

広報



市のイメージキャラクター
「ふっかちゃん」

6月

2014年 6月1日
No.102



暑い日は帽子をかぶって日差しを避けて遊ぼうね！（上柴西幼稚園）

特集 熱中症から命を守ろう！

平成25年度深谷市の財政状況 ④
富岡製糸場と深谷人「尾高惇忠 その②」 ⑥
春の叙勲・危険業務従事者叙勲受章おめでとうございます ⑧

キラリ熱中時間「深谷にほんごクラブ」 ⑨
医学部6年間「学費0円」 ⑫
深谷市消防団新役員紹介 ⑬

熱中症から

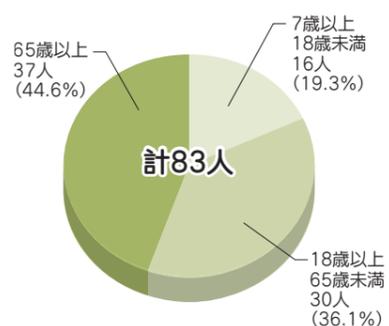
命を守ろう！

熱中症は予防が大切！

気温が上がり始めるこれからの季節は、体がまだ暑さに慣れていないため上手に汗をかくことができず、体温をうまく調節できないことから、熱中症の発生が多くなります。熱中症は、目まい、頭痛、吐き気、だるさなどの症状からひどいときには意識を失い、命が危険になることもありすが、正しい知識があれば予防することが可能です。

市内の熱中症発生状況

市内では、昨年6～9月の間に熱中症による救急搬送が83人となり、年齢別の搬送人数では、65歳



▲熱中症による年齢別救急搬送人数 (平成25年6～9月)

以上が37人と、全体の4割を超えました。(左記円グラフ参照)
高齢者は、加齢とともに暑さや喉の渇きを感じにくくなり、気が付かないうちに脱水状態に陥りやすくなるため、熱中症に特に注意が必要です。喉が渇いていなくても小まめに水分を取ったり、適度にエアコンを使用するなど、自分の体力を過信せずに、体調管理に気を付けましょう。

こんな日、こんな場所では熱中症に要注意！

熱中症は、気温や湿度が高く風が弱い日や、気温が急に高くなった日、日差しが強く、照り返しが強い場所所で起こりやすくなります。また、強い日射しの下で激しい運動や作業をする時だけでなく、高温多湿の室内で過ごしている時にも熱中症が多発しています。屋内であっても油断は禁物です。

次ページの『熱中症予防5つのポイント』や『熱中症予防講習会』(14ページ)、コラム『小まめな水分補給で熱中症予防』(32ページ)を活用していただき、一人ひとりが気を付け、また、周りの人の体調に気を配り、熱中症から大切な命を守りましょう。

小まめな水分補給で熱中症を予防しよう！(上柴西幼稚園)

特集 熱中症から命を守ろう！



熱中症予防 5つのポイント

1 上手にエアコンを使う

暑さで徐々に体力が低下し、室内でも熱中症になることがあります。室内の温度を測り、適切にエアコンを使いましょう。

特に高齢者のいる部屋の温度には気を付けてください。節電中でも、上手にエアコンを使っていきましょう。



2 暑くなる日は要注意

熱中症は、暑い環境に長時間さらされることにより発症します。猛暑の時は、エアコンの効いた室内など、涼しいところに避難しましょう。

特に、梅雨明けで急に暑くなる日は、体が暑さに慣れていないため要注意です。夏の猛暑日も注意が必要です。湿度が高いと、体からの汗の蒸発が妨げられ、体温の上昇が加速してしまいます。



3 水分・塩分を小まめに補給

喉が渇く前に水分を補給しましょう。汗には塩分が含まれています。汗をかいたら、水分とともに、塩分を含む飲料を飲みましょう。アルコールは、体内の水分を出してしまうため水分の補給にはならず、逆に危険です。

また、高齢者は汗をかきにくく、暑さや喉の渇きを感じにくい傾向がありますので、小まめに水分を補給しましょう。寝る前も忘れずに！



4 『おかしい!?』と思ったら病院へ

熱中症は、目まい、頭痛、吐き気、だるさなどの症状から、ひどいときには意識を失い、命が危険になることもあります。『おかしい』と思ったら、すぐに涼しいところに避難し、医療機関に相談しましょう。



5 周りの人にも気配りを

自分のことだけでなく、ご近所で声を掛け合うなど、周りの人の体調にも気を配りましょう。また集団活動の場では、仲間の体調に配慮しましょう。



現在市では小・中学校の特別教室や給食調理場、幼稚園へのエアコン設置工事を行っています。工事期間中はご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

もしも熱中症のかたを見かけたら！

1 涼しい場所に避難させる



2 衣服を脱がせ、身体を冷やす



3 水分を補給する



4 自力で水が飲めない、意識がない場合は、直ちに救急車を要請しましょう



小さな子どもの熱中症にも気を付けましょう！

赤ちゃんや子どもは、体温調節機能が未発達なため熱中症になりやすく、普段から周りの大人が注意して見守ることが大切です。保健センターでは、子どもの熱中症対策をまとめたリーフレットを配布しています。ぜひご活用ください。

また、毎年全国で自動車内で子どもが熱中症になる事故が発生しています。短時間でも、車内に子どもを置いて車を離れることは大変危険です。絶対に車内に置き去りにしないでください。



▲保健師による乳幼児相談でもリーフレットを配布しています

深谷市の財政状況

平成25年度（平成26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25年度(平成26年3月31日現在)の財政状況をお知らせします。

特別会計

区分	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	171億8,659万円	154億2,732万円	161億8,066万円
後期高齢者医療	22億3,688万円	21億4,036万円	20億8,537万円
農業集落排水事業	8億 742万円	7億9,573万円	7億5,334万円
国済寺土地区画整理事業	8億 707万円	3億3,850万円	6億2,080万円
岡中央土地区画整理事業	8,448万円	5,128万円	3,511万円
小前田駅北西部土地区画整理事業	5,576万円	5,127万円	5,127万円

市有財産

市が保有する公有財産のうち、土地は 3,202,433㎡、建物は 402,291㎡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
		行政財産	普通財産	
土地および建物	行政財産	2,917,948㎡		380,885㎡
	普通財産		284,485㎡	21,406㎡
	計	3,202,433㎡		402,291㎡
物権（地上権）			495㎡	
	有価証券（テレビ埼玉ほか株券）			2,875万円
	出資による権利（埼玉県信用保証協会出せん金など12件）			76億1,606万円
債権			1億5,811万円	
基金（行政振興基金など21件）			171億5,415万円	

平成25年度一般会計予算は、子育て環境の充実と生活基盤の整備に重点を置き、自校式給食場の建設や小・中学校特別教室へのエアコン設置、生活道路の整備拡充や寄居PAスマートインターチェンジの整備など、総額で518億4,019万円の事業費を計上しました。

また、本年2月に深谷市を襲った記録的な降雪は、市内全域に大きな爪痕を残し、道路の除雪費用や施設の修繕費など予期せぬ支出を迫られたことにより予算は大きく膨らみました。特に本市産業の要である農業の被害は甚大であり、ビニールハウスなど倒壊した農業用施設の再建には莫大な費用が見込まれています。

本格的な農業復興経費は平成26年度予算に計上しますが、今後一層厳しい財政運営を迫られることは必至です。全身全霊を傾け、必ずやこの難局を乗り越えてまいりたいと存じますので、市民の皆さまには、より一層のご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

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	26億3,797万円		26億6,284万円	
	支出		23億3,023万円		22億 73万円
資本的収支	収入	33億8,463万円		29億7,984万円	
	支出		72億8,983万円		44億1,974万円

下水道事業 (税込み)

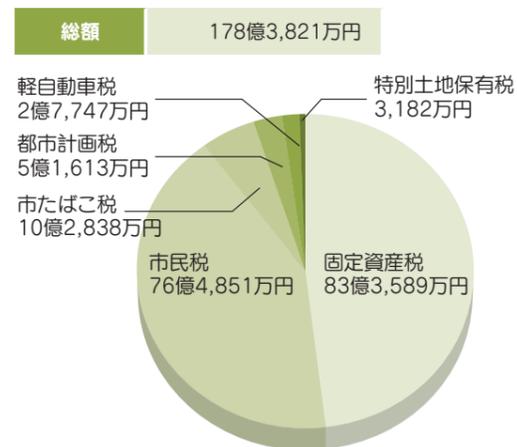
区分		予算額		収入済額	
		収入	支出	収入	支出
収益的収支	収入	16億7,852万円		16億8,942万円	
	支出		17億5,858万円		16億9,122万円
資本的収支	収入	13億9,714万円		12億4,866万円	
	支出		20億8,051万円		18億5,223万円

市債（借入金）

会計名	残高
一般会計	298億8,433万円
農業集落排水事業特別会計	52億9,719万円
国済寺土地区画整理事業特別会計	17億8,664万円
岡中央土地区画整理事業特別会計	1億 124万円
小前田駅北西部土地区画整理事業特別会計	1億8,250万円
水道事業会計	92億1,525万円
下水道事業会計	162億5,241万円
合計	627億1,955万円

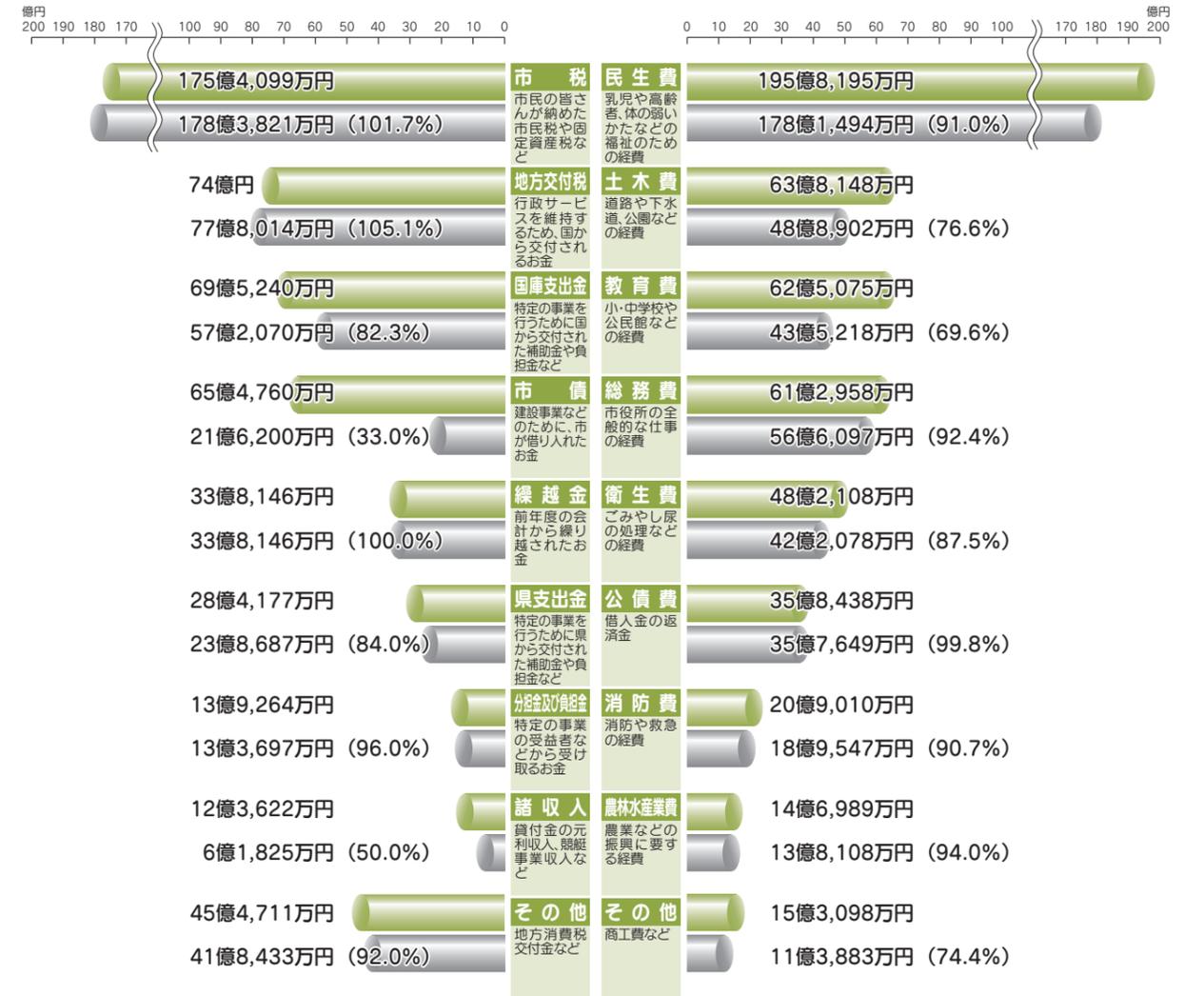
市民1人当たり換算すると **429,827円**
 1世帯当たり換算すると **1,107,474円**
 (人口：145,918人 世帯数：56,633世帯 [3月31日現在])

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。

歳入 ← 一般会計 → 歳出



歳入予算額・518億4,019万円
 収入済額・454億 893万円
 執行率・87.6%

〈表の見方〉
 予算額
 収入済額(執行率)

※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24年度の繰越分を含みます。

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り引きについて、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・518億4,019万円
 支出済額・449億2,976万円
 執行率・86.7%

〈表の見方〉
 予算額
 支出済額(執行率)

富岡製糸場と深谷人

「第3回」

至誠神の如し

尾高惇忠 その②

尾高惇忠は明治二年(一八六九)十一月の「備前渠取入口事件」では地元農民の先頭に立ち、事件解決のために同志の金井元治・荒木翠軒・桃井直三と合議して民部省に提訴、翌年明治三年(一八七〇)この事件の解決を見ました。これが縁で同年四月十日民部省に任官します。尾高の登用は、民部省の玉乃世履に見い出されたことによります。

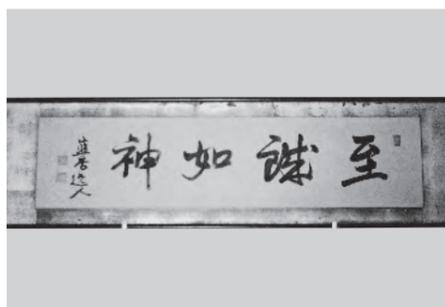
新政府に招かれ、官営富岡製糸場の建設に計画当初から携わり、初代所長を務めます。惇忠は『至誠如神』の四文字を富岡製糸場の所長室に掲げ、工場建設から工女募集に至るまで全力を傾倒し、採用した工女には人間性を重視する教育を施しました。

この動きを敏感に捉えた明治政府の伊藤博文や渋沢栄一らは、日本産生糸の信頼回復と貿易振興を図り、国力の充実に資するため、日本人による近代的製糸工場の建設を建議します。これを受けた明治政府は製糸場を建設することを明治三年(一八七〇)に決定しました。

として武蔵(埼玉)・上野(群馬)・信濃(長野)を調査し、その中から製糸場予定地を富岡に決定しました。

明治政府が主体となった製糸場には、フランス人のポール・ブリュナを雇い入れ、西洋の器械製糸技術を導入することになりました。この製糸場は模範工場としての性格を強く持っていました。

(文：荻野勝正)



▲藍香(尾高惇忠)揮毫の『至誠如神』扁額(筆者撮影) 意訳:誠意を尽くせば、その姿そのものが神様と同じ、神の如しである

伝える技と心の富岡製糸 『伝習工場』

富岡製糸場は操業当初は近代的な器械製糸の技術と工場制度を学ぶ一種の学校であった。また休日や夜間には工女に『読み書き』『そろばん』『裁縫』などを教えた。このため故郷へ帰国後は繰糸技術と富岡製糸場内の文化が伝えられた。

(『富岡製糸場「絵手紙かるた」』NPO法人富岡製糸場を愛する会 より)



※本コーナーの全編を通じて、登場する人物については、歴史上の人物としてその敬称を略します。また、年齢については、当時の通例に従い数え年の表記とします。

市長の深い話

深谷市長 小島 進



皆さまからの支援を

深谷市は、出荷量全国第1位のネギやユリをはじめとして、多くの農畜産物が全国有数の出荷量を誇っています。そんな深谷の農畜産物が、2月の記録的な降雪により甚大な被害を被りました。3か月以上経過した現在でも倒壊したビニールハウスなどを目にします。市内にはまだ当時の爪痕が残っており、農業者のかたは不安を抱えたまま日々を過ごしています。

こうした状況を打破すべく、市ではさまざまな対策に取り組んでいます。その一つに、『ふかや・農業応援寄附金(ふるさと納税)』

があります。

『ふかや・農業応援寄附金(ふるさと納税)』は、市内農業の復旧と再建という趣旨に賛同してくださったかたから寄付を募り、いただいた寄付金を被災した農業用施設解体や再建費用など農業者のかたへの再建支援のために使わせていただくというものです。そして、1万円以上の寄付をしていただいたかたのうち希望するかたには、農業者のかたから感謝の気持ちとして深谷の特産品をお送りしています。受付当初から多くのかたが趣旨に賛同してくださり、いただいた寄付金は5月20日現在で86件、150万円を超えました。

降雪直後にお会いした農業者のかたからは「市長、もう農業なんてやってられないよ」という声も聞かれましたが、最近では「何とかもう一度やってみるよ」と言ってくるかたが増えてきました。

市内農業の復旧再建にはまだまだ時間がかかります。農業者のかたが今後も意欲を持って農業を継続していけるように、そして市内農業が一日も早く復旧再建できるように、どうぞ、皆さまの支援をお願いいたします。

ありがとうの手紙



最優秀賞
中学生の部
東北のみなさんへ

藤沢中学校2年(現3年) 大澤明莉さん

東日本大震災から二年四ヶ月が経ちました。テレビや新聞で、まだ原発や震災の生々しい映像を見かけます。でも東北のみなさんの笑顔を見るととても元氣になります。ありがとうございます。私はこの事がきっかけで看護師になりたいという夢を持ちはじめました。人の役に立ちたいと思い、積極的にボランティア活動に参加するようにしています。一人一人が声をかけ合い助け合って、この世界中に、『ありがとうの花』がたくさん咲くように。

みんなの声BOX

Q 深谷市では小型家電のリサイクルを行っていますか？

A 深谷清掃センターで使用済小型家電を受け入れています。

市では、再資源化のため、パソコンやカメラなど家庭用の使用済小型家電(家電リサイクル法対象品を除く)を、試験的に深谷清掃センターで受け入れています。

詳しくは『平成26年度 ごみの分け方・出し方』のチラシをご覧ください。市ホームページをご確認ください。

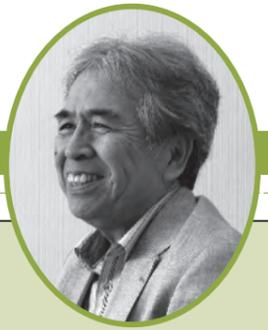
問い合わせ
環境衛生課(☎)
585-2215)



春の叙勲・危険業務従事者叙勲 受章おめでとうページをつくります

4月29日に、内閣府から、春の叙勲および危険業務従事者叙勲が発令されました。市内からは、多年にわたり各分野で活躍、貢献されたかたが受章の荣誉に輝かれました。
※年齢は、発令日を基準としています。

危険業務従事者叙勲		春の叙勲	
 大澤功氏 (荒川・71歳) 元 埼玉県警部	 荒井義雄氏 (小前田・71歳) 元 警視正	 飯塚茂氏 (上野台・64歳) 元 日本放送協会職員	 中村和男氏 (原郷・70歳) 元 深谷市議会議員
危険業務従事者叙勲		危険業務従事者叙勲	
 小川隆久氏 (長在家・67歳) 元 深谷市消防司令長	 小舟洋弘氏 (大塚島・71歳) 元 警視正	 小沼文七氏 (上野台・71歳) 元 埼玉県警部	 大沢頼章氏 (上柴町西・71歳) 元 埼玉県警部
危険業務従事者叙勲		危険業務従事者叙勲	
 笠原文雄氏 (柏合・65歳) 元 深谷市消防司令長	 丸橋孝夫氏 (武蔵野・71歳) 元 埼玉県警部補	 樋口勝夫氏 (田野町・72歳) 元 埼玉県警部補	 戸張勝昭氏 (荒川・72歳) 元 埼玉県警部補



代表 関益城さん 世界を知って 日本を知る

平成18年4月、日本語学習支援ボランティアの養成講座に参加したメンバーを中心に活動を開始した『深谷にほんごクラブ』。活動は今年で9年目を迎えました。その地道な活動は、近郊に住む外国人のかたに「コトバ」伝わり、今や、語学の学習とともに、学習者同士の大切な交流の場となっています。現在、代表を務める関さんは、定年退職後、外国人への支援を行うボランティア活動で地域貢献できればと考えていたときに、この活動を知りました。

「私も含め、ボランティアのみなが楽しい」と思っているから活動を続けられるんですね。」と話す日々の活動は試行錯誤でした。学習者はそれぞれ、国籍も日本語の習熟度も全く異なるため、

個々のニーズや進度に合った学習を個別指導で行ったり、学習に継続性を持たせるため、水曜日の学習日を毎週にするなど、参加しやすい環境づくりに常に努めています。

この活動のやりがいを関さんは、さまざまな文化圏の人と交流を深めながら、この地域にとけこんでもらうための手助けができることだと言います。「教えていると、私たち自身も改めて日本文化を見つめ直したり、また、教えられることがありますよ。そういうところも楽しみの一つですね。」

今後はクラブで学んだ延べ250人を超える学習者が、『卒業生』としてボランティアとなってもうえたらうれしいと話します。市内に住む外国人は、約2,500人。『深谷にほんごクラブ』はこれからも活躍していきます。



▲5月11日の『第3回華の宿場まつり』で出店した様子。学習者の協力を得て集めた品物でフリーマーケットを行いました

公共施設の在り方

『深谷市公共施設の在り方に関する研究報告書』

市における今後の公共施設の在り方について、公民連携や公共施設の老朽化問題の研究で先駆的かつ専門的なノウハウを持つ東洋大学PPP研究センターに、学術的な見地からの客観的分析による研究業務を依頼しました。報告書では、将来見込まれている大幅な更新費用(建て替えや大規模改修などの費用)の不足を緩和、解消するために、施設の統廃合、多機能化、広域化、公民連携などのさまざまな手法の組み合わせが提示されています。

なお、この報告書は、特定の利害に偏ることなく、客観的な視点に基づき行なった研究の結果です。この通り全てを市が実施するものではありませんが、今後は、この研究結果を参考にしながら、公共施設の適正配

- 『深谷市公共施設の在り方に関する研究報告書』
- ①公共施設更新投資に関する評価(予算確保可能額、更新投資必要額など)
 - ②深谷市の社会分析(人口動態、市民評価など)
 - ③公共施設マネジメントのオプションの提案(3階層マネジメントに基づく深谷市公共施設マネジメント)
 - ④今後の進め方への提言

※『深谷市公共施設の在り方に関する研究報告書』は、市ホームページまたは、本庁舎市政情報コーナーでご覧いただけます。
問い合わせ 公共施設改革推進室(☎5088-5009)

◀車両庫裏の裏側は、消防隊員さんが着替える『防火衣装着所』なんだ！すぐに出勤体制に入れるように、隊員さんごとに防火服や靴が置いてあるんだ！少しでも早く出勤するための工夫がたくさんあるね！

ふっかちゃんのつぶやき

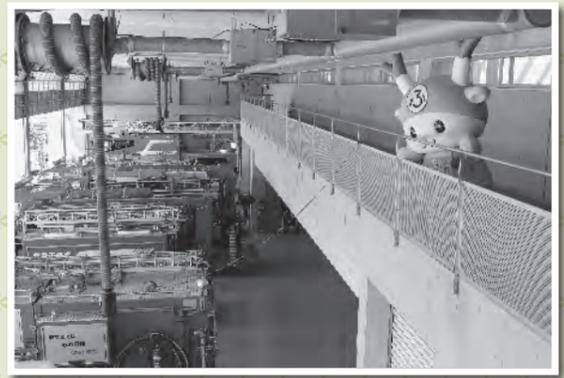
6月28日(土)はふっかちゃんの誕生4周年だよ。パーステイイベントを開催するからみんな来てねえY(oOωOo)Y



▲ふっかちゃんはどうして『着装所』の奥は『仮眠室』になっているんだ。個室に区切られているから、静かに休めるね！仮眠室も着装所も車両庫裏と同じ1階だから、緊急時でも素早く出勤ができるんだね、すごい！

ふっかちゃんの日常から 深谷が見えてくる ふっか散歩

消防本部の緊急車両庫裏に来たよ。2階から眺めるといろいろな消防車両が並んでいてワクワクするね！天井からのダクトは整備中の消防車から出る排気ガスが庫裏にこもらないように外に出すものなんだって！ふう〜ん♪



4
26 **のんびりほのぼの『ふかや緑の王国春まつり』**
ふかや緑の王国

新緑の中でのそよ風コンサートなど、王国ボランティアによる親子で楽しめるさまざまなイベントが開催され、来訪者を楽しませてくれました。



4
26 **『第11回ふかやオープンガーデンフェスタ』**
市内全域

深谷オープンガーデン花仲間による『オープンガーデンフェスタ』が開催され、市内65軒のガーデニングをする庭主さん自慢のお庭が一般公開されました。

年々増える花に囲まれた松本さんのお庭(山河地内)

4
26 **子どもたちも大活躍『わくわくコミュニティプラザ』**
深谷駅通り

会場では、紙の花で大きなふっかちゃんのモニュメントを作るイベントが行われ、子どもたちが中心となって、紙の花の作製や来場者への協力をお願いしていました。



4
26 **どんな本と出会えるかな?『一箱古本市』**
深谷ベース

深谷ベース内の広場で古本市が開催されました。出店者が持ち寄ったさまざまな本が並べられ、来場者は本を手にとって、じっくりと本選びを楽しんでいました。

5
8 **深谷で快適に暮らしたい!『日本語教室』開講**
深谷コミュニティセンター

市内の外国人のかたに向けて、今年も日本語教室が開講しました。10月までの毎週木曜日午後7時30分から、入門・初級・中級教室が開催されます。

開講式には、8か国から18人の外国人のかたが参加しました



5
11 **活気あふれる商店街へ行こう!『華の宿場まつり』**
旧中山道沿線商店街周辺

3回目の開催となった『華の宿場まつり』は今回も大盛況!路地で遊ぶ子どもたちや、買い物を楽しむ多くのかたで、会場は大変にぎわっていました。

ふかや市民大学開校式



4
19 **人と人をつなぐ『ふかや市民大学』開校**
深谷公民館

今年で5期目となる『ふかや市民大学』は、定員を超える募集があり、大好評でした。当日、受講者は講座に真剣な面持ちで臨んでいました。

第1回は、『深谷市の今後の取り組み』について、小島市長が講義しました

4
20 **講演『富岡製糸場を建設した深谷市の偉人たち』**
渋沢栄一記念館

世界文化遺産登録が間近の富岡製糸場設立の物語を描いた『かわたれの榎音』の著者田村貞男氏が、設立の時代背景や関係した深谷市の偉人について講演されました。



4
20 **腕自慢が力比べ!!『第16回重忠まつり』**
畠山重忠公史跡公園

まつりでは、力自慢の畠山重忠の逸話にちなんで、『重忠石投げ大会』や『綱引き大会』が開催され、出場者はお互いに力を競い合いました。

4
21 **太古からのメッセージ『どっき土器歴史教室』**
岡部西小学校

6年生46人が、深谷ゆかりの出土品などを実際に見て触れる教室に興味津々!熱心にメモをとって講師の話聞いていました。



4
26 **『第11回ふかや花フェスタ』～新たな一歩～**
深谷城址公園ほか

4月26・27日の2日間で約7万7千人の人出がありました。今年は、チューリップの花でふっかちゃんの花絵を作製し、多くの来場者の注目を浴びました。

花絵は、来場者のかたの協力で作製され、きれいに飾り付けられました





今月のニュース

深谷市消防団新役員紹介

●問い合わせ 消防総務課(☎571-0900)



深谷市消防団役員の皆さん

写真前列左から 堀江花園支団長、島岡岡部支団長、富田川本支団長、奥野副団長、坂田団長、馬場周一副団長、馬場茂副団長、藤崎深谷南支団長、柿木深谷北支団長
中央左から 杉山第1分団長、中島第2分団長、大塚第3分団長、清水第4分団長、宮原第5分団長、江本第6分団長、橋本第7分団長、大澤第8分団長、小暮第9分団長、本庄第10分団長、橋本第11分団長、川由第12分団長
後列左から 茂木第13分団長、宮崎第14分団長、小林第15分団長、内田第16分団長、反町第17分団長、吉田第18分団長、内田第19分団長、福島第20分団長、大澤第21分団長、田辺第23分団長、高荷第24分団長、飯島第25分団長
右上部左から 橋本第22分団長、岩田女性分団長

『自分たちのまちは自分たちで守る』という消防精神の下に組織されている深谷市消防団の平成26年度新役員を紹介いたします。
消防団員は、日々の自分の仕事をしていきますが、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ご協力をお願いします。

医学部6年間『学費0円』

●問い合わせ 保健センター(☎575-1101)

医学部6年間

学費0円

深谷市医師育成奨学金制度 平成27年度奨学生募集

＜奨学金貸与制度の特色＞
特色1 医学部受験前に奨学生の候補になります！
特色2 合格後、大学に入学する学費等を入学前に貸与します！
特色3 将来、深谷赤十字病院に一定期間勤務したときは、返還を免除します！

深谷市 医師育成 奨学 興味のある方は、ホームページをチェックしてね！
〒306-0823 埼玉県深谷市本町17-1
E-mail: hoken@city.fukaya.saitama.jp
http://www.city.fukaya.saitama.jp TEL 048-575-1101

今年度も市では、医師を目指している高校3年生など(高校既卒者などを含む)を対象に、平成27年度深谷市医師育成奨学生を次の通り募集します。

応募資格
次のいずれかに該当し、将来、医師として深谷赤十字病院に勤務する意志があるかた

①平成27年3月に国内の高校を卒業見込みのかた

②すでに高校を卒業したかた

③高校を卒業したかたと同等以上の学力があると認められるかた

募集人員 2人

募集期間 7月1日(水)～17日(木)

選考方法
1次選考Ⅱ個別学力検査(数学および英語)、論文、書類審査
2次選考Ⅱ面接

※募集要項や応募に必要な書類などは、問い合わせ先にあるほか、市ホームページに掲載しています。

深谷市医師育成奨学生を募集します

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) 岡部市民生活課(☎585-5496)
川本市市民生活課(☎583-2783) 花園市民生活課(☎584-1121)

平成26年度 年金額		
老齢基礎年金(満額)	772,800円	
障害基礎年金	(1級)	966,000円
	(2級)	772,800円
遺族基礎年金(子1人)	(基本)	995,200円
	(加算)	(772,800円)
		(222,400円)
老齢福祉年金	395,900円	

年金受給者の皆さまへ
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、物価の変動に応じた年金額も改定されます。平成26年度の年金額は、次の通りです。

※年金額に関するお問い合わせは、熊谷年金事務所、または、ねんきんダイヤル(☎0570-05-1165)、P電話・PHSからは☎03-6700-1165へ
ねんきん定期便を送付していただきます
日本年金機構では、国民年金および厚生年金に加入して

深谷市医師育成奨学生の制度

募集人員 各年2人
貸与金額 年額360万円
※入學する大学の学費が年額360万円を上回る場合は、履修に必要な額(寄付金など任意の納付金、教科書および参考書などの代金は含みません)

貸与期間 6年間(大学の正規の修学期間)

特色
①医学部受験前の高校3年生(高校既卒者などを含む)が奨学生の候補になることができます。
②医学部合格後、大学に納付する学費などを入学前に貸与します。
③将来、深谷赤十字病院に一定期間勤務したときは、奨学金の返還が免除されます。
返還免除の要件 医師国家試験合格後、深谷赤十字病院で臨床研修を受講すること、市長が指定する診療科目の専

門医師として奨学金の貸与を受けた期間の3分の5倍に相当する期間を勤務すること

奨学金の返還義務が免除となる主な例 奨学金を6年間受けた場合、その3分の5倍に相当する10年間、深谷赤十字病院へ勤務することで、返還が免除されます。

奨学金貸与期間(例:6年間)
医師国家試験合格
臨床研修期間(深谷赤十字病院)
後期研修期間
※深谷赤十字病院以外での受講も可能ですが、研修科目については市長が指定します。

深谷赤十字病院に勤務(例:10年間)

ねんきん定期便専用ダイヤル(☎0570-05-8855)
P電話・PHSからは☎03-6700-1144

封の「年金加入記録回答書」で回答をお願いします。
ねんきん定期便専用ダイヤル
は、☎03-6700-1144

いるかたに、保険料納付実績や年金見込み額などを記載した「ねんきん定期便」を毎年誕生日に送付しています。「ねんきん定期便」では、次の内容についてお知らせします。

- 年金加入期間(加入人数・納付済み月数など)
- 加入実績に応じた年金見込み額
- 年金保険料納付額
- 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)
- 「ねんきん定期便」が届いた際には、加入記録・記載内容に漏れや誤りがないか確認し、訂正がある場合には、同封の「年金加入記録回答書」で回答をお願いします。



市内で『手渡し詐欺』が多発!

問 深谷警察署 (☎575 - 0110)

『手渡し詐欺』とは、振り込め詐欺と同様に、息子さんやお孫さんをかたり、「小切手の入ったバッグを失くした」などとうその電話をかけてきて、その穴埋めのための現金を要求し、現金が準備できたら、会社の上司や同僚を名乗る者が自宅を訪ねて来て直接現金を受け取る手口です。また、被害者を言葉巧みに自宅以外の場所におびき寄せ、現金を受け取る手口もあります。

深谷警察署管内では、今年すでに、9件3,900万円の手渡し詐欺、振り込め詐欺被害があります。さらには毎日、だましの電話(予兆電話)が市内にかかってきており、5月上旬には1,500万円を要求する電話が何件もありました。5月8日には、現金を受け取りに来た犯人が逮捕されています。

深谷警察署では、手渡し詐欺の被害を未然に防止するため、市内の金融機関に、高齢者のかたが多額の現金引き出しに訪れた際、警察への通報を協力依頼しています。市民の皆さまにもご理解とご協力をお願いします。



設
② 収容人員が30人以上で延べ面積が300㎡以上の飲食店、物販販売店、診療所、旅館などの不特定多数の人が出入りする施設
③ 収容人員が50人以上で延べ面積が500㎡以上の共同住宅、学校、工場などの特定されたかたが出入りする施設

夏のアパート第一弾! みんなでラジオ体操&早寝早起き朝ごはん

問 保健センター (☎575・1110)

対象 ● 市内在住のかた(小学校2年生以下は保護者同伴)

とき ● 7月20日(日)午前7時30分〜9時
ところ ● 深谷城址公園、深谷市保健センター
内容 ● ラジオ体操と食育(地元農産物を使用した朝食の試食付き)
定員 ● 先着100人
申 6月20日(金)午前9時から問い合わせ先へ

夏バテに負けない体を作ろう!
おてがる☆体操

問 保健センター (☎575・1110)

論語体験教室

問 青淵塾・吉岡さん (☎587・4514・ファクス587・4517)

対象 ● 小学生とその保護者
とき ● 6月21日(土)・28日(土)午後3時5分〜3時55分
ところ ● 渋沢栄一記念館
内容 ● 論語の暗唱

日程	時間	定員	内容	講師	持ち物
1日目 7月1日(火)	午後1時30分〜3時	3日間参加できるかた先着45人	家にあるものを使ってできる! ☆体操	遠藤良江氏(健康運動指導士)	体育シューズ(上履き)、汗ふきタオル、バスタオル、(ストレッチ時に下に敷く)、500mlのペットボトル2本(ダンベル代わりに使用)、飲み物、筆記用具
2日目 7月4日(金)			知っていましたか? ラジオ体操の新事実	大橋侃氏(1級ラジオ体操指導士)	体育シューズ(上履き)、汗ふきタオル、筆記用具
3日目 7月8日(火)					

対象 ● 市内在住で、医師から運動制限を受けていない成人のかた

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)

対象 ● 平成27年度以降に就学を迎えるお子さんの発育・発達などに心配をお持ちの保護者

第64回深谷七夕まつり

問 市観光協会 (☎575・0015)

とき ● 7月11日(金)〜13日(日)午前10時〜午後9時(11日は午後3時〜)

ところ ● 旧中山道沿線とその周辺

※今年も、ゴミゼロを目指しています。ゴミは、会場内に設置してあるゴミ専用コンテナに捨てるか、持ち帰りにご協力ください。

平成27年深谷市成人式の日程
および市外在住者の受け付け

問 こども青少年課 (☎574・6646)

対象 ● 平成6年4月2日〜7年4月1日生まれのかた
※住民票を市外に移されたかたで深谷市成人式に参加を希望されるかたは随時受け付けますのでご連絡ください。なお、招待状の発送は11月下旬を予定しています。

とき ● 平成27年1月11日(日)午後2時〜(受付は午後1時〜)

ところ ● 深谷ビッグタートル

催し

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)

市役所窓口取扱時間	
● 月〜金曜日	午前8時30分〜午後5時15分(祝休日を除く)
● 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(消防車の出動)の問い合わせ	
● テレホンサービス	☎0180 - 99 - 4944
※医療機関情報の問い合わせは指令課(☎571 - 0119)へ	

防災行政無線放送内容のご案内	
● テレホンサービス	☎0180 - 99 - 4431

募集

深谷七夕まつり市民参加企画『みんなの竹かざり』

問 市観光協会 (☎575・0015)

対象 ● 深谷七夕まつりに飾る竹飾りを作製していただける家族や団体・個人を募集します。参加者には、無料で竹(約3mの細竹・先着120本)を差し上げます。

申 6月13日(金)までに電話で問い合わせ先へ

道の駅かわもとのテナント募集

問 商工振興課 (☎574・6650)

対象 ● 道の駅かわもとの物産館内で飲食店経営を行う業者を公募します。

申 7月11日(金)までに申込書類を問い合わせ先へ

※募集要項など、詳しくは市ホームページまたは、電話で問い合わせ先へ

国家公務員三種(税務)の募集

問 熊谷税務署総務課 (☎521・2905)

対象 ● 次のいずれかに該当するかた
① 平成26年4月1日において高校または中等教育学校を卒業した日の翌日から3年を経過していない
② 平成27年3月までに高校または中等教育学校卒業見込み
③ 人事院が①②に準ずると認めている

申 郵送または直接人事院関東事務局(☎048・740・2006・☎330・9712住所省略可)へ。

講座

就職支援セミナー

問 キヤリアセンター・プランチ等専用受付ダイヤル (☎048・601・2229)

対象 ● 40歳以上のかた
とき ● 6月24日(火)午後2時〜4時
ところ ● キララ上柴大会議室
内容 ● 『再就職の心構えと自己理解』
〜早期就職のためのヒント〜

甲種防火管理(新規)講習会

問 予防課 (☎571・0913)

とき ● 7月3日(木)・4日(金)午前9時20分〜午後4時50分
ところ ● 消防本部
定員 ● 先着100人
受講料 ● 4,000円

申 6月3日(火)から、受講申込書に記入の上、写真1枚(縦3cm×横2.4cm)・受講料を添えて、問い合わせ先または花園消防署へ
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

消防法で定められている甲種防火管理者を置かなければならない事業所などは次の通りです。

① 収容人員が10人以上の社会福祉施設

熱中症予防講習会

問 市体育協会事務局 (生涯学習課内・☎572-9581)

夏場のスポーツ・レクリエーションだけでなく、日常生活とも深く関わりのある熱中症について学ぶことにより、その予防と対策の正しい知識を習得します。

とき ● 7月1日(火)午後7時30分〜9時(受付=午後7時〜)

ところ ● 深谷公民館

定員 ● 先着100人

講師 ● 健康管理士一般指導員・竹下浩一氏(大塚製薬株)

申し込み ● 6月20日(金)までに問い合わせ先へ

ふっかちゃんバースデーパーティー FUKAYA2014

ふっかちゃんのお祝いに、ご当地キャラたちが大集合!

とき ● 6月28日(土)午前10時〜午後4時

ところ ● 深谷ビッグタートル

問 深谷ビッグタートル (☎572 - 3000)

ふかや必読書 30

「ひろしまのピカ」



著者 丸木 俊

昭和20年8月6日、ヒロシマの空を原子爆弾の恐ろしい光が貫きました。みいちゃんはお母さんお父さんと一緒に朝ご飯を食べていました。火に追われ、けがをしたお父さんを背負ったお母さんと、やっとの思いでたどり着いた川は地獄よりも恐ろしい様相でした。視覚からも原爆の恐ろしさを訴えかけてくる絵本です。これが現実にあったことを忘れず、原爆の恐ろしさを語り継いでいきたいですね。

たかたは、平成26年1月1日時点の住所地で平成26年度所得証明書(児童手当用)を取得していただき、申請時にお持ちください。
6月2日(月)〜30日(月)までに、問い合わせ先または総合支所市民生活課へ
【次の場合は、現況届とは別に届け出が必要です】

- 受給者のかたやお子さんの住所や名前が変わったとき
支給対象となる児童が増えたときまたは減ったとき
ひとり親家庭等医療費支給制度
6月2日(月)〜30日(月)までに、問い合わせ先または総合支所市民生活課へ
ひとり親など児童を育てているかたを対象に、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になります。
なお、児童扶養手当に準じた所得制限があります。
※児童とは、18歳になった年の年度末まで(児童に一定の障害がある場合は20歳になるまで)
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)
なお、対象者が市民税課税者の場合は次の通り自己負担金が発生するため、その差額を引いた金額が支給されます。
●通院II医療機関ごと1人につき月1,000円
●入院II1日につき1,200円
※高額療養費および附加給付がある場合は、それらを差し引いた金額を助成します。
また、保険適用外の費用(文書料、

『ジビカリの郷』子ども自然体 駿村in南魚沼
6日町観光協会(02517701173・FAX02517701183・094916680
新潟県南魚沼市六日町14012)
対象●市内在住の小学校3年生〜中学校3年生
とき●7月27日(日)〜8月8日(金)泊13日
宿泊施設●キャンプ場、民宿、農家ホームステイ
内容●川遊び、登山、星空・ホタル観賞、キャンプファイアなど

おはなし会
L・フォルテ(057314761)
対象●幼児・小学校低学年と保護者
とき●6月17日(火)午後3時30分〜4時
ところ●キララ上柴テューリップ
内容●読み聞かせボランティア『おはなし会ユリ』による絵本・紙芝居など

もくせい館天体観望会
夏の星座を見る
もくせい館(058317733)
とき●6月21日(土)午後7時〜(雨天・曇天の場合は28日(土)午後7時〜)
ところ●もくせい館天体観望室
甲当日会場で受け付けます(小・中学生は保護者同伴)。

7月7日(月)午前10時〜11時30分
●教育研究所
内容●お子さんに合った就学や進路を考える際の情報提供

7月2日(水)午前10時30分〜午後1時30分
内容●ベネチアンガラスとミルフィオリを使って焼成するペンダント・指輪・ストラップなどのアクセサリーの作成
4 深谷にぎわいた市の出店者募集中
とき●7月12日(土)午後4時〜7時
出店料●1,000円
スペース●長テーブル1台
7月7日(月)までに問い合わせ先へ
レンタルサイクル
利用料●普通自転車II1日500円

7月2日(水)午前10時30分〜午後1時30分
内容●自然の色を生かした陶器150点を展示
ベネチアンガラスのフージング講習会
とき●7月2日(水)午前10時30分〜午後1時30分
内容●ベネチアンガラスとミルフィオリを使って焼成するペンダント・指輪・ストラップなどのアクセサリーの作成
4 深谷にぎわいた市の出店者募集中
とき●7月12日(土)午後4時〜7時
出店料●1,000円
スペース●長テーブル1台
7月7日(月)までに問い合わせ先へ
レンタルサイクル
利用料●普通自転車II1日500円

中山道深谷宿本舗からお知らせ
中山道深谷宿本舗(057510088・深谷町9-12)
1 初夏の作陶展
とき●6月4日(水)〜9日(月)
出展●武政朔十さん
内容●おしゃれな普段使いの陶器約300点を展示
2 長谷川聡作陶展
とき●6月11日(水)〜23日(月)
内容●自然の色を生かした陶器150点を展示
3 ベネチアンガラスのフージング講習会
とき●7月2日(水)午前10時30分〜午後1時30分
内容●ベネチアンガラスとミルフィオリを使って焼成するペンダント・指輪・ストラップなどのアクセサリーの作成
4 深谷にぎわいた市の出店者募集中
とき●7月12日(土)午後4時〜7時
出店料●1,000円
スペース●長テーブル1台
7月7日(月)までに問い合わせ先へ
レンタルサイクル
利用料●普通自転車II1日500円

7月7日(月)午前10時〜11時30分
●教育研究所
内容●お子さんに合った就学や進路を考える際の情報提供

あいらん「押し花絵 ファンタジー! 花かこ作品展」
あいらん(057513422・深谷町10-24)
とき●6月29日(日)まで(月曜日定休)
ふかや緑の回廊「軽トラ市」
ふかや緑の回廊推進協議会(ふかや市商工会内)058412325)
とき●6月29日(日)午前7時〜9時
ところ●ハーズ駐車場内(荒川850-1)
内容●生産者が花や野菜、植木などの地元特産品を軽トラックで直送販売。生産者の顔が見えて安心安全です。またふっかちゃんグッズも販売します。魅力がいっぱいの朝市です。
第18回子育て教育講演会
子育てネットワーク深谷・飯塚さん(058714475)
とき●6月21日(土)午後2時〜(開場II午後1時30分)
ところ●深谷市民文化会館大ホール
内容●『子どものため』ってなに? 子どもの発達を大切にしたい子育て
参加料●900円
講師●広木克行氏(神戸大学名誉教授)

沖縄まつり「いちやりばちよーでー」(一度出会うたら皆兄弟)
沖縄まつり実行委員会・鈴木さん(080110661514)
6月22日(日)午前10時〜午後4時
ところ●七ツ梅酒造跡
内容●沖縄料理や雑貨などの販売、エイサーも踊ります。
介護者のついで
介護保険サポーターズ深谷・森田さん(057110757)
とき●ところ●①6月11日(水)午後1時30分〜4時・深谷コミュニティセンター ②6月18日(水)午後1時30分〜3時30分・福祉事業所だんらん ③6月21日(土)正午〜午後3時・さいたまコーププラザ深谷
内容●家族の介護で悩みを持つ人たちの交流

6月22日(日)午前10時〜午後4時
ところ●七ツ梅酒造跡
内容●沖縄料理や雑貨などの販売、エイサーも踊ります。
介護者のついで
介護保険サポーターズ深谷・森田さん(057110757)
とき●ところ●①6月11日(水)午後1時30分〜4時・深谷コミュニティセンター ②6月18日(水)午後1時30分〜3時30分・福祉事業所だんらん ③6月21日(土)正午〜午後3時・さいたまコーププラザ深谷
内容●家族の介護で悩みを持つ人たちの交流

6月22日(日)午前10時〜午後4時
ところ●七ツ梅酒造跡
内容●沖縄料理や雑貨などの販売、エイサーも踊ります。
介護者のついで
介護保険サポーターズ深谷・森田さん(057110757)
とき●ところ●①6月11日(水)午後1時30分〜4時・深谷コミュニティセンター ②6月18日(水)午後1時30分〜3時30分・福祉事業所だんらん ③6月21日(土)正午〜午後3時・さいたまコーププラザ深谷
内容●家族の介護で悩みを持つ人たちの交流

病後児保育ステーション

病後児保育ステーションのぞみ(0574-4340・西島2-16-1佐々木病院内)
仕事で会社を休めない保護者などのために、病気の回復期にあるお子さんを預かります。
対象●市内在住で、病気の回復期にあり、病後児保育の利用が可能と医師に判断された、生後6か月〜小学校3年生までの児童
※保護者に就労・疾病・事故・出産・冠婚葬祭などやむを得ない理由がある場合に限り

利用日時●月〜金曜日午前8時〜午後6時
利用期間●連続7日間まで(延長可)
定員●4人(予約順)
利用料●1日につき2,000円(生活保護世帯および中国残留邦人などの円滑な帰国の促進および永住帰国後の自立の支援に関する法律による支援給付受給世帯は無料)
※飲食費1日につき400円(給食・おやつ代)



入院時室料差額代など)は対象外です。
甲支給を受けるには、受給資格登録申請が必要です。次の物をお持ちの上、手続きをしてください。
①児童扶養手当を受給しているかた
●児童扶養手当証書
●印鑑
●健康保険証(申請者、対象児童の氏名が記載されているもの)
●普通預金通帳(申請者名義のもの)
②そのほかのかた
●戸籍簿または抄本(申請者、対象児童のもの)
●印鑑
●健康保険証(申請者、対象児童の氏名が記載されているもの)
●普通預金通帳(申請者名義のもの)
●養育費などに関する申告書(用紙は問い合わせ先で配布)
※そのほか、必要に応じて書類の提出

出を願うことがあります。
※児童扶養手当と同時に申請される場合は、健康保険証以外を省略できる場合があります。
母子・父子家庭自立支援給付金
6月2日(月)〜30日(月)までに、問い合わせ先または総合支所市民生活課へ
1 高等職業訓練促進給付金等事業(旧高等技能訓練促進費等事業)
看護師・介護福祉士・保育士・理学療法士・作業療法士などの資格を取得するため、2年以上養成機関で修業する場合、修業中の一定期間手当を支給します。
対象●市内在住の母子・父子家庭の親
※児童扶養手当に準じた所得制限があります。
支給期間●修業期間の全期間(上限2年)

生活

児童手当の現況届
6月2日(水)午前10時30分〜午後1時30分
内容●児童手当の受給者のかたは、6月に現況届を提出することになります。この届けは、養育状況、受給資格および前年の所得状況などを確認するためのものです。この届けを提出しないと、6月分以降の手当の支給を受けることができません。受給者のかたには、5月下旬に通知を送付しましたので、内容を確認の上、必ず手続きをお願いいたします。
※税の未申告のかたは、審査できませんので申告をお願いします。
※平成26年1月2日以降に転入された

支給額

①訓練促進費給付金
市民税課税世帯Ⅱ月額70,500円、市民税非課税世帯Ⅱ月額100,000円

②入学支援修了一時金(養成課程修了後に支給)
市民税課税世帯Ⅱ25,000円、市民税非課税世帯Ⅱ50,000円

※平成25年度から父子家庭の父も対象となりました。

※母子家庭の母は、3年目は母子および寡婦福祉資金貸付制度を利用できる場合があります。

2 自立支援教育訓練給付金

職業能力の開発のための講座(雇用保険制度における教育訓練給付制度の指定講座)を受講したときに、受講料の一部を助成します。

対象 ●市内在住の母子・父子家庭の親

※児童扶養手当に準じた所得制限があります。

支給額 ●受講のために支払った費用の20%に相当する額(上限10万円)

※20%相当額が4,000円以下の場合には支給されません。

※受給要件の審査のため、必ず事前にご相談ください。

●がん検診を受けましょう

問保健センター (☎5755-1101)

子宮頸がん、乳がん、大腸がんの検診が無料となるクーポン券などを対象者のかたへ5月下旬に発送しました。同封の通知を確認し、お申し

込みください。

対象 ●市内在住(4月20日現在)で、次の年齢のかた

※年齢は4月1日現在

①子宮頸がん検診(女性)Ⅱ20歳

②乳がん検診(女性)Ⅱ40歳

③大腸がん検診Ⅱ40・45・50・55・60歳

利用期間 ●子宮頸がん・乳がん検診は平成27年2月28日(土)まで、大腸がん検診は6月5日(木)～12月25日(木)

※検診期間終了間際は混み合いますので、お早目に受診してください。

●歯周疾患検診を受けましょう

問保健センター (☎5755-1101)

対象 ●市内在住で平成27年3月31日現在、40・45・50・55・60・65・70歳のかたおよび妊婦のかた

とき ●7月1日(火)～平成27年3月31日(火)

問平成27年2月27日(金)までに、電話で問い合わせ先へ

●3種混合ワクチン接種はお済みですか

問保健センター (☎5755-1101)

【3種混合ワクチンとは】
百日せき・ジフテリア・破傷風が混合ワクチンになったものです。

母子健康手帳で接種状況を確認し、まだ接種がお済みでないかたは、早めに接種してください。

対象 ●生後3か月～7歳6か月未満のかた

※4種混合ワクチン(百日せき・ジ

フテリア・破傷風・不活化ポリオの混合ワクチン)の接種をしているかたは、受ける必要がありません。

接種回数 ●1期初回は3回接種、1期追加接種は3回目の接種から1年～1年半の間隔をおいて1回接種

問深谷市国民健康保険
特定健康診査の予約受け付け中
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6月5日(木)～12月25日(木)まで実施します。

予約方法は、広報ふかや5月号に折り込みの『各種健康診査のご案内』、または対象者への個別通知に同封の『特定健康診査のご案内』をご覧ください。また、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。

健診費用 ●500円

※深谷市国民健康保険の人間ドック

**深谷市国民健康保険加入の皆さまへ
接骨院・整骨院を利用される際の
の注意事項**

問保険年金課(☎574-6641)

接骨院・整骨院を利用されるかたが増えていきます。接骨院・整骨院は医療機関ではなく、国家資格をもつ柔道整復師が『施術』を行うところです。

医療機関と同様に健康保険を適用して施術を受けられますが、その場合には、窓口で保険証を提示し一部負担金を支払うほかに『療養費支給申請書』に署名しなければなりません。

この申請書には施術内容・回数などが記載されますので、内容をしっかり確認の上、署名をお願いします。

また、請求内容を確認するため、市から施術内容などを照会することがありますので、必ず領収書をもらうようにしましょう。医療費の適正化にご協力をお願いします。

を受けるかたは、特定健診の項目を含んでいますので受ける必要はありません。

●後期高齢者人間ドック・脳ドック費用の一部助成

問保険年金課(☎574-6641)、岡部市民生活課(☎585-5496)、川本市民生活課(☎583-2783)、花園市民生活課(☎584-1121)

対象 ●次の要件をすべて満たすかた

- 受検日に後期高齢者医療保険の被保険者で、市内に6か月以上住所を有する
- 後期高齢者医療保険料を完納している世帯に属する
- 国民健康保険の人間ドックなどの助成金を受けていない

助成額 ●17,500円

問受検後に、後期高齢者医療被保険者証、検診料の領収書、振込口座の

通帳をお持ちの上、問い合わせ先へ

※人間ドック・脳ドックどちらか一方のみが対象となります。

※申請月の翌月末までに、申請された口座へ振り込みます。

●男女共同参画週間
6月23日(月)～29日(日)

問L・フォルテ(☎573-4761)

男性と女性がお互いに認め合い、それぞれの個性と能力を発揮できる『男女共同参画社会』の実現の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。

今年のテーマは、『家事場のパパイカラ』です。男女共同参画の実現は、『企業人としての男性』や、家庭で働く女性のパートナーである『家庭人としての男性』など男性の意識や行動も大変重要です。

また、パネル展『災害と男女共同参画』を6月13日(金)～19日(木)まで、キララ上柴で開催します。

心の広場



岡部小学校4年(現5年) 新田菜由さん

わたしのゆめ

わたしは、人権教室でお話に来られた荒井一夫先生からたくさんのお話を伺いました。とくに鳩保己一、むかしの本を集めて、いんさつしようと考えたことや、その数は、六六六冊にもなり、四〇年かけてその仕事をやりとげたことなどです。そのお話の中で「だれだっていっしょうけんめい勉強すればゆめはかなえられるんだからがんばって勉強しよう。」とおっしゃっていました。

その日以来、家に帰ってから勉強をするようになりました。それまでは、20分か30分くらいしか自主勉強をやっていませんでした。でも、その後は40分くらいやるようになりました。そうするとうれしいことに、にがてな算数でもできるように became ました。

わたしは、お母さんに、「まゆちゃんゆめはなあに？」とよく聞かれます。わたしは、「デザイナーになることだよ。」聞かれた時、いつもそう答えていました。

何でデザイナーになりたいと思う

ようになったかと言うと、わたしは小さいころから絵をかくのが好きで、キャラクターの絵をかくていました。それが5才くらいのころから、いろいろな洋服の絵をかくのが好きになりました。そして、いつか大人になったら、デザイナーになりたいなと思うようになったのです。その日お母さんは、「なんでデザイナーになりたいの？」と聞き返してきました。わたしは「デザイナーになって、先生やお母さんや友達や、いろいろな国に住んでいる人たちに、私のデザインした洋服を着てよるこんでもらいたいからだよ。」と答えました。それを聞いたお母さんは、「本当になりたいんだしたら英語や、算数ができなくちゃならないよ。」と言いました。

「いっしょうけんめい勉強すれば、ゆめはかなえられる。」その言葉を思い出して、わたしは毎日算数の自主勉強をやることにしました。そうすると算数が楽しくなってきました。いまままでできなかった問題がすらすらと、とけるようになってきました。

わたしは自分のゆめが少し近づいてきたような気持ちになりました。妹はモデルになりたいと言っています。大人になったら、わたしのデザインした洋服を着てもらいたいのです。だから、できることをいっぱいやってほしいにデザイナーになりたいと今は強く思っています。そして、鳩保己一のように一生仕事をつづけて多くの人をよるこばせたいです。

●子どもの人権110番強化週間

問さいたま地方方法務局と県人権擁護委員会では、子どもが安心して気軽に相談できる『子どもの人権110番』を設置しています。強化週間として、一人でも多くの子どもたちからの相談を受け付けます。

期間 ●6月23日(月)～29日(日)

時間 ●午前8時30分～午後7時

※28日(土)・29日(日)は午前10時～午後5時

相談電話 ●(☎)0120-0007-

110)

相談担当者 ●法務局職員・県人権擁護委員会子ども人権委員会委員(秘密は厳守します)

●市提携保養所「ファミリーオ新治」をご利用ください

問ファミリーオ新治(☎)0278-20-6060)

三國峠の麓にある市の提携保養所で、市内在住・在勤者は、一般のかたより安い料金で宿泊できます。

宿泊利用料金 (1泊2食付き、消費税、サービス料込み)		
区分	利用料金	備考
大人	6,000円	平日(特定日、繁忙期を除く)前日および休日
	7,000円	土・休日
小人	7,477円	繁忙期
	4,500円	平日(特定日、繁忙期を除く)前日および休日
	5,500円	土・休日
	5,977円	繁忙期

●光化学スモッグにご注意ください

問県大気環境課(☎)048-830-3051)

※別途入湯税あり

※宿泊料金は、シーズンにより異なります。詳しくは問い合わせ先へ

宿泊予約 ●直接問い合わせ先へ

5～9月は光化学スモッグが発生しやすい時期で、特に夏季に多く発生します。

光化学スモッグは、目や喉の粘膜に刺激を与え、健康被害を引き起こすことがあります。

光化学スモッグ注意報が発令されたら、屋外での激しい運動を避けましょ



平成25年度 深谷市スポーツ栄誉賞

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



- 阿部敏弘さん(日本代表選手団) = ソチ2014パラリンピック冬季競技大会アルペンスキー・第6位
 - 村岡桃佳さん(日本代表選手団) = ソチ2014パラリンピック冬季競技大会アルペンスキー・第5位
 - 大沢充さん(西島) = 2013年世界マスターズパワーリフティング選手権大会マスターズIV・74kg級・第1位
 - 猪野真史さん(上野台) = 第68回国民体育大会 ソフトボール競技・全国第1位
 - 坂本寛明さん(東京成徳大学深谷高校) = 第31回全日本高等学校パワーリフティング選手権大会・全国第1位
 - 福山貴男さん(深谷クラブ) = 日本スポーツマスターズ2013ソフトテニス・全国第1位
 - 井上まちなさん(市ベタング連盟)、今泉君子さん(市ベタング連盟) = 2013年世界女子ベタング選手権大会出場
 - 大澤廣美さん(市ベタング連盟) = 第28回日本ベタング選手権大会・第1位
 - 深谷第一高校弓道部 = 平成25年度全国高等学校総合体育大会弓道競技大会第58回全国高等学校弓道大会・第2位
 - 正智深谷高校女子卓球部 = 2013エジプトジュニア&カデットオープン・第1位
- ※所属校は大会当時

- 埼玉選抜チームより
小嶋雛乃さん・滝田成美さん・瀧上果菜さん(川本中学校)
 - 阿部美穂さん・黒澤百合花さん・沼尻美咲さん・田辺早保さん・葉原方琳さん・茂木るみなさん・高野美蘭さん・酒井翔咲さん(花園中学校)
 - JOCジュニアオリンピックカップ第9回都道府県対抗全日本中学生女子ソフトボール大会・第2位
- ※所属校は大会当時

保険料などを含む)
申7月11日(金)までに、市体協事務局(生涯学習課内)へ
※用具(ラケット・シューズ・タオル・飲み物)は、各自で用意してください。
※未成年者の申し込みは、保護者の承諾印が必要です。

市民剣道大会

市剣道連盟・高山さん(☎090-4727-5941)
対象●連盟登録者・市内団体所属者
および市内在住か在勤で連盟が認められたかた
とき●7月21日(祝)(開場11午前8時)

市民軽スポーツ教室

市スポーツ推進委員協議会事務局(生涯学習課内) ☎572-19581
対象●小学生以上で大人同伴
定員●各先着60人
参加料●1人100円(保険料を含む)
1 川本会場
とき●ところ●6月17日(火)・19日(木)・24日(火)・26日(木)(全4回) 午後

スポーツ・レクリエーション

ニーススポーツセミナー2014 in 県北
市レク協事務局(生涯学習課内) ☎572-19581
対象●オープン(小学生だけの参加は保護者の承諾が必要)
とき●6月8日(日)午後1時30分〜4時 受付11午後1時
ところ●市民体育館
内容●鴨んバレー、室内ベタング、チャレンジ・ザ・ゲーム
※参加希望のかたは、当日会場にお越しください。

を給付する制度です。
②生物由来製品が原因で感染症にかかり、入院治療が必要な程度の疾病や障害などの健康被害を受けたかたへ医療費などを給付する制度です。
救済制度に関する問い合わせ●独立行政法人医薬品医療機器総合機構救済制度相談窓口(☎0120-149-1931)

世界遺産登録勸告記念『渋沢栄一関連施設』と世界遺産(候補)を歩く・15km

生涯学習課(☎572-9581)
対象●市内在住者(小学生以下は保護者同伴)
とき●6月29日(日)雨天決行(受付=午前8時30分〜)
集合場所●中宿歴史公園
コース●中宿歴史公園(出発式=午前9時〜)〜旧渋沢邸『中の家』〜青淵公園(休憩・昼食)〜渋沢栄一記念館〜尾高惇忠(富岡製糸場初代所長)生家〜道の駅おかべ(午後3時到着予定)
当日集合場所で受け付け
※持ち物 = 弁当・雨具・ビニールシート



7時〜8時30分・川本農業者トレーニングセンター
種目●室内ベタング、鴨んバレーほか
申6月12日(木)までに、問い合わせ先へ

2 花園会場

とき●ところ●7月8日(火)・10日(木)・15日(火)・17日(木)(全4回) 午後7時〜8時30分・花園公民館体育室
種目●ドッチビー、ファミリアード、ミントンほか
申6月26日(木)までに、問い合わせ先へ

レクダンス普及講習会

深谷・大里レクリエーション指導者協議会・久住さん(レク指協事務局) ☎594-6690・ec_tukyva@yahoo.co.jp・☎366-0052 上柴町西5-7-7(36-304)、犬塚さん(☎588-6934)
対象●市民、レクリエーション・ダンス愛好者
とき●6月29日(日)午後1時30分〜3時30分
ところ●深谷公民館体育室
募集人員●100人
参加料●1,000円(当日集金、保険料・資料代を含む)
申6月23日(月)までに、氏名・郵便番号・住所・電話番号を記入の上、郵送かファクス、メールで問い合わせ先へ

早期ソフトテニス教室

市ソフトテニス連盟・渋沢さん(☎090-2404-5784)
対象●市内在住か在勤・在学の中学生以上のかた
とき●7月19日〜8月17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●1,500円(ボール代・

その他

故森田三三氏が叙位受章
このほど故森田三三氏(元深谷市議会議員)が、正六位に叙されました。

県内市町村職員採用合同説明会

国彩の国さいたまづくり広域連合(☎048-664-6681)
とき●7月10日(木)午後1時〜6時(入場11午後5時まで)
ところ●さいたまスーパーアリーナ
内容●市町村ごとに設置するブラスで、市町村の特色や職員の募集状況、勤務条件、仕事の内容などについて人事担当者から直接話を聞くことができます。

レングを活かしたまちづくり

都市計画課(☎574-6654)
市では、公共施設の建設にレングを使用するなど、レングの色彩、温もり、美しさが、訪れる人や住んでいる人に感動を与えるようなまちづくりを進めています。
市民のかたにもこのレングを活かしたまちづくりを共に進めていただきたいという趣旨から、『深谷市レングのまちづくり条例』を施行し、レングおよびレング調タイルを使用した建築物の建築主に対し、奨励金を交付しています。
皆さんも一緒にレングのまちづくりませんか。

祝!! 100歳



吉橋ふくさん(上柴町西)4月16日生

【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範囲が拡大します。詳しくはお問い合わせください。

第46回シラコバト賞
心あこがれ応募ください！
岡彩の国コミュニティ協議会事務局 (048-830-2819)
彩の国コミュニティ協議会は、地域貢献活動を行う個人および団体へシラコバト賞を贈呈し、その活動と功績を顕彰しています。地域活動を行っている個人のかたや団体を推薦ください。

受賞対象となる条件や推薦方法などの詳しい内容は、ホームページをご覧ください。問い合わせください。

革靴製造業に係る家内労働者の最低賃金を改正
岡崎玉労働局賃金室 (048-600-6205)
平成26年4月25日以降、革靴製造業に係る製甲または底付けの業務を委託する場合には、改正された最低賃額以上の賃金を支払う必要があります。最低賃額など詳しくはお問

6月30日(月)は



市県民税 1期

の納期限です。

問 収税課 574-6639

【夏季一日公庫(融資相談会)】
問 日本政策金融公庫熊谷支店 (521-2731)
日本政策金融公庫の融資制度は全て固定金利型になりますので、お気軽にご相談ください。

【Lフォルテ図書室休館日】
問 Lフォルテ (573-4761)
休館日 ● 6月2日(月)・9日(月)・13日(金)・16日(月)・23日(月)・30日(月)・7月7日(月)・11日(金)・14日(月)・22日(火)・28日(月)

【夏季一日公庫(融資相談会)】
問 日本政策金融公庫熊谷支店 (521-2731)
日本政策金融公庫の融資制度は全て固定金利型になりますので、お気軽にご相談ください。

【水道工務課】
問 水道工務課 (574-6661)
次の工事店を新たに指定しました。
■ 誠建設(有) (深谷市・573-3850)

【平成26年経済センサス・基礎調査】
問 商工振興課 (574-6650)
総務省および経済産業省では、『平成26年経済センサス・基礎調査および商業統計調査』を7月1日(火)現在で一体的に実施します。

この調査は、商店や工場、営業所、事務所、学校、旅館、学習塾、病院、寺院など、全ての事業所が対象となる大規模な統計調査です。事業の内容、従業員数など基本的な項目のほか、商業を営む事業所は、年間商品販売額、売場面積、営業時間などを調査します。

今月から県が任命した調査員が各事業所へ訪問して調査票を配布・回収する調査を実施します(傘下に複数の営業所を有する企業などには、郵送などにより調査票を配布・回収)。調査結果は、地方消費税の配分、GDP(国内総生産)推計、経済対策など、国や地方公共団体の行政施策の重要な基礎資料として活用されますので、ご協力をお願いします。

※調査員が訪問する場合は、必ず調査員証を携帯しています。

酒蔵の映画館 深谷シネマ

6月のご案内
※④の開始時間が変更になりました

定期上映時間
①午前10時30分～
②午後1時30分～
③午後4時30分～
④午後8時00分～

通常料金 1,000円
障がい者 900円
問 NPO市民シアター・エフ (551-4592)
※火曜日定休

●7番房の奇跡
(韓国・127分・字幕)
とき 6月7日(出まで)①③
内容 仲のいい父娘を襲つた悲劇と奇跡を描く

●妻子さんと
(日本・95分)
とき 6月7日(出まで)②④
内容 大嫌いな母の遺骨を手にその故郷を訪ねた娘が、心外な感情を自覚めさせる

●いつても夢を
(日本・86分)
とき 6月8日(出)～14日(出)①
内容 吉永小百合、橋幸夫、浜田光夫3大スターの共演で描く青春讃歌

●大統領の執事の涙
(米・132分・字幕)
とき 6月8日(出)～14日(出)②④
内容 奴隷から大統領の執事となった黒人男性の感動実話

●ジヨバニの島
(日本・100分・アニメ)
とき 6月15日(出)～21日(出)②③
内容 戦後、北方四島で起きたソ連の侵攻を島民の視点で描く

●家族の灯り
(示ルトガル/仏・91分・字幕)
とき 6月15日(出)～21日(出)④
内容 刑務所帰りの息子と老家族との葛藤

●あ、ひめゆりの塔
(日本・125分)
とき 6月22日(出)～28日(出)①
内容 大戦末期沖縄で起きた悲劇を吉永小百合主演で再映画化

●家路
(日本・118分)
とき 6月22日(出)～28日(出)②④
内容 震災で故郷を失った家族の絆の行く末

●銀の匙Silver Spoon
(日本・111分)
とき 6月29日(出)～7月5日(出)②④
内容 目的もなく農業高校に入学した少年の成長を高らかに描く青春感動ドラマ

●東京難民
(日本・130分)
とき 6月29日(出)～7月5日(出)③
内容 ネットカフェ難民から転落してゆく人生を描く問題作

あなたの起業を応援します

問 深谷商工会議所 (571-12145)、ふかや市商工会 (584-2325)、商工振興課 (574-6650)

対象 ● 市内在住で、市内で新たに事業を開始し、申請時に事業を開始してから6か月を経過しないかた(そのほか要件あり)

補助対象経費区分	内訳	補助率	補助限度額
事業所等開設経費	・事業所などの開設にかかる設備・備品購入費 ・設備設置などの経費(消耗品費および税の性質を有するものは除く)	2分の1以内	10万円
広告宣伝費	・事業開始時における新聞広告費 ・チラシの製作や配布に要する経費	2分の1以内	10万円
商業登記費	・(法人)設立登記に要する費用 ・(個人)商号登記に要する費用	2分の1以内	10万円

※国や県、他の団体などから起業に関連する補助金の交付を受けた場合は、補助対象経費から除きます。

●事業主のかたへ「男女雇用機会均等法」について
問 岡崎玉労働局雇用均等室 (048-600-6210)
7月1日(火)から、『改正男女雇用機会均等法施行規則』などが施行され、禁止される『間接差別』の対象

【平成25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条の規定などに基づき、平成25年度公益通報の件数などを公表します。

平成25年度 (平成25年4月～平成26年3月)	
通報件数	1件
受理件数	1件
調査の実施	1件
措置の実施	1件

深谷駅市民サービスセンター使用料

利用区分	昼間	夜間	全日
利用時間	午前9時～午後5時(1時間)	午後5時～8時(1時間)	午前9時～午後8時
ギャラリー1	600円	650円	5,500円
ギャラリー2	600円	650円	5,500円

【深谷駅市民ギャラリーをご利用ください】
問 深谷駅市民サービスセンター (574-6333)
駅市民ギャラリーは、美術展やフランダースの練習などさまざまな用途で利用できる施設です。どなたでも利用できますので、お気軽にお問い合わせください。

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。

【深谷市指定給水装置工事業者】
問 水道工務課 (574-6661)
次の工事店を新たに指定しました。
■ 誠建設(有) (深谷市・573-3850)

【平成26年経済センサス・基礎調査】
問 商工振興課 (574-6650)
総務省および経済産業省では、『平成26年経済センサス・基礎調査および商業統計調査』を7月1日(火)現在で一体的に実施します。

この調査は、商店や工場、営業所、事務所、学校、旅館、学習塾、病院、寺院など、全ての事業所が対象となる大規模な統計調査です。事業の内容、従業員数など基本的な項目のほか、商業を営む事業所は、年間商品販売額、売場面積、営業時間などを調査します。

今月から県が任命した調査員が各事業所へ訪問して調査票を配布・回収する調査を実施します(傘下に複数の営業所を有する企業などには、郵送などにより調査票を配布・回収)。調査結果は、地方消費税の配分、GDP(国内総生産)推計、経済対策など、国や地方公共団体の行政施策

【あなたの起業を応援します】
問 深谷商工会議所 (571-12145)、ふかや市商工会 (584-2325)、商工振興課 (574-6650)

対象 ● 市内在住で、市内で新たに事業を開始し、申請時に事業を開始してから6か月を経過しないかた(そのほか要件あり)

【中小企業者向け制度融資】
問 深谷商工会議所 (571-12145)、ふかや市商工会 (584-2325)、商工振興課 (574-6650)

市内の中小企業者で、事業資金を必要とされるかたは、ぜひご利用ください。

制度融資名	融資限度額	融資利率	融資期間	信用保証料
小口資金	1,250万円	1.70%	運転資金 10年以内 設備資金 12年以内	0.45～1.59%
特別小口資金	1,250万円	1.70%	運転資金 10年以内 設備資金 12年以内	0.80%

※各制度とも県信用保証協会の保証を付すことが条件となります。
※小口資金、特別小口資金を利用したかたが期間内に完済した場合、完済奨励金を補助します。

各 種 無 料 相 談

	担当	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	午前10時30分～午後6時	-
行政相談	市民課 ☎574-6633	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	市民課 ☎574-6633	相続、離婚、金銭貸借、商取引などの法律に関する相談 予約制	火曜日、毎月第1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	市民課 ☎574-6633	市民生活に関する相談	月～金曜日午前9時30分～正午、 午後1時～4時30分 ※受け付けは午後4時まで	市役所北別館 市民相談室
消費生活相談	市民課 ☎574-6640	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	市民課 ☎574-6633	土地や建物の売買、賃貸など、不動産に関する相談	毎月第1火曜日午前9時～正午 ※受け付けは市民課へ	市役所西別館 会議室
交通事故相談	交通事故相談所 ☎048-830-2963	交通事故に関する相談	月～金曜日 午前9時～午後4時30分	県庁第2庁舎 交通事故相談所
教育相談	教育研究所 ☎572-9456	子どもの発達障害や、不登校・いじめ・非行など、学校生活上の不適応や悩みについての相談	月～金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時30分 ※ファクス・メールは24時間受け付け ☎0120-4-78374 ✉e-net@city.fukaya.saitama.jp	教育研究所
よろず人権相談	人権政策課 ☎574-6643	生活全般で感じた人権上の困り事や悩みなどの相談 ※事前予約可	毎月10日・25日 午前10時～正午、午後1時～3時 ※土・日曜日、祝休日の場合は翌開庁日	市役所西別館 会議室
女性の悩み相談室	L・フォルテ ☎573-4761	仕事・家庭・夫婦の悩みなどの相談 予約制	毎月第1・3水曜日 午前10時～正午、午後1時～3時	市役所本庁舎2階 相談室
DV問題法律相談	L・フォルテ ☎573-4761	配偶者やパートナーからの暴力などに関する相談 予約制	7月17日(木)午後1時30分～4時	キララ上柴 ミーティングルーム2
税務相談	市民税課 ☎574-6637	税理士による税一般に関する相談	毎月20日午前10時～午後4時 ※土・日曜日、祝休日の場合は翌開庁日	市役所西別館 会議室
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	キララ上柴 ミーティングルーム1
ふるさとハローワーク	ふるさとハローワーク ☎551-2501	求人情報提供、職業相談・紹介 ※雇用保険など一部業務はハローワーク熊谷のみ取り扱い	月～金曜日 午前9時～午後5時	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	就労や進路に悩みを抱えている若者と保護者の相談 予約制	月・水～土曜日 午前9時30分～午後5時30分	セツ梅酒造跡 (深谷町9-12)
乳幼児相談	保健センター ☎575-1101	未就学児とその保護者を対象とした、身長・体重の測定、発育・栄養・発達・子育ての相談(希望者)	6月 9日(月)午前10時～11時30分 6月16日(月)午前10時～11時30分 6月18日(水)午前10時～11時30分 6月23日(月)午前10時～11時30分	おかへ子育て支援センター 深谷市保健センター 花園保健センター 川本子育て支援センター
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 午前8時30分～午後5時15分	深谷市保健センター
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	6月 5日(木)午前10時～正午 7月 8日(火)午後2時～4時	深谷市保健センター
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2・4水曜日午後1時～5時15分 ※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	6月24日(火)午前10時～11時、午後5時30分～6時30分 7月3日(木)午後1時30分～2時30分	熊谷保健所

※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。

市ホームページ、市モバイルサイトからも、上記の内容をご覧いただけます

■ホームページ <http://www.city.fukaya.saitama.jp/> ■モバイルサイト <http://www.city.fukaya.saitama.jp/mobile/>



主 な 施 設 か ら の お 知 ら せ

パソコン教室

ところ	講座名	内容	とき(7月)	定員	参加料	対象
深谷公民館 ☎571-0506	インターネット入門	ホームページの閲覧、お気に入りへの登録など	7日(月) 8日(火) 午前9時～11時45分	先着18人	500円(資料代)	日本語入力ができるかた
	Word入門	基本的な文書の作成(文書の装飾、写真の挿入など)	22日(火) 23日(水)	先着18人	500円(資料代)	日本語入力ができるかた
上柴公民館 ☎572-9001	パソコンで日記をつけよう	気軽に日記が書ける無料ソフトの体験。入力練習に最適	5日(土) 午後1時～3時45分	先着20人	500円(資料代)	パソコンの基本操作ができるかた
	アイロンプリント作成	デジカメ写真をアイロンプリントし、オリジナル作品の作成	17日(木) 午前9時～11時45分	先着20人	500円(資料代)	パソコンの基本操作ができるかた
	アルバムを作ろう	写真とコメントを自由に配置したアルバムの作成	29日(火) 30日(水)	先着20人	500円(資料代)	パソコンの基本操作ができるかた

■対象 市内在住か通勤者で、各対象要件を満たすかた
問 6月24日(火)午前9時から参加料を上記の公民館へ(受付=平日の午後5時15分まで)

グリーンパーク・パティオ(☎574-5000・火曜日休館)

■市民限定2割引券を市役所本庁舎・総合支所・公民館で配布していますのでご利用ください。

営業時間	入場料
午前10時～午後9時(最終入場は午後8時15分)	一般=1,000円、小・中学生=500円

行事名	とき・内容	備考
ラウンドフィットネス	1回30分程度の運動で運動不足を解消	参加料/一般=300円、プール利用者=無料
水泳教室・フロア教室	初心者・初中級者・中上級者水泳教室、脱ペイン・凸凹(脱メタボ)・リラトレフロア教室・卓球教室	詳しくはホームページかチラシ、またはパティオまで
6月無料園芸相談	専門相談員の相談日は6月15日(日)	花き振興担当職員の相談は、随時受け付けています。
フリーマーケット出店者募集	6月22日(日)午前10時～午後3時	詳しくはホームページまたはパティオまで
コケ玉づくり教室	6月28日(土) ①午前10時30分～正午 ②午後1時30分～3時 ミニ観葉コケ玉とコケ玉デコレーション 講師/伊東利浩氏	ところ/フラワーホスピタル 定員/各10人 対象/小学生以上(低学年は要保護者同伴) ※汚れても良い服装 問 6月20日(金)までに往復はがきでパティオへ

図書館

ところ	イベント名	内容	とき	備考
深谷図書館 ☎571-8210	ちいさい子のためのおはなし会	絵本、紙芝居、手遊びなど	6月12日(木) ①午前10時30分～ ②午前11時～	対象/0～3歳くらい ①②とも同じ内容です。 各20分程度
	おはなし会	絵本、ストーリーテリング(語り)、紙芝居など	6月28日(土) 午前10時30分～	対象/幼児・小学校低学年 30分程度
岡部図書館 ☎585-5968	えいが会	『おむすびころりん』10分 『くまのおいしゃさん』23分	6月21日(土) 午前11時～	対象/幼児・小学校低学年 30分程度
川本図書館 ☎583-6250	おはなし会	絵本『あわてんぼらいおん』、紙芝居『いばりんぼのパンプくん』、折り紙	6月14日(土) 午後2時～	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	たまてばこ(玉手箱)	1部:パネルシアターと映画『七夕ものがたり』20分 2部:絵本、紙芝居、エプロンシアター、手品、手遊びなど	7月 5日(土) 午後2時～	対象/幼児・小学校低学年 1・2部各30分程度

■図書館休館日(4館共通) 【6月】2日(月)・9日(月)・13日(金)・16日(月)・23日(月)・30日(月)
【7月】7日(月)・11日(金)・14日(月)・22日(火)・28日(月)

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
6月1日(日)	高橋眼科医院	☎571-0318
6月8日(日)	神足眼科医院	☎574-6754

※変更になる場合がありますので、受診される場合は事前に電話でご確認ください。
 ※携帯電話からもご確認いただけます。☎http://www.city.fukaya.saitama.jp/mobile/

休日急患の診療

休日急患診療所

診療日 6月 1日・8日・15日・22日・29日
7月 6日・13日・20日・27日

診療時間 午前9時～正午
(受け付け:午前9時～11時30分)
午後2時～5時
(受け付け: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 6月 1日・7日・8日・14日・15日・21日・22日・28日・29日
7月 5日・6日・12日・13日・19日・20日・21日・26日・27日

診療時間 午後7時～10時
(受け付け:午後7時～9時30分)

診療科目 小児科・内科(こども)

※診療場所は、総合健診センター・休日急患診療所(☎573-7723・常盤町62-2)です。
 ※日時は、携帯電話からもご確認いただけます。☎http://www.city.fukaya.saitama.jp/mobile/

母子保健

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、離乳食教室を除く)の対象者へは、個別に通知を発送しています。

深谷 深谷市保健センター(☎575-1101) **川本** 川本保健センター(問い合わせは深谷市保健センターへ)
総合 総合健診センター(問い合わせは深谷市保健センターへ) **花園** 花園保健センター(問い合わせは深谷市保健センターへ)

事業名	対象者区域	会場	実施日時	対象者など		
マタニティ教室	全区域	深谷	6月 6日(金) 午前9時20分～正午 8月 1日(金) (受け付け:午前9時10分～20分)	おおむね妊娠中期(16～27週)のかた ※要電話予約 ■たまごコース:妊娠中の保健、母乳について、アロマ体験、シートベルト・チャイルドシートについて ■クッキングコース:妊娠中の栄養について、調理実習		
			7月 4日(金) 午前9時30分～午後0時30分 (受け付け:午前9時20分～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など、市の事業の話		
			6月21日(土) 午前9時30分～正午 7月19日(土) (受け付け:午前9時20分～30分)			
離乳食教室	全区域	深谷 花園	6月10日(火) 7月 8日(火) (受け付け:午前9時45分～10時) 7月18日(金)	おおむね3～5か月児 ※1週間前までに要電話予約 (託児を希望されるかたは、予約時にご相談ください)		
4か月児健康診査	深谷/岡部	深谷	6月 3日(火) 6月17日(火) 6月24日(火) 7月 2日(火) (受け付け:午後1時～1時30分) 7月15日(火) 7月25日(金)	平成26年1月16日～2月15日生まれ 平成26年2月16日～3月15日生まれ		
			川本/花園	花園	7月11日(金)	平成26年2月 1日～3月15日生まれ
1歳6か月児健康診査	深谷/岡部	深谷	6月 5日(木) 6月19日(木) 6月25日(木) (受け付け:午後1時～2時) 7月10日(木) 7月24日(木)	平成24年11月 1日～12月 5日生まれ 平成24年12月 6日～12月31日生まれ		
			川本/花園	花園	7月22日(木)	平成24年11月 1日～12月31日生まれ
3歳児健康診査	深谷/岡部	深谷	6月12日(木) 6月26日(木) 7月 3日(木) (受け付け:午後1時～2時) 7月17日(木) 7月31日(木)	平成22年11月 1日～11月24日生まれ 平成22年11月25日～12月31日生まれ		
			川本/花園	花園	6月13日(金)	平成22年11月 1日～12月31日生まれ
BCG予防接種	全区域	総合	6月10日(火) 6月23日(月) (受け付け:午後1時～1時30分) 7月 8日(火) 7月23日(木)	5か月以上12か月未満 ※集団接種を希望するかたは電話で保健センターにご予約ください。個別接種を希望するかたは直接医療機関にご予約ください。		

※「乳幼児相談」や「健康相談」などをご利用のかたは、25ページの「各種無料相談」をご覧ください。

医療機関を受診する前に

● 埼玉県小児救急電話相談『#80000』
 休日や夜間の子どもの急病時に、経験豊富な看護師が直ちに医療機関を受診する必要があるかや、家庭での対処方法などをアドバイスします。

電話番号 ☎#80000

(NTTのフッシュコ回線、携帯電話)

☎048-8333-7911

● 埼玉県救急医療情報センター
 救急車を呼ぶほどではないが、休日や夜間などに診察してくれる医療機関が分からないときに、24時間体制で受診可能な医療機関のご案内をしています。

相談時間 平日(月～土曜日)午後7時～翌日午前7時
 休日(日曜日、祝日、年末年始)午前9時～翌日午前7時

電話番号 ☎048-824-4199(24時間対応)

● 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1万か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



事業名	内容	とき	ところ	備考
体験保育	親子で保育園体験 今日は何をするのかな?	水曜日午前中	ふき	要予約
		6月13日(金)午前10時～11時		2歳児、要予約
		6月20日(金)午前10時～11時	深谷・深谷西・藤沢	3歳以上児、要予約
		7月 4日(金)午前10時～11時		0・1歳児、要予約
ふれあいあそび	親子のふれあいを大切にしながらあそびましょう	6月10日(火)・17日(火)午前10時～正午	深谷	
		6月11日(水)・18日(水)午前10時～正午	藤沢	
		6月12日(木)・19日(木)午前10時～正午	深谷西	
ジュニア	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	6月16日(月)午前10時～正午	深谷	
		7月 7日(月)午前10時～正午	藤沢	
お誕生会	みんなで祝いましょう	6月25日(水)・7月25日(金)午前11時～11時30分	花園二	
		7月31日(木)午前11時～11時30分	ふき	
身体測定会	身長・体重をはかってみましょう	6月25日(水)・7月25日(金)午前10時～11時	花園二	
		7月10日(木)午前10時～11時	ふき	
運動遊び	親子で楽しく体を動かしましょう	火曜日午前9時30分～正午	エンゼ	要予約
親子体操	親子で楽しく体を動かしましょう	金曜日午前9時30分～11時	川のこ	要予約
造形遊び	親子で楽しく製作をします	水曜日午前9時30分～正午	エンゼ	要予約
あそぼう会	親子で楽しく製作をします	金曜日午前10時～正午	花園二	
季節の遊び	季節に合った製作を親子で楽しめます	木曜日午前9時30分～正午	エンゼ	要予約
ジムナスティック	親子体育・英語あそび	6月23日(月)午前10時～正午	深谷ビッグタートル	④深谷・深谷西・藤沢へ
親子エクササイズ	親子で楽しみながら体を動かしましょう	7月 1日(火)午前10時～11時	キララ上柴	1歳半以上児と親 先着30組、要予約 ④明戸・おかべ・川本へ
パワフルらんど	わくわく・おはなし教室が、いっぺんに楽しめます	7月 3日(木)午前10時30分～11時30分	はたらふれあい館	④明戸へ
ファーム体験	親子でたくさんじゃがいもを掘ってみよう!	7月 4日(金)午前10時30分～正午	寄居のこキッズ保育園の畑	要予約 ④川のこへ
わくわくらんど	わくわく・おはなし教室が、いっぺんに楽しめます	7月10日(木)午前10時30分～11時30分	豊里公民館	④おかべへ
ハートフル広場	お子さんの発達について、保健師がアドバイスします	7月15日(火)午前10時30分～11時30分	明戸	
ベビーオイルマッサージ	親子で楽しみながら、ベビーオイルマッサージ	7月15日(火)午前10時30分～11時30分	川本	1歳未満児と親 先着20組、要予約
リトミック	専門講師による音楽・リズム遊びを親子で楽しめます	7月24日(木)午前11時～正午	エンゼ	要予約
バス内保育体験	親子で園バスに乗ってみませんか?	7月29日(火)午前10時30分～正午	川のこ	要予約

.....子育てワンポイントアドバイス.....



第二さくら保育園
山口ゆり子園長

お友達と一緒に楽しいな

新入園の子どもたちも、すっかり保育園の生活に慣れて、落ち着いた生活ができていく頃ではないでしょうか。初めての場所、初めての仲間の中で、どんなに子どもたちは緊張したことでしょう。泣き別れの際に保護者のかたがたは辛かったことでしょう。でも2か月が過ぎ慣れてくると保育園に向かう子どもの足取りがだいぶ軽くなったのではないのでしょうか。ここまでくると保護者のかたはホッとひと安心ですね。

どんなに小さな子どもでもお友達が大好きです。0歳児の赤ちゃんは、おもちゃで遊ぶお友達に自分から近寄って

手を伸ばし関わろうとします。ハイハイでお友達の後を楽しそうに追い掛けます。1歳児の子どもは「まねっこ大好き」の時期です。「一人でパンツもズボンもはけるもん!!」と友達のように一生懸命、パンツに足をつっこみます。お家では食べなかつた苦手な野菜だってまねっこでスプーンをお口に運び、ゴクン!「食べちゃったよ!!」と得意顔。お散歩でつまづき泣きだしたお友達に駆け寄り、「大丈夫?」と言うように顔をのぞき込み、そっと手をつないでくれます。

他者を思いやる心はこんな小さな頃から育まれているのかと感心します。お友達と一緒に遊ぶのが楽しいという生活が、子どもの自我と意欲を豊かに育ててくれます。

どんどんとお友達との世界を広げていくこれからの生活が本当に楽しみです。友達の輪の中で元気な声が聞こえそうです。



子育て支援センター

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。

明戸	明戸子育て支援センター	☎573 - 5115	
おかべ	おかべ子育て支援センター	☎585 - 4101	火～土曜日 午前8時30分～午後5時
川本	川本子育て支援センター	☎583 - 2233	
深谷	深谷保育園ハート・PoPo子育て支援センター	☎551 - 6333	
深谷西	深谷西保育園ハート・PoPo子育て支援センター	☎573 - 0005	月～土曜日 午前8時30分～午後5時
藤沢	深谷藤沢保育園ハート・PoPo子育て支援センター	☎551 - 5055	
すみれ	すみれ保育園子育て支援センター	☎571 - 2770	月・水・金曜日 午前8時30分～午後1時30分
あけぼ	あけぼの保育園子育て支援センター	☎572 - 0022	月～金曜日 午前9時30分～午後2時30分
エンゼ	エンゼル子育て支援センター	☎585 - 0462	火～木曜日 午前8時30分～午後1時30分
ふき	子育て支援ふきのとう	☎585 - 1491	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	☎583 - 2771	火・水・金曜日 午前9時30分～午後2時30分
花園二	花園第二保育園子育て支援センターオアシス	☎584 - 2266	月～金曜日 午前10時～午後4時
桜ヶ丘	桜ヶ丘子育て支援センター	☎571 - 6941	火～土曜日 午前9時～午後5時

◆予約制のものは、前月10日からお申し込みいただけます。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。

事業名	内容	とき	ところ	備考	
育児相談	子育ての悩みを一緒に考えましょう	開所時間内	各支援センター(花園二除く)		
		月～金曜日午後1時～3時	花園二	要予約	
広場	事業のない時間に、子育て支援センターを開放しています	開所時間内(事業のない時間)	各支援センター	詳細はお問い合わせください。	
		月～土曜日午前8時30分～午後5時	深谷・深谷西・藤沢	園庭開放	
わくわく教室	親子でたっぷりスキンシップを取って遊べるひとときです	水曜日午前10時30分～11時30分	明戸・おかべ・川本	詳細はお問い合わせください。	
		7月 2日(水)・ 9日(水)・16日(水)・23日(水) 午前10時30分～11時30分	桜ヶ丘	要予約、先着20組	
		7月30日(水)午前10時30分～11時30分	明戸・おかべ・川本	お誕生会	
		7月30日(水)午前10時30分～11時30分	桜ヶ丘	お誕生会 要予約、先着20組	
おはなし教室	豊かな心をはぐくむ絵本やお話の読み聞かせです	火・水曜日午前9時30分～11時	川のこ	要予約	
		水曜日午前11時～11時15分	花園二		
		金曜日午前10時30分～11時30分	明戸・おかべ・川本	詳細はお問い合わせください。	
		7月 4日(金)・18日(金)午前10時30分～11時	桜ヶ丘	要予約、先着20組	
給食体験	年齢に応じた給食を食べます	水曜日	ふき	先着順、要予約 費用負担あり	
		6月 6日(金)・11日(水)・18日(水)・25日(水) 午前11時～正午	すみれ	要予約 費用負担あり	
		旬のジャガイモで作ろう～じゃがもち～	6月14日(土)午前10時～正午	深谷西	要予約
		栄養士が相談に応じます	7月29日(火)午前11時～正午	川本	先着順、要予約 費用負担あり
七夕飾り作り	七夕にちなんだお話や、製作を楽しみましょう	6月24日(火)・7月 1日(火)午前10時～正午	深谷		
		6月25日(水)・7月 2日(水)午前10時～正午	藤沢		
		6月26日(木)・7月 3日(木)午前10時～正午	深谷西		
		七夕飾りを作って笹の葉に飾ろう	7月 2日(水)午前9時30分～10時30分	すみれ	要予約
		親子で七夕飾りを作りましょう	7月 2日(水)午前10時30分～正午 7月 3日(木)午前10時～11時	川のこ ふき	要予約

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!!

4月26日(土)・27日(日)の2日間で約77,000人
今年も盛大に開催されました!

第11回 ふかや花フェスタ & オープンガーデンフェスタ




ガーデニングコンテスト各部門の最優秀賞決定!



オリジナル箱庭部門 嶋志田秀喜さん



コンテナガーデン部門 中島恵美子さん



出品総数115作品!



ハンギングバスケット部門 照井昌子さん

楽しくつくろう!『ピザづくり教室』&『テラコッタドール作り』

ボランティア手作りの特製窯で手作りピザとテラコッタを使ったオブジェ作りを体験!
とき 6月21日(土)午前10時30分~
ところ ふかや緑の王国
定員 先着25組
参加費 1組1,000円(ピザ1枚とテラコッタドール1基)
申し込み 6月9日(月)から電話でふかや緑の王国へ



ふかや緑の王国でチャレンジ! わくわく収穫体験参加者募集

自分で収穫する楽しみ、取れたてを食べる楽しみを体験しよう!!
内容 ジャガイモ、トウモロコシ
対象 家族(子どもと保護者)
とき 7月5日(土)午前10時~
ところ ふかや緑の王国
定員 先着20組
参加費 1組500円
申し込み 6月9日(月)から電話でふかや緑の王国へ

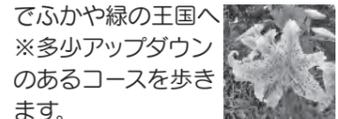


『森林公園ヤマユリ鑑賞』参加者募集

とき 7月24日(休)午前9時~午後3時(集合=午前8時45分・深谷ビッグタートル)
ところ 国営武蔵丘陵森林公園
定員 先着60人
参加費 1,340円(入園料・保険料・昼食代含む)
申し込み 6月9日(月)から電話でふかや緑の王国へ
※多少アップダウンのあるコースを歩きます。

第6回ふかや緑の王国梅まつり『俳句吟行会』入選作品決定!

240作品が寄せられ、入選20作品が決定しました!
特選 田代泰子さん
『お点前の真赤な袷紗梅白し』



いいね!
No.03

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。高品質で真心がたっぷり詰まったものばかり。このコーナーではその一部を紹介します。

楽しんでいるわ、サクサクの食感を!



メロンパン

ワークショップ・チボリ
住所: 山河1058-3
☎598-5678

パンはふわふわ、その上のクッキー生地はサクサクで、大人から子どもまで大人気のメロンパンです! 1個140円



手作りクッキー

若あゆ作業所
住所: 武蔵野777-4
☎584-6590

プチギフトにもおすすめ! サクとした食感が自慢です! 手作りクッキーの詰め合わせ1袋120円

チョコの食感がアクセント!



チョコチップスコーン

ねぎぼうず作業所
住所: 榛沢新田6-1
☎585-0935

国産小麦粉にこだわり、新鮮な卵を使った、安心・安全でおいしいスコーンです! 2個入り120円

No.03

教えて! 世界に誇れる 深谷ブランド

発売から33年! 日本中で愛されるアイス



■どのような製品ですか?

深谷で誕生したかき氷『赤城しぐれ』を片手で食べられるパーティタイプにして、アイスキャンディーで包んだものが、皆さんおなじみの『ガリガリ君』です。年間約5億本を販売し、その生産に対応するため、世界一の最速マシンで作っています。

■どんなところで販売していますか?

コンビニやスーパーマーケット、ドラッグストアなどを中心に販売しています。

■この製品のすごいところを教えてください。

合成の添加物は一切使用せず、全て天然の素材、天然の添加物を使用しています。『ガリガリ君』はファンも多く日本中で愛されており、『日本国民全員が食べる』を目指しています。

また『遊びましょ』のスローガンのもと、最近はお客様に驚き・期待・刺激などを楽しんでいただくために、コーンポタージュ味、クリームシチュー味、ナポリタン味などを発売し、話題となっています。

■他にどのような製品をつくっていますか?

濃厚ミルクを楽しむアイス『濃厚旨ミルク』や本格スイーツアイス『ドルチェTime』などを作っています。

会社案内 赤城乳業(株)

- 住所: 上柴町東2-27-1
- 事業内容: アイスクリームなどの企画開発、製造、販売



在庫管理課 課長 池田善太郎さん

人口:145,856人 男性:72,772人 女性:73,084人
世帯数:56,701世帯
(平成26年5月1日現在・外国籍のかたも含みます)

発行/深谷市(秘書課) 埼玉県深谷市仲町1番1号
☎048-571-1211・☎048-574-8531
http://www.city.fukaya.saitama.jp/
http://www.city.fukaya.saitama.jp/mobile/

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~

小まめな水分補給で熱中症予防

あつという間にもう6月。今年も暑い夏がやってきますね。
夏に気を付けなくてはいけないのは『熱中症』です。最近では熱中症対策グッズも増えてきましたが、一番大切なのはバランスの取れた食事と水分補給です。特に高齢者のかたは喉の渇きに気付かなかつたり、夜トイレに何回も行きたくないと水分を控えることで脱水症状を無意識に引き起こしていることもあります。このことから熱中症予防のためには、喉が渇いていなくても小まめに水分を取ることが重要で、一度に大量の水を飲むよりも、何回にも分けて飲むほうが効果的です。時間を決めて定期的に水を飲むというように、意識して水分補給をするようにしましょう。

またスポーツなど短時間に多量の汗をかくような場合は、水分とともに塩分も補給することが大切です。市販のスポーツドリンクには塩分のもととなるナトリウムが入っていますが、商品によっては糖分も多量に入っていますので飲み過ぎには注意してください。

暑い夏、食事と水分補給で元気に乗り切りましょう!

(監修: 深谷赤十字病院副院長 泉知之^{いづみともゆき}医師)



深谷赤十字病院管理栄養士
佐藤亜希代^{さとうあきよ}さん

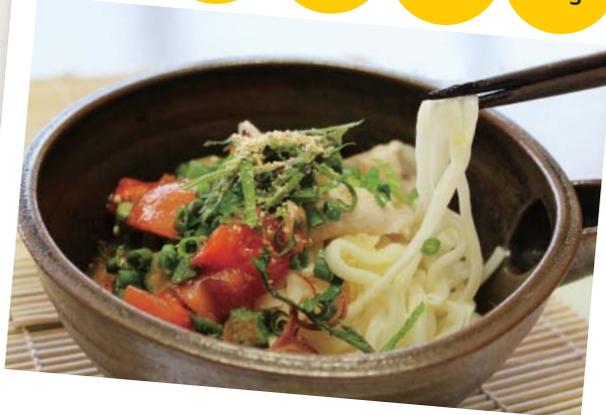
キレイ・元気を応援します! No.02

体のほてりを取るには「トマト」が効果的!!

トマトとオクラのぶっかけうどん

栄養価 (1人分当たり)

エネルギー 522kcal	炭水化物 59.8g	たんぱく質 22.6g	脂質 21.7g	塩分 3.1g
------------------	---------------	----------------	-------------	------------



おすすめポイント

オクラの粘り成分は胃腸の働きを助けます。豚肉のビタミンB1とあさつきは疲労回復に効果的。暑さに負けない体をつくる1品です。

材料 (2人分)

ゆでうどん2玉、めんつゆ (3倍希釈) 40cc、水90cc、みそ 小さじ1 (6g)、すりゴマ (白) 50g、豚もも肉100g、トマト90g、オクラ60g、ミョウガ、あさつき、青じそ適量

作り方

- 鍋にめんつゆと水を入れ、ひと煮立ちさせる。火を止めて粗熱がとれたらみそを溶き入れ、すりごまを加えて冷蔵庫で冷やす。
- トマトは皮を湯むぎし、1cm角に切る。
- オクラは塩少々をふってこすり、熱湯(トマトで使った湯でよい)でさっとゆで、冷水にとって冷まし、小口切りにする。
- ①に②と③を加えて混ぜ、冷蔵庫で冷やす。
- 豚もも肉は熱湯で色が変わるまでゆで、冷水に取る。
- ミョウガ・あさつきは小口切りにし、青じそは縦半分に切ってから細切りにする。
- ゆでうどんは湯通しし、冷水に取り、水気をしっかりきる。
- 器にうどんと豚肉を盛り、④をかけ、⑥をのせる。

(レシピ作成協力: 深谷市食生活改善推進員協議会花園支部)

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
http://city.fukaya.saitama.jp/mobile/

↑登録はこちらから