



### 募集

#### 令和7年度 会計年度任用職員

4月1日～令和8年3月31日に  
ふじみ野市で働く「会計年度任用  
職員」を募集します。

会計年度任用職員とは、1会計  
年度内を任期とする非常勤の公務  
員です。勤務形態や職務内容など  
は所属ごとに異なり  
ます。詳しくは市ホ  
ムページをご覧ください。  
さい。

申込方法 1月6日(月)からウェブ  
フォームで申し込む

☎ 人事課

TEL 049・262・9008



#### 市役所庁舎内 ギャラリー展示作品

3月31日(月)～令和8年3月27日  
(金)に庁舎内のギャラリーに展示す  
る作品を募集します。詳しくは、  
市ホームページをご覧ください。  
ください。



※市主催事業により使  
用できない期間があります。

場所・期間 ①本庁舎1階キャラ

●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

り(約40点)1週間以内  
②大井総合支所1階展示スぺ  
ース(6点)2週間以内

対象 市内を拠点として活動して  
いる団体、市内在住・在勤・在学  
の人

※政治・宗教などの宣伝や営利を  
目的としたものは展示できません。  
申込方法 1月24日(金)までに申込  
書(文化・スポーツ振興課、大井  
総合支所、市ホームページで配  
布)に添付書類を添えて窓口  
に提出する

※希望する展示期間が重複した場  
合は、抽選会(要出席)を開催しま  
す(日程は対象者にのみ通知)。  
申込方法 文化・スポーツ振興課  
TEL 049・262・8124

#### 農業入門塾生 ふじみんファーム

講師の指導のもと定期的な実習  
や座学講習を行い、指定された露  
地野菜の一斉栽培を行  
います。詳しくは、市  
ホームページをご覧ください。  
さい。



利用期間 令和7年4月～令和9  
年3月(2年間)

指導日時 実習11毎月第1・3土  
曜日、座学講習11年2回程度

場所 ふじみ野2-23-7(亀久保小  
学校付近)

※1区画約36㎡(4M×9M)。

費用 4万円(1年あたり2万円)

対象・定員 市内在住で農業に興

味がある農業初心者、15人(1世  
帯1区画、抽選)  
申込方法 1月6日(月)～31日(金)に  
窓口かメールで申し込む

☎ 産業振興課

TEL 049・262・9024

✉ nosei@city.fujimino.  
satama.jp



#### マイナンバーカード 関連業務の停止

出張所では、マイナンバーカー  
ド管理システムの改修に伴い、マイ  
ナンバーカードを使用した転入や  
継続利用などのマイナンバーカー  
ド関連業務ができなくなります。  
なお、マイナンバーカード関連  
業務以外の休日開庁は、  
通常どおりです。詳しく  
は、市ホームページを  
ご覧ください。



日程 2月2日(日)、16日(日)

☎ 出張所

TEL 049・261・0353



#### 消費活性化クーポン 1月末まで

令和6年9月～10月に世帯主宛  
てに発送した消費活性化クーポ  
ンの使用期限は1月31日(金)です。  
まだ使っていない人は、対象事業  
所でご利用ください。

対象 令和6年7月1日時点で市  
に住民登録がある人

※不在などで受け取れなかった場  
合はお問い合わせください。

☎ 産業振興課

TEL 049・262・9023



#### 農業者の皆さんへ

生分解性マルチフィルムの購入  
費を一部補助します。

申込期限 1月31日(金)まで

申込方法 申請書を窓口へ提出

☎ 産業振興課

TEL 049・262・9024

#### 農林業センサス調査

2月1日現在で調査を実施しま  
す。調査結果は農林業施策の企画・  
立案・推進のための基礎資料とな  
る統計を作成することに活用され  
ます。調査をお願いする世帯には、  
1月中旬以降に調査員が伺い、調

査書類の配布と回収を行います。  
調査の趣旨をご理解いただき、ご  
協力をお願いします。

☎ 情報統計課

TEL 049・262・9007

#### 不要品回収キャンペーン

●オリジナルエコグッズをプレゼ  
ント(先着100組)

「使わないけど捨てるにはもっ  
たないもの」を無料で回収し、連  
携する企業が次の使い手につなげ  
ます。持ち込みいただく買い物  
かごにセットして使える保冷温付  
き買い物バッグをプレゼントしま  
す(1世帯1回まで)。持参できる  
もの、できないものな  
ど詳しくは市ホーム  
ページをご覧ください。

日時 1月18日(土)

午後0時30分～3時

回収場所 ふじみ野市・三芳町環  
境センター

回収方法 当日、免許証など本人  
確認ができるものを持参し持ち  
込む

協力 株式会社ECCOMMIT

☎ 環境課

TEL 049・262・9022



# ご案内

## ひとり親家庭等児童 高校等入学準備金

4月に高等学校などに入学する児童を養育しているひとり親家庭などの保護者に、入学準備金を支給します。詳しくは市ホームページをご覧ください。



**対象** 市に住民登録があり、次の全てに該当する人①ひとり親家庭などの父母または父母のいない児童を養育している②4月に高等学校などに入学する児童を養育している③令和6年度市民税非課税の世帯④児童が過去にこの入学準備金を受けたことがない⑤生活保護を受給していない

**支給額** 児童1人当たり3万円(支給は1回限り)

**申請方法** 3月31日(月)までに申請書に必要書類を添付し、窓口か郵送で提出する

☎子育て支援課  
〒356-8501 福岡1-1-1  
049-262-9041



# ACCESS 情報アクセス

## 1月10日は110番の日

110番は、犯罪や事故などに遭ったときや目撃したときに県民と警察を結び「緊急通報専用電話」です。相談や各種照会などは「#9110」が東入間警察署にご連絡ください。

☎東入間警察署  
049-269-0110

## 国民年金は口座振替 レジックカード払いがお得

国民年金保険料は、当月分保険料を月末に口座振替で納付すると毎月50円引きになる早割制度があります。また、口座振替・カード払いには、より割引額が大きくなる前納制度(6カ月・1年・2年)もあります。



**●口座振替の申込方法**  
持ち物 顔写真付きの本人確認書類、基礎年金番号、号が分かる書類、通帳と届出印

**手続きの場所** ご希望の金融機関、年金事務所

**●クレジットカード払いの申込方法**  
持ち物 顔写真付きの本人確認書類、基礎年金番号、号が分かる書類、クレジット・カード

**手続きの場所** 年金事務所

※4月からの前納を希望する場合

●費用の記載がないものは無料 ●対象は市民市外の人でも、在勤在学の記事があるときは該当する人も対象になる

## 水道管の凍結に注意

気温が氷点下4度以下になると水道管が凍結しやすくなります。特に建物の北側や日陰にあるむき出しの水道管などはご注意ください。

### ●予防対策

▼使用しなくなった毛布やタオルなどで水道管や水栓を覆う  
▼メーターボックス内に使用しないタオルや保温材を入れたビニール袋を入れる

☎上下水道課  
049-220-2078



## 下水道管を詰まらせないために

家庭や飲食店から流される食用油は、冷えると固まり、それが原因で下水道管が詰まることがあります。

▼下水道管の詰まりをなくすためにご協力をお願いします。

### ●予防対策

▼不要になった油やフライパンなどに付いた油は新聞紙などにしみ込ませるか市販の凝固剤を使い、燃やすごみの収集日に出す▼野菜くず、残飯などを流さない

## ねんきん定期便のペーパーレス化

▼飲食店ではグリーストラップの清掃を1日1回以上行う  
☎上下水道課  
049-220-2075

## ねんきん定期便のペーパーレス化

毎年の誕生日に送付している「ねんきん定期便」のペーパーレス化にご協力ください。マイナンバーからねんきんネットを利用してペーパーレス化の登録をすることで、お手持ちのパソコンやスマートフォンで電子版「ねんきん定期便」の受け取りが可能になります。また通知書のペーパーレス化の登録をすると、「公的年金等の源泉徴収票」も電子データでの受け取りが可能になります。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

☎川越年金事務所  
049-242-2657  
ねんきんダイヤル  
0570-05-1165(ナビダイヤル)



は、2月末までにお申し込みください。

☎川越年金事務所  
049-242-2657

## 20歳になったら国民年金

国民年金は、年を取ったとき、病気や事故で障がいが残ったとき、働き手がなくなったときに働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。20歳60歳の人加入し、保険料を納める制度です。国が運営するため、安定しており、年金の給付は生涯にわたって保障されます。基礎年金番号通知書が届いたら、大切に保管してください。保険料の納付が難しい人は、次の制度をご利用ください。

**学生納付特例制度** 学生は一般的

## 交通遺児等援護金

県内在住の交通遺児など(陸海空全ての交通機関の運行により生じた交通事故で、死亡や重い障がいを負った保護者に養育されている児童生徒)を対象に、援護金を給付します。

**対象** 県内在住の乳幼児、平成18年4月2日以降に生まれ各種学校に在学する子(所得制限あり)

**給付額** 1人当たり10万円

## 令和6年分の公的年金などの源泉徴収票

1月中旬から順次、年金額や源泉徴収された所得税額などをお知らせする「令和6年分の公的年金等の源泉徴収票」を日本年金機構が送付します。

確定申告などで必要ですので、大切に保管してください。

**対象** 令和6年中に老齢・退職を支給事由とする厚生年金、国民年金などを受け取った人

☎川越年金事務所  
049-242-2657  
0570-05-1165(ナビダイヤル)



## 入間東部障害者就職面接会

**日時** 1月24日(金)午後1時~4時  
**場所** フットピア(市民交流プラザ)内  
**内容** 参加企業22社(予定)との面接、就職相談など(手話通訳・要約筆記あり)

**持ち物** 履歴書、職務経歴書などの応募書類、面接希望票(事前予約時交付)

**申込方法** 1月16日(木)までにハローワークで求職登録の上、申し込み(完全予約制)

☎ジョブセンター川越  
049-299-4927

## 発達障害者就労支援センター(ジョブセンター)

県では、発達障害者就労支援センター(ジョブセンター)を運営し、就労を希望する発達障がい者に対して、相談から就労、職場定着までの支援をしています。対象者は、ご相談ください。

**対象** 医師の診断や障害者手帳の有無に関わらず、発達障がいの特徴があり、企業などへの一般就労(障害者雇用枠での就労を含む)を希望している人

☎ジョブセンター川越  
049-299-4927

## タウンミーティング

(テーマ) 未来に向けて今、ここから

2月上旬の開催予定は以下のとおりです。事前の申し込みは不要で、自治組織に所属してなくても参加できます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎広報広聴課(049-262-9003)



開催日時	会場	主な対象
2月1日(土) 午前10時	亀久保南会館	亀久保町会
2月8日(土) 午前10時	旭会館	苗間旭町会
2月8日(土) 午後2時	西地区集会所	西地区町内会
2月11日(月) 午前10時	駒林西集会所	駒林西自治会

## 「見て」「さわって」「感じる」体験の場 えこらぼ2月の環境学習講座

**①星空教室(初参加優先)**  
**日時** 2月7日(金)午後6時~7時30分  
**内容** 冬の星座と惑星、月面を観察しよう  
**対象・定員** 小学生以下は保護者同伴、12組  
**申込期限** 1月23日(木)

**②クラフトバンドで小物入れをつくろう**  
**日時** 2月15日(土)午前10時~11時30分  
**内容** 100%再生紙のクラフトバンドで作品づくり  
**対象・定員** 小学以上(保護者同伴)、16人  
**申込期限** 1月30日(木)

**●共通事項**  
**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  
**申込方法** 電話かウェブフォームで申し込む  
※定員を超えた場合は抽選。当選者のみ①1月28日(火)②2月5日(水)までに連絡します。  
☎環境課(049-262-9022)



## 文化芸術活動地域文化クラブ(第3期募集)

**クラブ・日時・講師** 下表のとおり

**対象** ①小学4年生~中学3年生②③④⑤小学5年生~中学3年生

**定員** ①10人②15人③④⑤10人(いずれも申込順)

**費用** 各1500円(500円×3回)

**申込方法** ウェブフォームで申し込む  
※詳しくは、文化協会ホームページをご覧ください。

クラブ	日時	講師(敬称略)
①ヒップホップダンスクラブ(初心者向け)	1月26日(日)、2月16日(日)、3月16日(日) 午後2時~3時	MIKA. (GLITTER★)
②イラストクラブ	1月12日(日)、2月9日(日)、3月9日(日) 午後2時~4時	R I K I (イラストレーター・漫画家)
③書道クラブ	1月12日(日)、2月9日(日)、3月9日(日) 午前10時~正午	豊田瑞雲(書道家)
④食文化クッキングクラブ	1月26日(日)、2月23日(祝)、3月23日(日) 午前10時~午後0時15分	東海林泉(料理研究家)
⑤茶道クラブ	1月26日(日)、2月9日(日)、3月23日(日) 午後1時30分~3時30分	熊谷宗宏(裏千家)

☎ふじみ野市文化協会 (049-256-9708)





### オレンジカフェ ふじみん

●高齢者あんしん相談センター主催

日時	場所・問合せ
1月8日(水) 午後2時～3時30分	高齢者あんしん相談センターつるが まい(鶴ヶ岡会館集会所 B TEL049・ 256・6061)
1月16日(水) 午後1時30分～3時	高齢者あんしん相談センターかすみ がおか(介護予防センター2階、TEL 049・264・7620)

●介護事業所など主催

日時	場所・問合せ
1月16日(水) 午後3時～4時	大井協同診療所「my Life」(ふじみ 野1・1・15、TEL049・267・1101)
1月18日(土) 午前10時～正午	医療生協さいたま ふじみのケアセン ター オレンジカフェふじみん「にじ」 (上福岡3・3・7、TEL049・267・1104)
毎週火曜日午前 10時～午後4時	オレンジサロンまつ(滝1・3・58、TEL 090・4390・5608)

費用 1人100円  
 申込方法 電話で申し込む  
 ☎ 高齢福祉課 (TEL049・262・9038)

### 家族介護教室・家族交流会

介護者間で交流・意見交換などを行い、介護上の悩みや問題を相談しあえます。

日時	場所	主催・問合せ
1月8日(水) 午後2時～3時30分	市役所第3 庁舎C202 会議室	高齢者あんしん相談 センターふくおか (TEL 049・261・1126)
1月10日(金) 午前10時～11時30分	介護予防セ ンター2階	高齢者あんしん相談 センターかすみがおか (TEL049・264・7620)
1月21日(火) 午前10時～11時	お問い合わせ ください	高齢者あんしん相談 センターおおい (TEL 049・261・3021)

## イベント

### 少年の主張inふじみ野

青少年が日常生活の中で考えていること、抱えている思いを聴き、家庭や学校、地域でできることを考えてみませんか。皆さんのご来場をお待ちしております。



日時 2月1日(土)正午～午後4時  
 場所 ステラ・ウェストホール  
 内容 市内小・中学校、高校から各1人の発表、大井西中学校吹奏楽部による演奏  
 ☎ 子育て支援課  
 TEL049・262・9033

### 協働のまちづくり講演会

地域の課題解決や活性化を目指すまちづくりでは、デジタル化は新たな可能性を開く手段となっています。デジタル化がもたらす新しい協働の形を体感し、地域にさらなる活力をもたらす一歩を踏み出しましょう。

日時 2月1日(土)午前9時～11時  
 場所 市役所本庁舎5階大会議室  
 内容 ホームページの活用法や効果的な情報発信方法に加え、地域の人が主体的に関われる環境づくり、モチベーションを高める工夫などを紹介  
 テーマはデジタルでつながる協働のまちづくり・地域の人が活躍する場づくりのヒント  
 ※手話通訳あり(事前に申し込み必要)。  
 講師 豊田有希さん(NPO法人CRファクトリー)  
 定員 50人(申込順)  
 申込方法 1月30日(木)までにウェブフォームか電話で申し込み  
 ☎ 協働推進課  
 TEL049・262・9016



### 広げよう！笑顔あふれる地域の輪 市民活動展示会・交流会 2025

市民活動団体の活動をPRし、参加団体と交流するイベントです。市民活動への参加のきっかけにしませんか。



●展示会(団体活動紹介・作品展示)  
 日程 1月20日(月)～24日(金)  
 場所 市役所本庁舎1階ギャラリー

●交流会(荒天は中止の場合あり)  
 日時 1月26日(日)午前10時～午後3時  
 場所 市民交流プラザ(フクトピア内)  
 内容 ステージ発表(演奏、体操、書道パフォーマンスなど)、食品販売(弁当、はっとう汁、パン、お菓子など)、体験(ワークショップ、子ども向け遊び体験、お茶席など)  
 ☎ 市民活動支援センター  
 (TEL・FAX 049・261・0681)

### 映画会「そばかす」

●男女共同参画意識啓発事業  
 日時 1月25日(土)午後2時から(1時30分開場)  
 場所 上福岡西公民館地下ホール  
 あらすじ 恋愛したいという気持ち湧かず、だからって寂しくないし、ひとりでも十分幸せだ。でも、周りはそれを信じてくれない。チェリストの道を諦め、現在は地元に戻りコールセンターで苦情対応に追われる30歳女性。妹の結婚・妊娠で、プレッシャーをかけられる中、お見合いで出会ったのは、結婚よりも友達付き合いを望む男性だった。

申込方法 1月6日(月)～21日(火)にウェブフォームか窓口、電話で申し込み  
 ☎ 産業振興課  
 TEL049・262・9024



企画・運営 ふじみ野市男女共同参画をすすめる市民の会  
 ☎ 市民総合相談室  
 TEL049・262・9025

### ふじみ野市キラリと光るものづくり企業展示会

ふじみ野市は、生活のまちであり、昔ながらの飲み屋も多く残る飲食店のまちのイメージが強いですが、しかしながら、戦前戦後から電波・通信分野を筆頭に製造業が発展し、最先端かつ特色ある企業が集まっている「ものづくりのまち」でもあります。

市内の先端かつ特色ある企業のパネル展示会を開催します。各企業の製品もいくつか展示しますので、ぜひお越しください。

また、キラリと光るものづくり企業ガイドも市ホームページでご覧いただけます。

展示期間 1月27日(月)午前10時～



31日(金)午後3時  
 場所 市役所本庁舎1階ギャラリー  
 ☎ 産業振興課  
 TEL049・262・9023



### 人権問題 市民・企業講演会

21世紀は人権の世紀と言われる、平成28年には「部落差別の解消の推進に関する法律」(ヘイトスピーチ

チ解消法)「障害者差別解消法」といった法律が施行されましたが、いまだに人権に関するさまざまな問題が多発しています。この機会に改めて「人権」について考えてみませんか。

日時 2月6日(木)午後1時30分～3時30分(1時開場)  
 場所 市役所本庁舎5階大会議室  
 内容 暮らしの中の人権 ※要約筆記あり。  
 申込方法 1月6日(月)～2月3日(月)に窓口か電話で申し込み  
 ☎ 市民総合相談室  
 TEL049・262・9025



### 落語しゃべってーさい たま、ふじみ野公演

埼玉県出身の若手落語家が県内63市町村を落語会で巡る壮大な企画です。

日時 2月9日(日)  
 午後2時～4時(1時30分開場) ※休憩あり。  
 場所 産業文化センター  
 出演 古今亭伝輔(鶴ヶ島市)、林家けい木(小川町)、立川志の太郎(ふじみ野市)  
 定員 168人  
 費用 1300円(自由席)  
 ※就学前の子は入場できません。  
 申込方法 1月9日(木)から窓口で前売りチケットを申し込み  
 ☎ 産業文化センター  
 TEL049・269・4811

●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

### イベント

#### 第11回旭ふれあい寄席

恒例の新春寄席。初笑い「笑う門には福来る」皆さんお誘いあわせの上、ご参加ください。

**日時** 1月26日(日)午後2時から(1時30分開場)

**場所** 旭ふれあいセンター

**出演** 春風亭昇市さん

**定員** 50人(申込順)

**費用** 700円

**申込方法** 1月5日(日)から窓口か電話で申し込む(月曜日除く)

**旭ふれあいセンター**  
TEL 049-267-1777



#### あたたかいお抹茶を一服 初春茶会inふじみ野

●文化芸術活動未来応援事業  
新春を迎えまだ厳しい寒さが続く時期に、あたたかいお抹茶でほっと息できる無料のお茶会です。

作法などは気にせず、目の前でお茶がたてられる様子を見ながら、地元の和菓子屋の季節のお菓

子と、市内の茶畑で作られたお抹茶で一服してみませんか。詳しくは市ホームページをご覧ください。



**日時** 2月1日(日) 午前10時～午後4時(3時30分まで受け付け)

※30分ごとに開催。

**場所** ステラ・ウエスト

**講師・企画** 小林秀子さん、齋藤千夏さん(瑞穂会)

**対象** 市内在住・在勤・在学の人

※抹茶や和菓子のアレルギーのない人。

**定員** 1席5人程度

**申込方法** 1月5日(日)午前9時からメール(氏名・人数・連絡先・希望時間帯を記載)で申し込む

※当日受付は、午前9時30分から会場で整理券を配布。

**瑞穂会(小林)**  
info\_mizuko\_kai@yahoo.co.jp

#### ふじみ野読書交換会 本と面白い出の交換3

●文化芸術企画提案型委託事業  
「本を読むモチベーション」や「きつかけが欲しい人」「普段読まないような本と出会いたい人」など、気軽に「ご参加ください」。

小説やビジネス書、雑誌などどんな種類の本でも大丈夫です。お互い

#### 文化施設でワークショップを創ろう

全4回の参加でワークショップ手法のノウハウが身につきます。なりたい自分を探り、ふじみ野市の魅力を探ります。

**日時** ①2月1日(土)・22日(日)、3月1日(土)午前10時～正午②3月15日(土)午前10時～午後3時

**場所** ①ステラ・ウエスト ②ステラ・イースト

**講師** 中山夏織さん(NPO法人シアタープランニングネット)

**ワーク代表理事**

**対象** 中学生以上

**定員** 20人(抽選)

**費用** 1,000円(全4回分)

**申込方法** 1月15日(日)午後1時までにウェブフォームで申し込む

※1月16日(月)以降にメールで結果を通知します。

**ステラ・ウエスト**  
TEL 049-261-0648



#### もふもふパッケージをつくろう

●ARTde遊ぼう! ARTde学ぼう! ウェストシリーズvol.3

**日時** 2月2日(日)①午前11時～11時45分②午後1時～1時45分

**場所** ステラ・ウエスト

**講師** dakeosayan(フリーライター)

**対象** 3歳以上(小学3年生以下)

#### 講座

#### ふじみ野市認定創業支援事業 創業セミナー

保護者同伴  
**定員** 各20人(抽選)  
**費用** 300円

**申込方法** 1月13日(祝)午後1時までにウェブフォームで申し込む

**ステラ・ウエスト**  
TEL 049-261-0648

創業の準備は、(実現したいこと)の「見える化」(計画書の作成)から。創業後に困らないためにしっかり準備しましょう。事例を交えながら専門家が説明します。

全日程受講者には修了証が交付され、市が特定創業支援等事業者の認定をします。詳しくは商工会ホームページをご覧ください。

**日時** 1月25日(土)、2月1日(日) 午前10時～午後5時(完全申込制)

**場所** ふじみ野市商工会3階(上福岡1-5-14)

**対象** 創業予定の人、創業直後の人、第2創業者、創業中の人

**申込方法** 1月6日(月)～20日(月)にふじみ野市商工会ホームページからアクセスで申し込む

**ふじみ野市商工会**  
TEL 049-261-3156  
FAX 049-261-3150



#### ステラ・イースト カフェイベント

飲み物を飲みながら、ワークショップやコンサートをお楽しみください。詳しくは、ステラ・イーストホームページをご覧ください。

**日時・テーマ・講師** 下表のとおり

**場所** ステラ・イースト福祉喫茶歩歩

**定員** ①30人②25人③各10人(いずれも申込順)

**費用** 1,000円(当日払い、1ドリンク付き)

**申込方法** 窓口か電話で申し込む

テーマ	日時	講師	申込期間
①～能登半島地震から1年～防災ワークショップ inステラ・イースト(コンサート付き)	1月31日(金) 午前10時30分～午後0時30分	芦沢安寿さん(防災士、ソプラノ/歌手) 古川雅子さん(ピアノ)	1月6日(月)から
②古楽器と歌うバロック時代のカノン(歌のワークショップとコンサート)	2月28日(金) 午前10時30分～午後0時30分	金井隆之さん(テノール、バロックギター) 中村康紀さん(テノール、ルネサンスリュート)	2月3日(月)から
③失敗のないアート ボタニーペインティングを体験してみよう	3月28日(金)①午前10時30分～11時30分②11時45分～午後0時45分	佐藤真弓さん(ボタニーペインティングパートナー講師)	3月3日(月)から

☎ ステラ・イースト (TEL049-261-6678)

の本を交換し、語り合います。

**日時** 2月15日(日) 午後2時30分～4時(2時開場)

**場所** ステラ・ウエスト

**対象** 大人向け(中学生以上)

**講師** 白村さおりさん(翻訳ライター)

**定員** 12人(申込順)  
**費用** 500円



#### 犬の飼い方・しつけ方教室

愛犬の困った行動を解消し、絆を深め、スマートな飼い主を目指しませんか(犬の同伴不可)。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

**日時** 1月25日(土) 午後1時30分～3時30分

**場所** 三芳町立竹間沢公民館(三芳町大字竹間沢555-1)

**講師** 水越みゆきさん(日本聴導犬推進協会常任理事)

**対象** ふじみ野市・富士見市・三芳町在住の人

**定員** 40人(申込順)

**申込方法** 1月8日(日)～22日(日) 午前8時30分～午後5時に電話で申し込む

**環境課**  
TEL 049-262-9021



#### 声のアナチエイジング講座(体験)

しくは窓口で配布する案内をご覧ください。

**日時** 2月6日(日) 午後6時30分～8時30分

**場所** 市役所会議室

**対象** 市内在住・在勤・在学の手話学習経験がない人

**定員** 20人(抽選)

**申込方法** 1月24日(金)までに窓口か電話、ファクスで申し込む

**障がい福祉課**  
TEL 049-262-9032  
FAX 049-263-7119

誤嚥を防ぎ、のどの力・声のハリを取り戻し、免疫力を上げましょう。

**日時** 1月8日(日)・22日(日)①午前10時～10時45分②11時～正午

**場所** 市民交流プラザラクトピア内

**内容** ①声のハリを取り戻そう! 声活の会②唱歌・童謡を歌おう会

**講師** 柏原嵩さん(バリトン歌手)

**定員** 各5人(申込順)

**費用** 1回1,000円

**申込方法** 1月5日(日)から窓口か電話で申し込む

**市民交流プラザ**  
TEL 049-264-7971

#### はじめての手話体験講座

音声を使用しない空間でろう者講師から手話を学ぶ体験講座です。日本語とは異なる音の無い手話の世界をお楽しみください。詳しくは



●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

## 市民大学ふじみ野 学びあい講座

市民が講師となって講座を企画運営する「学びあい講座」で学びませんか。

講座名・内容・講師・日時・申込期限 下表のとおり

場所 市民大学ふじみ野講義室

対象 市内在住・在勤・在学の18歳以上



**申込方法** ①市民大学ふじみ野ホームページから申し込む  
②チラシ(公共施設で配布)に記載の申込書を窓口持参(午前9時から午後5時、水・日曜日、祝日除く)かファクスで申し込む  
市民大学ふじみ野(大井中央2・2・1大井総合福祉センター4階、TEL049・257・5533)

講義・内容	日時	講師	定員・費用	申込期限
<b>ゴムのことを知ろう</b> 毎日使用している給湯器・配管に使われる各種ゴム部品(パッキン・シール)についてのやさしい解説。(全2回)	1月21日(火)、2月18日(火) 午後2時~4時	堀田透さん(ゴム加工メーカー勤務材料技術部門30年のプロフェッショナル)	10人 無料	1月18日(出)
<b>ヘルス&amp;ビューティー講座</b> いくつになっても綺麗でいたい!健康・美容には頭と腸が重要です。4回の実技講座で基礎知識とマッサージ(セルフケア)を学びましょう。(全4回)バスタオル、フェイスタオル持参。	1月20日(月)、2月3日(月)、17日(月)、3月3日(月) 午後2時~4時	古原和美さん(セラピスト、スキンケアアドバイザー、アセラピスト)	10人 500円	1月18日(出)
<b>パパっとかんたん!手作り愛犬ごはん</b> 栄養不足?添加物が心配!そんな悩みを持つ飼い主さんへ愛犬に必要なカロリーや食材の選択、調理のコツを楽しく学び、自宅で健康&かんたんごはんを作ってみませんか。2回目はシニア犬向けのカリキュラムです。(全2回)	2月5日(水)・19日(水) 午後2時~4時	ショコラママさん(犬の管理栄養士マスター、ペット看護師、ペットセラピー)	10人 500円	2月1日(出)
<b>100均グッズで作る簡単自分史講座</b> 自分のこれまで生きてきた足跡を「自分史」としてまとめてみませんか。終活の一つとして、思い出をふり返りながら作成する「自分史講座」です。(全2回)	2月6日(木)、2月20日(木) 午後2時~4時	吉川忠男さん(自分史アドバイザー、FP2級、終活カウンセラー1級)	10人 1,000円(材料費含む)	2月1日(出)
<b>「いのちを考える」死を知ってどう生きる</b> 誰のもとにも平等にやって来る「死」を、みんなで一緒に考えてみませんか。大切な家族としての「お別れの仕方」「プラスの死生観」そして「最幸に生きる」にはどうするか。プチ体験ワーク付きです。(全3回)	2月13日(木)・27日(木)、3月13日(木) 午後2時~4時	鎌田育恵さん(日本看取り士会看取り士・ペット看取り士、最期の時アドバイザー、HCUヘルスコーチ)	10人 500円	2月8日(出)
<b>美しく歩く立つための「ピラティストレッチ」</b> どんな姿勢が正しい?痩せやすい歩き方は?疑問を解決しながら心地良く体を動かしていきます。美しく歩く立つためのストレッチとピラティスを日常生活に取り入れてみませんか。(全1回、各回内容は同じ)ヨガマット持参。	①2月28日(金) ②3月14日(金) 午後1時30分~3時30分	柏としえさん(市スポーツ推進委員、ボディケアセラピスト、リラクゼーションセラピスト)	10人 各500円	2月22日(出)
<b>トイレの歴史 おもしろ考古学</b> 誰もが必ずお世話になるトイレですが、昔から良い名で呼ばれていません。世界では衛生的なトイレを利用できない人が〇億人!?トイレの歴史に耳を傾けてみませんか。(全2回)	3月10日(月)、3月17日(月) 午後2時~4時	射田昭男さん(上福岡歴史民俗資料館友の会副会長)	10人 500円	3月8日(出)

## 講座

### ゲートキーパー養成研修

悩んでいる人に気づき、関わり、寄り添う研修です。大切な人の心と命を支えるため、ゲートキーパーについて学びませんか。

**日時** 2月1日(出)午後2時~4時  
(1時45分から受け付け)

**場所** 保健センター(ラフトピア内)

**講師** 安藤巨さん(社会福祉士・精神保健福祉士)

**対象** 市内在住・在勤・在学の人  
**定員** 40人(申込順)

**申込方法** 1月6日(月)~30日(木)  
(午前9時~午後5時15分)に窓口か電話、ウェブフォームで申し込む

**申込方法** 1月6日(月)~30日(木)  
(午前9時~午後5時15分)に窓口か電話、ウェブフォームで申し込む  
①保健センター  
TEL049・293・9045



### リズム健康体操教室

音楽に合わせてストレッチ。体をほぐしてから、ポップな曲に合わせて創作ダンスを楽しみます。

**日時** 1月14日(火)・21日(火)  
午後1時~2時30分

**場所** 市民交流ラザラフトピア内  
**定員** 10人(申込順)  
**費用** 1回800円

**申込方法** 1月5日(日)から窓口か電話で申し込む  
市民交流ラザラフトピア内  
TEL049・264・7971

### 救命講習

**日時** ①1月18日(出)午前9時~正午  
②2月15日(出)午前9時~午後6時

**場所** 入間東部地区事務組合消防本部(大井中央1・19)

**内容** ①普通救命講習1  
②上級救命講習

**対象** ふじみ野市、富士見市、三芳町に在住・在勤・在学の人

**定員** 25人(申込順)

**申込方法** ①1月7日(火)~9日(木)  
②2月3日(月)~5日(水)の午前8時30分~午後5時に電話で申し込む  
入間東部地区事務組合消防本部救急課  
TEL049・261・6673



## 健康

### 重複服薬の見直し

重複服薬とは、複数の医療機関にかかっている場合に、同じ効能の薬が重複して処方され、それを服薬することです。重複服薬を行うと薬の飲み合わせや適量以上の服薬により体に負担がかり、副作用や症状の悪化が心配されま

作用や症状の悪化が心配されま

す。  
薬の処方には調剤料や薬剤料などのさまざまな料金がかかっており、重複服薬により医療費も余計にかかります。重複服薬を防ぐには、かかりつけ医や薬局を持ちましよう。特にかかりつけ薬局を持つことで、複数の医療機関で受診した際の薬の重複や飲み合わせなどを確認できます。「お薬手帳」を一人一冊持ち、服薬情報をついにまとめることで薬の重複を確認できま



す。  
①市発行のクーポン券、住所・氏名の分かる本人確認書類を持参し、実施機関で抗体検査を受検

す。  
①市発行のクーポン券、住所・氏名の分かる本人確認書類を持参し、実施機関で抗体検査を受検

### 成人男性の風しん抗体検査・予防接種

2月28日(金)まで終了します。

風しん抗体検査・予防接種の無料クーポン券があり抗体検査を受けていない人は早めに受けてください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

クーポン券送付対象者 昭和37年4月2日~54年4月1日生まれの男性  
●抗体検査・予防接種の流れ  
①市発行のクーポン券、住所・氏名の分かる本人確認書類を持参し、実施機関で抗体検査を受検



### 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。認知症サポート医による「もの忘れ・認知症相談」を行いますので、少しでも認知症に関する質問などありましたらご利用ください。申込後に、担当の高齢者あん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** 2月14日(金)  
午後3時~4時30分

**場所** 大井総合福祉センター4階会議室2

**定員** 3人(申込順)

**申込方法** 2月5日(火)までに電話で申し込む  
高輪福祉課  
TEL049・262・9038



●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