

ふたば

広報



市のイメージキャラクター
「ふっかちゃん」

9月

2017年 9月1日
No.141



住民主体の介護予防事業『通いの場』
(長在家西自治会館)

特集 いつまでも元気に暮らすために 介護予防と相談先を活用しよう!

インターネットを利用して市有財産を売却します …… ⑥
家庭ごみを減らそう! アイデア募集 …………… ⑦
「深谷防災ネットワーク」と協定を締結 …………… ⑧

こころの不調を感じたらひとりで悩まず相談を! …… ⑩
介護予防サポーター養成講座 …………… ⑪
キラリ熱中時間『埼玉工業大学マンガ研究会 石川賢さん』… ⑲

いつまでも元気に暮らすために 介護予防と相談先を活用しよう!



今、全国で『介護予防』の取り組みが注目され、効果を上げてきています。深谷市でも、市内各地で運動教室や口腔教室などを積極的に展開し、『介護予防』を進めています。

『介護予防』は、高齢者が介護が必要な状態になることを予防するだけでなく、もしも実際に介護が必要になった時にも、その症状を軽減したり、悪化するのを防ぐ効果が期待され、実際に深谷市でも効果を上げていく取り組みがあります。

深谷市が行う介護予防教室一覧

①住民主体の『通いの場』での『深谷っかつ体操』



▲『通いの場』は、地域のかたが主体で行う取り組みで、自治会館などで『深谷っかつ体操』という簡単な体操を行い、地域の高齢者の筋力の維持・向上を目的としています(写真は『長在家西自治会』の皆さん)。

②メニューいっぱい運動・栄養・口腔『介護予防教室』



▲口腔環境の悪化、飲み込む力の低下は時として、命にかかわります。口腔教室では歯科衛生士が歯の磨き方などを通して、口腔機能の維持・向上を図っています。ほかにも高齢者に適した食事について学べる栄養教室や、運動教室などを行っています。

③正しい知識を学べる『認知症サポーター養成講座』



▲認知症への正しい理解、対応方法を学ぶ講座。講座後には、修了の証として『オレンジリング』を配付。子どもから大人まで幅広いかたが受講しています。

※①～③は随時長寿福祉課で受け付けています。内容、受け付け方法など、詳しくはお問い合わせください。

このほかにも、認知症予防教室『オレンジ倶楽部』や市内の介護事業所で家庭で手軽に行える運動を学ぶ『いきいき元気教室』などの参加者を募集しています(年2回)。次の募集は、オレンジ倶楽部は10月、いきいき元気教室は11月に行います。ぜひご参加ください。

元気な体づくりを応援！深谷市の『介護予防』

問い合わせ 長寿福祉課 (☎) 574-8544

市内には100歳以上の高齢者が61人います(8月1日現在)。10年前と比較するとその数は3倍を超えています。この数値が示す通り、市内の高齢者数は伸びています。

医療などの発達で全国的に超高齢社会となっています。深谷市ではさらに、『元気な高齢者』になれる取り組みを始めています。「年齢を重ねても、いつまでも元気で地域に暮らしていきたい。」そんな思いを実現するために、ぜひ活用してもらいたい介護予防と身近な相談先を紹介します。

高齢者は一般的に健康意識が高いですが、これも個人差が大きく、特に意識をしていないと、加齢とともに身体機能が低下し、歩行力や、嚥下機能が低下します。

嚥下機能の低下は、誤嚥性肺炎の誘因になります。予防の1つとして、睡眠中に無意識に唾液が气道に入る『不顕性誤嚥』には、寝る前の口腔ケアが大切です。また、歌を歌うことや声を出すことが嚥下機能の維持に重要です。

身体機能の低下は、足からくるケースが多いです。体を支える大きな筋肉が減少し、転倒しやすくなることが考えられます。そこで、10分間を3回といった分割運動でもいいので歩くことを勧めます。

高齢期はいろんなチャレンジの

取材memo

東都医療大学は上柴地区にある看護大学で、佐藤教授は『高齢者看護』を専門としています。昨年、佐藤教授は『地域包括ケアシステム』を担う人材育成のため、ダイアパレスビッグウイング深谷自治会やダイアパレスビッグウイング深谷内の老人クラブと協働で、調査・研究を行っています。

時期です。自分なりに考えて行っている、1人では自信がないかたは、介護予防教室や地域で開催しているサロンなどへ出かけて、仲間を作り、おしゃべりや運動、大きな声を出すカラオケを行うこともいいです。楽しみながら、楽しく介護予防ができると、キラリとした高齢期を過ごせると思います。人生楽しく、チャレンジしましょう。

加齢による体力低下について
東都医療大学の佐藤教授に
アドバイスをいただきました



東都医療大学
佐藤光栄教授

もし介護が必要になっても 安心してできるまちに

身体機能は年齢とともに低下していきまます。もしも、介護が必要になった時、体のことで不安を感じた時の相談場所を知っていますか。『地域包括支援センター』は高齢者のさまざまな相談を受け付ける窓口です。

いつか必要になる介護の備え

私たちは、突然の病気やケガで介護が必要になるだけではなく、加齢により運動機能は、ゆっくり低下していきます。

将来、必要となる『介護』への備えとして、深谷市では、介護保険制度と市独自の高齢者サービス事業など、さまざまな制度を備えています。

大切なのは『相談できる場所を持つこと』

さらに、介護をする人、受ける人のどちらの立場になったとして

も、大切なのは『相談できる場所』

を持つことです。介護を支援する制度はいろいろあっても、それを適切に利用することができなければ、意味がありません。

そのため、市では、相談窓口のひとつとして、『地域包括支援センター』を市内6カ所に設置しています。



地域包括支援センターとは？

高齢者の相談事を総合的に受け付けている窓口です。

①総合的な相談

高齢者やその家族などの介護や健康、医療・福祉、生活に関する悩みや問題に対応します。

②自立した生活の支援

支援や介護が必要となるおそれが高かたへ、介護予防に必要なサービスを利用できるよう支援します。

③権利擁護

認知症などで金銭管理や契約に不安があるかたが安心して暮らせるように、制度の活用を促したり、虐待被害などの早期発見・防止を行います。

④支援のネットワークづくり

より暮らしやすい地域づくりのため、行政機関や施設、病院などさまざまな機関と支援体制のネットワークづくりをしています。

地域の相談拠点『地域包括支援センター』

地域包括支援センター職員は高齢者福祉の『専門家』

高齢者の悩みは千差万別です。身体状況、認知症の有無、家族状況などによって異なり、ひとつとして同じ悩みはありません。

地域包括支援センターには、高齢者福祉の各分野の専門家（左図参照）があり、日々さまざまな相談に応じています。平成28年度には、市内6カ所の地域包括支援セン

ター合計で、6616件の相談を受け付けました。相談は毎年増加傾向で、地域包括支援センターのニーズは高まっています。

気になることは何でも地区担当に相談を

相談に占める割合で多いものは『日常生活のことや介護に関わること』、『介護サービスの内容や利用に関わること』というものが

具体的には、「家族や本人から「少し物忘れが気になる」、「介護保険のサービスを受けたいが、どのような手続きをしたらいのかかわらない」といった相談などが寄せられています。

「相談するのをためらっていた。」そんなかたの相談をお待ちしています。気になることは、何でも地区担当へ相談してください。



▲地域包括支援センターでは、窓口や電話などで相談を受けています。

特集 いつまでも元気に暮らすために 介護予防と相談先を活用しよう

専門職で構成される地域包括支援センター

地域包括支援センターは、医療・福祉の専門知識を持った職員で構成され、その専門性を生かして活動しています。深谷市では、市内を人口などに応じて6つの地域に分けて、地域包括支援センターを設置しています。



主任ケアマネジャー

利用者が適切な介護サービスを利用できるよう計画を立てるケアマネジャーのまとめ役。総合的に地域の介護に関する課題を調整しています。

保健師

医療の知識を持った専門職。病気やけがの『予防』を目的とした活動のほか、介護を受ける本人や介護をする家族の健康のサポートなどを行っています。



社会福祉士

相談業務の専門職。生活困窮や高齢者虐待などの防止や早期発見、また、認知症などに伴い必要となる成年後見制度の活用などに関わる仕事をしています。



※そのほかに、暮らしやすい地域づくりの推進役として『生活支援コーディネーター』、認知症ケア体制を整えるための『認知症地域支援推進員』を配置し、地域に向かい活動しています。

地域包括支援センター

福祉や介護の相談から高齢者虐待の相談までさまざまな相談をお受けします。お住まいの地区を担当するセンターにご相談ください(受付時間などはセンターによって異なります)。

センター名	所在地	電話番号	担当地区
エンゼルの丘	今泉625	☎546-1216	岡部地域
深谷市社会福祉協議会	本住町12-8	☎573-6869	深谷・大寄地域
医師会なごみ	国済寺319-3	☎577-5371	幡羅・明戸・豊里・八基地域
はなみずき	柏合1041-1	☎551-1113	上柴町西1~7丁目・秋元町・上野台の一部・見晴町・萱場・宿根・桜ヶ丘
あねとす病院	人見1975	☎577-3201	人見・柏合・榎合・櫛引・大谷・境・折之口・上野台の一部・上柴町東1~7丁目・東方の一部
ふじさわ苑	人見2028-3	☎574-1237	川本・花園地域





▲市と協働でマンガ制作に取り組んだ石川賢さん(埼玉工業大学4年生・写真中央)へ、感謝状を贈呈しました

このマンガは、現在市が取り組んでいる公共施設適正配置の必要性や、将来のために今行わなければならないことを、皆さんにわかりやすく伝えるために制作しました。自治会を通じて閲覧するほか、市ホームページや、市内公共施設などで読むことができますので、ぜひご覧ください。



▲公共施設が抱える問題などをわかりやすく説明



▲冊子表紙

市が進めている公共施設適正配置の取り組みを題材としたマンガ『いま、問われる未来のかたち』を、市と埼玉工業大学マンガ研究会が協働で制作しました。

公共施設適正配置の取り組みをわかりやすくお伝えします
マンガ『いま、問われる未来のかたち』完成
問い合わせ 公共施設改革推進室 (☎568-5009)

売却予定物件

※測量中のため地積が変更になる場合があります。

物件番号	種類	所在地番	地目	地積(m ²)
29-8	土地	原郷 ^{みなみほら} 字南原2149-26、2150-25	宅地	183.59
29-9	土地	長在家 ^{ながいけ} 字前天沼1037	雑種地	1390.78
29-10	土地	上柴町東1-16-2	宅地	276.46
29-11	土地	上柴町東7-15-17	宅地	289.74
29-12	土地	東方町3-36-4、3-36-5、3-36-7	宅地	671.38
29-13	土地	東方町4-10-2	宅地	137.49
29-14	土地	上柴町東4-18-2、4-18-3	宅地	558.33
29-15	土地	長在家 ^{ながいけ} 字長在家1602-1、1603	宅地	1206.31
29-16	土地	長在家 ^{ながいけ} 字北立野4004	宅地	1204.42

入札期間 11月24日(金)～12月1日(金)
実施要領 9月27日(水)～11月9日(水)に問い合わせ先のほか、市役所本庁舎・総合支所・公民館・図書館などで配布、または市ホームページから入手可能
10月23日(月)～11月9日(水)までに、ヤフー(株)が運営する公有財産売却システムで申し込み後、申込書類を問い合わせ先へ

インターネット(ヤフーオークション)を利用して
市有財産を売却します
問い合わせ 公共施設改革推進室 (☎568-5009)

みなさんが日頃から実践している
家庭ごみ減量のアイデアを
ぜひ教えてください!

- 例えば
- 生ごみの水切り方法
 - 不用品を使ったアイデアグッズ など



家庭ごみ減量

市では、ごみを減らすための取り組みのひとつとして、家庭から出るごみを減らすために、皆さんが日頃から実践している取り組みやアイデアを募集します。アイデアは1人何点でも応募可能です。

応募されたアイデアのうち、手軽に実践できるものは、市ホームページなどで紹介します。
対象 市内在住者
応募用紙 市役所本庁舎・総合支所・公民館で配布、または市ホームページから入手可能
応募方法 9月29日(金)までに、応募用紙に必要事項を記入の上、郵送、メール、または直接問い合わせ先へ

日頃から実践している取り組みやアイデアを教えてください!
家庭ごみを減らすアイデア募集
問い合わせ 環境衛生課 (☎585-2215)・Eisei@city.fukaya.saitama.jp・☎366-0262(2381-1)

市では、『空き家等の見守りに関する協定』に基づき、自治会の皆さんに協力いただき、昨年調査した空き家などの現状確認と更新調査を実施します。
調査期間 9月～10月
調査方法 自治会長・班長など自治会役員が、空き家などご想定される住宅を外観目視により調査

市内では、管理されていない空き家などが増えています。空き家などは個人の財産です。空き家などが原因で近隣のかたに被害が生じた場合、所有者や管理者は賠償責任を問われることがありますので、適正な管理に努めてください。

空き家などの確認・調査を実施します
問い合わせ 自治振興課 (☎574-8597)

今後の市政運営を進める指針として、深谷市の将来のあるべき姿とまちづくりの方向を表す『第2次深谷市総合計画』(案)がまとまりましたので、市民の皆さんから計画(案)への意見や提案を募集するパブリックコメント(意見公募手続き)を実施します。計画(案)は市役所本庁舎市政

情報コーナー、総合支所、公民館、市ホームページで閲覧できます。
対象 市内在住・在勤・在学者
申し込み 9月13日(水)～10月13日(金)に、所定の用紙に必要事項を記入し、郵送、ファクス、メール、または直接問い合わせ先へ

第2次深谷市総合計画(案)がまとまりました
計画(案)への意見・提案を募集します
問い合わせ 企画課 (☎574-8096)・☎574-6665・Planika@city.fukaya.saitama.jp・☎366-8501(仲町11-1)



新たに始まる制度・事業や、生活に身近な話題などをお知らせします

市長の深い話

深谷市長 小島 進



新庁舎建設

平成32年度完成を目指して

9月下旬から、新庁舎建設に伴う埋蔵文化財の発掘調査が始まります。さらに12月中旬には、新庁舎の建設場所となるため本庁舎南側の市道を廃止するなど、平成32年度中の完成を目指して、いよいよ新庁舎建設に向けた工事などが始まります。

新庁舎の建設は、現在の庁舎が抱える問題を解消し、安全・安心な防災拠点、かつシンプルで機能的な庁舎を建設するために必要なことをまとめた『新庁舎建設基本設計』に基づき進められます。

具体的には、『市民にとって安全・安心な庁舎』として、庁舎は

新庁舎建設に伴う埋蔵文化財発掘調査のため
市役所来庁者駐車場が一部変わります
問い合わせ 新庁舎建設推進室 (0501-2610)

9月27日(水) (予定) から、市役所本庁舎敷地内において、新庁舎建設に伴う埋蔵文化財発掘調査を実施します。それに伴い、来庁者駐車場の範囲を下図の通り変更します。



屋外広告物掲出にはルールがあります
問い合わせ 都市計画課 (0574-6654)

屋外広告物は身近な情報源であるとともに、まちにぎわいや活気をもたらしますが、無秩序・無制限に出されると、広告としての本来の役割を果たさないばかりか、市民共有の財産である自然やまちの持つ美しさを著しく損なうことになりかねません。

市では、埼玉県条例に定める基準に従い、必要な規制を行っています。広告物の数量や大きさによつては市への許可申請の対象となりますので、広告板などを掲出する際は、お問い合わせください。



4階建ての低層とし、重心が低く、堅牢な庁舎にします。さらに、免震構造を採用し、防災中核拠点としての建物の安全性や業務継続性を確保します。

また、『市民サービスの向上を目指した庁舎』として、市民の利用頻度の高い窓口部門を1階に集約配置し、市民サービスの向上を図ります。

さらに、『人にやさしく、市民に開かれた庁舎』として、庁舎の正面玄関前に、市民活動の起点となる『市民広場』を作るなど、まちのにぎわいと相乗効果を生む市民利用スペースを設置します。

ほかに、『自然環境にやさしい庁舎』として、深谷市の豊かな日射を最大限に生かし、約150キロワットの大規模な太陽光パネルを設置するなど環境に配慮した庁舎、『シンプルで機能性と経済性に優れた庁舎』として、維持管理しやすい庁舎の実現を目指します。皆さんには、新庁舎建設に伴い、今後とも来庁者駐車場の変更など、ご不便をおかけいたしますが、安全第一で進めてまいりますので、引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

災害時にいち早く市民生活の安定を図るため
『深谷防災ネットワーク』と協定を締結
問い合わせ 総務防災課 (0574-6635)

市は、災害時にいち早く市民生活の安定を図るため、市内企業が連携して防災支援などを行う『深谷防災ネットワーク』と『災害時及び平時における防災活動への協力に関する協定』を締結しました。この協定に基づき、市は災害時に必要な食品や用具などの供給を受けることができます。

深谷防災ネットワークとは

市内企業が連携し、災害時だけでなく、平常時から防災支援・活動を行う、防災に特化した法人で平成29年3月に設立されました。会員である企業がそれぞれの強みを生かして、市内の防災活動を支える取り組みを行っています。

市内企業の製品で作る『防災備蓄セット』

深谷防災ネットワークでは、災害発生時に必要な食品や用具などを、市内企業から調達して1つにまとめた『防災備蓄セット』を作っています。

さらに平常時も、防災訓練のほ



▲8月3日に行われた協定調印式。左から本多理事(埼玉ヤマト株)、小島市長、芝崎代表理事(ミカド電子株)、中里理事(有)中里商店



▲米や水、防災ライトがそろった防災備蓄セット

か、防災関連商品などの開発・販売などを通して、防災意識の向上を図っています。

みんなの声BOX

Q 市内で三世帯同居をしている世帯はどのくらいありますか

A 平成27年国勢調査では、深谷市の世帯数(53,384世帯)のうち、8.7%(4,662世帯)が三世帯で同居しています。この割合は、県内63市町村中16番目です。

市では、親との同居や、親の近くへの住み替えを推進するため、三世帯同居・近居支援事業を実施しています。

問い合わせ 国勢調査=商工振興課 (0577-3409)、三世帯同居・近居支援事業=子ども青少年課 (0574-6646)

ありがとうの手紙



優秀賞

小学校低学年の部
ふじさわようちえんへ

藤沢小学校1年(現2年) 久米慧斗さん

ぼくがふじぐみのとき、あたらしいえんしゃがたちました。とてもあかるくひろくなってうれしかったです。ふるいえんしゃはもうじきとりこわされてしまいます。ぼくのおかあさんもおにいちゃんもよかったえんしゃなので、おもいでがいっぱいあります。まいにちせんせいがほんをよんでくれたり、みんなとうたったり、ともだちとあそんだりたくさんおもいでがあります。ふるいえんしゃさん、たくさんのおもいでをありがとう。みんなもありがとう。

火災、その他災害情報の
問い合わせ
医療機関情報のご案内
●テレホンサービス
☎048-551-0119

防災行政無線
放送内容のご案内
●テレホンサービス
☎048-551-9000



市役所の連絡先

- 本庁舎 ☎366-8501 深谷市仲町11-1 ☎571-1211(代表)
- 岡部総合支所 ☎369-0292 深谷市岡2381-1 ☎585-2211(岡部市民生活課)
- 川本総合支所 ☎369-1192 深谷市田中197 ☎583-2781(川本市民生活課)
- 花園総合支所 ☎369-1293 深谷市小前田2345-1 ☎584-1121(花園市民生活課)

- 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分(祝休日・年末年始を除く)
- 木曜日 市役所本庁舎1・2階の窓口業務は午後7時15分まで(一部取り扱いえない業務があります)

募集



平成29年度「ちいきの先生」追加募集

●生涯学習スポーツ振興課 ☎572-9581
『ちいきの先生』とは、小学生の自主学習を支援する『がんばルくム』で、学習サポートをさせていただくたです。
対象 ●18～75歳
指導教科 ●国語・算数
勤務時間 ●土曜日の午前中
勤務場所 ●市内小学校

第70回記念深谷市美術展

●文化振興課 ☎577-4501
とき ●10月27日(金)～29日(日)午前9時30分～午後5時(29日は午後4時まで)
ところ ●深谷市民体育館
※29日のみ、茶道を掃部寮(深谷城址公園内)で実施
開催要項 ●申込書 ●公民館で配布
☎10月13日(金)までに公民館へ

食生活改善推進員が指導!! 県内産米を使った料理教室

●保健センター ☎575-1101
対象 ●市内在住の20歳以上
とき ●ところ ●①9月14日(木)・深谷

25回)午後7時～9時
ところ ●ボランティア交流センター
定員 ●先着30人
☎9月29日(金)までに問い合わせ先へ

朗読講習会(初級)

●社会福祉協議会 ☎573-6563
対象 ●市内在住・在勤の朗読ボランティアに興味のあるかた
とき ●10月4日(水)・11日(水)、11月1日(水)・8日(水)・15日(水)・12月6日(水)・14日(木)・20日(水)(全8回)午前10時～正午
ところ ●ボランティア交流センター
定員 ●先着25人
☎9月29日(金)までに問い合わせ先へ

熊谷高等技術専門学校 機械科・デジタルシステム10月入校生募集

●熊谷高等技術専門学校 ☎532-6559
対象 ●おおむね45歳未満の求職者
とき ●9月20日(水)午前9時～
内容 ●筆記試験・作文・面接試験
定員 ●10人
☎9月14日(木)までに問い合わせ先へ

特別支援学校 埼玉一学園(盲学校)高等部専攻科入学者募集

●特別支援学校埼玉一学園 ☎

公民館・もくせい館 ②9月26日(火)・岡部公民館 ③9月29日(金)・花園公民館 ※全て午前9時30分～
内容 ●講話、県内産米を使った調理実習
定員 ●各回先着30人
参加料 ●1人400円(食材費・保険料を含む)
持ち物 ●エプロン、三角巾(バンドナなど)
☎9月5日(火)午前9時から問い合わせ先へ

高齢者交通安全実践講習会

●道路管理課 ☎574-8861
対象 ●60歳以上
とき ●9月21日(木)・26日(火)・28日(木)午後1時30分～4時30分(雨天決行)
ところ ●深谷自動車教習所
内容 ●自動車運転実技指導・講義
定員 ●各日5人
☎各開催日の2週間前までに、問い合わせ先へ

パソコン教室 名刺印刷ソフトで名刺を作ろう!!

●深谷公民館 ☎571-0506
対象 ●市内在住・在勤者で、パソコンの基本操作のできるかた
とき ●10月24日(火)午前9時～11時45分
ところ ●深谷公民館

049-231-2121・☎049-239-1015)
あん摩・マッサージ・指圧、はり、きゅうの技能を習得できます。出願方法など、詳しくはお問い合わせください。
選考日 ●第1次募集 12月1日(金)、第2次募集 12月9日(金)

渋沢栄一翁をわかりやすく学べる連続講座「栄一塾」

●渋沢栄一記念館 ☎587-1100
内容 ●とき ●①講演『渋沢栄一と埼玉県の「地方創生」』講師 松本和明氏(長岡大学教授)・10月8日(日)午後1時～2時30分
②講座『渋沢栄一と郷土深谷』講師 新井慎一氏(深谷市郷土文化会会長)・10月22日(日)午前10時～11時30分
③見学会『渋沢一族関連史跡をめぐる』講師 新井慎一氏・10月29日(日)午前10時～正午
④渋沢一族にかかわる秩父めぐりバスツアー(希望者のみ)・11月5日(日)午前8時30分～午後5時
※会場・集合場所は全て渋沢栄一記念館
定員 ●先着50人
参加料 ●1000円(資料代・保険料を含む)
☎9月11日(月)～10月6日(金)までに参

定員 ●先着10人
参加料 ●500円(資料代)
講師 ●ITサポーター深谷
☎9月25日(月)午前9時から参加料を添えて問い合わせ先へ

在宅ワーカー育成セミナー(入門コース)

●人権政策課 ☎574-6643
対象 ●在宅ワークに興味のある女性
とき ●10月25日(水)午前10時～正午
ところ ●L・フォルテ ハナミズキ
定員 ●先着40人(満1歳以上の未就学児の託児あり・要予約)
講師 ●宮川祐佳里氏(株)キャリア・ママ マネージャー)

「道の駅」で動いてみませんか

●ふかや物産観光(株) ☎585-5001
募集人員 ●若干名(正社員)
待遇 ●社内規定による
※詳しくはお問い合わせください。
☎9月30日(土)までに問い合わせ先へ

「アコギDE弾き語り日和」出演者募集!

●深谷市民文化会館 ☎573-8765
対象 ●市内在住・在勤・在学者でア

加料を添えて問い合わせ先へ
※バスツアー参加者は別途5000円(バス・食代を含む)を後日集金。旅行実施・費用支払先 深谷観光バス(株) 西大沼356 ☎571-1881・埼玉県知事登録旅行業第2-220号)

まなび講座「がくのみち」ミニサッカーボールをつくる

●NPO法人まなびクラブ・リクウエイ・根岸さん ☎0800-4413-6951・✉fku6951negishi@gmail.com
対象 ●小学校4年生以上
とき ●9月17日(日)午前9時30分～11時45分
ところ ●上柴公民館
定員 ●先着20人
参加料 ●200円(当日集金)
※詳しくはホームページ(http://fkuway.org)をご覧ください。
☎9月13日(水)までに電話かメールで問い合わせ先へ

イベント

遺跡発掘調査報告会

●文化振興課 ☎577-4501
テーマ ●「発掘からわかった深谷と



就職面接会
岡崎玉新卒応援ハローワーク(☎048-650-2234)
対象●平成30年3月大学(院)・短大・高専・専門学校など卒業予定者(卒業後おおむね3年以内の人も可)
とき●10月16日(月)午後1時〜4時(受付11午後0時30分)

スポーツ・レクリエーション
森林公園ウォーク
岡市歩け歩け協会・高柳さん(☎090-1544-9996)
対象●オープン(小学生以下は保護者同伴)
とき・ところ●9月28日(木)午前9時〜午後2時・森林公園西口

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

市民弓道大会
岡市弓道連盟・矢木さん(☎575-1128)
対象●市内在住・在勤・在学者
とき●10月22日(日)高校生の部11午前8時30分、一般・大学生の部11午後1時
ところ●深谷ビッグタートル弓道場
参加料●200円(保険料を含む)
9月19日(火)までに問い合わせ先へ

初心者対象護身拳法教室
岡市少林寺拳法連盟・吉野さん(☎573-1798)
対象●30歳以上
とき●10月5日〜11月30日の毎週木曜日(11月2日・23日を除く全7回)午後7時〜8時
ところ●深谷ビッグタートル武道場
定員●先着30人
参加料●2000円(保険料を含む)
9月25日(月)までに参加料を添えて深谷ビッグタートル(☎572-3000)へ

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

深谷ビッグタートル休館日
わんぱくランド休館日・営業時間
岡深谷ビッグタートル(☎572-3000)
休館日●9月7日(木)(テニスコ

県北地域障害者就職面接会
ハローワーク熊谷(☎522-5656)
とき●10月20日(金)午後1時〜4時(受付11午後0時15分〜3時)
ところ●彩の国くまがやドーム体育館

市民弓道大会
岡市弓道連盟・矢木さん(☎575-1128)
対象●市内在住・在勤・在学者
とき●10月22日(日)高校生の部11午前8時30分、一般・大学生の部11午後1時
ところ●深谷ビッグタートル弓道場
参加料●200円(保険料を含む)
9月19日(火)までに問い合わせ先へ

あいたか村
岡あったか村・鈴木さん(☎572-3013)、囲碁クラブ・木部さん(☎570-1876)
手作りの屋敷で、皆さんをお待ちしています。趣味を自由に発揮して、一緒に楽しく過ごしませんか。
とき●開村日11毎週月・木曜日(9月18日(祝)を除く)、囲碁クラブ119月8日(金)・22日(金)午前10時〜午後3時
定員●開村日11先着20〜25人程度、囲碁クラブ11先着10人程度
参加料●開村日11利用者800円・ボランティア500円(食事を含まず)

秋のライコ特別見学会
岡川本サングリーンパーク(☎583-5611)
とき●9月16日(土)〜18日(祝)・23日(祝)・24日(日)午前10時〜午後4時
ところ●川本サングリーンパーク
※まゆクラフト体験11午後1時〜3時・参加料300円

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

深谷シティフィルハーモニー管弦楽団 第11回定期演奏会
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき●10月22日(日)午後1時30分〜(開場11午後0時45分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●スッペ作曲『軽騎兵』序曲(オーケストラワークシヨップメンバー参加曲)、ドヴォルザーク作曲『交響曲第八番』など
入場料(全席自由)●900円(高校生以下11500円)
前売り●問い合わせ先、花園文化会館アドニス、深谷ビッグタートル

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

あいたか村
岡あいたか村(☎575-3422)
とき●9月30日(土)まで
出展者●藤沢公民館キルトの会

ト・グラウンドの申請は、午前8時30分〜午後5時まで受け付け）
わんぱくランド休園日・営業時間
 休園日 ● 9月14日(木)
 営業時間 ● 午前9時〜午後5時（10月31日(火)まで）

くらしの情報

不動産鑑定士による不動産の無料相談会

問 埼玉県不動産鑑定士協会 (☎048-789-6000)
 とき ● 10月7日(土)午前10時〜午後4時
 ところ ● 八木橋百貨店1階正面入り口

法の日無料法律相談会

問 埼玉弁護士会熊谷支部 (☎521-0844)
 とき ● 9月23日(祝)午前10時〜午後1時（受付は午後0時30分まで・予約不要）
 ところ ● 行田市商工センター4階401研修室

全国一斉！法務局休日相談所の開設

問 さいたま地方法務局 (☎048-851-1000)
 とき・ところ ● 10月1日(日)午前10時

水装置工事業者に指定しました。
 ・新埼玉環境センター(株)(嵐山町・0493-62-8121)

県が実施する建築物に関する補助制度

問 県建築安全課 (☎048-830-5527)
 申請方法など詳しくはお問い合わせください。

1 耐震診断・耐震改修への補助

昭和56年5月31日以前に建築確認を受けた建築物のうち、診療所や店舗、福祉施設などで一定規模以上の建築物や、災害時に救命活動や物資の輸送を行うための道路をふさぐおそれのある建築物に対して、耐震診断、耐震補強設計および耐震改修の費用の一部を補助しています。

2 アスベスト対策への補助

アスベスト含有のおそれのある吹き付け材の含有調査やアスベストの除去などの工事に対する費用を補助しています。

就学時健康診断

問 学校教育課 (☎572-9578)
 平成30年4月に小学校へ入学するお子さん(平成23年4月2日〜24年4月1日生まれ)を対象に、就学時健康診断を実施します。9月中に通

午後3時〜さいたま地方法務局本局(さいたま市)、ウエスト川越
内容 ● 相続登記、隣地との境界、人権、公正証書などの相談(予約優先)

出張法律相談会

問 埼玉司法書士会事務局 (☎048-863-7861)
 とき ● 9月21日(木)午後1時30分〜4時30分
 ところ ● L・フォルテハナミズキB
相談内容 ● 相続、遺言、債務整理、成年後見、不動産の名義変更など
予約受付電話 ● 048-838-7472

お知らせ

深谷市国民健康保険被保険者証の二斉更新

問 保険年金課 (☎568-5001)
 10月1日(日)から、新しい被保険者証に切り替えとなります。新しい被保険者証は9月中に簡易書留で郵送します。

市指定給水装置工事業者

問 水道工務課 (☎577-7529)
 次の工事店を新たに深谷市指定給

知書を郵送しますので、日時・会場などを確認の上、受診してください。
 また、就学に際し、特に配慮を要するお子さんをお持ちのかたは、事前に問い合わせ先にご相談ください。

就業構造基本調査にご協力ください

問 商工振興課 (☎577-3409)
 総務省統計局では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。この調査は、国民の就業・不就業の実態を明らかにすることを目的としており、国が行う調査の中でも特に重要な『基幹統計調査』です。調査員が調査に伺いますので、回答にご協力をお願いします。

障害者自動車等燃料費の補助

問 障害福祉課 (☎571-1011)
対象 ● 市内在住で次のいずれかに該当し、補助の認定を受けているかた
 ① 身体障害者手帳1・2級または精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちで、本人名義の車またはバイクを運転している(18歳未満は、保護者名義の車などによる送迎を受けている)
 ② 療育手帳(A・A)を持ち、保護者名義の車による送迎を受けている
補助金額 ● 1ヵ月につき50円。1ヵ月の補助対象上限は自動車は1250

国民年金保険料の追納制度をご存じですか？

問 熊谷年金事務所 (☎522-5012)

保険年金課 (☎574-6641)

国民年金保険料の免除(全額免除・一部)・納付猶予・学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めたときよりも老齢基礎年金の受取額が少なくなります。

そこで、これらの期間の保険料は、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であれば、さかのぼって納めること(追納)ができます。追納保険料は過去の分から順次納めていただきます。
 ※一部免除については、納付すべき一部の保険料を期限内に納付する必要があります。納付しない場合には、その期間の一部免除が無効(未納と同じ)となり、追納することはできませんのでご注意ください。

手続き先は日本年金機構です

詳しくはねんきんダイヤル(☎0570-05-1165、IP電話・PHSのかたは☎03-6700-1165)または熊谷年金事務所までお問い合わせください。※郵送による手続きが可能です。

平成29年度中に追納する場合の額(ひと月分)

	全額免除 納付猶予 学生納付特例	3/4免除	半額免除	1/4免除
平成19年度	15,040円	11,280円	7,520円	3,760円
平成20年度	15,160円	11,370円	7,570円	3,790円
平成21年度	15,250円	11,430円	7,620円	3,810円
平成22年度	15,510円	11,630円	7,750円	3,870円
平成23年度	15,290円	11,460円	7,650円	3,820円
平成24年度	15,140円	11,350円	7,570円	3,780円
平成25年度	15,120円	11,340円	7,560円	3,780円
平成26年度	15,270円	11,450円	7,630円	3,810円
平成27年度	15,590円	11,690円	7,790円	3,900円
平成28年度	16,260円	12,190円	8,130円	4,060円

※平成26年度分以前の保険料には一定額が上乗せされています。

円、バイクは250円(自動車とバイクの重複補助はしない。タクシー券との選択制)
申請に必要な物 ● ① 車検証 ② 障害者本人または保護者の運転免許証
 ③ 平成29年4〜9月分の燃料費の領収書 ④ 障害者手帳 ⑤ 本人名義の通帳(認定を受けた月の燃料費から補助対象。まだ認定を受けていないかたは新規認定申請が必要)
 ⑥ 10月13日(金)までに問い合わせ先へ

深谷はばたき特別支援学校 学校公開週間・学校説明会

問 深谷はばたき特別支援学校 (☎578-1701・☎578-1703)
 とき ● 学校説明会 10月11日(水)午前9時30分〜11時45分、学校公開 10月30日(月)〜11月2日(木)午前9時30分〜正午
問 学校説明会のみ、電話かファクスで問い合わせ先へ

小型特殊自動車はナンバー登録が必要

問 市民税課 (☎574-6637)
 小型特殊自動車に分類される車両は、公道を走らなくても所有していれば軽自動車税の課税対象です。ナンバープレートのない小型特殊自動車を所有しているかたは、印鑑

車台番号がわかる書類(販売証明書譲渡証明書など)、身分証明書をもちのうえ、ナンバー登録をお願いします。

小型特殊自動車に分類される車両

■ 最高速度が35km/時間未満の、農耕トラクタ、農業用薬剤散布車、刈取脱穀作業車、田植機などの農耕作業用自動車(全て大きさの制限なし)
 ■ 最高速度が15km/時間以下で、長さ4.7m以下、幅1.7m以下、高さ2.8m以下の、シヨベル・ローダ、タイヤ・ローラ、ロード・ローラなどの工事現場、工場などで使用する特殊自動車

9月21日(木)〜30日(土) 秋の全国交通安全運動

問 道路管理課 (☎574-8861)
運動の重点
 ① 子供と高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止 ② 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止 ③ 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底 ④ 飲酒運転の根絶 ⑤ 高齢者の交通事故防止

本庄特別支援学校 学校説明会・学校公開

問 本庄特別支援学校 (☎0495-24-3747)
 とき ● ① 学校説明会 10月5日(木)午

酒蔵の映画館 深谷シネマ 9月の上映スケジュール 通常料金 1,100円 障がい者 900円 岡NPO法人市民シアター・エフ(☎551-4592)【火曜日定休】

9月 10日(日) 11日(月) 12日(火)・休館 13日(水) 14日(木) 15日(金) 16日(土) 17日(日) 18日(月) 19日(火) 20日(水) 21日(木) 22日(金) 23日(土) 24日(日) 25日(月) 26日(火)・休館 27日(水) 28日(木) 29日(金) 30日(土)	<p>まるでいつもの夜みたい 午前10時～ [日本/1時間14分/ドキュメンタリー]</p> <p>追憶 午後0時20分～ 午後5時40分～ [日本/1時間39分]</p> <p>メッセージ 午後3時10分～ 午後8時～ [米国/1時間56分/字幕]</p> <p>追憶 午後2時50分～ [日本/1時間39分]</p>	<p>球体型宇宙船で地球に飛来した知的生命体との対話に挑む、女性言語学者の姿を見つめるSFドラマ</p> <p>16日(土)午後0時20分～を上映後、木村大作さん(撮影カメラマン)の舞台あいさつあり</p>	
	<p>優秀映画鑑賞推進事業 ①午前9時30分～ ②午後0時10分～</p> <p>・暁の脱走[日本/1時間50分]=17日②・19日① ・嵐を呼ぶ男[日本/1時間41分]=18日①・20日②・21日① ・隠し砦の三悪人[日本/2時間18分]=17日①・19日②・21日② ・悪名[日本/1時間34分]=18日②・20日①</p>	<p>ターシャ・テューダー 静かな水物語 午前10時～ [日本/1時間45分/ドキュメンタリー/字幕]</p> <p>光 午後0時50分～ 午後5時40分～ [日本/1時間42分]</p> <p>河瀬直美監督作品。弱視のカメラマンと視覚障害者向けに映画の音声ガイドを作る女性が、それぞれに光を求めて葛藤しながら心を通わせていく</p>	<p>ローマ法王になる日まで 午後3時10分～ 午後8時～ [イタリア/1時間53分/字幕]</p> <p>光 午後8時～ [日本/1時間42分]</p> <p>中南米出身者として初めてローマ法王に選出された、ホルヘ・マリオ・ベルゴリオの波乱に満ちた半生を追った人間ドラマ</p>
10月 1日(日) 2日(月) 3日(火)・休館 4日(水) 5日(木) 6日(金) 7日(土)	<p>海辺のリア 午前10時～ 午後3時～ [日本/1時間45分]</p> <p>半世紀以上のキャリアを誇るも現在は認知症の疑いがあり、家族から見放された往年のスター兆吉(仲代達矢)を描く</p>	<p>20世紀初頭・ウーマン 午後0時30分～ 午後5時20分～ [米国/1時間22分/字幕]</p> <p>1970年代末の南カリフォルニアを舞台に、3人の女性とのさまざまな経験を経て大人へと成長していく少年のひと夏を描く</p>	

上映情報は全て予定です。予告なしに変更する場合がありますのでご了承ください。

図書館休館日 (深谷・岡部・川本・花園図書館共通)

【9月】4日(月)・8日(金)・11日(月)・19日(火)・25日(月)
【10月】2日(月)・10日(火)・13日(金)・16日(月)・23日(月)・30日(月)

深谷グリーンパーク・パティオ (☎574-5000・火曜日休館)

■営業時間：午前10時～午後9時(最終入場は午後8時15分) ※25mプールのみ午前9時～午後9時
■9月17日(日)は午前10時～午後5時まで、市民水泳大会開催のため25mプールの一般利用ができません。
■入場料：一般=1,000円、小・中学生=500円
■土・日曜日、祝日は、JR深谷駅南口から無料シャトルバスを運行します。詳しくはホームページ、またはお問い合わせください。
■市民限定2割引券を配布(市役所本庁舎・総合支所・公民館)。市民限定2割引カードを発行(パティオ)

イベント名	とき・内容	備考
9月無料園芸相談	専門相談員の相談は、9月10日(日)午前10時～午後4時	花き振興担当職員の相談は、随時受け付け
パティオの婚活 パティコン9月開催	9月24日(日) 楽しくお互いの仲を深めてみませんか?	☎電話でパティオへ
リンパケア教室	金曜日 午前10時30分～11時30分 リンパのセルフケアとストレッチで体スッキリ!!	ところ/第1研修室 参加料/一般=500円、会員=400円
深谷名産 グリーンコンテスト	募集期間/9月4日(月)～23日(祝) 『花のまちふかや』など、深谷の特色を生かし、花壇に植え付けをするグリーンコンテスト。最優秀賞は賞金1万円!	☎電話でパティオへ

障害があるかたを対象とした手当など
受給申請はお済みですか?

障害福祉課(☎571-1011)
下記の手当などを受けるには受給申請が必要です。詳しくはお問い合わせください。

- 1 特別障害者手当**
対象●20歳以上で、重度の障害により常時特別な介護を要するかた(3カ月以上入院中のかたは対象外)
手当金額●月額26,810円
- 2 障害児福祉手当**
対象●20歳未満で、身体障害者手帳1・2級の一部のかた、療育手帳A相当のかた(障害年金受給者は対象外)
手当金額●月額14,580円
- 3 在宅重度心身障害者手当**
対象●65歳未満で、次のいずれかに該当するかた
①身体障害者手帳1・2級 ②療育手帳A・A ③精神障害者保健福祉手帳1級
手当金額●月額5,000円

- ※施設入所中は対象外。所得に応じて支給制限あり
- 4 重度心身障害者医療費支給**
対象●市内に住所があり、医療保険に加入し、次のいずれかに該当するかた
①身体障害者手帳1～3級 ②療育手帳A・A・B ③精神障害者保健福祉手帳1級(精神病床への入院は除く) ④65歳以上で、後期高齢者医療制度の障害認定を受けた(条件あり) ※65歳以上で新たに上記の手帳を取得したかたは対象外
助成範囲●医療保険の適用となる医療費(一部負担金・高額療養費、附加給付金などを控除した金額)

9月20日(水)・26日(火)は動物愛護週間です
岡熊谷保健所(☎523-2811)
動物の愛護と適正な飼育についての関心と理解を深めましょう。
■犬を飼ったら、責任をもって『終生飼育』しましょう。万が一、飼う
前9時40分～正午 ②学校公開11月30日(月)・31日(火)午前9時45分～正午 ③全国一斉県立特別支援学校学校公開11月1日(水)・2日(木)午前9時45分～午後2時(給食試食11月午後0時20分～・要事前申し込み)
④給食試食のみ、10月13日(金)までに問い合わせ先へ

ボートレース戸田開催日
岡玉岡都市競艇組合(☎048-823-8711)
埼玉県都市競艇組合が主催するボートレース戸田の配分金は、市民の皆さんの暮らしに役立っています。
開催日●9月9日(土)・12日(火)、9月

28日(木)・10月1日(日) 節度をもってご利用ください。
岡部郵便局の取り扱い業務を一部変更します
岡深谷郵便局(☎571-2977)
10月16日(月)から、次の対象地域にかかる郵便物の集配業務の出発局を、岡部郵便局から深谷郵便局に変更します。
それに伴い、不在のため配達できない郵便物などは深谷郵便局で保管となります(配達日の翌日以降、希望により岡部郵便局でも窓口取扱時間内に受け取り可能)。
なお、岡部郵便局の窓口業務(郵

10月2日(月)は
固定資産税 3期
国民健康保険税 3期
の納期限です。
収税課(☎574-6639)

【誤】平成23年11月21日38人、平成24年11月21日83人、平成25年11月24日5人
【正】平成23年11月30日58人、平成24年11月31日09人、平成25年11月31日4人
【誤】平成23年11月21日38人、平成24年11月21日83人、平成25年11月24日5人

おわびと訂正
岡保育課(☎574-8648)
広報ふかや4月号の3ページに記載した『保育園在園児童数』に誤りがありましたので、おわびと訂正します。
対象地域●今泉・後橋沢・岡・岡里・岡部・榎挽・沓掛・西田・針ヶ谷・榛沢・榛沢新田・豊清寺・本郷・山河・山崎
便・貯金・保険(現金自動預払機(ATM))の営業時間などに変更はありません。

各種無料相談

※相談日が祝休日・年末年始に当たる場合は、お休みになることがありますので、事前にご確認ください。

名称	問い合わせ	内容	とき	ところ
家庭児童相談室	子ども青少年課 ☎571-1408	子どもに関する心配や悩み事の相談	月～金曜日 午前9時～午後5時	子ども青少年課 家庭児童相談室
虐待防止ホットライン	子ども青少年課 ☎574-3000	虐待が疑われる子どもを見つけた場合は、ご連絡ください	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	子ども青少年課
子どもスマイルネット	子どもスマイルネット ☎048-822-7007	子ども(原則18歳未満)に関する悩み電話相談	毎日(祝日、年末年始を除く) 午前10時30分～午後6時	浦和合同庁舎別館
行政相談	自治振興課 ☎574-8597	行政に関する苦情など	毎月第2・3木曜日 午後1時30分～4時	市役所西別館 会議室
法律相談	自治振興課 ☎574-8597	相続、離婚、金銭貸借、商取引などの法律に関する相談 予約制	火曜日 午後1時30分～4時30分	市役所西別館 会議室
市民相談	自治振興課 ☎574-8597	市民生活に関する相談	月～金曜日 午前9時30分～正午、 午後1時～4時30分 ※受け付けは午後4時まで	市役所北別館 市民相談室
消費生活相談	消費生活センター ☎571-2805	商品契約に関する苦情など	月・水～金曜日 午前10時～正午、午後1時～4時	市役所西別館 消費生活センター
不動産相談	自治振興課 ☎574-8597	土地や建物の売買、賃貸など、不動産に関する相談	毎月第1火曜日 午前9時～正午 ※受け付けは自治振興課へ	市役所西別館 会議室
交通事故相談	交通事故相談所 ☎048-830-2963	交通事故に関する相談	月～金曜日 午前9時～午後4時30分	県庁第2庁舎 交通事故相談所
教育相談	教育研究所 ☎572-9456	子どもの発達障害や、不登校・いじめ・非行など、学校生活上の不応や悩みについての相談	月～金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時30分 ※ファクス・メールは24時間受け付け ☎0120-4-78374 ☐e-net@city.fukaya.saitama.jp	教育研究所
よろず人権相談	人権政策課 ☎574-6643	生活全般で感じた人権上の困り事や悩みなどの相談 ※事前予約も可	9月11日(月)・25日(月) 午前9時～正午	市役所西別館 会議室
女性の悩み相談室	人権政策課 ☎574-6643	仕事・家庭・夫婦の悩みなどの相談 予約制	毎週水曜日 午前10時～正午、午後1時～3時	L・フォルテ ミーティングルーム2
DV問題法律相談	人権政策課 ☎574-6643	配偶者やパートナーからの暴力などに関する相談 予約制	9月21日(木) 午後1時30分～4時	L・フォルテ ミーティングルーム2
内職・就職・求人相談	内職・就職相談室 ☎573-1171	内職の仕事紹介、内職求人の受け付け、就職相談 予約制	月・木曜日 午前10時～正午、午後1時～3時	L・フォルテ ミーティングルーム1
ふるさとハローワーク	ふるさとハローワーク ☎551-2501	求人情報提供、職業相談・紹介 ※雇用保険など一部業務はハローワーク熊谷のみ取り扱い	月～金曜日 午前9時～午後5時(※10月からは午前10時～となります。)	キララ上柴 ふるさとハローワーク
深谷若者サポートステーション	深谷若者サポートステーション ☎577-4727	15～39歳までの無業者の就労に関する支援 予約制	月～金曜日、第2・4土曜日 午前9時～午後5時	若者サポートステーション(西島4丁目2-61ウエストビル2階)
労働相談	県労働相談センター ☎048-830-4522	賃金・退職金や労働時間などの労働条件や、労務管理上の問題などの相談	電話相談:午前9時～午後4時30分 来所相談:午前9時～午後4時	県庁第2庁舎1階
認知症相談	大里広域地域包括支援センター ふじさわ苑 ☎574-1237	高齢者の認知症に関する相談、介護相談	9月13日(水) 午前9時～午後5時	大里広域地域包括支援センター ふじさわ苑
健康相談	保健センター ☎575-1101	健康に関する相談 面接は予約制 ※電話相談は随時	毎週月～金曜日 (祝休日・年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時15分	保健センター
こころの相談	保健センター ☎575-1101	心の健康や病気、福祉制度などの相談 予約制	9月21日(木) 午後1時30分～2時30分、10月24日(火) 午後2時～3時	保健センター
ひきこもり等相談室	子ども青少年課 ☎574-6646	15～34歳までの引きこもりなどに関する相談	毎月第1・3水曜日午後1時～5時 ※祝休日の場合は翌開庁日	子ども青少年課
エイズ相談・検査	熊谷保健所 ☎523-2811	エイズなどに関する相談と血液検査 予約制	9月14日(木) 午後1時30分～2時30分、26日(火) 午前10時～11時、 午後5時30分～6時30分	熊谷保健所

休日診療



眼科・耳鼻咽喉科休日診療医院

とき	休日診療医院名	問い合わせ	とき	休日診療医院名	問い合わせ
9月 3日(日)	石川アイクリニック	☎572-6315	9月10日(日)	矢部耳鼻咽喉科	☎574-3535
9月10日(日)	正田眼科	☎571-1198			

※変更になる場合があります。最新の情報は、市ホームページをご確認ください。
※受診する場合は、事前に電話で確認の上お出かけください。

休日診療所・こども夜間診療所(☎573-7723・国済寺319-3)

●休日診療所

診療日	9月 3日・10日・17日・18日・23日・24日 10月 1日・8日・9日・15日・22日・29日
診療受付時間	午前9時～11時30分、午後2時～4時30分
診療時間	午前9時～正午、午後2時～5時
診療科目	内科・小児科

●こども夜間診療所

診療日	9月 2日・3日・9日・10日・16日・17日・ 18日・23日・24日・30日 10月 1日・7日・8日・9日・14日・15日・ 21日・22日・28日・29日
診療受付時間	午後7時～9時30分
診療時間	午後7時～10時
診療科目	小児科・内科(こども)

医療機関を受診する前に

●小児救急電話相談「#80000」
休日や夜間の子ども急病時に、経験豊富な看護師が直ちに医療機関を受診する必要があるかや、家庭での対処方法などをアドバイスします。
電話番号 ☎#80000
(NTTのプッシュ回線、携帯電話)
☎048-8333-7911
相談時間 (1)P電話、ひかり電話、ダイヤル回線
平日(月～土曜日)午後7時～翌日午前7時
休日(日曜日、祝日、年末年始)午前7時～翌日午前7時
※平成29年10月からは24時間体制で対応します。

●救急電話相談「#70000」
休日や夜間の大人の急な病気やけがに関して看護師がアドバイスします。
電話番号 ☎#70000
(NTTのプッシュ回線、携帯電話、ひかり電話)
☎048-824-4199
(ダイヤル回線、IP電話、PHS)
相談時間 平日(月～土曜日)午後6時30分～10時30分
休日(日曜日、祝日、年末年始)午前9時～午後10時30分
※平成29年10月からは24時間体制で対応します。

●埼玉県救急医療情報センター
24時間体制で受診可能な医療機関を案内しています。
電話番号 ☎048-824-4199(24時間対応)

安心して集える交流の場

『認知症カフェ』に参加しよう！

あねとすオレンジカフェ

問い合わせ
あねとすデイサービストレーニングセンター
(☎577-3483)
とき 9月10日(日) 午前10時～正午
ところ あねとすデイサービストレーニングセンター
参加料 100円

オレンジカフェ東都

問い合わせ
介護サポーターズ深谷・森田さん (☎571-0757)
長寿福祉課 (☎574-8544)
とき 9月14日(木) 午後1時30分～4時
ところ 東都医療大学
参加料 100円

ふじさわ苑オレンジカフェ

問い合わせ
ふじさわ苑 (☎574-1237)
とき 9月17日(日) 午前10時～正午
ところ デイサービスセンターふじさわ苑
参加料 100円

カフェ・オレンジヴィラ

問い合わせ
フラワーヴィラ (☎584-5550)
とき 9月24日(日) 午前10時～午後1時
ところ デイサービスセンターかぐや姫
参加料 無料(昼食を希望するかたは350円)

エンゼルオレンジカフェ

問い合わせ
エンゼルの丘 (☎546-1200)
とき 9月21日(木) 午前10時～11時30分
ところ つばさ保育園
参加料 無料

桜カフェ

問い合わせ
桜寿鶴ことぶきデイサービスセンター
(☎501-5255)
とき 毎週日曜日 午前11時～午後3時
ところ 桜寿鶴ことぶきデイサービスセンター
参加料 100円(昼食を希望するかたは別途500円)

家族の介護で悩みを持つ人たちの交流の場

介護者のつどい

問い合わせ 介護サポーターズ深谷・森田さん (☎571-0757)
とき・ところ ①9月16日(土) 午後1時30分～4時・コープみらいプラザ深谷
②9月20日(水) 午後1時30分～3時30分・原郷342-1大沢さん宅(ショートステイだんらん隣)

介護予防の知識と技術を身につけられます！

介護予防サポーター養成講座

問い合わせ 長寿福祉課 (☎574-8544)

介護予防の知識と、おもりを使用した体操『深谷っかつ体操』の技術を身につけ、地域でボランティアとして活動するための講座です。
対象 市内在住で、ボランティアとして月1～4回程度の介護予防事業に参加できるかた

とき 10月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)、11月1日(水)・8日(水)・16日(水)・22日(水)(全8回) 午前9時30分～11時30分

ところ 深谷公民館

定員 20人

申し込み 9月20日(水)までに問い合わせ先へ



▲受講後は、自治会でやられる『通いの場』などの介護予防事業で、ボランティアとして活躍しています。

9月10日(日)～16日(土)は自殺予防週間です

こころの不調を感じたらひとりで悩まず相談を！

問い合わせ 保健センター (☎575-1101)

毎日の生活で無理が続くと、こころのバランスが崩れやすくなります。また、こころが追いつめられると、誰でもこころの病気にかかる可能性があります。



こころの不調を感じたら、早めに相談を！

こころの不調を感じたら、1人で悩まず誰かに相談してください。また、身近な人が『疲れている』『元気がない』など、いつもと違うと感じたら、声を掛け、早めに専門機関につなぎましょう。市では、心の健康や病気、福祉制度などの相談窓口として『こころの相談』を、毎月1回開設しています。開設日時は『広報ふかや』の19ページに毎月掲載していますので、予約の上、ご利用ください。



少し疲れたかな…そんなときは

『こころの体温計』でチェック！

『こころの体温計』は、気軽に、いつでも、どこでも、ストレス度や落ち込み度をチェックできるシステムです。体調が悪いときに体温を測るように、少し疲れたと感じたら、こころの体温を測ってみませんか。

こころの体温計は、携帯電話、スマートフォン、パソコンから利用できます。利用料は無料(通信料は自己負担)です。



簡単!こころのストレスチェック!

深谷市 こころの体温計 **検索**

<https://fishbowlindex.jp/fukaya/>

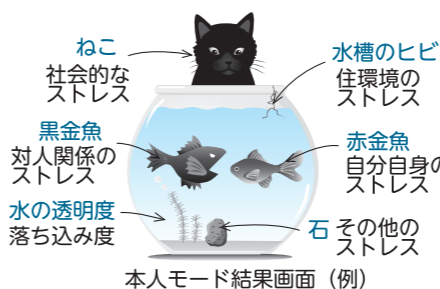
携帯電話・スマートフォンはこちらから▶



♡♡♡ こころの体温計 ♡♡♡ 各モード紹介 ♡♡♡

本人モード ストレス度・落ち込み度のチェック

本人の健康状態や、人間関係、住環境などのストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。



家族モード

あなたの大切な心の健康状態がわかります。



ストレス対処タイプテスト

あなたのストレス解消法はどのタイプですか?



赤ちゃんママモード

赤ちゃんのいるママの心の健康状態をチェックします。



アルコールチェックモード

飲酒が心にどのような影響を与えているのかわかります。



楽観主義のすすめ「こころのエンジン」

悲観的に考えがちな方に楽観主義をお勧めします。



(注意) このシステムは医学的判断をするものではありません。

母子保健

問い合わせ 保健センター (☎575-1101)

指定日にお越しになれない場合、ご相談がある場合および問い合わせは、保健センターへご連絡ください。4カ月児健康診査、1歳6カ月児健康診査、3歳児健康診査の対象者へは、個別に通知を発送しています。

【ところ】 深谷=保健センター おかべ=おかべ子育て支援センター 川本=川本子育て支援センター 花園=花園公民館

事業名	ところ	とき	対象者など
マタニティ教室	たまごコース	深谷 10月 6日(金)	午前9時20分～正午 (受け付け:午前9時10分～9時20分)
	ひよこコース	深谷 9月 13日(火) 10月 14日(水)	午前9時30分～正午 (受け付け:午前9時20分～9時30分)
マタニティごはん♥赤ちゃんごはんレッスン	深谷	9月 8日(金) 11月 2日(木)	午前9時30分～正午 (受け付け:午前9時20分～9時30分)
離乳食レッスン	深谷	9月 12日(火) 10月 17日(火)	午前10時～正午 (受け付け:午前9時30分～10時)
4カ月児健康診査	深谷	9月 12日(火) 22日(金)	受け付け:午後0時30分～1時30分
		10月 4日(火)	
1歳6カ月児健康診査	深谷	9月 14日(木) 27日(火)	受け付け:午後0時30分～1時30分
		10月 5日(木)	
3歳児健康診査	深谷	9月 15日(金) 26日(火)	受け付け:午後0時30分～1時30分
		10月 11日(火)	
乳幼児相談	花園	9月 11日(月)	午前10時～11時 対象 未就学児とその保護者 内容 身長・体重の測定、発育・栄養・発達・子育ての相談(希望者)
	深谷	9月 19日(火)	
	川本	9月 25日(月)	
	おかべ	10月 2日(月)	
赤ちゃん栄養相談	深谷	9月 29日(金)	午前10時～11時30分 対象 1歳未満児とその保護者 内容 離乳食・栄養の相談 ※要電話予約

母子健康包括支援センター (保健センター内)

問い合わせ 母子健康包括支援センター (☎575-1101・保健センターと共通)

妊娠・出産・授乳や子育てに関する、さまざまな疑問や心配事について助産師・保健師などが相談に応じます。併設の赤ちゃんスマイルエリアには、体重計が設置してあります。ご自由にご利用ください。



深谷市ファミリーサポートセンターの会員募集

問い合わせ ファミリーサポートセンター (☎551-4410)

ファミリーサポートセンターとは、子育てを手助けしてほしい人(依頼会員)と子育てを応援したい人(協力会員)が会員となり、育児に関する相互援助活動をするシステムです。希望者は入会説明会へ参加してください。

【入会説明会(要予約)】

とき 9月19日(火) 午後2時～3時30分

ところ 市役所西別館303会議室



病後児保育ステーション

問い合わせ 病後児保育ステーションのぞみ (☎574-4340・西島町2-16-1・佐々木病院内)

仕事で会社を休めない保護者などのために、病気の回復期にある子どもを預かります。

対象 市内在住で、病気の回復期にあり、病後児保育の利用が可能と医師に判断された、生後6カ月～小学校6年生までの児童

※保護者に就労・疾病・事故・出産・冠婚葬祭など、やむを得ない理由がある場合に限る

利用日時 月～金曜日 午前8時～午後6時

利用期間 連続7日間まで(延長可)

定員 4人(予約順)

利用料 1日につき2,000円(生活保護世帯は無料)

※その他に飲食費1日につき400円(給食・おやつ代)



子ども向けおはなし会・映画会

問い合わせ	内容	とき	ところ	備考
深谷図書館 ☎571-8210	絵本『おだんごばん』、おはなし『ネコとネズミ』、大型絵本『ねずみくんのチョコッキ』、『ちびゴリラのちびちび』	9月23日(木) 午前10時30分～	深谷図書館 3階展示室	対象 幼児・小学校低学年 30分程度
	絵本、手遊び、わらべうたなど	10月12日(木) ①午前10時30分～ ②午前11時～	深谷図書館 3階展示室	対象 0～3歳くらい ①②とも同じ内容 各20分程度
岡部図書館 ☎585-5968	映画『天狗の羽うちわ』、『むくはとじゅうの名犬物語』	9月16日(土) 午前11時～	岡部公民館 1階大会議室	対象 幼児・小学校低学年 30分程度
川本図書館 ☎583-6250	絵本『あらいぐまとねずみたち』、『あおい玉あかい玉しろい玉』、『ゆうこのあさごはん』、折り紙	10月14日(土) 午後2時～	川本図書館 絵本コーナー	対象 幼児・小学校低学年 40分程度
花園図書館 (アクロス) ☎579-1333	1部:パネルシアターと映画 2部:絵本、紙芝居、エプロンシアター、手品、手遊びなど	10月 7日(土) 午後2時～	花園図書館 (アクロス) おはなしのへや	対象 幼児・小学校低学年 1・2部 各30分程度
人権政策課 ☎574-6643	絵本、紙芝居など	9月19日(火) 午後3時30分～4時	L・フォルテ チューリップ	対象 幼児・小学校低学年

※図書館休館情報は17ページに掲載しています。

■おわびと訂正

『広報ふかや8月号』22ページ、『パパ・ママ応援ショップ優待カード』の記事の中で誤りがありました。おわびして訂正します。
(正)『18歳に達して最初の3月31日』 (誤)『18歳未満に達して最初の3月31日』



子育て支援センターは、未就学児と保護者を対象に育児相談・支援を行う施設です。
主に育児相談や、施設を自由に利用できる広場を実施するほか、毎月、さまざまな事業を行っています。
※事業により年齢制限がありますので、備考欄をご確認ください。記載がない場合は、未就学児と保護者です。

ところ	事業名	とき	内容	備考
桜ヶ丘	べったんこ教室	10月 4日(水)・11日(水) 午前10時30分～11時30分	ハロウィン飾りを作しましょう	1歳半以上児の親子(4日)、1歳未満児の親子(11日)、要予約・各回先着15組
	おはなし教室	10月 6日(金)・20日(金) 午前10時30分～11時	豊かな心を育む絵本やお話の読み聞かせです	要予約、先着20組
	お誕生会	10月25日(水) 午前10時30分～11時30分	9月生まれのお友達をみんなで祝いましょう	要予約、先着20組
	あおぞら教室	10月18日(水) 午前10時～11時30分	熊谷『たじまこ倶楽部』のお友だちと楽しく遊びましょう	会場:別府沼公園 要予約、雨天中止
桃2ナ	子育て講座	9月15日(金) 午前10時～	絵本の読み聞かせと子育てのお話を聞いてみませんか?	-
	ベビーヨガ	9月21日(水) 午前10時～11時	親子でふれあいながら、ヨガを楽しみましょう	会場:Lフォルテ コリ 要予約、先着10組
	親子体操	9月28日(水) 午前10時～11時	親子でたくさん、体を動かしましょう	会場:Lフォルテ ハナミズキ、要予約、先着10組
	親子フラダンス	9月20日(水) 午前10時～11時	親子で楽しくダンスをしましょう	会場:Lフォルテ コリ 要予約、先着10組
深谷	体験保育	9月12日(水)、10月10日(水) 午前10時～正午	今日は何をするのかな?すくすく交流会、のびのびPoPo～室内開放～	要予約(すくすく交流会)
	給食体験(もぐもぐPoPo)	9月16日(土)・10月 7日(土) 午前10時～正午	9月16日(土) 作ってみよう行事食『おはぎ』 10月 7日(土) 好き嫌いをなくそうPart2『肉団子スープ』	要予約
	運動会練習	9月26日(水) 午前10時～正午	ハート・PoPo運動会に向けて楽しく練習しましょう	-
	ハート・PoPo運動会	10月 2日(月) 午前9時15分～正午	みんなでつくる初めての運動会(深谷西・藤沢・上柴共通)	会場:深谷ビッグスタートルメイシアター 要予約
	散歩	10月 3日(火) 午前10時～正午	親子で楽しく話しながら秋を見つけに行きましょう	-
深谷西	体験保育	9月14日(木) 午前10時～正午	今日は何をするのかな?すくすく交流会、のびのびPoPo～室内開放～	要予約(すくすく交流会)
	運動会練習	9月28日(水) 午前10時～正午	ハート・PoPo運動会に向けて楽しく練習しましょう	-
	散歩	10月 5日(木) 午前10時～正午	親子で楽しく話しながら秋を見つけに行きましょう	-
藤沢	運動会練習	9月13日(水) 午前10時～正午	ハート・PoPo運動会に向けて楽しく練習しましょう	-
	体験保育	9月27日(水)、10月 4日(水) 午前10時～正午	今日は何をするのかな?すくすく交流会、のびのびPoPo～室内開放～	要予約(すくすく交流会)
上柴	ジュニア	9月11日(月)・25日(月) 午前10時～正午	小さいお子さんを持つお母さんに役立つ遊びがいっぱいです	-
	運動会練習	9月15日(金) 午前10時～正午	ハート・PoPo運動会に向けて楽しく練習しましょう	-
	体験保育	9月29日(金)、10月 6日(金) 午前10時～正午	今日は何をするのかな?すくすく交流会、のびのびPoPo～室内開放～	要予約(すくすく交流会)
すみれ	室内遊び	月・水・金曜日 午前8時30分～午後1時	気に入ったおもちゃなどで親子で遊びましょう	-
	園庭開放	月・水・金曜日 午前9時～正午	お天気のよい日は親子で水・砂・泥遊びを楽しみましょう	持ち物:着替え
	給食体験	9月13日(水)・20日(水)・27日(水) 午前11時～正午	年齢に応じた給食を親子と一緒に楽しみましょう	要予約、先着5組、費用負担あり
ふき	給食体験	水曜日 午前11時～正午	年齢に応じた給食を食べましょう	要予約、先着3組、費用負担あり
	親子リズム	9月14日(木) 午前10時～11時	親子でリズム遊びをしましょう	-
	団子作り	9月21日(木) 午前10時～11時	十五夜団子を作りましょう	-
エンゼ	お誕生会	9月28日(水) 午前10時～11時	9月生まれのお友達をみんなで祝いましょう	-
	なかよしサークル	火～木曜日 午前9時30分～正午	親子でいろいろな遊びを楽しみましょう 火曜日=運動遊び、水曜日=造形遊び、木曜日=季節の遊び(最終木曜日はお誕生会)	-
	協栄スイミングで遊ぼう	9月13日(水) 午前10時～11時	協栄スイミングでのプール遊び	要予約、費用負担あり
	給食体験	9月13日(水) 正午～午後0時40分	エンゼル保育園の給食を食べてみませんか?	要予約、先着2組
花園工	英語教室	9月19日(水) 午前11時30分～正午	外国人講師による英語遊び	-
	協栄スイミングで遊ぼう	9月11日(月) 午前10時～11時	協栄スイミングでのプール遊び	要予約、費用負担あり
	リトミック	9月14日(木) 午前11時～11時30分	専門講師によるリズム遊び	要予約、先着15組
川本	英語教室	9月19日(水)、10月3日(水) 午前9時30分～10時	外国人講師による英語遊び	-

明戸	… 明戸子育て支援センター	☎573-5115	
おかべ	… おかべ子育て支援センター	☎585-4101	火～土曜日 午前8時30分～午後5時
川本	… 川本子育て支援センター	☎583-2233	
深谷	… 深谷保育園ハート・PoPo子育て支援センター	☎551-6333	
深谷西	… 深谷西保育園ハート・PoPo子育て支援センター	☎573-0005	月～土曜日 午前8時30分～午後5時
藤沢	… 深谷藤沢保育園ハート・PoPo子育て支援センター	☎572-1511	
上柴	… 深谷上柴保育園ハート・PoPo子育て支援センター	☎578-8777	
すみれ	… すみれ保育園子育て支援センター	☎571-2770	月・水・金曜日 午前8時30分～午後1時30分
あけぼ	… あけぼの保育園子育て支援センター	☎572-0022	月～金曜日 午前 9時30分～午後2時30分
エンゼ	… エンゼル子育て支援センター	☎585-0462	火～木曜日 午前 8時30分～午後1時30分
花園工	… 花園エンゼル子育て支援センター	☎584-4602	月～金曜日 午前 9時～午後2時
ふき	… 子育て支援ふきのとう	☎546-0066	月～金曜日、土曜日(月2回・園庭開放のみ) 午前8時30分～午後1時30分
川の子	… 川本のこキッズ保育園子育て支援センター	☎583-2771	火・水・金曜日 午前9時30分～午後2時30分
花園二	… 花園第二こども園子育て支援センターオアシス	☎584-2266	月～金曜日 午前10時～午後4時
桜ヶ丘	… 桜ヶ丘保育園子育て支援センターさくらっこ倶楽部	☎571-6941	火～土曜日 午前 9時～正午、午後1時～3時
桃2ナ	… 桃園第2ナーサリースクールもも2ひろば	☎575-1177	火～金曜日 午前10時～午後3時

◆予約制のものは、前月10日からお申し込みできます。なお、お休みや事業を行っている時は、電話に出られない場合があります。
◆主な事業を掲載しています。その他の事業など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

ところ	事業名	とき	内容	備考
共通	育児相談	各支援センター開所時間内 (花園二のみ月～金曜日 午後1時～3時)	子育ての悩みを一緒に考えましょう	花園二のみ要予約
	広場	各支援センター開所時間内	事業のない時間に、支援センターを開放 事業のない時間に、園庭を開放	- 深谷・深谷西・藤沢・上柴・すみれ
明戸	わくわく教室	水曜日 午前10時30分～11時30分	季節の制作やふれあい遊びが楽しめます	おかべ・川本でも開催 10月25日(水) お誕生会
	おはなし教室	金曜日 午前10時30分～11時30分	絵本や紙芝居の読み聞かせを通して、心の育ちを応援します	おかべ・川本でも開催
	ベビーオイルマッサージ	10月 3日(火) ①午前9時30分～、②午前10時45分～	無添加のオイルを使って赤ちゃんをやさしくマッサージします	要予約、①先着7組②先着8組、10カ月未満児と保護者
	パワフルらんど	10月12日(水) 午前10時30分～11時30分	お友達と一緒にふれあい遊びや読み聞かせを楽しみます	会場:はたらふれあい館
	親子コンサート	10月19日(水) 午前10時15分～11時15分	アンサンブルグループ『ポプリ』による本格的な生演奏	-
おかべ	親子クッキング	10月27日(金) 午前10時～正午	栄養士指導のもとで、親子で簡単クッキングにチャレンジしませんか?(おかべ・川本共通、各園先着5組)	要予約、2歳半以上児と保護者、費用負担あり 会場:藤沢公民館
	ベビー&ママピクス	10月 5日(水) 午前10時30分～11時30分	親子で楽しく体を動かして産後の運動不足を解消しませんか?	要予約、先着15組、1歳未満児と保護者
川本	わくわくらんど	10月19日(水) 午前10時30分～11時30分	お友達と一緒にふれあい遊びや読み聞かせが楽しめます	会場:豊里公民館
	給食体験	10月 3日(火) 午前10時30分～11時30分	保育園の給食を食べて、栄養士が相談にも応じます	要予約、先着7組、費用負担あり
花園二	キラキラ広場	10月12日(水)・24日(水) 午前10時30分～11時30分	双子や三つ子のお友達と一緒に遊びませんか?(双子、三つ子でなくても、どなたでも参加できます)	-
	あそぼう会	金曜日 午前10時30分～11時15分	親子で楽しく制作をしましょう	-
	身体測定	9月22日(金) 午前10時～11時	身長・体重を測ってみましょう	-
川の子	お誕生会	9月22日(金) 午前11時～11時30分	みんなで祝いましょう	-
	子育て講座	10月26日(水)、11月2日(水)・9日(水)・16日(水)・24日(水)・30日(水) 午前10時～正午	『完璧な親なんていない!』みんなでしゃべりましょう	要予約、先着10組、託児あり(無料)
	親子体操	金曜日 午前9時30分～11時	親子で楽しく体を動かしましょう	要予約
	リトミック	9月26日(水) 午前10時30分～正午	ピアノに合わせて体を動かしましょう	要予約
川の子	ファーム体験・サツマイモ掘り	10月19日(水) 午前10時30分～正午	親子でたくさん、サツマイモを掘ってみましょう!	要予約、費用負担あり
	幼稚園ごっこ(体育活動)	10月26日(水) 午前10時30分～正午	体育の先生と一緒に運動をしましょう!	要予約

おでかけスポット♪

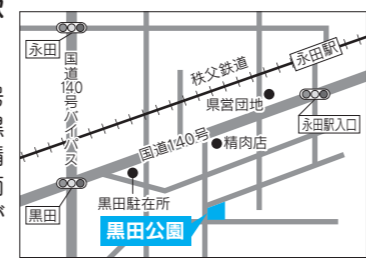


黒田公園

荒川の近くにある閑静な公園。中央には長いローラー滑り台とアスレチック遊具があり、目を引きま。敷地西側には、小さな子どもが遊べる複合遊具もあります。駐車場がないので注意してください。

住所:黒田931-2 駐車場:なし トイレ:あり 水道:あり 自動販売機(飲料水):なし

アクセス:国道140号バイパスの「黒田」を東に向かい、精肉店のある交差点を南に入ると左側に公園が見えてきます。





7月19日・いやし処ほてる 寛楽本庄早稲田駅前
高校生が考えたお茶漬けが大好評！

深谷商業高校の生徒が考案したお茶漬けメニューが、ホテルの朝食として採用されました。この日は、考案した生徒が自分で作り、お披露目をしました。



7月23日・JR岡部駅前通り
ふれあいカーニバルinおかべ

今年は小雨交じりの中でしたが、雨にも負けない盛り上がり！山車の祭りばやしや太鼓が鳴り響き、みこしを担ぐ掛け声も響きました。



8月6日・川本総合支所南側荒川河川敷
第23回深谷花火大会

天候が危ぶまれましたが、雨の上がった会場では、約4,000発の大小さまざまな花火が、深谷の夏の夜空を華麗に彩りました。



8月8日・市役所本庁舎議場
大人顔負けの質問も！『子ども議会』

小学生19人、中学生22人の子ども議員が市政に関するさまざまな質問をし、実際の議会さながらの質疑応答が行われました。



8月9日・道の駅はなぞの(ベーカリースキッチン オハナ)
上手に焼けたよ！『夏休み子供パン教室』

小学校4～6年生26人が参加し、子どもたちはパン職人さんにパン作りのコツを教わりながら、4種類のパンを手作りしました。



8月14日・花園総合運動公園
イベントたくさん！『花園ふるさと納涼夏まつり』

ファイアダンスなど普段見ることのできない催しに、大人も子どもも釘づけでした。恒例の花園音頭踊りコンクールも多数の参加があり、大盛況でした。



(写真①) 山車・屋台が並ぶときらびやかな景色に包まれ、来場者を楽しませました。(写真②) 子どもたちによる『花こいソーラン』。日頃の練習の成果を披露 (写真③) 水をかけられても、子どもたちは元気！(写真④) 仲間と一緒にみこしを担ぎ、良い笑顔！



▲太鼓と笛がまつりを盛り上げました。

7月29日・JR深谷駅前、深谷駅通り
第22回深谷まつり

毎年恒例の深谷まつり！子どもから大人まで多くの人で盛り上がりました。

昼間はステージイベントや花こいソーランが行われ、23基のみこしが深谷駅前通りを練り歩きました。子どもたちは、水をかけられながらも元気よく掛け声をあげながらみこしを担ぎました。

夜になると、ちょうちんに照らされた、きらびやかな山車・屋台が登場し、夏の夜を華やかに飾り、雨が降る中でも最後まで大盛況でした。



キラリ 熱中時間

深谷市にゆかりがあり、市内外で活躍する個人や団体を紹介します。

『公共施設適正配置』をマンガでわかりやすく説明



埼玉工業大学マンガ研究会
いしかわ けん
石川 賢さん

みんなが課題を知るきっかけに

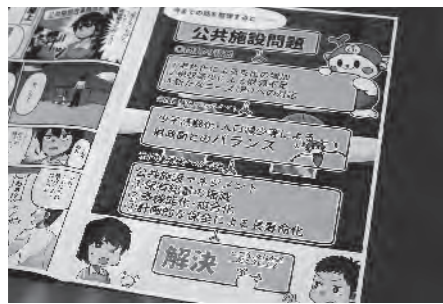
「『公共施設の課題』と言われても、正直ピンときませんでした。」こう語るのは、市の公共施設適正配置を題材にしたマンガ『いま、問われる未来のかたち』の作者である石川賢さんです。大学生である石川さんは、学業と並行してこのマンガを描き上げました。

石川さんが市の依頼を受けてマンガの作成を開始したのが、平成28年7月。はじめは、どのような視点で進めれば良いのか悩みました。そこで、石川さんは市の職員と打ち合わせをするだけでなく、実際に市内の公共施設を10カ所以上見学し、それぞれの問題や課題について説明を受けました。

「公共施設と言われても、学校や図書館、体育館くらいしか思

い浮かばなかったのですが、市役所の庁舎や公園などさまざまな施設があり、老朽化や維持管理にかかる経費の問題など、今まで考えたことがなかったことについて知ることができました。また、実際に見学したことがマンガに生かせていると思います。」と真剣な表情で語る石川さん。完成後は、大きな達成感とともに自分自身がまちを見る目も変わり、「まちに興味を持ち、大切にしようという気持ちが強くなりました。」とも話してくれました。

『公共施設適正配置』という難しい題材をわかりやすく説明したこのマンガには、石川さんの努力と工夫が詰まっています。ぜひ、ご覧ください。



▲石川さんが最も苦労したが、一番気に入っているページ。ここまでの話を整理し、解決するために『足りないもの』を考える、重要なページとなっています。

数字でみつけた!

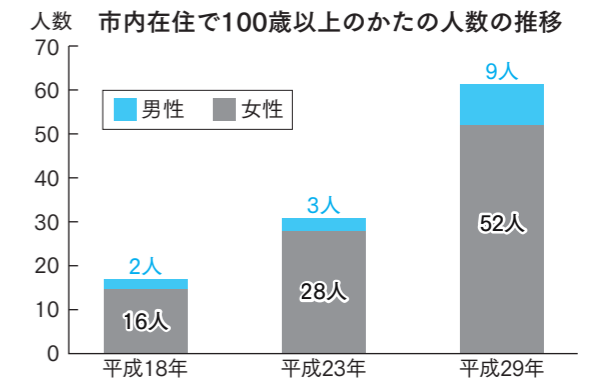
深谷のイイトコ♡

第6回 市内で100歳以上のかた

9月18日は『敬老の日』。そこで、市内在住で100歳以上のかたを調べてみました。

市内には100歳以上の男性が9人、女性が52人、合計で61人います。最高齢のかたは男性が108歳（明治42年生まれ）、女性が107歳（明治43年生まれ）です。深谷産の煉瓦が使われている東京駅が完成してから103年なので、東京駅よりも『年上』です。

今月号の特集では、介護予防について紹介しています。ぜひ、参考にして、健康に長生きできるよう生活しませんか？



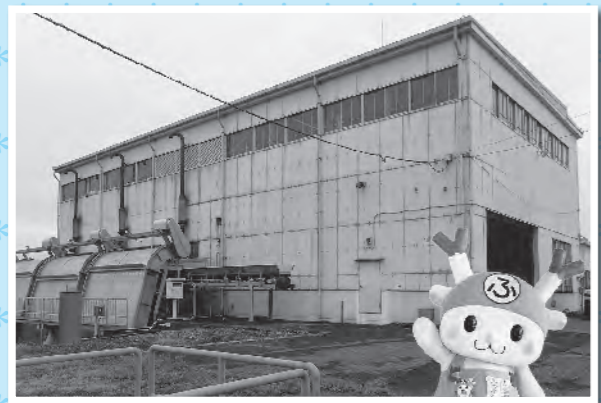
▲平成18年に市内で100歳以上のかたは男女合わせて18人でしたが、この10年ほどで61人と3倍以上になっています。

ふっかちゃんの日常から
深谷が見えてくる

ふっか散歩

⑤ 豊里東部排水機場

今月は『豊里東部排水機場』を紹介するよ。ここは大雨が降った時に、豊里地区が洪水になるのを防いでいるんだって！外から見ただけだとわからないから、早速、中をのぞいてみよう～っ！



◀建物の中には、いろいろなスイッチが付いた操作盤があるよ！
排水機場では、大雨の時にはいろいろな機械を動かして、洪水にならないようにしているんだ。



▲大きいエンジン！豊里東部排水機場では、大雨の時に小山川と水路をつなぐゲートを閉じるんだ。閉じたままだと水路の水があふれちゃうから、このエンジンでポンプを動かして、洪水になるのを防いでいるんだよ。

ふっかちゃんのつぶやき
今月18日は敬老の日だよ！日ごろお世話になっているおじいちゃんやおばあちゃんに感謝の気持ちを伝えようねえY(o0w0o)Y



心の広場

豊里中学校1年(現2年)
山賀 さくらさん

高齢者が幸せに生活するには



私には祖父二人、祖母が二人おり、四人とも七十才をこえています。みなさんのまわりにも、私のようにお年寄りが身近にいる人が、沢山いるのではないのでしょうか。年をとるということはどうことなのでしょう。まだ十二才の私には想像がつかません。でも私の祖父、祖母からわかることは、年をとるにつれ病気になる、通院をくり返したり、体が弱くなっていったりすることです。

私は小学五年生のときに介護老人保健施設を訪問しました。入浴設備などを見学したり、入所している方と交流したりしました。折り紙をプレゼントしたり、入所している方と会話をしたり、一緒に「ふるさと」の合唱をしたりもしました。その中の一人の女性は、もともと一人暮らしで、手が不自由のため施設に入ったと言っていました。自宅にいた頃は、出かけることもできず心がふさぎこんでいたけれど、施設では、同じお年寄りや会話をしたり、私達のような訪問者とのふれ合い

があったりするので楽しいし、生き生きと生活ができると言っていました。このお話を聞いて私は介護してくれる方もいて、整った設備があるこんな施設が増えると、この女性のように生き生きと楽しく毎日を送れるのではないかと思いました。しかし、介護施設になかなか入所できない、介護士不足、孤独死などたびたび耳にします。社会全体がもっと高齢者が生き生きと幸せに生きられるよう施設や介護士を増やすことが大切だと思います。

先日、家族で食事に行ったとき、足の不自由なおばあさんがスロープを降りていました。しかしそこには小さな段差があり、その前でおばあさんは立ち止まっていた。その段差は、私には何とも思わない段差でも、おばあさんにとっては進むのが難しい段差だったのです。私はとっさにおばあさんの側にかけ寄り、おばあさんを支えてあげました。おばあさんはすごく困っていたようで、とても助かったという顔で、ありがとうと言って帰っていきました。せつかくあるスロープも、利用する人のことを考えて作らなければいけません。世界でもトップクラスの長寿国である日本は、もっと高齢者が生活しやすいバリアフリーにすることで、だれでも安心・安全で暮らしやすくなる意識を高めなければいけないのではないのでしょうか。私は、「いつでも相手の身になって」という気持ちを持ち、生活していきたいと思っています。

ガーデンシティふかや推進室[ふかや緑の王国・深谷市榎引24-2(花植木流通センター隣)] ☎551-5551
花を愛し、人を愛し、地域を愛するまちづくり!!



ふかや学校 花はな プラン ~地域で子どもを育てる~

花はなプランとは、学校だけに子どもをお願いするのではなく、地域で将来の深谷を担う子どもを育てる環境を取り戻すため、子ども・学校・地域(ガーデニングボランティア・PTA・学校応援団など)が、一緒に花壇作りを行う活動です。



▲おかべ幼稚園の園児が花壇に花を植えました。



▲本郷小学校の児童がボランティアと学校花壇を整備しました。



深谷アダプトプログラム団体紹介

アダプトプログラムとは?

市民・学校・事業者の皆さんが里親となり、公園や道路、緑地などの公共空間の緑化・美化・清掃活動を行うことに対して、市が支援する制度です。

花園インターチェンジ花ボランティア

花園インターチェンジ内の市管理地で、『花いっぱい活動』を行うことにより、花園インターチェンジ周辺の環境向上を図ることを目的に設立されました。会員は34人で年3回、NEXCO東日本と協力して、花苗の植え付けなどを行っています。



サンフラワー会

上柴地区の緑地や花壇を整備し、季節の花を植え、花の街深谷の緑化活動の一翼を担っています。さらに、沿道の皆さんが花を愛で、楽しんでいただけるよう、年間を通し維持管理をしています。

ケアホームハーモニー

『ケアホームハーモニー』は、知的障害を持つ方々が生活しているグループホームです。旧日本煉瓦製造専用線跡地の遊歩道『あかね通り』で、月1回の清掃活動を行っています。笑顔とあいさつを合言葉に、気持ち良い街づくりを目指しています。



ふかや緑の王国からのお知らせ!

①第9回 ジャパンバードハウスコンテスト2017作品募集中!

遊び心を大切に、鳥の視点で都市の環境を考えたコンテストです。

応募締切 9月30日(土)必着
※最優秀賞(クオカード1万円分)をはじめ、優秀賞(同5,000円分)、特別賞(同2,000円分)あり



▲第8回人間審査の部最優秀賞作品

②第8回 ふかや緑の王国写真コンテスト作品募集中!

テーマ ふかや緑の王国の魅力

応募締切 平成30年1月5日(金)必着

③深谷えん旅 in ふかや緑の王国『陶器のオブジェづくりと王国窯焼きピザ』

とき・定員 9月30日(土)午前9時~、先着20人

申し込み 電話で問い合わせ先へ

『ガーデンシティふかや』『ふかや緑の王国』ホームページのほか、ツイッター(@garden5551)、『ふかや緑の王国』フェイスブックもご覧ください。

いいね!
No.42

深谷の授産製品

授産製品とは、障害のあるかたが作っている商品です。商品の他に作業なども提供しています。どれも高品質なものばかり!このコーナーでは、その良さをたっぷり紹介します!



ジョブサポートはぶたえ

☎571-3711

住所: 上野台2504-1



◀基盤に部品を乗せる様子。細かい作業も集中して行います。



◀箱の組み立て作業。それぞれが得意な作業を手分けして進めています。



◀洋菓子を入れる箱が完成

多機能型の特長を生かした支援

多機能型事業所『ジョブサポートはぶたえ』(以下「はぶたえ」)は、平成23年4月に事業を開始しました。「はぶたえ」とは絹織物の一種で、運営主体である社会福祉法人「まゆだま」の「まゆ」にちなみ名付けられたものです。

「はぶたえ」の特長は、就労継続支援B型と就労移行支援という2つのサービスを提供している多機能型事業所という点です。就労継続支援B型の訓練に慣れた利用者は、就労移行支援にステップアップして希望に応じた就職を目指します。

また、医療機関と密接に連携し、それぞれの特長にあった訓練を行っています。

それぞれが得意な作業を!

「はぶたえ」では、企業からさまざまな作業を請



支援員一丸となって、サポートしています。

ジョブサポートはぶたえ
支援員の皆さん

け負っています。例えば、贈答用のお菓子箱をつくる作業や、医療用品に使われる基盤に部品を乗せる細かい作業などです。どの作業も、利用者の適性を生かして丁寧に行っているため、質が高く好評です。また、施設内での作業にとどまらず、一般企業に訪問して実習を行っており、毎年多くの利用者が企業に就職しています。

就労移行支援と就労継続支援B型とは?

「就労移行支援」では、職場体験などを通して、就労に必要な知識や能力の向上のために訓練を行うほか、就労相談や支援を行っています。「就労継続支援B型」では、企業から仕事を請け負い、事業所内で就労の機会を提供し、就労への知識や能力を向上させるための支援を行っています。

今日のごはんは明日のげんき！ ～笑顔でつくる健康なまち 深谷～ 食生活の改善で病気を防ごう！


備蓄品を利用した災害時の食事

9月1日は防災の日です。大正12年9月1日、関東大震災が発生しました。それから94年、人の記憶は薄れても、災害への備えは忘れてはなりません。日頃から懐中電灯・ラジオなどとともに、食料を備えておくことが重要です。


食料は主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて、3日分を目安に備蓄しましょう。そして、気を付けたのが賞味期限切れです。『いざ』という時にすぐに使えるように、日々の食生活に上手に取り入れ、こまめに買い足しながら備えましょう。

また、食品アレルギーをお持ちのかた、高齢者や乳幼児がいる家庭では、それぞれに合った備蓄食品を選びましょう。


水
3日以上(1人1日3リットル程度)




主菜
缶詰(魚・肉・豆)・レトルト食品・乾物など



主食
米・レトルトご飯・乾麺・カップ麺・パンの缶詰など



副菜・その他
日持ちする野菜・海藻類・調味料類・ゼリー・缶詰など



(監修:深谷赤十字病院院長 伊藤博 医師) 深谷赤十字病院管理栄養士 永井恭子さん

キレイ・元気を応援します! No.41

電気・ガスを使わずにつくれます!

切干大根とわかめのツナサラダ

栄養価 (1人分当たり)

エネルギー 93kcal	たんぱく質 3.9g	脂質 5.5g	炭水化物 8.0g	塩分 0.4g
-----------------	---------------	------------	--------------	------------



おすすめポイント

常備しやすい食材と調味料を使った簡単サラダです。ビニール袋を使うと、少しの水分でも乾燥食材を戻せます。

材料 (2人分)

切り干し大根20g、乾燥わかめ2g、ツナ缶(水煮)30g、白煎りごま小さじ1、マヨネーズ大さじ1

作り方

- 清潔なビニール袋にツナを汁ごと入れ、切り干し大根と乾燥わかめを加えてもみこみ、20分程度おく(材料全体に水分が行き渡らないときは、水を足す)。
- ①にマヨネーズと白煎りごまを混ぜ合わせる。

(レシピ作成協力: 深谷市食生活改善推進員協議会)

ふかやの野菜をプラス1皿!



野菜で TUNAGU 明日の健康!



メール配信サービス
登録受け付け中

- 市からのお知らせ
- 災害・防災情報
- 防災行政無線情報
- 火災情報

↑QRコードを読み取り、空メールを送信してください。