

広報 ふかや



市のイメージキャラクター
「ふかちゃん」

6月 2019年 6月1日
No.162



浄化センター内の太陽光発電施設。市では環境に配慮したさまざまな取り組みを行っています。

特集 ふかやeパワー(株)が地域のチカラに!

渋沢栄一のロゴマークを使いませんか? ⑦
国が水害・土砂災害時の避難のタイミングを5段階に区分しました ... ⑧
高齢者運動教室「いきいき元気教室」へ参加しませんか? ... ⑩

特定健康診査の予約受け付け中! ⑪
多子世帯を応援! 「3キュー子育てチケット」 ⑫
キラリ熱中時間「花園おはなしボランティア サープの会」... ⑬

地域新電力会社 ふかや e パワー(株)が 地域のチカラに！

平成30年4月3日に深谷市、深谷商工会議所、ふかや市商工会、(株)埼玉りそな銀行、そして地域新電力事業に関して実績のある『みやまパワーHD(株)』との共同出資で地域新電力会社『ふかや e パワー株式会社 (通称：ふっかちゃんでんき)』を設立しました。今月の広報では、新しい公益的事業体として設立した地域新電力会社の役割と市内に与える効果についてお知らせします。

※ふかやeパワー(株)は、渋沢栄一翁が座右の銘のひとつとした『順理則裕 (理にしたがえば、すなわちゆたかなり)』という言葉を企業理念とし、人のため、社会のためになる会社を目指しています。

地域新電力会社が目指す 環境にやさしい電力

議会の承認を経て市も55% (1100万円) 出資する地域新電力会社『ふかやeパワー(株)』は、電力供給だけではなく、環境負荷の低減や地域の活性化も目指している、地域に根ざした新しい電力会社です。事業所向けにはすでに売電を始めており、公共施設・民間企業合計で125カ所に電力供給を行い、今年度は一般家庭への電力供給開始に向けて準備を進めています。

エネルギーの地産地消で 環境にやさしい『低炭素社会』

私たちの生活に欠かすことのできない『電気』。現在、国内で使用されている電気の約9割が石油や石炭といった化石燃料をもとに発電していますが、発電に伴い排出される大量の二酸化炭素は、地球温暖化の原因のひとつとなっています。

地域新電力会社では、こうした

状況に歯止めをかけ、二酸化炭素の排出を減らした低炭素社会を目指しています。そのため、ふかやeパワー(株)では、供給する電力のうち再生可能エネルギーの割合を増やす取り組みを始めています。そのひとつが、家庭用の太陽光発電の余剰分の活用です。市内でつくられた再生可能エネルギーをふかやeパワー(株)を介して市内に供給する『地産地消』の体制構築に取り組んでいきます。

間もなく期限を迎えます 『固定価格買取制度』

2009年11月に始まった家庭用の太陽光発電で作った電力の余剰分を買い取る制度は、10年の買い取り期間が今年から順次終了していきます。今後の余剰電力の活用を検討中のかたは、ぜひ『ふかやeパワー(株)』での活用も選択肢としてご検討ください。

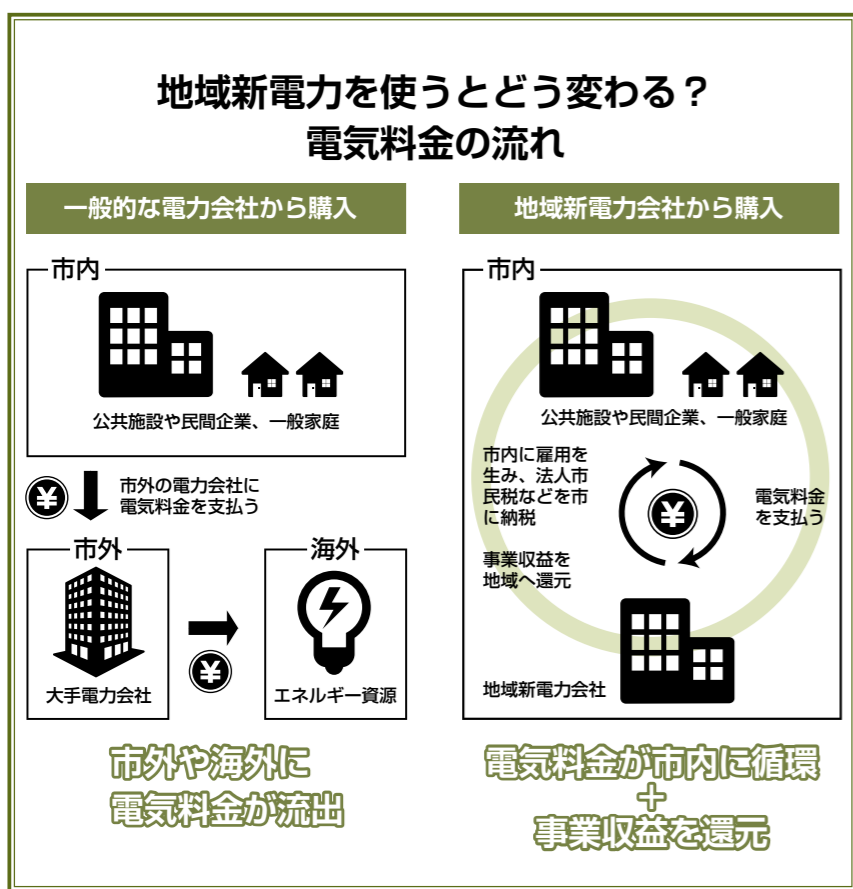


年間の電気料金『70億円』 エネルギーを地域の力に

電気料金の市内循環で
地域の活性化を！

市内全体 (一般家庭・民間企業・公共施設など) で70億円を超

える電気料金。実は、その大半が市外に流出し、地域にお金が循環する機会が失われています。もし、地域新電力会社『ふかやeパワー(株)』から電力を購入する



と、これまで大半が市外に流出していた電気料金の一部がさまざまな形で市内にとどまり、そこから新たな雇用やサービスといった付加価値が生み出されていきます (左上図参照)。こうして、地域経済活性化の一助を地域新電力会社が担っていきます。

『事業収益の地域還元』で 生まれる新サービス

今後、ふかやeパワー(株)では、一般家庭にも売電を広げ、さらに安定した収益を上げること、さまざまなサービス展開を進めていきます。

今、ふかやeパワー(株)で検討を重ねているのが、事業収益の活用方法で、自治体出資の地域新電力会社として事業収益を『地域課題を解決する市民サービス』として地域還元していきます。

市民のための地域新電力会社に！

売電開始からおよそ半年が経過し、次第に市内の事業所でも『ふっかちゃんでんき』の利用が増えてきました。今年是一般家庭向けにも電気の供給開始を目指していますが、地域に根ざした地域新電力会社ならではのサービスを提供していきたいですね。



ふかやeパワー株式会社
代表取締役 高丹秀篤

地域新電力会社
『ふかや e パワー株式会社』
(通称：ふっかちゃんでんき)

設立年月日：平成30年4月3日
所在地：上野台192 - 1
資本金：2,000万円
電話番号：☎578 - 8217
ファクス：☎578 - 8218



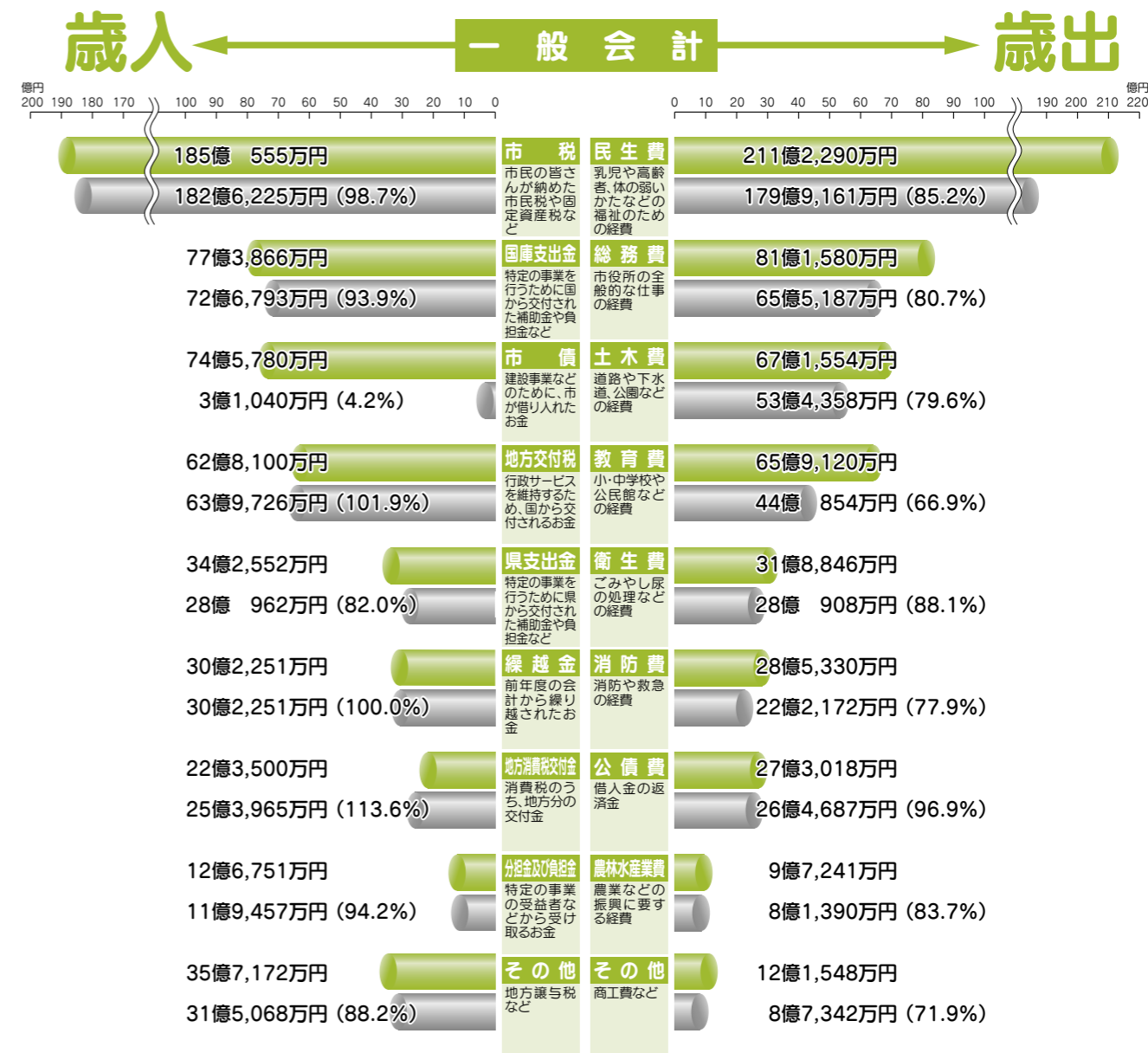
▲最新情報はふかやeパワー(株)ホームページをご覧ください。

深谷市の財政状況

平成30年度（平成31年3月31日現在）の市の財政状況をお知らせします

市では、まちづくりのために、市民の皆さんに納めていただいた税金や市債(市の借入金)などを財源とし、効率的な財政運営に努めています。どのような事業にどのくらいお金が使われたかという『市の家計簿』ともいべき財政状況を年2回に分けてお知らせしています。

今回は、平成30年度(平成31年3月31日現在)の財政状況をお知らせします。



歳入予算額・535億 527万円
 収入済額・449億5,487万円
 執行率・84.0%



※数値は表示金額未満を四捨五入しているため、合計額と一致しない場合があります。
 ※予算額は、平成29年度の繰り越し分を含みます。

予算額に対して、収入済額と支出済額のそれぞれに差がありますが、これは出納整理期間の収入・支出が加算されていないためです。決算の数値は、出納整理期間終了後の数値になります。

(注)出納整理期間…年度内に終了した取引について、4月1日～5月31日までに現金を収入・支出した場合は、年度内に収入・支出したものととして出納を処理することができます。この期間を出納整理期間といいます。

歳出予算額・535億 527万円
 支出済額・436億6,059万円
 執行率・81.6%



※数値は表示金額未満を四捨五入しているため、合計額と一致しない場合があります。

特別会計

区分	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	158億8,223万円	143億7,968万円	151億8,823万円
後期高齢者医療	27億1,980万円	24億5,721万円	26億 630万円
国済寺土地 区画整理事業	6億6,141万円	6億6,163万円	4億7,378万円
岡中央土地 区画整理事業	7,463万円	7,470万円	3,190万円

市有財産

市が保有する公有財産のうち、土地は3,211,115㎡、建物は390,559㎡です。庁舎、学校、公園などの行政財産と、それ以外の普通財産とに分かれます。

公有財産	区分	土地		建物	
		面積	㎡	面積	㎡
土地および 建物	行政財産	2,914,616㎡	368,801㎡		
	普通財産	296,499㎡	21,758㎡		
	計	3,211,115㎡	390,559㎡		
	物権(地上権)		495㎡		
	有価証券(テレビ埼玉ほか株券)		5,455万円		
	出資による権利(埼玉県信用保証協会出えん金など)		101億2,550万円		
	債権		2億5,940万円		
	基金(行政振興基金など)		238億4,699万円		

本市の財政状況は、歳入面では、市税がおおむね180億円台で伸び悩む中、新たな財源確保が課題となっております。歳出面では、医療や福祉などに係る支出が年々増加する中、公共施設の老朽化に伴う支出の増加も見込まれています。

このような状況の中、第2次深谷市総合計画の初年度となる平成30年度は、子どもたちの学力向上のため、公立の全小中学校で標準学力検査の実施、英語検定、数学検定の検定費用補助の開始や、シニア世代による交流・仲間づくり・情報収集などを支援する拠点として、もくせい館内に、情報収集カフェ『もくもくカフェ』を開設するなど、必要な市民サービスの提供に努めるとともに、新庁舎や岡部公民館、消防分署などの整備を計画的に進めてまいりました。

令和元年度は総合計画に掲げる将来都市像の実現を一層確かなものとするため、引き続き将来を見据えた取り組みを推進してまいります。

深谷市長 小島 進

企業会計

水道事業 (税込み)

区分		予算額		収入済額	
		収入	支出	収入	支出
収益的 収 支	収入	30億9,763万円	28億2,804万円		
	支出	28億8,539万円	12億6,148万円		
資本的 収 支	収入	6億6,398万円	4億7,506万円		
	支出	20億7,101万円	13億2,944万円		

下水道事業 (税込み)

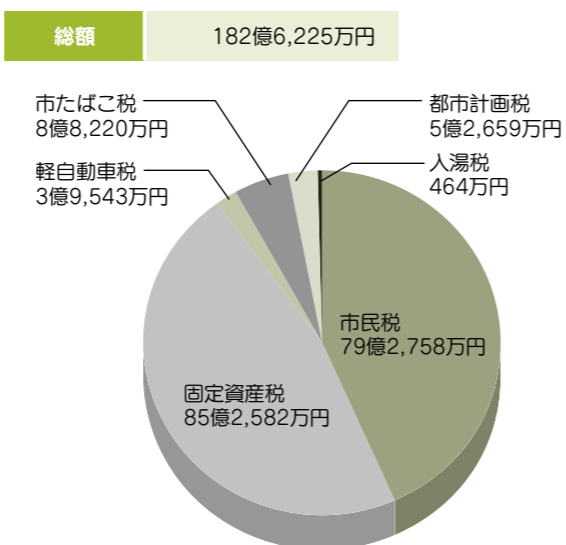
区分		予算額		収入済額	
		収入	支出	収入	支出
収益的 収 支	収入	34億6,402万円	25億1,986万円		
	支出	33億6,989万円	12億5,036万円		
資本的 収 支	収入	30億2,309万円	16億7,532万円		
	支出	40億4,749万円	24億8,563万円		

市債(借入金)

会計名	残高
一般会計	319億5,579万円
土地区画整理事業特別会計	16億 936万円
国済寺特別会計	15億4,841万円
岡中央特別会計	6,095万円
水道事業会計	103億6,974万円
下水道事業会計	193億 952万円
合計	632億4,441万円

市民1人当りに換算すると **440,690円**
 1世帯当りに換算すると **1,060,560円**
 (人口 143,512人 世帯数 59,633世帯 平成31年3月31日現在)

市税の内訳



※数値は表示金額未満を四捨五入しているため、合計額と一致しない場合があります。

新庁舎建設進行中 第14回



▲現在の工事の様子（5月17日撮影）
3階柱の工事が完了し、現在は4階床の工事を進めています。
今後の予定
6月 4階PCa工事、鉄骨工事
7月 屋根鉄骨工事、外壁工事
※PCa（プレキャストコンクリート）=あらかじめ工場で作られたコンクリート製品
★市HPで新庁舎完成のイメージ動画を公開中！
工事に伴い、駐車場が狭くなっているため、市役所へお越しの際は庁舎西側の臨時駐車場をご利用ください。
問い合わせ 新庁舎建設推進室（☎501-2610）

今回作成したロゴマークは誰でも無料で使用できます。また、商品のパッケージなどに使用することも可能です。
商品などにロゴマークを使用したい場合は、『深谷市公式渋沢栄一ロゴマーク等使用届出書兼誓約書』を提出するだけで使用するこ

とができます。
ロゴマークなどを使用する場合には必ず、市ホームページに掲載している『取扱規程』を確認してください。
▲QRコードを読み取り、市ホームページをご覧ください。



深谷市では、渋沢栄一が新1万円札の肖像に決定したことを祝い、市公式のロゴマークを作成しました。

祝新1万円札の肖像に決定！
渋沢栄一のロゴマークを使いませんか

問い合わせ 秘書課（☎574-6631）

【ロゴマークの一例】

ロゴマークは、渋沢栄一をイラスト化したもののほかに、市イメージキャラクター『ふっかちゃん』やJR深谷駅を使用したものなど91種類あります（5月21日現在）。ロゴマークを全部ご覧になりたいかたは、市ホームページの『ロゴマーク一覧』をご覧ください。また、今後も随時、ロゴマークを追加していく予定です。ロゴマークを使用して、深谷市を盛り上げましょう。



深谷市出身のアスリートを一緒に応援しよう！
『村岡桃佳後援会』会員募集

問い合わせ 村岡桃佳後援会事務局
（深谷商工会議所内・☎571-2145）

深谷市出身で深谷市親善大使を務める村岡桃佳選手は2018年、平昌パラリンピックでアルペンスキー5種目に出場。金メダルを含む5個のメダルを獲得し、日本中に大きな夢と感動を与えてくれました。
この快挙に伴い、2018年7月に『村岡桃佳後援会』が設立されました。2022年に行われる北京パラリンピックで表彰台を目指す村岡選手の新たな挑戦とさらなる活躍を一緒に応援しませんか。

『村岡桃佳後援会』概要

【活動内容】

- ①村岡選手の選手活動に対する物心両面にわたる支援
- ②村岡選手の選手活動の広報・宣伝活動
- ③村岡選手の選手活動を応援するための寄附金および会費の募集活動
- ④会員相互の親善を図る活動
- ⑤その他本会の目的を達成するために必要な活動

年会費 個人3000円 法人・団体1万円

特典 村岡選手の成績などをお知らせする広報紙の配布
申し込み 電話で問い合わせ先へ

・寄附金も受け付けています
寄附金 個人101000円 法人・団体 105000円

▼村岡桃佳選手プロフィール

深谷市出身のチェアスキーヤー。川本北小学校・川本中学校・正智深谷高校から早稲田大学へ進学。
2018年3月に韓国の平昌で開催された平昌パラリンピックでは、金メダル1個を含む5個のメダルを獲得しました。1大会で5個のメダル獲得は、冬季日本人選手では最多の獲得数になります。
現在は早稲田大学大学院で『コーチング』について学びつつ競技を続けています。



深谷市消防団新役員紹介

問い合わせ 消防総務課（☎571-0900）

深谷市消防団は『自分たちのまちは自分たちで守る』という郷土愛の下に組織されています。
消防団員は、普段はそれぞれの仕事をしていますが、災害が発生

した時には、直ちに住民の皆さんの生命・身体・財産を守るため、昼夜を問わず活動しています。
消防団活動に対する皆さんのご理解と協力をお願いします。



深谷市消防団役員の皆さん

写真前列左から 中原川本支団長、堀江花園支団長、島田副団長、馬場団長、富田副団長、高橋深谷南支団長、柿木深谷北支団長、小林岡部支団長
中央左から 工藤女性分団長、長岡第1分団長、河田第2分団長、新井第3分団長、塚越第4分団長、内山第5分団長、岡本第6分団長、飯嶋第7分団長、橋本第8分団長、高田第9分団長、高柳第10分団長、吉岡第11分団長
後列左から 村岡第12分団長、根岸第13分団長、今井第14分団長、久保第15分団長、清水第16分団長、滝上第17分団長、藤野第18分団長、小久保第20分団長、齋藤第21分団長、橋本第22分団長、小林第23分団長、金子第24分団長、野辺第25分団長
写真上部 内田第19分団長

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



DVのない社会に

『DV(ドメスティックバイオレンス)』という言葉がテレビなどでよく耳にすると、DVとは、夫婦やパートナーなどの親密な関係で行われる暴力です。DVといくと、配偶者等を「殴る」「蹴る」などの身体的暴力をイメージしがちですが、「大声で怒鳴る」「長期間無視する」「交友関係や日々の行動をチェックする」「収入や貯金などを勝手に使う」などもDVにあたります。

近年、社会的関心の高まりにより警察に寄せられる1年間のDV相談件数は、全国で7万7千件を超えていると推定されています。市内でも年間70

件程度の相談が寄せられ、その数は年々増加しています。

今年の1月に、千葉県野田市で父親の虐待により女兒が死亡した痛ましい事件がありました。その背景には父親の母親に対するDVがあったと言われています。

DV家庭では児童虐待など、子どもの心身への影響が懸念され、その対策が喫緊の課題となっています。

そこで市では今年4月、市役所内に『深谷市配偶者暴力相談支援センター』を設置しました。DV相談はもちろんのこと、被害者の保護支援や自立生活に向けた支援、DV関連証明書の発行などを行い、警察署や裁判所などの関係機関と連携して、適切な支援を行っています。

暴力を受けているかもしれないと思ったら、一人で悩まずセンターに相談してください。暴力はどんな理由があっても許される行為でなく、犯罪となりうる行為です。自分を大切にすると同時に、相手のことを思いやり、互いの価値観や考え方を尊重しあうべきな関係を築いていくことが大切ではないでしょうか。

国が水害・土砂災害時の避難のタイミングを5段階に区分しました

問い合わせ 総務防災課 ☎574-6635

平成30年7月豪雨を受けて、国が水害・土砂災害時の避難のタイミングを5段階に区分しました

高 ↑ 危険度 ↓ 低	警戒レベル5	発令する避難情報など 災害発生警報	取るべき行動 既に災害が発生している状況 命を守るための最善の方法を選択
	警戒レベル4	避難指示(緊急) 避難勧告	避難
	警戒レベル3	避難準備・高齢者など避難開始	避難に時間がかかる場合は 避難してください ※それ以外のかたも避難の準備
	警戒レベル2	洪水注意報 大雨注意報	ハザードマップなどで避難行動を再確認
	警戒レベル1	警報級の可能性	情報収集の方法などを確認

自分の命を守るために、太枠(警戒レベル3、4)のうちに避難してください!

西日本を中心に北海道や中部地方にも大きな被害をもたらした『平成30年7月豪雨』。

発生時にはさまざまな防災情報が発信されていましたが、種類が多く、難解であったため多くの住民がうまく活用できず、避難が遅れる状況でした。

そこで、国では、住民が情報の意味を直感的に理解できるように、防災情報を5段階の警戒レベルに区分しました。これにより情報と行動の対応を明確化し、避難行動などを支援します。

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

誕生月に「ねんきん定期便」を送付しています

日本年金機構では、国民年金および厚生年金の加入者に、保険料納付実績などを記載した『ねんきん定期便』を毎年誕生月に送付しています。『ねんきん定期便』が届いた際には、加入記録・記載内容を確認し、訂正がある場合には、同封の『年金加入記録回答票』で回答をお願いします。

ねんきん定期便の記載内容

- ①年金加入期間(加入月数・納付済み月数など) ②加入実績に応じた年金見込み額 ③年金保険料納付額 ④直近1年分の月別保険料納付状況(35・45・59歳のかたには、全ての期間の納付状況)

令和元年度 年金額	
老齢基礎年金(満額)	780,100円
障害基礎年金(1級)	975,125円
障害基礎年金(2級)	780,100円
遺族基礎年金(子1人)	1,004,600円
遺族基礎年金(基本)	(780,100円)
遺族基礎年金(加算)	(224,500円)
老齢福祉年金	399,700円

公的年金制度は、将来にわたって年金の実質価値を守るため、物価の変動に応じて年金額も改定されます。

年金額に関する問い合わせは、熊谷年金事務所または、ねんきんダイヤル ☎0570-051165、IP電話・PHSからは ☎03-6700-1165へ



みんなの声 BOX

Q 「ふかや防犯協力店」のステッカーを目にしましたが、どのような取り組みか教えてください。

A ふかや防犯協力店は、子どもや女性などが助けを求めた場合の保護や警察への通報などにボランティアで協力していただく店舗・事業所などのことです。

市ホームページ(☒『ふかや防犯協力店』で検索)では、200カ所を超える協力店の場所を地図に掲載しています。ぜひ、一度ご確認ください。

問い合わせ 自治振興課 ☎574-8597

ありがとうの手紙



最優秀賞
中学生の部
お気に入りの服へ



幡羅中学校1年(現2年) 笠井彩里さん

中学になり、毎日体操服で過ごす。久しぶりに君を着た。小さい?いや、私が成長したのか…。

動きやすいし、模様も気に入ってた。たしか、林間も一緒に行ったね。ドロヤシミがついてもがんばったね。

君をあの子にあげてもいい?でも、さすがにボロボロだね。捨てることなんてできないよ。そうだ! 私のイスの背もたれにつけたよ。どう?新しい場所は。今までありがとう。もう一緒に学校は行けないね。でも、これからは勉強中に背中から応援してね。

ふっかちゃん
バースデイぱーちい
FUKAYA2019



深谷市地域振興財団(深谷ビッグター
トル内) 572-3000
30以上のご当地キャラクターが大集
合します。ぜひお越しください!
とき 6月29日(土)午前10時~午後4時
ところ 深谷ビッグタートル

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
(一部取り扱えない業務があります)

募集



深谷市ファミリーサポートセンター
の会員募集

深谷市ファミリーサポートセン
ター(緊急サポートセンター)埼玉内
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と応援
したい人が会員となり、育児に関す
る相互援助活動をする仕組みです。
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 6月19日(水)午後1時~4時30分
ところ 市役所本庁舎西別館303
会議室

ふっかちゃんも参加!
夏休みダンボールコンポスト講習会

環境課 ☎585-5150・☎
585-0165・✉kankyo@city.
fukaya.saitama.jp
自由研究にもピッタリな、ダンボ
ール箱を使った生ごみ処理器を作る
講習会です。参加者にはふっかちゃん
缶バッジをプレゼント。
対象 市内小中学生(小学生は保護
者同伴での参加が必須)
とき 7月23日(火)午前10時~11時30分
ところ 上柴公民館中会議室

定員 ●先着20組
参加料 ●1組300円(当日集金)
☎電話・メールまたはファクスで問
い合わせ先または風土飲食研究会小
林さん ☎090-9108-57
85・✉foodsnook@gmail.com)へ
※詳しくは市ホームページを確認く
ださい

男女共同参画支援講座
『不安解消!親の介護と仕事の両立』

☎市人権政策課 ☎574-664
3
とき 7月23日(火)午後6時15分~8
時15分
ところ 上柴公民館大会議室
定員 ●先着30人
講師 ●太田差恵子氏(介護・暮らし
ジャーナリスト、NPO法人パオッ
コ理事長)

『SAITAMA出会いサポートセ
ンター(恋たま)出張登録・相談会』

☎SAITAMA出会いサポート
センター事務局 ☎048-789
-7721
SAITAMA出会いサポートセ
ンター(恋たま)は、県の結婚支援
センターです。市内を会場に出張登
録・相談会を行います。
とき 6月21日(金)午前10時~午後4時
ところ 市役所本庁舎西別館201

会議室
利用登録料 ●1万5000円(登録
期間は2年間)
※市内在住者は1万8000円
☎6月18日(火)までに、『恋たま』ホ
ームページで詳細を確認の上、『入
会申し込み』『来所予約』をししてく
ださい。
※出張登録・相談会には、写真付き
の身分証明書を持参ください。

薬剤師の仕事体験してみよう!
『夏休み子どもお薬教室』

☎(株)萩原薬局・萩原さん ☎574
-1134・✉hagiwara.masanori@
outlook.jp
対象 ●小学校3~6年生
とき 8月4日(日)午後1時30分~3
時30分
ところ ●同仁薬局(西島町3-13-14)
定員 ●9人(多数の場合抽選)
☎6月30日(日)までにメールに子ども
の氏名、フリガナ、学年、身長を記
入し、問い合わせ先へ

まなび講座第25回
『パズルで楽しんで脳を鍛えよう』

☎NPO法人まなびクラブ・リクウ
エイ・根岸さん ☎080-441
3-6651・✉rikway001@gmail
.com
対象 ●小学校2年生以上

【市民参加企画『みんなの竹かざり』】
深谷七夕まつりに飾る竹飾りを作
製する家族や団体・個人を募集しま
す。参加者には、無料で約3斤の細
竹(先着120本)を差し上げます。
☎6月21日(金)までに問い合わせ先へ

県立本庄特別支援学校
学校説明会・学校公開週間

☎本庄特別支援学校 ☎0495
-24-3747
【学校説明会(小中学部のみ)】
とき 6月24日(月)午前9時40分~正午
内容 ●授業公開など
【学校公開】
とき 6月25日(火)・26日(水)午前9時
45分~正午
内容 ●授業公開

お家に緑を持って帰ろう

☎県立川の博物館 ☎581-73
33
ミニ盆栽やコケ玉などを職人さん
と一緒に作りましょう。
とき 6月23日(日)午前11時~午後3時
ところ ●県立川の博物館(寄居町)
※入館料、体験料がかかります。

童謡・唱歌をみんなで歌おう
『歌声サロン深谷』

☎深谷市フォークダンスサークル

トあり(観覧のみの場合は入場無料)。
とき 9月8日(日)午前10時~午後8時
ところ 深谷市民文化会館小ホール
☎8月5日(月)までにホームページ
『ピティナ・ピアノステップ』で
検索)から申し込み

税務職員(国家公務員)募集

☎熊谷税務署 ☎521-2905
税務職員を募集します。詳しくは、
国税庁ホームページをご覧ください。
☎原則インターネット(『国家公
務員採用試験インターネット申し込
み』で検索)から申し込み

熊谷高等技術専門学校 入学相談会

☎熊谷高等技術専門学校 ☎532-
6559
入学を検討しているかたを対象に
入校相談会を実施します。
とき 6月27日(木)午前10時~午後4時
☎実施前日までに問い合わせ先へ

イベント

『職業的自立に悩む若者および
家族のための見学・利用説明会』
☎深谷若者サポートステーション
☎577-4727

中山道深谷宿本舗からお知らせ

☎中山道深谷宿本舗 ☎575-0
088
1 押し花展
とき 6月3日(月)~16日(日)午前10時
~午後6時(3日(月)は正午から、16
日(日)は午後3時まで)
出展者 ●中村ハナ子氏
2 土要窯展
とき 6月16日(日)~30日(日)午前10時
~午後6時
出展者 ●矢嶋要氏

深谷宿本舗手づくり市

とき 6月8日(土)・9日(日)午前10時
~午後4時

第69回深谷七夕まつり

☎市観光協会 ☎575-0015
とき 7月5日(金)~7日(日)午前10時
~午後9時(5日(金)は午後3時~)
ところ ●旧中山道沿線とその周辺

2020年東京オリ・パラバレーボール競技キャンプ誘致事業
2019女子バレーボール国際親善試合
『日本×チャイニーズタイペイ』

問い合わせ 日本バレーボール協会(☎03-5786-2100)

とき 8月10日(土)・11日(日)
ところ 深谷ビッグタートル



▲日本代表チームの試合の様子

※7月上旬よりチケット販売開始。詳しくはホームページ(☎『日本バレーボール協会』で検索)をご覧ください。

ラベンダー・岡さん(☎573-0357)
とき 6月18日(火)午後4時〜6時
ところ 深谷公民館中会議室

手作りのお昼食で皆さんをお待ちしています! 『あつたか村』

あつたか村・鈴木さん(☎572-3013)、囲碁クラブ(☎570-1876)

とき 開村日(毎週月・木曜日、囲碁クラブ) 6月14日(金)・28日(金) 午前10時〜午後3時

定員 開村日(先着20〜25人程度、囲碁クラブ) 先着10人程度

参加料 開村日(利用者) 800円・ボランティア 500円(食事代を含む)、囲碁クラブ 200円

アドニス恐竜くんに学ぶ恐竜の不思議 X-DINO-A-LIVE

花園文化会館アドニス(☎584-6127)

リアル恐竜ライブショーとサイエンスコミュニケーター『恐竜くん』による恐竜トークショー。

とき 7月6日(土) ①午前11時〜②午後2時 ③午後5時〜

ところ 花園文化会館アドニス
参加料(全席指定) 1800円

夏の星座を見る

問 もくせい館(☎583-7733)
とき 6月15日(土)午後7時〜(雨天の場合は22日(土))

ところ もくせい館天体観測室
当日会場で受け付けます(小・中学生は保護者同伴)。

親子映画『かいけつゾロリ、だだだ だいぼっけん!』上映会

深谷親と子のよい映画をみる会・飯塚さん(☎587-4475)

とき 6月30日(日) ①午前10時30分〜11時55分 ②午後1時30分〜2時55分

ところ 深谷市民文化会館小ホール
参加料 800円

市町村職員採用合同説明会

問 彩の国さいたま人づくり広域連合(☎048-664-6681)

とき 7月4日(木)午後1時〜6時(入場) 午後5時まで

ところ さいたまスーパーアリーナ



スポーツ・レクリエーション

令和元年度 市民クライミングデー

問 市山岳連盟・吉松さん(☎090-2173-6902)

対象 小学4年生以上の市内在住・在勤・在学者

とき 7月5日(金)〜3月27日(金)までの毎週金曜日午後7時〜8時

ところ 消防本部 屋内練成場
定員 20人

※定員を超えた場合は抽選
参加料 6000円(保険料を含む)
⑥ 6月12日(水)までに、住所・氏名・電話番号・生年月日・年齢・血液型を記入の上、メール(☎fukaya.alpine.club@gmail.com)で申し込み

ジュニアテニス教室

問 市テニス協会事務局(ハタヤスポーツ内) (☎571-0563)

対象 市内の小学生

とき 7月6日(土)〜8月10日(土)までの毎週土曜日(全6回) 午前7時〜9時

ところ 仙元山公園テニスコート
定員 先着30人
参加料 2000円(保険料を含む)
⑥ 7月1日(月)午後5時までに参加料

早期ソフトテニス教室

問 市ソフトテニス連盟・遊澤さん(☎070-1531-5202)

対象 中学生以上の市内在住・在勤・在学者

とき 7月20日(土)〜8月18日(日)までの毎週土・日曜日(全10回) 午前6時〜9時

ところ 常盤公園テニスコート
定員 先着120人
参加料 1500円(保険料を含む)
⑥ 7月12日(金)までに参加料を添えて深谷ビッグタートル(☎574-3000)へ

市歩け歩け協会主催 『鎌倉散策ウォーク』

問 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 6月29日(土) 受付(午前6時40分) 深谷駅前広場にて

ところ JR深谷駅(午前7時19分電車) 発(JR北鎌倉駅) 円覚寺(東慶寺) 明月院(建長寺) 鶴岡八幡宮(小町通り) JR鎌倉駅
参加料 300円(保険料を含む・当日集金) ※会員は無料

くらしの情報

(さいたま市大宮区桜木町1-7-8)

消火栓を点検します

問 水道工務課(☎577-7529) 警防課(☎571-0914)
6月10日(月)〜12月27日(金)まで、市内全域に設置されている消火栓の弁の開閉点検を実施します。これにより水道水が濁る場合があります。ご理解、ご協力をお願いします。

出張法律相談会

問 埼玉司法書士会(☎048-863-7861)
とき 6月20日(木)午後1時30分〜4時30分

ところ L・フォルテ ツバキ
内容 相続、遺言、登記、債務整理、成年後見、不動産の名義変更など

お知らせ

就学を迎える子どもをもつ保護者のついで
問 保健センター(☎575-1110) 1、教育研究所(☎572-94

を添えて問い合わせ先へ

56) 対象 令和2年度以降に就学を迎えるお子さんの発育・発達などに心配のある保護者
とき 7月9日(火)午前10時〜正午
ところ 教育研究所

埼玉県多子世帯向け 住宅取得等支援制度

問 県住宅課(☎048-830-5563)
県では、多子世帯(18歳未満の子が3人以上または2人(条件付き)の世帯)を対象に住宅取得などの諸経費に対して補助を行っています。

新築住宅取得(抽選申込制)		
補助対象	補助金額	
戸建住宅	敷地面積110㎡以上かつ床面積100㎡以上	最大50万円
マンション	床面積80㎡以上または5室以上	
中古住宅取得(先着順)		
補助対象	補助金額	
戸建住宅	床面積100㎡以上	最大40万円
マンション	床面積80㎡以上または5室以上	最大40万円

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

水装置工事業業者に指定しました。
 ・(株)今井設備工業(寄居町・582-1408)
 ・根岸設備(熊谷市・536-5870)

次の工事店は廃止の届出により、深谷市指定給水装置工事業業者ではなくなりました。
 ・今井設備工業(寄居町)

**6月28日(金)が提出期限
児童手当の現況届の提出月です**

問 ことも青少年課(574-6646)

提出期限と提出先 ●6月28日(金)までに、ことも青少年課または総合支所市民生活課へ

【提出時の注意点】

- ・市民税を未申告のかたは、審査できませんので申告してください。
- ・マイナンバーカードをお持ちのかたは、マイナンバーのぴたりサードビスからオンライン申請を行うことができます。ご利用には、マイナンバーカードに対応するICカードリーダーまたはスマートフォンが必要です。

【現況届とは別に届け出が必要な場合】

- ・受給者や児童の住所や名前が変わったとき
- ・支給対象の児童が増えた、または減ったとき

ひとり親家庭への助成制度

問 ことも青少年課(574-6646)

ひとり親などで児童(18歳になった年の年度末、一定の障害がある場合は20歳になるまで)を育てているかたを対象とした助成制度です。いづれも児童扶養手当に準じた所得制限があります。

【ひとり親家庭等医療費支給制度】

支払った医療費の一部を助成します。申請日から助成の対象です。

対象 ●次のいずれかに該当するかた

- ①母子・父子家庭の親と児童
- ②養育者家庭(親がいないため親に代わって児童を育てている家庭)の養育者と児童
- ③母または父に一定の障害のある家庭

助成対象 ●健康保険の適用となる医療費(一部負担金)。対象者が市民税課税者の場合は自己負担金(通院II医療機関ごと1人につき1000円、入院II1日につき1200円)を差し引いた金額を助成

※高額療養費および付加給付を差し引いた金額を助成。また、保険適用外の費用(文書料、入院時室料差額代など)は対象外

問 次の書類などを持参の上、問い合わせ先へ
児童扶養手当を受給している場合

ひとり親家庭への助成制度

問 ことも青少年課(574-6646)

ひとり親などで児童(18歳になった年の年度末、一定の障害がある場合は20歳になるまで)を育てているかたを対象とした助成制度です。いづれも児童扶養手当に準じた所得制限があります。

【ひとり親家庭等医療費支給制度】

支払った医療費の一部を助成します。申請日から助成の対象です。

対象 ●次のいずれかに該当するかた

- ①母子・父子家庭の親と児童
- ②養育者家庭(親がいないため親に代わって児童を育てている家庭)の養育者と児童
- ③母または父に一定の障害のある家庭

助成対象 ●健康保険の適用となる医療費(一部負担金)。対象者が市民税課税者の場合は自己負担金(通院II医療機関ごと1人につき1000円、入院II1日につき1200円)を差し引いた金額を助成

※高額療養費および付加給付を差し引いた金額を助成。また、保険適用外の費用(文書料、入院時室料差額代など)は対象外

問 次の書類などを持参の上、問い合わせ先へ
児童扶養手当を受給している場合

ひとり親家庭への助成制度

問 ことも青少年課(574-6646)

ひとり親などで児童(18歳になった年の年度末、一定の障害がある場合は20歳になるまで)を育てているかたを対象とした助成制度です。いづれも児童扶養手当に準じた所得制限があります。

【ひとり親家庭等医療費支給制度】

支払った医療費の一部を助成します。申請日から助成の対象です。

対象 ●次のいずれかに該当するかた

- ①母子・父子家庭の親と児童
- ②養育者家庭(親がいないため親に代わって児童を育てている家庭)の養育者と児童
- ③母または父に一定の障害のある家庭

助成対象 ●健康保険の適用となる医療費(一部負担金)。対象者が市民税課税者の場合は自己負担金(通院II医療機関ごと1人につき1000円、入院II1日につき1200円)を差し引いた金額を助成

※高額療養費および付加給付を差し引いた金額を助成。また、保険適用外の費用(文書料、入院時室料差額代など)は対象外

問 次の書類などを持参の上、問い合わせ先へ
児童扶養手当を受給している場合

時間はいつでも午前10時〜正午、午後1時〜3時に実施

スズメバチ駆除費を補助します

問 環境衛生課(585-2215)

市では、スズメバチによる危険を防止し、市民生活の安全を図るため、市の登録駆除業者に委託してスズメバチの巣を駆除したかたへ補助金を交付します。

駆除対象 ●ハチ目スズメバチ亜科のスズメバチ類の巣(オオスズメバチ、キイロスズメバチなど)
 ※アシナガバチ、ミツバチなどは対象外

補助額 ●駆除に要した費用の2分の1の額(上限5000円、100円未満は切り捨て)
 なお、駆除用防護服の無償貸し出しも引き続き行っています。

【ひとり親家庭等医療費支給制度】

支払った医療費の一部を助成します。申請日から助成の対象です。

対象 ●次のいずれかに該当するかた

- ①母子・父子家庭の親と児童
- ②養育者家庭(親がいないため親に代わって児童を育てている家庭)の養育者と児童
- ③母または父に一定の障害のある家庭

助成対象 ●健康保険の適用となる医療費(一部負担金)。対象者が市民税課税者の場合は自己負担金(通院II医療機関ごと1人につき1000円、入院II1日につき1200円)を差し引いた金額を助成

※高額療養費および付加給付を差し引いた金額を助成。また、保険適用外の費用(文書料、入院時室料差額代など)は対象外

問 次の書類などを持参の上、問い合わせ先へ
児童扶養手当を受給している場合

**119番通報などにおける
多言語通訳体制の運用を開始**

問 指令課(571-0119・571-5898・f.site@city.tukuyasatama.jp)
 7月1日(月)午前8時30分から、外

※申請要件や登録駆除業者の一覧など詳しくは、市ホームページ(HP)『深谷市スズメバチ駆除費補助金』で検索)またはお問い合わせください。

**6月20日(木)〜7月19日(金)までは
『ダメゼッタイ。普及運動実施期間』**

問 熊谷保健所(523-2811)

薬物乱用は自分の人生だけでなく、家族や友人の人生も狂わせます。絶対に手を出さないでください。正しい知識を身につけ、薬物乱用を根絶しましょう。薬物でお困りのかたは、ご相談ください。

**リフォームなどをお考えのかたへ
『深谷市勤労者住宅資金貸付制度』**

問 商工振興課(577-3409)
 住宅の増改築やリフォーム、修繕、新築・購入(中古を含む)、宅地購入を行う場合に利用できる、市の貸

平成30年度公益通報の運用状況

問 人事課(574-6636)

深谷市職員等公益通報条例第12条の規定などに基つき、平成30年度公益通報の件数などを公表します。

平成30年度 (平成30年4月〜平成31年3月)	
通報件数	0件
受理件数	0件
調査の実施	0件
措置の実施	0件

【公益通報制度とは】

市の事務事業に関し違法または不当な行為などを発見した職員や委託先の従業員が、市から委嘱された行政監察員(弁護士)に通報します。行政監察員が調査を行った結果その事実が認められたときは是正を行うよう市長に勧告します。また、勧告に従わない場合は行政監察員の権限でその事実を公表する制度です。

**小児慢性特定疾病医療費支給
継続申請**

問 熊谷保健所(523-2811)

付制度です。

【融資の条件】

資金の使途は住宅資金(新築・増改築・購入(中古を含む)、宅地購入など)、融資限度額は500万円(無担保ローン)、返済期間は10年以内
 ※平成31年4月現在、有担保ローンの取り扱いを休止しています。
 ※保証料は、(一社)日本労働者信用基金協会に対するものです。
 ※金利は金利情勢により変更となる場合がありますので事前にご確認ください。

対象 ●次の①〜⑤すべてに該当するかた

- ①市内に居住している、または居住しようとする
- ②同一事業所に、1年以上引き続き勤務している
- ③年齢が20歳以上55歳以下
- ④市税に滞納がない
- ⑤返済しながら生活に支障がない

提出書類 ●①深谷市勤労者住宅資金利用申込書 ②源泉徴収票(給与証明書) ③市税に滞納がないことの証明書

日常生活用具(ストマ用具・紙おむつ)の申請回数が変わります

問 障害福祉課(571-1011)
 障害者(児)の日常生活で使用するストマ用具・紙おむつについて、7月申請以降、年3回から年1回の申請に変更になります。支給

祝!! 100歳
お誕生日おめでとうございます

なかしま 中島 とくさん(岡里)4月1日生
 ※ご希望により、写真掲載はありません

ふくしま 福島 テルさん(榎合)4月5日生

しまだ 島田 元子さん(大谷)4月22日生

くらかみ 倉上 近さん(連沼)4月25日生

深谷シネマ 6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】

6月 2日(日)	ねことじいちゃん 午前10時～ 午後3時10分～ 【日本/1時間43分】	ドキュメンタリー番組「岩合光昭の世界ネコ歩き」などで知られる動物写真家・岩合光昭が初めて映画監督に挑み、人気コミックを落語家の立川志の輔主演で実写映画化したヒューマンドラマ	七つの会議 午後0時40分～ 【日本/1時間59分】	夜明け 午後5時30分～ 【日本/1時間53分】	ペパーミント・キャンディー(4Kレストア・デジタルリマスター版) 午後8時～ 【韓国/2時間10分/字幕】
3日(月)					
4日(火)・休館					
5日(水)					
6日(木)					
7日(金)					
8日(土)					
9日(日)					
10日(月)	ねことじいちゃん 午前10時～ 【日本/1時間43分】	女王陛下のお気に入り 午後0時40分～ 午後5時30分～ 【アイルランド・米国・英国/2時間/字幕】	ギリシャの鬼才ヨルゴス・ランティモス監督が、18世紀イングランドの王室を舞台に、女王と彼女に仕える2人の女性の入り乱れる愛憎を描いた宮廷ドラマ	天才作家の妻 -40年目の真実- 午後3時10分～ 【スウェーデン・米国・英国/1時間41分/字幕】	恐怖の報酬 オリジナル完全版 午後8時～ 【米国/2時間1分/字幕】
11日(火)・休館					
12日(水)					
13日(木)					
14日(金)					
15日(土)					
16日(日)					
17日(月)	日日は好日 午前10時～ 午後5時30分～ 【日本/1時間40分】	茶道教室に通った約25年について記した森下典子のエッセイを映画化した人間ドラマ。茶道の先生を樹木希林が演じる	神宮希林 私の神様 午後1時～ 【日本/1時間36分/ドキュメンタリー】	洗骨 午後3時10分～ 【日本/1時間51分】	女王陛下のお気に入り 午後8時～ 【アイルランド・米国・英国/2時間/字幕】
18日(火)・休館					
19日(水)					
20日(木)					
21日(金)					
22日(土)					
23日(日)					
24日(月)	神宮希林 私の神様 午前10時～ 【日本/1時間36分/ドキュメンタリー】	故・樹木希林が初めてお伊勢参りに赴く姿を追ったドキュメンタリー。伊勢神宮への参詣を中心に催事に参加する姿を映し出す	日日は好日 午後0時40分～ 【日本/1時間40分】	ホワイトニー オールウェイズ・ラブ・ユー 午後3時～ 【英国/2時間/ドキュメンタリー/字幕】	洗骨 午後5時30分～ 【日本/1時間51分】
25日(火)・休館					
26日(水)					
27日(木)					
28日(金)					
29日(土)					

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 【6月】 3日(月)・10日(月)・14日(金)・17日(月)・24日(月)
【7月】 1日(月)・8日(月)・12日(金)・16日(火)・22日(月)・29日(月)
上柴図書館 【6月】 14日(金) 【7月】 12日(金)

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プールは午前9時～午後9時
■入場料:一般=1,000円、小・中学生=500円
■土・日曜日、祝休日は、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
6月無料園芸相談	専門相談員の相談は、6月8日(土)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
季節のフラワーレッスン 父の日ギフト ハーバリウム教室	6月15日(土)①午前10時30分～正午 ②午後2時～3時30分 プリザーブドフラワーやドライフラワーを使ったハーバリウムを楽しく作ります。お父さんにプレゼントしましょう!	定員/各回先着12人 ところ/フラワーホスピタル 参加料/1,500円 対象/小学校5年生以上講師/長江剛氏(日比谷花壇) ①6月3日(月)午前11時から直接または電話でパティオへ
パティオの婚活 パティオン	7月7日(日)午後1時30分～6時 みんなで七夕まつりを散策した後、フリーマーケットでお互いをさらに知しましょう!	集合場所/パティオ玄関前 参加料/男性2,000円、女性1,500円 ①直接または電話でパティオへ

7月1日(月)は
市県民税 1期
の納期限です。
口座振替にしているかたは、振替日となりますので、前日までに残高をご確認ください。
☎収税課(☎574-6639)

自治振興課(☎574-8597)
行政上の困りごとについて、相談相手となる行政相談委員が平成31年4月1日に委嘱されました。
行政相談委員は、民間人の中から総務大臣が委嘱します。広く行政に対する苦情や意見・要望などを聴いて、解決を促進し、それらの意見を基に行政運営の改善を進めています。
行政相談委員 坂田嗣生氏、小川伸治氏、大谷宗司氏、森八千代氏

掛け金の一部を国が助成します
「中小企業退職金共済制度」
中小企業退職金共済事業本部(☎03-6907-1234)
中小企業退職金共済制度は、中小企業のための国の退職金制度です。掛け金は全額非課税、外部積み立てで管理も簡単、パートタイマーや

家族従業員も加入できます
埼玉工業大学による
自動運転実証実験
埼玉工業大学教育研究協力課(☎585-6895)
埼玉工業大学は、市内全域の公道で自動運転実証実験を行っています。本学が先進的な自動運転技術の開発を推進するにあたりまして、地元・深谷市民の皆さんのご理解・ご協力をお願いします。
とき●令和2年3月31日(火)まで

労働保険料並びに一般拠出金の申告納付
コールセンター・☎0120-008-715(開設期間7月12日(金)まで)、埼玉労働局労働保険徴収課(☎048-600-6203)
平成31年度の労働保険(労災保険・雇用保険)年度更新および石綿健康被害救済法の一般拠出金の申告・納付は6月3日(月)から7月10日(水)までです。
申告書・納付書は5月末に発送済

みです。同封の記入例を参考に、お早めの手続きをお願いします。
埼玉県防災講演会
(公財)埼玉県消防協会(☎549-2338・FAX549-1191)
内容●講演会『寄居町周辺エリアの災害リスクと実践的な自助・共助』
大切な人を守るために、今日からできること
とき●6月29日(土)午前10時～11時30分
ところ●寄居町中央公民館
事前にはファクスまたは電話で問い合わせ先へ

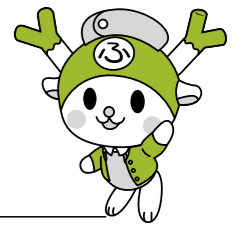
地デジ3チャン
市の情報をテレ玉で!
暮らしがもっと楽しく!
もっと便利に!
市では、テレ玉(地上デジタル放送の3チャンネル)のデータ放送を活用し、身近なテレビを通して、防災行政無線で放送した内容や、イベント情報などを発信しています。ぜひご覧ください。
データ放送を視聴するには
1テレ玉を視聴する。
2リモコンの【d】ボタンを押す。
3テレ玉のデータ放送画面が開く。
4画面左下の一覧から『深谷市からのお知らせ』を選び、リモコンの【決定】ボタンを押す。
問い合わせ 秘書課(☎574-6631)

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 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 空き家法律相談	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 空き家に関する法律相談 予約制	毎月火曜日、第1・5木曜日 午後1時30分～4時30分 第4木曜日 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・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 ※事前予約も可	6月10日(月)・25日(火)、7月10日(火) 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5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 ※事前予約も可	月～土曜日 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(境168-1)
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 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・メール相談は随時	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ☐hoken@city.fukaya.saitama.jp	保健センター
こころの健康相談	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	6月13日(木)午前10時～11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 予約制	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	6月13日(木)午後1時30分～2時30分、6月25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
6月 2日(日)	石川アイクリニック	☎572-6315	6月23日(日)	高橋眼科医院	☎571-0318
6月 2日(日)	しばさき耳鼻咽喉科	☎570-0033	6月23日(日)	花園耳鼻咽喉科医院	☎584-6512
6月 9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・子ども夜間診療所(☎573-7723・国済寺319-3)

●休日診療所

診療日	6月 2日・9日・16日・23日・30日 7月 7日・14日・15日・21日・28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

●子ども夜間診療所

診療日	6月 1日・2日・8日・9日・15日・16日・22日・23日・29日・30日 7月 6日・7日・13日・14日・15日・20日・21日・27日・28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、都県境の地域)

●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

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)

☎048-833-7911

安心して集える交流の場

『認知症カフェ』に参加しよう！

※エンゼルオレンジカフェは6月はお休みです。

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 6月9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 6月13日(日) 午後1時30分～3時30分

ところ 東都大学

参加料 100円

※主に認知症のかたとその介護者を対象

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 6月15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 (☎571-1234)

とき 6月16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

なごみオレンジカフェ

問い合わせ

医師会なごみ (☎577-5371)

とき 6月28日(金) 午前10時～11時30分

ところ 老人保健施設FOMA・なごみ

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 6月30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)



深谷市国民健康保険の加入者へ

特定健康診査の予約受け付け中！

問い合わせ 保険年金課 (☎574-6641)

深谷市国民健康保険では、特定健康診査(特定健診)を実施しています。また、特定健診を受けたかたを対象とした豪華景品が当たる抽選を実施します。

ぜひこの機会に特定健診を受けて、自分の体の状態を確認し、健康づくりに役立ててください。

健診費用 500円 実施期間 6月8日(日)～令和2年1月18日(日)まで 申し込み 深谷寄居医師会メディカルセンター (☎570-6111) へ ※人間ドックの助成を受けるかたは、特定健診を受けられません。

感染症流行地域へ渡航する場合は万全の対策を！

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、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、対策をすることが重要です。特に次の2点には十分に気を付けましょう。

- 感染症流行地域では、現地での流行状況を把握し、蚊に刺されないようにしましょう
- 蚊を増やさないう、雨水での小さな水たまりをなくすなど住まいの周辺環境を整えましょう

急に暑くなった日や湿度の高い日は特に注意！

熱中症に気をつけましょう

問い合わせ 保健センター (☎575-1101)

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

予防対策

- こまめな休憩と水分補給、適度な塩分補給
- 暑い日は不要な外出・作業を避ける
- 規則正しい生活(食事・適度な運動・睡眠)
- 室内でも油断禁物、上手にエアコンを利用
- 屋外では日傘や帽子で日差しを避ける

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

暑い日のお出掛けの際に、『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。)



外に出ることで気分が晴れやかになります。まずは一歩、踏み出してみませんか。

高齢者運動教室『いきいき元気教室』へ参加しませんか？

問い合わせ 長寿福祉課 (☎574-8544)

対象 市内在住の65歳以上で次の条件を全て満たすかた

①医師から運動の制限を受けていない ②介護保険料の滞納がない

とき 7月～11月(全12回)

内容 週1回・2時間、選択した下表施設に通い、家庭でもできる運動などを学びます。

定員 各施設20人

申し込み 6月14日(金)までに希望する事業所へお問い合わせください(定員を超えた場合は、初回参加者優先の上抽選)。



とき	ところ	電話	とき	ところ	電話
毎週木曜日午後1時30分～(初回:7月3日(木))	特別養護老人ホーム飛鳥の郷(上原496)	☎578-2233	毎週日曜日午前9時30分～(初回:9月1日(日))	ケアハウスエンゼルの丘(今泉625)	☎546-1200
毎週土曜日午前9時～(初回:7月6日(土))	デイリハセンターうちりハ深谷本店(東大沼280-1)	☎572-0352	毎週水曜日午後1時30分～(初回:9月4日(水))	介護療養型老人保健施設アルメリア(人見2031)	☎574-8777
毎週日曜日午前10時～(初回:7月7日(日))	深谷整形デイサービスセンター野の花(東方1302-1)	☎570-0022	毎週木曜日午後1時～(初回:9月5日(木))	特別養護老人ホームふじさわ苑(人見2028-3)	☎571-1230
毎週金曜日午後2時～(初回:7月12日(金))	介護老人保健施設はなみずき(柏合1041-1)	☎551-1115	毎週土曜日午前10時～(初回:9月7日(土))	デイサービスひびき(長在家3976)	☎583-6546

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 7日(水) 午後1時30分～3時30分 (受け付け:午後1時20分～1時30分)	おおむね妊娠中期のかた ・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	深谷 6月 20日(水) 午前9時30分～正午 (受け付け:午前9時20分～9時30分)	・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 参加費:無料 ※要電話予約
マタニティごはん♡ 赤ちゃんごはんレッスン	深谷	7月 23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 参加費:無料 ※要電話予約
離乳食レッスン	深谷	6月 11日(水) 7月 9日(水) 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 ※要電話予約(1週間前までに) (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	6月 14日(金) 28日(金)	受け付け:午後0時30分～1時30分 平成31年 1月31日～ 2月15日生まれ
		7月 5日(金)	平成31年 2月16日～ 2月23日生まれ
1歳6カ月児健康診査	深谷	6月 13日(水) 27日(水)	受け付け:午後0時30分～1時30分 平成29年11月9日～11月30日生まれ
		7月 4日(水)	平成29年12月 1日～12月10日生まれ
3歳児健康診査	深谷	6月 18日(水) 25日(水)	受け付け:午後0時30分～1時30分 平成27年11月10日～11月30日生まれ
乳幼児相談	深谷	6月 10日(月) 7月 8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	6月 17日(月)	
	川本	6月 24日(月)	
	おかべ	7月 1日(月)	
赤ちゃんサロン	深谷	6月 19日(水)	午前10時～11時30分 (受け付け:午前10時～11時) 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、保護者同士の交流
	花園	7月 3日(水)	
離乳食相談	深谷	6月 28日(金)	午前9時30分～11時 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、✉boshi@city.fukaya.saitama.jp

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。



子育ての負担を軽減! 市販のおむつやミルクの購入にも利用できます!

多子世帯を応援! 『3キュー子育てチケット』

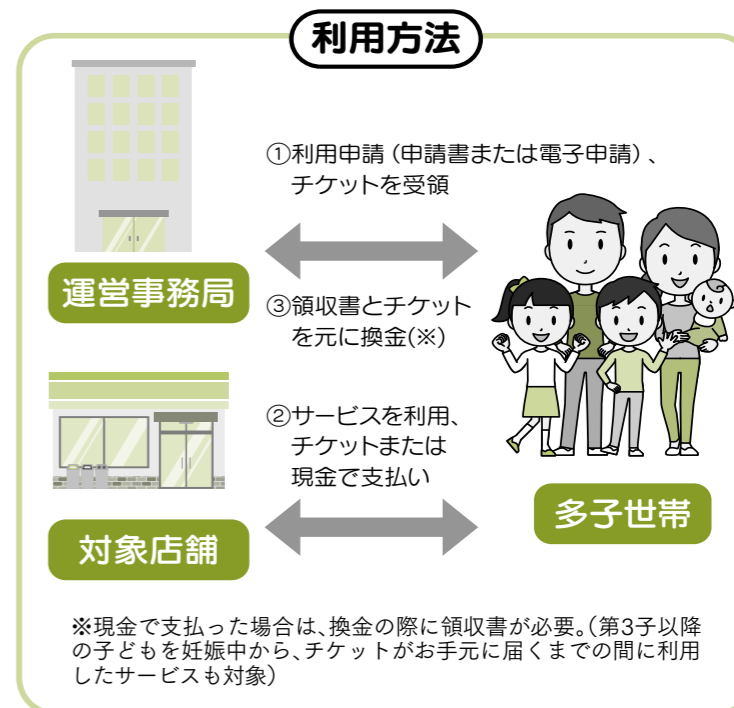
問い合わせ 3キュー子育てチケット事務局 ☎0120-39-3192・☎330-9301さいたま市浦和区高砂3-15-1『埼玉県福祉部少子政策課企画子育てムーブメント担当宛』

18歳未満の子どもが3人以上いる多子世帯向けに、一時預かり、おむつ・ミルクの購入やマタニティケアなどに利用できる『3キュー子育てチケット』の申請を受け付けています。

対象 第3子以降の子どもが生まれた世帯
申請期限 出生年の翌年3月末まで
チケット交付額 5万円分
使用期限 出生年の翌年12月末
申し込み パソコンやスマートフォンから電子申請(右のQRコードから直接サイトにアクセス)または、申請書を郵送で問い合わせ先へ(申請書はこども青少年課で配布)



※詳しくは、県ホームページ(『埼玉県3キュー子育てチケット』で検索)をご覧ください。



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『ぼくのおじいちゃんのかお』、大型絵本『おじいちゃんのかさ』、おはなし『ホットケーキ』など	6月22日(土) 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
上柴図書館 ☎571-5800	絵本『みんなのおおあくび』、大型絵本『だるまさんの』、手遊び、わらべうたなど	7月11日(水) ①午前10時30分～ ②午前11時～	深谷公民館 2階中会議室	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	絵本、紙芝居など	6月18日(火) 午後3時30分～	L・フォルテ チューリップ	対象 幼児、小学校低学年 30分程度
川本図書館 ☎583-6250	絵本、紙芝居、折り紙など	6月15日(日) 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
花園図書館 (アクロス) ☎579-1333	紙芝居、絵本、手品、手遊びなど	7月13日(土) 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
		7月6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 40分程度



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
ひよこ	親子体操	7月 2日(火) 午前10時～11時	親子でたくさん体を動かしましょう	会場:1.フォルテ ハナズキ、要予約、先着10組
	音楽で遊ぼう!!	7月12日(金) 午前10時～11時	音楽やリズムに合わせて親子で楽しみましょう	会場:1.フォルテ コリ、要予約、先着10組
	親子フラダンス	7月17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:1.フォルテ コリ、要予約、先着10組
	親子チャアダンス	7月26日(金) 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:1.フォルテ コリ、要予約、先着10組
深谷	ジムナスティック	6月10日(月)、7月1日(月) 午前10時～正午	深谷ビッグスタートサブアリーナで体育・英語あそび	深谷西・藤沢・上柴も共通
	体験保育	6月11日(火)・18日(火)、7月9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 ～屋内開放～	要予約(すくすく交流会)
	アンダー・ザ・シー	6月25日(火) 午前10時～正午	みんなで海の仲間になりきって海の中を体験してみよう!!	-
深谷西	体験保育	6月13日(水)・20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 ～屋内開放～	要予約(すくすく交流会)
	アンダー・ザ・シー	6月27日(水) 午前10時～正午	みんなで海の仲間になりきって海の中を体験してみよう!!	-
	七夕制作	7月 4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	-
藤沢	ふれあいあそび	6月12日(火) 午前10時～正午	親子のふれあいを大切にしながらあそびましょう	-
	ジュニア	6月17日(日) 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	-
	アンダー・ザ・シー	6月19日(水) 午前10時～正午	みんなで海の仲間になりきって海の中を体験してみよう!!	-
	体験保育	6月26日(水)、7月3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 ～屋内開放～	要予約(すくすく交流会)
上柴	七夕制作	7月10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	-
	ふれあいあそび	6月14日(金) 午前10時～正午	親子のふれあいを大切にしながらあそびましょう	-
	アンダー・ザ・シー	6月21日(金) 午前10時～正午	みんなで海の仲間になりきって海の中を体験してみよう!!	-
	体験保育	7月 5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 ～屋内開放～	要予約(すくすく交流会)
すみれ	ジュニア	7月 8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	-
	室内遊び	月・水・金曜日 午前8時30分～午後1時30分	ピアノのリズムに合わせて遊んだり、気に入った絵本やおもちゃなどで遊んだりしましょう	-
	園庭開放	月・水・金曜日 午前9時～正午	親子で砂・泥・水遊びを楽しみましょう	-
	給食体験	6月12日(水)・19日(水)・26日(水)、7月5日(金) 午前11時～正午	年齢に合った給食を親子で味わいましょう	要予約、先着5組 費用負担あり
ふき	身体測定	7月 5日(金) 午前9時30分～午後1時	身長と体重を計測しましょう	-
	親子リズム遊び	6月13日(水) 午前10時～11時	親子でリズム遊びを楽しみましょう	-
	作って遊ぼう(制作)	6月20日(水) 午前10時～11時	引っ張るおもちゃを作って遊ぼう	-
	お誕生日会	6月27日(水) 午前10時～11時	6月生まれのお友だちをみんなでお祝いしましょう	-
川の子	七夕飾りを作ろう	7月 4日(水) 午前10時～11時	七夕飾りを作って遊みましょう	-
	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はなしの読み聞かせです	要予約
	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
	ファーム体験・じゃがいも堀り	6月19日(水) 午前10時30分～正午	親子でジャガイモ堀りを体験してみませんか?	要予約、費用負担あり、先着40組
エンゼル	夏まつり	7月23日(火) 午前10時30分～正午	親子で一緒にお祭り体験してみませんか?	要予約
	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日会)	-
	リトミック	6月11日(火)、7月2日(火) 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、15組
	給食体験	6月12日(水) 正午～午後0時40分	エンゼル保育園の給食を、親子で食べてみませんか?	要予約、2組
花園工	協栄スイミングで遊ぼう	6月19日(水) 午前10時～11時	専門のプールで親子一緒に楽しく遊びます	要予約、費用負担あり
	英語教室	7月 9日(火) 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	6月17日(月) 午前10時～11時	専門のプールで親子一緒に楽しく遊びます	要予約、費用負担あり
	英語教室	6月18日(火)、7月9日(火) 午前9時30分～10時	外国人講師による英語遊び	-
明戸	リトミック	6月20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
	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	7月31日(水)お誕生日会
	ベビー&ママピクス	7月11日(水) 午前10時～11時	親子で楽しく体を動かして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
	パワフルらんど	7月18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しょう	会場:はたらふれあい館
おかべ	わらべうたであそぼう	7月24日(水) 午前10時30分～11時30分	わらべうたサークル「あんころもち」による懐かしいわらべうたあそびです	-
	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	7月31日(水)お誕生日会
	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	明戸・川本でも開催
	子育て講演会「リソバケア」	7月10日(水) 午前10時～11時	体をほぐして、老廃物の排出を促し、子育ての疲れを癒やしましょう	要予約、先着15人、託児要相談
川本	わくわくランド	7月18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しょう	会場:豊里公民館
	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	7月31日(水)お誕生日会
	ベビーオイルマッサージ	7月 2日(火)午前10時～11時	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、先着15組、10カ月未満児と保護者
	キラキラ広場	7月 4日(水)・18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	-
オアシス	給食体験	7月 9日(火) 午前11時～正午	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
	おはなし会	水曜日 午前10時45分～11時	豊かな心を育む絵本やお話の読み聞かせです	-
	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	6月18日(火) 午前10時～11時	身長・体重を測ってみましょう	-
桜ヶ丘	お誕生日会	6月18日(火) 午前10時45分～11時	みんなでお祝いしましょう	-
	七夕祭り	7月 3日(水) 午前10時30分～11時30分	短冊などの七夕飾りを楽しみましょう	要予約、先着15組
	おはなし教室	7月 5日(金)・19日(金) 午前10時30分～11時	豊かな心を育む絵本や紙芝居の読み聞かせです	要予約、先着20組
	べったんこ教室	7月10日(水)・17日(水) 午前10時30分～11時30分	夏の制作を楽しみましょう	10日=1歳半以上児親子 17日=1歳未満児親子 要予約、各日先着15組ずつ
お誕生会	お誕生会	7月24日(水) 午前10時30分～11時30分	7月生まれのお友だちをみんなでお祝いしましょう	要予約、先着20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
川の子	… 川本の子キッズ保育園子育て支援センター (川本の子キッズ保育園内)	☎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 (花園第三保育園隣)	☎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
ひよこ	… 地域子育て支援センターひよこひろば (本住町2-21)	☎578-8468 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 事業のない時間に、園庭を開放しています	詳しくはお問い合わせください 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	7月31日(水)お誕生日会
	ベビー&ママピクス	7月11日(水) 午前10時～11時	親子で楽しく体を動かして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
	パワフルらんど	7月18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しょう	会場:はたらふれあい館
	わらべうたであそぼう	7月24日(水) 午前10時30分～11時30分	わらべうたサークル「あんころもち」による懐かしいわらべうたあそびです	-
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	7月31日(水)お誕生日会
	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	明戸・川本でも開催
	子育て講演会「リソバケア」	7月10日(水) 午前10時～11時	体をほぐして、老廃物の排出を促し、子育ての疲れを癒やしましょう	要予約、先着15人、託児要相談
	わくわくランド	7月18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しょう	会場:豊里公民館
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	7月31日(水)お誕生日会
	ベビーオイルマッサージ	7月 2日(火)午前10時～11時	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、先着15組、10カ月未満児と保護者
	キラキラ広場	7月 4日(水)・18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	-
	給食体験	7月 9日(火) 午前11時～正午	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
オアシス	おはなし会	水曜日 午前10時45分～11時	豊かな心を育む絵本やお話の読み聞かせです	-
	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	6月18日(火) 午前10時～11時	身長・体重を測ってみましょう	-
	お誕生日会	6月18日(火) 午前10時45分～11時	みんなでお祝いしましょう	-
桜ヶ丘	七夕祭り	7月 3日(水) 午前10時30分～11時30分	短冊などの七夕飾りを楽しみましょう	要予約、先着15組
	おはなし教室	7月 5日(金)・19日(金) 午前10時30分～11時	豊かな心を育む絵本や紙芝居の読み聞かせです	要予約、先着20組
	べったんこ教室	7月10日(水)・17日(水) 午前10時30分～11時30分	夏の制作を楽しみましょう	10日=1歳半以上児親子 17日=1歳未満児親子 要予約、各日先着15組ずつ
	お誕生会	7月24日(水) 午前10時30分～11時30分	7月生まれのお友だちをみんなでお祝いしましょう	要予約、先着20組

パパ・ママにオススメ! 今月の1冊

15 ちびゴリラのちびちび
ルース・ボーンスタイン 作・いわたみみ 訳 ほるぷ出版



『ちいさなかわいいゴリラがいました。みんな、ちびちびがだいすきでした。』と始まります。ちびゴリラの両親も森の動物たちもみんな『だいすきでした。』と繰り返します。否定する言葉はいっさいありません。そして、大きくなった『ちびちび』を『みんなは、いまでもちびちびがだいすきです。』と終えます。
ゴリラのふさふさとした毛並みを感じさせる絵とお話がぴったりな絵本です。声に出して読んでいると、幸せで穏やかな気持ちになり、愛を感じる一冊です。

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



紹介者 関口敦子さん
所属 深谷子どもの本の会
『深谷子どもの本の会』は20年以上前から、市内の各小学校、中学校、図書館などで物語や昔話の語り聞かせをしています。

『おはなし会』は市内の図書館で行われています。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。

まちの話題を写真でお届け！
まちフォト



**4月20日・道の駅はなその
体験を通じて野菜が好きになる！**

キューピー(株)が、野菜に関する体験や知識が学べる『ファームラボ』を開催し、参加者は野菜の講義を受けた後に、野菜の苗植え体験を楽しみました。



**4月20日・FARMY CAFE (道の駅はなその内)
深谷の野菜たっぷりのカレーができました！**

道の駅はなその内に、深谷の野菜を使ったカレーショップが開店しました。店舗の周囲に香るスパイスの香りに来客者は次々に足を止めていました。



**4月25日・花園公民館
『青色防犯パトロール』で地域の防犯力アップ！**

下校時間帯などに青色防犯車両で、防犯活動を行う『花園地区安全安心パトロール推進協議会』が発足し、地域の皆さんが見守る中、出発式が執り行われました。



**4月28日・煉瓦史料館 (上敷免地内)
栄一翁と関わりの深い『煉瓦』にも注目集まる！**

渋沢栄一翁の新紙幣肖像決定を受け、栄一翁が深く関わった深谷の『煉瓦』にも注目が集まり、大型連休だけで市内外から1,446人のかたが来場しました。



**5月10日・市長公室
『地域活性化に関する包括連携協定』を締結**

市と(株)近畿日本ツーリスト首都圏は、それぞれの資源を有効活用し、協働による活動で地域の活性化を図るため『地域活性化に関する包括連携協定』を締結しました。



**5月11日・深谷公民館
深谷市電子プレミアム商品券を販売！**

地域通貨導入に向けた実証実験のため、スマートフォンとカードを使用した『深谷市電子プレミアム商品券』が販売され、参加者は利用方法などについて熱心に耳を傾けました。



▲会場内を装飾していた花苗は『せり市』で販売されました



(写真①) 会場内で開催された教室の様子 (写真②) 花の絵画展/押し花展で作品を鑑賞する来場者 (写真③) ドングリの重さを当てる『メカタdeどんぐり』を楽しむ参加者



▲トークショー『花のある食卓のご提案～ブーケサラダ～』の様子

**4月27日～28日・深谷城址公園ほか
第16回ふかや花フェスタ &
オープンガーデンフェスタ**

晴天のなか、第16回ふかや花フェスタ&オープンガーデンフェスタが開催され、色とりどりの花々が訪れた人々の目を楽しませました。

会場では、ガーデニング教室や花の展示をはじめ、花にまつわるトークショーなども行われ、花について観て、聞いて、体験するイベントとして大いににぎわいました。



▲栄一翁に扮した実写版『渋沢栄一翁そっくりさん』が不定期で登場し、会場を盛り上げました。

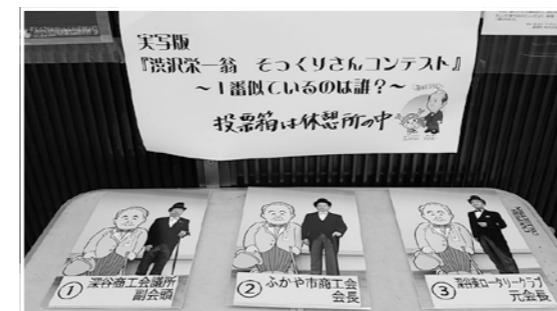


(写真①) 渋沢栄一記念館で解説員の説明を聞く来館者 (写真②) 多くの来館者でにぎわう渋沢栄一記念館資料室 (写真③) 旧渋沢邸『中の家』も多くのかたでにぎわいました

**4月27日～5月6日・渋沢栄一記念館ほか
大型連休中の『渋沢栄一記念館』
来館者1万260人！**

渋沢栄一翁の新紙幣肖像決定後、初めて迎えた大型連休。渋沢栄一記念館や旧渋沢邸『中の家』には、全国各地から多くの人々が訪れ、栄一翁の業績や解説員の説明に関心を寄せました。

また、市内有志のかたが栄一翁の洋装姿に扮し実写版『渋沢栄一翁 そっくりさん』として両施設に登場し、会場を盛り上げました。



▲開催された実写版『渋沢栄一翁そっくりさんコンテスト』の様子

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。

子供の読書活動優秀実践団体『文部科学大臣表彰』を受賞！



花園おはなしボランティア
『サーブの会』
と の く ら か ず み
戸野倉和美さん(写真左)
た な へ ち よ み
田邊千代美さん(写真右)

子どもと本をつなぐ架け橋

「絵本の読み聞かせを聞く子どもたちの瞳は何歳になっても変わりません。幼い頃から変わらない瞳を見ると、愛しくなってしまう。」と笑顔で語るの、花園おはなしボランティア『サーブの会』会長の戸野倉さんです。

サーブの会は、平成9年から花園地区を中心に図書館や保育園、幼稚園、小中学校などで紙芝居や絵本の読み聞かせを通して、子どもたちの成長に寄り添いながら子どもと本をつなぎ、心を育む活動をしています。

そして、今年4月に平成31年度子供の読書活動優秀実践団体として、『文部科学大臣表彰』を受賞しました。

長年にわたる、地域に密着した活動により、乳幼児から中学生までの『読み聞かせ会』が浸透しています。読書離れ・絵本離れが心配される今、活動での留意点を伺うと、「子どもたちが興味を持つ本選びを心掛けています。子どもは興味があるお話だと、静かにじっと耳を傾け、自分で本を読まない子も、人に読んでもらうと心地よく自然に本に親しんでくれます。」と教えてくれました。

子どもたちに本の魅力を伝えられるよう、読み方や声の出し方などを会員同士で研究し、朗読技術の向上を図っているサーブの会。これからも、子どもたちに夢や希望を与えられるよう読み聞かせを通じて『子ども』と『本の世界』をつなぐ架け橋を続けます。



▲平成31年度子供の読書活動優秀実践団体『文部科学大臣表彰』を受賞した、花園おはなしボランティア『サーブの会』の皆さん

花園図書館(アクロス)では、毎月第1土曜日におはなし会を開催。各団体が順番に担当し、サーブの会も絵本や紙芝居の読み聞かせを実施しています。

ふっかちゃんの日常から
深谷が見えてくる

ふっか散歩



花園消防署寄居分署

深谷市消防本部は、深谷市と寄居町の両方を管轄しています。

今日は、4月に新しくなった寄居町にある花園消防署寄居分署にきたよ。火事が起きた時や救急車が必要な時に、すぐ出動できるよういろいろ工夫されているんだよ。早速、中に入ってみたいよ〜っ！



◀これは『震度計』だよ。緊急地震速報に対応していて、近くで震度3以上の地震が予想されると、災害時の出動ができるように自動で車庫のシャッターが開くんだって〜。



◀この壁は放水壁といって、実践に近い消火活動の訓練ができるんだよ。訓練に使う水は循環して使えるようになっているんだってえ！



▲ここは、防火衣着装室だよ。きれいにそろえられているねえ〜。ひとりひとりの火災や救急の装備が置いてあって、出動の準備をする所なんだってえ。車庫の隣にあるから、準備から出動まで素早くスムーズにできるんだねえ。

ふっかちゃんのつぶやき

深谷市移住定住サイトって知ってる？深谷市での暮らしの魅力発信や深谷市民度診断とかもあるよ！いまずぐ検索だねY(o0w0o)Y



心の広場

深谷小3年(現4年)
秋原 綺栞さん



友だちを大切に

わたしは、同じ学年のAさんとけんかしたことがあります。それは、二年生の時でした。学童の夕方に、ニューブロックでマンガのちび☆デビ!ごっこで遊んでいました。はじめはとても楽しく遊んでいました。でも、とちゅうでAさんがとつぜん一人で役をきめてしまったのです。わたしは、「どうして勝手にきめるの」と頭の中でムカムカしてしまいました。

がまんできなくなり、わたしは、「一人できめないで。」と言いました。でも、Aさんは何も言いませんでした。わたしは、むしろさされたと思いました。わたしはがまんするのがげんかになりました。いやな気持ちが、わたしの中にいっぱいたまってきた。とうとうわたしのいかりがばく発し、もう一度Aさんに言いました。「一人できめないで。」するとAさんは、

「うるさい。」と言って聞いてくれませんでした。わたしとAさんは二人でムカムカしていました。

とつぜんAさんがわたしの手をぐいぐいつねってきました。わたしもおこって、つねり返してしまいました。それから一週間、おたがいに顔を合わせるのも、さけていました。とてもいやな一週間でした。すると、Aさんがわたしのところにあやまりにきました。わたしも、あやまりました。

そこで、わたしは今回のことをふり返ってみました。どうして、ムカムカしちゃったのかと考えてみると、Aさんが話を聞いてくれなかったことが原因でした。聞いてもらえないといやな気持ちになります。

わたしも今まで友だちをおこらせてしまったことがあります。同じように話を聞かなかった時、やっぱり友だちは、おこりました。

友だちを大切にするという事は、話をよく聞くことだと、今回のAさんとのけんかが教えてくれました。そのあと、Aさんとわたしは、今でも二人で仲よく遊んでいます。

仲よくするためには、友だちが言いたいことをよく聞くことが大切なので、Aさんや他の友だちと遊ぶときに気をつけています。

これからも、遊ぶときに気をつけていきたいと思っています。

L・フォルテ

男女共同参画情報コーナー

ともに認め合い 支え合う 元気と笑顔で参画するまち ふかや
L・フォルテは、深谷市男女共同参画推進センターの愛称です。このコーナーでは、男女共同参画に関する情報を皆さんに紹介します。

個人権政策課 ☎574 - 6643

6月23日～29日は男女共同参画週間です！



深谷市では、『男は仕事、女は家庭』といった性別による固定的な役割分担意識にとらわれることなく、お互いを認め合い、それぞれの個性と能力を発揮できる男女共同参画社会を目指し、『第3次深谷市男女共同参画プラン』を策定しました。

このプランに基づき、男女共同参画社会を実現していくためには、市民の皆さん一人ひとりの取り組みが必要です。この機会に、私たちのまわりのパートナーシップについて考え、みんなで男女共同参画社会をつくっていきましょう。

今年のテーマは、

『男女共同参画「学」 知る 学ぶ 考える 私の人生 私がつくる』
です。

キララ上柴(アリオ深谷3F)ロビーでパネル展を開催します。お気軽にお越しください。
期間：6月22日(土)～30日(日)

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!!

第16回 ふかや花フェスタ & オープンガーデンフェスタ

ふかやから未来へつなごう
『花のかけはし』



4月27・28日の
2日間で約69,000人
今年も盛大に
開催されました!



ガーデニングコンテストの結果

各部門の最優秀賞は次の通りです。

- ・コンテナガーデン部門 最優秀賞(深谷市長賞)=小橋山智賀子さん
- ・オリジナル箱庭部門 最優秀賞(埼玉県知事賞)=小儀伸一さん
- ・モデルガーデン部門 最優秀賞(深谷市議会議長賞)=熊谷農業
高校生物生産技術科ガーデニングコース
- ・ハンギングバスケット部門 マスターの部 最優秀賞(ハンギ
ングバスケット協会賞)=福田真利子さん
- ・ハンギングバスケット部門 一般の部 最優秀賞(ふっかち
ゃん賞)=坂口一枝さん
- ・軽トラガーデン部門 最優秀賞(ふっかちゃん賞)=銜金子園芸

楽しくつくろう! 『ピザづくり教室』 & テラコッタドールづくり

素焼きの鉢でかわいい『テラコッタドール』を作ってみよう!

王国ボランティア特製ピザはまき窯で焼き上げます

とき 6月22日(土)午前9時30分~

ところ ふかや緑の王国

定員 先着20人

参加料 1人1,000円(ピザ1枚とテラコッタドール1基)

申し込み 6月7日(金)から電話でふかや緑の王国へ



▲▶テラコッタドールづくりの様子

ふかや緑の王国で新鮮野菜にかぶりっころ! わくわく「収穫体験」参加者募集

ふかや緑の王国で楽しく収穫体験! 家族で新鮮取れたて野菜を味わってみませんか?

対象 家族(子どもと保護者)

とき 7月6日(土)午前10時~

ところ ふかや緑の王国

内容 ジャガイモ、トウモロコシの収穫

定員 先着30組 参加料 1組800円

申し込み 6月11日(火)から電話でふかや緑の王国へ

夏の夜をロマンチックに彩るモルタルデコの ソーラーランプ+王国セタランチ

モルタルデコのランプで夏の夜をロマンチックに!

王国ボランティア特製のセタランチ付きです

とき 7月13日(土)午前9時~午後3時

ところ ふかや緑の王国

定員 先着20人

参加料 2,500円(材料代含む)

講師 大澤八千代氏

申し込み 6月11日(火)から電話でふかや緑の王国へ



▲ソーラーランプ

いいね!
No.63

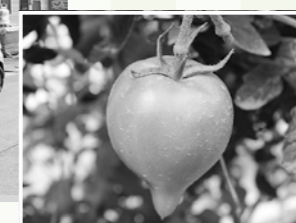
深谷の授産製品

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!



第2春日園

☎583-5451
本田3342



◀ハウス栽培しているトマト『ルネッサンス』。あまり市場には出ていない珍しい品種です。ほかにも、『麗容』という種類を栽培しています。



▲栽培したトマトは、ビニールハウス内でも直売しています。

仕事と遊びそれぞれを大切にする支援

第2春日園は、身体障害者や知的障害者を対象に就労継続支援B型および生活介護のサービスを提供しています。『よく働き、よく遊べ』をモットーに、利用者が仕事とそれ以外の時間を切り替え、それぞれの時間を一生懸命過ごせるよう支援しています。

珍しい品種のトマト販売が好評!

作業は、農産から食品加工、木工、軽作業など多種多様で利用者が自分にあつたものを選択できます。農産班では、栽培するトマトの受粉に蜂を利用するなど作業の効率化を図るためにさまざまな工夫をしています。第2春日園では、『ルネッサンス』と『麗容』という2品種のトマトをビニールハウスで栽培しており、先のとがった形と弱い酸味が特徴の『ルネッサンス』は市場にあまり出ていない珍しい品種

▲人気ナンバーワン商品の『紅いもパン』

▶焼き上がったパンは販売用に丁寧に袋詰めします。



です。最盛期の4~6月まで直売しているほか、埼玉県農林公園やとんとん市場深谷店でも購入できます。

素朴で昔ながらの手作りパン

食品加工班では、手作りにこだわったパンを販売しています。あんパンやクリームパンなど、素朴で昔ながらのパンを中心に、おすすめのパンを詰め合わせたプチパンセットや季節限定商品など数種類のパンを取りそろえています。中でも一番人気は、鮮やかな紅い色のラインが特徴の『紅いもパン』。道の駅かわもとや熊谷のティアラ21『わくわく広場』でも販売しているので、ぜひ一度味わってみてください。



第2春日園利用者と職員の皆さん

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!

夏に向けて知っておこう~梅干し活用法~

6月に入り、店先にぷっくりとした青梅が並ぶ時期になりました。梅干し・梅酒・梅シロップなど皆さんは梅の実をどのように楽しんでいるのでしょうか。

実は、梅の実自体はビタミン・ミネラルを多く含んでいるわけではありません。梅干しに加工することで、クエン酸などの有機酸を豊富に含む食材に変わります。梅干しに多く含まれるクエン酸は、食欲増進・疲労回復に効果があり、これからの時期には、夏バテ予防におすすめです。

ただし、梅干しは食塩を多く含むので、食べすぎには注意し、1日1個を目安にしましょう。また、そのまま食べるだけでなく、梅干しで食材を煮る梅煮やドレッシングの味付けとして使うなど、調味料代わりに活用することもおすすめです。

先月号で紹介した通り、梅干しは防腐・殺菌効果のある食材の一つです。梅干しの防腐・殺菌効果は、梅干しが置いてある周囲だけなので、細かく刻んでご飯に混ぜ込むとご飯全体に効果が広がるので、ぜひお試しください。



東都大学管理栄養学部
管理栄養学科
管理栄養士 助手
石井優子さん

キレイ・元気を応援します! No.60

梅干しとカリカリ梅を合わせることで、食感を楽しめる一品

梅干しまぜご飯

栄養価 (1人分当たり)

エネルギー 272kcal	たんぱく質 4.4g	脂質 1.6g	炭水化物 57.8g	塩分 0.7g
------------------	---------------	------------	---------------	------------



おすすめポイント

梅干しの防腐殺菌効果でお弁当にもおすすめ!梅の塩味、酸味と青じその風味でおいしく食べられます。

材料 (2人分)

ごはん茶わん2杯(約300g)、梅干し1個、カリカリ梅1個、いりごま(白)大さじ1、青じそ4枚

作り方

- 梅干しとカリカリ梅は種を除き、細かく刻む。
- 青じそは、粗くみじん切りする。
- ボウルにごはんを入れ、①と白ごまを混ぜ込む。
- ②を加えて軽く混ぜ、茶わんに盛り付ける。



▲「おにぎり」にするのもおすすめです

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。