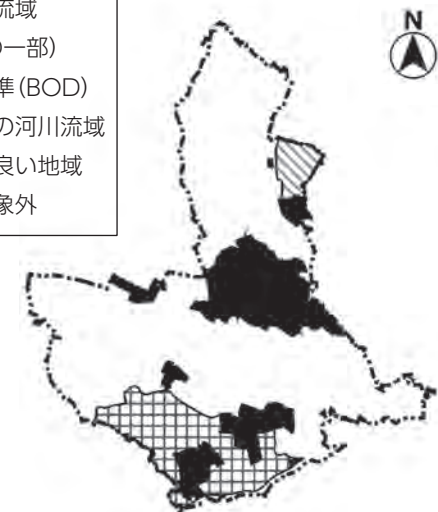
☎24-2888 ☎24-8367

浄化槽設置整備事業補助金設置費補助地域区分

- 【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



市HP



広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP

広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP



市政情報

「事業系ごみ」の適正処理へのご協力を

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・調理残渣・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、産業廃棄物は市の処理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。

事業者の皆さまにおかれましては「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。

問 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

ハロウィンジャンボ4億円
(1等2億円・前後賞各1億円合わせて)
ハロウィンジャンボミニ4千万円
(1等2千万円・前後賞各1千万円合わせて)
☆この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
各1枚 300円
9月16日②2種類同時発売!
発売期間 9/16(水)～10/16(金)
☆お求めは埼玉県内の宝くじ売り場で!

9月6日～12日は「救急医療週間」

救急業務への理解と認識を深めるため、救急普及啓発品(トイレットパーや救急車ペットボトルカバー等)を配布します(なくなり次第終了)。

日 9月9日(水)午前10時から

場 東松山農産物直売所 いなほてらす

問 比企広域消防本部警防課

☎23-2267



講座・教室・イベント

国際交流バスツアー

日 10月17日(土)

場 江戸東京博物館、浅草・隅田川水上バス

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。日本語での会話も可能。心に残る旅に。

費 会員：小学生以下9,000円、中学生以上10,000円

非会員：小学生以上11,000円

申 9月7日(月)～30日(水)に協会事務局窓口(市役所2階地域支援課)にある申込用紙に記入し、直接東武観光社へ。

※申込用紙は協会HPからダウンロードできます。

問 国際交流協会事務局(地域支援課内) ☎21-1435 FAX 22-7799



国際交流協会HP

サツマイモ収穫体験

日 10月10・17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

持 汚れても良い服装(長靴等)、シャベル、収穫物を入れる袋

申・問 9月8日(火)午前9時から電話で市農林公園へ。

☎39-0150 FAX 36-3915



市内産焼き栗販売

日 9月19日(土)～10月18日(日)の土・日曜日、祝日 午前10時30分から(なくなり次第終了)

※9月21日、10月12日は除く

場 市農林公園

内 熟成した市内産の栗を使った焼き栗を販売します

※10月18日(日)は、ぼろたん焼き栗のみ販売

費・利平など 600円/1袋(200g)・ぼろたん 600円/1袋(150g)

※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 FAX 36-3915

こもれびピラティス

日 10月2日(金)午前10時～11時

受付場所 市農林公園管理棟入口

実施場所 園内こもれびの森 ※雨天時は、研修センター多目的室

定 30人(申込順)

内 初めての人や体が硬い人も無理なく安心して参加できるやさしいピラティスのプログラム。園内こもれびの森の中で鳥のさえずりを聞き、風を感じながら心身のリフレッシュをします。

費 1,000円

持 動きやすい服装、ヨガマット(バスタオルでも可)、レジャーシート、フェイスタオル、飲み物

申・問 9月4日(金)午前9時から電話で市農林公園へ。

☎39-0150 FAX 36-3915

サメ化石を語ろう！～古秩父湾と葛袋の化石動物～

日 10月4日(日)午後1時～4時

場 市民文化センター

定 120人(申込多数の場合抽選)

内 秩父盆地や市葛袋で産出したサメや魚の化石について研究者が語り合い、太古の海の姿に迫るトークイベント

講師 県立自然の博物館主任学芸員 北川博道さん、化石と自然の体験館 指導員 原田吉樹さん ほか

申 9月1日(火)～15日(火)に県立自然の博物館HPで申込み

問 化石と自然の体験館

☎35-3892



県立自然の博物館HP

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4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	10月3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4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4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4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4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4日(日)	松山第二小学校		平野市民活動センター ☎25-2220 FAX 25-2227

走る人、応援する人、みんなが主役 第73回東松山市駅伝競走大会

日 12月6日(日) 受付：午前8時15分～8時50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チームとする。※③～⑤部門は、1チーム2人まで市外在住で中学生以上を含むことができる

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(水)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(水)までに市HPで申込み

問 スポーツ課 ☎21-1439 FAX 23-2239



市HP

広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP

広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP



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(日)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と、遊びながら身体を動かす教室。ゲームを通して考えながら遊べる高学年向けの種目を体験。

持飲物、体育館履き、汗拭きタオル

申9月3日(木)～17日(木)に電子申請で申込み

問スポーツ課

☎21-1439

FAX23-2239



市HP

女性のための女性司法書士による無料電話相談会

遺言、相続、贈与、登記関係、起業、借金問題、離婚など様々な悩みを抱えている女性の相談に応じます。

日9月12日(土)午前10時～午後4時

電話相談 ☎048-872-8055(予約不要で当日のみ通話可)

※通話料は相談者負担です

問埼玉司法書士会事務局

☎048-863-7861

草木染体験教室 ～秋の木の実～

日10月9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。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3,000円(染め布代他)

持ゴム手袋、汚れても良い服装

申・問9月15日(火)午前9時から電話又はHPで化石と自然の体験館へ。

☎35-3892 FAX35-3900



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23・30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(火)～10月16日(金)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☎049-297-7753

FAX049-299-2915

☐hibari-co@spec.ed.jp



学校HP

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15日(木)	初めての小規模事業者持続化補助金
11月12日(木)	金融機関に自社を理解してもらうための事業計画・経営改善計画策定の基本原則
12月17日(木)	自社に最適なSNSがわかる！SNS集客の全体像
1月15日(金)	今日から始める！初心者向けの動画作りの始め方
2月18日(木)	生成AIを使って簡単・時短！魅力的なSNS投稿作成セミナー

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)

申各回の開催日前々日までに申込書を市商工会へFAX又は申込フォームで申込み

※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

FAX24-0687

商工観光課

☎21-1427

FAX23-7700



申込フォーム



市HP



社会教育講座

【いきいきシルバー講座】

☐心と身体を整える「太極拳」

日9月16日(水)午後2時～3時30分

場野本市民活動センター

定20人(申込順)

内太極拳で気を巡らせて自律神経のバランスを整える。初めての人にもお勧め。

講師 東松山市太極拳連盟会長 長島公子さん

持動きやすい服装、タオル、飲物

☐椅子に座ってヨガ

日9月18日(金)午前10時～11時

場野本市民活動センター

定20人(申込順)

内椅子に座りながら簡単にできるヨガ講座

講師 ビクトリースポーツジムヨガスタジオ

リードティーチャー 凛さん

持動きやすい服装、バスタオル、汗拭きタオル、飲物

☐高齢者の交通事故防止

日9月28日(月)午後2時～3時

場市民文化センター

定60人(申込順)

内高齢者の心身機能の低下に備える運転技術見直しと、事故を防ぐための運動特性を学ぶ講座

講師 県防犯・交通安全課総務・交通安全担当 小越裕二さん

■共通事項

対市内在住・在勤の65歳以上

【社会教育講座】

☐下唐子の6千年間～塚原南遺跡の調査から～

日9月17日(木)午前10時～11時

場唐子市民活動センター

定40人(申込順)

内唐子地区で発掘された塚原南遺跡について、調査担当者から成果を紹介

講師 県埋蔵文化財調査事業団 魚水環さん

☐文化芸術講座(童謡・唱歌・世界の歌を楽しむ音楽体験)

日9月28日(月)午前10時～11時30分

場市民文化センター

定20人(申込順)

内童謡・唱歌・世界の歌を歌って学ぶ音楽講座

講師 声楽家 本山和佳子さん、ピアノ伴奏 若海えりかさん

持飲物

☐月の満ち欠けのはなし

日10月1日(木)午後2時～3時

場高坂市民活動センター

定50人(申込順)

内地球からの月の眺めの変化から、太陽、地球、月の位置関係について解説

講師 共栄大学客員教授・市文化財保護委員 荒井豊さん

☐和菓子と日本文化のはなし

日10月6日(火)午後3時～4時30分

場唐子市民活動センター

定20人(申込順)

内私たちの生活に身近な和菓子について新たな視点を学ぶ

講師 富久屋三代目当主 平田匠さん

☐箭弓稲荷神社の歴史と刷物文化(その2)

日10月9日(金)午後2時～3時

場野本市民活動センター

定40人(申込順)

内箭弓稲荷神社の歴史、江戸の文化を今に伝える近現代の刷物文化などを紹介

講師 箭弓稲荷神社禰宜 甲田豊治さん

■共通事項

対市内在住・在勤・在学者

申9月7日(月)から電話又は電子申請で申込み

問生涯学習課☎21-1431 FAX23-2239



市HP

広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP

広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP



講座・教室・イベント

空き家無料相談会～出張！ 空き家よろず相談所～

- 日** ①10月4日(日)②10月17日(土)
午後2時～4時
- 場** ①松山市民活動センター②高坂丘陵市民活動センター
- 対** 市内に空き家をお持ちの人、自宅が将来空き家になってしまう不安のある人
- 定** 不動産相談4組・行政書士相談4組(申込順)
- ※当日受付もあります
- 内** 不動産や法律の専門家による、空き家に関する相談
- 申・問** 9月7日(月)から電話で住宅建築課へ。☎21-1464 FAX 24-8857

特設行政相談

9月1日(火)～10月31日(土)は行政相談月間です。国、県、市の業務についてお困りの人、ご意見のある人はご相談ください。

とき	ところ
9月28日(月)	午前10時～11時30分 午後1時30分～3時
	平野市民活動センター 高坂丘陵市民活動センター

※定例相談は、27ページをご確認ください

- 対** 市内在住者
- 問** 人権市民相談課
- ☎21-1414
FAX 25-0160



行政相談マスコット
キクーン

東松山地区労働講座

日時	内容
10月13日(火)	年金基礎～年金の基礎から最新の改正事項について～
10月15日(木)	労働法～入社から退職までの流れを通して広く浅く労働法を解説～
10月27日(火)	ハラスメントとメンタルヘルス～最近の動向も踏まえて～
10月29日(木)	就労世代のワークライフバランスと定年後の働き方～安定したシニア期を迎えるための雇用と年金～

時間 午後6時～7時30分

※各講座終了後に社会保険労務士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。相談内容は各講座の1週間前までに☑で商工観光課へ。

※1講座から受講可能です

場 総合会館4階多目的ホール

対 比企地域在住・在勤の勤労者・事業者・人事担当者

定 各回50人(申込順)

申・問 9月7日(月)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



募集・求人

市健康づくり推進協議会委員

市民の健康保持及び増進に係る事業について審議する協議会委員を募集します。

応募資格 市内在住又は在勤の人で、年1回程度の平日昼間の会議に出席可能な満18歳以上。ただし、すでに他の審議会等の公募委員の人は応募できません。

募集人数 1人

任期 11月1日～令和10年10月31日

申・問 9月25日(金)までに所定の応募用紙に必要事項を明記し「健康づくりについて」をテーマとした小論文(800字以内)を添付して、直接又は郵送で〒355-0016材木町2-36健康推進課へ。
☎24-3921 FAX 22-7435

※募集要項及び応募用紙等は、健康推進課(保健センター)、各図書館、各市民活動センターにあります。また、市HPからダウンロードできます。



市HP



保育士向け市内保育園見学・体験会

日 10月20日(火)～22日(木)午前10時～午後2時(いずれか希望する1日)

場 まつやま保育園

対 保育士資格を有し、現在保育士として働いていない人

定 各日3人程度(申込順)

内 保育現場の見学・体験

費 300円(給食代)

申・問 9月7日(月)～10月2日(金)に直接又は電話で保育課へ。

☎21-1407 FAX 23-2239



農業塾「梨コース」塾生

日 11月中旬から1年間(月2回程度)

場 東平地区梨園

対 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 梨の栽培技術研修。研修終了後、農地の確保を支援します。

持 剪定ばさみ、のこぎり、農作業ができる服装

申・問 申込書に必要事項を記入し、9月30日(水)までに直接農業公社へ。☎26-0528 FAX 81-4320



農業公社HP

彩の国動物愛護推進員

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

定 30人

申・問 11月30日(月)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

求人企業合同説明会

日 9月18日(金)午後1時～4時

場 大宮ソニックシティビル

対 大学(院)・短大・専門学校生(全学年誰でも参加可)又は3年以内の既卒者

内 参加企業の会社PR・求人情報冊子を来場者全員に配付

※参加企業は開催2週間前から県雇用対策協議会HPに掲載

問 県雇用対策協議会

☎048-647-4185



県雇用対策協議会HP

農業委員及び農地利用最適化推進委員

□農業委員

対象 農業に関する識見を持ち、農地利用の最適化などの農業委員会の職務を適切に行うことができる人

任期 令和9年4月1日～令和12年3月31日

定 11人

内 毎月の農業委員会に出席し、農地の権利移動の許可等の審議を行う

□農地利用最適化推進委員

対象 農地の利用最適化の推進に熱意と識見を有する人

任期 委嘱の日～令和12年3月31日

定 15人

内 担当区域において担い手への農地利用の集積・集約化、遊休農地の発生防止・解消等の活動を行う

■共通事項

申・問 9月15日(火)～10月15日(木)に規定の様式に必要事項を記入し、直接又は郵送で〒355-8601松葉町1-1-58農業委員会事務局へ。☎21-1433 FAX 23-7700

☑NOGYOIIINKAI@city.higashimatsuyama.lg.jp

※募集要項及び規定の様式等は、農業委員会事務局、各図書館、各市民活動センターにあります。また、市HPからダウンロードできます。



市HP

広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP

広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP



健康

胃がん検診(個別)

- 日10月1日(木)～令和9年1月30日(土)
- 場実施医療機関
- 対バリウム検査：市内在住の30歳以上
内視鏡検査：市内在住で偶数月生まれの50歳以上
- 費3,300円(生活保護受給者証持参の人は無料)
- 持マイナ保険証又は資格確認書
- 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

ファミリー歯科健診

- 日10月14日(水)、11月7日(土)・11日(水)午後1時30分～2時30分
- 場保健センター
- 対市内在住者
- 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

乳がん検診(集団)

- 日10月19日(月)午前8時30分～11時・午後0時30分～3時、21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
- 対市内在住で偶数月生まれの40歳以上の女性
- 定各回80人(申込順)
- 内マンモグラフィ
- 費1,200円
- ※生活保護受給者証、クーポン持参者は無料
- ※年齢は令和9年3月31日時点
- 申・問9月3日(木)から電話又は電子申請で健康推進課へ。
☎24-3921 FAX 22-7435

※10月19日(月)午後のみ1～3歳の託児あり。託児希望者は10月2日(金)までに電話で申込み



市HP

大人のための健康歯援プログラム

- 日10月14日(水)、11月7日(土)・11日(水)午後
- ※時間は個別対応のため申し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
- 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

健康体操教室

- 日10月25日(日)午前10時～11時30分
- 場唐子地区体育館
- 対市内在住・在勤・在学の成人
- 定30人(申込順)
- 内バランス能力や柔軟性を測定し、転倒予防や姿勢改善につながる「健康体操」を体験できます。簡単な体操で健康寿命を延ばしましょう！
- 講師 武蔵丘短期大学健康生活学科准教授 辻将也さん
- 持運動できる服装、体育館履き、汗拭きタオル、飲物
- 費500円(保険代含む)
- 申9月14日(月)～10月13日(火)に直接又は申込フォームで申込み(参加費は当日支払い)
- 問文化まちづくり公社
☎24-6081
FAX 24-9909



申込フォーム



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
21日(祝)	川島領診療所	皮膚科、美容皮膚科、内科、心療内科	川島町白井沼371-1	☎049-298-8881
22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
23日(祝)	ほしこどもおとなクリニック	小児科、内科、アレルギー科	上野本1226-1	☎24-0753
23日(祝)	宏仁会小川病院	内科	小川町原川205	☎73-2750

※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でご確認ください。



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(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



保健センター便り

「休息と睡眠」～自分に合ったセルフケアを探そう～

気付かないうちに蓄積していくストレスだからこそ、毎日できる行動でメンテナンスを行いましょう。ひとつの方法だけではなく、レパートリーを身に付け、実践してみましょう。

ストレスに早く気が付き、自分に合った対処法を実践することは大切ですが、ストレス解消のつもりでたばこやアルコール、散財、ギャンブルは新たなストレスや依存症など深刻な健康被害の危険があります。すぐにできて、健康を害さない、お金がかからない方法を見つけましょう。

セルフケアで睡眠の質を高めましょう

①軽めのストレッチで筋肉の緊張ほぐし(血流改善)：背中や肩甲骨まわりの筋肉をゆっくり伸ばす、首をゆっくりまわすなど。

②ゆったり入浴(代謝改善)：ぬるめの湯(38～40℃)につかり体を温めます。湯につかると幸せ感を高める脳内物質オキシトシンの分泌が増えます。

③気ままに過ごす(気持ちの切り替え)：音楽やアロマ、軽い読書などでリラックスし脳の興奮を鎮めます。部屋の照度を落とし、間接照明などでリラックス効果が増します。

④寝る前に深呼吸(緊張をリセット)：おなかをゆっくりと動かすことを意識しながら、鼻から深く吸って長くゆっくりと息を吐きます。

問健康推進課☎24-3921 FAX 22-7435



市HP

広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP

広告募集中

広報ひがしまつやまに企業や団体の広告を掲載しませんか？



市HP



健康

コバトンALKOOマイレージに登録して、スリーデーマーチに参加しませんか？



コバトンALKOOマイレージは、お持ちのスマートフォンにウォーキングアプリ「ALKOO」をダウンロードして、アプリ内で埼玉県版のコバトンALKOOマイレージに登録することで参加できます。

登録すると、自動で歩数を計測してポイントがつき、ポイントに応じて抽選で景品が当たります。楽しみながら健康づくりをする機会をお見逃しなく！

対 市内在住・在勤の18歳以上

問 コバトンALKOOマイレージコールセンター ☎0570-015566

健康推進課

☎24-3921 ☎22-7435



コバトンALKOOマイレージ(アプリ)



市HP



高齢者・福祉

最高裁判決に係る生活保護費追加給付

平成25(2013)年に国が行った生活扶助基準の引き下げについて、令和7(2025)年6月の最高裁判決により違法と判断されました。この判決を受け、国が当時の受給世帯に対し、引き下げられた生活保護費の差額分の一部を追加支給する方針を決定しました。市でも、国の指針に基づき追加支給を実施します。

保護受給中の世帯の支給手続は原則不要です。現在保護を受給していない世帯は、受給当時の世帯主が申出を行ってください。なお、既にお亡くなりになった人は支給の対象となりません。

対 ・平成25(2013)年8月から平成30(2018)年9月までの間、市で生活保護を受給したことがある世帯の人
・平成30(2018)年10月から令和8(2026)年3月までの間に生活保護を受給したことがある世帯のうち、一定期間入院・入所していた人、障害のある人で加算が算定されていた人、毎年12月に支給される期末一時扶助費が算定されていた世帯など

申 ・ 問 社会福祉課

☎53-5002

☎24-6066



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(18歳未満及び内部障害除く)
 - ・療育手帳A、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

☎24-6066



市HP

第49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

車いすを利用し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。

対 11月1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(水)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 ☎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



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。

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、認知症に関する書籍の設置や映画上映なども行なっています。

展示期間 9月1日(火)～18日(金)正午

場 市立図書館

内 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



オレンジカフェぼたんを開催します

～和やかな雰囲気の中で交流を楽しむ場所です～

どなたでもお気軽にご参加ください。ほっとできる時間を一緒に過ごしましょう。皆さまのご参加をお待ちしています。

対 9月17日(木)午後1時30分～3時

場 総合会館 4階多目的ホールB

内 認知症ミニ講座

- 簡単な体操
- 参加者同士の交流
- タブレットでの認知症簡易チェック
- 協定企業 明治安田生命によるベジチェック など

持 飲物



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。

- ・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に掲載しているほか、高齢介護課にもあります。



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

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！

～キッズサポーターも増えています～

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

在宅で認知症介護をしている家族介護者を対象に、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。



市HP



オレンジのフラワーロード

ボランティアグループの「チームオレンジ」とともに、花の寄せ植えを行い、市役所玄関前のフラワーロードを認知症支援のシンボルカラーであるオレンジ色の花で飾ります。

市役所にお越しの際はぜひ、ご覧ください。



問 高齢介護課 ☎22-7733 ☎22-7731



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8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。

☒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」及び「手話の日」

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。

国内においても2025(令和7)年6月25日の手話施策推進法成立に伴い、9月23日は「手話の日」になりました。「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。

☒9月23日(祝)午後6時～9時
場松本町一丁目緑地

☒障害者福祉課
☎21-1452
FAX 24-6066



市HP

令和8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

ポイント付与期間

令和9年2月28日(日)まで

ぼたん圓交換申込期間

令和9年3月15日(月)まで

※交換申込みは年度内1回です

今月号掲載の対象事業	ページ
社会教育講座	13
胃がん検診(個別)	16
ファミリー歯科健診	16
乳がん検診(集団)	16
大人のための健康歯援プログラム	16
いきいき生活教室	21
市民健康増進センター教室	21
第1回スマイルウォーキング	22
ACP普及啓発講座	22
みんなきらめけ!!ハッピー体操	22
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
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

いきいき生活教室

☒10月21日、11月4・18日(水)午前10時～11時30分(11月4日のみ正午まで)

場大岡市民活動センター

☒市内在住の65歳以上

定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11月4日のみ500円(食材費等)

申・問9月3日(木)～10月14日(水)に直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。

☎22-5561

FAX 25-3305



市HP



親族のための後見人講座「やさしい成年後見教室」

☒10月10日(土)午後0時30分～4時
場大宮ソニックシティ

☒親族の後見人、後見の申立てを検討中の人、制度に関心のある人、基礎から学びたい人

定60人(申込順)

☒成年後見制度の概要・後見申立ての方法・後見人の仕事や心構え ※講義終了後には個別相談会(要事前申込)を実施

申9月16日(水)～30日(水) 午前10時～正午、午後1時～4時(土・日曜日、祝日を除く)に電話又はFAX(氏名・住所・電話・FAX・相談希望有無を記載)で公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート埼玉支部へ。

☎048-845-8551

FAX 048-845-8550

☒社会福祉課

☎21-1455 FAX 24-6066

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5日(月)～12月21日(月)

※10月12日(祝)、11月23日(祝)は休み

☐水曜コース(全10回)

☒10月14日(水)～12月16日(水)

☐金曜コース(全10回)

☒10月16日(金)～12月18日(金)

■共通事項

時間 午後3時～4時

☒市内在住の15歳以上(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(火)までに直接又は電話で申込み

☎31-2660 FAX 31-2661

有料教室(通年開催)

エアロビクス・ヨガ・ピラティス・ZUMBA・太極拳等の各種教室を開催中です。各教室の内容や時間は市民健康増進センターHPをご確認ください。

☒15歳以上(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

臨時休館のお知らせ

9月9日(水)～11日(金)は、館内清掃・設備点検のため臨時休館します。

■共通事項

申・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

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8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。同封のはがき(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。

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。

☐老齢年金生活者支援給付金

☒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92万4,100円(昭和31年4月2日以降生まれは92万6,500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

☒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491万8,000円以下の人(扶養親族等の数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お聞きしたり、手数料等の金銭を求めたりすることはありません。

☒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



高齢者・福祉

第1回スマイルウォーキング



日10月16日(金)午前9時～11時30分
コース 大岡コミュニティセンター⇨大谷瓦窯跡(約4キロメートル)
集合場所 大岡コミュニティセンター
対市内在住のおおむね65歳以上
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9月30日(水)までに直接、電話又はFAXで高齢介護課へ。
☎21-1406☎22-7731

ACP普及啓発講座

日10月8日(木)午後2時～3時30分
場市民福祉センター
対市内在住・在勤者
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 狩野契さん
申・問電話又はFAXで高齢介護課へ。
☎22-7733
☎22-7731



子育て

ファミリー・サポート・センター、緊急サポートセンター協力会員講習会

両センターは、こどもの預かり等を希望する人(利用会員)と、こどもの預かり等を行う人(協力会員)が会員となって、双方の合意のもと子育てのお手伝いを行う会員組織です。協力会員に登録するために受講が必要な4日間の講習会を実施します。なお、ファミリー・サポート・センターのみ登録希望の人や保育士、看護師などの有資格者は免除できる日もあります。
日10月8日(木)・9日(金)・22日(木)・23日(金)午前9時30分～午後4時30分
場総合会館3階307会議室
定12人程度(申込順)
申・問電話で東松山市事業委託先・緊急サポートセンター埼玉坂戸センター(平日午前9時～午後5時)へ。☎049-299-5790



ひとり親世帯物価高騰支援給付金

令和8年度物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用し、低所得のひとり親世帯に対し、エネルギー・食料品価格等の物価高騰による支出の増加の影響を勘案し、その実情を踏まえた生活の支援をするため、給付金を支給します。詳細は市HPをご確認ください。
対令和8年7月1日(基準日)時点で東松山市に住民登録があり、次の①・②のいずれかに該当するひとり親世帯の人
①令和8年7月分の児童扶養手当の支給を受けている人(申請不要)
②令和8年7月分の児童扶養手当の支給要件に該当する人のうち、公的年金等を受給しており、令和8年7月分の児童扶養手当の支給を受けていない人(要申請)
※②の申請受付期間は9月14日(月)～11月30日(月)です。また該当者には、こども支援課から9月上旬に通知を送付します。
給付額 対象児童1人につき3万円
持本人確認書類、振込先口座情報の分かるもの、年金振込通知書など
申・問こども支援課
☎21-1461
☎23-2239



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9日(水)・24日(木)、10月8日(木)・27日(火)
からこ ☎23-1325	9月7日(月)・18日(金)、10月7日(水)・22日(木)
いちのかわ ☎21-6480	9月11日・25日(金)、10月13日(火)・28日(水)
たかさか ☎31-2360	9月15日(火)・30日(水)、10月16日・30日(金)
しんめい ☎24-3346	9月4日(金)・16日(水)、10月5日(月)・20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
申当日受付
問保育課☎21-1407☎23-2239
※当日は、開催クラブにお問い合わせください



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	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	
唐子地区体育館	1・15日(木)
大岡市民活動センター	
市民福祉センター	
北地区体育館	2・16日(金)
南地区体育館	9・16日(金)
野本市民活動センター	2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
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。

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 ・野本市民活動センター
- ・きらめき市民大学

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。

問総合福祉エリア☎22-5561☎25-3305
高齢介護課☎21-1406☎22-7731



親子で遊ぼう会 10月



■保育園 2・3歳児サークル

日6・13・20・27日(火)全4回
時間 午前10時～11時30分
場まつやま保育園
対市内在住の2・3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7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

■支援センター室開放・園庭開放

日毎週月・水・金曜日(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)
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

※変更又は休止となる場合があります。いんぷおメール、市HPをご確認の上ご参加ください。
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

市民一人1スポーツ
週に一度はスポーツを!



市HP

- 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 小川町と埼玉伝統工芸会館 14km

日10月2日(金)

集合 東松山駅改札前 午前8時(8時14分発下り乗車)

受付 鶴巻公園(小川町駅より徒歩5分) 午前8時35分

コース 鶴巻公園－小川町まどりが丘団地－鬼ヶ谷津沼－輪禅寺－JA小川農産物直売所－普光寺－菖蒲沢沼－道の駅おがわまち(昼食)－青木橋－小川町役場－小川町駅(午後2時到着)

費50円 持昼食

□ネイチャーウォーク 耕地の生き物と秋の渡り

日10月17日(土)

集合・受付 唐子市民活動センター 午前8時45分(正午解散)

費50円 持筆記用具、双眼鏡、ルーペなど

□埼玉みてあるき

比企の中世・再発見① 太田道灌ゆかりの地(越生町) 13km

日10月20日(火)

集合 東松山駅改札前 午前8時5分(8時22分発下り乗車)

受付 JR八高線^{たんしょう}丹荘駅 午前9時35分

コース 丹荘駅－上武鉄道廃線跡遊歩道－神川中学校前駅跡－神川町ふれあいセンター－普門寺－ゆーゆーランド町民グラウンド(昼食)－B&G海洋センター－丹荘駅(午後1時到着)

費50円 持昼食

□ふるさと自然のみちウォーク 都幾川歴史道コース 15km

日10月27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－箭弓稲荷神社－青鳥小学校－おため池－唐子市民活動センター－稲荷橋－化石と自然の体験館(昼食)－唐子橋－南中学校－ビバモール－ウォーキングセンター(午後2時20分到着)

費50円 持昼食

□埼玉県マーチングリーグ(SAML)

第19回川口ソーデーマーチ 10km

日10月10日(土)

集合 東松山駅改札前 午前7時55分(8時7分上り乗車 朝霞台駅下車 武蔵野線東川口駅下車)

受付 川口市戸塚中台公園 午前9時30分(会場での参加費支払等申込手続あり)

コース 日光御成道ルート

費1,500円(中学生以下は無料)

持昼食

■共通事項

申当日受付

□東松山歩こう会9月例会 秋の森林公園ウォーク 10km

日9月21日(祝)

集合・受付 森林公園南口日本庭園芝生広場 午前9時30分

コース 日本庭園－鎌倉街道－中央橋－溪流広場－ロックガーデン－植物園花木園－ボーダー花壇－都市緑化植物園(昼食)－中央口噴水－日本庭園(午後2時到着)

費会員外300円(入園料別) 持飲物、雨具

申当日受付 問服部さん☎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
松山市民活動センター ☎23-9311☎23-9312	15日(木)	午前8時30分	松山市民活動センター	市野川堤地層観察	7km
大岡市民活動センター ☎39-0602☎39-0676	8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
唐子市民活動センター ☎22-0672☎22-0683	16日(金)	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
高坂市民活動センター ☎34-3730☎34-3845	15日(木)	午前8時30分	高坂市民活動センター	高坂七清水	6km
野本市民活動センター ☎23-7077☎23-7063	14日(水)	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
高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311☎35-4313	24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
平野市民活動センター ☎25-2220☎25-2227	8日(木)	午前8時30分	平野市民活動センター	森林公園(秋の花)	10km

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 ※定員100人(先着順) 市立
 - 日9月13日(日)午後1時30分から
 - 内「ケアニン あなたでよかった」(105分・バリアフリー日本語字幕)
 - 日9月20日(日)午後1時30分から
 - 内「九十歳。何がめでたい」(99分・音声ガイド・バリアフリー日本語字幕)

9月の休館日

28日
(月)

今月のテーマ本は、「認知症」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

□図書館で脳トレ 楽しい音読教室

日9月16日(水)午後2時～3時

場3階研修室

対市内在住のおおむね60歳以上

定20人(申込順)

内参加者全員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んでみましょう。

持飲物、筆記用具、必要な人は眼鏡

申9月5日(土)～14日(月)に直接又は電話で申込み

□本の装備講座 本に透明フィルムを貼ってみよう!

日9月19日(土)午前10時～11時

場3階研修室

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

申9月5日(土)～16日(水)に直接又は電話で申込み

比企eライブラリの利用案内

比企eライブラリ(比企広域電子図書館)は、パソコン、スマートフォン、タブレットなどからインターネットを通じて、電子化された本が借りられるサービスです。



対象 東松山市、滑川町、嵐山町、小川町、川島町、吉見町、ときがわ町に在住で、お住まいの市町の図書館利用カード(券)を持っている人

利用登録 利用するには登録が必要です。お住まいの市町の公立図書館窓口で登録をした後、比企広域電子図書館HPにアクセスしてください。
※登録に必要なもの…図書館利用カード(券)、住所確認ができる証明書(運転免許証、マイナンバーカードなど)

利用方法

- ①お住まいの市町の公立図書館で利用登録
 - ②二次元コードから比企広域電子図書館へアクセス
 - ③IDとパスワードを入力
 - ④読みたい書籍を借りる
- ※ご利用時の通信料は利用者負担です



比企eライブラリ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

●東松山介護者支援の会“ほっと”

日9月3日、10月1日、11月5日(木)
午後1時30分～3時30分

場市民福祉センター

対介護者・介護の終わった人など

内介護の情報交換

問新井さん☎35-0343

●ビオレッタの会 絵画作品展

日9月8日(火)～13日(日)午前9時
45分～午後4時45分(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

内水彩画の展示

問島村さん☎53-4446

●第24回水彩スケッチ展

日9月15日(火)～21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

内会員の作品約100点の展示

問ミラの会 坂田さん☎34-3354

●高齢者のためのフレイル予防

日9月17日(木)午後2時～4時

場市民福祉センター

定20人(申込順)

内いきいきとした暮らしを続けるた
めの学習会

申・問9月15日(火)までに医療生協
東松山支部 手塚さんへ。☎24-0710

●香りの健康体操

日9月19日、10月10日、11月21日、
12月5日(土)午前10時～11時30分

場市民文化センター

定8人(申込順)

内アロマの心地良い香りに包まれな
がら心身をほぐしていく体操。使
用した香りはムエットで数日楽し
めます。

費各日1,000円(材料費等)

申・問各日開催日の10日前までに
ゆとりすと 植松さんへ。

☎070-8594-1586

●きらめき市民大学 楽画喜同好会 第3回作品展

日9月23日(祝)～27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3時まで)

場市立図書館

内水彩画、油彩画、日本画、切り絵、
ポタニカルアート、絵手紙など、
絵画約40点を展示

問二宮さん☎35-3329

●法の日司法書士無料法律相談

日10月1日(木)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

※空き状況により当日受付も可

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1日(火)午前10時～30日
(水)午後6時に埼玉司法書士会東
松山支部 田中さんへ。

☎59-9681

●弓道初心者教室

日10月3日(土)～11月28日(土)の
毎週土曜日午前9時30分～11時
30分(初日は午前9時15分から)

※10月24日は除く

場市民体育館弓道場

対市内在住・在勤・在学の成人(高
校生は経験者のみ)

定15人(申込順)

内弓道体験。安全のため、入会には
受講完了が必要です。

費2,000円

申・問9月6日(日)～27日(日)に東
松山市弓道連盟HP又は佐々木さん
へ。☎090-3349-9317(午後5時
～8時)

HPhttps://hmkyudo.jimdofree.
com/

●絵画クラブ「楽画会」第10回絵画展

日10月6日(火)～12日(祝)午前10
時～午後5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1年間の活動成果の発表、水彩画・
油彩画など約100点の展示

問須江さん☎090-5526-9765

●野本地区商工祭バザー出展者募集

日10月25日(日)午前9時～午後3時

場野本市民活動センター

定10区画(申込順)

内商工祭でのバザー出展者募集

費1区画1,000円

申・問9月1日(火)～10月11日(日)
に市商工会野本支部 柴崎さんへ。
☎090-3141-7744

●第29回彩友会絵画展

日10月27日(火)～11月1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

●ニコニコ太極拳

日毎週火曜日午前9時30分～11時

場第1・2火曜日：松山市民活動セ
ンター、第3・4火曜日：市民福
祉センター

対初心者大歓迎

内健康維持と認知症予防

費月2,000円

問山口さん☎23-2975(午後のみ受
付可)

●朗読ボランティアてまりの会

日毎月第3・4木曜日午前9時～午後
1時

場総合会館

対朗読ボランティアに興味がある人

内広報紙の音訳

費年2,000円

問芳賀さん☎35-1881

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☎25-0160

●10月9日(金)午前9時～正午
●総合会館3階306会議室 ●国、県、市の仕事

公証相談 人権市民相談課☎21-1414☎25-0160

●10月21日(水)午前10時～正午
●総合会館3階306会議室 ●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☎25-0160

●10月1・8・22日(木)午後1時～4時20分
●総合会館3階306会議室 ●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☎25-0160

●10月15日(木)午後1時10分～午後4時40分
●総合会館3階306会議室 ●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☎25-0160

●10月1日(木)午前10時～正午(宅地建物取引士)
●10月14日(水)午前10時～正午(不動産鑑定士)
●総合会館3階306会議室 ●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☎25-0160

●平日(年末年始を除く)午前10時～午後3時30分
●総合会館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☎25-0160

●10月19日(月)午前10時～午後3時
●10月20日(火)午後1時～5時

●10月23日(金)午前10時～午後3時
●総合会館3階306会議室 ●要予約で先着4人
●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

人権相談 人権市民相談課☎21-1416☎25-0160

●10月15日(木)午前10時～午後3時
●総合会館3階302会議室
●10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

●10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

●10月1日(木)午前9時～11時 ●保健センター
●要予約で先着3人 ●公認心理師による相談

内職相談 商工観光課☎21-1427☎23-7700

●10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

●10月6・13・20・27日(火)午後1時～5時
●創業支援センター会議室2 ●要予約
●創業や創業して間もない経営全般

住宅相談(建築士) 住宅建築課☎21-1424☎24-8857

●10月7日(水)午前10時～正午
●分室2階会議室1 ●前日正午までに要予約
●建築士会、建築士事務所協会による住宅の建築、耐震等の相談

文芸

俳句

医師からの労いを聞く梅雨真中
村中の顔と行き交ふ盆の道
幸せを空いっぱい合歡の花
正面に富士見て歩く梅雨晴間
雲の峰鳥はねぐらに飛びたてり
絵手紙の大ききピーマン梅雨明けぬ
一句目、心あるお医者さんに出会えたことは辛い中にも幸いあり。梅雨真中でも気分は晴れ。二句目、正月と並んで大きな年中行事の盆。村中の顔の中には帰省子達の顔もあって、さすが魂祭。三句目、確かに言われてみれば、なんと素敵な名前と文字。そして実景。

短歌

境内の戦没者銘に指触れる
友の見知らぬ父との出会い
難聴の夫婦の会話糸電話
「もしもし あかね」よく聞こえます」
「惚けてないわ」と卒寿の母は繰り返す
曾孫四人の今風の名を

一首目は、戦没者の名に触れて、友の父へ思いを馳せる心情。平和の尊さを静かに語りかける一首です。二首目は、糸電話の比喩が巧みで、夫婦の温かな日常をほほえましく伝えています。母の気丈な一言が楽しい三首目。愛らしい曾孫の名が幸せな暮らしを映します。

川柳

欲無いと言いつつ選ぶ宝クジ
仲違い理由は今も分らない
距離とって棘にふれないお付き合い
元彼へ元気ですかと踊る文字
糸口を手繰る明日へ期待かけ
この先は今を大事にポジティブに
選者吟「何も彼も未来へ思い無限大」

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1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

東松山市の歴史② 縄文時代の始まり 茅場遺跡出土の土器

今から1万4千年前に氷河期が終わりを迎えるころ、気候が温暖になり植生が変化すると、木の実がなる広葉樹の森が広がります。旧石器時代にはマンモスやオオツノジカなどの大型獣を追い求める遊動的な生活をしていましたが、イノシシなどの獲物が小型化することで弓矢が発明され、さらに植物の採集活動が行われるようになると、次第に定住化が進みます。縄文時代の始まりです。縄文時代は、古い順から草創期・早期・前期・中期・後期・晩期と6つの時期に区分されます。

草創期の遺跡は全国的にも少なく、これまで市内でも見つからないため、東松山市域の草創期については分からないのが実態です。続く約1万1千～7千年前の縄文早期では、茅場遺跡(神戸)、緑山遺跡(旗立台)、五領遺跡(若松町)などで土器が見つっています。

茅場遺跡出土の土器は、底部が尖っていることが特徴で、尖底土器とも呼ばれます。尖底土器は、屋外でたき火に突き立てて使われます。このことから、市域ではまだ、定住生活ではなく、獲物を追い求めて、一時的なキャンプをしながら生活するのが主流だったと考えられます。



茅場遺跡 土器出土状況



茅場遺跡 土器の底部



(注)茅場遺跡は、現在の「清澄ゴルフ倶楽部」敷地内にありました。

おすすめ

学校給食レシピ

～チンジャオロースー～

監修 学校給食センター栄養教諭



今月は「チンジャオロースー」を紹介します。チンジャオロースーを漢字で書くと「青椒肉絲」です。「青椒(チンジャオ)」はピーマン、「肉(ロー)」は肉、「絲(スー)」は細切りを意味しています。

材料(4人分)

・豚肉	200g	A	・酒	5g (小さじ1)
・ショウガ	5g		・しょうゆ	6g (小さじ1)
(チューブの場合は3cm程度)			・きび砂糖	3g (小さじ1)
・タマネギ	50g (1/4個)		・しょうゆ	18g (大さじ1)
・タケノコ水煮	70g	B	・オイスターソース	6g (小さじ1)
・ニンジン	100g (1本)		・顆粒鶏ガラだしの素	3g (小さじ1)
・ピーマン	70g (3個)		・片栗粉	6g (小さじ2)
・サラダ油	4g (小さじ1)		・ごま油	4g (小さじ1)
・トウバンジャン 少々				

～作り方～

- ①ショウガはみじん切り、タマネギは半月切り、豚肉・ニンジン・タケノコ・ピーマンは細切りにする。A・Bの調味料をそれぞれ混ぜ合わせておく。
- ②フライパンにサラダ油・ショウガ・トウバンジャンを入れ、炒める。
- ③香りがでてきたら、豚肉・Aの調味料を入れ、中火で炒める。
- ④豚肉に火が通ったら、タマネギ・タケノコ・ニンジンの順に加え、炒める。
- ⑤ニンジンに火が通ったら、Bの調味料を加え、味を調える。
- ⑥ピーマンを加えさっと炒めたら、一度火を止める。
- ⑦水に溶いた片栗粉をまわし入れながら混ぜる。
- ⑧もう一度火にかけ、最後にごま油をまわし入れたら完成。

問 学校給食センター
☎22-0741 FAX 22-0742

教えて! 危機管理監

防災

を考えよう! ペットとの避難



災害時にペットを連れて避難できるの?



「ペットと一緒に避難所へ行けるのか」と不安を感じる人も多いのではないのでしょうか。指定緊急避難場所や指定避難所(以下、避難所)が開設されたときは、ペットと同行避難することができますが、避難所は多くの被災者が避難生活を送る場所です。動物が苦手な人や動物アレルギーを持った人もいますので、人とペットが安心して避難生活を送れるよう同行避難やペットの飼育ルールについて考えてみましょう。



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

同行避難とは

○災害発生時にペットと一緒に避難所まで避難することです。避難者とペットが同一の空間に居住することを意味するものではないので気を付けましょう!

※補助犬(盲導犬・介助犬・聴導犬)は居住スペースに入ることができます。



ペットの飼育ルール

○ペットと同行避難した飼い主は、各避難所のルールに従いましょう。
・えさやり、清掃等を行い、飼育環境の維持、衛生管理をしましょう。
・キャリーバッグやケージ、リード、ペットフード等を用意しましょう(避難所にはペットの災害用備蓄品はありません)。

※ペットの受入れ可能施設等詳細については、市HPをご確認ください。

問 危機管理防災課 ☎21-1405 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!

■ みんながキラキラできることを目指して 桜山きらきらクラブ

高坂丘陵地区で活動する桜山きらきらクラブは、今年新たに設立された会員30人のシニアクラブで、月に4回程度活動しています。

高坂丘陵地区では、こども世代が独立し、一人暮らしになる高齢者が増えていることから、近所の人たちが近くの場所で集まるコミュニティの必要性を感じ、シニアクラブの設立に至りました。とにかく仲良く活動して、みんながキラキラできるクラブにしていきたいと考えています。

桜山きらきらクラブ 代表
齋藤薫子さん



桜山きらきらクラブ 主な活動

- グラウンドゴルフ
- パークゴルフ
- 健康マージャン
- モルック
- 健康体操

健康マージャン参加者からは「頭の体操にもなり健康維持につながる」と喜びの声がありました。また、モルックではピンをたくさん倒すと「すごい!」などの歓声も多く、盛り上がっています。



元気な時から地域でコミュニケーションを取っておくことが、助け合いのためにも大切です。地域のシニアクラブの設立を考えている人は、市にご相談ください。

【シニアクラブとは】おおむね60歳以上を対象とし、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



市HP

全校児童でかくれんぼ



大岡小学校

7月7日(火)、児童委員会(計画代表委員会)の主催による全校かくれんぼが行われました。

これは、業間休みの時間を使用し、普通教室棟の1～3階に隠れている委員9人と折り紙で作った宝を探すイベントで、全校児童79人が参加するものです。2時間目の後体育館へ集合し、委員からルールの説明を聞いて、カウントダウン直後、児童は一斉に出発しました。

児童は、限られた時間で校舎の隅々を探し回り、見つけるのに苦労していましたが、無事に見つけることができてうれしそうでした。また、企画した委員会の皆さんも大成功を喜んでいました。



のぐちさちこ 園長



園長おすすめ ～キリン～

キリンの引っ越し

6月最後の休園日、昨年5月に生まれ、すくすくと成長したオスのキリン「スズマル」が、群馬サファリパークへお嬢さんとして向かいました。新しい場所で家族をつくり、命をつないでいく大切な役割を担います。

キリンの引っ越しは、大仕事です。背の高いキリンは専用の輸送箱に入れて移動しますが、初めて見る箱にいきなり入ってくれるわけではありません。約1か月前から箱をパドックに設置し、飼育係が毎日少しずつ中へ入るよう促しながら慣れてもらいます。決して無理強いせず、キリンが自分の意思で入れるよう、根気よく準備を重ねます。

そして迎えた当日。飼育係は普段どおりを装い、落ち着いて行動するのですが、キリンに気づかれてしまったのか箱に入るまでに少し時間がかかりました。先輩飼育係が「キリンは担当者の心臓の音が聞こえるのではないかな?」と言っていました。サバンナで警戒しながら生きるキリンですから、かすかな音も聞こえているのかもしれません。それでも、キリンが自ら箱へ入った瞬間、すぐに扉を閉め、数人で入口を固定します。その間も、驚いて暴れたりしないよう、一つひとつの作業を慎重に進めます。

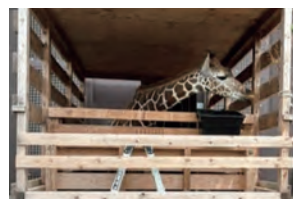
その後は、キリンが入った箱をクレーンでゆっくりと持ち上げ、トラックへ積み込みます。車体へ確実に固定すると、いよいよ新天地へ出発です。見送る私たちは「無事に着いてほしい」と願いながら車を送り出します。そして、相手の動物園から「無事に到着しました」という連絡を受けて、ようやく胸をなで下ろします。

動物の引っ越しは、命を未来へつなぐための大切な仕事です。新しい環境で元気に暮らし、いつかかわいいこどもたちに恵まれることを、飼育係一同心から願っています。

※10月号は植物ZOO鑑です。



輸送箱設置



箱に入る練習中



ボルトで固定中



出発・元気だね!

WITH FLOWERS ～暮らしに花を～

花から広がる地域の輪
高坂丘陵市民活動センターの花壇づくり

市内7か所の市民活動センターには、地域活動推進員が中心となって大切に育てている花壇があります。今回は、高坂丘陵市民活動センターの花壇を紹介します。

地域のフラワーサポーターと一緒に手入れを行っている花壇では、9月には綿の花やトレニアが見頃を迎えます。



地域活動推進員
太田さん

季節ごとの花は見るだけでなく、種を採って次の季節につなげたり、ドライフラワーを作ったり、育てた苗を地域の皆さんへ配ったりと、花を通じた交流も広がっています。

「この花壇は毎年違う表情を見せてくれます。皆さんに喜んでいただけることが一番の励みです」と話すのは、5年前から花壇づくりに携わる地域活動推進員の太田さん。

今後は、毎年花を咲かせる宿根草や多年草も取り入れながら、長く親しまれる花壇を目指していくそうです。地域の皆さんの思いが込められた花壇は、市民活動センターを訪れる人を温かく迎えています。お近くのセンターに立ち寄った際は、ぜひ季節の花々をご覧ください。

私のまちの花いっぱい写真展 作品募集中!

地域の花壇や個人の庭で育てている花の写真を募集しています。ぜひ応募ください。

募集期間 10月30日(金)まで

開催日時 11月17日(火)～25日(水) 正午

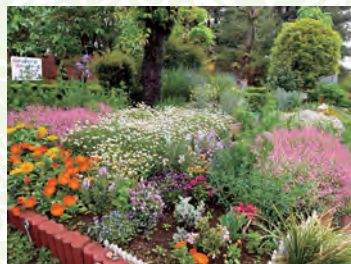
場所 メガセントラリアル東松山店



市HP



問 地域支援課
花いっぱい推進室
☎21-1435 22-7799



まちかど スケッチ

交流・学び・体験がいっぱいの2日間 ～東松島×東松山～



7月21日(火)・22日(水)、大東文化大学で東松山市(宮城県)×東松山市中学生交流を実施しました。初めは緊張していた両市の生徒の皆さんも、ニュースポーツや栄養学を学びながら交流を重ね、最後には会話が弾み別れが名残惜しそうでした。中学生の交流により友好都市の絆が深まった2日間でした。



ピースツアー



7月31日(金)、小学生を対象にバスで市内施設を巡るピースツアーを開催しました。

化石と自然の体験館の化石発掘体験では、巨大ザメ・メガロドンの歯の化石を発見した参加者がいました。また、日世株式会社東松山工場では、ソフトクリーム用のコーンカップ製造見学や実際に自分でサーバーからソフトクリームを作る体験もできました。

最後に、県平和資料館では、当時の国民学校・防空壕体験により、戦争の悲惨さと平和の尊さについて学んだ後、平和への願いを込めて花を鉢に植えました。



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。

ミニ情報

人口と世帯(8月1日現在)

人口: 91,272人	(+ 34)
男: 45,740人	(+ 17)
女: 45,532人	(+ 17)
出生(7月中): 31人	(- 10)
死亡(7月中): 94人	(+ 26)
転入等(7月中): 415人	(+ 52)
転出等(7月中): 318人	(+ 10)
世帯数: 44,710世帯	(+ 79)

※()は前月比

交通事故発生件数(7月中)

発生件数: 324件※
人身事故: 29件(死者: 1人、けが人: 33人)
物損事故: 295件
※東松山警察管内(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: 2件
救急件数: 550件(交通: 20件、急病: 357件、その他: 173件)
搬送人員: 468人

ごみ処理に関する情報

携帯電話・スマートフォン回収実績
(令和7年度)

778台

市役所庁舎の1階受付にある
回収BOXへお持ちください。

詳細はこちら▶



市HP

