

## 平和について学ぼう～ピーストレッキング～

10月21日(土)、ウォーキングをして平和について学びピーストレッキングに市内の小学3～6年生の19人が参加しました。高坂駅を出発し、埼玉県こども動物自然公園、大東文化大学、埼玉県平和資料館(埼玉ピースミュージアム)を訪れました。

平和資料館で平和について学んだ後、埼玉県知事との意見交換を行い「平和は当たり前ではない」などの意見が出ました。天気にも恵まれ、参加者にとって実りある1日となりました。



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。写真をさしあげます。



## 彫刻家高田博厚展2023



10月16日(月)～11月7日(火)、市民文化センターにて彫刻家高田博厚展2023を開催しました。市では、2017(平成29)年に高坂図書館で鎌倉のアトリエから彫刻等を借り受け「高田博厚没後30年展」を行い、以降2018(平成30)年からはご遺族から市に寄贈された貴重な作品を中心に毎年「高田博厚展」を開催しています。



今回は、作風の変化を楽しんでもらえるよう、制作された年代順に展示され、来場者は静かな雰囲気の中、ゆっくりと鑑賞を楽しんでいました。

## ひがしまつやまアートフェスタ



10月22日(日)、ひがしまつやまアートフェスタ in 高坂彫刻プロムナードを開催しました。多くの人に身近にアートを感じていただけるよう、ミニコンサートや様々なワークショップが行われ、大勢の人たちでにぎわいました。



## 編集後記

私は、日本スリーデーマーチが大好きです。去年までは中央会場当日受付のスタッフをしたり、子どもたちと20キロコースに挑戦したりしていました。毎年同じコースを歩くことで、1年前よりも体力が付き、元気に歩く姿を見て、成長を感じるととても楽しい時間でした。今年

はカメラマンとして参加。たくさんの方のウォーカーのどきどきの笑顔が見られ、一味違った日本スリーデーマーチを味わうことができました。今回の特集を見て、興味を湧いた人は、ぜひ一度ご参加ください。クイズ付きの5キロコース「まつやまさんぽ」もお勧めですよ。(ま)

## 表紙の写真

今年の日本スリーデーマーチも天気にも恵まれ、市内、市外、県外、国外からもたくさんの方にご参加いただきました。今年も松山高校、松山女子高校の生徒さんが写真や動画を撮ってくれました。当日の写真は、表紙(一部)と6、7ページに掲載していますので、ぜひご覧ください。どれも力作揃いです。

# 広報 ひがしまつやま

2023  
12

Higashimatsuyama City Public Information

No.1130

令和5(2023)年12月1日(毎月1日発行) 発行/東松山市 編集/広報広聴課  
〒355-8601 東松山市松葉町1-1-58 電話0493-23-2221 0493-24-6123



東松山市  
公式



東松山市のふたもメール登録二次元コード  
(市からのお知らせ、防災・気象情報、イベント・調理情報、防災行政無線の放送内容など)



東松山市公式SNS(X/Instagram、Facebook、LINE)



# 2023 楽しみながら歩けば風の色がみえてくる

# 46TH THE JAPAN 3-DAY MARCH

11月3日(祝) 4日(土) 5日(日) 日本スリーデーマーチ

## 18日 11.3(祝) 和紙の里・武蔵嵐山ルート



いよいよ始まりです(東松山駅)    いい天気・いい景色(小川町下里)    三人でゴールを目指すぞ(嵐山町金泉寺)

生徒と先生、仲良しウォーク(森林公園緑道)    ウォーキング最高!(矢岸歩道橋)    国旗を掲げて歩きます(上市野川橋付近)

祝☆初参加(箭弓稲荷神社)    ほくも元気に歩くぞ~(関越道沿い)    これまでの記念グッズも愛用中!(新郷公園)    まだまだ余裕だぜ!(熊谷市文殊寺)



こんにちは!(小川町下里分校)    ここから折り返し!(小川町総合運動場)



う・・・動かせるか!?(嵐山史跡の博物館)    柿のおもてなし(深谷市県農林公園)    オランダとドイツから来ました(新郷公園)

### 1日目参加者インタビュー

サンδρο    クラス    クラス    ソフィ  
Sandro Schmidtさん・Klaus Zaepkeさん  
(ドイツ)

日本スリーデーマーチに参加したのは、初めてです。天気がとても良いので、ウォーキングするのがとても楽しみです。(Sandroさん)

私も日本スリーデーマーチに参加したのは、初めてです。今までは主に欧米でのウォーキング大会に多く参加してきましたので、それらの大会との違いを感じることが楽しみです。(Klausさん)

## 28日 11.4(土) 吉見百穴・森林公園ルート



エイエイオー!(中央会場)    朝日を浴びて(古凍地内)    家族でハイポーズ!(比丘尼山)

いってっしょい!いってきます!(中央会場)    ゆで卵、うまっ!(平成の森公園)    チェックポイント到達!(森林公園)    アオハル(森林公園緑道)    トリプルピース!(吉見百穴)

元気100倍!(市の川橋)    みんなで埼玉ポーズ(森林公園遊歩道)



川幅日本一ですよ(吉見町)    5年生の思い出に(吉見観音参道)    2日目参加者インタビュー

### 2日目参加者インタビュー

カホシ    ホト    コ    コ    コ  
上橋しほとさん・幸子さん  
(千葉県柏市)

今回、久しぶりに参加できて「うれしい、楽しい、懐かしい」気持ちでいっぱいです!東松山市はとてもいい所で、第二の故郷だと思っています。(しほとさん)

私は、東松山市の出身なので、小・中学生の頃、日本スリーデーマーチに参加していました。今日は夫婦で歩いてとてもうれしいです。(幸子さん)



風車も歓迎(大岡市民活動センター)    イエーイ!(吉見町)



3人揃って同ポーズ!(鞍掛橋)



完歩するぞー!(中央会場)



ピース!(天の國記念碑)



緑のトンネルを抜けて  
(松本町一丁目緑地)



ようこそ木曾義仲生誕の地へ  
(鎌形八幡神社)



少しずつ色つき始めた木々たち  
(東京電機大学イチョウ並木)



美術鑑賞をしながら(高坂彫刻プロムナード)



10kmチェックポイント!(南中学校)



少しずつ色つき始めた木々たち  
(東京電機大学イチョウ並木)



とん汁 最高!(千年谷公園)



遠いところまで来たな~  
(鳩山町中央公民館)



完歩できますように(箭弓稲荷神社)



3日目参加者インタビュー

松本美梨さん・梨希さん  
(神奈川県横須賀市)

私は、東松山市で育ったので  
何度も参加したことはありませんが、  
今回初めて娘と参加しています。  
娘と一緒に歩いてうれしいです。  
(美梨さん)  
20キロを楽しく歩いています。  
来年はもっと長い距離を歩ける  
ように頑張ります。(梨希さん)



宮崎から来ました(岩殿観音正法寺)



松高映像制作部が撮影中(中央会場)



楽しみながら歩けば。。。 (越生町大谷)



3日間50km完歩目指してあと35km  
(ときがわ町玉川)

パレード



今年も大会を盛り上げてくれました。大東文化大学・立正大学の演奏も最高でした。



中学生ボランティア



市内の中学生約300人がとびきりの笑顔で迎えてくれました。



ゆっくりウォーク



みんなで歩くと楽しいね。



観歩ガイドウォーク



見所をご案内しています。



友好都市(韓国原州市)も参加



ようこそ!日本スリーデーマーチへ。



フェアウェルパーティー



来年も会いましょう。



## 松山高校 新聞部



仲良く歩く中学生(鬼鎮神社)



ダブルピース! (中央会場)



美しい紅葉の中を(嵐山渓谷)



あめ 飴のおもてなし、うれしいな(羽尾平集会所前)



景色がいい場所を歩くウォーカー(小川町下里)

## 松山女子高校 写真部



笑顔の疲労回復(和泉町)



神の御帰還(ゴール付近)



二人でゴール(ゴール付近)



松山女子高校写真部の皆さん(中央会場)



止まらぬ歩み(箭弓稲荷神社)



歩くことを楽しむウォーカー(鬼鎮神社)



小さい子どもも歩いています(森林公園駅前)

## 歩育



保育園の友だちと歩きました。

## 松山高校映像制作部が動画撮影をしました!

松山高校映像制作部の皆さんが大会3日目の様子を撮影しました。動画編集が完了次第、市公式SNS(X(旧Twitter)、Facebook)、市公式YouTubeに投稿します。ぜひご覧ください。



市公式SNS



市公式YouTube



## 第46回日本スリーデーマーチを終えて

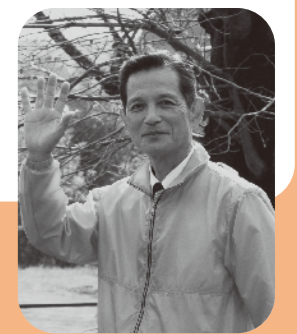
第46回日本スリーデーマーチは、新型コロナウイルス感染症による制限を全て取り払い、従前の形で開催することができました。

お陰様で3日間晴天に恵まれ、延べ52,385人のご参加をいただき、盛会裡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。

今年で46回目を迎えた日本スリーデーマーチが多くの方々に支えられて開催されていること、東松山市の文化として市民の間にしっかりと根付いていることを改めて実感しました。

また、昨年に比べて海外から参加された方々も増え、国際大会にふさわしい大会となりました。世界各国、各地域、日本全国から集まったウォーカーの皆様も、ウォーキングを楽しむとともに、お互いに交流を深めていただけたことと思います。今後、さらに充実した大会となるように取り組んでまいりたいと考えております。

来年の第47回日本スリーデーマーチは、令和6年11月2日・3日・4日に開催いたします。皆様の変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げます。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3日	11月4日	11月5日	合計
50km	439	233	256	928
40km	103	89	141	333
30km	970	720	828	2,518
20km	2,012	1,812	2,099	5,923
10km	14,188	9,177	9,415	32,780
5km	1,620	1,412	1,836	4,868
パレード			5,035	5,035
合計	19,332	13,443	19,610	52,385

# 秋の叙勲 おめでとうございます

ずいほうしょうじゅしょう  
瑞宝小綬章



うぶきみちるお  
植木美知男さん  
(72歳 殿山町)

昭和49年、防衛大学校を卒業後、陸上自衛隊に入隊し、輸送中隊長・後方支援連隊長・輸送学校長などを務め、平成20年に九州補給処長兼目達原駐屯地司令で退官されるまで、北は北海道から南は九州まで、陸上幕僚監部や部隊で勤務され、我が国の防衛に貢献されました。平成4年には防衛駐在官として中国に派遣され、日中の安全保障に関する相互理解、防衛交流の促進にも尽力されました。

ずいほうそうこうしょう  
瑞宝双光章



まつもとあきお  
松本秋男さん  
(71歳 松葉町)

昭和50年4月に教諭となり、平成16年4月以降は嵐山町立玉ノ岡中学校長等を歴任し、平成25年3月、東松山市立松山第一小学校長として定年退職されるまでの38年間、学校教育の分野で活躍されました。退職後は、東松山市立総合教育センターで市内小・中学生の不登校相談や東松山市化石と自然の体験館の指導員として、体験館での講義や小・中学校への出前講座を通じて、理科教育の充実・発展にも尽力されました。

ずいほうたんこうしょう  
瑞宝単光章



なかまならみ  
中磨成己さん  
(63歳 石橋)

昭和54年にチーゼル機器(株)(現ボッシュ(株))東松山工場へ入社し、平成13年からは、仕上げ職種、機械保全の埼玉県技能検定委員として、技能検定の実施・普及に努め技能士の育成に寄与してきました。また技能技術の向上を目的として、各研修の企画、運営、講師も担当し、現在はシニアパートナーとして、むさし工場(滑川町)に勤務しています。令和3年には厚生労働大臣表彰を授与されています。

## 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(月)です。口座振替の場合も、12月25日(月)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。

日12月25日(月)、1月30日(火)午後5時15分~7時

場・問収税課

☎21-1409 ☎23-2238

### 相続登記の申請が義務化されます

令和6年4月1日から、相続により不動産を取得した相続人は、その取得を知った日から3年以内に相続登記の申請をしなければなりません。

なお、相続登記の申請の義務化は、令和6年4月1日より前に亡くなった人の相続についても対象になります。正当な理由がなく義務に違反した場合は、10万円以下の過料が科される可能性があります。

申・問さいたま地方務局東松山支局 ☎22-0379

### 自筆証書遺言書保管制度

自筆証書遺言書を作成した本人が、法務局に遺言書の保管を申請できる制度です。保管制度を利用すると、遺言書の紛失、改ざんなどを防止できるほか、家庭裁判所の検認手続も不要になります。

問さいたま地方務局東松山支局

☎22-0379



法務省HP

### もっと身近にスマートフォンで確定申告

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、自宅から申告をすることができます。ぜひスマートフォンからご利用ください。

また、申告の際は、申告書の作成方法等の動画を確認したり、税務相談チャットボットを利用すると便利です。税務相談チャットボットでは、国税に関する簡単な相談・質問を「税務職員ふたば」が人工知能(AI)を活用して回答します。令和5年分確定申告の質問は令和6年1月上旬に公開予定です。



問東松山税務署 ☎22-0990

### 社会保険料控除証明書類についてのお知らせ

市・県民税申告や確定申告で使用される国民健康保険税、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6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6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5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

問収税課(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

### 固定資産税(償却資産)の申告

令和6年1月1日現在で、市内に償却資産を所有する人は1月31日(水)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、課税されませんが、その場合でも申告は必要です。

#### 申告方法

昨年申告された人には申告書を郵送しています。用紙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

### 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いたします。

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。

問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

### 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、理解してもらお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



### 冬季の省エネにご協力をお願いします

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

### 雑紙の処分

可燃ごみの中には、資源化できる紙類・布類が混ざっています。リサイクルできる「雑紙」は紙類・布類の収集日に出してください。「分ければ資源・混ぜればごみ」を合言葉に、ごみの減量・リサイクルの推進にご協力ください。

#### 雑紙として出せるもの

ティッシュの箱(ビニール部分を取る)、お菓子の箱、トイレトーパーの芯、封筒(個人情報を除いてください)、ダイレクトメール、包装紙、紙袋など

#### 雑紙の出し方

- ・雑誌に挟み、ひもでしばって出す。
- ・紙袋に入れて出す。
- ・雨天時には無色透明袋に入れて濡れないようにする。

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

# 市のお金の使われ方

## 令和4年度決算報告

令和4年度一般会計・特別会計・企業会計の決算が9月市議会定例会で認定されましたので、その概要をお知らせします。

### ●歳入・歳出の額 (千円)

会計区分	歳入	歳出
一般会計	36,353,412	34,039,915
特別会計	17,905,804	17,410,429
国民健康保険	9,356,516	9,086,872
高坂駅東口第一土地区画整理事業	85,671	78,071
介護保険	7,235,363	7,020,478
後期高齢者医療	1,228,254	1,225,008

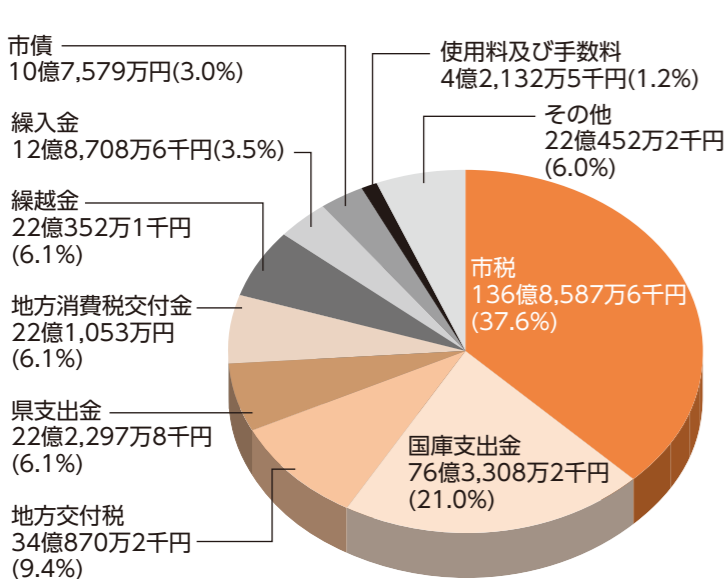
会計区分	収入	支出
企業会計	9,429,016	10,210,472
市民病院事業(収益的収支) (資本的収支)	4,362,930 285,186	3,909,293 445,188
水道事業(収益的収支) (資本的収支)	2,014,164 125,887	1,889,804 863,240
下水道事業(収益的収支) (資本的収支)	2,213,087 427,762	2,194,497 908,450

**\*用語説明\***

**特別会計** 特定の事業を行うため、一般会計と区別して経理する必要があるものについて設ける会計  
**企業会計** 独立採算制に基づき経営されている事業の会計

### 一般会計歳入決算額 363億5,341万2千円

歳入とは、市の財源として入ってくるお金のことをいい、令和4年度の決算額は363億5,341万2千円(対前年度比2.9%減)でした。そのうち市税は、136億8,587万6千円で対前年度比2.9%の増となりました。



**\*用語説明\***

**市税** 皆さんが市に納めた税金  
**国庫支出金** 事業等、特定の目的を達成するために国から交付されたお金  
**地方交付税** 所得税等、国に納められた税金の中から、市の財政事情に応じて国から交付されたお金  
**県支出金** 事業等、特定の目的を達成するために県から交付されたお金  
**地方消費税交付金** 消費税の一部から市へ交付されたお金  
**繰越金** 前年度から繰り越したお金  
**繰入金** 基金の取崩し等により繰り入れられたお金  
**市債** 大きな事業を行うために、国等から借り入れたお金  
**使用料及び手数料** 市の施設の利用や特定の事務により利益を受ける人が納めたお金

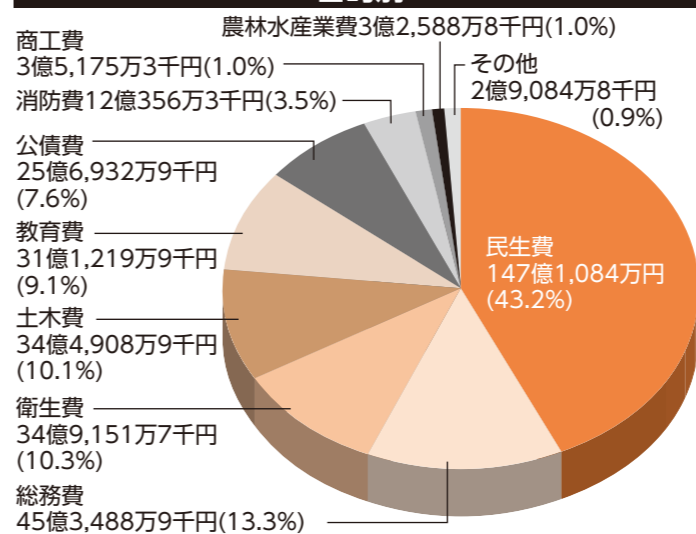
### 市民一人当たりの市税負担額(令和4年度決算)151,050円

固定資産税 67,421円	市民税 65,885円	市たばこ税 7,634円	都市計画税 7,094円	軽自動車税 3,016円
------------------	----------------	-----------------	-----------------	-----------------

### 一般会計歳出決算額 340億3,991万5千円

歳出とは、市が行うさまざまな事業に使うお金のことをいい、令和4年度の決算額は340億3,991万5千円(対前年度比3.4%減)でした。目的別では、民生費が最も多く、続いて総務費、衛生費、土木費となっています。

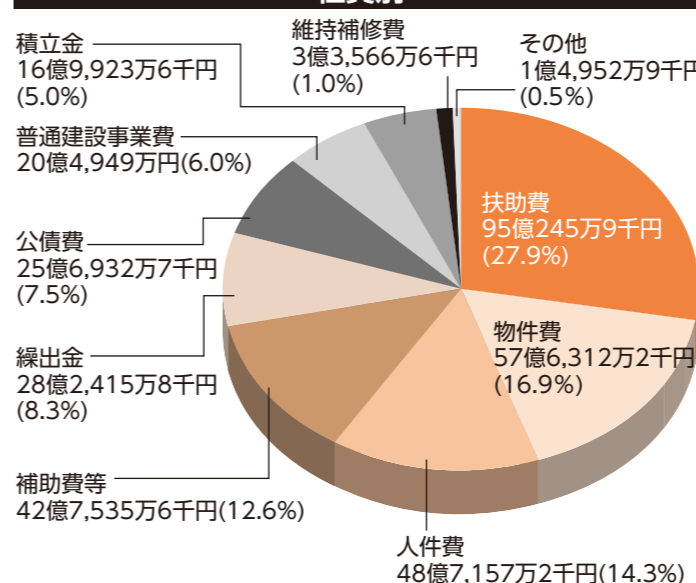
**目的別**



**\*用語説明\***

**民生費** 高齢者、障害者、児童などの福祉全般の事業に使ったお金  
**総務費** 住民記録、課税徴収、市民活動センターなど、市の総合的な事業に使ったお金  
**衛生費** 保健衛生、ごみ処理などに使ったお金  
**土木費** 道路や河川の整備、公園の管理や区画整理事業などに使ったお金  
**教育費** 幼稚園や学校、図書館など教育全般の事業に使ったお金  
**公債費** 市債を返済するために支払ったお金  
**消防費** 比企広域市町村圏組合が行う消防事業に対して市が負担したお金や、防災対策に使ったお金  
**商工費** 商店街の活性化、企業進出の支援、観光の振興などに使ったお金  
**農林水産業費** 土地改良施設の整備等の農業振興事業に使ったお金

**性質別**



**\*用語説明\***

**扶助費** 地方公共団体独自の取組や福祉関係の法令に基づき支払われる各種扶助のお金  
**物件費** 人件費、維持補修費、扶助費、補助費など以外の消費的な性質のものに支払われるお金  
**人件費** 職員や議員などの給与や報酬として支払われるお金  
**補助費等** 市から負担金、補助金、交付金などとして支払われるお金  
**繰入金** 他の会計(特別会計、企業会計)に充用されるお金  
**公債費** 地方債の元金及び利子の返済として支払われるお金  
**普通建設事業費** 道路や建物などの公共施設を造ったり、用地等の購入に支払われるお金  
**積立金** 特定の目的のために設けられた基金等に積み立てるお金  
**維持補修費** 道路や公共施設などを管理するためのお金

### 市民一人当たりの歳入額(令和4年度決算)401,230円

市税 151,050円	国庫支出金 84,246円	地方交付税 37,622円	県支出金 24,535円	地方消費税交付金 24,397円	繰越金 24,320円	繰入金 14,205円	その他 40,855円
----------------	------------------	------------------	-----------------	---------------------	----------------	----------------	----------------

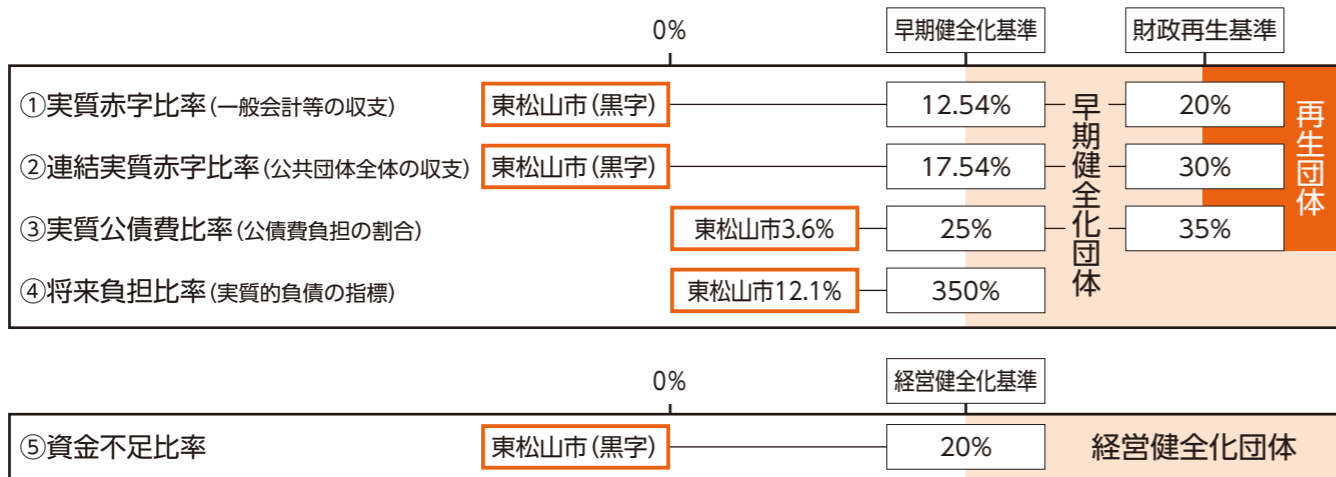
### 市民一人当たりの歳出額(令和4年度決算)375,696円

民生費 162,362円	総務費 50,051円	衛生費 38,536円	土木費 38,067円	教育費 34,349円	公債費 28,357円	消防費 13,284円	その他 10,690円
-----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	----------------

問 財政課 ☎21-1413 ☎22-4031

## 令和4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4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。



### 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

※いずれの指標も、財政状況の“黄色信号”とされる早期(経営)健全化基準を下回っております。

問財政課 ☎21-1413 ☎22-4031

## 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、東秩父村に住居登録している人
  - ②埼玉県外に住居登録があり、①の地域にお住まいの人(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)、記載事項変更旅券等の申請、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、へ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ださい。

### 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ださい。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ます。

### 共通事項

問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

## 市政情報

### 農業者年金に加入しましょう

農業者年金は、将来の年金受給に必要な原資を自ら積み立て、運用していく積立方式です。税金の控除や保険料の国庫助成などのメリットがあります。

問国民年金の第1号被保険者で、国民年金保険料の免除を受けていない、年間60日以上農業に従事する65歳未満の人

**保険料** 月額2万円(35歳未満で政策支援加入の対象とならない人は1万円)～6万7千円(千円単位で自由に設定)

問農業委員会事務局

☎21-1433 ☎23-7700



市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。

問県防犯・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

問12月1日(金)～14日(木)

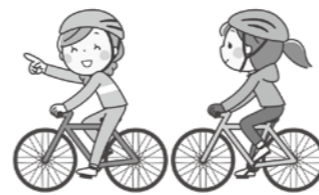
#### スローガン

人も車も自転車も 安心・安全 埼玉県

#### 県重点目標

- ・横断歩道における歩行者優先の徹底
- ・自転車乗用時のヘルメット着用促進と交通事故防止
- ・夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び飲酒運転等の根絶

問地域支援課 ☎21-1435 ☎22-7799



### 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。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。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。

問上下水道経営課

☎22-1123

☎22-4389



水道事業HP

### 農業用廃プラスチック回収

問①令和6年1月18日(木)午前9時～正午、②令和6年2月14日(水)午前9時～正午

問埼玉県中央農協中部営農経済センター(下青島641-1)

問①硬質系プラスチック(育苗箱・畔シート・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

問市農業委員会の農家台帳に記載されている人

問65円/kg(共通)

※費用は当日お持ちください。

問①は令和6年1月12日(金)まで②は令和6年2月2日(金)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。

※申込書は農協だより12月号に折り込み予定です。また、農政課にもあります。

問農政課 ☎21-1400 ☎23-7700

### 特殊詐欺にご注意ください!

何かと慌ただしくなる12月は、特殊詐欺の被害が多くなります。電話で「還付金がある」「ATMで手続きができる」「キャッシュカードを取りに行く」などお金に関する話がでたら詐欺です。

被害に遭わないためには「犯人からの電話に出ない」「犯人と話をしない」などが最も有効ですので、以下のような対策をしてください。

- ・在宅時でも電話を留守番電話に設定する。
- ・ナンバーディスプレイで相手を確認する。
- ・防犯機能付き電話等の対策機器を設置する。

電話でお金の話が出たら、必ず一旦電話を切って家族や警察に相談しましょう。

問地域支援課

☎21-1435 ☎22-7799



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。

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

# 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5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4年 4月1日現在 職員数	令和4年4月2日～ 令和5年4月1日		令和5年 4月1日現在 職員数
		採用	退職	
一般行政職	565	30	20	575
医療職	170	36	16	190
技能労務職	24	0	0	24
計	759	66	36	789

### ■職位別任用状況

(単位：人)

職名	男性	女性	計
部長	16	4	20
次長	21	3	24
課長	55	11	66
副課長	55	22	77
計	147	40	187

### ■定員適正化計画

現行の定員適正化計画は、令和3年度～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

- ・定型的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、定型的で補助的な業務には会計年度任用職員を活用

### ■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	308,082円	40.7歳
県	317,507円	41.8歳
国	322,487円	42.4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 2.2月分 12月期 2.2月分 計 4.4月分
副市長	747,000円	
教育長	689,000円	
議長	470,000円	6月期 2.2月分 12月期 2.2月分 計 4.4月分
副議長	417,000円	
議員	402,000円	

### ■職員手当の状況

期末・勤勉手当	期末手当 6月期 1.2月分 12月期 1.2月分 勤勉手当 6月期 1.0月分 12月期 1.0月分
退職手当	最高限度47.709月分
地域手当	月額12%
特殊勤務手当	支給対象者・割合 全体169人(21.4%) うち一般行政職11人(6.5%)、医療職139人(82.3%)、技能労務職19人(11.2%)

## 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4年度	12.5時間
令和3年度	13.4時間
増減	△0.9時間

### ■年次有給休暇の取得状況

令和4年	11.5日
令和3年	11.0日
増減	0.5日

### ■育児休業等の取得状況

育児休業	14人
部分休業	32人
育児短時間勤務	5人

人事課 ☎21-1417 ☎24-6123

## 年末年始は、公共施設の業務が休みになります

	27日 (水)	28日 (木)	29日 (金)	30日 (土)	31日 (日)	1日 (祝)	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木)	5日 (金)	6日 (土)
市役所			休	休	休	休	休	休			休
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
市立図書館・高坂図書館			休	休	休	休	休	休	休		
各市民活動センター			休	休	休	休	休	休			
各体育施設(庭球場・体育館など)※2		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			
健康増進センター					休	休	休	休			
各保育園・きらめきクラブ			休	休	休	休	休	休			
子育て支援センターソーレ・マーレ	マーレのみ休	ソーレのみ休	休	休	休	休	休	休	ソーレのみ休		
市民病院			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			
休日歯科センター	休	休	休			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
市農林公園 (温室・丘の上のカフェ・管理棟)			休	休	休	休	休	休			
クリーンセンター	混雑	混雑	休	休	休	休	休	休	混雑	混雑	休
西本宿不燃物等埋立地	混雑	混雑	休	休	休	休	休	休	混雑	混雑	休
環境センター(し尿処理)※3			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	休
市内循環バス			休	休	休	休	休	休			
デマンドタクシー			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
化石と自然の体験館			休	休	休	休	休	休			

※1 東松山斎場を利用する人は、1月1日(祝)・2日(火)が斎場休業により必要な書類が発行できないため、3日(水)以降の届出をお願いします。

※2 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)。

※3 し尿処理の年内分受付締切日は12月27日(水)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100円 (令和7年 3月31日まで)	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

※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。利用者証明用電子証明書の有効期限が過ぎている場合や暗証番号が分からない場合は、市民課窓口で本人による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



# 市政情報

## 立地適正化計画説明会

市では、近年の激甚・頻発化する自然災害に対応し、防災の観点を取り入れたまちづくりを進めるため、平成31年に策定した「立地適正化計画」に新たに防災指針を定める改定を行っています。このたび、防災指針を加えた改定案を作成しましたので、市民の皆さんからご意見を伺うため説明会を行います。

日 12月17日(日)午後2時から  
場 総合会館3階303会議室  
定 54人(先着順)  
問 都市計画課  
☎21-1425 ☎24-8857

## 講座・教室・イベント

### 星空観察会 ～ふたご座流星群～

日 12月14日(木)午後6時～8時  
※雨天・曇天時は室内プログラムを実施します。

場 化石と自然の体験館  
対 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)  
定 20人(申込順)  
内 ふたご座流星群がピークを迎え、惑星も見頃です。冬の星座とともに天体望遠鏡で観察します。暖かい服装でお越しください。

講師 NPO法人東亜天文学会会員  
小峯泰二さん

費 500円(講師代等)  
※同伴保護者も有料

持 野外観察に適した服装  
申・問 12月5日(火)午前9時から電話  
で化石と自然の体験館へ。

☎35-3892  
☎35-3900



市観光協会HP



## みんなで守ろう寄附禁止

政治家が選挙区内の人に、お金や物を贈ることは公職選挙法で禁止されています。

また、有権者が政治家に寄附や贈り物を求めることも禁止されています。次の行為は特別な場合を除いて一切禁止されています。

### 禁止されている寄附行為

- ・政治家の寄附
- ・政治家に対する寄附の勧誘・要求
- ・政治家の関係会社等からの寄附
- ・政治家の後援団体の寄附
- ・政治家によるあいさつ状(年賀状等)
- ・あいさつを目的とする有料広告

### 禁止されている寄附行為



☎選挙管理委員会 ☎21-1443 ☎24-6123

## 男女共同参画情報 ミニほっとらいん

### 12月は「職場のハラスメント撲滅月間」 ～一人で悩まず相談を～

職場でつらい思いをしていたり、悩んでいる人を見かけたりしていませんか？

例えば、同僚の前で上司から大声で叱責された、終業間際なのに過大な仕事を毎回押し付けられた(パワーハラスメント)、妊娠したことを職場に報告したところ「産休や育休は認めない」「次の契約は更新しない」と言われた(マタニティハラスメント)、上司から身体を触られた、性的な冗談やからかいを受けた(セクシャルハラスメント)など、ハラスメントには様々なものがあります。

昨今では、ハラスメントについて相談したこと等が理由で不利益な扱いを行うことが禁止されたり、国、事業主及び労働者の責務が明確化されたりするなど、職場におけるハラスメント防止対策が強化されています。また、令和4年4月からは、パワーハラスメント防止措置が全事業主に義務化され、ハラスメント防止対策のための法的な整備が進められているところです。

ハラスメントの被害を受けたり、被害を受けている人を見かけたりした時は、一人で抱え込まず信頼できる周囲の人、職場の相談窓口、外部の相談窓口などに相談をしてください。

### 相談窓口

- ・県労働相談センター ☎048-830-4522
- ・埼玉労働局雇用環境・均等室 ☎048-600-6210

☎人権市民相談課 ☎21-1416 ☎23-2236

## 化石と自然の体験館 冬休みワークショップ・フェスタ

日 ①12月26日(火)、②12月27日(水)、  
③12月28日(木)、④令和6年1月5日(金) 各日とも午後3時40分～4時10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 各回10人(申込順)

内 冬休みは化石と自然の体験館でワークショップを楽しみましょう。

- ①石こう製のアンモナイト化石レプリカの色塗り
- ②竹にペイントして仕上げるオリジナル竹とんぼ作り
- ③小さなガラス瓶に化石や岩石をいれたアクアボトル製作
- ④UVレジンを使ったアクセサリー作り

※ご自身で発見した化石を使いたい場合は、別途、化石発掘体験のご予約をお勧めします。

費 各回700円(材料費)

申・問 12月6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



市観光協会HP

## 年末限定!いちご増量! いちごたっぷりパフェ販売

日 12月26日(火)～28日(木)午前10時～午後3時30分 ※なくなり次第終了

場 市農林公園

丘の上のカフェHeuvel(フーヴェル)

内 人気デザート「いちごたっぷりパフェ」のいちごを増量して販売します。いちご好きにはたまらない限定の3日間。園内で収穫したあま～いいちごを贅沢に使った年末限定のいちごたっぷりパフェを食べにきませんか？

費 800円

問 市農林公園  
☎39-0150  
☎36-3915



## ニンジン収穫体験

日 12月16日(土)午前9時30分～、午前10時30分～ ※小雨決行

場 市農林公園

定 各回30人(申込順)

内 ニンジンを1人5～6本収穫します。

費 300円/1人

持 汚れても良い服装(長靴等)、手袋、収穫物を入れる袋

申・問 12月1日(金)午前9時から電話  
で市農林公園へ。

☎39-0150 ☎36-3915



## 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 令和6年1月27日、2月3日(土)(全2回) 午前9時～正午

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・体験活動等を2日間実施します。

申・問 12月1日～令和6年1月19日(金)に、電話、ボランティア養成講座申込フォーム、FAX又は☑(ボランティア講座希望・氏名・連絡先を記入)で川島ひばりが丘特別支援学校へ。  
☎049-297-7753  
☎049-299-2915



県立川島ひばりが丘特別支援学校HP



県立川島ひばりが丘特別支援学校HP

## 平和資料館からのお知らせ

☎平和資料館  
☎35-4111

### □ウインターナイトミュージアム

日 12月2・9・16・23日(土)  
※開催日は午後7時30分まで開館(最終入館午後7時)

場 展望塔

□イルミネーション

点灯期間 11月28日(火)～令和6年1月14日(日)

場 駐車場からミュージアムまでの歩道

□初日の出鑑賞会

日 令和6年1月1日(祝)

場 展望塔

申 11月28日(火)～12月17日(日)

申込方法 平和資料館内にて応募用紙と抽選箱を設置。応募用紙に必要事項をご記入の上、抽選箱に入れてください。当選者には郵送で参加券を送付します。

### □12月の映画会

日時	タイトル
12月 2日(土)・3日(日)午後1時30分～(102分)	ゆずり葉の頃
12月 9日(土)・10日(日)午後1時30分～(103分)	雨に唄えば
12月16日(土)・17日(日)午後1時30分～(130分)	アンナ・カレーニナ
12月23日(土)午後1時30分～(113分)	巴里のアメリカ人

### □戦争体験者証言ビデオ上映会

日 ①12月9日(土)・10日(日)②12月23日(土)午後1時～

内 ①北支での被弾と2回目の召集(約13分)②飢えと寒さのシベリア抑留(約13分)

### ■12月の映画会、戦争体験者証言ビデオ上映会 共通事項

場 講堂

定 160人(先着順)

## 講座・教室・イベント

### 令和6年消防協会比企支部 消防出初め式

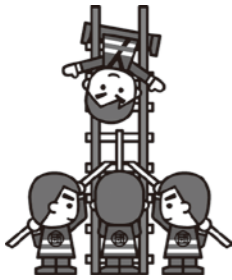
新春恒例の消防出初め式を、消防協会比企支部(東松山・滑川・嵐山・小川・吉見・ときがわ・東秩父消防団)と比企広域消防本部が合同で挙行します。

日 令和6年1月6日(土)午前9時から  
※雨天中止

場 比企広域消防本部

内 親閲・分列行進・伝統はしご乗り、防災体験(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 比企広域消防本部管理課  
☎23-2265



### お正月のミニ門松を作ろう!

日 12月22日(金)午前9時30分~11時30分

場 松山市民活動センター

対 市内在住・在勤・在学の人

定 24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。

費 1,500円(材料費等)

持 軍手

申 12月1日~15日(金)に直接又は申込みフォームから申込み

問 文化まちづくり公社

☎24-6080

☎24-9909



申込みフォーム



## ふれあい動物園

日 12月17日(日)午前10時~午後3時

場 東松山ばたん園 芝生広場

内 キンカジューやミーアキャットなどの動物たちとふれあうことができます。

問 東松山ばたん園

☎81-7607 ☎81-7609



キンカジュー

## クリスマスツリーを飾ろう

日 12月16日(土)~25日(月)午前10時~午後3時 ※雨天中止

場 東松山ばたん園 ステージ

内 ステージに設置されたクリスマスツリーを飾り付けよう!

問 東松山ばたん園

☎81-7607 ☎81-7609

## 募集・求人

### 令和6年度医療従事者奨学 資金貸与者募集

市民病院では医療従事者の養成及び確保を図るため、奨学資金を貸与します。

募集期間 12月1日(金)~令和6年1月22日(月)

選考試験日 令和6年2月14日(水)

対 看護師養成施設に在学する人又は令和6年4月に在学予定の人で、将来、東松山市立市民病院の常勤職員として従事しようとする人

内 大学月額7万円以内、大学以外の養成施設月額5万円以内

※なお、養成学校卒業後、市民病院の正規職員看護師として業務に従事する場合は返還を免除します。

申・問 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



市民病院HP

### 「武州・入間川プロジェクト」 助成団体募集

令和6年4月1日~令和7年3月1日に入間川流域で環境保全活動を行う市民団体、学校等の非営利団体による公益的な活動に対し、助成金の交付や情報提供を行います。

助成内容 1団体最大20万円

申・問 令和6年3月15日(金)までに荒川上流河川事務所HPにある応募用紙を入間川環境保全支援委員会事務局へ。

☎048-645-0570



荒川上流河川事務所HP

## 市民病院正規職員募集

採用日 令和6年4月1日

対 採用日時時点で以下の要件を満たす人

募集職種	人数	要件
理学療法士	1人	40歳未満で、免許を所有又は取得見込みの人
作業療法士	1人	40歳未満で、免許を所有又は取得見込みの人
管理栄養士	1人	45歳未満で、免許を所有又は取得見込みの人
一般事務	1人	40歳未満で、人事・給与等の労務取扱経験がある人
一般事務	1人	40歳未満で、情報システムの取扱経験がある人

試験日 令和6年1月20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からもダウンロードできます。



市民病院HP

### 新ごみ処理施設検討委員会 委員募集

市が新たに設置するごみ処理施設の整備について、市民の皆さんの意見を取り入れるため、委員会の委員を募集します。

任期 令和6年4月1日~令和8年3月31日

応募資格 市内在住で年5回程程度の平日昼間の会議に出席できる18歳以上の人。ただし、他の審議会等の公募委員及び公募委員に応募している人は応募できません。

定 2人以内

申・問 12月21日(木)(必着)までに、応募用紙に必要事項を記入し「東松山市に求められるごみ処理施設の在り方について」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〒355-8601松葉町1-1-58環境政策課へ。

☎63-5006 ☎23-7700

☎HMY013@city.higashimatsuyama.lg.jp

※募集要項及び応募用紙等は、環境政策課、各図書館、各市民活動センターにあります。また市HPからもダウンロードできます。

### 東松山市地域防災計画 パブリックコメント募集

市では、国の防災基本計画の修正などを踏まえ「東松山市地域防災計画」を修正します。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6日~27日(水)

公表場所 危機管理防災課、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 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、12月27日(水)までに直接、FAX、☎又は郵送で〒355-8601松葉町1-1-58危機管理防災課へ。☎21-1405 ☎22-7799

☎HMY002@city.higashimatsuyama.lg.jp

## 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。電話でご相談ください。

対 国民健康保険被保険者

・後期高齢者医療被保険者

申・問 保険年金課

☎63-5004 ☎23-0076



## 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(日)	東松山市立市民病院	内科、整形外科	大字松山2392	☎24-6111

※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。

## 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 ☎22-7435

市HP

市民病院・ワンポイントクリニック

尿漏れ予防に対する骨盤底筋体操について リハビリテーション科理学療法士 **中村 宣俊**



尿漏れ(尿失禁)とは、自分の意思と関係なく尿が漏れてしまうことです。腹圧性尿失禁、切迫性尿失禁、混合性尿失禁などの種類があり、男女問わずに経験しますが、恥ずかしくて言えない人が多いです。

尿漏れを改善する方法の1つに骨盤底筋体操があります。骨盤底筋とは、骨盤の底にある筋肉の集まりで、内臓などを本来の位置に収めて支えています。しかし、骨盤底筋が弱くなると支えられず、一番下にある膀胱が押されてしまいます。そのため、お腹に少しでも力がかかることで膀胱が圧迫され尿漏れが起きます。骨盤底筋が弱くなる原因は、加齢や運動不足、肥満、女性であれば妊娠出産です。

骨盤底筋体操は、リラックスした姿勢が行いやすいため、初めはあおむけがお勧めです。

①あおむけになり両膝を立てます。膝との間は少し開け、体の力を抜きます。

②肛門や膣を締めるように骨盤底筋を10秒間ギュッと力を入れた後、緩めます。息を吐き、臍の方

向に引き込むように力を入れるとやりやすいです。これを10回繰り返します。

③次に、同じように力を入れますが、もっと早いテンポでキュッ、キュッと10回繰り返します。

④①～③を1日5セットから始め、目標は10セットです。

慣れてきたら、座った姿勢や立った姿勢でもできます。少しずつ生活に取り入れてみましょう。しかし、骨盤底筋体操は正しく動かさないと効果がありません。排尿時に尿を止めるイメージで行い、その際お腹には力が入らないように注意してください。

骨盤底筋体操は、軽度の腹圧性尿失禁であれば、ほとんどの人に改善が期待できます。しかしながら、効果が出るまでに2～3か月かかると言われています。痛みなく続けやすい運動なので途中で諦めないでください。また、全ての方が骨盤底筋体操だけで改善されることはありません。悩んでいる人は、一度専門医にご相談してみてください。

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9回)

日 令和6年1月15日～3月25日毎週月曜日  
※2月12日(祝)、3月11日(月)は休み

□水曜コース(全10回)

日 令和6年1月17日～3月27日毎週水曜日  
※3月20日(祝)は休み

□金曜コース(全10回)

日 令和6年1月19日～3月29日毎週金曜日  
※2月23日(祝)は休み

■共通事項

時間 午後3時～4時  
対 市内在住の15歳以上の人(中学生を除く)  
内 各30人(申込多数の場合抽選)  
費 無料(入館料別)  
申・問 12月15日(金)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(全11回)

日 令和6年1月8日～3月25日毎週月曜日午前10時～11時  
※3月11日(月)は休み

□たのしいフラ(全12回)

日 令和6年1月9日～3月26日毎週火曜日午前11時30分～午後0時30分

□ZUMBA(全12回)

日 令和6年1月9日～3月26日毎週火曜日午後3時～4時

□パンチキック(全12回)

日 令和6年1月10日～3月27日毎週水曜日午後1時～2時

□木曜ヨガ(全12回)

日 令和6年1月11日～3月28日毎週木曜日午前10時～11時

□ピラティス(全12回)

日 令和6年1月4日～3月28日毎週木曜日午後1時～2時  
※2月22日(木)は休み

□バランスコーディネーション(全12回)

日 令和6年1月12日～3月29日毎週金曜日午前10時～11時

□はじめて太極拳(全12回)

日 令和6年1月7日～3月31日毎週日曜日午前10時～11時

※3月10日(日)は休み

□背骨コンディショニング(全2回)

日 12月10日・17日(日)午前11時30分～午後0時30分

■共通事項

対 市内在住の15歳以上の人(中学生を除く)  
内 各25人(先着順)  
費 1回500円(入館料別) ※券売機精算  
申 教室開始1時間前～教室開始15分後  
※各教室とも都合の良い日に1回から参加できます。  
※状況により変更する場合があります。  
問 市民健康増進センター ☎31-2660 ☎31-2661

高齢者・福祉

高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を受け取られた人に、日本年金機構から「公的年金等の源泉徴収票」が令和6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5年1月から12月までに受け取った年金額は、介護保険料や国民健康保険税などを特別徴収する前の金額で、実際の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  
☎049-245-8919  
保険年金課  
☎21-1434 ☎23-0076

12月3日～9日は障害者週間です

障害者週間は、障害のある人が社会、文化など、さまざま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4日(月)から22日(金)までの間、市内障害福祉サービス事業所等に通う皆さん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

東松山市あんしん見守りネットワーク

協力員、協力事業所などが日常生活の中でさりげない見守りや声がけを行い、高齢者の暮らしを支える仕組みです。

協力員・協力事業所の登録

協力員、協力事業所の募集を随時受け付けています。

見守り希望者の登録

市内在住の65歳以上の人で、何らかの見守りや支援の必要がある人※登録をした人に対し、地域包括支援センターの職員が状況に応じて訪問します。

見守りステッカーの交付



見守りステッカー

見守り希望者の登録をした人で、認知症等による徘徊の心配がある人には、衣類等にアイロンで貼り付ける見守りステッカーを交付します。見守りステッカーには見守り希望者の登録番号を記載し、行方不明となった際の早期発見に役立ちます。※個人情報の記載はありません。

☎高齢介護課

☎21-1406  
☎22-7731



市HP

いきいき生活教室

日 令和6年1月11日・25日、2月8日(木)午前10時～11時30分(1月25日のみ正午まで)

☎高坂市民活動センター

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。  
費 400円(食材費等)

申・問 1月4日(木)までに直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。

☎22-5561  
☎25-3305



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	15日(月)
唐子地区体育館	17日(水)
北地区体育館	11・25日(木)
南地区体育館	12・26日(金)
大岡市民活動センター	18日(木)
野本市民活動センター	22日(月)
高坂丘陵市民活動センター	16日(火)
大岡コミュニティセンター	16日(火)
きらめき市民大学	22日(月)
きらめき市民大学(男性向け)	15日(月)
市民福祉センター	18日(木)
すわやま荘	16日(火)

時間 午前10時～11時30分(大岡・高坂丘陵市民活動センター、きらめき市民大学(男性向け)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(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。

☎総合福祉エリア

☎22-5561 ☎25-3305  
高齢介護課  
☎21-1406 ☎22-7731 市HP



市HP

かんたん料理教室

日 令和6年1月18日、2月15日、3月14日(木)午前10時～正午

☎松山市民活動センター

対 市内在住の65歳以上の人

定 20人(申込順)

内 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(食材費等)

申・問 1月11日(木)までに直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。

☎22-5561  
☎25-3305



市HP



# 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

**物見山・岩殿観音(高坂駅発着) 10km**  
 日令和6年1月19日(金)  
**集合・受付** 高坂駅西口 午前8時45分  
**コース** 高坂駅西口-高坂彫刻プロムナード-こども動物自然公園-正法寺-物見山公園-市民の森-弁天沼-中通公園-高坂駅(正午到着予定)  
 費50円 申当日受付

## □ネイチャーウォーク 冬の雑木林

日令和6年1月20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**冬のバードウォッチング  
 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

**百穴・川堤コース 10km**  
 日令和6年1月27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-吉見百穴-岩鼻運動公園-殿山北公園-平野市民活動センター-ウォーキングセンター(正午到着予定)  
 費50円 申当日受付

## □埼玉みてあるき

**比企西国三十三観音めぐり④ 14km**  
 日令和6年1月30日(火)  
**集合** 東松山駅改札前 午前8時15分(午前8時29分発上り乗車予定)  
**受付** 高坂駅西口 午前8時35分～9時  
**コース** 高坂駅西口-東松山橋-19番・泉蔵寺-20番・浄光寺-南中学校-おとうか橋-21番・長慶寺-神戸神社-鞍掛橋(昼食)-浄空禅院-白山神社-つきのわ駅(午後1時35分到着)  
 費50円 持昼食 申当日受付

□東松山歩こう会12月例会  
**忘年ウォーク・「市民活動センター巡り②(高坂)」 11km**  
 日12月17日(日)  
**集合** 東松山駅改札口午前8時45分集合(午前8時51分上り乗車)  
**受付** 前通公園(高坂駅西口徒歩3分)午前9時～9時15分

**コース** 前通公園-毛塚薬師堂-高坂市民活動センター-香林寺-世明寿寺-野本市民活動センター-八幡神社-五領沼公園-ウォーキングセンター(昼食)  
**解散** ウォーキングセンター 午後0時30分ごろ  
 費会員外300円 持昼食 申当日受付  
 関中村さん☎090-1615-5210

## 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	6日(土)	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	11日(木)	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(土)	午前8時30分	唐子市民活動センター	初詣 唐子地内神社巡り(6km)	不要
高坂市民活動センター ☎34-3730☎34-3845	6日(土)	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	5日(金)	午前8時30分	野本市民活動センター	初詣 箭弓稲荷神社(6km)	不要
高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311☎35-4313	12日(金)	午前8時30分	高坂丘陵市民活動センター	初詣 高坂神社(6km)	不要
平野市民活動センター ☎25-2220☎25-2227	9日(火)	午前8時30分	平野市民活動センター	初詣 市内神社巡り(8km)	不要

## 高齢者・福祉

### 司法書士による「年末困りごと相談会」

法律の専門職である司法書士が、生活にお困りの人の生活再建を図るため、電話による無料相談会を開催します。

#### 相談例

- ・借金で苦しんでいる
- ・生活に困っていて年を越せない
- ・労働問題で悩んでいる
- ・養育費をもらっていない
- ・離婚問題で悩んでいる
- ・車上生活から脱したい
- ・相続放棄について
- ・消費者トラブルで悩んでいる など

日12月16日(土)午前10時～午後4時  
 対生活にお困りの人

#### 電話相談

☎0120-121-218(無料・当日のみ)  
 関社会福祉課  
 ☎21-1455☎24-6066

## 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。

対市内在住の65歳以上の人

#### ポイント付与期間

令和6年2月29日(木)まで  
 ※年度が変わると付与されたポイントは失効します。

#### ばたん圓交換申込期間

令和6年3月15日(金)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
市民健康増進センター教室	20
いきいき生活教室	21
みんなきらめけ!!ハッピー体操	21
かんたん料理教室	21
こちらウォーキングセンターです	22
月例市民ウォーキング	22

#### 関高齢介護課

☎21-1406  
 ☎22-7731



## 子育て

### 第3回子ども工作教室(万華鏡を作ろう!)

2種類の万華鏡を作ります。飾りを使う万華鏡と光の色で模様を作る万華鏡で、不思議な模様が楽しめます。

日令和6年1月14日(日)午後1時30分～4時

関平野市民活動センター  
 対市内在住の小学生

定20人(申込順)  
**講師** 佐々木正憲さん(県内の児童館等で工作講師として活躍)

費500円(教材費)

申12月13日午前8時30分～27日(水)午後5時15分に市HPから申込み

関子育て支援課

☎63-5005  
 ☎23-2239



分光万華鏡 紙コップ万華鏡

## 東松山市子育てファミリー応援事業～ベビーギフトをプレゼント～

対令和5年4月1日以降にお子さんが生まれた家庭で次の要件を全て満たす人

- ・申請時に保護者とお子さんが東松山市に住所を有する
- ・保護者とお子さんが同一世帯である
- ・他市町村で同様の趣旨のギフトを受け取っていない

#### 申請方法

申請時には、住民票(本籍及びマイナンバーの記載がないもの)をご用意ください。

※申込みはお子さん1人につき1回です。多胎児の人はお子さん1人につき1回ずつ申し込みください。

※東松山市外に引越し後の申請はできません。

#### □令和5年4月1日から10月31日にお子さんが生まれた家庭

11月中に送付したチラシに掲載されている二次元コードから申請サイトにアクセスし、必要事項の入力、住民票の写真を添付してお申し込みください。

#### □令和5年11月1日以降にお子さんが生まれた家庭

子育て支援課の窓口で、子ども医療費支給制度や児童手当などの申請手続きの際に、チラシをお渡ししますので、チラシに掲載されている二次元コードから申請サイトにアクセスし、必要事項の入力、住民票の写真を添付してお申し込みください。

**申請期限** 対象のお子さんの1歳の誕生日前日まで

**ギフトのお届け** 県と市が委託した受託者から、申請後1か月前後を目安にギフトを自宅にお届けします。

関【ギフト申請や配送】コバトンベビーギフト受付センター☎0120-860-678(月～金曜日午前9時～午後8時、12月28日(木)は午後5時まで、年末年始を除く)

【その他】子育て支援課☎63-5005☎23-2239



※写真は一例です。ギフト内容は変更となる場合があります。



# 令和6年度 放課後児童クラブ入所のご案内

保護者が、就労、病気、介護などのために、保育を必要とする児童を放課後児童クラブでお預かりします。

☑市立小学校に通う児童及び市長が必要と認めた児童

## 提出書類

- ①児童クラブ入所申請書(表面)、保育児童票(裏面)
- ②家庭状況届(兼調査票)
- ③家庭内で保育ができないことの証明書類(就労の場合は就労証明書、病気の場合は診断書等、保育ができない理由によって異なります)

※③を提出していただく対象は、児童の父母及び同住所地(同一の敷地内)にお住まいの64歳以下(令和6年4月1日時点)の祖父母です。世帯が別であっても対象となります。

※提出書類は、保育課窓口又は各クラブで12月1日(金)から配布します。また、市HPからもダウンロードできます。

☑次の期間に直接又は郵送で〒355-8601松葉町1-1-58保育課へ(FAX不可)。

12月1日(金)～28日(木) 平日午前8時30分～午後5時15分

入所決定 入所の決定は申込順ではありません。保育の必要性の高い順に入所を決定します。

クラブ名	所在地	電話番号	定員(人)	保育時間		最寄りの小学校
				平日	土曜日・1日開所の日(春・夏・冬休み/県民の日/開校記念日/学校行事の振替休日)	
きらめきクラブまつに	東平555-3	23-1361	80	放課後～午後7時	午前7時30分～午後7時	松山第二小学校
きらめきクラブからこ	新郷8-2	23-1325	70			唐子小学校
きらめきクラブいちのかわ	市ノ川132-4	21-6480	80			市の川小学校
きらめきクラブたかさか	高坂1138	31-2360	120			高坂小学校
きらめきクラブしんめい	御茶山町7-2	24-3346	80			新明小学校
きらめきクラブのもと	下野本650-2(野本小学校内)	81-7104	28			野本小学校
きらめきクラブさくらやま	桜山台5(桜山小学校内)	81-5302	19			桜山小学校

※上記クラブは指定管理者による運営となります。

☎保育課 ☎21-1407 ☎23-2239

次の民営クラブは各施設へ直接、お問い合わせください。

クラブ名	所在地	電話番号	最寄りの小学校
第1竹の子クラブ	松山町1-13-56	24-0792	松山第一小学校・市の川小学校
第2竹の子クラブ			
第1おどりクラブ	石橋1566-1	23-4817	青鳥小学校
第2おどりクラブ			
ひまわりクラブ	大谷3209-44	39-1943	大岡小学校
第1さくらやまクラブ	田木670-4	35-2680	桜山小学校
第2さくらやまクラブ	田木655-2	35-2680 ※4月からは新たな電話番号になります	
第1たんぼぼクラブ	六軒町18-11	25-1030	新宿小学校
第2たんぼぼクラブ	新宿町12-11	81-5435	
第1のもとクラブ	下野本626-1	22-8019	野本小学校
第2のもとクラブ			
放課後児童クラブこばと	本町2-3-12松井ビル2階3階	25-3722	松山第一小学校・新明小学校
かるがも学童クラブ	毛塚756-1	81-7922	高坂小学校・桜山小学校

## 親子で遊ぼう会 1月

### ■保育園 1歳児サークル

☑9・16・23・30日(火) 午前10時～11時

☑まつやま保育園

☑市内在住の1歳児と保護者

☑親子6組(申込順)

☑手遊び、リズム遊び、おもちゃ作りなど

☑12月4日(月) 午前9時30分から電話でまつやま保育園へ。

### ■体育館

☑・場 11日(木) 唐子地区体育館、18日(木) 北地区体育館、25日(木) 南地区体育館

☑受付 午前10時

☑時間 午前10時15分～11時15分

☑対 0歳～未就学児と保護者

☑内 手遊び、ふれあい遊び、リズム、写真コーナー(干支・獅子舞)、おもちゃ作り

☑持 体育館履き

☑申 当日受付

### ■大岡市民活動センター

☑・場 22日(月) 大岡市民活動センター

☑時間 午前9時30分～11時30分

☑対 0歳～未就学児と保護者

☑内 自由遊び、ふれあい遊び、リズム、育児相談など

☑申 当日受付

### ■支援センター室・園庭開放

☑毎週月・水・金曜日(1・3・8日は除く) 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

## 図書館だより

	市立図書館 ☎22-0324 ☎22-0064	高坂図書館 ☎35-5120 ☎35-5123	なしの花図書室(平野市民活動センター内) ☎25-2220
開館(室)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	水・土・日曜日 午後1時～5時15分

<p>☑託児サービス</p> <p>☑おはなし会</p> <p>☑ちいさいむけおはなし会(0～3歳位)</p> <p>☑ミニ朗読会(一般向け)</p>	<p>☑市立 第2・4金曜日 午前10時～正午</p> <p>☑高坂 第1・3金曜日 午前10時～正午</p> <p>☑市立 第2・4土曜日 午前11時～11時30分</p> <p>☑高坂 第1・2・4金曜日 午前11時～11時30分</p> <p>☑市立 第1・3水曜日 午前11時～11時30分</p> <p>☑市立 第2水曜日 午後2時～3時</p> <p>☑市立 第12月17日(日) 午後1時30分から ☑内「紅白が生まれた日」(72分)</p> <p>☑市立 第12月24日(日) 午後1時30分から ☑内「グランピーキャットの最低で最高のクリスマス」(102分・吹替)</p>	<p>☑12月の休館日</p> <p>☑25日(月)</p> <p>☑29日(金)</p> <p>☑～31日(日)</p>
---	---	---



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5回ビブリオバトル - ティーンズおすすめの1冊 - 観覧者募集

☑12月22日(金) 午後2時～4時

☑場 3階視聴覚ホール

☑定 80人(申込順)

ビブリオバトル(書評合戦)とは

- 市内の高校生を中心とした発表者が順番に一人5分以内で「お薦めの本」を紹介します。それぞれの発表の後には観覧者による質問タイムを2分設けます。
- すべての発表が終わった後に「一番読みたくなった本」について来場者全員が投票します。
- 最多票を集めた本を「チャンプ本」として決定し、表彰を行います。

☑12月1日(金)～21日(木)に直接又は電話で市立図書館へ。

### 高坂図書館

☐ぬいぐるみおとまり会

☑おはなし会 12月24日(日) 午前11時～11時30分

☑お迎え 12月26日(火) 午前9時30分～午後5時50分

☑場 2階大会議室

☑対 市内在住の幼児～小学生

☑定 20人(申込順)

☑内 ぬいぐるみと一緒に記念撮影し、おはなし会に参加した後、ぬいぐるみだけ図書館におとまりします。お迎えの時に、ぬいぐるみが選んだ本の貸出をします。

※ぬいぐるみは1人1体

☑12月2日～9日(土)に直接又は電話で高坂図書館へ。

# 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のご確認を。

## 出かけてみませんか

### ●第6回写団光写真展

日 12月5日(火)～11日(月)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4時まで)

場 市立図書館

内 四季折々の風景やネイチャー写真など約80点の展示

問 小林さん ☎35-1719

### ●東松山介護者支援の会“ほっと”

日 12月7日、令和6年1月4日、2月1日(木)午後1時30分～3時30分(出入自由)

場 市民福祉センター

内 あなたの日々の介護の様子を話してみませんか。

問 新井さん ☎090-8344-1291

### ●安全登山講習会

日 12月9日(土)午後2時～4時(受付午後1時30分から)

場 総合会館3階304会議室

対 山歩きに関心のある人

定 50人(申込順)

内 安全に山歩きをするための予防と対策を学ぶ。

申・問 12月1日(金)から電話で市山岳連盟 福田さんへ。☎22-0734

### ●Xmasコンサート

日 12月17日(日)午後1時～3時30分

場 平野市民活動センター

定 100人(先着順)

内 市内で活動する軽音楽4バンドによるコンサート。Xmasソング及び70～90年代の邦楽・洋楽ポップスなど

問 軽音楽クラブバンド 宮木さん ☎090-7715-2212

### ●松山高校吹奏楽部 第45回クリスマスコンサート

日 12月24日(日)午後1時30分～4時

場 市民文化センター

定 1,200人(先着順)

内 吹奏楽のオリジナル曲のほか、聞き覚えのある懐かしい曲や流行の曲などを演奏します。

問 松山高校 加藤さん ☎22-0075

### ●第50回新年フリースロー大会

日 令和6年1月7日(日)午前9時～正午

場 北地区体育館

内 バスケットボール・フリースローによる個人戦

申・問 市バスケットボール連盟 金子さん ☎090-5551-8535

### ●ボーイスカウトとあそぼう！自然体験あそび

日 令和6年1月28日(日)午前9時～正午

場 武蔵丘短期大学

対 保育園・幼稚園年中児～小学1年生

定 15人(申込順)

内 動くジャンボカルタ&割りばし鉄砲で遊ぼう

申・問 12月23日(土)午後6時から、ボーイスカウト東松山第1団HPで申込み



### ●アロマ講習会&アロマクラフト作り

日 ①令和6年1月11日(木)、②1月17日(水)午前10時30分～11時30分

場 市民福祉センター

定 各日6人(申込順)

内 ①アロマスプレー作り(リラックサスプレー、抗菌スプレーなど)、②アロマみつろうクリーム作り

費 1,000円(材料費)

申・問 12月22日(金)までにアロマラウレア 石塚さんへ。☎24-3704

## 仲間になりませんか

### ●もみじの会

日 毎月第2・4火曜日午前9時30分～11時30分

場 松山市民活動センター

内 季節ごとにテーマを決めて、絵手紙に添える言葉・文字を表現する。作品は毎年3月のハートピアまつりに展示します。見学者歓迎。初歩から学べます。

費 月2,500円

問 布施さん ☎090-2427-6805

### ●第二友愛会太極拳クラブ

日 毎週月曜日午前10時～11時30分

場 松山市民活動センター

内 太極拳の練習を通して、認知症予防を行う。

費 入会金1,000円、月2,000円

問 山口さん ☎090-2622-8362

### ●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、市民福祉センター

対 朗読ボランティアに興味がある人

内 広報紙の朗読

費 年2,000円

問 藤森さん ☎24-1113(留守電に連絡先を入れてください。折り返し連絡します)

### ●デージー東松山PCボランティア

対 パソコンでの編集に興味がある人

内 広報紙の朗読音声の編集を年1～2回程度行います。

問 上野さん ☎090-4548-4013

## 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12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17日(水)午前10時～正午  
●分室1階打合せ室  
●遺言、任意後見、年金分割などの契約・公正証書作成(要予約で先着4人)

### 法律相談(弁護士) 人権市民相談課 ☎21-1414 ☎23-2236

●1月4・11・25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19日(金)午前10時～午後3時  
●分室1階打合せ室  
●登記、相続、遺言、成年後見、債務整理、裁判所提出書類作成(要予約で先着8人)

### 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

### 人権相談 人権市民相談課 ☎21-1416 ☎23-2236

●1月18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  
●1月10・17・24・31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る人権問題

### 女性相談 人権市民相談課 ☎21-1416 ☎23-2236

●1月10日(水)午前10時～午後3時  
●総合会館地下1階B02会議室  
●1月16日(火)午後1時～5時  
●1月26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)

### 税務相談 課税課 ☎21-1438 ☎23-2238

●1月9日(火)午前10時～正午  
●総合会館3階302会議室  
●国税、地方税(5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10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  
●臨床心理士による相談

### 内職相談 商工観光課 ☎21-1427 ☎23-7700

●1月9・16・23・30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9・16・23・30日(火)午後1時～5時(予約制)  
●創業支援センター会議室2  
●創業や創業間もない経営全般

## 文芸

### 俳句

秋草や閑所に古りし石仏  
名も知らぬ秋草を摘み采とす  
山肌の淡く浮かびし良夜かな  
手に馴染む新しき筆小鳥来る  
母の忌や遅れて咲きし彼岸花  
小商ひ香りを放つ柚子の里  
一句目「秋草」というと「秋の七草を連想するが、七草だけでなく、花や実や穂をつけたものまでを含め、秋の草花の総称。「千草」や「色草」とも。遥かな歴史を背負って今もそこには在す石仏。秋草に囲まれて穏やかな石仏の表情。「秋草」と「石仏」の取り合わせの妙。

### 短歌

三時起き待つてましたと展げるは  
新聞小説昨日のつづき  
題名に惹かれて買った新刊よ  
我がテールブルは積ん読の山  
温暖化でだんだん四季が無いと言う  
遠い昔が今はなつかし  
朝刊が配達される音、新聞を捲る音が聞こえてきそうな一首目。臨場感が伝わる。二首目は状況がよく分かり思わず共感。「新涼灯火」、山を低くしたいものだ。四季の情緒が薄れる寂しさを詠った三首目。温暖化は文学にも影響する。

### 川柳

辛い過去みせない母の笑い皺  
水やりの成果に応えナスの艶  
欲望を抑えきれない秋の膳  
国債増難なく通る決議案  
使つて見て初めてわかる取説書  
コマーシャルうまく消費者誘つてる  
自動車から空飛ぶ車に変わる夢が膨らみます  
選者吟「デジタルの進化で暮らし夢が増え」

俳句・短歌・川柳の投稿先 はがきに俳句、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、〒355-1860-1松葉町1-1-58市広報広聴課へ。※投稿は市内在住者に限りです。

## 梶田先生と振り返る思い出の一コマ

Vol.33

1954(昭和29)年7月1日に松山町、大岡村、唐子村、高坂村、野本村が合併して誕生した本市は、2004(平成16)年に市制施行50周年を迎えました。これを記念し、10月10日に市民参加型のお祭りが開催されました。岩鼻運動公園、市民文化センター、中央公民館(現松山市民活動センター)の3か所に設けられた会場には、多くの市民が訪れ、様々なイベントを楽しみました。

岩鼻運動公園では、一店逸品フェア、よさこい踊りなどで親子連れを中心ににぎわったんだよ



市民文化センターでは、県立松山女子高等学校音楽部によるコーラスなどで盛り上がったんだよ。



## 市制施行50周年記念 市民祭(式典) 2004(平成16)年



### キャラクター紹介

市内の小・中学生に配布された学習漫画『漫画でわかる 梶田隆章先生とニュートリノ』のキャラクターたちです。

ニュートリノ三兄弟



電ちゃん ミューちゃん タウっち

梨花(姉)



歩(弟)



梶田隆章先生



東松山市生まれ。東京大学宇宙線研究所教授。1998年にニュートリノ振動の発見を発表。2015年にノーベル物理学賞を受賞。

おすすめ

## 学校給食レシピ ～塩麻婆豆腐～

監修 学校給食センター栄養教諭



今日は塩麻婆豆腐を紹介します。麻婆豆腐は、中国の四川省で生まれた料理です。日本で麻婆豆腐を広めたのは、陳健民といわれています。ここで問題です。陳健民は、日本人に好まれる麻婆豆腐を作るために、少し味を変えたそうです。味をどう変えたのでしょうか?・・・答えは「辛さを控えめにした」です。陳健民は、本場の麻婆豆腐はとても辛いので、日本人には受け入れられないと考えました。そこで、麻婆豆腐の辛さを控えめにしてお出し、次第に日本人に受け入れられたそうです。麻婆豆腐は甜麺醬で味付けをするのが基本ですが、塩麻婆豆腐は甜麺醬を使わず、塩やこしょうで味付けをします。ぜひご家庭でも作ってみてください。

### 材料(4人分)

豆腐	450g	ニンニク	2g (1かけ)
豚ひき肉	150g	生姜	2g (1かけ)
ニンジン	90g (2/3本)	片栗粉	8g (小さじ3弱)
ネギ	90g (1本)	塩	6g (小さじ1)
タマネギ	60g (1/2個)	酒	5g (小さじ1)
タケノコ	30g (水煮)	サラダ油	4g (小さじ1)
ニラ	30g (6本)	中華顆粒だし	4g (小さじ2弱)
干し椎茸	2g (1個)	ごま油	4g (小さじ1)
		こしょう	少々

### ～作り方～

- ①干し椎茸はさっと洗って水に浸けて戻し、みじん切りにする。
- ②豆腐はさいの目切り、ニラ以外の野菜はみじん切り、ニラは1センチ幅に切る。
- ③鍋に豆腐とかぶるくらいの水を入れて火にかけて、豆腐を温めておく。
- ④深めのフライパンか中華鍋にサラダ油、ニンニク、生姜を入れて温め、豚ひき肉、酒、こしょうを加えて炒める。
- ⑤肉に火が通ったら、ニンジン、タマネギ、タケノコ、干し椎茸の順に炒め、水100cc、中華顆粒だし、塩を加えて味を調える。
- ⑥ネギ・ニラを入れてひと混ぜし、③の豆腐を穴あきおたまで水を切りながら入れる。
- ⑦水で溶いた片栗粉を入れてとろみをつけ、ごま油を回し入れたらできあがり!

学校給食センター

☎22-0741 FAX22-0742

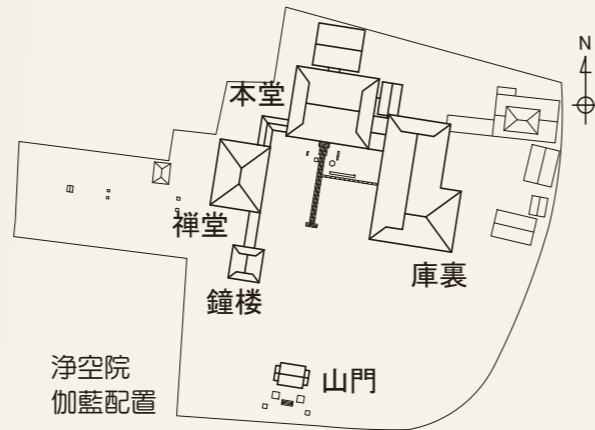


## ひがしまつま キッズ集會!

## おしえて『文化財』

### 浄空院 本堂・庫裏・禅堂

上唐子にある浄空院は、正式名称を太高山本通寺浄空禅院と号します。文禄2(1593)年、天台宗寺院であった法養寺を、徳川家康の旗本であった菅沼越前守定吉が開基となって改め、曹洞宗寺院となりました。浄空院の建物は、本堂、庫裏、禅堂(座禅堂)、鐘楼などで構成された伽藍配置をしています。庫裏は、古文書などから宝暦3(1753)年に建立されたものと考えられ、本堂、座禅堂も同年に建てられたものと推測されています。本堂を中心として、東西が対称となるように庫裏と禅堂を配置しており、鎌倉時代からの禅宗様を引き継いだ、江戸時代の建築様式を伝えるものとして貴重な建造物群です。



浄空院 本堂



浄空院 禅堂

## コアラ通信

### まつやまだいいちしょうがっこう 松山第一小学校、150周年おめでとう 松山第一小学校



松山第一小学校は、昨年、創立150周年を迎えました。それを祝して、10月14日(土)、松山第一小学校で創立150周年記念行事が行われました。

記念行事として鼓笛隊によるパレードをしたり、子どもたちがカラーエプロンを着用して人文字で「150」という数字を作り、それをドローンで撮影をしたりしました。また、バルーンリリースでは、飛んでいくバルーンにいつまでも手を振っている姿がありました。

子どもたちは「バルーンリリースがとても楽しくて、ずっと遠くまで飛んで行ってほしい」等の感想を話してくれました。





大岡地区ゴルフ連盟 役員の方々

11月14日(火)に埼玉会館で開催された「令和5年度 県民の日記念式典」において「第55回シラコバト賞」を受賞された大岡地区ゴルフ連盟の皆さんをご紹介します。

「シラコバト賞」とは、彩の国コミュニティ協議会が主催し、コミュニティ活動の一環として、住みよい地域社会の実現のために日頃積極的に実践活動を展開されている個人や団体を表彰するものです。



大岡地区ゴルフ連盟は、昭和64年1月1日に発足され、現在役員は16人で活動しています。ゴルフ大会の企画運営を通してスポーツの普及活動を行い、10月に開催された第53回大

岡地区ゴルフ大会では、100人を超えるゴルファーが参加し、秋晴れの中ゴルフを楽しんでいました。また、ゴルフ以外にも、盆踊りや大岡花まつりなど地域のイベントへの従事や、桜の苗木の寄附などの地域活動を行っています。



写真提供：大岡地区ゴルフ連盟

### 大岡小学校へ桜を植樹して一息

シラコバト賞は、これらの活動が評価され、受賞の運びとなりました。

会長の松本洋一さんは「長きに渡り活動が継続でき、今回シラコバト賞を受賞することができたのは、支援・ご協力をいただいた多くの皆さまのお陰であり、共に喜びたいと思います。発足当初から地域貢献を目標に掲げて活動をしてきましたが、今後も諸先輩方の意志を大切に活動していきたいと思っております。」と受賞の喜びを語っていました。



大岡地区ゴルフ連盟の皆さん、これからもゴルフを楽しみながら、地域活動へのご協力、よろしくお願いいたします。

## まちゼミ～得する街のゼミナール～

9月1日(金)から10月15日(日)にかけて、お店の人がプロの技を教わるミニ講座(通称：まちゼミ)が行われました。18回目の開催となった今回のまちゼミには約40種類の講座があり、内容も充実。このまちゼミが毎回楽しみで、何度も参加している人もいます。今回、初めてまちゼミの講座を開催したカフェでは、ティーバッグ紅茶の美味しい入れ方を教わることができ、自分で入れた紅茶を味わい、静かでゆったりとした時間が流れていました。



## 初開催! 産業・環境フェスタ

10月14日(土)、松山市民活動センターで「産業・環境フェスタ」を開催しました。5つのエリアに約40か所の店舗や団体の出店協力があり、市内の企業や環境活動、グルメ、ひがしまつやまプライドなどを知る機会になりました。また、ステージでは、演奏やダンスが披露され、楽しい時間を過ごしていました。東松山市産の栗 ぼろたんの焼き栗も大好評。秋空の下、参加した皆さんはおいしく、楽しいフェスタを満喫している様子でした。



まちかどスケッチ

この広報紙にあなたが写ってしましたら広報広聴課へご連絡ください。写真をさしあげます。

## フレンドシップかるた大会



10月21日(土)、大東文化大学東松山キャンパスと宮城県東松島市会場でオンラインでつなぎ、フレンドシップかるた大会が開催されました。

大東文化大学の100周年記念事業の一環として、友好関係を結ぶ東松山市・宮城県東松島市・大東文化大学の三者共同で制作した「フレンドシップかるた」で遊ぶ特別なかるた大会となりました。

参加者は、かるた大会を通じて三者の魅力、特徴、特産などを学びながら、大いに盛り上がりました。



## 新たな「東松山市観光大使」が誕生!

10月26日(木)、総合会館で東松山市観光大使の委嘱状交付式が行われました。

日本スリーデーマーチの開催をはじめアクティブな東松山市の姿をPRしていくため、国内外で活躍する大東文化大学特別強化運動部の選手に観光大使を委嘱しました。今後2年間様々なイベントでのPR活動を通じて、東松山市の魅力を発信していきます。



■後列左から 富山仁貴さん(男子バスケットボール部)、小山香月さん(スピードスケート部)、寒河江凛さん(テコンドー部)、浦井一彦さん(テコンドー部) ■前列左から 村俊範大東文化大学学務局長、森田光一市長、内山明夫観光協会会長



## 植物ZOO鑑

埼玉県こども動物自然公園

門倉緑地係長

花だより

【大雪】 雪が大いに降り積もる頃。

動物園内は風が吹くたびに葉っぱが舞い上がり、落ち葉だらけになりました。本格的な寒さが続き、朝、起きるのがつらいですね。

寒さで緑がだんだん失われ、花壇もすっかり冬の花に変わりました。冬の花壇と言えば寒さに強い、パンジーやピオラ、ノースポールにシロタエギクといったところでしょうか。降霜しても力強く咲く姿は、頼もしい限りです。

花の大きなパンジーは、昔「三色スミレ」と言われていたような気がして調べてみると、パンジーの和名をそう言っていたらしく、パンジーの野生種の一つである「三色スミレ」とは別物なのだとか。パンジーの名前の由来は、フランス語のpensée(思想)からきており、花の姿が物思いにふける人の顔のように見えるからとも言われています(所説ありそうですが…)。

園芸品種のパンジーは、様々な色が作り出されています。いつごろからか、少し遅れて小さく花をつけるピオラが台頭してきました。植物学的には同属ですが、長くたくさん花をつけることから重宝がられています。花壇管理では、花柄摘みも大事な作業なのですが、ピオラの花の多さには手を焼きます。動物園の花壇は、パンジー・ピオラの野生種の一つであるスミレが道端で花を咲かせるころまで、この布陣で頑張ります!

ぜひ動物園にお越しいただいた際には、冬の花壇にたくましく咲く花たちにも注目してみてくださいね。

★ノースポール キク科フランスギク属。北アフリカ原産の1年草。もともとは種苗会社の商品名だったが、一般名になった。ノースポール(northpole)は英語で北極を意味するが、白い花をたくさん咲かせる姿には、うってつけの名前に思える。

★シロタエギク キク科セネシオ属。地中海沿岸が原産の多年草。キクと言っても花を観賞するよりも、白い毛のはえたシルバーリーフが愛でられる。

※1月号は動物ZOO鑑です。



パンジー



花壇のピオラ



ノースポール



あったかそうなシロタエギク

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)	市内の空間放射線量測定結果
	人口: 91,116人 (+98) 男: 45,798人 (+51) 女: 45,318人 (+47) 出生(10月中): 56人 (+9) 死亡(10月中): 96人 (+12) 転入等(10月中): 433人 (+86) 転出等(10月中): 295人 (+39) 世帯数: 43,064世帯 (+111) *( )は前月比	発生件数: 376件※ 人身事故: 28件(死者: 0人、けが人: 35人) 物損事故: 348件 ※東松山警察署管内(東松山市・蒲川町・川島町・吉見町)の件数	市内34か所で空間放射線量を定期的に測定しています。 11月の測定においても、基準値を下回っています。 測定結果の詳細は、市HPに掲載しています。 環境政策課 ☎63-5006 ☎23-7700
		火災と救急件数(10月中) 火災件数: 1件 救急件数: 466件(交通: 31、急病: 280、その他: 155) 搬送人員: 388人	