

広報



市のイメージキャラクター  
「ふっかちゃん」

10月 2014年10月1日  
No.106



昨年行われた深谷市産業祭『なりきりふっかちゃんアワード2013』のステージ上の様子。今年も参加者募集中！！

秋のイベントPICK UP!

# 特集 深谷の魅力がたっぷり味わえる秋

平成25年度決算状況 ..... ④

富岡製糸場と深谷人「葺塚直次郎 その②」 ..... ⑥

ふっかちゃんゆるキャラグランプリ2014奮戦中 ..... ⑧

キラリ熱中時間「深谷音訳・朗読ボランティアはなみずき」.. ⑨

ピンチです！深谷市の国保財政 ..... ⑩

救急電話相談「#7000」が始まりました ..... ⑫

# 第9回 産業祭

2014.11.1(土)2日

午前9時  
午後4時

会場 旧中山道沿線商店街周辺

会場周辺の駐車場には限りがございます。自転車・徒歩での来場にご協力ください。  
◎深谷市産業祭実行委員会(深谷商工会議所内・☎571-2145)



## スーパーカーチャリティドリーム

交通安全維持のため、そして次世代の子どもに夢をもってもらうためにボランティア活動を行っているスーパーカーが今年も集合します。  
とき 11月1日(土)  
ところ 深谷駅通り



## 深谷農業博覧会

農畜産物の販売、農業体験などのブースやPR用ラッピングトラック『ふっかーゴ』でのステージイベントなど、市の農業の魅力が凝縮した深谷農業博覧会を開催します。



## 第5回青淵まつり

◎青淵まつり協議会  
(ふかや市商工会豊里支所内・☎587-2113)

とき 11月9日(日)午前10時～午後3時30分

ところ 渋沢栄一記念館・八基公民館駐車場

内容 青淵公園の開園を記念して始められた青淵まつりが今年も開催されます。  
深谷にちなんだ問題が満載のA-1(栄一)ウルトラクイズや深谷の名物が盛りだくさんのA-1グルメ大会、ステージイベント、こども商店、軽トラ市、大抽選会などを予定しています。

## なりきりふっかちゃんアワード

市イメージキャラクター『ふっかちゃん』になりきって、ステージイベントに参加してみませんか。あなたの“なりきり度”をふっかちゃんが判定します。  
応募締め切り 10月17日(金)まで  
※応募方法などの詳細は市ホームページをご覧ください。



## N-1グランプリ

山梨県や新潟県、栃木県などから、ご当地麺料理が集合。深谷からも、大人気の学校給食が初参戦し、6団体の麺料理が楽しめます。食べ比べて、おいしいと思った料理に投票しましょう!!  
参加予定団体: 佐野らーめん会、六日町観光協会、井蔵、武州煮ぼうとう研究会、深谷小学校(1日(土)のみ参加)、学校給食の会(2日(日)のみ参加)

## 産業祭同日イベントは16ページ

## 渋沢栄一翁の史跡をめぐる2014

◎文化振興課  
(☎577-4501)

とき 11月9日(日)午前10時～午後3時

ところ 論語の里、誠之堂・清風亭、旧煉瓦製造施設

内容 論語の里(旧渋沢邸『中の家』、尾高惇忠生家、渋沢栄一記念館)と上記施設で各種イベントとスタンプラリーを行います。  
『中の家』では、午前11時と午後2時にふっかちゃんが登場して一緒に写真を撮ることができます。※カメラは各自ご持参ください。

# 秋のイベントPICK UP!

## 深谷の魅力がたっぷり味わえる秋

スポーツの秋!芸術の秋!食欲の秋!でもやっぱり、深谷の『イベントの秋!!』  
深谷の秋は楽しいイベントが盛りだくさん。来れば深谷がもっと好きになる!  
今月の特集では10～11月初旬に行われるイベントを紹介します。

## 深谷小前田屋台まつり

◎深谷小前田屋台まつり実行委員会・柳橋さん  
(☎584-0622)

とき 10月11日(土)午後 3時～8時  
12日(日)午前11時～午後3時

ところ 11日=国道140号旧道(小前田地区内)  
12日=道の駅はなぞの

内容 屋台のひき回しやたたき合い、ダンス、みこしパレードなどさまざまなイベントが行われます。当日は3基の屋台がまちを練り歩きます。



## おかベコスモス祭2014

◎おかベコスモス祭2014実行委員会  
(ふかや市商工会岡部支所内・☎585-3750)

とき 10月12日(日)  
午前9時～午後9時

ところ コスモス街道(岡部中学校周辺)

内容 YOSAKOIそうなん(踊り流し・ステージ)、ふれあい市(飲食・物販)、花火大会(雨天・強風の場合13日(祝)に順延)が行われます。



## 第4回華の宿場まつり

◎深谷商店街連合会  
(深谷商工会議所内・☎571-2145)

とき 10月19日(日)午前10時～午後4時

ところ 旧中山道沿線商店街周辺

内容 『おしゃべりに華が咲く～路地裏さんぽ～』と題して、飲食物の販売や手作り作品の展示・販売を行います。  
イベントの詳細は、随時商店街ブログ『華の宿場まつり～深谷商店街～』(☎『深谷華の宿場まつり』で検索)で更新中です。

## 第9回深谷市福祉健康まつり

◎福祉健康まつり実行委員会事務局  
(福祉政策課内・☎568-5041)

とき 10月25日(土)・26日(日)午前10時～午後3時

ところ 深谷ビッグタートルとその周辺

内容 『出会い、ふれあい、支え合い』をテーマに、専門家による健康チェックを受けられたり、各種相談コーナーで日頃から体の気になるところを相談することができます。また、アトラクションや屋台ブースなど約100団体がまつりを盛り上げます。皆さんぜひご来場ください。

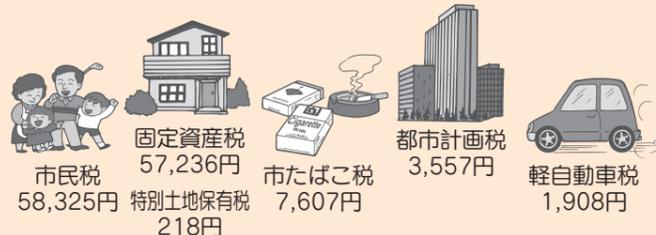
# 一般会計

市の基本的な経費を取り扱う会計

## 市の財政を1人当たりで換算すると…

※人口145,918人（外国籍のかたを含む・平成26年3月31日現在）で計算

市民の皆さん1人当たりが負担したお金 128,851円



市民の皆さん1人当たりに使われたお金 323,051円



市税（市民の皆さんが負担したお金）の内訳は、市民税85億1,074万円、固定資産税83億5,175万円、市たばこ税11億998万円、都市計画税5億1,898万円、軽自動車税2億7,841万円、特別土地保有税3,182万円です。

市税のうち都市計画税は、都市計画事業（道路や下水道など都市計画施設の整備に関する事業）または土地区画整理事業に要する費用に充てるために課税される目的税です。平成25年度は、下水道事業や土地区画整理事業の財源として活用しています。

### 歳入のポイント

地方交付税が減少したものの、固定資産税および市たばこ税を中心に市税収入が増加したほか、財源調整のための財政調整基金繰入金を増やしたことなどにより、総額では前年度比24億9,945万円増となりました。

**自主財源**：市税や使用料など市が自主的に集めることのできる財源

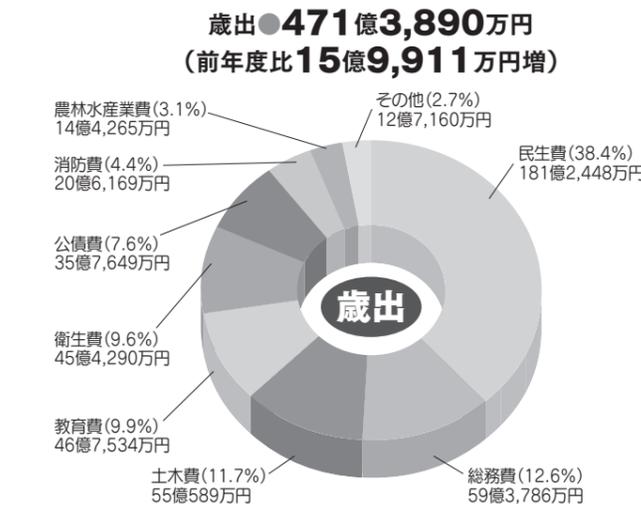
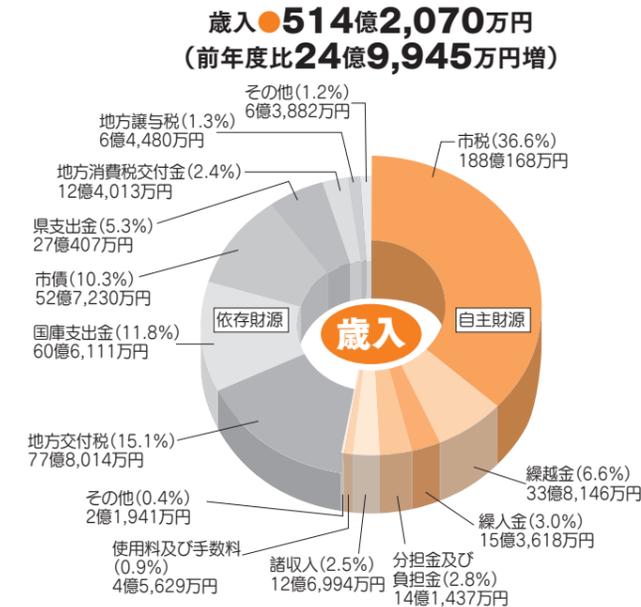
**依存財源**：地方交付税や国・県の補助金など、国や県などから交付される財源

### 歳出のポイント

給与減額により人件費などの総務費が減少したものの、福祉政策関連経費や国民健康保険特別会計繰入金などの民生費が増加したことなどにより、総額では前年度比15億9,911万円増となりました。

### 平成25年度の主な事業

- 花園公民館建設事業  
支所機能を併せ持つ公民館を整備  
決算額：7億9,568万円
- 小学校給食場建設事業  
榛沢小・本郷小給食場建設工事、岡部小・岡部西小給食場建設工事設計  
決算額：2億722万円
- 消防救急デジタル無線移行事業  
消防救急無線のデジタル化工事  
決算額：1億3,419万円



# 特別会計

一般会計と区別して経理される会計

会計	歳入	歳出
国民健康保険	174億7,107万円	166億8,523万円
後期高齢者医療	21億7,830万円	21億6,924万円
農業集落排水	8億1,748万円	7億9,642万円
国済寺土地区画整理	6億8,886万円	6億7,512万円
岡中央土地区画整理	5,958万円	3,965万円
小前田駅北西部土地区画整理	5,127万円	5,127万円

# 企業会計

独立採算を原則として経営を行う事業の会計

水道事業（税込み）			下水道事業（税込み）		
区分	収入	支出	区分	収入	支出
収益的収支	26億6,283万円	22億72万円	収益的収支	16億8,942万円	16億9,122万円
資本的収支	29億7,984万円	44億1,974万円	資本的収支	12億4,866万円	18億5,223万円

※収益的収支の支出額については、現金支出を伴わないものも含まれるため、収入額より大きくなる場合があります。また、資本的収支の収入額が支出額に対し不足する額については、各会計の内部留保資金などで賄っています。

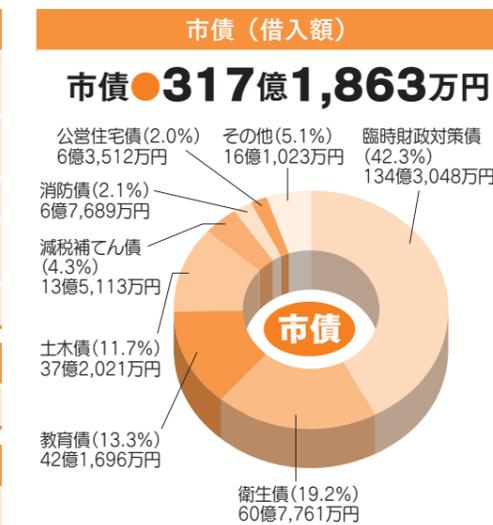
公有財産	
行政財産	土地：2,917,948㎡ 建物：380,885㎡
普通財産	土地：284,485㎡ 建物：21,406㎡
物権（地上権）	495㎡
有価証券（テレビ埼玉株券ほか）	2,875万円
出資による権利	76億1,607万円

債権	
貸付金	1億5,476万円

基金	
行政振興基金など	169億5,630万円



市では、予算の執行状況や決算について公表し、皆さんが納めた税金などどのように使われているのかをお知らせしています。今回は、平成25年度の決算概要をお伝えします。お問い合わせ 財政課(0574-00032)

# 富岡製糸場と深谷人

「第7回」

## 二つの絵馬奉納

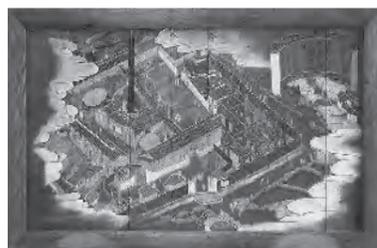
にらづかなおしろう 蕪塚直次郎 その②

蕪塚直次郎は、『富岡製糸場図大絵馬』を二つ奉納しています。一つ目の絵馬は、明治八年（一八七五）九月、富岡製糸場の無事完成を感謝し、群馬県甘楽町福島の笹森稲荷神社に奉納しました。

富岡製糸場は明治五年（一八七二）十月に操業を開始し、何とか官営製糸場の機能を果たします。直次郎は製糸場建設に関し必要な瓦および煉瓦製造の命を受けて、その瓦や煉瓦を焼くための窯をこの神社東側に築きました。このことから、笹森稲荷神社に、製糸場建設の無事を願い安全祈願を行った記録が残っています。直次郎は無事に製糸場が完成できたのは、「神様を信じる人たちの協力と援助のおかげ」であり、事業が完遂できたのは、笹森稲荷の靈験によるものと考えて、ここに奉納したのです。

この絵馬の製糸場の絵は画家の逸見小壁によるもので、文章は初代所長の尾高惇忠によるものです。直次郎の製糸場建設への経緯と完成に対する神の恵みに感謝する気持ちが記されています。この絵馬は、甘楽町歴史民俗資料館内に展示されています。

そしてもう一つの絵馬は、明治十三年（一八八〇）七月、深谷市内・田谷の永明稲荷神社に奉納しました。こちらの絵馬には尾高の文章はありません。今までなぜ明戸の蕪塚が、離れた田谷の永明稲荷神社に絵馬を奉納したのか謎でした。しかし当時の田谷には、『山田瓦屋』がありました。この山田瓦屋は嘉永四年（一八五二）に田谷にある高台院が火災で焼失した際に、本堂を建て直すための瓦の作り手がいなかったことから、瓦屋を創業した経緯があります。



▲田谷自治会館に保管されている『富岡製糸場図大絵馬』は、縦178.5cm・横107cmで、約量1枚相当。また、笹森稲荷神社に奉納された絵馬も同程度の大きさです。平成27年2月1日(日)まで渋沢栄一記念館企画展『深谷の三偉人と富岡製糸場』で展示中

山田瓦屋は瓦屋の中でも太子講などで親的な存在であり、富岡製糸場の建築資材調達のため役の直次郎が、山田瓦屋とゆかりの高台院の西隣にある永明稲荷神社に、敬意を表して奉納したものとされます。この『富岡製糸場図大絵馬』は田谷自治会館で、ガラスケースに大切に保存・展示されています。（文：荻野勝正）

## もっこつ 木骨れんが造＝れんがはフランス積み

富岡製糸場は木の骨組みの間にれんがを積み上げた建築様式で「木骨れんが造」と呼ばれている。建築資材の土台石、木材、屋根瓦、れんが、漆喰は近くで調達した。特にれんがの製法と積み方はフランス人の指導で、和洋混交の工法が活かされている。

（『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

谷が

深谷市長 小島 進



## 子どもたちの期待に

7月の終わりに『子ども議会』を開催しました。今年で23回目になります。市内の小学生19人、中学生22人から市政についてさまざまな意見・提言をいただきました。今回の子ども議会では、『富岡製糸場と絹産業遺産群』が世界文化遺産に登録されたこともあり、それに関連する意見・提言が多く見受けられました。全ての意見・提言に子ども視点からの市政に対する期待を感じることができました。

子ども議会は、深谷の将来を担う子どもたちに、議会の制度を体験することで市政に対する関心や

理解を深めてもらうことを目的として実施しています。それとともに、子どもたちからの意見・提言を今後のまちづくりを生かしていくという目的もあります。この目的に掲げるように、過去の子ども議会での意見・提言を受けて実現したものがありません。『ふっかちゃん』や『学校へのエアー』設置はその代表例です。

最近の子どもは、「他人の言うことを聞かなくなっている」とか「自分の気持ちをうまく他人に伝えられなくなっている」などと言われることがあります。決してそのようなことはありません。子どもたちと直接会って話をする機会が多々ありますが、みんな私の話をちゃんと聞いてくれますし、自分の意見をしっかりと述べることもできています。

今月から来月にかけて、市内の各中学校に行きついで生徒との対話会を行います。その対話会で、子どもたちからどんな意見・提言をいただけるのか今から楽しみにしています。そして、子どもたちの期待に答えられるよう、より一層市政運営にまい進していきたいと思っています。

## ありがとうの手紙



優秀賞

小学校低学年の部  
おとうさんへ

常盤小学校2年（現3年）福田帆和さん

お父さん、いつも家ぞくのために、よるおそくまでおしごとをしてくれてありがとう。

わたしの家は、お父さんが朝、かならず子どもたちをおこしてくれます。いつもニコニコがおのお父さん。でも、よるは、おそくまでおしごとをしてくれているので会えません。だから、朝おきて三十分間、お父さんと色んなお話ができる大じな時間です。やさしくておもしろくて、家ぞくを大じにしてくれて、ありがとう。

## みんなの声BOX

スマートフォンや携帯電話に身に覚えのない料金請求メールが届いた場合、どうしたらよいでしょうか？

A 市の消費生活センターにご相談ください。

『未払いなので訴訟手続きを開始します。』などと身に覚えのない架空請求のメールが届いた場合、相手先に連絡をせず、まずは消費生活センターにご相談ください（25ページ参照）。また、絶対に相手に名前や住所などを伝えられないようご注意ください。

問い合わせ  
市民課 ☎574-6640



TOPICS  
ふっかちゃん  
ゆるキャラグランプリ2014奮戦中

投票をおねがいします

ゆるキャラグランプリに参戦中のふっかちゃんへの投票は10月20日(月)までです。皆さん、最後の最後まで、毎日1票の投票をよろしくおねがいします。

※ふっかちゃんへの投票は「ゆるキャラグランプリ」公式ホームページ(☑)「ゆるキャラ」で検索(☞)確認してください。

「飛び出す名刺」もらった?

ゆるキャラグランプリ2014でふっかちゃんを応援する便利な応援ツールが導入されました。専用アプリから、現在配布中の「ふっかちゃん投票名刺」を見てみると名刺からふっかちゃんが飛び出して見えますよ!

■利用方法  
①App Store、Google Playで専用アプリ「アプリ」を検索  
②ダウンロードし、起動  
③アプリの「Fukkaka」と入力し、▶をタップ

④カメラをふっかちゃん投票名刺にかざす

※「ふっかちゃん投票名刺」は、問い合わせ先で配布中

※利用は10月20日(月)まで

「ファンクラブ」がきたよ

特典満載の「ふっかちゃんファンクラブ」では、会員を募集中です。申し込み方法

ふっかちゃん公式ホームページから申し込みフォームに必要事項を入力して送信

■会員特典

毎月メールマガジンを受信できるほか、「会員限定のオリジナルグッズの販売」、「会員限定交流イベント」などが予定されています。



問い合わせ 協働推進課 (0574-606088)

キラリ 熱中時間

「深谷音訳・朗読ボランティアはなみずき」



代表 谷本雅江さん

ボランティアは  
楽しくがモットー

「音訳」とは文字や図表などを音声化する。毎月、この「広報ふかや」を音訳し、CDに録音して目の不自由な方々に届けているのが「深谷音訳・朗読ボランティアはなみずき」(以下、はなみずき)の皆さんです。

この熱心な活動は、来年4月で40周年を迎えます。メンバーは現在29人、40〜70代の女性を中心です。毎月1冊、広報紙やリスナーからの要望図書などを音訳・朗読しています。

「朗読は作品の世界をいかに表現するかが大切です。一方で、音訳は情報をいかに正確に伝えるかが大切。そのために読む順序や間隔などを徹底し、読み手が代わっても常に同じサービス水準で提供できるように努めています。」と、

【ペーパーサート】紙人形劇。橋田形の厚紙に割り箸状の棒を貼り付け、厚紙の表裏に物語の登場人物を描き、物語の進行に合わせて棒を操る人形劇



代表の谷本さんは丁寧に話されます。音訳の作業では、まず録音の前に原稿を読み込み、書き手の伝えたい「ことば」を見つけてます。その「ことば」を少し高い音で「立てて」読むことで、聞き手の耳に残ります。そしてこの積み重ねが、文脈の理解につながります。特に、図・グラフ・写真などは、常に音声による補足が必須で、そこをいかに伝えるかを話し合い、工夫を重ねています。

「活動は忙しいけれど、音訳・朗読は奥が深く、「一朝一夕ではうまくならないから、そこが楽しいのよ」と、皆さん言われます」と、朗らかに話す谷本さん。

はなみずきの音訳CDは、市役所本庁舎総合案内、深谷図書館、社会福祉協議会へ貸し出しています。

▲学童保育室やサロン応援隊または図書館などで、朗読劇・ペーパーサート・紙芝居・深谷の民話・絵本の読み聞かせなども行っています

よう  
え  
考  
公共施設のこと⑩  
公共施設の広域化(共同利用)



私たちの日常生活に欠くことのできない施設の一つに、ごみ処理施設があります。市内にも清掃センターがあり、現在は深谷市と熊谷市および寄居町で構成する大里広域市町村圏組合(以下、大里広域)の施設として、維持や管理、運営されています。

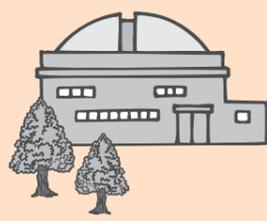
大里広域のごみ処理施設は、市内の施設も含め、どれも稼働開始から20年以上が経過しており、老朽化が進み処理能力が低下しています。これを改善するため、現在大里広域では長寿命化計画を策定し、施設の延命化工事に着手していますが、このような工事や維持管理に伴う費用は、構成市町で負担し合っています。

施設の広域化は、ごみ処理施設に限らず、不特定多数のかたが利用する文化系施設や

スポーツ系施設にも取り入れることで、将来、各施設の建て替え時には、統廃合による施設の削減などが可能になり、経費の縮減を図ることができそうです。

今後は、次世代に負担を先送りしないために、このような施設を、各自治体で保有し管理していくよりも、「公共施設の広域化」という手法も検討し、社会の変化に柔軟に対応した、施設の適正配置を実施していくことが必要になってきます。

問い合わせ 公共施設改革推進室 (0574-606088-50009)



◀マジックハウスの前には、子どもから大人まで楽しめる本格的なパターゴルフが9ホールもあるんだあ!ふっかちゃんも挑戦してみたいよ!緑がいっぱいの中でプレーすると気持ちいい!みんなもやってみてねえ~!

ふっかちゃんの  
つ・ぶ・や・き  
ゆるキャラグランプリで奮戦ちうだよ!!みんなでっべん目指そうねえ!応援よろしくおねがいしまあ~す Y(o0w0o)Y



▲あれええー、かわいい蒸気機関車が来たあー、「さくら鉄道」っていうんだあ!子どもも大人も乗れるんだって!興味のあるお友だちは、運転もさせてもらえるよ!ここは、桜がきれいなんだって、また春に来たいなあ!



ふっかちゃんの日常から  
深谷が見えてくる  
ふっか 散 歩  
⑨川本サングリーンパーク Part2

「川本サングリーンパーク」のまん中に、ドキドキわくわくの「マジックハウス」が新しく登場したんだあー!楽しい人形たちがレトロな仕掛けで、みんなをびびくりさせてくたって待ってるよあ~♪遊びにおいでえ~!



## 8 28 目指すぞ、てっぺん! 『ふっかちゃん出陣式』 深谷ベース

悲願の『ゆるキャラグランプリ』1位を目指して出陣式を行いました。ふっかちゃんは立候補の言葉を代読してもらい、必勝祈願のためにダルマに目を入れました。



## 9 6 もしもの時に備えて『深谷市総合防災訓練』 深谷ビッグタートル

直下型大地震を想定した訓練を行いました。当日は、自主防災会・防災関係機関・事業所が合同で訓練を実施し、大災害に備える日になりました。



## 9 6 『深谷駅&ふっかちゃん』巨大貼り絵 東京成徳大学深谷高校

文化祭50回目を記念して、市ゆかりのデザインが施された貼り絵が作られました。縦6.5m×横9.7m、627,590ピースの紙片でできた絵は本当の写真のようでした。



## 8 19 飛べ、高く! 『ペットボトルロケット教室』 埼玉工業大学

夏休み恒例の子ども体験教室では、小学校3~6年生の参加者が、大学講師からペットボトルロケットの作り方を習いながら製作し、打ち上げを楽しみました。



## 9 6 何が出るかな? みんな楽しみ! 『たまたばこ』 花園こども情報交流図書館アクロス

地域のボランティアの協力で、絵本の読み聞かせや映画上映、手品などが行われました。次々と出てくる絵本や手品に子どもたちは熱心に見入っていました。



『たまたばこ』は毎月第1土曜日午後2時から行っています

## 9 7 世界遺産関連講演会『文人としての渋沢栄一』 渋沢栄一記念館

富岡製糸場など日本の近代経済に深く関わった渋沢栄一。栄一は学問や芸術分野への結びつきも強く、生涯で数多くの漢詩の作品も残しています。

講師は市郷土文化会会長の新井慎一氏



## 8 23 『深谷市消防団』県消防操法大会出場 消防学校(鴻巣市)

川本地区の4つの分団から選手を選抜し、深谷市消防団の代表として大会に出場しました。3月から厳しい練習を重ね、『一致団結』を合言葉に奮闘しました。



## 8 22 渋沢栄一ゆかりの史跡で『外部評価委員会』 清風亭(県指定文化財)

深谷市外部評価委員会が清風亭で開催されました。渋沢栄一をはじめとする、郷土の偉人の遺徳を生かした深谷らしいまちづくりについて市民目線で評価が行われました。

清風亭は第一国立銀行2代目頭取佐々木勇之助の古希を記念して建てられました



## 9 12 大空にウインク! 『ふっかちゃん田んぼアート』 川本南小学校 学校ファーム

川本南小学校5年生が取り組む『田んぼアート』、稲穂の色が鮮やかになり、ふっかちゃんがウインクする田んぼアートが見事に出来上がりました。

収穫米は、友好都市の岩手県田野畑村の田野畑小学校へ贈られます



## 8 24 世界遺産関連講演会『富岡製糸場と深谷の偉人たち』 深谷公民館

世界文化遺産の富岡製糸場と深谷の関わりについて、研究の第一人者である富岡製糸場総合研究センターの今井幹夫所長による講座が開催されました。





今月のニュース

予防接種法が一部改正される

10月1日から次の予防接種が新たに定期接種となりました。

■水痘（水ぼうそう）

対象者には9月下旬に予防接種券を個別通知してまいります。

対象 生後12か月～3歳まで

接種費用 無料

接種回数 2回接種

※既に水痘にかかったことがあるかた・任意接種で規定の回数を接種しているかたは、接種の必要がありません。

【定期接種に伴う経過措置（平成26年度限り）】

3～5歳までのかたで、これまでに水痘にかかったことがなく、任意も含め水痘ワクチンを1回も接種したことがない場合は、定期接種として1回接種することができません。

■高齢者肺炎球菌（定期接種）

本人の意思で接種を希望する場合に受けることができます。対象 次のいずれかに該当するかた（既に肺炎球菌予防接種を受けたことのあるかたを除く）

- 65・70・75・80・85・90・95歳・100歳以上

※平成26年度は次の生年月日のかたが対象

対象年齢	対象生年月日
65歳	昭和24年4月2日～25年4月1日生まれ
70歳	昭和19年4月2日～20年4月1日生まれ
75歳	昭和14年4月2日～15年4月1日生まれ
80歳	昭和9年4月2日～10年4月1日生まれ
85歳	昭和4年4月2日～5年4月1日生まれ
90歳	大正13年4月2日～14年4月1日生まれ
95歳	大正8年4月2日～9年4月1日生まれ
100歳以上	大正4年4月1日以前の生まれのかた

・接種時の年齢が60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する（身体障害者手帳1級程度）  
 接種費用 4,000円

なお、次のかたは無料です。  
 ①生活保護世帯  
 ②中国残留邦人等支援給付制度を受給している  
 ※①の該当者は生活保護受給証を、②の該当者は本人確認証を接

種時に医療機関にご提示ください。

接種回数 生涯1回

申し込み 接種前に問い合わせ先へ

【深谷市行政措置高齢者肺炎球菌予防接種】

市民の接種機会の確保と費用助成を行うため、市独自の予防接種を実施します。

対象 65歳以上で定期接種対象者以外

※接種による健康被害が生じた場合の救済制度は、定期接種の場合とは異なります。接種費用、回数は定期接種と同じです。

申し込み 接種前に問い合わせ先へ

※後期高齢者医療保険で実施していた肺炎球菌ワクチン予防接種費用の助成は9月30日をもって終了しました。

高齢者インフルエンザ予防接種を実施します

本人の意思で接種を希望する場合に受けることができます。

対象 次のいずれかに該当するかた

・接種時の年齢が65歳以上  
 ・接種時の年齢が60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能

またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する（身体障害者手帳1級程度）

接種期間 10月20日（月）～12月25日（木）

接種費用 1,000円

なお、次のかたは無料です。

①生活保護世帯  
 ②中国残留邦人等支援給付制度を受給している

※①の該当者は生活保護受給証を、②の該当者は本人確認証を接種時に医療機関にご提示ください。

※平成26年度から市民税非課税世帯のかたも接種費用が掛かりません。

接種回数 1回

接種方法 市内医療機関で接種する場合に、直接、医療機関に予約してください。市外医療機関で接種する場合には、問い合わせ先または医療機関へお問い合わせください。

接種時に必要な物 保険証（住所地と生年月日を確認する物）

予防接種の予約が取りにくい場合があります

予防接種の種類が増えており、全ての予防接種で予約が取りにくい場合があります。まずは、かかりつけ医などに相談ください。

第9回ふかやシティハーフマラソン

●問い合わせ ふかやシティハーフマラソン実行委員会事務局(生涯学習課内・☎572-9581)

ハーフ・10kmは(公財)日本陸上競技連盟公認コース		
種目・定員	部門	スタート時間
ハーフ (21.0975km) 先着2,800人	日本陸連登録者男子(高校生以上)	午前9時50分
	日本陸連登録者女子(高校生以上)	
10km 先着1,200人	一般男子(高校生以上39歳以下)	午前9時15分
	一般女子(高校生以上39歳以下)	
	一般男子(40歳以上59歳以下)	
5km 先着700人	一般男子(40歳以上)	午前10時10分
	一般女子(40歳以上)	
	一般男子(60歳以上)	
	一般女子(60歳以上)	
3km	中学生男子・女子	午前9時10分
	※県内在住者に限る	
2.4km	小学校4～6年生男子	午前8時40分～
	小学校4～6年生女子	
1.6km	親子(小学校1～3年生と保護者)	午前9時
	※市内在住者に限る	

とき 平成27年2月22日(日)  
 (雨天決行)  
 ところ 仙元山公園  
 参加料 一般(ハーフ・10km) 3,500円、一般(5km) 3,000円、高校生 1,500円、中学生 1,000円、小学生 500円、親子(1組) 1,500円  
 ※傷害保険料などを含む  
 申し込み 11月4日(火)～平成27年1月9日(金)までに、スポーツエントリー(☎0570-5500-846)「スポー

ツエントリー」で検索)へ  
 ※詳しくは、大会パンフレット(市役所本庁舎・総合支所・教育庁舎・公民館・運動施設などで配布)または市ホームページをご覧ください。  
 企業・団体協賛を募集中  
 大会チラシなどへの広告掲載などを募集します。詳しくは、お問い合わせください。

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

こんなときには届け出が必要になります

国民年金は、日本に住む20歳以上60歳未満の全てのかたが加入しなければなりません。

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。

もし、届け出がなかった場合には、年金額が少なくなったり、受け取れない場合もありますので、必ず届け出をしましょう。

届け出が必要なとき

- 20歳になったとき(厚生年金や共済年金加入者を除く)
- 第1号被保険者となりませぬ。
- 厚生年金や共済年金加入者が退職したとき
- 第2号被保険者から第1号被保険者になります(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が、配偶者が厚生年金や共済年金を辞めたとき

●第3号被保険者から第1号被保険者になります。

■年金手帳または基礎年金番号届け出に必要な物

被保険者種別

- 第1号被保険者 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
- 第2号被保険者 会社や官公庁にお勤めのかた(厚生年金や共済年金に加入しているかた)
- 第3号被保険者 第2号被保険者に扶養されている配偶者のかた

『ためるんピックふかや』は



4ステップ

1 ポイントカードに「健康づくり宣言」を記入!

2 各種健康診査受診と協賛店の利用でポイントをためる **必須**

3 登録事業への参加や自主的な健康づくりでポイントをためる

4 100ポイントたまったら、景品と交換

最新の協賛店や登録事業は随時更新中!! 市ホームページでチェック

「ためるんピックふかや」スマホ専用QRコード



慧の宝庫を開く  
定員●先着39人  
講師●小林敏男氏(古典研究者)  
申10月28日(火)午前9時から問い合わせ先へ

【関連図書展示】  
とき●11月18日(火)〜30日(日)午前9時〜午後7時(休館日を除く)  
ところ●深谷図書館1階展示コーナー  
内容●『徒然草』の時代と兼好の生きた世界

10月は里親月間「里親入門講座」  
問熊谷児童相談所(☎521-14152)  
私たちのまわりには、さまざまな事情で家庭を離れて生活しなくては

ならない子どもがいます。そうした子どもたちを家庭で受け入れ、育てているのが『里親』です。  
とき●11月9日(日)午後1時30分〜4時(受付は午後1時)  
ところ●L・フォルテ ツバキ  
内容●里親の体験談、里親になるには(里親制度について)

●東都医療大学講演会  
問東都医療大学(☎574-12500)  
対象●市内在住・在勤・在学者  
とき●①10月25日(土) ②11月2日(日)  
※両日とも午後1時〜2時30分(受付は午後0時30分)  
ところ●東都医療大学

催し

県立近代美術館コレクション展  
in 深谷  
問文化振興課(☎577-4501)  
とき●10月7日(火)〜26日(日)午前10時〜午後4時  
ところ●深谷市民文化会館展示室  
展示品●西洋美術、日本美術、彫刻、東北地域の画家の絵画  
ギャラリートーク●10月12日(日)・19日(日)・26日(日)午後2時

もくせい館天体観望会  
〜秋の星座を見る〜  
問もくせい館(☎583-7733)  
とき●10月18日(土)午後6時30分〜(雨天・曇天の場合は25日(土)午後6時30分)

内容は「介護とうまくつきあうために」講師II 柿沼直美氏(東都医療大学准教授) ②「若者の薬物汚染を防ぐ」講師II 齋藤章佳氏(榎本クリニック精神保健福祉部次長)  
定員●各先着100人

●オストメイトのための医療講習会  
問日本オストミー協会埼玉支部(☎048-835-5226)  
オストメイトのかたの日常生活の質の向上と社会参加のため、医療講習会を開催します。  
対象●オストメイトのかたおよびその家族、医療・介護関係者  
とき●11月9日(日)午後1時〜4時  
ところ●熊谷市立商工会館(熊谷市宮町2-39)

ところ●もくせい館天体観望会  
申当日会場で受け付けます(小・中学生は保護者同伴)。  
第4回ふかや・ふれあい人権セミナー  
問人権政策課(☎574-6643)  
とき●10月19日(日)午後1時  
ところ●深谷市民文化会館大ホール  
内容●①深谷市少年少女合唱団によるオープニングセレモニー ②優秀人権作文の発表 ③講演『我が人生の挑戦』講師II 三浦雄一郎氏(プロスキーヤー・クラーク記念国際高等学校長)

●おはなし会  
問L・フォルテ(☎573-4761)  
対象●幼児・小学校低学年と保護者  
とき●10月21日(火)午後3時30分〜4時  
ところ●L・フォルテ チューリップ  
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

●深谷市戦没者追悼式  
問福祉政策課(☎568-5041)  
とき●10月23日(木)午後1時30分  
(受付は午後1時)

男女共同参画シネマ  
『ヘロソスの母に会いに行こう』  
問L・フォルテ(☎573-4761)  
対象●市内在住・在勤者  
※前日までに鑑賞券の受け取りが可能  
とき●10月25日(土)①午前10時 ②午後2時

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)  
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)  
●木曜日

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

「地域のお茶の間」協力事業者の募集  
問福祉政策課(☎568-5041)  
『地域のお茶の間』事業は、市民同士の交流を支援するため、市内の個人や企業などと協力して、身近な場所であらゆる集まることのできる場所の提供を推進する事業です。市では、『地域のお茶の間』として人が集まれる場所(個人の家やお店、自治会館や施設など)と協力事業者を募集します。

募集要項●エントリーシート●問い合わせ先で配布するほか、市ホームページから入手できます。  
応募方法●エントリーシートに利用可能時間、区画、活動内容などを記入し問い合わせ先へ  
※応募内容を市で審査後、市公認の『地域のお茶の間』として、ステッカーを配布  
※営利を目的とした事業は対象外

●学校用務員の募集  
問教育総務課(☎574-5811)・☎366-0823本住町17-3)  
対象●普通自動車運転免許証を有する方  
勤務場所●市立小・中学校  
勤務日●原則月〜金曜日(1日7時間45分)  
時給●850円  
申市販の履歴書または臨時職員登録用履歴書(顔写真貼付)を郵送または

講座

男女共同参画支援講座  
『自分らしく生きる』ための講座  
問L・フォルテ(☎573-4761)  
対象●市内在住・在勤の女性  
とき●10月23日(木)・30日(木)午後1時30分〜3時30分  
※原則2日間参加できるかた  
ところ●L・フォルテ ツバキ  
定員●先着18人  
※託児あり(2歳以上の未就学児・要予約)  
講師●県男女共同参画推進センター  
申10月20日(月)までに問い合わせ先へ

ラテンのリズムで楽しく体を動かそう  
問保健センター(☎575-1101)  
凝り固まってきた体を、ラテン系の音楽に乗せて動かします。

講座

対象●市内在住の20歳以上(医師から運動制限を受けていないかた)  
とき●11月5日(水)・12日(水)・19日(水)午後1時30分〜3時  
※3日間参加できるかた優先  
ところ●深谷公民館多目的室  
定員●先着30人  
持ち物●体育館シューズ(上履き)、汗ふきタオル、飲み物、筆記用具  
講師●谷中照世氏  
※運動しやすい服装でお越しください。  
申10月7日(火)午前9時から問い合わせ先へ

生活習慣病予防のための食生活教室  
問保健センター(☎575-1101)  
対象●市内在住の20歳以上  
とき●11月4日(火)午前9時30分〜午後3時  
ところ●深谷市保健センター栄養指導実習室  
内容●食生活改善推進員による生活習慣病予防についての講話と栄養バランスを考えた料理の調理実習  
定員●先着30人  
参加料●350円(食料費、保険料)  
持ち物●エプロン、三角巾  
申10月7日(火)午前9時から問い合わせ先へ

●古典文学講座  
問深谷図書館(☎571-8210)  
とき●11月23日(祝)・30日(日)午後1時30分〜4時30分(全2回)  
ところ●深谷図書館2階多目的集會室  
内容●『徒然草』を読んで人生の智

※各回上映後に、県男女共同参画推進センター職員によるアフタートークあり
ところ ●L・フォルテ ハナミズキ 定員 ●各回80人
※託児あり(2歳以上の未就学児・要予約)
10月7日(火)午前9時から問い合わせ先へ

文学歴史散歩

関川本図書館(☎583-6250)、花園図書館(☎579-1333)
対象 ●市内在住・在勤者
とき ●11月15日(土)
内容 ●茨城県内にある野口雨情の生家・記念館および五浦美術館、六角堂を見学
定員 ●先着45人
参加料 ●4,500円(バス代、屋食代、入場料を含む)
10月21日(火)午前10時から参加料を添えて市内各図書館へ

しまじゅんコンサート

ほっけん!はっけん!たからじま
深谷市民文化会館(☎573-8765)
とき ●平成27年3月1日(日)①午後0時30分、②午後3時30分
ところ ●深谷市民文化会館大ホール
入場料(全席指定) ●1,960円
※3歳未満は保護者1人につき1人まで膝上鑑賞無料
前売り ●10月18日(土)午前9時から問い合わせ先のほか花園文化会館アドニス、午前10時から新天堂アリオ深谷店・八木橋百貨店・チケットぴあ

中山道深谷宿本舗からお知らせ

中山道深谷宿本舗(☎575-0088・深谷町9-12)
【陶器の夢展】
とき ●10月8日(水)〜20日(月)
出展者 ●吉田道子さん・あゆみ作業所の皆さん
内容 ●日用陶器、サオリ織、バッグなど約80点
【磁器作陶展】
とき ●10月22日(水)〜31日(金)
出展者 ●飯村満男さん
内容 ●青磁を中心に磁器など約100点

深谷にぎわいた市

とき ●10月25日(土)午後3時〜6時
出店料 ●1,000円
スペース ●長テーブル1台
10月20日(月)までに問い合わせ先へ
【あいらん! 刻書展】
あいらん! (☎575-3422・深谷町10-24)
とき ●10月31日(金)まで
内容 ●刻書芸術会『創』による個性豊かな作品展
【中村文昭講演会『夢のその先へ』心のスイッチ〜】
深谷青年会議所・四ツ井さん(☎090-3512-8848)
とき ●10月14日(火)午後6時〜
ところ ●埼玉グランドホテル深谷
内容 ●自分の夢をつかみ取り、その先を考える講演
定員 ●500人

(☎0570-02-9999・Pコード)627-153)
【中島啓江コンサート】
なかしまけいこ
花園文化会館アドニス(☎584-6127)
とき ●平成27年2月21日(土)午後3時〜
ところ ●花園文化会館アドニスホール
入場料(全席指定) ●3,000円
前売り ●10月25日(土)午前9時から問い合わせ先のほか深谷市民文化会館、午前10時から新天堂アリオ深谷店・八木橋百貨店

わんぱくランドハロウィン祭り

深谷ビッグタートル(☎572-3000)
対象 ●小学生以下
とき ●10月25日(土)・26日(日)
ところ ●わんぱくランド
内容 ●ジャックオーランタン作り(先着20個)・お菓子配布・仮装コンテストなど
参加料 ●500円(ジャックオーランタン作り希望者のみ)
ジャックオーランタン作りのみ、事前に問い合わせ先へ



いも掘り体験をしてみませんか

川本サングリーンパーク(☎583-5611)
とき ●10月11日(土)〜11月9日(日)まで

深谷青年会議所ホームページから事前申込書入手、または直接問い合わせ先へ
【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)☎584-2325
とき ●10月26日(日)午前7時〜9時
ところ ●花園ショッピングセンター食品館ハース駐車場内

第14回すきき美術展

すきき美術会・新井さん(☎573-6442)
とき ●10月10日(金)〜12日(日)午前10時〜午後7時(12日は午後5時まで)
ところ ●深谷駅市民ギャラリー2

市営住宅入居者募集

埼玉県住宅供給公社熊谷支所(☎524-7963)
対象 ●次の条件を全て満たすかた
①市内在住か在勤 ②同居または同居しようとする親族がいる ③現在住宅に困っている ④年収が一定額以下 ⑤市区町村税などを完納している ⑥暴力団員ではない ⑦連帯保証人を1人確保できる
募集案内・申込書 問い合わせ先のほか、建築住宅課、市役所本庁舎総合案内、総合支所市民生活課、キララ上柴行政サービスセンターで配布
※募集は部屋ごとに行います。
※応募者が複数の場合は抽選



『レトロモダンな深谷宿のまち歩き』参加者募集
県田園都市づくり課(☎048-830-5367)、都市計画課(☎574-6654)
宿場町の雰囲気とレンガ造りの建物が調和したレトロモダンなまちを歩きますか?(NPO深谷にぎわい工場の解説付き)
とき 11月1日(土)午前9時30分〜午後0時30分
ところ 旧中山道周辺(集合=JR深谷駅改札前)
申し込み 往復はがきに『住所・氏名・電話番号・生年月日・性別』・『深谷宿』と記入し、『☎330-9301県田園都市づくり課』宛てに郵送
締め切り 10月17日(金)必着 定員 40人

の毎週土・日曜日、祝日(雨天中止)
①午前10時30分、②午後2時30分
※サツマイモが無くなり次第終了
参加料 ●1株100円
※軍手・長靴など汚れてもよい支度でお越しください。
希望日前日の午後5時までに問い合わせ先へ
【下見会(要予約)】
とき ●①10月23日(木)緑ヶ丘住宅Ⅱ午前10時、宿根住宅Ⅱ午後1時 ②10月24日(金)戸森住宅Ⅱ午前10時、新井住宅Ⅱ午後1時
10月8日(水)〜22日(水)までに問い合わせ先へ
10月27日(月)〜11月7日(金)(消印有効)までに申込書を郵送で問い合わせ先へ

平成27年度保育園入園・公立学童保育室入室受け付け
保育課(☎574-8648)、川本のこキッズ保育園(☎583-2771)
申込用紙 ●11月4日(火)から保育課のほか、総合支所市民生活課、保育園、公立学童保育室、市ホームページで配布
11月10日(月)〜12月15日(月)に、申込書を保育課または総合支所市民生活課へ。保育の必要性の証明書なども併せて提出してください。

川本のこキッズ保育園について

申し込みについては、直接川本のこキッズ保育園にお問い合わせください。
【平成27年度市立幼稚園入園受け付け】
学校教育課(☎572-9578)
入園資格 ●市内に住居を有し、4歳児Ⅱ平成22年4月2日〜23年4月1日生まれ、5歳児Ⅱ平成21年4月2日〜22年4月1日生まれ
留意事項 ●①市内全園で預かり保育(午後2時〜3時)を保護者の希望により実施

景観絵画コンクール 作品の展示
都市計画課(☎574-6654)
『描こう!私が好きな場所〜子どもの視点から景観を考える〜』をテーマに、市内小学生の皆さんが描いた絵画を展示します。
とき ①11月1日(土)・2日(日) ②11月4日(火)〜11日(火)
ところ ①深谷駅市民ギャラリー ②市役所本庁舎1階市民ホール

アーティスト倶楽部 制作映画上映会
文化振興課(☎577-4501)
この夏、子ども芸術・文化推進事業『アーティスト倶楽部』に参加した子どもたちが映画制作に挑戦!シナリオ作りから撮影、編集まで行い完成した、オリジナル映画の上映会を開催します。
とき 11月2日(日)午後1時〜
ところ セツ梅酒造跡地内
参加できますので、当日、会場にお集まりください。(300人募集)
とき 10月11日(土)・12日(日)午前10時〜
※ギネス記録挑戦は12日午前11時〜
ところ ●埼玉工業大学

東都医療大学『第6回青淵祭』
東都医療大学青淵祭実行委員会(☎574-2500)
とき ●11月1日(土)午前10時〜午後4時30分・2日(日)午前10時〜午後2時30分
ところ ●東都医療大学
内容 ●縁日などの模擬店、献血や体

します。
②4・5歳児のいずれかの学年が6人に満たない場合は、異年齢保育を実施します。ただし、明戸・大寄・豊里幼稚園においては、幼児数にかかわらず異年齢保育を実施します。
③1園の入園者が10人に満たない幼稚園は休園となります。
④募集人数を超えた場合は抽選となります。

Table with 3 columns: 幼稚園別募集人数, 園名, 5歳, 4歳. Lists various kindergartens and their enrollment numbers for 5-year and 4-year olds.

Table with 2 columns: 幼稚園名, 移転先(予定). Lists kindergartens and their planned relocation destinations.

保育料 ●平成27年4月から始める『子ども・子育て新制度』移行に伴い、保育料については現在検討中です。決定次第、ホームページなどで速やかにお知らせします。

**入園願書** ●問い合わせ先のほか、幼稚園、教育委員会ホームページで配布  
 ①11月4日(火)～14日(金)までに、入園願書を各幼稚園へ

**いごも医療費支給制度**  
 ④子ども青少年課 ☎574-1664

0歳～中学校修了前(中学校3年生の年度末)までの児童を対象として、医療費の一部負担金と入院時の食事療養標準負担額が支給されます。出生・転入日の翌日から15日以内に申請の手続きをしてください。手続きが遅れると申請日から受給資格開始となります。

**対象医療費**

健康保険の適用となる医療費(一部負担金)が支給されます。高額療養費および付加給付などがある場合は、それらを差し引いた金額を支給します。

④ 次の物をお持ちの上、問い合わせ先へ

■健康保険証(対象児童の氏名が記載されているもの)

■通帳(普通口座・生計中心者名義のもの)

■生計中心者および児童の在留カード(外国籍のかたの場合)

**ひとり親家庭等医療費現況届**  
 ④子ども青少年課 ☎574-1664

ひとり親家庭等医療費の受給者(受給資格者)は11月に現況届を提出してください。提出されない場合、

平成27年1月1日以降の医療費助成を受けられなくなります。対象者には、10月末までに通知を郵送しますので、内容を確認の上、必ず手続きを行ってください。

ただし、児童扶養手当に該当しているかたは、児童扶養手当現況届を提出しているの必要があります。児童扶養手当の対象児童でない障害年金の子加算対象になっている児童が世帯にいるかたを除く。

なお、児童扶養手当現況届を提出していないと、ひとり親家庭等医療費助成も受けられなくなりますので、お早めに提出をお願いします。 ※総合支所では受け付けできません。

**ひとり親家庭児童就学支度金支給制度**  
 ④子ども青少年課 ☎574-1664

対象 ● 次の条件を全て満たすかた

①母子・父子家庭、または父母のいない児童を養育している、平成27年4月に中学校に入学予定の児童を扶養している

②市町村民税が非課税である(申請者および同居親族を含む)

③生活保護受給中でない

支給額 ● 児童1人につき10,000円

申請書 ● 問い合わせ先で配布

④ 12月26日(金)までに、申請者本人名義の普通口座の通帳をお持ちの上、申請書を問い合わせ先へ

**合併処理浄化槽維持管理補助金**  
 ④環境衛生課 ☎585-2215

10人槽以下の家庭用合併処理浄化



上柴東小4年(現5年) 齋藤 ゆうさん

**心の広場**

わたしのひいおじいさんは、目の見えない人でした。だから、マッサージのお仕事をしていたそうです。わたしが生まれる前に亡くなってしまったので会った事はないですが、お父さんにひいおじいさんの事を聞いたので、目の見えない人の事を書くように思いました。

わたしは簡単な実験をしてみました。まず、タオルで目をかくしてお母さんの言われたように行動します。目をあけても周りは真っ黒でした。わたしは自分の家なのに手で周りをさわらないと場所がわかりませんでした。

二階まで上がった後お母さんに「階において」と言われて、おりました。わたしは一番最後のだんで落ちそうになりました。わたしは目が見えないと、とてもこわいんだなと思いました。家の中

でも歩くのがこわいの以外だともってこわいんじゃないかなと思いました。外だと目の見えない人には、たくさんしょう書物があると思います。歩道にある黄色い点字ブロックの上に自転車がおいてあったり、車とめてあったりするとぶつかってしまいます。だから、わたしたちが正しいルールを、守らなければいけないと思います。

目の見えない人には役立つものが二つあります。一つ目は白杖です。白杖でまわりをかくにんしながら歩きます。わたしのひいおじいさんは白杖を使わないでひいおじいさんが手を引いて歩いていました。

二つ目はもうどう犬です。もうどう犬はいつも、目の見えない人のそばにいて、目の代わりをしています。目の見えない人が安心して歩けるように、車が来ないかかかかかかかかから歩いたり、段や階段があると、もうどう犬は立ち止まって教えます。この前、学校にはもうどう犬が来て、耳の聞こえない人の耳の代わりをしていましたが、それと同じでもうどう犬は目の見えない人の目の代わりをしているのです。

わたしも目の見えない人がどこかでこまっていたら、声をかけるのにゆきがいろいろ、自分から「だいじょうぶですか。」と声をかけてお手伝いが出るようになります。

その1

**ピンチです!深谷市の国保財政**

厳しい国保財政の現状 ~増える医療費と赤字額~

④保険年金課 ☎574-6641  
 高齢化の進展、医療技術の高度化、生活習慣病の増加などにより、年々医療費は増加しています。国保の医療費は、国保税や国、県からの補助金と市負担金で賄うのが原則ですが、それだけでは足りず、国保財政には毎年大きな赤字が生じています。(下表参照)  
 この赤字は、国民健康保険加入者以外を含む市民の税金で運営している一般会計からの繰入金で補っています。しかし、繰入金に頼ることは好ましくありません。国保財政の問題は市全体の問題として、国保の“今”を知るために、今後も『国保財政の現状』をお知らせしていきます。

**市国保特別会計の赤字額の推移**



よび領収書の写し ③法定検査結果書の写し ④市税に滞納がないことの証明書

※申請日の前日から過去1年間に維持管理(清掃・保守点検・法定検査)を実施していること

**住宅耐震診断・耐震化補助制度**  
 ④建築住宅課 ☎574-6655

建築士による住宅の耐震診断や耐震改修、住宅の解体を行う場合、費用の一部を市で助成しています。

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  
**補助金の交付額** ● 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) ③解体費補助Ⅱ 上限20万円(費用の3分の1)  
 ※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。  
 ※着手後の受け付けはできません。

**建築士による住宅・建築の無料相談**  
 ④県熊谷建築安全センター ☎533-8776、建築住宅課 ☎574-6655  
 違反建築なくそう運動(10月10日(金)～20日(月))の一環で、建築相談・無料簡易耐震診断を行います。  
 とき ● 10月16日(木)午後2時～4時  
 ところ ● 深谷公民館

**平成27年版県民手帳を販売**  
 ④商工振興課 ☎574-6650  
 販売期間 ● 10月20日(月)～12月19日(金)  
 販売先 ● 問い合わせ先のほか、市民課、総合支所市民生活課

**土砂災害危険度予測や降雨情報**  
 ④総務防災課 ☎574-6635  
 県では、土砂災害危険度予測や降雨情報をホームページ(HP)『埼玉県河川砂防情報システム』で検索して公開しています。ご利用ください。

**市内2大学図書館の市民への開放**  
 ④埼玉工業大学 ☎585-16816、東都医療大学 ☎577-8048

	埼玉工業大学	東都医療大学
利用対象者	市内に住所を有する20歳以上のかた	市内に在住・在勤・在学の20歳以上のかた
利用の範囲	大学図書館所蔵資料の館内閲覧・貸出・複写	大学図書館所蔵資料の館内閲覧・複写(蔵書は看護・医療系の図書が中心)
貸出基準	資料：一般図書 冊数：2冊まで 期間：2週間	-
利用手続	身分証明書を持参の上、書に必要事項を記入し、	図書館カウンターで申込カードの発行を受ける

※利用日や利用時間などの詳細は各大学のホームページをご覧ください。  
**交通安全対策『ゾーン30』の実施**  
 ④深谷警察署交通課 ☎575-10110

『ゾーン30』とは、生活道路における交通安全対策の一つで、ある一定の範囲内(ゾーン)の生活道路で、原則として、自動車の最高速度を時速30kmに設定し、歩行者などの安全を確保します。  
**実施時期** ● 平成26年度末までに整備し、実施予定  
**対象地域** ● 岡里地区(県道新野岡部

停車場線東側、市道幹60号線の西側、国道17号線の南側、県道児玉町蛭川普濟寺線の北側)

**深谷はばたき特別支援学校からのお知らせ**

問 深谷はばたき特別支援学校 (☎578-1701・FAX578-1703)

**1 学校説明会**

とき ● 10月17日(金)午前9時30分～11時50分

内容 ● 学校概要の説明、入学・就学に関する情報提供・授業見学

**2 学校公開(自由参観)**

とき ● 11月4日(火)～7日(金)午前9時30分～正午

※1のみ電話またはファクスで問い合わせ先へ

**廃棄物処理施設変更許可申請書等の縦覧**

問 県資源循環推進課 一般廃棄物・リサイクル担当 (☎048-830-3110)、県産業廃棄物指導課 (☎048-830-3133)、環境衛生課 (☎585-2215)

寄居町大字三ヶ山(三ヶ山)を設置場所とする環境整備センターの一般廃棄物処理施設変更許可申請書および産業廃棄物処理施設変更許可申請書等を縦覧することができます。

とき ● 10月7日(火)～11月7日(金)午前9時～午後4時30分

※申し込みには、保護者の承諾が必要です。

問 10月28日(火)までに、市体協事務局(生涯学習課内)へ

県では、ホームページ上で各家庭の二酸化炭素の排出状況に応じた省エネ対策とその効果が分かるエコ診断を行っています。スマートフォンや携帯電話、パソコンで気軽に診断できますので、ぜひご利用ください。※詳細は県ホームページ(HP)『埼玉版家庭のエコ診断』で検索をご覧ください。

**熊谷高等技術専門学校**

問 熊谷高等技術専門学校 (☎532-6559)、秩父分校 (☎0494-22-1948)

熊谷高等技術専門学校および秩父分校では、平成27年4月入校生を募集します。

募集科目 ● 自動車整備科、建築科、機械科、電気設備管理科

※詳細はお問い合わせください。

**10月20日(月)～26日(日) 行政相談週間**

問 市民課 (☎574-6633)

市では、行政相談(25ページ参照)を行っていますのでご利用ください。

また、総務省『行政相談110番』(☎0570-090110)でも相談を受け付けています。

**あつたか村**

問 あつたか村・鈴木さん (☎☎572-3013)、木部さん (☎☎570-1876)

とき ● 開村日 毎週月・木曜日(10月30日(木)を除く)、囲碁クラブ 10月10日(金)・24日(金)午前10時～午後3時

問 10月28日(火)までに、市体協事務局(生涯学習課内)へ

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、囲碁クラブ 200円

※前日までに、開村日は鈴木さん、囲碁クラブは木部さんへ

**介護者のつどい**

問 介護保険サポーターズ深谷・森田さん (☎571-0757)

とき ● ① 10月8日(水)午後1時30分～4時・深谷コミュニティセンター ② 10月15日(水)午後1時30分～3時30分・だんらん多目的ホール ③ 10月18日(土)正午～午後3時・コープみらいプラザ深谷

内容 ● 家族の介護で悩みを持つ人たちの交流

**弁護士・民事調停委員・家事調停委員による調停相談会**

問 ① 本庄調停協会・矢部さん (☎0495-24-4381)、② 熊谷調停協会・萩原さん (☎090-3507-2696)

とき ● ① 10月17日(金)午前10時～午後3時・本庄市役所6階大会議室 ② 11月1日(土)午前10時～午後4時・八木橋百貨店6階カトリア教室

**司法書士による法律相談会**

問 埼玉司法書士会 (☎048-863-7861)

とき ● 10月26日(日)午前10時～午後1時

問 10月28日(火)までに、市体協事務局(生涯学習課内)へ

**スポーツ・レクリエーション**

**3B体操シニア・親子体力UP教室**

問 市3B体操協会・岡本さん (☎090-5537-9864)

コース

① ジュニア

とき ● 10月14日(火)・21日(火)・28日(火) 午後4時～5時

ところ ● 上柴公民館 多目的室

対象 ● 4歳くらい～小学生

② 親子

とき ● 10月16日(木)・23日(木)・30日(木) 午前10時～11時

ところ ● 深谷ビッグタートル研修会議室

対象 ● 2～4歳くらいまでの子と保護者

【各コース共通】

定員 ● 先着15人(組)

参加料 ● 1,000円(保険料を含む)

問 10月12日(日)までに問い合わせ先へ

**少林寺拳法親子体験コース(後期)**

問 市少林寺拳法連盟・吉野さん (☎573-1798)

対象 ● 5歳～小学生までの親子(または祖父母)ペア

とき ● 11月6日(木)～27日(木)までの毎週火・木曜日(20日(木)を除く全6回) 午後7時～8時

問 10月28日(火)までに、市体協事務局(生涯学習課内)へ

**祝!! 100歳**



さくらい 櫻井コトさん(明戸)8月17日生

10月31日(金)は

**3期 市県民税**

**4期 国民健康保険税**

の納期限です。

問 収税課 (☎574-6639)

**深谷シネマ**

酒蔵の映画館

10月のご案内

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～

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

● **祖谷物語〜おくのひこ**  
とき 10月5日(日)～11日(土)午前10時～  
内容 日常の異変が事象と心象の開放領域へと突入する異色作品。5日は監督トーク有り

● **ブランド・フタバベスト・ホテル**  
とき 10月5日(日)～11日(土)②③④  
内容 高級ホテルでエレガンスミス・テリーのひとときを!

● **六月燈の三姉妹**(日本・104分)  
とき 10月12日(日)～18日(土)②③  
内容 経営不振の和菓子店。寂れた商店街に何が起きる!

● **世界の果ての通学路**  
とき 10月12日(日)～18日(土)④  
内容 4つの異なる地域で長距離通学する子どもたちの姿を追った記録

● **超高速! 参勤交代**  
とき 10月19日(日)～25日(土)①②④  
内容 日本・119分

● **私の男**  
とき 10月26日(日)～11月1日(土)②④  
内容 養女との禁断の愛を描き、第36回モスクワ国際映画祭最優秀作品賞受賞

● **人生はマラソンだ!**  
とき 10月26日(日)～11月1日(土)③  
内容 経営不振の自動車修理店がPRのためマラソン大会に出場

● **朽ちた手押し車**(日本・134分)  
とき 10月19日(日)～25日(土)③  
内容 三國連太郎幻の傑作。本年初公開作品

● **人生はマラソンだ!**  
とき 10月26日(日)～11月1日(土)③  
内容 経営不振の自動車修理店がPRのためマラソン大会に出場

**深谷シネマ**

酒蔵の映画館

10月のご案内

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～

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

● **祖谷物語〜おくのひこ**  
とき 10月5日(日)～11日(土)午前10時～  
内容 日常の異変が事象と心象の開放領域へと突入する異色作品。5日は監督トーク有り

● **ブランド・フタバベスト・ホテル**  
とき 10月5日(日)～11日(土)②③④  
内容 高級ホテルでエレガンスミス・テリーのひとときを!

● **六月燈の三姉妹**(日本・104分)  
とき 10月12日(日)～18日(土)②③  
内容 経営不振の和菓子店。寂れた商店街に何が起きる!

● **世界の果ての通学路**  
とき 10月12日(日)～18日(土)④  
内容 4つの異なる地域で長距離通学する子どもたちの姿を追った記録

● **超高速! 参勤交代**  
とき 10月19日(日)～25日(土)①②④  
内容 日本・119分

● **私の男**  
とき 10月26日(日)～11月1日(土)②④  
内容 養女との禁断の愛を描き、第36回モスクワ国際映画祭最優秀作品賞受賞

● **人生はマラソンだ!**  
とき 10月26日(日)～11月1日(土)③  
内容 経営不振の自動車修理店がPRのためマラソン大会に出場

● **朽ちた手押し車**(日本・134分)  
とき 10月19日(日)～25日(土)③  
内容 三國連太郎幻の傑作。本年初公開作品

● **人生はマラソンだ!**  
とき 10月26日(日)～11月1日(土)③  
内容 経営不振の自動車修理店がPRのためマラソン大会に出場

**その他**

の承諾印が必要です。

**旧煉瓦製造施設(旧事務所)ホフマン輪窯(6号窯)のお知らせ**

【旧事務所公開日時を変更します】

11月1日(土)から、公開日時を毎週土・日曜日午前9時～午後4時(年末年始を除く)へ変更します。(10月末までの公開日時は毎週金・日曜日午前10時～午後3時)

【ホフマン輪窯6号窯見学の団体予約を開始】

11月1日(土)から、10人以上の団体に対する事前予約による見学を開始します。

**公共下水道に接続しましょう**

問 下水道課 (☎572-8633)  
公共下水道が整備された地域で、まだ接続をされていない場合は、公共下水道への切り替え工事が必要となります。

● **仙元山公園多目的広場・陸上競技場**

● **種目** ●4ラウンド(32ホール) 参加料 ●500円(保険料を含む)

● **10月27日(月)までに、市レク協事務局(生涯学習課内)へ**  
※当日は、クラブ・ボール・メーカー・用具・体育館用履物・昼食をお持ちください。

● **ボールルームダンス講習会とダンスパーティーの夕べ**

● **問 市ボールルームダンス連盟・石川さん (☎571-1341)**  
とき ●11月9日(日)午後5時～

● **11月5日(水)までに問い合わせ先へ**  
※運動のできる服装で、体育館シューズをお持ちください。

**市民ランニング教室**

● **問 市スポーツ推進委員協議会事務局(生涯学習課内) ●572-9581**

● **対象** ●小学校5年生以上の市内在住・在勤・在学者(初心者・初級者・中級者)

● **11月29日(土)午後2時～4時(受付11時～1時30分)**  
● **岡部中学校校庭(雨天時は岡部中学校体育館)**  
● **参加料** ●1人11500円(高校生以下は3000円・保険料を含む)  
● **講師** ●上武大学駅伝部(近藤重勝コーチ・部員)

● **11月18日(火)までに問い合わせ先へ**

● **※未成年者の申し込みには、保護者の承諾印が必要です。**

● **※運動のできる服装で、雨天時は体育館シューズをお持ちください。**

**市民軽スポーツ教室(深谷会場)**

● **問 市スポーツ推進委員協議会事務局(生涯学習課内) ●572-9581**

● **対象** ●小学生以上(大人同伴)

● **11月11日(火)・13日(木)・18日(火)・20日(木)(全4回) 午後7時～8時30分**

● **11月5日(水)までに問い合わせ先へ**  
※運動のできる服装で、体育館シューズをお持ちください。

**フィットネス教室(10・12月)**

● **問 深谷ビッグタイトル (☎572-3000)**

● **1ダンベルサーキット教室**  
とき ●毎週月曜日午後1時～2時

● **2かんたんエアロ教室**  
とき ●毎週火曜日午前10時～11時

● **3らくらくヨガ教室**  
とき ●毎週火曜日正午～午後1時

● **4フィットネスフラ教室**  
とき ●毎週火曜日午後8時15分～9時15分

● **5リラクゼーションヨガ教室**  
とき ●毎週水曜日午後1時30分～2時30分

● **公共下水道へ接続すると、汚水が道路の側溝などに流れなくなり、嫌なお臭も抑えられます。**

● **公共下水道への接続は、市下水道指定工事店でなければできませんのでご注意ください。**

● **お願い** ●排水管に生ごみや天ぷら油などの廃油、その他の異物を流すと管が詰まる原因となります。また、ガソリンやシンナーなどは気化して爆発する恐れがありますので、絶対に流さないでください。

● **※建物の解体、建て替えなどで水栓のみを使用する場合には、問い合わせ先へご連絡ください。**

**建築物実態調査**

● **問 建築住宅課 (☎574-6655)**

● **国土交通省では、住宅・建築行政などの基礎資料を得ることを目的として、毎年『建築物実態調査』を実施しています。今回の調査は、11月15日(土)までに市職員が調査対象となるお宅を訪問して質問形式により実施します。ご協力をお願いします。**

● **6らくらくボクササイズ教室**  
とき ●毎週木曜日午前11時30分～午後0時30分

● **7入門エアロ教室**  
とき ●毎週金曜日午前9時30分～10時30分

● **8入門ヨガ教室**  
とき ●毎週金曜日午前11時45分～午後0時45分

● **9ピラティス教室**  
とき ●毎週土曜日午後3時～4時

● **10ストレッチヨガ教室**  
とき ●毎週土曜日午後8時～9時

● **【各教室共通事項】**

● **対象** ●18歳以上

● **11月16日(日)午後1時30分～4時(受付11時～)**

● **問 深谷ビッグタイトル (☎572-3000)**

● **対象** ●18歳以上

● **10月28日(火)～11月18日(火)の毎週火・木曜日(全7回) 午前10時30分～11時30分**

● **11月4日(火)までに問い合わせ先へ**  
※未成年者の申し込みには、保護者の承諾印が必要です。

**市民ウォーキング教室**

● **問 市スポーツ推進委員協議会事務局(生涯学習課内) ●572-9581**

● **対象** ●市内在住・在勤・在学者(小学生以下は保護者同伴)

● **11月16日(日)午後1時30分～4時(受付11時～)**

● **問 深谷ビッグタイトル (☎572-3000)**

● **対象** ●18歳以上

● **10月28日(火)～11月18日(火)の毎週火・木曜日(全7回) 午前10時30分～11時30分**

● **11月4日(火)までに問い合わせ先へ**  
※未成年者の申し込みには、保護者の承諾印が必要です。

**バレーボールで体力作り教室**

● **問 深谷ビッグタイトル (☎572-3000)**

● **対象** ●市内在住・在勤・在学者(小学生以下は保護者同伴)

● **11月16日(日)午後1時30分～4時(受付11時～)**

● **問 深谷ビッグタイトル (☎572-3000)**

● **対象** ●18歳以上

**救急電話相談『#7000』が始まりました**

問 県医療整備課 (☎048-830-3538)

救急電話相談『#7000』は、大人の急な病気やけがについて看護師がアドバイスします。夜間に医療機関を受診するべきか迷ったときに利用してください。

※27ページ『医療機関を受診する前に』も併せてご覧ください。

電話番号 ☎#7000 (NTTプッシュ回線、携帯電話、ひかり電話)、☎048-824-4199 (ダイヤル回線、IP電話、PHS)

相談時間 毎日午後6時30分～10時30分

各 種 無 料 相 談

	担当	内容	とき	ところ
<b>家庭児童相談室</b>	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
<b>虐待防止ホットライン</b>	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
<b>子どもスマイルネット</b>	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	-
<b>行政相談</b>	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
<b>法律相談</b>	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 <b>予約制</b>	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
<b>市民相談</b>	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
<b>消費生活相談</b>	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
<b>不動産相談</b>	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
<b>交通事故相談</b>	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
<b>教育相談</b>	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
<b>よろず人権相談</b>	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
<b>女性の悩み相談室</b>	L・フォルテ ☎573-4761	仕事・家庭・夫婦の悩みなどの相談 <b>予約制</b>	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
<b>DV問題法律相談</b>	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 <b>予約制</b>	11月20日(木)午後1時30分～4時	L・フォルテ ミーティングルーム2
<b>税務相談</b>	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
<b>内職・就職・求人相談</b>	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 <b>予約制</b>	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
<b>ふるさとハローワーク</b>	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	L・フォルテ ふるさとハローワーク
<b>深谷若者サポートステーション</b>	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 <b>予約制</b>	月・水～土曜日 午前9時30分～午後5時30分	七ツ梅酒造跡 (深谷町9-12)
<b>乳幼児相談</b>	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)	10月 6日(月)午前10時～11時30分 10月17日(金)午前10時～11時30分 10月20日(月)午前10時～11時30分 10月27日(月)午前10時～11時30分	おかへ子育て支援センター 花園保健センター 深谷市保健センター 川本子育て支援センター
<b>健康相談</b>	保健センター ☎575-1101	健康に関する相談 <b>面接は予約制</b> ※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
<b>こころの相談</b>	保健センター ☎575-1101	心の健康や病気、福祉制度などの相談 <b>予約制</b>	10月 2日(木)午前10時～正午 11月 7日(金)午前9時30分～11時30分	深谷市保健センター
<b>ひきこもり等相談室</b>	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
<b>エイズ相談・検査</b>	熊谷保健所 ☎523-2811	エイズなどに関する相談と血液検査 <b>予約制</b>	10月28日(火)午前10時～11時、午後5時30分～6時30分 11月 6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、上記の内容をご覧ください

■ 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

ところ	講座名	内容	とき(11月)	定員	参加料	対象
深谷公民館 ☎571-0506	Word中級	ビジュアルな文書の作成(ワードアート、表の作成など)	4日(火) 5日(水)	先着18人	500円(資料代)	Word入門受講者または、同レベルのかた
	年賀状作成	Wordの『はがきウィザード』を利用して年賀状(文面)の作成	19日(水)	先着18人	500円(資料代)	日本語入力ができるかた
	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	26日(水) 27日(木)	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	パワーポイント2010入門	楽しく写真を見せる自分だけのフォトアルバム作りを学ぶ	8日(土)	先着20人	500円(資料代)	パソコンの基本操作ができるかた
	スライドショーDVDを作ろう	デジカメ写真をDVDに焼いて、テレビやパソコンで見る	12日(水) 13日(木)	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  
 ☎10月24日(金)午前9時から参加料を添えて、上記の各公民館へ(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

イベント名	とき・内容	備考
水泳教室・フロア教室	初心者・中級者・中上級者水泳教室、フィンスイム、からだメンテナンス教室、ズンバ教室、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
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
10月無料園芸相談	専門相談員の相談日は10月12日(日)	花き振興担当職員の相談は、随時受け付けています。
第3回花の音楽祭	10月19日(日)午前10時～午後3時 ※荒天候時中止	ところ/多目的広場屋外ステージ
フリーマーケット 出店者募集	10月19日(日)午前10時～午後3時 ※花の音楽祭と同時開催	詳しくはホームページまたはパティオまで
秋のワークショップ ①ドングリのトトロを作ろう! ②森の万華鏡を作ろう!	11月9日(日) ①午前11時～ ②午後1時30分～ 講師/鈴木洋一氏(NPOえしかる)	参加料/各回500円 定員/各回先着15人 対象/4歳以上(小学校2年生以下は要保護者同伴) ☎10月6日(月)から電話でパティオへ

ところ	イベント名	内容	とき	備考
岡部図書館 ☎585-5968	おはなし会	『秋』をテーマにした絵本の読み聞かせ、紙芝居など	10月18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	絵本の読み聞かせ、紙芝居、折り紙	10月11日(土) 11月 8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:紙芝居と映画『ミッキーマウスの楽しい冬』10分 2部:絵本、紙芝居、エプロンシアター、手品、手遊びなど	11月 1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【10月】6日(月)・10日(金)・14日(火)・20日(月)・27日(月) 【11月】4日(火)・10日(月)・17日(月)・25日(火)  
 ※深谷図書館では、11月17日(月)まで空調設備更新工事を行うため、館内の利用ができません。なお、図書館正面入口に仮窓口を設置して、予約本の受け取り、図書の返却などの窓口業務は行います。  
 詳しくは深谷図書館へお問い合わせください。(岡部・川本・花園図書館は通常どおり開館します。)  
 ■ 秋の特別整理休館 深谷図書館:11月11日(火)～13日(木)、岡部・川本・花園図書館:11月21日(金)  
 ■ 秋の読書週間(岡部・川本・花園図書館)  
 10月28日(火)～11月9日(日)まで、『めくるめく文庫本の世界』をテーマに、資料の紹介・展示・貸し出しを行います。

## 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
10月 5日(日)	清水眼科医院	☎581-0378	10月19日(日)	矢部耳鼻咽喉科	☎574-3535
10月13日(木)	吉田眼科医院	☎585-2054	10月26日(日)	石川医院耳鼻咽喉科	☎571-0038

※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。

## 休日急患の診療

### 休日急患診療所

**診療日** 10月 5日・12日・13日・19日・26日  
11月 2日・ 3日・ 9日・16日・23日・  
24日・30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** 10月 4日・ 5日・11日・12日・13日・18日・19日・25日・  
26日  
11月 1日・ 2日・ 3日・ 8日・ 9日・15日・16日・22日・  
23日・24日・29日・30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。

## 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)

**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)

**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)

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	10月 3日(金) 午前9時20分～正午 12月 5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 ■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
			11月14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)	
			10月18日(土) 午前9時30分～正午 11月22日(土) (受け付け:午前9時20分～30分)	
離乳食教室	全区域	深谷	10月14日(火) 11月11日(火) 11月 5日(水)	受け付け:午前9時45分～10時 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	10月 3日(金) 10月21日(火) 10月28日(火) 11月 5日(水) 11月14日(金) 11月18日(火)	平成26年5月16日～6月15日生まれ 平成26年6月16日～7月15日生まれ
			川本/花園	
	深谷/岡部	深谷	10月 2日(木) 10月16日(木) 10月30日(木) 11月 6日(木) 11月20日(木) 11月28日(金)	受け付け:午後1時～2時 平成25年3月 1日～4月 6日生まれ 平成25年4月 7日～4月30日生まれ 平成25年3月 1日～4月30日生まれ
3歳児健康診査	深谷/岡部	深谷	10月 9日(木) 10月23日(木) 11月 7日(金) 11月13日(木) 11月27日(木) 10月29日(水)	受け付け:午後1時～2時 平成23年3月 1日～3月24日生まれ 平成23年3月25日～4月30日生まれ 平成23年3月 1日～4月30日生まれ
BCG予防接種	全区域	総合	10月 7日(火) 10月20日(月) 11月 5日(水) 11月26日(水)	受け付け:午後1時～1時30分 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

### 小児救急電話相談「#8000」

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 ☎#8000

(NTTのフッシュ回線、携帯電話)

☎048-8333-7911

(IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線)

平日(月～土曜日)午後7時～翌日午前7時

休日(日曜日、祝日、年末年始)午前9時～翌日午前7時

### 救急電話相談「#7000」

大人の夜間の急な病気やけがに関して看護師がアドバイスします。

電話番号 ☎#7000

(NTTのフッシュ回線、携帯電話、ひかり電話)

☎048-824-4199

(ダイヤル回線、IP電話、PHS)

毎日午後6時30分～10時30分

### 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。

電話番号 ☎048-824-4199(24時間対応)

※医療相談のお応えはできません。

※歯科、口腔外科、精神科の案内は行っていません。

※案内された医療機関を受診される場合は、必ずその医療機関に電話で確認の上、お出かけください。

### 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にて検索



事業名	内容	とき	ところ	備考
小麦粉粘土	作って触ってこーねこね。どんな感触かな？	10月21日(火)・28日(火)午前10時～正午	深谷	-
		10月22日(水)・29日(水)午前10時～正午	藤沢	
		10月23日(木)・30日(木)午前10時～正午	深谷西	
七五三製作	お子さんの成長と一緒に喜び合いながら製作しましょう	11月 4日(火)午前10時～正午	深谷	-
		11月 5日(水)午前10時～正午	藤沢	
		11月 6日(木)午前10時～正午	深谷西	
造形遊び	親子で楽しく製作をします 親子で楽しくつくってあそぼう	水曜日午前9時30分～正午	エンゼ	-
		10月 9日(木)午前10時～11時30分	ふき	
お誕生会	みんなで祝いましょう	10月24日(金)、11月26日(水)午前11時～11時30分	花園二	-
		10月30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	10月24日(金)、11月26日(水)午前11時～11時30分	花園二	-
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
季節の遊び	季節に合った製作を親子で楽しみます	木曜日午前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	-
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
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	10月20日(月)・27日(月)午前10時～正午	藤沢	-
ヨガ教室	ヨガで子育ての疲れをリフレッシュしませんか？	11月 1日(出)午前10時30分～11時30分	おかべ	未就学児の親20人 要予約、託児応相談
パワフルらんど	わくわく・おはなし教室がいっぱいに楽しめます	11月 6日(木)・20日(木)午前10時30分～11時30分	はたらふれあい館	☎明戸へ
ジムナステック	親子体育・英語あそび	11月10日(月)午前10時～正午	深谷ビッグスタート	☎深谷・深谷西・藤沢へ
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	11月11日(火)午前10時30分～11時30分	明戸	1歳未満児と親 要予約、先着20組
ベビーピクス	リズムに合わせて親子で楽しく身体を動かしましょう	11月11日(火)午前10時30分～11時30分	おかべ	1歳未満児と親 要予約、先着20組
カンガルーキッズ	お母さんと体を動かしてリフレッシュ	11月12日(水)午前10時30分～11時30分	川本	1歳半以上児と親 要予約、先着20組
わくわくらんど	わくわく・おはなし教室が、いっぱい楽しめます	11月13日(木)・27日(木)午前10時30分～11時30分	豊里公民館	☎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	11月18日(火)午前10時～11時30分	明戸	-
クリスマス製作	親子でクリスマスの飾りを作ってみませんか？	11月19日(水)午前10時30分～正午	川のこ	要予約
あおぞら散歩	親子で散歩、キウイ狩りを楽しみましょう	11月20日(木)午前10時30分～正午	農林公園	要予約、先着10組、実費負担あり ☎花園二へ
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みます	11月27日(木)午前11時～正午	エンゼ	要予約

## 子育てワンポイントアドバイス



桃園保育園  
大沢君代副園長

### 親子で触れ合い遊びを

お子さんを毎日ぎゅっと抱きしめていますか。子どもは、お父さんやお母さんに抱きしめてもらったり抱っこしてもらいと、とても喜び安心します。親と子の肌の触れ合いは子どもの心が安定し笑顔がいっぱいになります。また、両親の温かさや優しさを身体全体で感じる事ができ、自分に向けてくれる愛をしっかり受け止めることもできます。このような時間は親にとってうれしいひとときとなり、子どもも大人も共に楽しむことができる幸せな時間となることでしょう。

子どもにとって、相手をしてくれるということは、自分

を見てくれているということなので、一緒に遊んでくれる人が大好きです。日常の中でちょっとした時間に触れ合い遊びをしてみませんか。

触れ合い遊びは、いつでも、どこでも道具を使わずに行うことができ、親子で気軽に楽しめることをすればよいのです。「あの続きをまたやりたいな」と思う子どもの心を大切にしましょう。

こうした親子の触れ合いは、子どもの心に残り、幼い日の思い出として、大人になっても覚えているものです。

遊びながら自然とスキンシップがとれる触れ合い遊びで親子の絆をより深めましょう。



## 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のほか、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	エンゼルス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 月～金曜日午後1時～3時	各支援センター(花園二除く) 花園二	- 要予約
		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。
広場	事業のない時間に、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。
	事業のない時間に、園庭を開放しています	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。
		11月 5日(水)・19日(水) 午前10時30分～11時30分	桜ヶ丘	要予約、先着20組
		11月19日(水)午前10時30分～11時30分	明戸・おかべ・川本	お誕生会
		11月26日(水)午前10時30分～11時30分	川本	親子コンサート
		11月26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	豊かな心を育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。
		11月 7日(金)・21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親子で食べましょう	水曜日午前11時	すみれ	要予約 費用負担あり
	年齢に応じた給食を食べましょう	水曜日	ふき	先着順、要予約 費用負担あり
	好き嫌いをなくそうPart2 ～肉団子スープ～	10月25日(出)午前10時～正午	深谷	要予約
	おいしく鉄分補給 ～香味揚げ・ひじきサラダ～	11月 8日(出)午前10時～正午	深谷	要予約
	保育園で提供している給食を試食します	11月12日(水)午前11時15分～正午	桜ヶ丘	要予約、先着10組 1歳以上児と親、費用負担あり
	栄養士が相談に応じます	11月18日(火)午前11時～正午	川本	要予約、先着順 費用負担あり
体験保育	親子で保育園体験	水曜日午前中	ふき	要予約
散歩	秋の自然を感じたり探しながら楽しくお散歩	10月14日(火)午前10時～正午	深谷	各園に集合。雨天時は各園内にて実施
		10月15日(水)午前10時～正午	藤沢	
		10月16日(木)午前10時～正午	深谷西	

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!!**

**入場無料** **10/19日**  
 午前10時～午後3時

王国の森の中で、  
 さまざまな演奏が  
 目の前で  
 楽しめます。

ご家族お友達  
 お誘いのうえ  
 ぜひお越し  
 ください。

森の音楽祭と  
 花の音楽祭、  
 両方に遊びに行くよ/  
 会いに来てね♪



## 第6回 森の音楽祭 inふかや緑の王国

合唱、リコーダー、ハーモニカ、オカリナ、アルプホルン、ギター、しの笛、各種管楽器・弦楽器の合奏など、王国の森で生音演奏が楽しめます。

他にも、野菜販売(JAふかや)、軽食販売(NPOうるおいのまち)、ハーブティー販売(アトリエ詩季)、王国窯焼きピザ(王国料理人)、山野草展(深谷山野草会)、薬の説明・紹介(深谷市薬剤師会)など、イベント盛りだくさんです!

※施設内の駐車場は利用できません。臨時駐車場(花植木流通センター・JAふかや榎引支店)をご利用ください。当日は、JAふかや榎引支店・深谷グリーンパークから無料バスを運行します。

同時開催

第3回花の音楽祭in  
 深谷グリーンパーク

音響装置や電子楽器を使った、花と緑に囲まれた音楽祭です。  
 ところ 深谷グリーンパーク・特設ステージ

### ガーデニング教室参加者募集

「赤バラとリボンを使ったシックなフラワーアレンジ」～アレンジメントの基本と装飾用リボンづくりを楽しく学ぼう!～

とき 11月8日(土)午前10時～

ところ ふかや緑の王国

定員 先着20人 参加料 2,000円

講師 本庄恵美氏

申し込み 10月8日(水)から電話で緑の王国へ



### 森林公園紅葉見学ナイトツアー参加者募集

秋の夜に浮かび上がる朱色や黄金色に色づく木々。ライトアップされた美しい紅葉を見に行きませんか。

とき 11月11日(火)午後5時～7時30分(雨天中止)

ところ 国営武蔵丘陵森林公園(集合＝深谷ビッグタートル)

定員 先着60人 参加料 300円

申し込み 10月8日(水)から電話で緑の王国へ



### 秋の王国フェスタ in ふかや緑の王国

王国の秋を楽しもう!

#### 紅葉ライトアップ・あかり展

鮮やかに色づいたモミジやカエデのライトアップや小学生が描いた行灯のほか、ロウソクの「あかり」が幻想的な街並みをともします。

とき 11月13日(木)～16日(日)午後5時～8時

#### 第6回秋まつり

王国ボランティア手作りの楽しいイベントや食事で、来場者をおもてなしします。

とき 11月22日(土)・23日(日)午前10時～午後3時

いいね!  
 No.07

## 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。



売り切れ必至!千ポリで  
 人気ナンバーワン♡

黒糖くるみパン  
 ワークショップ千ポリ  
 ☎598-5678  
 住所: 山河1058-3

黒糖生地にクルミがぎゅ〜っしり詰まっています。食感の良さもおススメポイントです!やみつきになります♪/120円

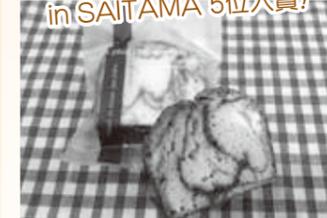
Premium Quality Cup 2014  
 in SAITAMA 準優勝!



たんぼぼコーヒーガレット  
 たんぼぼ作業所  
 ☎572-1668  
 住所: 人見2000

ほろっとした食感がたまらない♡ラム酒の香り漂うお菓子です。/1個200円、5個入り1,000円

Premium Quality Cup 2014  
 in SAITAMA 5位入賞!



コーヒーパウンドケーキ  
 第2春日園  
 ☎583-5451  
 住所: 本田3342

コーヒーの香りがふわっと広がります。コーヒー好きなかたへの贈り物にどうぞ! /140円

『Premium Quality Cup 2014 in SAITAMA』とは、県内福祉作業所で作られる焼き菓子を対象としたコンテストです。

## No.07 教えて!世界に誇れる 深谷ブランド

### 先端技術で自動車部品の小型・軽量化を実現



#### ■どのような製品ですか?

「SUPPORT, CENTER SHAFT BRG」という、自動車のモーターの回転を駆動系に伝えるシャフトを支えるベアリングをサポートする自動車部品です。

#### ■どんなところで使われていますか?

現在は主に電気自動車に搭載されています。温室効果ガスである二酸化炭素の直接排出が「ゼロ」と言われる、環境にやさしい電気自動車をつくるための大切な部品です。

#### ■この製品のすごいところを教えてください。

精密な金型に、溶かしたアルミニウム合金などを高速・高圧で注入し、瞬時に成形する技術(ダイカスト)により、従来は2つの部品であったものを一体化することができました。これにより製品が小型・軽量化し、そして耐久性の向上を実現しました。

#### ■他にどのような製品をつくっていますか?

金型の設計、製作から鋳造、加工、組み立てに至るまで、独自の一貫生産体制で、世界トップクラスの実力を誇っており、エンジンブラケット部品、防振金具部品、光通信部品、耐圧・強度部品など、お客様のニーズに合った多彩な製品を製造しています。

### 会社案内

#### コーラゴーキン(株)

●住所: 中瀬550-1  
 ●事業内容: アルミダイカスト製品の加工および金型作成



生産技術課 課長  
 岡田会司さん

# 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!

## あなたの適正エネルギーを知りましょう!

今はいろいろな食品にエネルギー表示がありますよね。でも自分に必要なエネルギーって知っていますか?せっかくのエネルギー表示も、自分がどれくらいエネルギーを取っていいかわからないと役に立ちにくいものです。早速、1日に必要なエネルギーを計算してみましょう。

**適正エネルギー量 (kcal) = 標準体重 (kg) × 身体活動量**  
**【標準体重】 = 身長 (m) × 身長 (m) × 22**  
**【身体活動量】 ※標準体重1kgあたりのエネルギー量です。**

軽い労作	デスクワークが多い職業など	25 ~ 30kcal
普通の労作	立ち仕事が多い職業など	30 ~ 35kcal
重い労作	力仕事が多い職業など	35kcal以上

(日本糖尿病学会編:科学的根拠に基づく糖尿病診療ガイドライン2013より)  
 (例) 身長160cm、身体活動量が『軽い労作』の場合  
 標準体重: 1.6×1.6×22=56.3kg、身体活動量(軽い労作)=25kcal  
 適正エネルギー量(kcal): 56.3kg×25kcal=約1,400kcal



深谷赤十字病院管理栄養士  
荻野由美子さん

市販のお弁当などには高カロリーのものもあります。自分がよく食べるものに含まれているエネルギーは知っておくといいですね。

(監修: 深谷赤十字病院副院長 泉知之医師)

**キレイ・元気を応援します! No.06**  
 しいたけやエビを使い、高たんぱく低カロリーの茶わん蒸し

### ミルク茶碗蒸し

栄養価(1人分当たり)

エネルギー 123kcal	たんぱく質 9.8g	脂質 5.4g	炭水化物 6.9g	塩分 0.9g
---------------	------------	---------	-----------	---------

**おすすめポイント**  
 きのご類は低エネルギーで、不溶性の食物繊維が多く、便秘解消効果も!また、骨の形成を助ける成分も含まれています。

**材料 (2人分)**  
 【卵液】牛乳1/2カップ、塩ひとつまみ、しょうゆ小さじ1/4、卵1個  
 【具材】エビ4尾、塩ひとつまみ、酒大さじ1/4、シイタケ1枚、ギンナン(水煮)少々、糸みつ葉少々

**作り方**

- 牛乳に塩・しょうゆを加え、塩が溶けるまで良く混ぜる
- 卵を割りほぐし、①を加え混ぜ、こし器でこす
- エビは塩・酒を加える。シイタケは軸を除いて薄切りにする
- ③とギンナンを耐熱性の器に入れ、②の卵液を流し入れ、蒸し器に入れる。中火で1分蒸した後、弱火にして8分蒸す
- 竹串を刺して澄んだ汁が出たら蒸し上がり。最後にみつ葉をのせる

(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