

●費用の記載がないものは無料

●対象は市民市外の人でも、在勤在学の記載があるときは該当する人も対象になる

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業

外国語版
ごみ分別アプリを配信しています

ごみ分別アプリに外国語対応版ができました！
ダウンロードすると、端末で使っている言語でアプリがインストールされます。分別辞典やアラート機能など、日本語版同様に便利な機能が搭載されています。無料でダウンロードできますので、ぜひご利用ください（通信料は利用者の負担となります）。

対応言語 英語、中国語、韓国語、ベトナム語、ネパール語

図 環境課 (TEL 262・9022)



▲iOS用



▲Android用



空き家の管理不全を防止するとともに、地域の活性化につなげることを目的とした制度です。
空き家を「売りたい・貸したい」と考えている空き家所有者や、市内でお住まいをお探しの人、空き家バンクに登録してみませんか。

空き家バンク制度

空き家バンク制度は、市内にある空き家を所有者に登録していただき、空き家の購入・賃貸を希望する人へ、市から空き家情報を提供するためのものです。

対策として、アスベスト含有の恐れのある吹き付け材の含有調査および吹き付けアスベストの除去等工事に対する費用を補助します。
図 県建築安全課
TEL 048・830・5527

雨の日には衣類を集積所に出さないうでください

布類は、雨に濡れてしまうとカ



ご案内

新規学卒・若者就職面接会

日時・内容 9月27日(金)午後1時～4時(受け付けは正午～3時30分)

場所 ウェスタ川越多目的ホール

対象者 ①令和2年3月に高等学校卒業予定の人②正社員を希望するおおむね40歳までの人

持ち物 ①なし②履歴書、ハローワークカード

図 ハローワーク川越 TEL 242・0197、産業振興課 TEL 262・9023

お買い物はマイバッグで!!

現在、多くのスーパーマーケットでレジ袋の有料化が進んでいます。レジ袋を製作するためには大量の石油が必要になり、使い終わったレジ袋はごみになってしまいます。何度も使いまわせるマイバッグを使用すれば、ごみにならずにレジ袋を減らすことができます。マイバッグの他にも、マイ箸やマイボトルを利用することでリユース(再利用)を促進してごみの減量にご協力ください。
図 環境課 TEL 262・9022

労働力調査

総務省では、我が国の就業・不就業の状況を明らかにするため、毎月労働力調査を実施しています。調査の対象となった世帯に統計調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。
図 県統計課
TEL 048・830・2314

全国家計構造調査

総務省では、家計における収支や貯蓄・負債、就業状況、住居に関する事項などを調査する全国家計構造調査を実施します。調査の対象となった世帯に統計調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。
図 情報・統計課 TEL 262・9007

マイホーム借上げ制度
持ち家を活用しませんか

市は、住み替えの支援や空家対策を目的に(一社)移住・住みかえ支援機構(JTI)が実施している「マイホーム借上げ制度」の普及に取り組んでいます。

図 建築課 TEL 262・9043

10月1日は「浄化槽の日」

浄化槽は、下水道が設置されていない地域でトイレなどから出た汚水を微生物の働きできれいにして放流する設備で、通常は庭先や駐車場の下に埋められています。地面に2、3個並んだマンホールぶたや空気を送る機器(ブローア)がある家庭には、浄化槽が設置されています。

浄化槽の利用者には法律で、年1回の法定検査(浄化槽からの放流水などをチェックして浄化槽が十分機能を発揮しているかの検査)の受検、年3～4回の保守点検、年1回の清掃が義務付けられています。

●マイホーム借上げ制度とは
持ち家をJTIが借上げ、子育て世帯などに転貸し、安定した賃料収入を保証するものです。これにより、持ち家を売却することなく、住み替えや老後の資金として活用することができます。



図 (一社)移住・住みかえ支援機構
TEL 03・5211・0757 (平日午前9時～午後5時)

建築物のアスベスト
対策に関する補助制度

県は、民間建築物のアスベスト

ています。検査結果は使用者や保守点検業者に通知され、浄化槽の維持管理に生かされます。

現在、河川の汚濁原因の7割以上が家庭からの生活排水です。地域の水環境を良好に保つため、浄化槽の利用者は、県知事指定機関で必ず年1回の法定検査を受けましよう。

図 環境課 TEL 262・9021、(一社)埼玉県環境検査研究協会
TEL 048・649・5151

9月1日～10日は
屋外広告物適正化旬間

広告板、立看板などの屋外広告物は、さまざまな情報を提供し、まちの活気やにぎわいを演出します。一方で無秩序な設置により景観が損なわれたり、不十分な管理により危害を及ぼしたりする恐れがあります。

埼玉県屋外広告物条例では、良好な景観の形成と公衆に対する危害の防止を目的に、設置に当たっての許可基準を定めています。

屋外広告物を設置しようとする人や設置場所を提供する人は、適正な広告物の設置にご協力ください。

また、既に設置された屋外広告物の適切な管理がされていないことにより、倒壊・落下などの事故が発生すると所有者、設置者、管理者等に責任が及ぶこととなります。適切な管理に努めてください。
図 建築課 TEL 220・2069

7月21日執行 参議院議員通常選挙結果

埼玉県選出

氏名	党派	得票数
ししど ちえ	国民民主党	3,233
当 伊藤 岳	日本共産党	7,074
当 矢倉 かつお	公明党	8,169
沢田 良	日本維新の会	3,152
さめじま 良司	安楽死制度を考える会	317
当 くまがい 裕人	立憲民主党	6,915
当 古川 俊治	自由民主党	12,255
小島 一郎	幸福実現党	285
佐藤 恵理子	NHKから国民を守る党	1,206

当日有権者数	投票者数	投票率
男 46,445	21,685	46.69
女 47,328	21,704	45.86
合計 93,773	43,389	46.27

不受理・持ち帰り	0
投票総数	43,389
有効投票数	42,606
按分切り捨て	0
無効投票数	783

比例代表選出

党派	得票数
日本共産党	5,944.374
自由民主党	13,093.058
オリーブの木	106.023
社会民主党	590.000
公明党	6,217.146
国民民主党	2,113.363
日本維新の会	3,179.000
幸福実現党	176.000
立憲民主党	7,658.031
労働の解放をめざす労働者党	36.333
NHKから国民を守る党	1,097.000
安楽死制度を考える会	308.000
れいわ新選組	2,045.665

当日有権者数	投票者数	投票率
男 46,445	21,679	46.68
女 47,328	21,703	45.86
合計 93,773	43,382	46.26

不受理・持ち帰り	3
投票総数	43,379
有効投票数	42,563.993
無効投票数	815

※埼玉県内の得票数全てを合算して決定をした当選者に「当」を標記しています。ふじみ野市内の順位に応じたものではありません。
※当日有権者数および投票者数には在外選挙人を含みます。
※投票率は、小数点第2位まで(第3位を四捨五入)記載しています。

図 選挙管理委員会 (TEL 262・9006)

ハローワーク川越
障害者就職面接会

日時 9月20日(金)午後0時30分～4時(受け付けは0時15分～3時) ※手話通訳あり。

場所 坂戸市文化会館

持ち物 障害者手帳(原本およびコピー)、履歴書(複数枚)、ハローワークカード

申込方法 求職未登録の場合は電話で申し込む(求職登録済の場合は事前申し込み不要)

図 ハローワーク川越「障がいのある方の職業相談」TEL 242・0197(部門「コード46」)

児童手当現況届の
提出を忘れずに

ことし6月分以降の児童手当を受給するには、現況届の提出が必要です。対象となる人には6月に現況届を送付していますが、まだ提出していない場合は9月13日(金)までに提出してください。

図 子育て支援課 TEL 262・9041

障害者自動車燃料費助
成金の請求書の提出を

本年度に障害者自動車燃料費助成の登録をしている人は、9月30日(月)までに4月から9月までのレシートの提出をお願いします。提出期限を過ぎると支給できない可能性がありますので、ご注意ください。

対象者

ふじみ野市障害者自動車燃料費助成登録申請書を提出し、登録している人(登録申請は毎年度必要です)

助成金の額 障がい者1人につき月額1500円が上限

持ち物 認め印、レシートまたは支払い状況が確認できる書類

※9月分の給油を終わらせてから提出をお願いします。

提出先 障がい福祉課、大井総合支所市民総合窓口課

図 障がい福祉課 TEL 262・9031

するなするな動物虐待
ペットの遺棄・虐待は犯罪です

9月21日(土)～30日(月)は、「愛護動物の遺棄等虐待防止旬間」です。

・適正飼養…動物の習性、年齢、大きさなどに適した飼育環境や方法で飼いましよう

・終生飼養…最後まで愛情と責任を持って飼いましよう

・繁殖制限…子犬や子猫が飼えない場合は、不妊・去勢手術を

してください

図 犬に関する相談は県朝霞保健所(TEL 048・461・0468)猫に関する相談は県動物指導センター南支所(TEL 048・855・0484)



ACCESS

情報アクセス

「見て」「さわって」「感じる」体験の場「えこらぼ」

10月の環境学習講座

場所 ふじみ野市・三芳町
環境センター環境学習館えこらぼ1階

申込方法 電話か市ホームページ(上QRコード)で申し込む ※定員を超えた場合は抽選。**当選者のみ連絡します。**

☎ 環境課 (TEL262・9022)



●自転車の抽選販売会

日時 毎月第3土曜日午前10時30分から

申込方法 毎月1日～抽選日の午前10時に申し込む

●**家具の販売**

日時 火～土曜日午前9時～午後4時

☎ リサイクル工房 (TEL257・5393)

※世帯の収入により変動します。

共益費 上野台Ⅱ3800円、霞ヶ丘Ⅱ4800円

申込方法 募集のしおり(9月2日)から市役所本庁舎、建築課、大井総合支所および出張所で配布に添付の申込書に記入し、必要書類を添えて9月26日(休)・27日(金)午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く)に市役所第2庁舎3階B302会議室で申し込む(1世帯につき1通)。

郵送不可)

補欠者の決定 10月4日(金)午前10時から市役所第2庁舎3階B302会議室で公開抽選(結果は後日通知)

☎ 建築課 TEL262・9043

自衛官

採用種目 ①防衛医科大学校②防衛大学校(一般)③防衛医科大学校看護学科(自衛官)

1次試験日 ①10月26日(土)・27日

(日)①11月9日(土)②10日(日)③10月19日(土)

対象 高卒(見込含)21歳未満令和2年4月1日現在

入校 令和2年4月上旬

申込方法 9月5日(休)～30日(月)

☎ 自衛隊入間地域事務所 TEL04・2923・4691

応募資格 農業に関する識見を有し、農業委員会の職務を適切に行うことができる人、かつ、農業委員会の所掌に属する事項に関し利害関係を有しない人。

※詳細は募集要項でご確認ください。書類は窓口または市ホームページからダウンロードできます。

募集期間 9月2日(月)～30日(月)

応募方法 応募書類に必要事項を記入の上、窓口提出する

☎ 産業振興課 TEL262・9024

グマスタッフが雇用主となり、介護職員初任者研修を受講しながら、県内の介護事業所で紹介予定派遣として3カ月間働き、期間終了後の介護事業所への就職をめざします。研修を無料で受講でき、受講期間中も給料が支給されます。

対象 介護の仕事を探している人(介護福祉士を除く)

☎ (株)シグマスタッフ大宮支店 TEL048・782・5173

URL <http://www.kago-nanabu.com/>



認知症サポート医による「もの忘れ・認知症相談」

認知症は、早期の段階での対応が重要であるといわれています。なお、申し込み後、担当の高齢者あしん相談センター職員が訪問してお話を伺うことがあります。

日時 10月11日(金)

午後3時～4時30分

場所 市役所本庁舎A201会議室

定員 3人(申込順)

申込方法 電話で申し込む

☎ 高齢福祉課 TEL262・9038

埼玉県介護職員雇用推進事業参加者

介護の仕事は、人を支え、社会を支えるやりがいのある仕事です。県では、介護事業所への就職を希望している人に向けて、介護職員初任者研修の受講から県内介護事業所への就職までを支援しています。本推進事業の委託先である(株)シ

農業委員会委員

募集人数 1人(欠員補充)

任期 来年1月24日(金)から令和4年3月31日

●事前説明会参加必須

日時 10月4日(金)午後6時～7時

場所 市役所本庁舎5階大会議室

☎ 環境課 TEL262・9021

※営利目的での参加は不可。
※左記の事前説明会への参加が必須となります。

申込方法 9月13日(金)までに窓口、電話またはメールで申し込む

環境フェアフリーマーケット出展者

10月19日(土)(雨天時は20日(日))に、福岡中央公園で環境フェアを開催します。「使い捨てを見直し、使えるものは再使用すること」で限りある資源を大切にすること」を目的にしたフリーマーケットの出展者を募集します。

募集区画 30区画(抽選制)

※1人(団体)1区画。

参加資格 市内在住・在勤・在学の個人または団体



第15回ふじみ野市新春ロードレース大会協賛

第15回ふじみ野市新春ロードレース大会の協賛企業団体を募集します。

大会を盛り上げるには企業団体の皆様のご協力が不可欠です。詳しくは大会事務局までお問い合わせください。

☎ ①福祉課 TEL262・9028 ②子育て支援課 TEL262・9033

入間東部地区事務組合議会議員・監査委員の紹介

●議長就任あいさつ

このたび組合議会第1回臨時会におきまして議長に就任いたしました斉藤隆浩でございます。議会として組合行政に対する監視、評価等の機能を十分に発揮するとともに、公平公正かつ円滑な議会運営に取り組んでまいりますので、皆様のご協力とご指導を賜りますようお願い申し上げます、就任のあいさつとさせていただきます。



組合議会議員		監査委員	
議長	斉藤 隆浩	代表監査委員	堀江 一男
副議長	伊藤美枝子	議会選出監査委員	鈴木 淳

富士見市選出議員		ふじみ野市選出議員		三芳町選出議員	
加賀奈々恵	尾崎 孝好	鈴木啓太郎	小高 時男	細谷 光弘	久保 健二
深瀬 優子	斉藤 隆浩	伊藤美枝子	塚越 洋一	小松 伸介	本名 洋
川畑 勝弘		大築 守		鈴木 淳	

●入間東部地区事務組合令和元年度職員募集

試験日 10月27日(日) を記入して9月9日(月)～10月11日(金)に窓口へ持参(平日のみ)または郵送(必着)で申し込む

試験会場 入間東部地区事務組合

採用人員 一般事務職員1人程度

受験資格 平成元年4月2日以降に生まれた人

申込先 〒356-0058 ふじみ野市大井中央1-1-19 入間東部地区事務組合事務局総務課 (TEL261・4891)

申込方法 事務局総務課で配布している試験申込用紙に必要事項

ACCESS

情報アクセス



ご案内

下水道排水設備工事責任技術者資格認定共通試験

詳しくは市役所第2庁舎1階の上下水道課にて配布する受験案内をご覧ください(土・日曜日、祝日を除く)。

受付期間 9月27日(金)(必着)

☎ 上下水道課 TEL220・2075

国民健康保険被保険者証の二斉更新

10月1日に国民健康保険の被保険者証の一斉更新を行います。新しい被保険者証は、9月中旬に簡易書留で郵送します。

令和2年度から被保険者証と高齢受給者証の一体化に伴い、一斉更新の時期が変更されます。そのため、今回郵送する被保険者証の有効期限は令和2年7月31日までです。

	更新日	有効期限
令和元年度	令和元年10月1日	令和2年7月31日
令和2年度	令和2年8月1日	令和3年7月31日

なお、すでに社会保険などに加入している人は、国民健康保険の資格喪失の手続きが必要で、社会保険などの被保険者証と「国民健康保険被保険者証」を持参し、届け出をしてください。

☎ 保険・年金課 TEL262・9020

②申請は必要ありません。対象児童の人数分の購入引換券を世帯主宛に郵送します。引換券が届いたら、商品券販売所にて引換券と本人確認書類を提示の上、商品券を購入してください。

販売期間 9月30日(月)～来年2月28日(金)

使用期間 10月1日(火)～来年2月29日(土)

※詳しくは、市ホームページからダウンロードできる商品券のページをご覧ください。

第15回ふじみ野市新春ロードレース大会協賛

第15回ふじみ野市新春ロードレース大会の協賛企業団体を募集します。

大会を盛り上げるには企業団体の皆様のご協力が不可欠です。詳しくは大会事務局までお問い合わせください。

☎ ①福祉課 TEL262・9028 ②子育て支援課 TEL262・9033

合わせてください。

内容 ①ポスターなど掲示物における団体名の表示…5000円以上②ナンバーカードにおける団体名の表示…3万円以上③大会命名権ネーミングライツ1社限定…30万円以上

募集期間 9月3日(火)～10月4日(金)

☎ 新春ロードレース大会事務局(文化・スポーツ振興課内) TEL220・2090



市営住宅の入居補欠者

市営住宅において、1年以内に空きが出たときに入居できる入居補欠者(住宅に困窮している市内在住の低額所得の人が対象を募集します)。

募集する住宅 コンフォール上野台1・2号棟およびコンフォール霞ヶ丘30・31号棟の一部

募集戸数 1DK(単身世帯用)と2DK(2人以上世帯用、各5戸)

家賃 1DKⅡ約2万円～約4万円、2DKⅡ約2万5000円～約5万円(いずれも月額)

ACCESS

情報アクセス

令和元年度 ふじみ野市 平和祈念フェスティバル

ふじみ野市は平成 22 年 10 月に「ふじみ野市平和都市宣言」を制定しました。恒久平和の実現に向けて、市民との協働によりさまざまな事業に取り組み、ふじみ野市から平和な社会づくりの声を世界に発信していきます。

日時 9 月 28 日(土)午後1時～午後 3 時 30 分

場所 市民交流プラザ2階多目的ホール

内容 ①韋原中学校吹奏楽部によるリコーダーコンサート②オオカミ少年(吉本興業タレント)と市民戦争体験者による平和トークライブ③広島被爆体験伝承者による講話

●パネル展示会

広島平和記念資料館所有「ヒロシマを知ろう!! 8月6日、きのこ雲の下で」のパネル展示を行います。

日程・場所 以下のとおり

展示期間	会場
9月30日(月)～10月4日(金)	市役所本庁舎1階ギャラリー
10月7日(月)～11日(金)	大井総合支所展示スペース

☎ 平和推進事業実行委員会(協働推進課内☎262・9016)

農業が息づく、パネルディスプレイ「今こそ必要な持続可能な循環農業を考える」

申込方法 9月30日(月)までにホームページ内の応募フォームまたは公共施設に設置する申込書(ホームページからもダウンロード可)により、申し込む

※保育が必要な場合は9月20日(金)までに申し込む。

☎ 市民大学ふじみ野事務局(大井中央2121大井総合福祉センター3階午前9時～午後5時、水・日曜日・祝日を除く)☎☎257・5533☎daigaku@fujimai.or.jp

緊急サポートセンター埼玉 サポート会員養成講習会

病児、病後児など急を要する子どもの預かりや、宿泊を伴ったものの預りを行うサポート会員(有償ボランティア)を募集しています。本講習会に参加することでサポート会員登録ができます。

日時 ①10月1日(火)～4日(金)②11月11日(月)～14日(木)午前9時30分～午後4時30分 ※①②の日程のうち4日間(2つの会場で都合の良い日程を組み合わせるの受講も可)。

場所 ①市役所本庁舎A201会議室②鶴瀬西交流センター

回	日程	会場
①	9月28日(土)	介護予防センターの紹介 美味しい日本茶のいれ方
②	10月5日(土)	地域のこだわりうどんと簡単自慢 ランチづくり
③	10月12日(土)	
④	10月26日(土)	パソコン・スマホの情報セキュリティの現状と対応
⑤	11月2日(土)	災害時の備えと避難所シミュレーション体験
⑥	11月9日(土)	ふじみんびんしゃん体操の体験
⑦	11月16日(土)	DVD地域デビュー鑑賞 特技を活かしたちよいポラ

時間 ①④⑤⑥⑦…午前10時～正午、②③…午前9時～午後1時

場所 介護予防センター

対象・定員 市内在住の74歳までの男性、各16人(申込順)

申込方法 9月5日(木)から電話で申し込む

☎ 社会福祉協議会本部☎264・7212

申込方法 午前7時～午後8時に電話で申し込む

☎ 緊急サポートセンター埼玉☎048・2972903

男のセカンドライフ&ちよいポラ講座

「そろそろ地域に目を向けてみようかな」とお考えの皆さん、輝くセカンドライフのために一歩を踏み出してみませんか。まずは地域の仲間づくりから。

日程・内容 次のとおり

スポーツ指導者講習会

指導者の育成と各種競技の技術向上を目指し、指導者が正しい知識と指導方法を習得するために開催します。

日時 ①9月28日(土)②10月5日(土) 時間はいずれも午後7時～9時

場所 市役所本庁舎5階大会議室

対象・定員 市内在住、在勤・在学の18歳以上で次のいずれかにあてはまる人、100人①スポーツ活動などを指導している人②スポーツ指導に興味があり、今後スポーツ指導を考えている人③現役で選手としてスポーツに取り組んでいる人

内容・講師 ①スポーツ指導者のリスキマネジメント、森浩寿さん(大東文化大学教授)②トップアスリートが行う準備運動・整理運動、野本拓也さん(健康運動指導士)

申込方法 9月3日(火)～26日(木)午前9時～午後5時に電話で申し込む

☎ 文化・スポーツ振興課☎22022090



ACCESS

情報アクセス



講座

★ウォーキング パトロール講習会

犯罪を防ぐには、地域で「見せる防犯活動」を行うことが効果的です。健康のための「ウォーキング」に「防犯パトロール」を兼ねた「ながら防犯」をしてみませんか。参加者には、ウォーキングに使える反射タスキをプレゼント!

日時 10月12日(土) 午前9時30分～11時30分

場所 上野台体育館・福岡中央公園

内容 市の犯罪発生状況、ウォーキングの基礎、ウォーキングの効用と魅力、正しい歩行姿勢など

講師 高橋雅昌さん(埼玉県ウォーキング協会理事)

対象・定員 市内在住のウォーキングパトロールに関心がある人、40人(申込順)

服装等 動きやすい服装、体育館シューズ(紐のついたもの)

申込方法 10月10日(木)までに電話で申し込む

☎ 危機管理防災課☎2626052

2019文京学院大学・淑徳大学共催公開講座

●第1日目「わたしの色でつくる宝箱」

日時 10月5日(土) 午後1時30分～4時20分

場所 文京学院大学ふじみ野キャンパス

内容 モダンテクニック(マープリングや折り染めなどで偶然の色を楽しみながら、宝箱作りの色を染めながら、宝箱作り

講師 菅浦澤侑さん(文京学院大学人間学部児童発達学科助教)

●第2日目「ステンドグラス風のウインドウアート」

日時 10月12日(土) 午後1時30分～4時20分

場所 淑徳大学埼玉キャンパス

内容 身近な材料で簡単に作れるステンドグラス風のウインドウアート

講師 松家まきこさん(淑徳大学教育学部こども教育学科准教授)

●共通事項

定員 各45人(申込順)

申込方法 ①参加希望日(1日目・2日目・両日)②郵便番号③住所

女性のための就職支援セミナー

就職活動を始めるにあたって必要なことや進め方を知り、具体的なスケジュールの立て方などを学んでみませんか。

日時 10月8日(火)セミナー…午前10時～正午、個別相談午後1時15分～4時(人数制限あり)

場所 上福岡西公民館2階集会室

対象・定員 就職(再就職)を考えている女性、30人(申込順)

講師 埼玉県女性キャリアアセンタリーキャリアカウンセラー

※未就学児の保育あり(予約制、年齢により定員が決まります)。

※雇用保険受給者で希望があれば受講証明書を発行します。

申込方法 9月2日(月)～20日(金)に①氏名(ふりがな)②住所③電話番号④保育希望の有無(有の場合)は、子どもの氏名と年齢を明記の上、電話かメールで申し込む

☎ 産業振興課☎26229023 ☎sangyo@city.fujimino.saitama.jp

タウンミーティング～未来へつなごうふじみ野市～

9月～10月前半の開催予定は以下のとおりです。皆さんの参加をお待ちしています。事前の申し込みは不要で、自治組織に所属していなくても参加できます。

開催日時	会場	主な対象
9月1日(日)午前10時	上福岡4丁目集会所(上福岡4)	上福岡4丁目町内会
9月19日(木)午後7時	亀久保西分館(亀久保)	亀久保西町会
9月26日(木)午後7時	赤土原分館(亀久保)	桜ヶ丘仲町会
9月28日(土)午前10時	亀久保分館(亀久保2)	亀久保北町会
10月5日(土)午前10時	エステスクエアふじみ野管理棟集会室(市沢3)	エステスクエアふじみ野町会

☎ 広報広聴課☎262・9003

市民大学ふじみ野 特別公開講座

「環境問題について学ぶ」地球にやさしい循環農業」をテーマに環境問題について学びます。

日時 10月6日(日) 午後1時～4時30分

場所 上福岡西公民館ホール

対象・定員 市内在住・在勤・在学の人、100人

内容 映画「武蔵野」～江戸の循環

ACCESS 情報アクセス



**オレンジカフェ
ふじみん**

認知症の人やその家族、認知症に関心がある人など誰もが参加できる場です。

●高齢者あんしん相談センター主催

日時	場所	問合せ
9月11日(水) 午後2時～4時	グループホームふくしのまち鶴ヶ岡	高齢者あんしん相談センターつるがまい(TEL256・6061)
9月12日(木) 午後2時～4時	旧大井村役場	高齢者あんしん相談センターおい(TEL261・3021)
9月19日(水) 午後1時30分～3時30分	高齢者あんしん相談センターすみがおか	高齢者あんしん相談センターすみがおか(TEL264・7620)

●介護事業所等

日時	場所・問合せ
毎週火曜日 午前10時～午後4時	オレンジサロンまつ(TEL269・6626) ※要事前申し込み。 ※第3火曜日は「おとな食堂」を開設しています。
9月8日(日) 午後2時～4時	富家在宅リハビリテーションケアセンター(TEL293・8222)
9月16日(金) 午前10時～11時30分	富家デイサービスセンター苗間(TEL257・6991)
9月20日(金) 午後2時～3時	メディカルホームふじみ野(TEL293・3216)
9月24日(水) 午後2時～3時	ライフコミュニケーションふじみ野(TEL293・9888) ※要事前申し込み。
9月24日(水) 午後2時～4時	特別養護老人ホーム大井苑(TEL262・8686)
9月25日(木) 午前10時30分～正午	ケアマネージャー事務所サーパントふじみ野(TEL293・3939) ※要事前申し込み。
9月29日(日) 午後2時～4時	SOMPOケアラヴィーレふじみ野(TEL278・2121)

料金 1人100円

申込方法 当日会場で申し込む(事前申し込みが必要な場合あり)

☎ 高齢福祉課(TEL262・9038)

**親子でTRY！
はじめてのラグビー教室**

日時 9月14日(日)
午前10時～11時45分(小雨開催)

場所 スポーツセンター多目的グラウンド

対象・定員 市内在住・在学の小学生と保護者、25組(申込順)

参加費 500円(保険料含む)

内容 競技別ホッスルの音色の聞き比べ、親子でランパス・フリーキック・トライを体験

☎ エコパTEL293・7568

親子水中教室

水に慣れるための教室です。

日時 9月22日(日)
午前11時～11時50分

対象・定員 オムツが取れた未就学児と保護者、15組(申込順)

参加費 600円

申込方法 9月5日(水)から窓口か電話で申し込む

☎ エコパTEL293・7568

月いち運動ひろば

10月から再スタートします。

一般開放は卓球やバドミントンのスポーツ、健康体操は簡単にできるリズム体操を中心に行います。

※三元気・健康ポイント」の対象となるのは健康体操のみです。

日時 毎月第1～4月曜日①一般開放午前9時30分～午後2時②健康体操10時～11時

場所 第1月曜日：第2運動公園、第2月曜日～総合体育館、第3月曜日～上野台体育館、第4月曜日：駒林体育館

参加費 一般開放：1回100円、健康体操：1回300円

☎ エコパTEL293・7568



**セカンドライフクラブ
サックスコンサート**

日時 9月15日(日)午前11時～正午

参加費 無料(別途入館料)

☎ エコパTEL293・7568

**レディースストレッチ
ヨガ**

日時 9月11日(水)・25日(水)、10月2日(水)午前10時15分～11時15分

参加費 中学生以上1000円(別途入館料)

☎ エコパTEL293・7568

地元のほべし屋

日時 毎週木曜日午後2時～7時

場所 エコパ和室

参加費 10分500円、25分1500円(別途入館料)

☎ エコパTEL293・7568

**セカンドライフクラブ
サックスコンサート**

日時 9月15日(日)午前11時～正午

参加費 無料(別途入館料)

☎ エコパTEL293・7568

第17回鶴ヶ岡寄席

日時 9月29日(日)午後1時30分から(開場は午後1時)

場所 鶴ヶ岡コミュニティセンター

出演 入船亭遊京

前売り 400円(当日500円)

申込方法 電話で申し込む

☎ 鶴ヶ岡コミュニティセンターTEL278・1122

歌って健康！ 歌声コンサート

日時 9月22日(日)午後2時から(開場は1時30分)

内容 「翼をください」「涙そうそう」ほか

参加費 前売り1500円、当日2000円(全席自由)

※車いすで介助を要する人の介添人は1人まで半額。

申込方法 電話で申し込む

☎ 産業文化センターTEL269・4811

ACCESS 情報アクセス

講座

医師による介護予防 ミニ講座「緑内障」

緑内障は自覚症状が乏しく、日常生活ではよく見えていても、気づかないうちに発症していることがあり、早期の発見と受診が大切です。緑内障について学び、自身の健康管理に生かしましょう。申し込みは不要です。

日時 9月11日(水)午後2時～2時30分(受け付けは1時40分から)

場所 介護予防センター

※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください(障がいなどにより駐車場の利用が必要な場合は事前にご連絡ください)。

対象・定員 市内在住で65歳以上の人、ボランティアなど支援者、50人(先着順)

講師 中村敏夫さん(なかむら眼科院長)

持ち物 筆記用具、介護予防センター利用登録証(お持ちの人)

※新規に介護予防センターの利用登録をする人は、本人確認書類(健康保険証など)をお持ちください。

☎ 介護予防センターTEL264・7270

低栄養予防教室

介護予防に繋がる低栄養予防の講義と調理実習を実施します。

日時 9月①17日(火)午前10時30分～11時30分(講義)②24日(火)午前10時～午後1時(調理実習)

場所 介護予防センター

対象・定員 市内在住で65歳以上で両日参加できる人、12人(申込順)

※施設の利用登録がまだの人は本人確認書類を持参してください。

参加費 500円(調理実習費)

持ち物 エプロン、手拭きタオル、三角巾(調理実習時)

申込方法 9月5日(水)から窓口か電話で申し込む

☎ 介護予防センターTEL264・7270

がん予防セミナー

「がんを遠ざける生活習慣」科学的根拠のあるがん予防」をテーマとしたセミナーです。

日時 9月26日(木)午後1時30分～3時

場所 保健センター(フットピア内)

対象・定員 市内在住・在勤の人、50人(定員を超えた場合は抽選)

講師 井上達夫さん(ふじみ野市医師会 上福岡総合病院院長)

申込方法 9月12日(水)(当日消印有効)までに窓口またははがきか封書に①件名「がん予防セミナー」

②名前(ふりがな)③生年月日④郵便番号⑤住所⑥電話番号を記入し、申し込む(1人1通)

※受講決定通知を9月20日(金)に申込者全員に発送予定です。

☎ 〒35600011福岡1121

世界アルツハイマー月間のイベント

9月は世界アルツハイマー月間です。認知症についての正しい理解を広げるためさまざまなイベントを開催します。

●認知症パネル展

毎年、認知症に関するパネル展示を開催しています。本年度のテーマは、「認知症の人とその家族を支えるために」です。ご自由にご覧いただけるスペースになっておりますので、ぜひ、お立ち寄りください。

展示期間	時間	会場
9月2日(月)～13日(金)	午前8時30分～午後5時15分	大井総合支所展示スペース
9月17日(水)～20日(金)	※最終日は正午まで	市役所本庁舎1階ギャラリー
9月24日(火)～	午前9時～午後5時	介護予防センター内

●認知症啓発街頭キャンペーン

ボランティアと一緒にキャンペーンへ参加しませんか。アルツハイマー月間の啓発に関するチラシを配布します。

日時 9月21日(土)午前11時～正午(雨天決行)

※ボランティア参加者は、10時30分に上福岡駅西口ココネ広場に集合してください。

場所 上福岡駅東口および西口ココネ広場

持ち物 筆記用具、飲み物

申込方法 電話で申し込む

☎ 高齢福祉課(TEL262・9038)



右脳を目覚めさせる 大人ののためのアート教室

日時 ①9月25日(水)②10月23日(水)③11月27日(水)午前10時～正午

内容 ①りんごを描く②かぼちゃの立体③思い出の空を描く

定員 10人(申込順)

参加費 1回1500円(材料費含む)

※詳しくはホームページ(QRコード)をご覧ください。

☎ 市民交流プラザTEL264・7971



大井総合福祉セン
ター敬老感謝祭

日頃の感謝を込めた敬老感謝祭を開催します。

日時 9月14日(土)午前9時から

内容 来館プレゼント祝赤飯、抽選会、カラオケ大会、チャリティーバザー、絵手紙・絵画展など

●各教室も同時開催します

時間 「ふじみんぴんしゃん体操」体験Ⅱ午前10時から、ウオーキング体操教室Ⅱ午後1時から

対象定員 市内在住の60歳以上の人、各30人 ※参加希望者はお問い合わせください。

〒大井総合福祉センター

TEL266・1111

大井総合福祉セン
ター健康相談

整形外科の医師による健康相談です。足腰の痛みなどお気軽にご相談ください。

日時 9月10日(火)

午後1時15分～2時

対象定員 市内在住の60歳以上の、5人

担当医 鶴ヶ岡医院医師

申込方法 9月3日(火)から窓口が電話で申し込む

〒大井総合福祉センター

TEL266・1111

大井総合福祉センター
はつらつ介護予防教室 10月コース

いつまでも住み慣れた地域でいつまでもいきいきと過ごせることを目的に、介護予防に関するさまざまなテーマで介護予防教室を開催しています。気軽に介護予防に取り組んでみませんか。

日時・内容 下表のとおり(いずれも4日間×1コース)

日時	内容	定員
10月3日・10日・17日・24日 いずれも木曜日 午前9時30分～11時30分	「腰痛・膝痛予防教室」 腰痛や膝痛の原因、予防するための運動や体操ほか	30人
10月3日・10日・17日・24日 いずれも木曜日 午後1時30分～3時30分	「尿失禁予防教室」 骨盤底筋群の鍛え方、腹筋や背筋を中心とした筋力トレーニングほか	30人
10月4日・11日・18日・25日 いずれも金曜日 午前9時30分～11時30分	「認知症予防教室」 楽しくゲームなどを用いた脳トレほか	20人
10月4日・11日・18日・25日 いずれも金曜日 午後1時30分～3時30分	「姿勢改善教室」 猫背予防・改善のためのお腹や背中、肩回り等の筋力ストレッチほか	30人

※受け付けは各回開始の20分前から。参加は1人1教室まで。

場所 大井総合福祉センター1階

対象 市内在住で、原則65歳以上で、4日間とも参加できる人(医師から運動制限を受けている人、体調不良の人などを除く)

持ち物 筆記用具、ふじみん介護予防手帳(お持ちの人)、水分補給用の飲み物、タオル

※動きやすい服装と靴でご参加ください。

申込方法 9月9日(月)から電話で申し込む(定員に達していない場合は当日参加も可)

〒高齢福祉課(Tel262・9038)

〒市社会福祉協議会大井支所
TEL266・1981

申込方法 9月19日(木)までに電話で申し込む

参加費 1人500円

対象定員 ①ひとり親世帯の中学生以下の親子②①に類似する世帯、45人(定員を超えた場合は初参加の人を優先)

場所 山梨県リニア見学センター

日時 10月19日(土)

午前8時～午後5時

ひ、ご参加ください。

※時間はいつでも午前10時～11時30分。

対象・定員 市内在住・在勤・在学

公認指導者

講師 日本フォークダンス連盟

場所 上野台体育館

健康の増進や競技スポーツに

スポーツカレッジ2019
「レクダンス」

※その他の臨時取扱窓口は専用サイトに随時掲載予定。

〒PKBコンサート実行委員会

TEL080・5058・0904



16日(水)～20日(日)いずれも午前9時～午後5時に大井中央公民館展示室でチケットを販売。専用サイト(QRコード)からも予約可

Florianは、イタリア語で「花を咲かせましよう」の意味。オペラ・ミュージカルなど皆さんが知っている歌をお届けします。

日時 9月28日(土)

午後2時(1時30分開場)

第2回Floriano
ローコンサート

日時 9月8日(日)午前10時～正午

〒大井図書館TEL263・1100

●大井図書館玄関前

日時 9月17日(火)午前10時～正午

〒大井総合支所1階玄関ロビー

日時 10月1日(火)午前10時～正午

〒産業振興課TEL262・9024

●大井図書館玄関前

日時 9月8日(日)午前10時～正午

〒大井図書館TEL263・1100

●大井図書館玄関前

日時 9月17日(火)午前10時～正午

〒大井総合支所1階玄関ロビー

日時 10月1日(火)午前10時～正午

〒産業振興課TEL262・9024

●大井図書館玄関前

日時 9月8日(日)午前10時～正午

〒大井図書館TEL263・1100

●大井図書館玄関前

日時 9月17日(火)午前10時～正午

〒大井総合支所1階玄関ロビー

日時 10月1日(火)午前10時～正午

〒産業振興課TEL262・9024

●大井図書館玄関前

日時 9月8日(日)午前10時～正午

〒大井図書館TEL263・1100

●大井図書館玄関前

ふじみんお口ぴんしゃん体操①



市がおすすめしている「ふじみんぴんしゃん体操」にお口の体操ができました。お口の筋肉が維持・向上するのに効果的な体操です。

加齢により「かむ力」や「飲み込む力」が衰えやすくなりますので、「ふじみんお口ぴんしゃん体操」でお口の機能を維持・向上していきましょう。

今月号から数回に分けてこの体操をご紹介します。介護予防センターでも、定期的にこの体操を実施していますので、ぜひ、ご参加ください。

お口筋力アップ
(ふくらませ体操)

鼻と口の境の筋力が鍛えられます。噛むことや飲み込みの力を高めることができます。

□を閉じて、頬をふくらませます。両頬→右頬→左頬→鼻の下→あごとふくらませていきます。それぞれ5秒間、3回ずつ行いましょう。

① □は閉じて鼻からしっかり呼吸しましょう。



〒高齢福祉課(Tel262・9038)、介護予防センター(Tel264・7270)

援事業。

ふじみ野市文化芸術活動未来広

リ・オペラ・ミュージカルなど皆さんが

知っている歌をお届けします。

日時 9月28日(土)

午後2時(1時30分開場)

Florianは、イタリア語で「花を咲かせましよう」の意味。オペラ・ミュージカルなど皆さんが

知っている歌をお届けします。

日時 9月28日(土)

午後2時(1時30分開場)

Florianは、イタリア語で「花を咲かせましよう」の意味。オペラ・ミュージカルなど皆さんが

知っている歌をお届けします。

日時 9月28日(土)

午後2時(1時30分開場)

Florianは、イタリア語で「花を咲かせましよう」の意味。オペラ・ミュージカルなど皆さんが

知っている歌をお届けします。

日時 9月28日(土)

午後2時(1時30分開場)

Florianは、イタリア語で「花を咲かせましよう」の意味。オペラ・ミュージカルなど皆さんが

知っている歌をお届けします。

日時 9月28日(土)

午後2時(1時30分開場)

Florianは、イタリア語で「花を咲かせましよう」の意味。オペラ・ミュージカルなど皆さんが

知っている歌をお届けします。

日時 9月28日(土)

午後2時(1時30分開場)

Florianは、イタリア語で「花を咲かせましよう」の意味。オペラ・ミュージカルなど皆さんが

知っている歌をお届けします。

日時 9月28日(土)

午後2時(1時30分開場)

Florianは、イタリア語で「花を咲かせましよう」の意味。オペラ・ミュージカルなど皆さんが

知っている歌をお届けします。

日時 9月28日(土)

午後2時(1時30分開場)

Florianは、イタリア語で「花を咲かせましよう」の意味。オペラ・ミュージカルなど皆さんが

知っている歌をお届けします。



県南西部の見どころ を巡る自転車ツアー

埼玉県南西部地域の見どころボランティアガイド(ジモトの魅力伝え隊)と巡る自転車ツアーです。

日時・内容など 左表のとおり

開催日時	コースおよび内容	集合
10月19日(土) 午前9時～午後3時 ※荒天時は20日(日)	Aコース 「オリンピック・パラリンピックの街体感コース」 《朝霞市・志木市・和光市・新座市方面》	志木駅
	Bコース 「川越街道と循環型農業の三富新田巡りコース」 《富士見市・ふじみ野市・三芳町方面》	鶴瀬駅

対象・定員 自転車持参で参加できる小学生以上、各コース15人

(申込者多数の場合は抽選)

※持参できない場合は、要相談。

※小・中学生は保護者同伴(13歳未満はヘルメット着用必須。13歳以上も安全のためヘルメットの着用をお勧めします)。

※傷害保険に加入しますが、参加者の負担はありません。

申込方法 電話で申し込む

〒南西部地域振興センター

TEL 048・451・1110

母子愛育会三世交代交流会

お子さん、お母さんやお父さん、

地域のおじいちゃんやおばあちゃんたちと、ふれあい三世交代交流会を開催します。

また、愛育会として一緒に活動する会員も随時募集しています。

日時 10月2日(水)

午前10時～11時30分

場所 保健センター分室(大井総合支所2階)

対象 妊娠中の人・未就園の子と

保護者、子どもと遊ぶことが好きな60歳以上の人

母子愛育会

(中村TEL 263・0734)



健康

受けて安心!

前立腺がん検診

前立腺がんは、近年最も増加している男性のがんで、50歳代の発症が多い病気です。初期はほとんど自覚症状がないため、検診で見つけることが重要です。

日程・場所

11月7日(木)保健センター(フクトピア内)、11月12日

(火)保健センター分室(大井総合支所2階)

受付時間 午前9時～11時20分

検診方法 問診・血液検査(腕からの採血)

対象

昭和45年3月31日以前に生まれた男性(50歳以上になる男性)

■検診を受けられない人

①本年度、職場などの検診、人間

ドックなどで前立腺がん検診を受けた、または予定がある

②前立腺がんの既往がある

③現在、泌尿器系の病気で治療中、または経過観察中(現在、泌尿器系の症状がある人は検診ではなく、医療機関の受診をお勧めします)

定員 各回175人(定員を超えた場合は抽選)

費用 500円(生活保護を受給している人は無料。受給者証をお持ちください) ※おつりが

ないよう、ご協力お願いします。

申込方法 9月2日(月)～26日(木)

(当日消印有効)に①件名(前立腺がん検診希望)②名前(ふりが

な)③生年月日④郵便番号⑤住所⑥電話番号⑦受診希望日・場所(必ず第2希望まで)を記入の上、窓口、郵送、市ホームページの申し込みフォームのいずれかの方法で申し込む(1人1通)

受診決定通知 10月21日(月)までに申込者全員に郵送 ※期日までに届かない場合はご連絡ください。

〒保健センターTEL 263・9040

1福岡11215

TEL 262・9040

成人健康相談(妊婦含む)

日時 ①9月9日(月)②9月11日(水)

③10月2日(水)④10月3日(木)

午前9時30分～11時

場所 ①③保健センター(フクト

ピア内)②④保健センター分室

聞こえにくい高齢者への話し方のポイント

高齢になると音を伝える役割の細胞が減少し、耳の「聞こえ」の力が衰えてきます(加齢性難聴)。話し手が気をつけることでコミュニケーションが取りやすくなる可能性があります。

●話し方のポイント

①相手の注意を引いてから話し始める②顔を見ながら相手に向かって話す③ゆっくり、ハッキリと話す④大声ではなく、普通より少し大きめの声で話す⑤近づいて話す

●補聴器について

補聴器は、「若いころの聞こえ方に戻す」という機器ではなく、「聞こえなくなった音を補う」機器です。自分で気づかないうちに難聴が進行することもあるので、気になることがあったら早めに耳鼻科医に相談しましょう。相談する際は、生活や仕事のどんな場面で困っているのかなど、聞こえ方を改善したい場面をご自身で整理してから行くと良いでしょう。

問 高齢福祉課(Tel 262・9038)

(大井総合支所2階)

内容 血圧測定、体脂肪率測定、尿検査、健診結果の見方、健康

や栄養に関する相談など

※①④は成人歯科健康相談を実施。

※予約優先。

〒保健センターTEL 262・9040

こころの健康個別相談

日時 ①9月26日(木)②10月15日(火)

午後1時30分～4時30分

場所 ①保健センター分室(大井

総合支所2階)②保健センター

(フクトピア内)

〒保健センターTEL 293・9045

食中毒に気をつけましょう

湿度や気温が高い時期は、細菌による食中毒が発生しやすくなります。特に肉類を食べる際には次

の点に注意しましょう。

・生食用であっても、子どもや高齢者、抵抗力の弱い人は生食を控える

・レバーなどの内臓や食肉を調理するときは、中心に火が通るよう

に、しっかりと加熱する

・食肉は、購入から調理までの間、細菌が増殖しないよう低温保存

(10℃以下)する

・焼肉やバーベキューをするときは、生肉に触れた箸やトングで、

焼きあがった肉やサラダなどを食べない

・生肉の調理に使用した包丁やまな板は、その都度、洗浄消毒をする

調理前や生肉に触れた後、トイレの後、手指の洗浄消毒をする

問 朝霞保健所

TEL 048・461・0468