

広報 ふかや



7月 2018年 7月1日
No.151



自主防犯組織の『幡羅地区民生委員・児童委員協議会』による子どもたちの登校時『見守り活動』

防ごう被害、守ろう安全!

特集 身近な危険から身を守る

使用しなくなった公用車を売却します…………… ⑧
みどころたくさん!深谷の夏のお祭り!!…………… ⑪
子どもにオススメする本を教えてください!…………… ⑫

夏休み 小・中学生向けイベント…………… ⑬
『ファミリーサポートセンター』事業を拡大します…………… ⑲
キラリ熱中時間『ROSE LABO(株) 代表 田中綾華さん』…………… ⑳

防ごう被害、守ろう安全！ 身近な危険から身を守る

平成29年の県内の犯罪認知件数は、6万3383件で前年と比較して6073件減少しました。しかし、市内（深谷・寄居署管内の合計件数）では前年と比べて増加しており、自転車盗が227件と最も多く、車上狙いや自動販売機狙いなども発生しています。また、最近では窃盗だけでなく、子どもや高齢者を狙った犯罪も目立ち、特に深刻化しているのが、高齢者を狙った特殊詐欺（振り込み詐欺・還付金詐欺・架空請求など）です。

迫る身近な犯罪！

「私たちの心がけて防ごう被害」

高齢者を狙った特殊詐欺

「会社のお金を使いこんでしまった。」など子どもや孫になりすまし、現金を要求する『オレオレ詐欺』をはじめとした特殊詐欺の被害が後を絶ちません。警察に届け出のあった平成29年の市内の被害件数は16件、被害金額では、1818万円でした。

特殊詐欺の手法は、年々巧妙化しており、電話から始まる手口だけでなく、あえて古典的な手法で

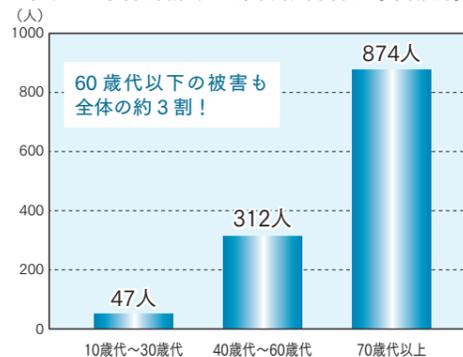
ハガキを使用し、訴訟告知などの通知を装う『ハガキ詐欺』も最近が増えていきます。

若い世代も油断大敵！

特殊詐欺の被害年齢層は、70歳代以上の高齢者が最も多いですが、被害に遭いにくいと思われるそれより下の年代も、決して被害件数は少なくありません。年代により詐欺被害の手口が異なります。

被害から身を守るためには、さ

平成29年特殊詐欺の県内被害者数(年齢別)



さまざまな手口を知り、家族での声掛けや情報共有が大切です。また、不審な電話などを受けた場合は、警察に相談しましょう。

子どもを犯罪から守る

近年、各地で子どもが犯罪に巻き込まれる事件が起き、市内でも子どもへの不審行為情報が寄せられています。

子どもを犯罪から守るために、警察では、入学時期にあわせて各小学校で防犯教室を開催し、子どもたちに対して犯罪に巻き込まれない対策を指導しています。

また、各地域では、地域の安全を守るために防犯活動を行う自主防犯組織137団体が活動しており、子どもの登下校の付き添いや危険箇所での交通指導などの見守り活動をはじめ、防犯パトロールを実施し、地域内での犯罪の抑制へとつなげています。

犯罪に巻き込まれないためには、地域が連携して防犯意識を高め、犯罪が起きにくい環境を作ることが大切です。

市では、警察との協力や子どもたちと地域の安全を守るために活動する自主防犯組織に対する支援を通じて、安全安心なまちづくりに取り組んでいます。

寄居警察署 安原生活安全課長に防犯対策について伺いました

※深谷・岡部地区は深谷警察署、川本・花園地区は寄居警察署が管轄となっており、市は両警察署と連携して防犯対策を行っています。

犯罪防止には、『家族の絆』と『地域の連携』が不可欠です。日常的に行う家族同士の話し合いや地域住民間でのコミュニケーションが、いざ犯罪に巻き込まれそうになった時の被害防止に役立ちます。

子どもたちの安全確保では、日ごろから『あいさつ』を通じて地域でつながりをつくり、不審者を寄せ付けない地域づくりが有効です。

また、深刻化している特殊詐欺被害は、『自分は大丈夫』という過信から、いざとなると冷静な判断ができず、だまされるケースがあります。『おかしいな?』と思ったら、まずは家族に確認したり、電話の防犯機能（非通知拒否や番号表示など）を活用し、『ウソの電話』に出ない対策をしましょう。

犯罪は地域内で連続発生するケースもあります。被害防止のために、警察・家庭・地域で連携し、積極的に情報の共有と声掛けを行い防犯力を高めることが重要です。

防犯のキーワードは、『家族の絆』と『地域の連携』です。



寄居警察署 安原 健二 生活安全課長

今すぐ登録！

市メール配信サービス

登録をしておくで携帯電話に市からお知らせ（災害情報・防災行政無線情報）が配信されるサービスです。ぜひ、ご登録ください。



メール配信伝達のイメージ

7月●日 10:00
件名：深谷市◆防災行政無線【不審者目撃情報】
こちらはぼうさいふかやです。警察署から不審者情報についてお知らせします。本日、▲▲地内で××な事案が発生しました。特徴は◆◆です。不審者を発見した場合は、警察へご連絡ください。



③市民に情報が届く(防災行政無線・メール配信など)



②市が依頼に基づき、防災行政無線放送・メール配信などを実施



①警察から市へ市民への周知依頼

防犯情報が届くまで

市では、防犯情報（不審者・詐欺防止啓発など）を防災行政無線を通じて次のような流れで情報を発信しています。随時提供される情報をよく確認し、犯罪被害に遭わないよう注意しましょう。



災害時などの情報入手方法



<p>防災行政無線</p> <p>屋外スピーカーを通じて緊急情報などをお知らせします。</p>	<p>市メール配信サービス</p> <p>あらかじめ登録をした携帯電話へ、市からのお知らせや災害・防災情報、防災行政無線の放送内容などを配信します。</p> <p>登録はこちらから</p>	<p>市ホームページ</p> <p>災害情報などを随時更新します。</p> <p>http://www.city.fukaya.saitama.jp/</p>
<p>テレホンサービス</p> <p>防災行政無線の放送内容を電話で確認することができます。</p> <p>☎048-551-9000</p> <p>※通話料のみで情報は必要ありません。</p>	<p>ツイッター</p> <p>災害等緊急時には災害情報などを発信します。</p> <p>深谷市公式アカウント Fukaya_City 携帯電話向け公式サイト http://twitter.com/Fukaya_City</p>	<p>広報車</p> <p>緊急時は、広報車で市内を巡回放送します。</p> <p>深谷市 広報車</p>
<p>テレビ埼玉 地デジ3チャンネル</p> <p>テレビ埼玉(3チャンネル)のデータ放送を活用し、防災行政無線で放送した内容などを発信しています。</p> <p>①テレ玉(3チャンネル)を視聴する。 ②リモコンの【d】ボタンを押す。 ③テレ玉のデータ放送画面が開く。 ④画面左下の一覧から『深谷市からのお知らせ』を選び、リモコンの【決定】ボタンを押す。</p>	<p>緊急速報メール</p> <p>避難勧告の発令など緊急度の非常に高い情報を、市内に存在する携帯電話(ドコモ、au、ソフトバンクの対応機種のみ)に一斉送信します。</p>	<p>NHK総合テレビ 地デジ1チャンネル</p> <p>NHK総合テレビ(1チャンネル)のデータ放送を活用し、気象情報等の防災情報が確認できます。リモコンの【d】ボタンを押すと、次の情報を確認することができます。</p> <ul style="list-style-type: none"> 気象情報 河川水位 雨量情報 防災、災害情報 など

災害から身を守るためには、正確な気象情報や避難情報を確認し、状況に応じて適切な行動をとる必要があります。誤った情報に惑わされないように、市が発信する情報をはじめ、複数の情報入手手段を活用しましょう。

2

情報収集



3



早めの避難行動

避難

近年の豪雨被害の状況から、避難情報の名称が変更されました。市が発信する避難情報を正確に把握し、早めに避難することが大切です。

避難情報の種類と取るべき行動

<p>避難指示(緊急)</p> <p>避難していないかたは緊急に避難してください。外出することによって命の危険が及ぶような状況では、近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難してください。</p>	<p>避難勧告</p> <p>速やかに避難所へ避難してください。外出することによって命の危険が及ぶような状況では、近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難してください。</p>	<p>避難準備・高齢者等避難開始</p> <p>子どもや高齢者など避難に時間を要する家庭は避難を始めてください。また、身の危険を感じる場合も避難を始めてください。その他のかたは避難準備を進めてください。</p>
---	--	--



▲平成29年10月、台風により市内の道路が冠水している様子

台風・集中豪雨に備える

大雨の発生しやすい季節

梅雨から秋までの時期は、台風や集中豪雨といった大雨の発生しやすい季節です。近年では、突発的で予測が困難な局地的豪雨なども多く発生しています。大雨による被害は、全国的にも増加しており、平成27年9月に発生した関東東北豪雨では、茨城県において鬼怒川が決壊し甚大な被害をもたらしました。大雨が発生した際に素早く判断し、被害を最小限にするにはどう行動すればいいのか、事前に対策を確認して台風・集中豪雨に備えましょう。

1

事前確認

日頃から対策準備

『もしも、大雨が発生したら』を想定して、いざという時の対策をする必要があります。まずは、ハザードマップを利用し、家庭や地域内で避難場所や危険箇所はどこか確認しましょう。また、非常持出品を準備しておきましょう。

深谷市 洪水・内水ハザードマップ

～方々の水害に備えて～

洪水・内水ハザードマップとは、大雨による洪水や内水氾濫の危険性を示す地図です。市では、洪水・内水ハザードマップを作成し、配布しています。各地域の避難場所、危険箇所や浸水の深さ、非常持出品など避難行動に役立つ情報を掲載しています。総務防災課で配布してるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

【試験案内】
配布場所 市役所本庁舎総合案内、総合支所市民生活課、キトラ上柴行政サービスセンター、深谷図書館、消防本部
 ※市ホームページからも入手可能
配布期間 8月5日(木)まで
【採用試験】
申込期間 8月1日(水)～5日(日)
試験日 9月16日(日)
会場 事務職・専門職＝埼玉工業大学(普濟寺1-69-0)、消防職＝消防本部(上敷免8558)
 ※土木施工管理技士1級、一級建築士または建築基準適合判定資格者の資格を有するかたは、まちづくり技師(土木・建築)の試験の専門試験を免除します。



▲平成30年4月に採用された職員

平成30年度募集職種

募集職種		募集人数
事務職	一般事務	10人程度
	一般事務(福祉)	
	一般事務(身体障害者対象)	
専門職	まちづくり技師(土木・建築)	2人程度
	保健師・管理栄養士	若干名
消防職	消防職(一般)	5人程度
	消防職(救急救命士)	

市では、平成31年4月1日採用予定の職員を募集します

市職員採用試験を、次の通り実施します。申し込み要件など詳しくは、試験案内よりご確認ください。

市職員採用試験を実施します

問い合わせ
 人事課 (☎574-6636)
 消防総務課 (☎571-0900)

平成30年度介護保険料

問い合わせ 大里広域市町村圏組合 (☎501-1330)
 長寿福祉課 (☎574-8544)

【介護保険料の改定】

3年ごとに介護保険事業計画の見直しを行い、平成30～32年度の65歳以上のかたの介護保険料を左表の通り改定しました。

【納付方法】

納付方法は原則として特別徴収ですが、65歳になった年度のみ普通徴収です。

【特別徴収(年金天引き)】

※保険料の納め方は法律で定められており、個人で選択できません。年金が月額18万円以上のかたは、年金天引きとなります。なお、天引きの介護保険料の金額は、通帳には記載されません。

【普通徴収(納付書で納付または口座振替)】

年金が月額18万円未満のかた、老齢福祉年金および恩給のみ受給しているかたなどは市や金融機関の窓口で、納付書で納付していただきます。また、口座振替も利用できます。

※介護保険料を滞納すると、その未納期間に応じて自己負担の割合が上がる場合や、高額介護サービス費の支給を受けられなくなる場合があります。

平成30～32年度の介護保険料

所得段階	対象者	年額保険料(算定式)	【参考】平成27～29年度の年額保険料(算定式)
1	・世帯全員が市民税非課税で、 ①老齢福祉年金受給者 ②前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下のかた ・生活保護受給者	29,700円 (基準額×0.45)	28,100円 (基準額×0.45)
2	世帯全員が市民税非課税で、本人の前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超え120万円以下のかた	46,200円 (基準額×0.7)	43,700円 (基準額×0.7)
3	世帯全員が市民税非課税で、本人の前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円を超えるかた	49,500円 (基準額×0.75)	46,800円 (基準額×0.75)
4	世帯の誰かに市民税が課税されているが、本人が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下のかた	59,400円 (基準額×0.9)	56,200円 (基準額×0.9)
5	世帯の誰かに市民税が課税されているが、本人が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超えるかた	66,000円 (基準額)	62,400円 (基準額)
6	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満のかた	79,200円 (基準額×1.2)	74,900円 (基準額×1.2)
7	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上200万円未満のかた	85,800円 (基準額×1.3)	81,100円 (基準額×1.3)
8	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が200万円以上300万円未満のかた	99,000円 (基準額×1.5)	93,600円 (基準額×1.5)
9	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が300万円以上600万円未満のかた	115,500円 (基準額×1.75)	109,200円 (基準額×1.75)
10	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が600万円以上のかた	125,400円 (基準額×1.9)	118,600円 (基準額×1.9)

※年額保険料は、基準額(年額)に基準額に対する比率をかけて算定後、100円未満の端数を四捨五入した金額です。

介護保険サービスを利用する際の利用者負担割合の変更

介護保険サービスを利用する際の利用者負担は、これまでは1割または2割の負担でしたが、制度が改正され、8月以降は、新たに『3割負担』が設けられます。

2割負担の所得区分である『現役並み所得』の中でも特に所得の高いかた(合計所得金額220万以上などの場合)が3割負担となります。

女性のための消防職業説明会

問い合わせ
 消防総務課 (☎571-0900)
 消防職を志望する女性向けに、消防業務への理解を深めていただくための消防職業説明会を開催します。
 とき 7月14日(土)午後1時30分～(2時間程度)
 ところ 消防本部(上敷免858)
 内容 庁舎見学、訓練体験および女性消防職員との意見交換会など
 申し込み 市ホームページの申し込みフォーム(☒『女性のための消防職業説明会』で検索)から申し込み。※詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲活躍中の女性消防職員

空き家所有者向け啓発冊子を制作

自治振興課 (☎574-8597)
【適正管理と活用促進のため】
 市では、空き家の所有者が適正に管理し、利活用が図れるように、オリジナルの啓発冊子を作成しました。
 空き家を放置した場合の問題と責任、住宅の引き継ぎ、空き家管理のポイント、困りごとに応じた相談先や連絡先などを掲載しています。
 空き家の適正管理についての通知を所有者や管理者へ送付する際に、この冊子を同封し、空き家の適正管理の啓発を行い、空き家の解消を進めています。
 なお、この冊子は協賛企業の協力で市が財政負担せずに作成したものです。



▲『空き家所有者向け啓発冊子』の表紙

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

インターネット(ヤフーオークション)を利用して
使用しなくなった公用車を売却します
 問い合わせ 公共施設改革推進室(☎568-5006)

市が進めている不用財産の積極的な活用の一環として、インターネット(ヤフーオークション)を利用して、公用車を売却します。
入札期間 8月16日(水)～23日(水)
申し込み 7月17日(火)～8月2日(木)までの間に、ヤフー(株)が運営する公有財産売却システム(<https://koubai.auctions.yahoo.co.jp>)で参加申し込み後、申込書類を問い合わせ先へ
 ※売却予定車両の写真など詳細は、市ホームページを「ご覧ください」。

平成30年度売却予定車両一覧

番号	初年度登録	自動車の種別・用途	車名	形状
車両30-1	平成12年	軽自動車貨物	ダイハツハイゼットカーゴ	バン
車両30-2	平成18年	軽自動車貨物	マツダスクラム	バン
車両30-3	平成9年	軽自動車貨物	ダイハツアトラー	バン
車両30-4	平成11年	軽自動車乗用	ダイハツムーブ	箱型
車両30-5	平成14年	軽自動車乗用	ダイハツムーブ	箱型
車両30-6	平成12年	小型貨物	トヨタカローラ	バン
車両30-7	平成9年	小型乗用	ニッサンウイングロード	ステーションワゴン
車両30-8	平成15年	小型乗用	ニッサンウイングロード	ステーションワゴン
車両30-9	平成16年	小型貨物	いすゞエルフ	ダンプ(塵芥車)
車両30-10	平成8年	小型乗用	トヨタカローラ	ステーションワゴン
車両30-11	平成10年	小型乗用	トヨタスターレット	箱型
車両30-12	平成12年	普通貨物	トヨタダイナカーゴ	キャブオーバ

国民年金からのお知らせ
 問い合わせ 熊谷年金事務所(☎522-5012)
 保険年金課(☎574-6641)

国民年金の保険料免除制度
 国民年金には、経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合に、本人の申請によって保険料が免除される「保険料免除制度」があります。この制度は、本人とその配偶者および世帯主の前年所得が一定の基準額以下の場合に承認され、保険料の全額が免除される「全額免除」のほかに、世帯の所得に応じて保険料の一部を納付して残りが免除される「一部納付(一部免除)」があります。(4分の1納付、2分の1納付、4分の3納付の3種類)
 また、退職(失業)を理由とした「特例免除制度」もあります。特例免除は、申請する年度または前年度において退職(失業)の事実がある場合に対象となり、失業されたかたの所得を除外して免除の審査を行います。特例免除を申請される場合は、雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票など、公的機関の証明書が必要になります。
 このほかに、世帯主の所得が多いため保険料免除に該当しない場合、50歳未満のかたについては本人および配偶者のみの所得で審査して基準を満たせば、保険料納付が猶予される「納付猶予制度」があります。
 免除や猶予を受けず、保険料を納めないままにしておくと、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合がありますので、納めることが難しい場合は、申請手続きを行ってください。

免除申請月および対象期間

申請月	対象期間
平成30年7月～	平成30年7月～2019年6月(平成29年の所得で審査)

※なお、申請時点から2年1ヵ月前までの期間について、さかのぼって免除などを申請することが可能です。(申請年度に対応する前年所得に基づき審査)
 ※納付猶予制度は、平成28年6月分については、30歳未満のかたが適用となります。

市長の**深い**話

深谷市長 小島 進



防犯活動の鍵は市民の『目』

今年5月に新潟市で下校中の児童が行方不明となり、その後遺体で発見されるという痛ましい事件が発生しました。全国のニュースで連日報道され、防犯活動における市民の『目』の重要性を改めて考えさせられました。

深谷市内では、PTAや自治会、老人クラブなどの皆さんが連携し、登下校時の子どもたちの見守りや地域内の防犯パトロールの活動などを積極的に行っていたいただいております。また、地区によっては、青色回転灯を装備した車両を使用して防犯パトロールをするなど、市民の『目』で犯罪の抑止に

つなげていただいております。市でも、市民の皆さんを犯罪被害から守るため、道路には照明灯、駅に防犯カメラを設置するなど、ハード面で地域を見守る『目』の整備を進めているほか、現在は個人宅が中心である『子ども110番の家』を拡大するために、店舗や事業所などに協力を呼びかけ、子どもたちを守る仕組みの拡充を検討しています。

また、警察署からの依頼により重大事件や不審者、振り込め詐欺などの情報を防犯行政無線やメール配信サービスをはじめ複数の手段を用いて、市民の皆さんへ引き続きお知らせしていきます。犯罪の多くは未然に防ぐことができるはずですが、そのためには行政の『目』だけでは限界があり、市民の『目』が必要です。防犯パトロールをはじめウォーキングや犬の散歩、近所同士の声掛けなど、地域で市民の『目』を増やし、犯罪を起こしにくくし、住みやすいまちを一緒に創りましょう。もうすぐ夏休みが始まります。子どもたちが外出する機会も増えます。市民の『目』で子どもたちを見守っていきましょう。

ありがとうの手紙

最優秀賞
 高校生・大学生の部
 中学の先生、鈴木先生へ

深谷高校1年(現2年) 八須孝太郎さん

中学の時は、フィリピンから転校してきて、まだ日本語も当然分からなかった僕に、様々なサポートをしてくださいました。社会科の先生ということもあって、異文化にも興味があったみたいですね。クラスが替わり、担任ではないにもかかわらず高校のことまで一緒に考えてくださったり、また今みんなと仲良く普通にしゃべれるようになったのも、鈴木先生だけじゃなくて学年の先生全員のおかげです。この前、高校で僕がちゃんとしてるか心配してると聞いたけど、大丈夫です。

みんなの声BOX

Q 図書館のほかに、子どもたちが安心して夏休みの宿題などができる場所がありますか?

A 小・中学生を対象に各地区12の公民館の空き部屋を開放します。

日時などの詳しい内容は、担当課にお問い合わせください。

問い合わせ
 生涯学習スポーツ振興課(☎572-9581)

みどころたくさん! 深谷の夏のお祭り!!

第27回ふれあいカーニバルinおかべ

実行委員会事務局 (ふかや市商工会北部支所内・☎585-3750)
みこしや屋台ばやし、太鼓演奏、八木節踊り、ダンスフェスティバルなど、楽しいイベントが盛りだくさんです。
とき 7月22日(日)午後2時30分～9時
ところ JR岡部駅前通り

第23回深谷まつり

市観光協会 (☎575-0015)
みこしパレードをはじめ、花こいソーランやダンスなどのステージイベントを盛大に行います。
とき 7月28日(土)午前11時～午後9時
ところ JR深谷駅前・深谷駅通り

第24回深谷花火大会

実行委員会事務局 (ふかや市商工会本所内・☎584-2325)
『深谷の夜空を彩る真夏の花火』をテーマに、夏の夜空を華麗に彩る花火大会を実施します。
とき 8月5日(日)午後7時～9時 (雨天の場合は12日(日)に順延)
ところ 川本総合支所南側荒川河川敷 (植松橋下流)

ひとり親家庭親子バスハイク

社会福祉協議会

☎573-1655

とき ●8月30日(木)・31日(金)午前9時～正午 (どちらか1日を選択)
ところ ●ボランティア交流センター
定員 ●先着40人

有償家事援助サービス事業 協力会員養成講座

社会福祉協議会

☎573-1656

対象 ●市内在住の18歳以上で、受講後に協力会員として事業に協力できるかた

0813さいたま市北区植竹町1-804へ。または県警ホームページから申し込み可
※抽選・申し込みは1人1通まで

まなび講座『かがくのみち』

ふしぎ探して課題をみつこう

NPPO法人まなびクラブ・リクウエイ・根岸さん (☎080-4413-6951・✉tku6951negishi@gmail.com)

対象 ●小学校4年生～中学生
とき ●7月29日(日)午前9時

環境に関するイベント

深谷市緑のカーテンコンテスト

対象 ●市内の住宅・事業所に今年度設置した緑のカーテン

☎8月24日(金) (必着) までに、緑のカーテンの写真と応募用紙を郵送かメール、または直接問い合わせ先へ

『みどり香るまちづくり』企画コンテスト

かおりの樹木・草花を用いた街区などの『みどり香るまちづくり』を演出する企画を募集します。

応募要件 ●①かおりの樹木・草花などを原則合計30本以上使用すること

②植栽場所を確保していること (既に実施している事業は、植え替えや拡大を想定している事業であること)

募集期間 ●9月14日(金)まで

※詳しくは環境省ホームページ (HP) 『みどり香るまちづくり』で検索)をご確認ください。

環境課 (☎585-5150・✉585-0195・✉kankyo@city.fukuya.saitama.jp)

自衛官一般曹候補生・航空学生・自衛官候補生募集

自衛隊埼玉地方協力本部熊谷地域事務所 (☎522-4855)

自衛官などを募集しています。詳しくは自衛官募集ホームページ (HP) 『自衛官募集』で検索)をご覧ください。

『採用セミナー』

とき ●7月20日(金)午前11時～午後4時

ところ ●熊谷ティアラ21

謎解きエンジンアングラボ『羽ばたき飛行機を作ろう』クイズボックスを届けよう

埼玉工業大学教育研究協力課 (☎585-6895・✉585-6896・☎369-0293 普濟寺1600・✉kouza@sit.ac.jp)

対象 ●小学生～高校生 (小学校3年生以下は保護者同伴)

とき ●8月18日(土)午後1時30分～3時30分

ところ ●埼玉工業大学30号館3011教室

定員 ●先着50人

8月1日(水) (必着) までに郵便番号、住所・氏名、電話番号、年齢、学年、保護者同伴の有無を記入し、ファクス・郵送・メールのいずれか

で問い合わせ先へ

問い合わせ先へ

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 (一部取り扱えない業務があります)



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

募集



男女共同参画支援講座『アンガーマネジメント講座』怒りのコントロール術』

人権政策課 (☎574-1664)

とき ●8月18日(土)午前10時～正午

ところ ●L・フォルテ ハナミズキ

定員 ●先着30人

講師 ●大小原利信氏 (産業カウンセラー)

『ファミリーサポートセンター』

会員募集

緊急サポートセンター 埼玉 (☎048-297-2903)

ファミリーサポートセンターは、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。

特に協力会員を募集中です。希望者は、入会説明会へご参加ください。

【入会説明会(要予約)】

とき ●7月17日(火)午後1時～4時30分

ところ ●市役所西別館303会議室

対象 ●市内在住・在勤でパソコンが

『子育てハッピー県営住宅』

入居者募集

埼玉県住宅供給公社 (☎048-829-2875・☎330-8516)

さいたま市浦和区仲町3-12-10

対象 ●夫婦ともに39歳以下の世帯 (子どもの有無は問いません)

30分～11時30分・上柴公民館

定員 ●先着20人

参加料 ●300円(当日集金)

※詳しくはホームページ (http://tkuway.org) をご覧ください。

7月25日(水)までに電話かメールで問い合わせ先へ

環境課 (☎585-5150・✉585-0195・✉kankyo@city.fukuya.saitama.jp)

深谷市緑のカーテンコンテスト

市内の住宅・事業所に今年度設置した緑のカーテン

8月24日(金) (必着) までに、緑のカーテンの写真と応募用紙を郵送かメール、または直接問い合わせ先へ

『みどり香るまちづくり』企画コンテスト

かおりの樹木・草花を用いた街区などの『みどり香るまちづくり』を演出する企画を募集します。

応募要件 ●①かおりの樹木・草花などを原則合計30本以上使用すること

②植栽場所を確保していること (既に実施している事業は、植え替えや拡大を想定している事業であること)

募集期間 ●9月14日(金)まで

※詳しくは環境省ホームページ (HP) 『みどり香るまちづくり』で検索)をご確認ください。

環境課 (☎585-5150・✉585-0195・✉kankyo@city.fukuya.saitama.jp)

自衛官一般曹候補生・航空学生・自衛官候補生募集

自衛隊埼玉地方協力本部熊谷地域事務所 (☎522-4855)

自衛官などを募集しています。詳しくは自衛官募集ホームページ (HP) 『自衛官募集』で検索)をご覧ください。

『採用セミナー』

7月20日(金)午前11時～午後4時

熊谷ティアラ21

謎解きエンジンアングラボ『羽ばたき飛行機を作ろう』クイズボックスを届けよう

埼玉工業大学教育研究協力課 (☎585-6895・✉585-6896・☎369-0293 普濟寺1600・✉kouza@sit.ac.jp)

小学生～高校生 (小学校3年生以下は保護者同伴)

8月18日(土)午後1時30分～3時30分

埼玉工業大学30号館3011教室

先着50人

8月1日(水) (必着) までに郵便番号、住所・氏名、電話番号、年齢、学年、保護者同伴の有無を記入し、ファクス・郵送・メールのいずれか

で問い合わせ先へ

問い合わせ先へ

資源回収団体を募集!

環境衛生課 (☎585-2215)

市では、資源再利用の推進とごみの減量化のために、資源の集団回収を行う団体に、回収量に応じてリサイクル活動推進奨励金を交付しています。地域のコミュニティ活動の推進につながるこの活動に、あなたの団体も参加してみませんか?

申請書 → 団体登録をして... → 団体で資源回収を行いましょう → 回収量に応じて、奨励金を交付

団体登録の要件

- 次の要件をすべて満たす団体が登録できます。
- 市内にお住まいのかたによる団体
- 主に市内で活動している団体
- 営利を目的としない団体

奨励金対象の品目

- 紙類(新聞紙、雑誌、ダンボール、飲料用紙パック)・布類・ビン類(リターナブルビン)・金属類(アルミ缶)

奨励金額 = 回収量1kgにつき3円

※各申請方法や回収登録業者の一覧など詳しくは、市ホームページ(HP)『深谷市リサイクル活動推進奨励金』で検索)または問い合わせ先にご確認ください。

ふっかちゃん関連商品の売上額

約43億円!

協働推進課 (☎574 - 6658)
市イメージキャラクター『ふっかちゃん』のデザインを使用し関連商品を販売している343事業者を対象に売上額の調査を実施し、6月11日までに回答のあった売上を集計した結果、平成29年度中の売上額は42億7,990万468円となりました(回答率は約70%)。
また、デザインの使用にあたり『深谷市ふっかちゃん子ども福祉基金』への寄附をお願いしており、平成29年度は28事業者から約143万円の寄附をいただきました。
ふっかちゃんの活躍は大きな経済効果や福祉の充実など、さまざまな面で影響を与えています。



上級救命講習会

問 警防課 (☎571-0914)
対象 ●市内または寄居町在住・在勤・在学の18歳以上
とき ●ところ ●8月18日(土)午前8時30分〜午後5時30分・消防本部
内容 ●応急手当、傷病者管理、外傷手当、搬送法など
定員 ●先着30人(最少催行人員10人)
申 8月1日(水)〜17日(金)までに問い合わせ先へ

中学生・高校生向けにストーリーリングを行います。
対象 ●中学生・高校生(大人も可)
とき ●7月26日(木)午後1時30分〜3時
ところ ●深谷公民館小会議室

夏休みに『家読』してみよう!

問 図書館 (☎571-8210)
『家読』とは、家で家族みんなで同じ本を読み、読んだ本について話し合うことです。
夏休みの間に家族で家読して、その内容を図書館で配布している読書手帳に書き込んでみませんか?
7月14日(土)〜8月31日(金)の間に読書手帳にすべて記入できた方には記念品をプレゼントします。
対象 ●高校生まで

夏の星座を見る

問 もくせい館 (☎583-7733)
とき ●7月21日(土)午後7時〜(雨天の場合は28日(土))
ところ ●もくせい館天体観測室
申 当日会場で受け付けます(小・中学生は保護者同伴)。

深谷市民文化会館からお知らせ

問 申 深谷市民文化会館 (☎573-580-3545)

イベント

中高生のためのおはなし会

問 深谷子ども本の会・内田さん (☎580-3545)

②午後1時30分〜
定員 ●各回10人

参加料 ●1000円(材料費含む)
講師 ●眞下ケイ子氏
申 7月12日(木)までに問い合わせ先へ

企画展『深谷市高校生作品展』

問 文化振興課 (☎577-4501)
市内高校生の作品(絵画・書・写真など)を展示します。
とき ●7月20日(金)〜8月7日(火)(7月23日(月)・30日(月)、8月6日(月)を除く) 午前10時〜午後4時(8月7日(火)は正午まで)
ところ ●深谷図書館3階

みんなで楽しく!フォークダンス・歌声サロン

問 深谷市フォークダンスサークルラベンダー・岡さん (☎573-0357)

【深谷城址公園でフォークダンス】
とき ●7月15日(日)、9月7日(金)午後1時〜4時
ところ ●深谷城址公園
参加料 ●100円

【盆踊りフォークダンス】
とき ●7月31日(火)午後4時〜6時
ところ ●深谷公民館体育室
参加料 ●100円

【歌声サロン深谷ドーム】
とき ●8月7日(火)午後4時〜6時
ところ ●深谷公民館中庭ドーム
内容 ●童謡、唱歌をみんなで歌います

【手作りの昼食で皆さんをお待ちしています!あつたか村】
問 あつたか村・鈴木さん (☎572-3013)、囲碁クラブII木部さん (☎570-1876)
とき ●開村日II毎週月・木曜日(7

子どもにオススメの本を教えてください!

問 図書館 (☎571-8210)

『深谷市子供読書活動推進協議会』では、新たに『ふかや必読書』に選定する本の参考にするため、子どもにおすすめの本を募集しています。
皆さんが読んだ本の中で心に残った本や感動した本を紹介しませんか?紹介していただいた本は紹介文を添えて、図書館に展示します。

応募冊数 世代別(乳児・就学前幼児・小学生(1・2年生)・小学生(3・4年生)・小学生(5・6年生)中学生・高校生)で、1人につき各1冊
応募期間 7月7日(土)から9月2日(日)まで
応募方法 所定の応募用紙に記入し、図書館(深谷・岡部・川本・花園)およびL・フォルテ図書室内に設置した応募箱に投函、または、市ホームページの応募フォーム(HP『オススメ本』で検索)から応募



て非行・犯罪防止を呼びかける講演を行います。

とき ●7月23日(月)午後1時30分〜3時30分
ところ ●深谷市民文化会館大ホール

中山道深谷宿本舗からお知らせ

問 中山道深谷宿本舗 (☎575-0088)

【ツールペイント体験教室】
とき ●7月13日(金)①午前10時30分〜②午後1時30分
定員 ●各回5人
参加料 ●3000円(材料費含む)
講師 ●有働みどり氏
申 7月11日(水)までに問い合わせ先へ

【スタンドグラス体験教室】
とき ●7月19日(木)①午前10時30分〜

社会を明るくする運動

問 人権政策課 (☎574-6643)
『ふれあいの時を求めて』と題し

月16日(祝)を除く)、囲碁クラブII7月13日(金)・27日(金)午前10時〜午後3時
定員 ●開村日II先着20〜25人程度、囲碁クラブII先着10人程度
参加料 ●開村日II利用者800円・ボランティア500円(食事代を含む)、囲碁クラブII2000円
申 前日までに、開村日は鈴木さん、囲碁クラブは木部さんへ

あつたか村!熊谷お天気フェア2018

問 熊谷地方気象台 (☎521-1791)

とき ●8月4日(土)午前10時〜午後3時
ところ ●熊谷地方気象台(熊谷市桜町1-6-10)
内容 ●天気実験、自然災害体験車、災害対策活動車や白バイ展示、施設見学など

スポーツ・レクリエーション

初心者護身拳法教室(後期)

問 市少林寺拳法連盟・吉野さん (☎573-1798)
対象 ●市内在住・在勤の30歳以上
とき ●8月2日〜9月27日までの毎週木曜日(8月9日を除く) 午後7時〜8時(全8回)

夏季卓球講習会・夏季大会

問 市卓球連盟・福島さん (☎090-4708-1393)

とき ●7月15日(日)午前9時〜午後5時
ところ ●深谷ビッグタートル
参加料 ●500円(保険料を含む)
申 7月10日(火)までに深谷ビッグタートル(☎572-3000)へ

※未成年者の申し込みは、保護者の承諾が必要です。

市民テニスタブルス大会

問 市テニス協会事務局(ハタヤスポーツ内) (☎571-0563)

対象 ●市内在住・在勤・在学者および協会登録者
とき ●8月19日(日)・26日(日)(予備日9月2日(日))
ところ ●仙元山公園テニスコート

参加料 ●1組II2000円(保険料を含む)
申 8月4日(土)午後5時までに参加料を添えて問い合わせ先へ



祝!! 100歳
長谷川サカリさん(東方)5月12日生

【国民健康保険高齢受給者証】
8月1日(水)から高齢受給者証が切り替わります。新しい高齢受給者証は7月中旬に該当者全員に世帯ごとに郵送します。また、70歳以上のかたの自己負担限度額が一部変更になります。変更になる区分は『現役並み

保険年金課からのお知らせ

【国民健康保険高齢受給者証】
8月1日(水)から高齢受給者証が切り替わります。新しい高齢受給者証は7月中旬に該当者全員に世帯ごとに郵送します。また、70歳以上のかたの自己負担限度額が一部変更になります。変更になる区分は『現役並み

【国民健康保険高齢受給者証】
8月1日(水)から高齢受給者証が切り替わります。新しい高齢受給者証は7月中旬に該当者全員に世帯ごとに郵送します。また、70歳以上のかたの自己負担限度額が一部変更になります。変更になる区分は『現役並み

【国民健康保険高齢受給者証】
8月1日(水)から高齢受給者証が切り替わります。新しい高齢受給者証は7月中旬に該当者全員に世帯ごとに郵送します。また、70歳以上のかたの自己負担限度額が一部変更になります。変更になる区分は『現役並み

【国民健康保険高齢受給者証】
8月1日(水)から高齢受給者証が切り替わります。新しい高齢受給者証は7月中旬に該当者全員に世帯ごとに郵送します。また、70歳以上のかたの自己負担限度額が一部変更になります。変更になる区分は『現役並み

【国民健康保険高齢受給者証】
8月1日(水)から高齢受給者証が切り替わります。新しい高齢受給者証は7月中旬に該当者全員に世帯ごとに郵送します。また、70歳以上のかたの自己負担限度額が一部変更になります。変更になる区分は『現役並み

【国民健康保険高齢受給者証】
8月1日(水)から高齢受給者証が切り替わります。新しい高齢受給者証は7月中旬に該当者全員に世帯ごとに郵送します。また、70歳以上のかたの自己負担限度額が一部変更になります。変更になる区分は『現役並み

自己負担限度額の変更点(灰色塗りの部分)	
区分	限度額
	外来+入院(世帯単位)
現役並み所得者の課税所得	課税所得690万円以上 252,600円(総医療費が842,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算)<140,100円>
	課税所得380万円以上 167,400円(総医療費が558,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算)<93,000円>
	課税所得145万円以上 80,100円(総医療費が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算)<44,400円>
一般	外来(個人単位) 18,000円 (年間上限144,000円)
	外来+入院(世帯単位) 57,600円 <44,400円>

※<>内の金額は高額療養費4回目以降の限度額です。現役並み所得者は新たに3つの所得区分となり、外来(個人単位)がなくなります。

所得者』と『一般』のみです。

【後期高齢者医療被保険者証】
8月1日(水)から、新しい被保険者証に切り替わります。新しい被保険者証は7月中旬に郵送します。また、現在お使いの被保険者証は8月1日(水)以降に、問い合わせ先または総合支所市民生活課に返却いただくか、各自で処分してください。

【7月から11月まで】
働き方改革推進期間です
勤労者労働課 ☎048-830-4516
県では、7月から11月までを『働き方改革推進期間』として、期間中の毎月第3水曜日を『県内一斉ノーマルデー』とします。定時退社を心掛けましょう。また、年次有給休暇を計画的に取得しましょう。

【労使トラブル円滑な解決のお手伝いをします】
県労働委員会事務局 ☎048-830-6452
県労働委員会は、公平な立場で労働者と会社とのトラブル解決をお手伝いする機関です。手続きは簡単で無料、秘密厳守です。どうぞご利用ください。

ので、申請をお願いします。

【7月31日(火)は】
固定資産税 2期
国民健康保険税 1期
の納期限です。
収税課 ☎574-6639

【夏の交通事故防止運動7月15日(日)〜24日(火)】
県道管理課 ☎574-8861
運動の重点
①子どもと高齢者の交通事故防止
②自転車の安全利用の推進
③飲酒運転の根絶および路上寝込みなどによる交通事故防止

【シニアのための面接対策セミナー】
県玉野センター ☎048-780-2034
対象
おおむね60歳以上のかた
とき
9月5日(水)午後0時30分〜4時
ところ
L・フォルテ ハナミズキ

【深谷市陸上競技記録会】
市陸上競技協会・小神野さん ☎090-8314-5912
kaya_rikujou@yahoo.co.jp

教室	とき(7~9月)
ラテン骨盤エクササイズ	月曜日 午後1時~2時
かんたんエアロ	火曜日 午前10時~11時
らくらくヨガ	火曜日 正午~午後1時
フィットネスフラ	火曜日 午後6時30分~7時30分
ナイトリラックスヨガ	火曜日 午後8時15分~9時15分
ZUMBA(ズンバ)	水曜日 午前9時~10時
リラックスヨガ	水曜日 午後1時30分~2時30分
Bフィットネス	木曜日 正午~午後1時
入門エアロ	金曜日 午前9時30分~10時30分
入門ヨガ	金曜日 午前11時45分~午後0時45分
ピラティス	土曜日 午前11時30分~午後0時30分
ストレッチヨガ	土曜日 午後8時~9時

【平成30年度深谷市民ベタンク大会】
市ベタンク連盟・斉藤さん ☎584-4134
対象
市内在住・在勤者
とき
7月22日(日)受付 午前8時30分
ところ
花園総合運動公園多目的広場
参加料
500円(当日集金)
7月10日(火)までに問い合わせ先へ

【わんぱくランド営業時間・休園日】
深谷ビッグタートル ☎572-3000
対象
市内在住・在勤・在学
の小学生
とき
8月26日(日)受付 午前8時
ところ
仙元山陸上競技場
種目
①小学校4~6年生 100m、200m、100m×4リレー
②中学生 一般 100m、200m、1500m、110mハードル(女子100mハードル)、100m×4リレー、走高跳、走幅跳、砲丸投、槍投(高校生以上)
※1人2種目まで(リレーを除く)
参加料
小・中学生300円、高校生・一般500円、リレーは別途1チーム400円
8月10日(金)までに問い合わせ先へ

【シニア起業入門セミナー in 熊谷】
熊谷マロウドイン熊谷 ☎048-795-9932
県シニア活躍推進課 ☎048-830-4543
対象
おおむね50歳以上のかた
とき
7月14日(土)午後1時30分〜4時30分
ところ
マロウドイン熊谷
定員
先着100人
講師
神田正氏(日高屋創業者)
7月12日(木)までにホームページ
『埼玉 シニア起業入門セミナー』で検索)から申し込み、詳しくは問い合わせ先へ

【くらしの情報】
シニア起業入門セミナー in 熊谷
熊谷マロウドイン熊谷 ☎048-795-9932
県シニア活躍推進課 ☎048-830-4543
対象
おおむね50歳以上のかた
とき
7月14日(土)午後1時30分〜4時30分
ところ
マロウドイン熊谷
定員
先着100人
講師
神田正氏(日高屋創業者)
7月12日(木)までにホームページ
『埼玉 シニア起業入門セミナー』で検索)から申し込み、詳しくは問い合わせ先へ

深谷シネマ 7月の上映スケジュール 通常料金 1,100円 障がい者 900円
NPO法人市民シアター・エフ(☎551-4592)【火曜日定休】

7月 8日(日) 9日(月) 10日(火)・休館 11日(水) 12日(木) 13日(金) 14日(土) 15日(日) 16日(月) 17日(火)・休館 18日(水) 19日(木) 20日(金) 21日(土) 22日(日) 23日(月) 24日(火)・休館 25日(水) 26日(木) 27日(金) 28日(土) 29日(日) 30日(月) 31日(火)・休館	おもてなし 午前10時～ [日本・台湾/1時間36分]	ペンタゴン・ペーパーズ 最高機密文書 午後0時40分～ 午後8時～ [米国/1時間56分/字幕]	ザ・シークレットマン 午後3時10分～ [米国/1時間43分/字幕]	港町 午後5時30分～ [日本/2時間2分/ドキュメンタリー]
16日(月) 17日(火)・休館 18日(水) 19日(木) 20日(金) 21日(土) 22日(日) 23日(月) 24日(火)・休館 25日(水) 26日(木) 27日(金) 28日(土) 29日(日) 30日(月) 31日(火)・休館	武蔵野 江戸の循環 農業が息づく 16日(水)上映後、原村政樹監督 の舞台あいさつ開催 午前10時～ [日本/1時間51分/ドキュメンタリー]	パティ・ケイク\$ 午後0時40分～ 午後8時～ [米国/1時間49分/字幕]	かぞくへ 15日(日)上映後、春本雄二 監督の舞台あいさつ開催 午後3時～ [日本/1時間57分]	彼の見つめる先に 午後5時40分～ [ブラジル/1時間36分/字幕]
22日(日) 23日(月) 24日(火)・休館 25日(水) 26日(木) 27日(金) 28日(土) 29日(日) 30日(月) 31日(火)・休館	【シネマ歌舞伎】 一谷嫩草記 熊谷陣屋 一般料金2,100円/学生・ 小人1,500円 午前10時～ [日本/1時間43分]	ラッカは静かに虐殺 されている 午後1時～ [米国/1時間32分/ドキュメンタリー]	ゴッホ 最期の手紙 午後5時30分～ [英国・ポーランド/1時間36分]	ダンガル きつと、つよくなる 午後8時～ [インド/2時間20分/字幕]
8月 1日(水) 2日(木) 3日(金) 4日(土)	フロリダ・プロジェクト 真夏の魔法 午前10時～ 午後8時～ [米国/1時間52分/字幕]	カラフルな風景の広がる フロリダの安モーターを 舞台に、貧困層の人々の 日常を6歳の少女の視 点から描いた人間ドラマ	レ・ミゼラブル 午後0時40分～ [英国/2時間38分/字幕]	謎の天才画家 ヒエロニムス・ボス 午後5時40分～ [スペイン・フランス/1時間 30分/ドキュメンタリー]

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)

【7月】 2日(月)・ 9日(月)・ 13日(金)・ 17日(火)・ 23日(月)・ 30日(月)
【8月】 6日(月)・ 10日(金)・ 13日(月)・ 20日(月)・ 27日(月)

深谷グリーンパーク・パティオ (☎574-5000・8月末まで休まず営業)

- 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
- 7月20日(金)～8月31日(金)は全プール午前9時～午後9時(最終入場は午後8時15分)まで営業します。
- 入場料:一般=1,000円、小・中学生=500円。7・8月は3時間制です。超過時は、別途料金が必要です。
- 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)
- 土・日曜日、祝日、7月21日(土)～8月31日(金)は、JR深谷駅南口から無料シャトルバスを運行中です。

イベント名	とき・内容	備考
短期水泳教室開催	第1期=7月23日(月)～27日(金)、第2期=8月6日(月)～10日(金)午前8時～8時50分	詳細はパティオまでお問い合わせください
デジカメかんたん写真上達講座	7月14日(土)午前9時～ 講師/増田茂氏	対象/小学校5年生以上 定員/先着10人 参加料/500円 持ち物/デジタルカメラ ☎7月2日(月)から直接または電話でパティオへ
キッズジム&すこやかキッズ体操体験会	親子のふれあい遊びを通して絆を育み、楽しく運動しながら小学校入学までに必要な運動能力を育てましょう!2～3歳、4～6歳の2クラスあります。	ところ/第1研修室 参加料/1,000円(体験会のため参加は1回まで) ☎7月2日(月)から直接または電話でパティオへ
ポーセラーツ体験 オリジナル花柄食器作り	7月27日(金)①午前10時30分～正午 ②午後2時～3時30分 講師/山口佳世子氏(日本ヴォーグ社認定)	対象/小学校以上(小学校2年生以下は保護者同伴) 定員/各回先着10人 参加料/1,500円 ☎7月2日(月)から直接または電話でパティオへ
パティオの婚活 パティコン7月開催	7月22日(日) 夏と一緒に過ごす相手を見つけませんか?	☎直接または電話でパティオへ

夏休み 小・中学生向けイベント

熊谷高等技術専門学校 夏休み開放講座
☎熊谷高等技術専門学校(☎532-6559)

とき 7月21日(土)午前9時～正午
ところ 熊谷高等技術専門学校
☎7月5日(土)～20日(金)午前9時～午後4時に問い合わせ先へ

対象	内容	定員
小学生	工具を使って作るアルミ製小物入れ	20人
	木工工作で作る荷車型ブランター	10人
	作って使って2度楽しい木製ゴム鉄砲	10人
	銅板をたたいて作るオリジナル表札	15人
保護一般者	電気について学んで作るソーラーカー	20人
	役に立つ自動車のトラブル対処法	10人
	木工工作で作る折りたたみイス	18人

夏休み子ども映画会
☎図書館(☎571-8210)

「ひつじのショーン」ほかを上映します。
対象 幼児、小学生
とき 8月5日(日)午前10時～正午
ところ 深谷公民館大会議室
定員 150人

夏休み恒例☆食生活改善推進員による親子料理教室
☎保健センター(☎575-1101)

対象 市内在住の小学生と保護者
とき・ところ ①7月31日(火)・岡部公民館 ②8月3日(金)・もくせい館 ③8月4日(土)・深谷公民館 ④8月4日(土)・花園公民館 ※時間は全て午前9時30分～
内容 食育講話、調理実習
定員 各日30人(親子あわせて)
参加料 1人400円(食材料費・保険料を含む)
持ち物 エプロン、三角巾(バンダナなど)
☎7月10日(火)午前9時から実施日の1週間前までに電話で問い合わせ先へ

夏休み染色体験教室
☎川本サングリーンパーク(☎583-5611)

とき 7月29日(日)午前10時～正午
ところ 川本サングリーンパーク
定員 先着20人 参加料 500円
☎事前に問い合わせ先へ

ハタでいい、ハタがいい 夏休み・親子絵手紙づくり体験
☎深谷市民文化会館(☎573-8765)

対象 小学生とその保護者
とき 8月3日(金)午前9時30分～11時30分
ところ 深谷市民文化会館
定員 先着10組 参加料 1組500円
☎事前に参加料を添えて問い合わせ先へ

夏休身体験活動
☎NPO法人こどもとおはなしの家(☎574-9665・☎366-0051上柴町東5-18-1)

染色、カレンダー制作、クラフト、陶芸のいずれかを選び、2日間かけて作品を完成させる体験活動です。
対象 小学生以上(大人も可)
とき 8月9日(木)午前10時～11時30分・23日(土)午前10時～正午
ところ キララ上柴
定員 各体験先着25～30人
☎住所、氏名、電話番号、学年、希望する体験活動を記入し、郵送またはファクスで問い合わせ先へ

夏休み陶芸体験教室
☎川本サングリーンパーク(☎583-5611)

とき 8月4日(土)手びねり体験=午前10時30分～11時30分、絵付け体験=午後1時30分～2時30分
ところ 川本サングリーンパーク
定員 手びねり体験=先着10人、絵付け体験=先着20人
参加料 各回1,500円
☎事前に問い合わせ先へ

先着順!! すずむし無料配布
☎川本サングリーンパーク(☎583-5611)

とき 8月5日(日)午後3時～
ところ 川本サングリーンパーク
持ち物 虫かご

夏休み子ども図書館員体験
☎図書館(☎571-8210)

図書館探検や、図書館の仕事を体験します。
対象 市内在住の小学校1年生～中学校3年生
とき 8月19日(日)午前8時45分～11時
ところ 深谷市立図書館
定員 先着20人
☎7月25日(水)深谷市立図書館(深谷館のみ)の窓口で午前9時から、または電話で午前9時30分から申し込み
※窓口での申し込み優先

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	こども青少年課 ☎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	こども青少年課 家庭児童相談室
虐待防止ホットライン	こども青少年課 ☎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	こども青少年課
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	毎月火曜日、第1・4木曜日 午後1時30分～4時30分 ※予約は自治振興課へ	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・水・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 予約制	毎月第1火曜日 午前9時～正午 ※予約は自治振興課へ	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～正午、午後1時～5時 ※受け付けは午後4時30分まで	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 ※メールは24時間受け付け ☐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 ※事前予約可	7月10日(火)・25日(水)、8月10日(金) 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	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
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10時～午後5時	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
障害福祉相談	市障害者基幹相談支援センターうらら ☎551-8777	年齢問わず障害・難病に関する困りごとや悩みなどの相談 ※事前予約可	月～土曜日 (祝休日・年末年始を除く) 午前9時～午後6時	市障害者基幹相談支援センターうらら(人見2000)
生活困窮相談	自立相談支援機関 ☎568-5014	経済的に困窮しているかたの生活や仕事に関する困りごとの相談	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	生活福祉課
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	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	7月17日(火) 午後2時～3時	保健センター
ひきこもり等相談室	こども青少年課 ☎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	こども青少年課
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	7月12日(水)、8月9日(水) 午後1時30分～2時30分、7月24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
7月 1日(日)	清水眼科医院	☎581-0378	8月 5日(日)	高橋眼科医院	☎571-0318
7月 1日(日)	石川医院耳鼻咽喉科	☎571-0038	8月 5日(日)	矢部耳鼻咽喉科	☎574-3535
7月22日(日)	花園耳鼻咽喉科医院	☎584-6512			

※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	7月 1日・8日・15日・16日・22日・29日 8月 5日・11日・12日・19日・26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	7月 1日・7日・8日・14日・15日・16日・21日・22日・28日・29日 8月 4日・5日・11日・12日・18日・19日・25日・26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(中学生以下)

医療機関を受診する前に

●埼玉県救急電話相談「#7119」
大人や子どもの急な病気やけがに関して、看護師の相談員が医療機関を受診すべきかどうかなどを24時間365日ですぐアドバイスするとともに、医療機関の案内をします。

電話番号 ☎#7119

☎048-824-4199(ダイヤル回線、IP電話、PHS)

※従来と同様に、次の番号からもかけられます。

●大人の救急電話相談 ☎#7000

●小児救急電話相談 ☎#8000

☎048-833-7911

相談時間 24時間365日

●全国版救急受診アプリ(消防庁作成アプリ「愛称「Q助」」)
急な病気やけがをしたとき、該当する症状などを画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応として「いますぐ救急車を呼びましょう」、「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」、「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」または「引き続き、注意して様子を見てください」という文言が表示されます。ぜひ活用ください。



▲アプリの入手はこちらから(アプリは無料)

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 7月8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 7月12日(日) 午後1時30分～4時
ところ 東都医療大学
参加料 100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 7月19日(日) 午前10時～11時30分
ところ つばさ保育園
参加料 無料

むさし愛光園オレンジカフェ

問い合わせ
むさし愛光園 (☎551-5511)
とき 7月21日(日) 午前10時～正午
ところ むさし愛光園
参加料 無料

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 7月22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 7月29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 (昼食を希望されるかたは350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 ①7月18日(水) 午後1時30分～3時30分・いこいの家『愛の風』(ショートステイだんらん隣) 参加料100円
②7月21日(土) 午後1時30分～4時・コープみらいプラザ深谷

1人ひとりの対策が重要です

蚊を介する感染症の予防対策

問い合わせ 県保健医療政策課 (☎048-830-3557)

ウイルスなどの病原体に感染した人や動物の血を吸った蚊に刺されることで、デング熱などのさまざまな感染症にかかる恐れがあります。蚊が媒介する感染症にかからないためには、1人ひとりが、感染症の流行地域で蚊に刺されない、住まいの周囲に蚊を増やさない対策をすることが重要です。

感染症流行地域へ渡航する場合には万全な対策を

海外へ渡航する際には、渡航前に現地での流行状況を把握し、もし、蚊が媒介する感染症の流行地域へ渡航する場合には、肌を露出せず、虫よけ剤を使用するなど、蚊に刺されないように万全な対策をしましょう。

住まいの周囲に蚊を増やさない

蚊は、植木鉢の受け皿や、屋外に放置された空き缶にたまった雨水など、小さな水たまりで発生するので、日ごろから住まいの周囲の水たまりを無くすように心がけましょう。

急に暑くなったり湿度の高い日は特に注意！周りの人にも気配りをお願いします

みんなで防ぐ 熱中症

問い合わせ 保健センター (☎575-1101)

ポイント1 【暑さを避ける!】

- 暑い日は不要な外出・作業を避ける
- 外出するときは日傘や帽子で日差しを避ける
- こまめな休憩を取る
- 遮光カーテン すだれ、打ち水を利用
- 室温をこまめに確認し、28℃を超えないように、上手にエアコンを利用
- 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣類を選ぶ
- 保冷材、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす

ポイント2 【水分補給!】

- 室内でも、外出時でも、喉の渇きを感じなくても、水分をこまめにとる
- 涼しい日が続いた後、急に気温が上がった日は特に注意が必要です。また、仕事やスポーツなどの活動中は、定期的に水分補給や休憩時間を取り、体調が悪くないか声を掛け合しましょう。

子どもや高齢者は特に注意!

子どもは体温調節機能が十分に発達していないため、体に熱がこもりやすく、体温が上昇しやすいので、こまめに水分補給や休憩をとってください。短時間であっても車内に子どもを残さないでください。
高齢になると体温調節機能が低下してくるため、熱中症にかかりやすく、重症化しやすい傾向があります。暑さや喉の渇きを感じにくく、脱水症状が進んでも気づきにくいので室内でも注意しましょう。

熱中症が疑われる症状

- めまい、立ちくらみ、頭痛、吐き気
- こむら返りや筋肉のけいれんが起こる
- まっすぐ歩けない、呼びかけに対し返事がおかしい、意識がない

応急処置

- 涼しい場所へ移動し安静に
- 衣服をゆるめて体を冷やす (脇の下など太い血管のある場所を冷やす)
- 塩分と水分を補給する (無理やり飲ませないように注意!)

こんなときはすぐに病院へ!

『意識がない』『呼びかけに対して返事がおかしい』『水分を自力で飲めない』・・・
そんなときは直ちに救急車を要請し、応急処置をしましょう。

クールオアシスを開設しています

暑い日のお出かけの際に、『ちょっとひと涼み』しませんか?
設置場所 保健センター、総合支所、公民館、図書館など
設置期間 9月30日(日)まで(開所時間は各施設の営業時間内となります。右のポスターが目印です。)



気になる食品添加物について学んでみませんか?

食の安心サロン～食品添加物の基礎知識～

問い合わせ 保健センター (☎575-1101)

対象 市内在住の子育て中および妊娠中のかた とき 8月8日(水)・30日(日)午前10時～11時 ところ 保健センター 定員 各日15人(子どもの同伴可) 申し込み 7月12日(日)午前9時から電話で問い合わせ先へ

検診でいつまでも健康な歯を保とう!

歯周病検診

問い合わせ 保健センター (☎575-1101)

対象 深谷市に住民登録があり、40・45・50・55・60・65・70歳のかた (2019年3月31日現在)
※6月末に予診票などを郵送します。
検診期間 2019年2月28日(日)まで

腰痛・肩こり『借金』対策教えます

ふかや市民大学 医療講演

問い合わせ 生涯学習スポーツ振興課 (☎572-9581)

腰痛研究の専門家である松平先生から、腰痛・肩こりの正しい知識や対策について学びます。
とき 7月14日(土)午後1時30分～
ところ 深谷市民文化会館大ホール
講師 松平浩氏 (東京大学医学部附属病院特任教授)

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。下記の各事業（マタニティ教室、マタニティごはん♡赤ちゃんごはんレッスン、離乳食レッスンを除く）の対象になるかたへは、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 8月 3日(金)	午前9時30分～正午 (受け付け:午前9時20分～9時30分) おおむね妊娠中期(16週～27週)のかた ・たまごコース:おっぱいのお手入れ方法、お産や育児について ・ひよこコース:保育実習(赤ちゃんの抱き方、お風呂の入れ方、オムツ交換など)、お父さんの妊婦体験、市の保健事業の話 ※要電話予約
	ひよこコース	深谷 7月 14日(土)	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	7月 18日(水)	午前9時30分～正午 (受け付け:午前9時20分～9時30分) おおむね妊娠中期(16週～27週)のかた ・妊娠中の食事のポイント、離乳食スタートのお話、クッキングレッスン ※要電話予約
離乳食レッスン	深谷	7月 10日(火) 8月 7日(火)	午前10時～正午 (受け付け:午前9時30分～10時) おおむね3～6カ月児 ※1週間前までに要電話予約 (託児を希望するかたは、予約時にご相談ください)
4カ月児健康診査	深谷	7月 12日(木) 20日(金) 25日(火)	受け付け:午後0時30分～1時30分 平成30年2月22日～3月18日生まれ
		8月 1日(水) 7日(火)	
1歳6カ月児健康診査	深谷	7月 13日(金) 26日(木)	受け付け:午後0時30分～1時30分 平成28年12月11日～12月31日生まれ 平成29年1月1日～1月10日生まれ
		8月 9日(火)	
3歳児健康診査	深谷	7月 11日(水) 19日(木) 27日(金)	受け付け:午後0時30分～1時30分 平成26年12月1日～12月31日生まれ 平成27年1月1日～1月20日生まれ
		8月 2日(水) 10日(金)	
乳幼児相談	深谷	7月 9日(月) 8月 20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)
	花園	7月 23日(月)	
	川本	7月 30日(月)	
	おかべ	8月 6日(月)	
赤ちゃん相談	深谷	7月 19日(水) 31日(火)	午前10時～11時20分 対象 おおむね4カ月未満の乳児とその保護者 内容 体重測定、発育や授乳についての育児相談 ※要電話予約
		8月 9日(火)	
離乳食相談	深谷	7月 25日(水)	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。



『ファミリーサポートセンター』事業を拡大します

問い合わせ 緊急サポートセンター埼玉 (☎048 - 297 - 2903)

これまでのファミリーサポートセンター事業では対応できなかった急な預かりや送迎、病児・病後児の預かりなどを行う『緊急サポート事業』が始まります。子どもの援助活動を行うのは、講習会を受講したサポート会員です。サービスを利用するためには事前の登録が必要です。

援助の内容

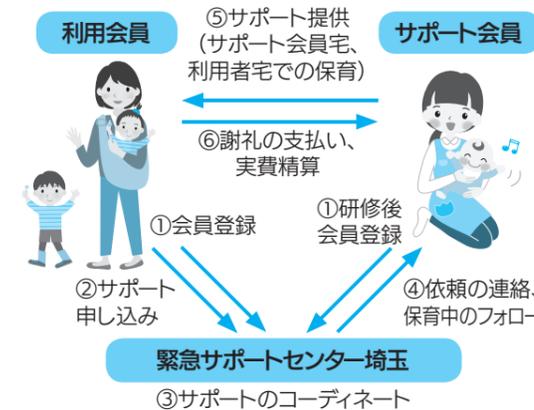
急な預かりや送迎、病児・病後児のお預かり(急性期や全身状態が悪い場合を除く)

援助の対象 小学校6年生までの子ども

利用会員 市内在住・在勤のかたで小学校6年生までのお子さんをお持ちのかた

サポート会員 市内在住の20歳以上で心身ともに健康で積極的に援助活動ができるかた。事前に24時間の講習会を受講する必要があります(資格は必要ありません)。

募 サポート会員(有償ボランティア)を募集しています。希望するかたは『緊急サポートセンター埼玉』へお問い合わせください。



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『アリからみると』『だいくとおにろく』、大型絵本『とべバツタ』、おはなし『けんいちとみけやのおはなし』	7月28日(土) 午前10時30分～	深谷図書館 2階多目的室	対象 幼児、小学校低学年 30分程度
	大型絵本『もこもこ』、紙芝居『よいしよよいしよ』、手遊び、わらべうたなど	8月9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とも同じ内容です。 各20分程度
岡部図書館 ☎585 - 5968	映画会『ランポーのうそ』(15分)、『のっぺらぼう』(15分)	7月21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『しよんぼりしないで、ねずみくん』『トラのじゅうたんになりたかったトラ』『あらいぐまとなぞみたち』、折り紙	8月11日(木) 午前10時30分～	川本公民館 1階和室	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、手品、手遊びなど	8月4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	おはなし会	7月17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

夏休み読書フェア (7月14日(土)～8月31日(金))

市内の図書館(4館)では、小・中学生、高校生向けに、課題図書や自由研究の本を中心に展示と貸し出しを行います。また、課題図書や自由研究の本は、多くのかたが利用できるような早めの引き取りと返却をお願いします。※図書館休館情報は17ページに掲載しています。



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
桃2ナ	親子フラダンス	7月18日(水) 午前11時～正午	親子で楽しくダンスをしましょう	会場：Lフォルテ ユリ 要予約、先着10組
	ベビーヨガ	7月19日(木) 午前11時～正午	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 ユリ 要予約、先着10組
	親子チアダンス	7月26日(水) 午前11時～正午	スキンシップをとり親子で一緒に楽しみましょう	会場：Lフォルテ ユリ 要予約、先着10組
	子育て講座	8月 3日(金) 午前10時～11時	絵本の読み聞かせ、子育てについてお話を聞いてみませんか?	-
深谷	体験保育	7月10日(火)・24日(火) 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)
	プールあそび	7月17日(水) 午前10時～正午	親子で水遊びを楽しみましょう	-
	おみこしパレード	7月28日(土) 午後0時30分～2時30分	深谷まつりに手作りみこしで参加しましょう	深谷・深谷西・藤沢・上柴
深谷西	体験保育	7月12日(木)・26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)
	プールあそび	7月19日(水) 午前10時～正午	親子で水遊びを楽しみましょう	-
藤沢	七夕制作	7月11日(水) 午前10時～正午	七夕にちなんだお話や制作を楽しみましょう	-
	体験保育	7月18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)
	プールあそび	7月25日(水) 午前10時～正午	親子で水遊びを楽しみましょう	-
上柴	七夕制作	7月13日(金) 午前10時～正午	七夕にちなんだお話や制作を楽しみましょう	-
	体験保育	7月20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)
	ジュニア	7月23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	-
	プールあそび	7月27日(金) 午前10時～正午	親子で水遊びを楽しみましょう	-
すみれ	室内遊び	月・水・金曜日 午前8時30分～午後1時30分	気に入ったおもちゃで親子一緒に遊びましょう	-
	園庭開放	月・水・金曜日 午前9時～正午	お天気のよい日は外遊びを楽しみましょう。プールに入ることもできます	持ち物：布パンツ、着替え
	夏祭り	7月21日(土) 午後4時ごろから	出店あります	-
ふき	給食体験	第2・第4水曜日 午前9時30分～正午	年齢に応じた給食を食べよう	要予約、先着3組 費用負担あり
	身体測定	7月12日(水) 午前10時～11時	身体測定をしましょう	-
	制作	7月19日(水) 午前10時～11時	水遊び用のおもちゃを作ります	-
	お誕生会	7月26日(水) 午前10時～11時	7月生まれのお友達をみんなでお祝いしましょう	-
桜ヶ丘	べったんこ教室	8月 1日(水) 午前10時30分～11時30分	夏の制作を楽しみましょう	要予約、先着15組
	おはなし教室	8月 3日(金)・24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	8月22日(水) 午前10時30分～11時30分	8月生まれのお友達をみんなでお祝いしましょう	要予約、先着20組
川のこ	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
	おはなし教室	火・水曜日 午前9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
	給食試食会	8月8日(水) 午前10時30分～正午	園の給食を試食してみませんか?	要予約、参加料500円、先着15組

明戸	明戸子育て支援センター (明戸保育園内)	☎573-5115
おかべ	おかべ子育て支援センター (みらい幼児園おかべ内)	☎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 (川本保育園内)	☎583-2233
深谷	深谷保育園ハート・PoPo子育て支援センター (深谷保育園内)	☎551-6333
深谷西	深谷西保育園ハート・PoPo子育て支援センター (深谷西保育園内)	☎573-0005
藤沢	深谷藤沢保育園ハート・PoPo子育て支援センター (深谷藤沢保育園内)	☎572-1511 月～土曜日 午前8時30分～午後5時
上柴	深谷上柴保育園ハート・PoPo子育て支援センター (深谷上柴保育園内)	☎578-8777
すみれ	すみれ保育園子育て支援センター (すみれ保育園内)	☎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 (あけぼの保育園内)	☎572-0022 月～金曜日 午前9時30分～午後2時30分
エンゼル	エンゼルス子育て支援センター (エンゼル保育園内)	☎585-0462 火～木曜日 午前8時30分～午後1時30分
花園工	花園エンゼルス子育て支援センター (花園エンゼル保育園内)	☎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 (ふきのとう保育園内)	☎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
川のこ	川本のこキッズ保育園子育て支援センター (川本のこキッズ保育園内)	☎583-2771 火・水・金曜日 午前9時30分～午後2時30分
オアシス	地域子育て支援センターオアシス (花園第三保育室内)	☎501-8523 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 (桜ヶ丘保育園内)	☎571-6941 月～金曜日 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 (桃園第2ナーサリースクール内)	☎575-1177 火～金曜日 午前9時～午後2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 (オアシスのみ月～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	オアシスのみ要予約
	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しています	詳細はお問い合わせください
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	8月15日(水)は広場 8月29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	8月17日(金)は広場
おかべ	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	8月15日(水)は広場 8月29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	8月17日(金)は広場
川本	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	8月15日(水)は広場 8月29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	8月17日(金)は広場
オアシス	キラキラ広場	8月 9日(水)・23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? どなたでも参加できて、身体測定もお手伝いします	-
	あそぼう会	金曜日 午前10時30分～11時	親子で楽しく制作をします	-
	身体測定	7月20日(金) 午前10時～11時	身長・体重を測ってみましょう	-
エンゼル	お誕生会	7月20日(金) 午前10時45分～11時	みんなでお祝いしましょう	-
	なかよしサークル	火・水・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)	花園工でも同日開催
	リトミック	7月10日(水) 午前11時～11時30分	専門講師による音楽、リズム遊びを親子で楽しめます	要予約、先着15組
花園工	給食体験	7月10日(水)・18日(水) 正午～午後12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
	協栄スイミングで遊ぼう	7月18日(水) 午前10時～11時	専門のプールで親子で楽しく遊びます	要予約、費用負担あり
	英語教室	7月24日(火)・31日(火)、8月7日(水) 午前11時30分～正午	外国人講師による英語遊び	花園工でも同日開催 (午前9時30分～10時)
花園工	リトミック	7月26日(水) 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
	室内ミニアスレチック	7月17日(水) 午前11時～11時30分	保育園のホールでトンネル・マット・すべり台などを楽しもう	要予約、先着10組、3歳未満児対象
	協栄スイミングで遊ぼう	8月 6日(月) 午前10時～11時	専門のプールで親子で楽しく遊びます	要予約、費用負担あり

パパ・ママにオススメ! 今月の1冊

4 もりのなか
マリー・ホール・エッツ・文・絵 (間崎ルリ子 訳) 福音館書店



子育て中のパパ・ママが、子どもと楽しむための本を紹介します



ここがイチオシ!

『僕』がラッパを持って森を散歩していると、いろいろな動物がそれぞれ得意な楽器を持って、僕の後ろからついてきて、どんどん長い行列になっていく、楽しいお話です。白黒で色は単調ですが、だんだんと動物が増えていくストーリーの展開は、幼児期の子どもの興味にぴったり寄り添える内容です。



紹介者
中島行子さん (お話しの会『希』)
花園こども情報交流図書館アクロスのおはなし会(たまてばこ)で、絵本の読み聞かせや手あそびをしています。

『おはなし会』は市内の図書館・Lフォルテで行われています。詳しくは22ページをご覧ください。紹介した本は図書館で貸し出ししています。ぜひご利用ください。



6月5日・市役所本庁舎南側駐車場
『新庁舎建設工事安全祈願祭』が開催

新庁舎建設を前に工事の安全を祈願する安全祈願祭が執り行われました。庁舎の建設工事はすでに着工しており、2020年度末に完成する予定です。



6月5日・川本グラウンド・ゴルフ場
新潟県南魚沼市とスポーツで交流

深谷市レクリエーション協会が、友好都市新潟県南魚沼市とグラウンド・ゴルフを通じて交流を深め、和気あいあいとした雰囲気で開催しました。



6月1日・市内各所
埼玉県知事が『とことん訪問』で市内各所を視察

上田清司埼玉県知事が県内自治体をまわる『とことん訪問』で、深谷市を訪問しました。今回の訪問では、市内で先進的な取り組みをしている農園『一心園』、深谷商店街連合会若女将の会、(株)シタラ興産を視察しました。



▲とことん訪問で市内各所を知事が視察する様子。写真左から『一心園』、『深谷商店街連合会若女将の会』、『(株)シタラ興産』



6月12日・幡羅中学校
自転車事故の『怖さ』を間近で体感

自転車事故をスタントマンが実演し、その衝撃を間近で体感しました。また、よく発生する事故の様子も学び、交通安全への理解を深めました。



6月12日・深谷とうふ工房（東方地内）
商店街の『お得』を他の地域へ！

深谷駅前商店街のお店が、お店を飛び出して自慢の一品を限定販売しました。お買い得品やおいしいものを求め、近隣に住むお客さんが集まりました。



5月26日・八基公民館
丹精込めて育てました！フウリン草・さつき展

34回目になる『フウリン草・さつき展』は、今年も可憐な花が勢ぞろい。八基小学校の児童が育てたフウリン草も展示され、来場者を楽しませていました。



5月26日・道の駅おかげ
静岡県藤枝市から旬のお茶の便り

今年も友好都市静岡県藤枝市から摘み立ての新茶を持って茶娘さんが訪れました。お茶のつかみ取りやつめ放題などを行い、来場者は楽しく過ごしました。



6月13日・川本南小学校
学校応援団と作成！ 田んぼアート

恒例の田んぼアートの今回のデザインは歯ブラシを持った市イメージキャラクターふっかちゃんです。児童が植えた苗は9月ごろが見ごろになります。



6月15日・埼玉県農林公園
県農林公園がリニューアルオープン！

農林公園の農産物直売所と木材文化館がリニューアルし、木材文化館に新たにできた『木育ひろば』では、子どもたちが元気よく遊びました。



6月2日・岡部浄水場
水道水ができて上がるまでを見学！

水道週間に合わせて浄水場の見学会を開催しました。来場者は、水道水が各家庭に届く仕組みを学んだり、でき立ての水道水を飲んだりしました。



6月3日・深谷グリーンパークパティオ
新鮮なユリの切り花をご家庭に！

全国的に有名な深谷の『ユリ』の切り花がバイキング形式で配布されました。会場では色とりどりの花から好みの色の花を選ぶ人々にぎわいました。

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。

『食用バラ』を市内で栽培し、加工して全国で販売



ローズラボ株式会社
代表 田中綾華さん

バラで広がる 新しい可能性

平成27年から市内で農薬を使用しない『食べられるバラ』を栽培するビニールハウスができました。そのハウスを運営する会社『ROSE LABO』の代表を務めるのが田中綾華さんです。

「力を入れているのは、6次産業化で、生産・加工・販路開拓までを一体的に進めています。」と、田中さんが話すように、ROSE LABOで育てた食用バラの多くはハーブティーやジャムなどの加工品や、化粧品や石けんといった商品にもなり、都内のデパートなどの店頭に並んでいます。

一日の平均気温を足して1,000度になると開花をするというバラの花。そのため、日照時間が長く、効率よくバラを栽培できる『深谷』を生産地として選び、栽培を始めました。現在、市内に2カ所あるビニールハウスでは、高い品質のバラを生産しています。



▲台湾からの研修生 HANA SUNGさんとバラの剪定作業をする田中さん。

今後について、「アジアやヨーロッパなどの大きな市場を見据えて、展開しています。ぜひ、深谷から世界に羽ばたいていける商品を作りたいですね。」と田中さんが笑顔で話すように、いま、海外からの研修生を受け入れ、アジアやヨーロッパといった海外のマーケティングについて研究を深めています。生産地深谷でも販売先を広げており、7月からは市内のお菓子屋で、田中さんのハウスで栽培したバラを使ったジャムが販売されます。国内外で活躍する田中さんの活躍に今後も目が離せません。

一日の平均気温を足して1,000度になると開花をするというバラの花。そのため、日照時間が長く、効率よくバラを栽培できる『深谷』を生産地として選び、栽培を始めました。現在、市内に2カ所あるビニールハウスでは、高い品質のバラを生産しています。

新庁舎

建設進行中！第3回

深谷市役所は、2021年4月に新庁舎へと生まれ変わります。このコーナーでは、新庁舎に関する情報をお知らせしていきます。問い合わせ/新庁舎建設推進室（☎501 - 2610）今までの取り組みや最新情報は市ホームページをご覧ください。

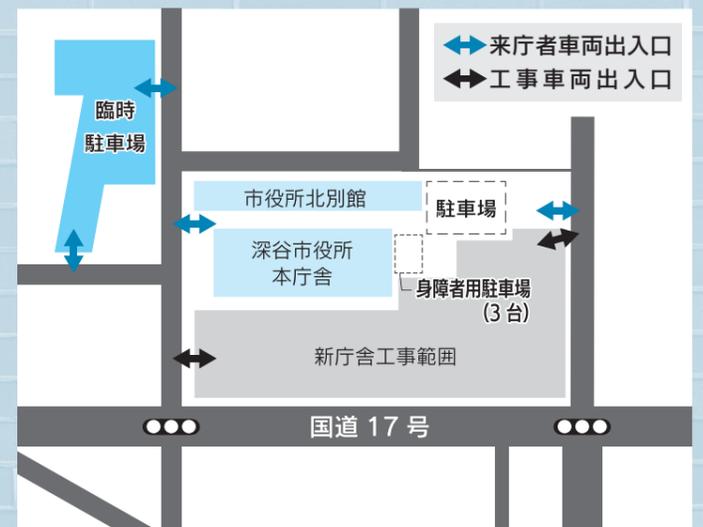
深谷市庁舎建設 [検索](#)

■ 新庁舎建設工事に伴い、駐車場が少なくなっています 臨時駐車場をご利用ください

新庁舎建設工事の本格的開始に伴い、工事範囲が広がり、従来の駐車場が大幅に減少しています。

そのため、市役所本庁舎西側に、臨時駐車場を設けましたので、ご来庁の際はこちらの駐車場をご利用ください。

また、市役所周辺では、工事車両が頻繁に出入りしますので、ご来庁の際、また付近を通行する際は、十分ご注意ください。工事の影響で混雑なども発生する場合もあり、皆さんには大変ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



▲現在の駐車場や工事範囲の様子。

ふっかちゃんの日常から 深谷が見えてくる

ふっか 散歩

⑥ 深谷寄居医師会メディカルセンター

平成29年に上柴地区へお引越しした「深谷寄居医師会メディカルセンター」にきたよお！ここでは、健康診断とか人間ドックとかを受けることができるんだってえ。みんなの健康を守る大事な場所なんだよお！



▲マルチスライスX線CT



▲マンモグラフィ撮影装置

▲ここは女性が検査を受ける専用のお部屋のひとつだよお。ここではマンモグラフィ検査をすることができるんだってえ！女性の検査専用のフロアは、入口が違うから、安心して検査を受けることができるねえ。

◀検査室のうちCT検査のお部屋を見せてもらったよお！メディカルセンターで受けられる検査の種類は全部で10種類以上！！みんなも毎年定期健診とか人間ドックを受けて、病気を早く見つけて治そうねえ。

ふっかちゃんの つぶやき

お祭りの季節到来！『深谷七夕まつり』や『深谷まつり』をはじめ、いろんなお祭りを楽しもうねえ！Y(c0w0o)Y



心の広場

藤沢小学校2年(現3年)
中野 まいさん



わたしのたいせつなおばあちゃん

わたしのおばあちゃんは、足をけがをしています。4月ごろにでにゅういんしました。4月30日にかえってきました。

わたしはおばあちゃんがあるとき、いつも手をつないであげます。おばあちゃんはいつもあるくれんしゅうをしています。

おばあちゃんは、にわのくさかりをします。足がいたいのですにすわってやっています。だから、たいへんそうです。おばあちゃんは、「だいじょうぶだいじょうぶ。」と、いいました。

でもわたしは、「しんぱいだなあ。」と思いました。おばあちゃんは、まだじてん車にのれません。足が

いたいのでまだのれません。だからいつもおじいちゃんが車にのせてくれます。車でスーパーとかにつれていってくれます。

わたしは、「よかったなあ。」と、思いました。

おばあちゃんは、足をけがしてたくてもがまんしていろいろしょうせんしています。わたしは、それがだいじなんだと心の中で思いました。

だから、わたしも、がんばろうと思いました。一ばんがんばりたいのはじゅうどうです。くるしいこともあるけれど、がんばって大かいにでて、金メダルをとりたいです。おばあちゃんよりもっとがんばりたいです。

それから、おばあちゃんの手つだいもいっぱいしてあげたいと思います。おばあちゃん大好きです。



ガーデンシティふかや推進室 [ふかや緑の王国・深谷市柳引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!!

緑の王国 わくわくどきどき 体験の夏 2018 SUMMER in 緑の王国

お問い合わせは『ふかや緑の王国』へ

第6回 どじょうつかみどり体験

ふかや村の小川に入ってどじょうをつかまえよう!

とき 8月11日(祝)午前10時～
ところ ふかや緑の王国
定員 先着30人 (中学生以下)
参加料 300円
申し込み 7月10日(火)から電話でふかや緑の王国へ
※小川の中に入りますので、ぬれてもよい服装でお願いします。



木のオブジェ作り体験

夏休みの自由工作にどうぞ!

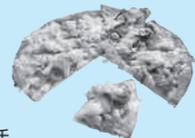
とき 8月2日(休)午前10時～
ところ ふかや緑の王国
定員 先着10人
参加料 500円
申し込み 7月10日(火)から電話でふかや緑の王国へ
※オブジェのサイズは40cm未満



キッズプログラム&ピザづくり教室

自然素材で“ものづくり” & 本格窯で焼くピザづくりを体験しよう!

とき 7月26日(木)午前9時～
ところ ふかや緑の王国
定員 先着20人
申し込み 7月6日(金)から電話でふかや緑の王国へ



キッズプログラムメニュー (1つ選択) ・参加料

①鏡の花畑(万華鏡)・1,000円
②枝で仲間をつくる・800円

③石で仲間をつくる・800円



第10回森の音楽祭 & 第7回花の音楽祭 出演者募集!

第10回森の音楽祭inふかや緑の王国

とき 10月14日(日)午前10時～午後3時
ところ ふかや緑の王国内特設ステージ
定員 30組 ※応募者多数の場合は抽選
その他 アコースティック(生音)演奏に限る
申し込み・問い合わせ 7月18日(火)～8月31日(金)までに、応募用紙をファクス(☎551-5552)または直接ふかや緑の王国へ



▲昨年の「森の音楽祭」の様子

第7回花の音楽祭in深谷グリーンパーク

とき 10月14日(日)午前10時～午後3時
ところ 深谷グリーンパーク内特設ステージ
定員 10組 ※応募者多数の場合は抽選
その他 電子楽器・音響装置(電源100Vまで)使用可
申し込み・問い合わせ 7月18日(火)～8月31日(金)までに、応募用紙をファクス(☎574-8611)または直接深谷グリーンパークへ



▲昨年の「花の音楽祭」の様子

ガーデニング教室参加者募集!

多肉植物の寄せ植えアレンジ体験

とき 8月16日(木)午前10時～
ところ ふかや緑の王国
定員 先着20人
参加料 500円(材料費を含む)
申し込み 7月12日(木)から電話でふかや緑の王国へ

ビオラの種まき講習会

とき ①8月21日(火)午前10時～(種まき)
②9月18日(火)午前10時～(ポット上げ)
ところ ふかや緑の王国
定員 先着20人
参加料 500円(材料費を含む)
申し込み 7月12日(木)から電話でふかや緑の王国へ

親子で藍の生葉染め体験! 参加者募集!

藍の生葉で染めた「くるみボタン」でアクセサリを作ろう

対象 子ども(小学生以下)と保護者
とき 8月19日(日)午前9時～
ところ ふかや緑の王国 定員 先着20組
参加料 500円(材料費を含む)
申し込み 7月12日(木)から電話でふかや緑の王国へ



▲アクセサリの一例

『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(@garden551)、『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.52

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!



フレンドリー

☎575-2605
住所: 稲荷町1-1-33



◀定期的に行っているホチキス針の箱詰め作業。毎日大量のホチキス針を処理しています。



▲メール便配達。番地ごとに仕分け、配達順を決めています。
◀アパート清掃の様子。隅々まで丁寧に拭き上げます。



▶除草作業の様子。剪定後の小枝や落ち葉拾いをしています。



就労準備に励む「フレンドリー」

「フレンドリー」は、「社会福祉法人ふかや精神保健福祉の会まゆだま」が運営する事業所のひとつです。就労準備を始めたいかたや生活に広がりを求める地域の精神障害者のかたが、アパート入退去時の清掃・除草・漬物用野菜の処理・メール便配達などの作業のほか、所内ではホチキス針の箱詰めやショーケースの組み立てなどを行い、それぞれの目標に向かって進んでいます。

積み重ねが安定と自信へ

日々の積み重ねの中から、体力や気力を取り戻し、作業を通じて社会と繋がって安定感が増し、自信を取り戻す。そうやって、利用者の中から、仕事に就いたかた、より具体的な就労訓練を目指して、就労移行支援事業所へ移ったかたもいます。



フレンドリーで働く
職員の皆さん

清掃業務に力を入れています

入退去に伴う清掃に力を入れています。天井から床まで隅々のほこり取り、拭き上げ、またキッチン、トイレ、風呂場などの水回りについては取りにくい水あかまで丁寧に取り除いています。4～5人で半日単位で仕上げます。

業務を募集しています

アパートの入退去時の清掃、庭の剪定除草、小物の組み立て作業など、丁寧な仕事ぶりで納期内に仕上げていますので、ぜひ、ご連絡ください。また、その他の仕事もご相談に応じますのでご連絡をお待ちしています。

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!

夏の食欲不振をのりきる食事

夏の暑い時期、さっぱりしたそうめんだけで食事を済ませていませんか?夏の食欲不振で問題なのは、副食を取らないことによるたんぱく質不足が原因で体力が落ちることです。また、冷たい飲み物をたくさん飲むと胃液の分泌が低下して、食欲がなくなります。

ではどうすればいいでしょう?そうめんは主食なので、肉や魚介類、豆腐、卵など良質なたんぱく質を副食として添えると良いでしょう。また、酸味の主成分であるクエン酸を含むトマトやレモンを加えると、胃酸の働きを助けます。

深谷では、7~8月にかけてゴーヤの収穫を迎えます。ゴーヤに



含まれる苦味成分「モルデシン」は、胃腸粘膜の保護や食欲増進作用があるほか、ビタミンCの含有量が多く、風邪予防にも効果があります。薄く切った後、塩もみしてから洗い、水気を絞ったものを活用すると料理の彩りにもなります。



東都医療大学 管理栄養学部
管理栄養学科 助教 管理栄養士
佐々木正子さん

キレイ・元気を応援します! No.49

夏バテ予防に!爽やかな酸味や辛味が食欲をそそります

ゴーヤのカラフルピクルス

栄養価 (1人分当たり)

エネルギー 38kcal	たんぱく質 0.7g	脂質 0.1g	炭水化物 9.0g	塩分 0.8g
-----------------	---------------	------------	--------------	------------



おすすめポイント

調味液に漬けるだけの簡単ピクルスです。冷蔵庫で1週間ほど保存がきくので、作り置きをすると重宝します。一晩置くと食べごろになります。

材料 (2人分)

ゴーヤ60g、ニンジン40g、赤パプリカ20g、黄パプリカ20g、調味液(酢大さじ3、砂糖大さじ2、塩小さじ1/2、赤唐辛子少々)

作り方

- 1 ゴーヤは種とワタを除き、5mmの厚さに切る。
 - 2 ニンジン皮をむき厚さ5mm、長さ4cm程度のスティック状に切る。パプリカ(赤・黄)も同じくらいの大きさに切る。
 - 3 調味液を混ぜ合わせ、ふた付きのプラスチック容器やファスナー付きの食料保存袋に入れ、①・②の野菜をもみ込んで漬けて置く。
- ※ゴーヤの苦みが苦手な場合は、さつとゆでてから漬けておむのがおすすめです。

(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。