

ふかや

広報



市のイメージキャラクター
「ふっかちゃん」

5月 2022年5月1日
No.197



園庭で元気に遊ぶ保育園児の様子。深谷市は、県内初の第2子保育料の無償化を令和4年度から実施しています。

ポストコロナの新しい社会を見据えた成果重視の予算
～「みんながうれしい ふかや」への第一歩～

特集 令和4年度まちづくりの方針と予算

花園IC拠点整備プロジェクト深谷テラスパークがオープンします! ⑥
県内初!『性の多様性に関する条例』を施行しました ⑦
市職員採用試験を実施します ⑧

令和3年度 深谷市スポーツ栄誉賞 ⑬
新型コロナウイルスワクチン接種関連情報 ⑳
キラリ熱中時間「明戸中学校 根岸絢音さん」 ㉘

令和4年度
まちづくりの方針と予算

特別会計 (特定の事業を行うための会計)

予算額 188億2,850万円

| | | |
|----|-----------------|--------------|
| 内訳 | 国民健康保険 | 151億951万6千円 |
| | 後期高齢者医療 | 32億9,360万6千円 |
| | 国清寺土地区画整理事業 | 3億138万3千円 |
| | ふかや花園駅前土地区画整理事業 | 1億2,399万5千円 |






企業会計 (特定の事業をその事業の収入で運営する会計)

予算額 123億3,926万5千円

| | | |
|----|-------|--------------|
| 内訳 | 水道事業 | 57億2855万円 |
| | 下水道事業 | 66億1,071万5千円 |

市民1人あたりで計算すると…

市民1人あたり約**36.8万円**が使われます。
(一般会計予算を3月1日現在の人口142,127人で計算)

| 子育て・福祉 | 道路・まちづくり | ごみ処理・環境 | 市役所運営・防災 | その他 |
|--|---|--|--|---|
|  子育て支援、高齢者・障害者福祉の充実など 約 16.3万円 |  道路や橋の整備・維持管理など 約 3.5万円 |  ごみ処理、資源リサイクル、生活環境保全など 約 2.8万円 |  住民票や戸籍の交付、防災対策など 約 3.3万円 |  教育や消防など 約 10.9万円 |

ポストコロナの新しい社会を見据えた成果重視の予算

～『みんながうれしい ふかや』への第一歩～

令和4年度

まちづくりの方針と予算

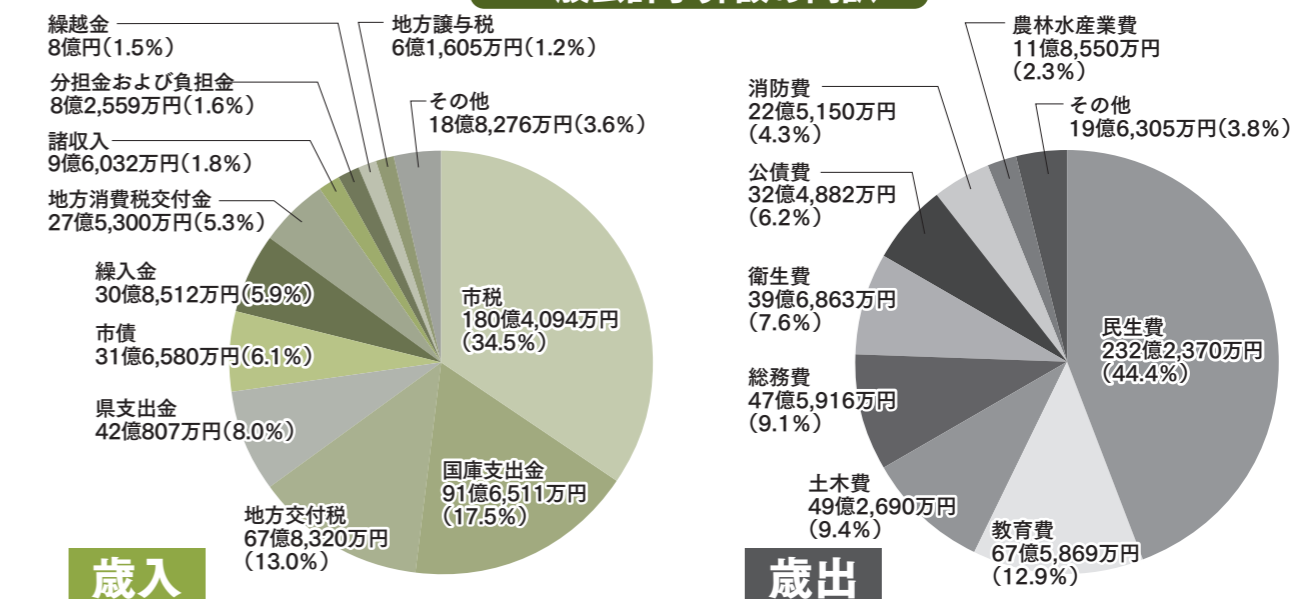
今年度の予算は、行政評価と予算編成の連動を強化するなど、創意工夫を重ねるとともに、国の地方財政対策も踏まえつつ、ポストコロナの新しい社会を見据えた成果重視の予算として編成しました。今年度の予算総額は、834億5,371万2千円(前年度比1.7%減)で、内訳は次のとおりです。

当初予算 総額 **834億5,371万2千円**
(前年度比14億7,135万円減)

一般会計 (市の基本的な事業を行うための会計)

一般会計 当初予算額 **522億8,594万7千円**

一般会計予算額の内訳



歳入
最も大きな割合の市税は、景気の回復基調に鑑み、個人、および法人市民税の増加を見込んでいます。

歳出
高齢者や子どもなどさまざまな福祉分野に使われる『民生費』が歳出の中で最も大きな割合を占めています。

※表示単位未満を四捨五入しているため、合計が一致しない場合があります

『みんながうれしい ふかや』の実現に向けて

深谷市長 小島 進



私は、先の市長選挙におきまして、4期目の市政を担わせていただくこととなりました。改めて、14万2千人の市民の皆さまの期待を背負い、その重責を全うすべく、今後の深谷市政の運営にあたり『みんながうれしいふかやをつくる』、それが私に課せられた使命であると決意を新たにしているところであり、全力で深谷市の発展に邁進する所存でございます。令和3年を振り返りますと、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、先行き不透明な状況が続く一方で、大河ドラマ『青天を衝け』の放送開始など、郷土の偉人渋沢栄一翁が本市に明るい話題を運んでくれました。栄一翁が肖像となる令和6年の新一万円札の発行に向けて、本市を訪れた方々が市内のさまざまな魅力に触れていただけるよう、さらなる取組を進めてまいります。

そして、花園インターチェンジ拠点整備プロジェクトにおきましては、いよいよこの春に『深谷テラス』、秋に『ふかや花園プレミアム・アウトレット』がオープンを迎えます。今後、アウトレットを訪れた人々に、市内を回遊していただくことで、市全体の活性化につなげてまいります。

栄一翁は、多くの事業の立ち上げに携わりましたが、軌道に乗った段階で人に託しておりました。しかしながら、東京養育院だけは『困窮を助けることは、社会の義務である』と訴え、誰一人として置き去りにしてはならないという強い意志を持ち続け、最後まで自らが院長として事業に携わり続けておりました。

この理念は、国際目標として掲げられたSDGs『誰一人取り残さない』という目標の先駆けであります。私はこの栄一翁の強い意志をしっかりと受け継ぎ、市民の皆さまと共に『誰一人取り残さない みんながうれしいふかや』を築いていく所存でございます。

誰もがともに学べるきめ細かな支援体制を整備します

 学校支援員の充実

いじめ・不登校対策事業 特別支援教育事業 中学校教育活動推進事業

取り組み：各種学校支援員の増員（合計26人増）

①学校総合支援員 10人→19人 ②インクルーシブ支援員3人→10人

③中学校学力向上支援員 0人→10人

必要経費：2,491万3千円の増

【参考】1,494万7千円(令和3年度)→3,986万円(令和4年度)

小中学校に係るさまざまな支援員を充実することにより、夢を育む『学び』、および夢を支える『教育環境』の充実につながるよう取り組みを推進します。



高齢者や障害者の安全・安心な在宅生活を支援

 住宅改修補助制度の拡充

高齢者在宅福祉サービス事業 障害者日常生活改善事業 地域生活支援事業

取り組み：

(高齢者在宅福祉サービス事業)

①補助金額の上限を10万円から20万円に引き上げ

②対象者を介護保険法適用外の65歳以上のすべての高齢者へ拡充

(障害者日常生活改善事業・地域生活支援事業)

③対象者を障害の種別や等級を問わず、『生活のしづらさを改善できる障害者または難病患者』へ拡充

高齢者や障害者の方々が、不便なく、安全・安心に在宅生活を過ごせるよう支援の充実を図ります。補助制度の申請方法など詳しくは12ページをご覧ください。



岡部駅の利便性を向上し深谷の西の玄関口として魅力を高めます

 岡部駅橋上駅舎化に着手

岡部駅橋上駅舎化事業

取り組み：岡部駅橋上駅舎化に向けた基本計画を策定

岡部駅を、南北いずれからもアクセス可能な、自由通路を兼ね備えた橋上駅舎化へと整備を図るとともに、周辺整備を行うことで、地域の利用者の利便性を高め、本市の西の玄関口としての魅力を高めます。



令和4年度 主な重点施策

子育てしやすい環境を整備します

 第2子保育料の無償化 県内初

私立保育施設運営事業

歳入：保育料 1億2,050万円減少 歳出：補助金 1,350万円増加

影響額：1億3,400万円

県内初の取り組みとして、子育て世帯の保育料の負担軽減を図るため、第2子保育料を無償化します。2人目以降の子どもを望む保護者が子育てしやすい環境を整備し、少子化対策を推進します。第2子保育料の無償化は申請が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。



病気の予防や早期発見・早期治療により健康を保持

 人間ドックなどの受検費用の助成金額を拡充

国民健康保険・後期高齢者人間ドック等助成事業

取り組み：助成金額を1万7,500円から3万円へ大幅増額

必要経費：5,545万円の増加

【参考】1,925万円(令和3年度)→7,470万円(令和4年度)

対象は満30歳以上の国民健康保険の被保険者および後期高齢者医療の被保険者で、人間ドック、または脳ドックの受検に係る費用を助成します。この取り組みにより、病気の予防や早期発見および早期治療による被保険者の健康保持を図ります。対象や申請方法など詳しくは広報ふかや5月号折り込みチラシまたは市ホームページをご覧ください。



郷土の偉人『畠山重忠公』の顕彰機運を盛り上げます

 はたけやましげただ 畠山重忠公プロジェクト

畠山重忠顕彰事業

取り組み：企画展や講演会を開催

必要経費：501万7千円

NHKの大河ドラマ『鎌倉殿の13人』では、郷土の偉人である『畠山重忠公』が注目されています。本市ゆかりの人物が大河ドラマで描かれる好機を生かし、関係団体とともに重忠公の顕彰の機運をさらに盛り上げる取り組みを実施します。



用語解説

性的指向とは…どのような性を恋愛や性愛の対象とするのか、しないのか。
 性自認とは…自らをどのような性として認識するのか、しないのか。
 性的少数者とは…性的指向、性自認が少数派の人々を指します。
 LGBTQとは…性のあり方の頭文字をとってLGBTQなどと称することがあります。
 ・Lesbian (同性を好きになる女性)
 ・Gay (同性を好きになる男性)
 ・Bisexual (両方の性を好きになる人)
 ・Transgender (戸籍とは別の性として生きたいと望む人)
 ・Questioning (性的指向や性自認が明確でない人)

深谷市では、市民一人ひとりが性的指向および性自認の多様性(以下、性の多様性)への理解を深め、お互いに多様な生き方を認め合うことができるよう社会全体で取り組んでいきます。

性的指向は人それぞれです。性の多様性について一人ひとりが理解を深め、みんなが生きやすい社会を目指しましょう。

『深谷市性的指向及び性自認の多様性を理解し尊重する社会の推進に関する条例』を令和4年3月23日に公布、施行しました。
 私たちの性のあり方は、性的指向や性自認をはじめ、さまざまな要素で構成されており、多様で人それぞれ異なります。その中で、特に性的少数者(LGBTQなど)への理解はまだ十分に進んでおらず、多くの当事者が生きづらさを感じています。

県内初! 『性の多様性に関する条例』を施行しました

問い合わせ 人権政策課 ☎574-6643

【条例のポイント】

- 1 今回の条例の重要なポイントとして、『「してはいけないこと」を2点あげています。』
- 1 カミングアウト(自分の性のあり方を打ち明けること)を強制してはいけません。また、カミングアウトを禁止してはいけません。
- 2 アウティング(本人の意に反して性のあり方を他人に伝えること)は重大な人権侵害となるため、してはいけません。



花園IC拠点整備プロジェクト

深谷テラスパークがオープンします!

問い合わせ 産業拠点整備室 ☎568-5002

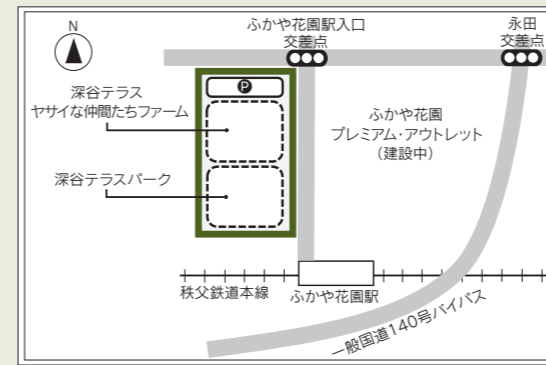
市では、市内外から花園IC拠点を訪れたかたに農業と観光の魅力を発信する場として深谷テラスパークの整備を進めてきました。このたび深谷テラスパークを5月28日(土)にオープンします。これを記念してイベントを行いますので、ぜひお越しください。

深谷テラスパークの紹介

深谷テラスパークには、さまざまなイベントを開催できる円形広場を中心に、野菜や花をモチーフにした大型遊具、市の魅力を情報発信する大型デジタルサイネージや水遊びを楽しめる『じゃぶじゃぶ池』など多彩な施設があります。

深谷テラスパーク オープン記念イベント

とき 5月28日(土)、29日(日)午前10時~午後3時
 内容 市内および秩父地域の特産品の展示販売など
 ・駐車場に限りがありますので、公共交通機関や徒歩などでのご来場にご協力ください。
 ・新型コロナウイルス感染症の状況により、開催内容を変更する場合があります。



▲深谷テラスパーク内の大型遊具 『深谷ねぎ』をはじめとして特産である野菜や花をモチーフにした『ベジタブルマーケットランド』は、高さ8メートルの大型遊具です。



▲管理棟・デジタルサイネージ 管理棟には、さまざまな映像コンテンツを楽しめる大型のデジタルサイネージがあります。また、屋上には展望スペースが設けてあります。



▲深谷テラス ヤサイな仲間たちファーム

『深谷市パートナーシップ宣誓制度』が始まりました

『深谷市性的指向及び性自認の多様性を理解し尊重する社会の推進に関する条例』の理念に基づき、性的指向および性自認に係る性的少数者が自分らしく暮らせる社会を目指して、条例施行と同日に『深谷市パートナーシップ宣誓制度』を開始しました。

【パートナーシップ宣誓制度とは】

双方または一方が性的指向および性自認に係る性的少数者である2人が、互いを人生のパートナーとし、日常生活において相互に協力しあうことを約束した関係であることを市に宣誓し、市がその宣誓を証明する制度です。宣誓されたかたには、パートナーシップ宣誓証明書とパートナーシップ宣誓証明カードを交付します。

【宣誓することができるか】

- ① 成年であること(18歳以上)
- ② 深谷市内に住所を有しているまたは転入を予定していること
- ③ 配偶者(事実婚含む)およびほかパートナーシップにある者がいないこと
- ④ 宣誓する者同士が近親者でないこと(養子縁組を除く)

※制度について、詳しくは市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



パートナーシップ宣誓証明カード(見本)

表

| | |
|--|-------|
| パートナーシップ宣誓証明カード | |
| 本人 | パートナー |
| 様 | 様 |
| 年月 日生 | 年月 日生 |
| 深谷市パートナーシップの宣誓の取扱いに関する要綱に基づきパートナーシップの宣誓をされたことを証明します。 | |
| 令和 年月 日 第 号 | |
| 深谷市長 小島 進 印 | |

裏

この証明カードは、法律上の効果が生じるものではありませんが、お2人がお互いを人生のパートナーとし、相互に協力し合う関係であると宣誓されたことを深谷市として証するものです。この証明カードの提示を受けた方は、この趣旨を十分に理解くださいますようお願いいたします。この制度を利用していることについては、本人の同意なく口外しないようお願いいたします。

| | |
|----------------|-------|
| 戸籍上の氏名(通称名使用時) | |
| 本人 | パートナー |
| 様 | 様 |
| 年月 日生 | 年月 日生 |

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

令和5年4月1日採用予定の市職員採用試験を、次の通り実施します。申し込み要件など詳しくは、受験案内で確認してください。

【受験案内】

市ホームページからダウンロードしてください（市役所本庁舎総合案内、総合支所市民生活課、キララ上栗行政サービスセンター、図書館、消防本部でも配布）。

配布・申込期間 6月27日（月）～7月31日（木）

試験日 9月18日（木）

※土木施工管理技士1級、または一級建築士の資格を有する人は、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。
※申込方法は、WEB申し込み（電子申請）となります。

| 募集職種 | 募集人数 | |
|------|-------------------|-------|
| ①事務職 | 一般事務 | 14人程度 |
| | 一般事務（障害者対象） | |
| ②専門職 | まちづくり技師（土木・建築・電気） | 2人程度 |
| ③消防職 | 消防職（一般） | 5人程度 |
| | 消防職（救急救命士） | |

ふっかちゃんでんき

問い合わせ ふかやeパワー株式会社 ☎578-8217

『ふっかちゃんでんき』では、『ふかやだいすき！キャンペーン』と称し、期間中にご契約のお客様に、深谷市のイメージキャラクター『ふっかちゃん』のオリジナルタオルをプレゼントします。

期間：7月29日（金）まで
キャンペーン対象：従量料金Bプラン30～60Aのお客様
指針票をご用意の上お電話ください。ホームページでも受け付けています。

詳しくは、問い合わせ先ホームページ（『ふっかちゃんでんき』で検索）でご確認ください。



※『ふっかちゃんでんき』は深谷市も出資する地域に根差した電力会社です。

障害者用駐車場の案内表示について

問い合わせ 障害福祉課 ☎571-1011・☎574-6667

障害者用駐車場は、車いす使用者だけでなく、けがをしたかた、内部障害をお持ちのかた、妊婦のかたなど、身体の機能上の制限を受けるかたが利用できる駐車場です。

市では、利用するかたに障害者用駐車場を分かりやすくお知らせするため、市の公共施設において図記号（ピクトグラム）を用いた案内表示を行う方針を定めました。

今後、主な公共施設において、計画的に路面標示や表示板の設置を行います。

障害者用駐車場を必要とするかたが利用できるような配慮をお願いします。



ふかや花園駅前土地区画整理事業 地内の新しい町名に関するお知らせ

問い合わせ 産業拠点整備室 ☎568-5002

ふかや花園駅前土地区画整理事業地内については、土地区画整理事業の完了後、永田・黒田地内の一部が新しい町名『花園』に変更になります。

事業の完了は、令和5年度を予定しています。



市長の深い話

深谷市長 小島 進

深谷テラスヤサイな仲間たちファーム

キュウピー（株）が手掛けた、『深谷テラスヤサイな仲間たちファーム』が、5月28日（日）、花園IC拠点にオープンします。

先日、オープン前の施設を見せていただきましたが、ひときわ目を引く大屋根のカーブは、取り巻く赤城、榛名、秩父方面の山々との調和を考へて設計されたとのこと。また、『レンガのまち深谷』にも配慮いただき、門扉や建物の内外に、煉瓦をいんだんにあしらひ、良い雰囲気を出してきています。

『農業と観光の振興』がコンセプトの花園IC拠点整備プロジェクト



クトでは、平成27年度に、民間の活力やノウハウを活用するため、それに資する施設の整備・運営、さらに地域の発展に寄与する取り組みを行う事業者を公募しました。ちょうどその頃、キュウピー（株）では、1人の社員の『野菜の魅力を知ってもらい、もっと野菜を食べてほしい』というアイデアが、社内公募で採用され、実現のための場所探しをしていたところでした。この2つの動きが奇跡的に重なり、民間審査員も参加した本市の公募でそのキュウピー（株）の提案が選ばれたのです。

『深谷テラスヤサイな仲間たちファーム』は、体験農園や野菜レストラン、マルシェなどからなる野菜のテーマパークで、私も深谷の野菜がどんなふうに提案・発信されるのか、オープンを大変楽しみにしています。

隣接する『深谷テラスパーク』は既にプレオープンしており、5月28日（日）がグランドオープンです。また、『ふかや花園プレミアム・アウトレット』は、今秋にオープン予定となっております。

皆さん、花園IC拠点にぜひ遊びに行ってみてください。

ありがとうの手紙

最優秀賞

高校生・大学生の部
日々闘う医療従事者へ



深谷商業高等学校1年（現2年） 大澤こころさん

新型コロナウイルスの流行が拡大していく中で、毎日たくさんの医療従事者が闘っていることを決して忘れてはいけないと思う。いつ収束するかわからない状況で多くの患者を診ることは、とても先が暗く大変なことだ。私たちが代わりに治療することはできない。だからこそ自粛をしたり募金をしたりなど、できることをして協力する必要がある。いつ自分が感染してもおかしくない状況の中で懸命に闘っている医療従事者に、「ありがとう」と伝えたい。

最優秀賞

中学生の部
お母さんへ



東京成徳大学深谷中学校2年（現3年） 庄司美紀さん

私は、この前、学校の授業で、性についての講演を聞きました。内容は、出産についてです。今までに、出産についてなんか考えたこともなかったけど、お母さんが耐えた痛み、恐怖、そして、それに打ち勝つほどの大きな愛情。私はその動画を見て、涙が出てしまいました。こんなにもがんばってもらい、愛され、「生まれてきてくれてありがとう」と言われたんだと思ったら、急にお母さんにお礼を言いたくなりました。お母さん、大好き。いつもありがとう。

5月18日(水)午前11時頃放送
Jアラート訓練を実施

問い合わせ 総務防災課(☎574-6635)

緊急時に市民への迅速・確実な情報伝達を行うため、全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達訓練を実施します。国の試験放送が市内の防災行政無線から流れます。

放送内容
①上りチャイム ②『これは、Jアラートのテストです。』を3回放送 ③『こちらは、ぼうさいふかやです。』
④下りチャイム

深谷市赤十字奉仕団は、深谷赤十字病院での自動再来受付機操作補助活動や献血手伝い、救急法などの各種講習会実施、非常食の炊き出し訓練などを実施しています。
ぜひ、私たちと一緒にボランティア

深谷市赤十字奉仕団 団員募集

深谷市赤十字奉仕団事務局(深谷市社会福祉協議会) ☎573-6563

優良奨励賞 ● 柳田稜司、内田裕也、梅田康文、金井亜季、江口可奈、明智千穂、田久保勇希、須永友香、古澤雄大、須永俊亮、柴奈保子、齊藤大樹、長谷川守、船越かれん、佐々木翔太

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 ☎369-0203 深谷市普濟寺1626-3 ☎585-2212(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

シニアスマホ教室

深谷公民館 ☎571-0506
【スマホ入門】
対象 ● 市内在住・在勤でスマートフォン初心者のかた
とき・ところ ● 6月2日(木)・23日(木) 午前9時45分～11時45分・深谷公民館
定員 ● 各日先着20人
持ち物 ● スマートフォン
参加料 ● 500円(資料代)
講師 ● ITサポーター深谷
☎5月10日(火)から電話で問い合わせ先へ



新型コロナウイルス感染症の
感染拡大に伴う掲載記事への影響

新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、掲載した内容について、急きょ中止・延期となる可能性があります。
最新の情報は、各問い合わせ先へご連絡の上、ご確認をお願いします。

恋たま出張登録会(パーソナル
ラー診断)

恋たま事務局 ☎048-789-7721
結婚を希望する20歳以上の独身者のための県の公的な結婚支援センターです。希望者には無料のパーソナルカラー診断を行います。
とき ● 5月21日(土)午前10時～午後4時
ところ ● 本庁舎2階会議室
利用登録料 ● 市内在住者11万1000円(税込・登録期間は2年間)
☎5月18日(水)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』をしてください。

みんなの声BOX

Q 成人年齢が18歳に引き下げられましたが、飲酒、喫煙も18歳からできますか。

A 飲酒、喫煙は20歳からです。
民法の改正により令和4年4月1日以降、成人年齢が18歳に引き下げられました。しかしながら、飲酒、喫煙に関する法律に関しては、引き続き20歳以上の年齢制限が残ります。
飲酒、喫煙は成長期の身体に悪影響を及ぼします。興味本位で飲酒や喫煙をすることは、絶対にやめましょう。

問い合わせ先 保健センター (☎575-1101)

※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。

安部・木村
教育学術研究論文の募集

教育学術研究所 ☎572-9456
応募資格 ● 市内在住・在勤の個人・団体(児童・生徒・学生は除く)
☎5月6日(金)までに、公民館・図書館にある出願書・研究計画書に必要事項を記入の上、学校教育課へ提出
※出願書・研究計画書は、教育委員会ホームページからも入手できます。
【令和3年度の表彰者(敬称略)】
最優秀奨励賞 ● 小泉琢磨
優秀奨励賞 ● 松下めぐみ、内田樹

A 活動をしてみませんか?
☎電話で問い合わせ先へ

期日前投票所投票立会人を
募集します

行政委員会 ☎574-6664
期日前投票とは、投票日に都合により投票所に行くことができない人が、選挙の公(告)示日の翌日から投票日の前日までの間に投票できる制度です。
期日前投票所投票立会人は、期日前投票所において、投票事務が公正に行われるよう立会などを行います。
対象 ● 応募時点で選挙権があるかた(18歳以上)

立会場所・時間 ● 市内5カ所の期日前投票所(市役所本庁舎、岡部公民館、川本総合支所、花園公民館、キララ上柴)・午前8時30分(キララ上柴は午前9時)～午後8時
報酬 ● 日額9600円(源泉所得税が控除されます)
☎直接または電話で問い合わせ先へ

オーケストラワークショップ
参加者募集

深谷市民文化会館 ☎573-765
☎366-0823 本住所11-1
ワークショップ(全6回)の後、11月13日(日)開催『深谷シティフィルハ

1モノ一管弦楽団第14回定期演奏会にて、楽団員と一緒に演奏します。
対象 ● 小学生以上で、演奏経験があり、使用する楽器を用意できるかた
とき ● 8月20日(土)・27日(土)、9月10日(土)・24日(土)、10月8日(土)・30日(日) 午前10時～正午
ところ ● 深谷市民文化会館
練習曲 ● エルガー作曲/行進曲『威風堂々』第1番
募集楽器 ● バイオリン、チェロ、フルート、クラリネット
定員 ● 20人(抽選)
参加料 ● 1000円
☎7月16日(土)までに、申込書(問い合わせ先またはホームページから入手可能)を郵送または直接問い合わせ先へ

『介護保険運営協議会委員』を
募集します

大里広域市町村圏組合介護保険課 ☎501-1330
☎360-0033 熊谷市曙町2-68
対象 ● 深谷市・熊谷市・寄居町在住で40歳以上のかた
定員 ● 1人
任期 ● 7月～令和7年6月
☎住所・氏名・生年月日・年齢・職業・性別・電話番号を記入の上『介護保険』をテーマにした意見・考えを400字詰め原稿用紙2枚以内にまとめ、郵送で5月31日(火)(必着)

『緑のカーテンテスト』

対象 ● 市内の住宅・事業所に今年度設置した緑のカーテン
☎市ホームページで募集要領などを確認の上、9月26日(月)(必着)までに、応募ください。募集要領は本庁舎、総合支所、公民館でも配布しています。
自治体新電力会社の『ふっかちやんでんき』が、緑のカーテン用ゴーヤ苗を配布します。
とき ● 5月20日(金)・21日(土)午前9時30分～午後4時
配布場所 ● 道の駅おかべ
配布株数 ● 1世帯4株
申込期間 ● 5月10日(火)午前9時～12日(木)午後5時(※先着順。期間外の



▲市ホームページ

までに問い合わせ先へ
※応募多数の場合は審査で決定

ふかやeパワー(株)との協働事業
環境に関するコンテストイベント

環境課 ☎577-6539
☎366-8501 仲町11-1
kyo@city.fukaya.saitama.jp
ゼロカーボンシティ宣言をした深谷市は、環境に配慮した取り組みを進めています!

令和3年度 深谷市スポーツ栄誉賞

生涯学習スポーツ振興課 (☎572-9581)
本市のスポーツ振興に貢献し、その功績が顕著なかに深谷市スポーツ栄誉賞が贈られました。

【個人の部】

- 柳宏優=第39回第一生命全国小学生テニス選手権大会 テニス 男子シングルス 全国2位
- 萩原すいみ=ジャパンジュニアゴルフオールスター全国決勝大会 ゴルフ 10歳・11歳女子の部 全国1位
- 伊藤和奏・柴崎千奈・墨野倉千夏・本木結萌=第48回全日本中学校陸上競技選手権大会 陸上 中学女子4×100mリレー 全国2位
- 金子美依奈=第21回全日本中学生女子ソフトボール大会 ソフトボール 全国1位
- 浜上叶大=第39回全日本高等学校パワーリフティング選手権大会 パワーリフティング 男子59kg級 全国1位
- 小幡光希=第39回全日本高等学校パワーリフティング選手権大会 パワーリフティング 男子74kg級 全国2位
- 井上まち子=第9回日本ティール選手権大会 パタンク 全国1位
- 今泉君子=第9回日本ティール選手権大会 パタンク 全国2位

- 山田広幸=第9回日本ティール選手権大会 パタンク 全国2位
- 市川貴仁=第7回全日本障がい者スノーボード選手権 パラスノーボード 全国1位
- 小久保寛太=東京2020パラリンピック競技大会 陸上競技 男子走り幅跳び (T20) 世界4位
- 村岡桃佳=東京2020パラリンピック競技大会 陸上競技 女子100m (T54) 世界6位
- 高桑早生=東京2020パラリンピック競技大会 陸上競技 女子走り幅跳び (T64) 世界8位

【団体の部】

- 深谷市リトルリーグ=第55回全日本リトルリーグ野球選手権大会 野球 全国2位



▲スポーツ栄誉賞授与式 (3月30日・深谷公民館)

【花咲く書道教室】
とき ● 5月19日(木)午前10時30分〜午後1時30分
定員 ● 最小催行人数5人
参加料 ● 1,000円 (材料費込み)
講師 ● 眞下ケイ子氏
申 5月12日(木)までに電話で問い合わせ先へ

【書』と『花』で想いを伝える大
人カワイイ書道アートです。
とき ● 5月21日(土)午前10時30分〜正午
定員 ● 4人
参加料 ● 1,650円 (レンタル道具と材料費込み)
講師 ● 松浦範子氏
申 5月19日(木)までに電話で問い合わせ先へ

【スポーツ・レクリエーション】
深谷ビッグタイトル
休館日のお知らせ
申 深谷ビッグタイトル (☎572-3000)
休館日 ● 5月16日(月)
※テニスコート・グラウンドの申請は、受け付けをしています (午前8時30分〜午後5時)。駐車場は午後5時30分で閉鎖します。

【市民登山教室】
申 市山岳連盟・相馬さん (☎090-8584-2672) / fukaya.toz@kyoushitsu@gmail.com)
対象 ● 小学5年生以上の市内在住・在勤・在学者
※小学生は保護者同伴
とき ● 開校式 6月9日(木)午後7時〜、実技講習会 ①6月26日(日) ②8月7日(日) ③9月11日(日)、閉校式 10月6日(木)午後7時〜
ところ ● 開・閉校式 深谷公民館、霧ヶ峰 (長野県) ② 四阿山 (群馬・長野県) ③ 瑞牆山 (山梨県)
定員 ● 先着30人
参加料 ● 3,000円 (資料代・保険料を含む)

【初心者空手道教室】
申 市空手道連盟・吉形さん (☎573-3170)
対象 ● 幼児〜中学生
とき ● 5月18日〜7月6日の毎週水曜日 (全8回) 午後7時〜8時30分
ところ ● 深谷ビッグタイトル武道場
定員 ● 先着20人
参加料 ● 2,000円 (保険料を含む)
申 5月14日(土)までに参加料を添えて深谷ビッグタイトル (☎572-3000) へ

【二胡初心者体験スクール】
申 深谷市民文化会館 (☎573-765)
対象 ● 小学生以上
とき ● 6月11日(土)・25日(土)、7月2日(土)・23日(土)、8月6日(土)・27日(土) 午後1時〜3時
ところ ● 深谷市民文化会館 大ホール
定員 ● 各回先着6人まで
参加料 ● 5,000円 (二胡持込可、レンタルの場合は別途料金が必要)
講師 ● 黒澤志津香氏 (二胡講師)
申 5月9日(月)〜31日(火)までに電話または直接問い合わせ先へ

【布小物作品展】
申 中山道深谷宿本舗 (☎575-0088)
布小物、エプロン、割烹着などの作品約300点を展示します。
とき ● 5月4日(祝)〜16日(月)午前10時〜午後5時 (4日は正午から、16日は午後3時まで)
出展者 ● 橋本淳子氏
【ビーズアクセサリーと布小物展】
申 ビーズアクセサリー、布小物などの作品約400点を展示します。
とき ● 5月25日(水)〜6月6日(月)午前10時〜午後5時 (5月25日は正午から、6月6日は午後3時まで)
出展者 ● 菅原京子氏
【ステンドグラス体験教室】
申 アクセサリーや小物など好きなものを選んで作成します。

【中山道深谷宿本舗からお知らせ】
中山道深谷宿本舗 (☎575-0088)

【深谷市文化団体連合会 毎月会】
深谷市文化団体連合会 毎月会 (さつき展を開催します)
申 文化振興課 (☎577-4501)
とき ● 5月18日(水)〜20日(金)午前8時30分〜午後5時15分 (20日のみ午後4時まで)
ところ ● 本庁舎1階多目的ホール

【中山道深谷宿本舗からお知らせ】
中山道深谷宿本舗 (☎575-0088)

【イブント】
深谷市文化団体連合会 毎月会 (さつき展を開催します)

【中山道深谷宿本舗からお知らせ】
中山道深谷宿本舗 (☎575-0088)

障害者および高齢者の住宅改修助成制度が拡充されました

長寿福祉課 (☎574-6645)、障害福祉課 (☎571-1011)

| | 高齢者住宅改修費補助事業 | 日常生活用具給付事業 (住宅改修費給付事業) | 障害者等居宅改善整備費補助金交付事業 |
|------|---|---|---|
| 対象者 | 以下の要件すべてに該当するかた ①65歳以上 (市内に住居票のあるかた) ②要支援・要介護認定を受けていない ③市税・介護保険料を滞納していない | 身体・療育・精神障害者保健福祉手帳所持者または難病患者で、障害などに起因する生活のしづらさを住宅改修により改善できるかた ※所得制限あり | 身体・療育・精神障害者保健福祉手帳所持者または難病患者で、障害などに起因する生活のしづらさを住宅改修により改善できるかた ※所得制限あり |
| 対象工事 | 手すりの取り付けや床段差の解消、引き戸などへの扉の取り替え、洋式便器などへの便器の取り替えなど (介護保険制度に準じる) ※令和4年度以降 1回限り | 手すりの取り付けや、床段差の解消、引き戸などへの扉の取り替え、洋式便器などへの便器の取り替えなど ※1回限り | 門・玄関・屋内各室出入口・廊下・階段などにおける通行を円滑にするための改造、居室・台所・浴室・便所などの使用を確保するための改造など ※1回限り |
| 補助率 | 工事費用の1/2 | - | 工事費用の2/3 (※生活保護世帯は除く) |
| 助成金額 | 上限20万円 | 上限20万円 ※市民税課税状況により1割の自己負担金あり | 上限24万円 ※生活保護世帯は上限36万円 |

048-710-5666)
弁護士が無料で民事・家事・刑事を問わず法律問題全般について法律相談に応じます。
●5月7日(土)午後1時～4時(受付は午後3時30分まで)
相談専用電話●048-839-5630

お知らせ

住宅耐震診断・耐震化補助制度・ブロック塀撤去等補助制度

●建築住宅課(☎574-6655)
【住宅耐震診断・耐震化補助制度】
対象●昭和56年5月31日以前に工事着手した木造2階建て以下の住宅
補助額●①耐震診断補助Ⅱ上限5万円(費用の2分の1) ②耐震改修補助Ⅱ上限30万円(費用の3分の1)
※65歳以上のかたのみが居住する住宅は上限50万円
※市外業者が施工する場合は、補助額が2分の1になります。
【ブロック塀撤去等補助制度】
対象となる塀(いずれも満たすこと)●
①市内にあり、道路法の道路、建築基準法の道路などに面している ②コンクリートブロックの塀または組積造の塀 ③高さ1・2mを超えるブロック塀などで、地震により倒壊

するおそれがあるもの
補助額●①撤去のみⅡ上限10万円(1mあたり1万円または撤去費用の2分の1の低い方) ②撤去・再築造Ⅱ上限20万円(1mあたり1万5000円または撤去・再築造費用の2分の1の低い方)
※深谷市防災計画に定める緊急輸送道路または小中学校の通学路に面したブロック塀などは、それぞれ上限に5万円を加算し、①は上限15万円、②は上限25万円となります。
※市内に本店・支店または営業所を有する事業者の施工が対象
※深谷市住宅耐震診断補助制度、木造住宅耐震化補助制度との併用はできません。
申請方法や対象要件など詳しくは、市のホームページをご覧ください。か、問い合わせ先へ

委員の選挙結果

●行政委員会(☎574-6664)
令和4年深谷市議会第1回定例会で、選挙管理委員会委員の選挙が行われ、次のかたが当選されました。
委員
新鑑省一、柿澤孝一、田島茂、野邊邦男
補充員
新船昇、丸山達雄、大澤栄次、吉岡

③退職日が分かる書類(厚生年金・社会保険資格喪失証明書、退職証明書、雇用保険離職票など)
【届け出先】
保険年金課、各総合支所市民生活課

【被保険者種別】

第1号被保険者Ⅱ自営業や農林漁業のかたとその配偶者、20歳以上の学生、フリーターなどで第2号被保険者、第3号被保険者に該当しないかた
第2号被保険者Ⅱ会社や官公庁に勤めのかた(厚生年金などに加入しているかた)
第3号被保険者Ⅱ第2号被保険者に扶養されている配偶者のかた
第1号被保険者の独自給付(付加年金)
第1号被保険者・任意加入被保険者が、定額保険料に付加保険料(月額400円)を上乗せして納付すると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。
年金額 200円×付加保険料納付月数(老齢基礎年金を『繰上げ』、『繰下げ』請求した場合は、老齢基礎年金額と同じ率で減額・増額されます)
※国民年金基金に加入中のかたは利用できません。

市職員定期人事異動

●人事課(☎574-6636)
4月1日付けで人事異動を行います。

した。部長級職員の新体制は、次のとおりです。
※()内は旧職名です。

- 秘書室長 田高博、産業拠点整備特命監 吉田秀夫、企画財政部長 吉岡和弘、総務部長 吉岡浩二、協働推進部長 岡田真(教育部次長兼生涯学習スポーツ振興課長)、渋沢栄一政策推進部長 青木克尚、市民生活部長 吉場厚仁(協働推進部長)、福祉健康部長兼福祉事務所長 清水良保(福祉健康部次長兼保健センター所長)、こども未来部長兼福祉事務所長 小林利夫、産業振興部長 佐藤靖彦、環境水道部長 小林毅、都市整備部長 田嶋英生、消防本部消防長 飯野勇人、会計管理者兼会計課長 田村哲男、議事事務局局長 町田進(福祉健康部次長兼長寿福祉課長)、監査委員事務局長 澤野二三男、農業委員会事務局長 吉田稔、教育部長 荻野昌利

軽自動車税(種別割)の減免について

●市民税課(☎574-6637)
障害者手帳を所持しているなど一定の要件を満たすかたが所有する軽自動車(原動機付自転車、ミニカー、小型二輪、軽二輪を含む)は、軽自動車税(種別割)が減免になる場合があります。

敏幸
※敬称略

5月12日は『民生委員・児童委員の日』

●福祉政策課(☎568-5041)
毎年5月12日は『民生委員・児童委員の日』、またこの日から1週間は活動強化週間です。
民生委員・児童委員は、地域のかたのさまざまな相談に応じ、内容に合わせた福祉サービスの紹介や専門機関とのつなぎ役をしています。

副市長の選任

●人事課(☎574-6636)
令和4年深谷市議会第1回定例会で、副市長に長原一氏を選任することについて、議会の同意を得ました。



長原一副市長

委員の選任

●行政委員会(☎574-6666)
4)、教育総務課(☎574-1581)
令和4年深谷市議会第1回定例会

で、各委員の選任について議会の同意を得ました。
■監査委員 野口高一
■公平委員会委員 河田亨子
■固定資産評価審査委員会委員 江角勇二
■教育委員会委員 荒井泉
※敬称略

国民年金からのお知らせ

●熊谷年金事務所(☎522-5012)、保険年金課(☎574-6641)
国民年金の届け出は加入するときだけでなく、被保険者種別が変わったときにも必要です。
届け出がなかった場合には、年金額が少なくなったり、受け取れなかったりすることもありますので、必ず届け出をしましょう。

【こんな時は届け出が必要です】

- ・20歳以上60歳未満の厚生年金などの加入者が退職したとき(退職と同時に第2号、第3号被保険者に該当する場合を除く)
 - ・第2号被保険者である配偶者に扶養されていたかたが、その扶養から外れたとき
- 【届け出に必要な物】
①本人確認書類
②年金手帳や基礎年金番号通知書など基礎年金番号が分かる書類

祝!! 100歳

お誕生日おめでとうございます

| | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|----------------------|
| 田島まさみさん(畠山)3月1日生 ※ご希望により、写真掲載はありません | 森田松枝さん(小前田)3月5日生 | 高橋一郎さん(畠山)3月6日生 | 野村利雄さん(宿根)3月9日生 |
| 伊藤はまささん(山河)3月11日生 | 田中靖子さん(武蔵野)3月16日生 | 水村とづ子さん(原郷)3月22日生 | 柳澤春子さん(人見)3月22日生 |
| 平石美津子さん(上野台)3月25日生 | 小林フミさん(今泉)3月25日生 | 高野喜美さん(天神町)3月30日生 | 井上ユキさん(本郷)3月30日生 |

深谷シネマ 5月の上映スケジュール 通常料金 1,200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】

| | | | | | |
|---|---|---|---|--|---|
| 5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 | ミュージカル映画特集 vol.3 イースター・パレード ※学生料金500円均一 午前9時30分～ [米国/1時間43分/字幕] | コーダ あいのうた 正午～ [米国・他合作/1時間52分/字幕] | さがす 午後2時20分～ [日本/2時間3分] | 香川1区 ※一般料金1,600円 午後5時～ [日本/2時間36分/ドキュメンタリー] | ダーク・ウォーターズ 巨大企業が恐れた男 午後8時～ [米国/2時間6分/字幕] |
| 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 | ミュージカル映画特集 vol.4 若草の頃 ※学生料金500円均一 午前9時30分～ [米国/1時間53分/字幕] | わが青春つきるとも 伊藤千代子の生涯 ※一般料金1,600円 正午～ [日本/2時間5分] | コーダ あいのうた 午後2時50分～ [米国・他合作/1時間52分/字幕] | GNDG グンダ ※一般料金1,600円 午後5時10分～ [米国・他合作/1時間33分/ドキュメンタリー/字幕] | 香川1区 ※一般料金1,600円 午後7時20分～ [日本/2時間36分/ドキュメンタリー] |
| 6月 1日(水) 2日(木) 3日(金) 4日(土) | ミュージカル映画特集 vol.5 ピクチャー/ピクトリア ※学生料金500円均一 午前9時30分～ [米国/2時間13分/字幕] | テレビで会えない 芸人 午後1時～ [日本/1時間21分/ドキュメンタリー] | わが青春つきるとも 伊藤千代子の生涯 ※一般料金1,600円 午後3時～ [日本/2時間5分] | GNDG グンダ 午後8時～ [米国・他合作/1時間33分/ドキュメンタリー/字幕] | |
| | ミュージカル映画特集 vol.6 上流社会 ※学生料金500円均一 午前9時30分～ [米国/1時間51分/字幕] | 前科者 午後0時30分～ [日本/2時間13分] | パーフェクト・ノーマル・ファミリー 午後3時20分～ [デンマーク/1時間37分/字幕] | テレビで会えない 芸人 午後5時30分～ [日本/1時間21分/ドキュメンタリー] | 前科者 午後7時20分～ [日本/2時間13分] |

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。

※新型コロナウイルス感染症対策のため、マスクの着用や来館前の検温、手洗いなどにご理解ご協力をお願いいたします。

図書館休館日
深谷・川本・花園図書館共通 【5月】 2日(月)・ 9日(月)・ 13日(金)・ 16日(月)・ 23日(月)・ 30日(月)
【6月】 6日(月)・ 10日(金)・ 13日(月)・ 20日(月)・ 27日(月)
上柴・岡部図書館 【5月】 13日(金) 【6月】 10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)
■入場料:一般=1,000円、小・中学生=500円
■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)。
■JR深谷駅より無料シャトルバスの送迎あり(土・日・祝のみ)
■新型コロナウイルス感染症対策のため、『体調管理表の記入』にご協力ください。

| イベント名 | とき・内容 | 備考 |
|---------------------------------------|--|--|
| 季節のフラワーレッスン 父の日に贈る BOXアレンジメント教室 | 6月11日(土) ①午前11時～正午 ②午後1時～3時 プリザーブドフラワーを使って、父の日に贈るBOXアレンジメントを作ります。 | 対象/小学生以上(低学年は保護者同伴) 定員/各回先着16人(計32人) 参加料/1,800円 講師/善本由紀氏(株日比谷花壇) ☎5月23日(月)午前11時から電話で申し込み |
| パークdeフィットネス | 5月14日(土)午前9時～午後4時10分 新緑の下、ヨガやズンバ、フラダンスなど 気持ちよくレッスンしましょう。 | 定員/15人 参加料/直接パティオへお問い合わせください 支払い方法/地域通貨ネギー、現金、パティオ教室定期券利用可 |
| 深谷産ユリの切花の展示PR と無料配布 | 展示/6月1日(水)～6日(月) 開館時間内 無料配布/6月1日(水)・4日(土)各日①午前11時～ ②午後2時～ | ところ/エントランスホール 配布定員/各回先着50人(計200人) ※1人2本、なくなり次第終了 |

高齢者叙勲
内閣府から高齢者叙勲が発令され、このほど、教育の振興に尽くされた 元公立高等学校長 菊池久雄氏(原郷・88歳)が瑞宝小綬章を受章されました。誠におめでとございます。

※障害者の減免申請については、窓口受け付けに加えて、令和4年度から郵送および電子申請での受け付けを開始します。
詳しくは、県ホームページ(下記QRコードからアクセス)をご確認ください。
また、県では自動車税を納めると協賛店で割引などのサービスが受けられる自動車税「納めてプラス」キャンペーンを実施しています。詳しくは、県ホームページをご確認ください。

春のごみゼロ運動
環境衛生課 ☎578-7332
とき ●5月29日(日)
ごみの種類と収集区域 ●道路や河川、住宅周辺に落ちていた空き缶・空き瓶・紙くずなどのごみ
※不法投棄物の回収は行いません。
収集場所と回収 ●空き缶・空き瓶は配布されたビニール袋などに分別して収集し、各自治会で指定された場所に集めてください。回収は翌日以降に市が行います。
紙くずなどのごみは翌日の午前8時30分までに、通常のごみ収集所に出してください。

**5月31日(火)は
固定資産税 1期
軽自動車税 (種別割)
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、5月30日(月)までに残高をご確認ください。
なお、納付が困難なかたにつきましては、収税課までご相談ください。
☎収税課 ☎574-6639

また、これまで軽自動車税(種別割)の減免を受けていたかたも毎年申請が必要となりますので、ご注意ください。
なお、郵送での申請も受け付けています。
申請期限 ●5月31日(火)まで

住民税非課税世帯に対する臨時特別給付金の申請はお済みですか?
福祉政策課給付金担当 ☎571-1211 内線7076
2月上旬に、給付金の対象となる可能性のある世帯のかたに、確認書を送付しました。まだ申請をしていないかたは、確認書に必要事項を記入して返送してください。
また、返送期限が5月20日(金)までとなっておりますが、9月30日(金)まで延長して受け付けを行います。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
※令和3年1月2日以降に転入したかたは、市に税情報がないため住民税非課税世帯であっても確認書は郵

第64回全国水道週間
水道工務課 ☎577-7529
深谷市水道事業では、水道について皆さんに理解を深めていただくため、全国水道週間にあわせて次のとおり水道週間を実施します。皆さんのご来場をお待ちしています。
とき ●6月1日(水)～7日(火)午前9時～午後4時(土・日曜日を除く)
ところ ●水道庁舎(岡部浄水場内)
内容 ●①アンケート調査(粗品ブレ

送されません。問い合わせ先までご連絡ください。
国民健康保険・後期高齢者人間ドックなどの助成金額と対象を拡充します
国民健康保険課 ☎574-6641
対象 ●助成申請日当日に満30歳以上の国民健康保険被保険者、後期高齢者医療被保険者
助成金額 ●3万円(受検費用が3万円に満たない場合はその金額まで)
受検期間 ●令和5年2月未まで
申し込み ●医療機関へ予約後、令和5年1月未までに、国民健康保険被保険者証または後期高齢者医療被保険者証をお持ちの上、問い合わせ先または各総合支所民生生活課へ(事前申請のない受検は助成対象外)
※詳しくは5月号折り込みチラシまたは市ホームページをご覧ください。



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。また、新型コロナウイルス感染症の影響により変更となる場合があります。

| 名称 | 問い合わせ | 内容 | とき | ところ |
|------------------------|--------------------------------|---|--|-----------------------------------|
| 深谷子ども家庭総合支援拠点(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8時30分～午後5時15分(家庭児童相談室は午前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)に関わる悩み電話相談 | 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・要望など | 毎月第2・3木曜日 午後1時30分～4時 | 市役所本庁舎2階 相談室2-2 |
| 法律相談(弁護士) | 自治振興課 ☎574-8597 | 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、 第4木曜日 午前9時～正午 | 市役所本庁舎2階 相談室2-1 |
| 登記・法律相談(司法書士) | 自治振興課 ☎574-8597 | 相続、登記などの法律に関する相談 予約制 | 木曜日 午後1時30分～4時30分 | 市役所本庁舎2階 相談室2-1 |
| 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 | 市役所本庁舎2階 相談室2-1 |
| 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 | 市役所本庁舎2階 相談室2-2 |
| 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 | 市役所本庁舎2階 相談室2-1 |
| 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 ☒e-net@city.fukaya.saitama.jp | 教育研究所 |
| よるず人権相談(人権擁護委員) | 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 予約制 | 5月10日(火)・25日(水)、6月1日(水)・10日(金) 午前9時～正午 | 市役所本庁舎2階 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 | 市役所本庁舎3階 相談室3-1 |
| DV相談 | 市配偶者暴力相談支援センター ☎574-6643 | 配偶者やパートナーからの暴力などに関する相談 | 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 | 市配偶者暴力相談 支援センター |
| 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 | 上柴公民館 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 | 15～49歳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 | 深谷若者サポートステーション(西島4-2-61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 面接相談は予約制 | 電話相談:午前9時～午後4時30分 面接相談: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 午前8時30分～午後5時30分 | 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相談 | 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ※木曜日のみ午後7時15分まで | 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・オンライン相談は予約制 ※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 (オンライン相談は☒より予約) |
| 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(事前相談) | 5月18日(水)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 | 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 | 5月12日(木)午後1時30分～2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 |
|----------|---------|-----------|----------|---------|-----------|
| 5月15日(日) | 石川医院 | ☎571-0038 | 6月 5日(日) | 高橋眼科医院 | ☎571-0318 |

※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 | 5月 1日・3日・4日・5日・8日・15日・22日・29日 6月 5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 |
| 診療科目 | 内科・小児科 |

●こども夜間診療所

| | |
|--------|--|
| 診療日 | 5月 1日・3日・4日・5日・7日・8日・14日・15日・21日・22日・28日・29日 6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 |
| 診療科目 | 小児科(中学生以下) |

医療機関を受診する前に

●埼玉県医療機能情報提供システム
場所や診療科目、時間などの条件を入力すると、県内約1万カ所の医療機関や薬局を検索することができます。
☒「埼玉県医療機能情報提供システム」で検索

●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日ですべてアドバイスすることも、医療機関の案内をします。

電話番号 ☎#7119

相談時間 24時間365日
☎048-824-4199(ダイヤル回線、P電話、PHS、都県境の地域はこころの番房におかけください。)

●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)

認知症のかたとその家族が安心して集える交流の場
『認知症カフェ』に参加しよう！

【利用時のお願い】 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用時はマスクの着用と、事前に自宅での検温をお願いします。また、急きょ中止となる場合があります。事前に問い合わせ先までご確認ください。

| 名称 | 問い合わせ | とき・ところ | 参加料 |
|---------------------|--|-------------------------------------|--------------------|
| ふじさわ苑 オレンジカフェ | ふじさわ苑(☎571-1234)※1週間前までに電話(平日のみ受け付け)で要予約 | 5月15日(日)午前10時～11時・ふじさわ苑地域交流ホーム | 100円 |
| 笑み 笑カフェオレンジ | 笑カフェ(☎598-8020)※要予約(ランチ希望者は予約時に申し込み) | 5月16日(月)午前10時～11時・笑カフェ(岡部駅前) | 100円(希望者はランチ代500円) |
| 瑠璃色のふるさと | 市社会福祉協議会(☎573-6563)※要予約(平日のみ受け付け) | 5月25日(水)午前10時～11時30分・瑠璃光寺(稲荷町北9-25) | 無料 |
| カフェ・オレンジ ヴィラ | フラワーヴィラ(☎584-5550)※電話で要予約 | 5月29日(日)午前10時～正午・デイサービスセンターかぐや姫 | 無料 |
| フラワーヴィラ 花園テラスカフェ | フラワーヴィラ(☎584-5550)※認知症に関する交流だけでなく、誰でも参加できます。 | 毎週水曜日の午後1時～3時・フラワーヴィラ花園テラス | 100円程度(飲み物希望者のみ) |

※認知症に関しては、地域包括支援センターでも随時ご相談いただけます。

日頃の悩みや思いを語り合ってみませんか。

認知症家族のつどい

問い合わせ 長寿福祉課(☎574-8544)

認知症のかたを介護している家族を対象に、『家族のつどい』を開催します。

とき 5月10日(火)午後1時30分～2時30分

ところ 藤沢公民館 2階会議室

申し込み 前日までに問い合わせ先へ

※参加時はマスクの着用と、事前に自宅での検温をお願いします。



ウォーキング教室

～楽健ウォークで楽しくウォーキング～の参加者募集

問い合わせ 保健センター(☎575-1101)

健康づくりの一環として、パティオ園内の花壇に咲く草花を鑑賞しながら、心地よくウォーキングをしませんか？

対象 市内在住者

とき 5月21日(土)・28日(土)午前10時～11時30分

ところ アクアパラダイス パティオ

定員 各日先着15人

持ち物 汗拭きタオル、飲み物、帽子、運動のできる服装

申し込み 5月9日(月)午前9時から電話でアクアパラダイス パティオ(☎574-5000)へ



6月のテーマは『すぐに役立つお口のケアと体操』

家族介護者教室

問い合わせ 長寿福祉課(☎574-8544)

内容 歯と口のケアや介護保険などに関する講話など

対象 市内在住で、要支援・要介護認定の家族を介護しているかた、高齢者の介護に関心のあるかた

とき 6月8日(水)午後1時30分～3時30分

ところ 市役所本庁舎2階会議室2-4

定員 先着20人

講師 西嘉子氏(歯科衛生士)

申込方法 6月7日(火)までに電話で問い合わせ先へ



新型コロナウイルスワクチン接種関連情報

問い合わせ 深谷市新型コロナウイルスワクチン接種専用コールセンター(☎0570-003065)

月曜日～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時15分

現在、新型コロナウイルスワクチン接種は、3回目接種・小児(5歳～11歳)接種・初回接種(1回目・2回目)を行っています。接種を希望されるかたは、接種券が届き次第早めの接種をお願いします。

3回目接種

対象者 2回目接種終了から6カ月経過した12歳以上のかた

使用するワクチン

≪18歳以上のかた≫

1回目・2回目に接種したワクチンの種類にかかわらず、ファイザー社ワクチンまたは武田/モデルナ社ワクチンを使用します。

≪12歳～17歳のかた≫

ファイザー社ワクチンを使用します。18歳以上のかたに使用するものと同じワクチンです。



小児接種

対象者 接種日時点で5歳以上11歳以下のかた

使用するワクチン

小児用ファイザー社ワクチンを使用します。1回目接種から3週間後に、2回目を接種します。



3回目接種・小児接種の予約方法

①専用コールセンター

☎0570-003065

※聴覚や発語が不自由なかたなどは、ファクス(☎0570-055950)も利用できます。



②専用WEBサイト

専用WEBサイト(🌐<https://fukaya-covid19-vaccine.com>)で予約申し込み



◀左記QRコードから専用ホームページにアクセス

【初回接種を受けるかたへ】

12歳以上のかたで、これから初回接種(1・2回目)を受けるかたは、予約方法が3回目接種や小児接種とは異なり、各医療機関に直接予約する方法になります。

医療機関については、市ホームページでご確認ください。

母子保健

【大事なお知らせ】新型コロナウイルスの感染拡大状況により、急きょ、中止・延期する場合があります。市ホームページをご覧ください。事前にお問い合わせのうえ、お出かけください。

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。乳幼児健康診査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 6月 1日(休) | 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: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)、市の保健事業の話 ※要Web予約 右上のQRコードを読み取り、ホームページから①～③のうち1つ選び予約してください。 |
| | ひよこコース | 深谷 5月14日(出) | ①午前 9時～10時10分 ②午前10時～11時10分 ③午前11時～午後0時10分 |
| マタニティごはんレッスン | 深谷 | 5月21日(出) | 午前9時30分～11時 (受け付け:午前9時20分～9時30分) 妊娠中のかた ※要Web予約 右のQRコードを読み取りホームページから予約してください。 ▪ 妊娠中の食事のポイント 参加料 無料 |
| 離乳食レッスン | 深谷 | 5月17日(休) | ①午前9時30分～10時30分 ②午前11時～正午 おおむね3～6カ月児の保護者 ※要Web予約 右のQRコードを読み取り、ホームページから①②のいずれかを選び予約してください。 |
| 4カ月児健康診査 | 深谷 | 5月11日(休) 20日(金) 27日(金) | 令和 3年12月22日～令和 4年 1月12日生まれ |
| | | 6月 2日(休) 9日(休) | 令和 4年 1月13日～ 1月29日生まれ |
| 1歳6カ月児健康診査 | 深谷 | 5月13日(金) 19日(休) 31日(休) | 令和 2年 9月29日～10月31日生まれ |
| | | 6月 7日(休) | 令和 2年11月 1日～11月11日生まれ |
| 3歳児健康診査 | 深谷 | 5月17日(休) 26日(休) | 平成30年10月10日～10月25日生まれ |
| | | 6月10日(金) | 平成30年10月26日～11月10日生まれ |
| 乳幼児相談 | 深谷 | 5月16日(月) | 午前10時～11時 対象 未就学児とその保護者 内容 発育、栄養、発達、子育ての相談 ※要電話予約 |
| | 花園 | 5月23日(月) | |
| | 川本 | 5月30日(月) | |
| | おかべ | 6月 6日(月) | |
| 赤ちゃんサロン | 深谷 | 5月18日(休) 31日(休) | 午前10時～11時30分 対象 おおむね4カ月未満児とその保護者 内容 参加者同士の交流、身長・体重測定、助産師・保健師による授乳や育児の相談 ※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。



【大事なお知らせ】

新型コロナウイルスの感染の状況により、急きょ、中止・延期する場合があります。事前にお問い合わせください。

サングリーンフェスタ in スプリング

問い合わせ 川本サングリーンパーク ☎583-5611

キッズ体験(竹ぼっくりを作ろう・ジャンボ松ぼっくりのオーナメント作り)、ミニSL乗車体験、輪投げチャレンジ体験、目指せ!ホールインワン、手工芸品作品展
とき 5月28日(出)・29日(日)午前10時～午後4時 ところ 川本サングリーンパーク
申し込み 当日会場で受付

0歳からのファミリーコンサート

『いっちー&なるのオーケストラといっしょ』

問い合わせ 深谷市民文化会館 ☎573-8765

とき 7月30日(出) 1部・開演=午後1時(開場=午後0時15分)、2部・開演=午後4時(開場=午後3時15分)
ところ 深谷市民文化会館 大ホール 入場料 前売一般3,500円、幼児3,000円(全席指定)
出演 いっちー&なる(加藤一華・金城成美)、指揮=海老原光、オーケストラ=東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団
申し込み 問い合わせ先窓口でチケット販売中

子ども向けおはなし会 (事前申し込み制)

| 問い合わせ | 内容 | とき | ところ | 備考 |
|--------------------------|-------------|---------------------------|-----------------------|----------------------------|
| 深谷図書館 ☎571-8210 | おはなし会 | 5月28日(出) (☎ 5月21日(出)～) | ①午前10時30分～ ②午前11時～ | 深谷図書館 3階展示室 |
| | ちいさい子のおはなし会 | 6月 9日(休) (☎ 6月 2日(休)～) | | 対象・定員 0～3歳くらい・各回4人 |
| 上柴図書館 ☎571-5800 | おはなし会 | 5月17日(休) (☎ 5月10日(休)～) | ①午後3時30分～ ②午後4時～ | 上柴公民館 大会議室2 (旧ハナミズキ) |
| 岡部図書館 ☎585-5968 | おはなし会 | 5月21日(出) (☎ 5月14日(出)～) | ①午前10時30分～ ②午前11時～ | 岡部公民館 児童室 |
| 川本図書館 ☎583-6250 | おはなし会 | 6月11日(出) (☎ 6月 4日(出)～) | ①午前10時30分～ ②午前11時～ | 川本公民館 会議室 |
| 花園図書館(アクロス) ☎579-1333 | おはなし会 | 6月 4日(出) (☎ 5月28日(出)～) | ①午後2時～ ②午後2時30分～ | 花園図書館 おはなしのへや |

・図書館からのお願い マスク着用でご参加ください。※定員に達していない場合は、当日参加も可能です。※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 |
|------|-------------------|---|--|--------------------------|
| エンゼル | 室内遊び | 火・水・木曜日 午前8時30分～午後1時30分 | 好きなおもちゃでいっぱい遊びましょう | - |
| | 読み聞かせ | 火・水・木曜日 午前10時～ | 今日はどんなお話かな？お楽しみに！ | - |
| | 手形足形アート | 5月17日(火)・19日(木) 午前10時30分～ | 手形と足形が何に変身するのかな？ | 要予約 |
| 花園工 | 赤ちゃん広場 | 5月10日(火) 午前10時30分～11時 | 親子で楽しくふれあい遊びをしましょう | 0、1歳児 要予約、先着5組 |
| | 誕生日会 | 5月25日(水) 午前10時30分～11時 | 手作りカードと一緒に祝いしよう | 要予約、誕生者優先、先着5組 |
| | リトミック | 5月26日(木) 午前11時～11時30分 | 親子で専門講師による音楽リズム遊びを楽しみましょう | 要予約、先着5組 |
| 深谷 | 体験保育 | 5月31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) |
| | はっぴい | 5月17日(火)・24日(火)、6月 7日(火) 午前10時～正午 | ミニハイキング・虫歯予防制作・ふれあいあそび | ミニハイキング…仙元山集合(雨天の場合:保育園) |
| | ジмнаスティック | 6月 6日(月) 午前10時～正午 | 深谷ビッグタートルサブアリーナにて体育・英語・スペイン語あそび | 深谷西・藤沢・上柴も共通 |
| 深谷西 | 体験保育 | 5月12日(水)、6月 2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) |
| | はっぴい | 5月19日(水)・26日(水)、6月 9日(水) 午前10時～正午 | ミニハイキング・虫歯予防制作・ふれあいあそび | ミニハイキング…仙元山集合(雨天の場合:保育園) |
| | 給食体験 <<もぐもぐPoPo>> | 5月28日(土) 午前10時～正午 | 手作り簡単おやつ『豆腐入りおからドーナツ』 | 要予約 |
| 藤沢 | ジュニア | 5月16日(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 | - |
| | はっぴい | 5月11日(水)、6月 1日(水) 午前10時～正午 | ミニハイキング・虫歯予防制作 | ミニハイキング…仙元山集合(雨天の場合:保育園) |
| | 体験保育 | 5月18日(水)・25日(水)、6月 8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 | はっぴい | 5月13日(金)、6月 3日(金) 午前10時～正午 | ミニハイキング・虫歯予防制作 | ミニハイキング…仙元山集合(雨天の場合:保育園) |
| | 体験保育 | 5月20日(金)・27日(金)、6月10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) |
| あけぼの | 室内遊び | 月～金曜日 午前10時～正午 | おもちゃや絵本で同年代の交流を楽しみましょう | 要予約 |
| | 育児相談 | 月～金曜日 午前10時～午後2時 | 子育てについてのお悩み相談しませんか | 要予約 |
| | 園庭遊び | 月～金曜日 午前11時～正午 | 園庭の遊具や砂場で楽しく遊びましょう | 要予約 |
| ふき | 身体測定 | 5月12日(水) 午前10時～正午 | 大きくなったかな？身長、体重を測ってみましょう | 要予約 |
| | 親子リズム | 5月19日(水) 午前10時～10時30分 | 親子で体を動かしてリズム遊びを楽しみましょう | 要予約 |
| | お誕生日会 | 5月26日(水) 午前10時～11時 | 5月生まれのお友だちをみんなで祝いましょう | 要予約 |
| 桜ヶ丘 | べったんこ教室 | 5月11日(水)・18日(水)、6月8日(水) 午前10時30分～11時30分 | 親子で制作を楽しみましょう (5月11日、6月8日=1歳半以上児の親子、5月18日=1歳半未満児の親子) | 要予約、各日先着5組 |
| | おはなし教室 | 5月20日(金) 午前10時30分～11時30分 | 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5組 |
| | お誕生会 | 5月25日(水) 午前10時30分～11時30分 | 5月生まれのお友だちをみんなで祝いましょう | 要予約、先着5組 |
| ひよこ | 親子体操 | 5月20日(金) 午前10時～11時 | 親子でたくさん体を動かしましょう | 会場:上柴公民館・コリ 要予約、先着10組 |
| | 親子チャダンス | 5月25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:上柴公民館・コリ 要予約、先着10組 |
| | 音楽であそぼう | 6月 3日(金) 午前10時～11時 | 音楽のリズムに合わせて親子で楽しみましょう | 会場:上柴公民館・コリ 要予約、先着10組 |
| すみれ | 室内遊び | 月・水・金曜日 午前8時30分～午後1時30分 | 気に入った絵本やおもちゃで遊びましょう | ホームページから要予約、先着5組 |
| | お散歩体験 | 5月13日(金)・20日(金) 午前9時45分～11時 | 自然と触れ合ひましょう | ホームページから要予約、先着5組 |
| | おはなし会 | 5月16日(月) 午前10時～10時20分 | 絵本や紙芝居の世界を親子で楽しんでみませんか | ホームページから要予約、先着5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 | |
| 深谷東 | … 深谷東子育て支援センター (深谷東幼稚園内・常盤町62-2) | ☎501-2848 | 月～金曜日 午前8時30分～午後5時 |
| 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 | 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 (深谷藤沢保育園内) | ☎572-1511 | |
| 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 |
| あけぼの | … 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 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 (花園第三保育室隣) | ☎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、各支援センターに直接お問い合わせください。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。
【大事なお知らせ】新型コロナウイルス感染症対策のため、利用の際はマスクの着用や利用可能人数など、制限を設ける場合があります。また、感染拡大状況により、急きょ、中止・延期する場合があります。事前に市ホームページや、問い合わせ先にてご確認ください。

| 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2時～4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 深谷・深谷西・藤沢・上柴 |
| 明戸 | 給食体験 | 5月10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、費用負担あり、おかべでも開催:6月7日(火) 明戸先着5組、おかべ先着6組 |
| | 親子エクササイズ(体操) | 5月20日(金) 午前10時～11時 | いろいろな運動器具を使って、親子で体を動かしましょう | 要予約、先着8組 1歳以上児と保護者 |
| おかべ | サークル作り | 6月10日(金) 午前10時～11時 | 令和3年度生まれのみんなで、お友だち作りをしませんか？ | 要予約、おかべ・川本・深谷東でも開催 |
| | わらべうたであそぼう | 5月11日(水) 午前10時30分～11時15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遊びです | 要予約、先着10組 |
| | ベビーオイルマッサージ | 5月17日(火) 午前10時～11時 | 無添加のオイルを使って、赤ちゃんを優しくマッサージします | 要予約、先着10組 10カ月未満児と保護者 |
| 川本 | 親子コンサート『ポプリ』 | 6月 9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』の生演奏を楽しみましょう | 要予約 |
| | 親子コンサート『月音ミュージック』 | 5月13日(金) 午前10時15分～11時15分 | 親子でフルートとピアノの優しい音色を楽しみませんか？ | 要予約 |
| | 子育て講演会『セルフリンパケア』 | 5月21日(土) 午前10時～11時 | 体をほぐして老廃物の排出を促し、日ごろの疲れを癒やしましょう | 要予約、先着6人 託児要相談 |
| 深谷東 | ベビー&ママピクス | 5月26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6組 1歳未満児と保護者 |
| | 親子教室 | 水曜日 午前10時30分～11時30分 | ふれあい遊びや季節の制作など、親子で楽しみませんか？ | 要予約 5月25日(水)お誕生会 |
| | 親子リトミック | 5月16日(月) 午前10時～11時 | 音楽に合わせて、親子で体を動かしてみませんか？ | 要予約、先着10組 1歳以上児と保護者 |
| オアシス | 英語体験教室 | 6月 8日(水) 午前10時～11時 | 歌や絵本の読み聞かせを、英語で体験してみませんか？ | 要予約、先着10組 1歳半以上児と保護者 |
| | 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 | 要予約、5組 |
| | 誕生会 | 5月30日(月) 午前10時45分～11時 | みなでお祝いしましょう | 要予約、誕生者優先、5組 |
| 川の子 | ベビーマッサージ | 6月 6日(月) 午前10時～11時30分 | わらべうたに合わせてマッサージを楽しみましょう | 要予約、先着5組 8カ月未満児と保護者 |
| | 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 | 親子で楽しく身体を動かしましょう | 要予約 |
| ミニ運動会 | 5月25日(水) 午前10時30分～正午 | 親子でいろいろなゲームを楽しみましょう | 要予約 | |

パパ・ママにオススメ! 今月の1冊

50 むしたちのさくせん
宮武頼夫/文 得田之久/絵 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!
わたしたちの回りにはたくさんの虫がいるはずなのに、普段はなかなかみつけられません。それは虫たちがかくれんぼ名人だから。どんな虫が、どこにかくれているかな。この絵本を読んで、原っぱに虫を探しに行きませんか？



紹介者 吉橋恵理子さん
所属 おはなしボランティアひよこ
深谷図書館で、幼児・小学校低学年を対象とした絵本の読み聞かせを行っています。



3月24日・市長公室
トンガ災害支援金を贈呈

海底火山の大規模噴火で被害を受けたトンガ王国を支援するために募集した義援金を、深谷にゆかりのあるトンガ出身のラグビー関係者を通じて大使館に寄附しました。



3月25日・深谷市役所本庁舎
市川貴仁選手が市長を表敬訪問

北京パラリンピックのスキーで、出場した2種目で入賞を果たした市川貴仁選手が、大会結果の報告と市民の応援に対するお礼のために市長を表敬訪問しました。



3月29日・JA花園
農業に就きたい人を応援！

花園地域への就農希望者を対象に、農協や行政などの関係機関が一体となり研修や支援を行う『農業担い手育成塾』が開校。1期生の研修が始まりました。



4月5日・在日ウクライナ大使館
ウクライナからの避難民受け入れを表明

小島市長が在日ウクライナ大使館を訪問し、ロシアのウクライナ侵攻による避難民を受け入れる表明書を手渡すとともに、弔意を込めて市特産の白いユリの花を届けました。



4月6日・深谷市役所本庁舎
深谷警察署 春の全国交通安全運動出発式

深谷警察署による春の全国交通安全運動出発式が行われ、白バイやパトカーなどの警察車両が、深谷市役所から市内の交通安全パトロールに出発しました。



4月6日・畠山重忠公史跡公園
寄居警察署 春の全国交通安全運動出発式

満開の桜の下で寄居警察署による春の全国交通安全運動出発式が行われ、畠山重忠公顕彰会による『重忠節踊り』披露のあと、各車両がパトロールに出発しました。



左上から(写真①)オープンカーに乗り、深谷フラワーQueenと正智深谷高校チアリーディング部の先導でパレードする村岡選手(写真②)パレード中に沿道の声援に応える村岡選手(写真③)報告会で「皆さんの応援が力になり、陸上とスキーの二刀流を継続するモチベーションにもつながりました。」などと、大会の結果や今後の抱負を語る村岡選手



▲村岡選手が平昌パラリンピックと北京パラリンピックで獲得したメダルを見学する来場者



▲村岡選手の競技用具を見学する来場者

4月17日・市役所通り、深谷市役所本庁舎
北京パラリンピック金メダリスト
村岡桃佳選手 凱旋パレード&報告会

北京パラリンピックのアルペンスキー女子座位に出場し、金メダル3個、銀メダル1個を獲得するとともに、日本選手団の主将も務めた、村岡桃佳選手による凱旋パレードと報告会が、市役所通りで行われました。

沿道に集まった約4,500人の来場者からは、村岡選手へ大きな拍手が送られました。さらに、市レクリエーション協会による『おねぎのマーチ』の舞踊、村岡選手の出身校である正智深谷高校吹奏楽部の演奏、会場内の出店ブースなどが会場を盛り上げました。

報告会では、市からスポーツ栄誉賞を贈呈。その後、村岡選手から来場者へ、応援のお礼と今後の抱負が語られました。また、市内各農畜産物の団体から、市の特産物が贈呈されました。

併せて、市役所本庁舎ではメダルや競技用具などが展示され、貴重な展示物を一目見ようと多くのかたが訪れました。

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。

第65回日本学生科学賞で入選1等を受賞！



明戸中学校3年
根岸 絢音さん

植物の不思議を追求！

中学校2年生だった昨年の初夏、大河ドラマ『青天を衝け』で渋沢栄一が藍の仕事をしているシーンを見て、『藍の葉はどうしてこんなに青く染まるのだろうか？』と疑問を持ったのは、探求心旺盛な根岸絢音さんです。『自分でも染めてみたい！』と、藍の種をまき、育て、その葉を使って『藍の生葉染めに関する研究』を夏休みの自由研究のテーマに決めました。

「まずは絹から染め始めて、綿や毛糸を染めました。絹が一番きれいな青が出て感動しました。」こうして始まった根岸さんの研究は、さらに染まりやすい方法を探すべく、数々の実験が繰り返されました。牛乳や卵、豚肉など思いつく限りの材料をかけ合

せて藍染めの液を作り、布の染まり具合を確かめる実験を繰り返した結果、動物性たんぱく質の多い食材を使うと染まりやすくなることを発見。この研究の成果が専門家に評価され、全国の中高生が参加する科学コンクールで入選1等に選ばれました。

研究で大変だったことを聞くと、「天候に左右される藍の育ち具合が気掛かりでした。また、部活動の練習なども忙しいので、実験の時間を確保するのが一番大変でした。」と話してくれた根岸さん。そんな苦労があっても、植物への興味は尽きません。将来のことについても、「植物の研究を続けて、その面白さを伝えられる職業に就けたらいいなと思います。」と笑顔で語ってくれました。



▲実験で染めた布や作成した資料を前にして、受賞の盾を持つ根岸さん

ふっかちゃんの日常から 深谷が見えてくる

ふっか 散歩

100 岡部六弥太忠澄の墓



みんな岡部六弥太忠澄さんって知ってるかな？ 30ページの『重忠を知る』のコーナーで、深谷出身の武士として紹介されるから、ちょっと気になって、忠澄さんのお墓を訪ねてみたよ！



▲写真の真ん中にあるのが、忠澄さんのお墓だよ。向かって右側がお父さんのお墓。左側は、妻「玉の井」さんのお墓で、玉の井さんは、畠山重忠公の妹と伝えられているんだってえー。

◀説明によると、忠澄さんは、武勇に優れていただけでなく、情に深い人で、自分が討ち取った平忠度の供養塔を、自分の領地の中で一番景色がいいところにててあげただって。

＊ふむふむ。深谷にもいろいろな歴史があるんだねえ。

ふっかちゃんのつぶやき

たまには気分転換で市内のいろいろな場所を散歩してみるのもいいよねえ♪新しい発見があるかもよY(o0w0o)Y



『農業』で

深谷を元気に！

深谷市では、『儲かる農業都市かや』の実現を目指し、『農業』を核とした産業のブランディングを進めています。問い合わせ/産業ブランド推進室 ☎577 - 3819
産業ブランド推進室 検索

『地域通貨ネギー』を使って市内でお得に買い物を楽しませんか？

深谷市では、約720店舗以上で利用できる市内専用の地域通貨『ネギー』を発行しています。

■ネギーのタイプは2種類

【アプリタイプ】無料のスマートフォンアプリを使って決済♪

チャージ（入金）方法：クレジットカード、現金、セブン銀行ATM

【カードタイプ】スマートフォンなどが不要！

チャージ（入金）方法：現金

どちらのタイプも、利用額の1%が即時ポイントバックされるので、お得に買い物することができます（他のキャッシュレス決済のポイントバックは0.5%程度が一般的です）。



▲アプリタイプ



▲カードタイプ

NEWS！市の事業に参加してポイントを獲得しよう

固収税課 ☎574-6639

市税などの納付方法で口座振替を新規に申し込みしたかたに、もれなく500ネギーを進呈する『口座振替キャンペーン』を実施中です（8月31日(水)まで）。詳しくは、市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください。



▶詳しくは、市ホームページ『ネギー購入方法』をご確認ください。



心の広場

藤沢中学校2年（現3年）
高橋 ららさん



自分だけの色を

あなたは『性』と聞いて、何が思い浮かぶだろうか。私は、今まで男性と女性のことだと認識していた。しかし、性にも様々な色や形がある、ということに気づいた。

道徳の時間に、『属性』についての学習をした。『自分はこんな人』という要素のことを属性といい、一人一人違う属性があるなど、いろいろなことがわかった。中でも私の心に響いたのは、『LGBTQ』という言葉。これは性的少数者を意味するもので女性が女性を好きになるレズビアン・男性が男性を好きになるゲイ・男女どちらも好きになるバイセクシュアル・心の性と体の性が一致しないトランスジェンダー・自分の性を自分で認識できないクエスチョニングという5つの言葉の頭文字をとってできている。この言葉を習って授業は終了したが、私の中にはたくさんの『？』が残っていた。家に帰り調べてみると、性について他にも様々なことを学べた。まず、日本の人口の約10パーセントは、『性的少数者』に当てはまるということ。私

が思っている以上に、性の問題は身近なものなのかも知れない。

調べていると、目を疑うような記事を見つけた。それは、日本では同性同士での結婚が認められていないというものだ。『えっ』と思わず声が出てしまった。『男女』だけが愛の形ではないから、認められていないということに少し疑問を抱いた。さらに深く調べていくと、同性同士の結婚を認めるには様々な課題があることがわかった。LGBTQ当事者の気持ちを考えると、一刻も早く認められるべきだと思う。私がもしそうならば、『なぜ』『どうして』で頭がいっぱいになってしまい、マイナスな思考になる。性について苦しく辛い思いをしている人の心に、光が差し込むようなニュースが少しでも早く流れればいいなと思った。

私は今回の調べ学習で、『性と色は似ている』ということに気づいた。絵の具は、配合次第でたくさん色を作ることができる。人によって受けとり方は違えど、どんな色も輝かせることができる。性も一人一人にそれぞれの色があり、どんな色でも輝かせられると思う。だからこそ、性を利用し人の色を汚すような差別は絶対に行ってはいけない。人の数だけ色があり、色の数だけその輝きがある、と私は思っている。自分だけの色を思いきり輝かせる世界になりますように。

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!!

JAPAN BIRD HOUSE
第14回ジャパンバードハウスコンテスト2022

鳥の気持ちでハウジング

第13回 人間審査の部 最優秀賞作品 『天空のしろ』

鳥の視点で環境を考える



ジャパンバードハウスコンテストは、遊び心を大切に、鳥の視点で都市の環境を考え、人と人、人と自然とのコミュニケーションづくりを目指します。

【募集部門】

- 人間審査の部 デザインやアイデアを審査
- 鳥の審査の部 鳥が巣作り・子育てに使用したら審査に加点
- 【賞の内容】
- 最優秀賞 1点 副賞(クオカード)1万円

- 優秀賞 一般の部、小学生の部でそれぞれ1点 副賞(クオカード)5,000円
- 特別賞 数点 副賞(クオカード)3,000円
- 応募用紙 ふかや緑の王国のほか、市役所本庁舎総合案内、公民館で配布。市ホームページからも入手できます。
- 申し込み 6月1日(水)~9月30日(金)に、作品と応募用紙を直接または郵送でふかや緑の王国へ
- ※詳しくは問い合わせ先へ

ふかやオープンガーデン「ばらの庭・初夏の庭」

“一番きれいなバラを見ていただきたい”今年も特別公開として、オープンガーデン「ばらの庭&初夏の庭」を38軒が公開します。バラが一番きれいに咲くこの時期に、ぜひご覧ください!

とき 5月7日(土)・8日(日)・14日(土)・15日(日) 午前9時~午後4時

問い合わせ 深谷オープンガーデン花仲間 栗原さん ☎090-7183-3481

※自家用車でお越しの際は、交通ルールを守り、ご近所に迷惑の掛からないようお願いいたします。

※公開するお庭は、花仲間のホームページをご覧ください。



ふかや緑の王国 樹木・草花ガイドツアー参加者募集

ふかや緑の王国ボランティアの案内で、初夏の王国を歩いてみませんか。

とき 5月29日(日)午前10時~11時30分

ところ ふかや緑の王国 定員 先着20人(1回の申し込みで2人まで)

参加料 300円(王国植物花暦、綿苗1ポット付き)

申し込み 5月11日(水)午前8時30分から電話でふかや緑の王国へ



ふかや緑の王国 米づくり体験参加者募集

自分でお米を作って食べてみよう!田植えから稲刈りまでの米づくりを体験!

とき 6月4日(土)午前9時から(田植え)

※田植え以降は4~5回作業を予定し、稲の生育状況により次回以降の日程をお知らせします。

ところ ふかや緑の王国 定員 先着20組(2人1組 小学生を含む家族)

参加料 500円(1組3合程度、収穫量により変更となります)

申し込み 5月18日(水)午前8時30分から電話でふかや緑の王国へ

※脱穀後の精米は11月のあかり展で配布します。



【お知らせ】今年の「ふかや緑の王国ホタル観賞会」は成虫の十分な発生が期待できないことから中止します。

『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。



手話 de おはなし



手話に興味はあるけど難しそう…。そんなかたも、身近なあいさつからチャレンジしてみよう!

(手話協力 深谷市聴覚障害福祉協会)

すこしお待ちください



右手の親指と人さし指を近づける ※『少し』の意味



右手の親指以外の4指を揃え、指の背をあごの下にあてる ※『待つ』の意味



少し頭を下げ、顔の正面で斜めに構えた右手を少し前へ出す ※『お願い』の意味

【お知らせ】まごころ出張講座に「手話言語と障害の特性に応じたコミュニケーション」の講座を開設しました。市が制定した条例の内容を学んでみたい、手話に触れてみたい、というかたはお気軽にお申し込みください。

障害福祉課
☎571-1011
FAX574-6667

畠山重忠を知る



源平合戦と源義経の追放

寿永3年(1184年)、源平合戦最大といわれる一の谷の戦いが行われます。源氏は二手に分かれ、大手は範頼、搦手は義経が大将となりました。畠山重忠は「吾妻鑑」では大手に、「平家物語」「源平盛衰記」では搦手に属したと記されています。馬三日月を担いで斜面を降りた逸話は「源平盛衰記」にあるもので、重忠の優しさと力強さを表す話です。この戦いでは、熊谷直実が平敦盛を討ち取った他、深谷出身の岡部六弥太忠澄が平忠度を討ち取りました。忠澄は忠度の供養塔を、深谷市萱場の清心寺にたてました。その後、壇ノ浦の戦いにより

平氏は滅びました。「平家物語」で「盛者必衰」と表現される、朝廷の中での縁戚を介した危うい権力基盤だった平氏に対し、源氏は、歴史小説家の永井路子氏が「東国ヒラミット」と呼ぶ、頼朝を頂点とした御恩と奉公に基づく強固な主従関係による組織を朝廷の外に築いたことで、新しい世が生まれたといえます。

しかし、平氏滅亡後、義経が後白河法皇から直接官位を受けたことをきっかけに、義経追放の悲劇が起きます。朝廷と二定の距離を保つことは、「東国ヒラミット」を維持するために必要でした。義経と同じく後白河法皇から官位を受けた他の武士も、頼朝から口汚くののしられていきます。義経の愛妾静御前も捕らえられ、頼朝の前で舞を舞うことになった際には、重忠が銅拍子を打って伴奏しました。

重忠は、頼朝が佐々木高綱に与えた「生降」という名馬の嘶きを、大軍勢の中で聞き分けたという逸話もあります。重忠が音楽の才とともに非常に耳が良く、絶対音感が優れていたことがうかがえます。

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~

『肉は好き・魚は嫌い』は認知症に注意!

魚や肉はともに体にとって必要なタンパク質の供給源ですが、脂肪を構成する脂肪酸に違いがあります。脂肪酸のうち、多価不飽和脂肪酸には『n-6系』と『n-3系』があり、肉や大半の植物油は『n-6系』が多いのですが、認知機能をつかさどる脳には、魚に多い『n-3系』の脂が必要とされています。脂がのった魚(サワラ、アジ、ウナギ、イワシ、サケ、サバ、ブリなど)でn-3系多価不飽和脂肪酸を多く摂るようにしましょう。鮮魚の入手が困難な場合は、缶詰を常備してはいかがでしょうか。

また、認知機能の低下を予防するためにはビタミンやミネラルなど効果も総合して、バランスの良い食事が大切です。甘い物の食べ過ぎは血糖も高値となり脳に適切でないため、注意が必要です。

認知症予防のため、①1日3食、②毎食、主食+主菜+副菜、③1日1食は魚、④野菜は緑黄色野菜も含め毎食1~2品、⑤果物は1日に1回、⑥甘い物の摂り過ぎは避けるという食事を心掛けてみましょう。



東都大学管理栄養学部講師
管理栄養士
佐藤敏子さん

キレイ・元気を応援します!

No.95

みんな大好き、甘辛のタレでご飯もおいしく

いわしのかば焼き

栄養価(1人分=半分)

| | | | | |
|------------------|----------------|-------------|---------------|------------|
| エネルギー 267kcal | たんぱく質 23.3g | 脂質 13.9g | 炭水化物 13.0g | 塩分 1.2g |
|------------------|----------------|-------------|---------------|------------|



おすすめポイント

海なし県こそ魚をたくさん食べましょう!

材料 (2人分)

イワシ(開き骨なし)4尾、小麦粉大さじ3、サラダ油大さじ1 <たれ>しょうゆ大さじ1、酒大さじ1、水大さじ1、砂糖大さじ1、みりん大さじ1、かいわれ菜1束

作り方

- ①たれの材料を合わせておく。
 - ②開いたイワシに小麦粉をまぶし余分な粉を落とす。油を入れて熱したフライパンに皮を下にして並べ、ふたをして中火で2~3分蒸し焼きにする。裏返してふたなしでさらに焼き、両面に焦げ目がついて、火が8割程度通った焼け具合にする。
 - ③②のフライパンの中の余分な油はふき取り、たれの材料を入れてひと煮立ちしたら、こげないように弱火で、何度か途中でかば焼きにたれを回しかけるようにして煮詰め、照りを出す。
 - ④かいわれ菜は洗ってザルにあげ熱湯をかけるか軽くゆでる。③を皿に盛り付けて、横に添える。
- (レシピ作成: 東都大学、調理: 管理栄養学部学部学生 木持穂乃花、工藤真綾)

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。