

第15回ふじみ野市総合防災訓練

日時 **11月8日(日)** 午前8時30分～正午

訓練の概要

午前8時30分に東京湾北部を震源とする地震(市内全域で震度5強、一部で震度6弱)が発生し、家屋の全半壊やライフラインの損壊など、甚大な被害が生じた状況のもと、避難訓練および避難所運営訓練を行います。

近年、全国各地で大規模災害が相次ぐ中、いざという時に「自らの命は自ら守る」行動がとれるよう、日頃からの備えが重要

です。

今回の総合防災訓練では、市役所本庁舎への「災害対策本部」および大井総合支所への「災害対策室」の設置をはじめ、市内20カ所の指定避難所や福祉避難所、救護所の開設を行います。さらに、各自治組織による地区対策本部の立ち上げや自主訓練など、ふじみ野市地域防災計画に基づく初動体制を総合的に実践・体験します。

防災行政無線で、午前8時20分に事前告知、8時30分に訓練開始のサイレンでお知らせします。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



総合防災訓練に参加

総合防災訓練では、避難所への避難や避難所運営を各自治組織が中心となり行っています。お住まいの自治組織の訓練にぜひ参加してみましょう。



訓練時に開設する指定避難所

市ホームページからも確認できます。

東地域

福岡小学校、駒西小学校、上野台小学校、西小学校、さぎの森小学校、福岡中学校、葦原中学校、花の木中学校、サービスセンターホール、駒林体育館



西地域

大井小学校、鶴ヶ丘小学校、東原小学校、西原小学校、亀久保小学校、三角小学校、東台小学校、大井中学校、大井西中学校、大井東中学校

町会・自治会・町内会に加入しませんか

市には、58の自治組織(町会・自治会・町内会)があり、防災訓練や避難所運営などの防災活動をはじめ、防犯、環境美化、お祭りなど、地域の皆さんのつながりを育み安心して暮らせるまちづくりを支えています。

近年、全国各地で大雨や洪水などによる災害が発生し、私たちの住む首都圏でも大きな被害を受けました。「隣の家は大丈夫だろうか」「避難できていない人はいないだろうか」など、災害時には、地域の中で声を掛け合い、安否を確認し、助け合うことが大きな力になります。過去の大規模災害でも、地域住民同士の助け合いが、避難や救助、復旧・復興に重要な役割を果たしてきました。

このように、「もしも」のときに助け合える地域は、普段から

のつながりによってつくられます。

災害は、いつ起こるか分かりません。あなたと大切な人の安心のために、自治組織に加入して、地域の皆さんと一緒に「支え合えるまち」をつくりませんか。自治組織への加入については、市ホームページをご覧ください。協働推進課へお気軽にご相談ください。



問合せ●総合防災訓練＝危機管理防災課(TEL049・262・9017)、
自治組織への加入＝協働推進課(TEL049・262・9016)

災害への備え

「もしも」に備えて今日からできること。災害はいつ起きるか分かりません。いざというときには正確な情報を入手し、適切な行動をとることが、自分や家族の命、生活を守ることにつながります。そのために、「災害が起きる前」に、避難情報や気象情報の収集などできることから始めましょう。



▲ふじみ野市防災情報ポータルサイト

情報収集の備え

災害時に市のホームページや「防災情報ポータルサイト」などで最新情報を発信します。防災情報ポータルサイトでは、避難情報や気象情報、ライフラインの状況などをまとめて確認いただけます。

また、防災行政無線の放送内容は、専用電話(TEL 049-256-8877〈通話料有料〉)で聞き直すことができるほか、今年から防災ラジオの貸し出し(有料)も実施しています。ぜひご活用ください。



▲防災ラジオ市ホームページ

災害の状況に合わせて自分に合った避難

避難所は共同生活の場となり、普段とは違う生活の中でストレスがかかるほか、多くの人が密集することによる感染症のリスクが高まります。事前に行動手順や避難所の場所を確認し、災害時は状況に合わせて、安全を第一に考え適切な場所へ避難してください。

在宅避難 自宅に危険がなければ、移動せず自宅にとどまる

分散避難 安全な地域の頼れる親戚や知人の家へ避難する

避難所 自宅が危険な場合は、市が開設する避難所へ行く

備えておいた方がいい 非常持ち出し品や備蓄品のリスト

災害時に必要になるものは一人一人異なります。ご家族で話し合い、必要なものは「1週間分」を目安に備蓄しましょう。

日頃から食料や消耗品を少し多めに備え、生活の中で防災を意識することで、もしもの時の心構えが身に付きます。

トイレや歯磨きのための生活用水も必要です。日頃から、ポリタンクに水道水や、お風呂に水を張るなどして備えましょう。

医療品・衛生用品ほか

- ☐ 衣類・下着
- ☐ 簡易トイレ
- ☐ マッチ・ろうそく
- ☐ 体温計・救急用品(ばんそうこう・包帯・消毒液・常備薬)



- ☐ マスク
- ☐ 洗面用具・歯ブラシセット
- ☐ タオル・ブランケット
- ☐ 手指消毒用アルコール
- ☐ ティッシュ・ウェットティッシュ



- ☐ 石鹸・ハンドソープ
- ☐ トイレtpペーパー
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ 貴重品(通帳、現金、パスポート、運転免許証、マイナンバーカードなど)



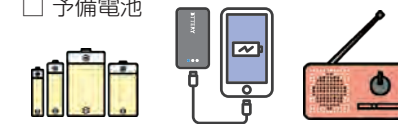
安全避難用品

- ☐ 防災用ヘルメット・防災ずきん
- ☐ 紐なしですぐはける靴
- ☐ 軍手(滑り止め付き)や皮手袋
- ☐ 懐中電灯やヘッドライト
- ☐ ペン・ノート



情報収集用品

- ☐ スマートフォン・携帯電話用充電器
- ☐ 携帯ラジオ
- ☐ 予備電池



水・食料品

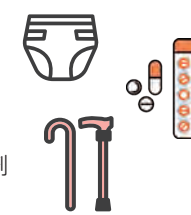
- ☐ 家族分の水(3ℓ/1人1日)と食料(アルファ化米、レトルト食品など)

ペットのための備え

- ☐ 水・薬・食料品
- ☐ リード・ケージ・トイレなど

高齢者がいる家庭の備え

- ☐ デリケートゾーンの洗浄剤
- ☐ 吸水パッド・大人用紙パンツ
- ☐ 補聴器
- ☐ 持病の薬
- ☐ 介護食
- ☐ お薬手帳
- ☐ 入れ歯・洗浄剤
- ☐ 杖



子どもがいる家庭の備え

- ☐ 携帯用お尻洗浄器、お尻ふき
- ☐ 哺乳瓶・ミルク
- ☐ 子ども用紙オムツ
- ☐ おもちゃ
- ☐ 抱っこひも
- ☐ 離乳食・携帯カトラリー
- ☐ 母子健康手帳



女性の備え

- ☐ 防犯ブザー・ホイッスル
- ☐ 生理用品・サニタリーショーツ
- ☐ おりものシート
- ☐ 中身の見えないゴミ袋

生理用ナプキンは、(けがの止血にも活躍。避難所では下着を交換しにくいため、尿漏れパッドやパンティライナーは必需品。子どもにも使えます。

問合せ●危機管理防災課(TEL049・262・9017)

●費用の記載がないものは無料
★「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業
因は共通事項

水道基本料金の減免

国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用し、水道基本料金を減免します。水道料金請求時は「水道使用水量等のお知らせ」(検針票)から基本料金を引いた金額を請求します。減免に関する手続きは不要です。

水道を利用した水量に係る料金と下水道使用料は、通常どおり請求します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



対象 市内で水道を利用している人・事業者(公的機関を除く)

減免期間 11月検針分から来年2月検針分まで

問合せ●上下水道課(TEL049・220・2076)

クビアカツヤカミキリにご注意ください

クビアカツヤカミキリの被害が、7月に市内で初めて確認されました。

クビアカツヤカミキリはサクラやウメ、モモなどの樹木に寄生し枯死などの被害を及ぼす恐れがあります。成虫は6月から8月頃まで発生し、幼虫は春先から11月頃までフラス(フンと木くずが混ざったもの)を排出しながら樹木を餌にします。成虫やフラスを発見した場合は、市に連絡のうえ害虫などを防ぐ作業(防除)のご協力をお願いします。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。



▲フラス(フンと木くずが混ざったもの)



▲クビアカツヤカミキリの成虫

問合せ●環境課(TEL049・262・9021)

埼玉県思いやり駐車場制度

障がいのある人や要介護状態の人、妊産婦など、歩行が困難と認められる人に「利用証」を交付し、公共施設や商業施設などに設置されている「車椅子使用者用駐車区画」や「優先駐車区画」の適正利用を推進する制度です。

交付対象者 次のいずれかに該当する人のうち、「歩行が困難な人」または「移動の際に特別な配慮が必要な人」

- ①身体障がい者(障がい区分ごとの等級による)
- ②知的・精神障がい者(手帳の等級などによる)
- ③難病患者(特定疾患医療受給者証などの交付を受けている)
- ④高齢者(介護認定を受けた人で要介護1以上)
- ⑤妊産婦(妊娠7カ月から産後1年まで)
- ⑥多胎妊産婦(妊娠7カ月から産後3年まで)
- ⑦けが人など(医師の診断などにより、歩行が困難であるため特別な配慮が必要と認められる)

対象の駐車区画に駐車する際は、車のルームミラーなどに利用証を掛けるなど、車外から見える位置に掲示してください。

利用証の交付申請など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



区画の種類	区画の説明	区画の表示
車椅子使用者用駐車区画	車椅子使用者が優先的に利用できる幅の広い駐車区画(幅員3.5メートル以上)	
優先駐車区画	幅の広い区画は必要ないものの、歩行が困難、移動の際に配慮が必要な人が優先的に利用できる駐車区画(幅員3.5メートル未満)	

問合せ●対象①②③⑦…障がい福祉課(TEL049・262・9031)、④…高齢福祉課(TEL049・262・9038)、⑤⑥…子育て支援課(TEL049・262・9033)

市役所の窓口受付時間を変更します

日程 来年2月1日(月)から

時間 午前9時～午後4時30分

市では、手続きのオンライン化や証明書のコンビニ交付など、利便性の向上に努めて、デジタル技術を活用した業務改革を進めています。

今後も業務の効率化を進め、市民サービスの質を維持・向上させていくため、9月に実施したパブリック・コメントの結果も踏まえて、窓口受付時間を変更することにしました。皆様のご理解とご協力をお願いします。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



変更内容

●窓口受付時間(休日開庁日も含む)

現行 午前8時30分～午後5時15分

変更後 午前9時～午後4時30分

※電話も同様の時間となります。

●対象施設

本庁舎、第2庁舎、大井総合支所、出張所、こども家庭センター、保健センター

※図書館、文化施設、スポーツセンター、環境センター、その他指定管理施設、保育所などの施設は対象外です。



問合せ●経営戦略室(TEL049・262・9000)

ふじみ野市公式LINEのリニューアル

来年2月から市公式LINEの機能を拡充します。利用者が希望する受信記事を選択することができるセグメント配信や、リッチメニューの拡充などを行います。それに伴い、現在利用しているFメールは来年3月31日(火)で終了します。詳しくは、市報12月号特集でお知らせします。



問合せ●広報広聴課(TEL049・262・9003)

街頭防犯カメラを市内に10カ所設置

市では、市全体の防犯体制を強化し、犯罪のない安全・安心なまちづくりを目指して、まちを見守る街頭防犯カメラを設置し、周辺には「防犯カメラ作動中」の告知看板を設置します。防犯体制の充実したまちであることを周知し、犯罪の実行を思いとどまらせる効果が期待できます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



ふじみ野市と東入間警察署で協定を締結

市と東入間警察署は「ふじみ野市街頭防犯カメラの画像データに係る捜査を目的とした提供等に関する協定」を締結しました。

これにより、街頭防犯カメラの設置に関する専門的な助言を受け、犯罪が発生した場合に、犯罪捜査への迅速な協力が、よりできるようになります。

●街頭防犯カメラ設置場所

県が指定する犯罪抑止重点地域や市内の犯罪発生状況などをもとに東入間警察署からの助言を受け、設置場所を決定しました。



問合せ●危機管理防災課(TEL049・262・9052)

募集

市報有料広告
(来年2〜7月号)

掲載対象号 来年2〜7月号
発行部数 約5万5000部
募集枠 1号当たり約12スペース
企画・掲載料 左表のとおり

色	サイズ	掲載料 1回当たり
2色 シアン・黒	1スペース 縦45mm×横91mm	25,000円
	2スペース 縦45mm×横184mm	50,000円
カラー	1スペース 縦45mm×横91mm	30,000円
	2スペース 縦45mm×横184mm	60,000円

申込方法 11月18日(水)までに提出
書類を窓口か郵送(消印有効)で
申し込む



※詳しくは、市ホーム
ページをご覧ください。

図 広報広聴課

〒356・8501福岡1・1・1
TEL 049・262・9003

健康カレンダー
有料広告(令和9年度)

配布時期・部数 市報4月号との
同時配布・約5万5000部

募集枠 約9スペース(①②のい
ずれか1枠)
サイズ ①縦45mm×横91mm
②縦45mm×横184mm

掲載料 ①2万円②4万円

申込方法 11月27日(金)までに申込
書(市ホームページで配布)と原
稿を窓口か郵送、メールで提出
する

※詳しくは、市ホーム
ページをご覧ください。



図 保健センター

〒356・0011福岡1・2・5
☒ hokencenter-kami@city.fu
jino.saitama.jp
TEL 049・264・8292

SAITAMA さいたま
サポートセンター会員

県の公的な結婚支援センター
「SAITAMA出会いサポートセン
ター(恋たま)」は、結婚を希望す
る独身者に出会いの機会を提供し
多くの利用登録者の交際や結婚に
つなげています。随時参加者を募
集していますので、
詳しくは、センター
ホームページをご覧ください。



対象 次の全てに該当する人

- ①結婚を希望し、自ら婚活の意
思がある20歳以上の独身男女
- ②県内在住・在勤、または近い
将来埼玉県へ移住を考えている
- ③電話回線のあるスマートフォン
を持っている

費用 1万1000円(税込み、
市民割引価格、2年間有効)

図 SAITAMA出会いサポートセ
ンター(恋たま)事務局
☒ info@kotama.jp

税務署の非常勤職員

申込方法など詳しく
は、関東信越国税局ホ
ームページをご覧ください。



図 川越税務署

勤務期間 来月1月上旬〜3月末
の間で1〜3カ月
勤務時間 午前8時45分〜午後5
時の間で3〜7時間
勤務場所 川越税務署(川越市大
字並木452・2)
勤務内容 確定申告の来場者対応
など
定員 50人程度
給与 時給1290円から
給与

図 川越税務署
TEL 049・235・9411

ご案内

生活のしづみや調査

厚生労働省が障害者施策の推進
に向けた検討の基礎資料とするた
め、生活のしづみやなどに関する
調査(全国在宅障害児・者等実態
調査)を実施します。
調査をお願いする世帯には、11
月中に調査員が伺い、調査書類を

全国一斉情報伝達試験・
緊急地震速報訓練

市では国が発信する災害情報を
防災行政無線で自動的に放送する
「全国瞬時警報システム(J-ALERT)」
を整備しています。

国が実施する「全国一斉情報伝
達試験」および「緊急地震速報訓
練」に参加します。当日は、次の
とおり防災行政無線からの放送を
行いますので、実際の災害と間違
えないようお願いいたします。

●全国一斉情報伝達試験

日時 11月11日(水)午前11時ごろ
放送内容 上リチャイム+「これ
はJアラートのテストです」×
3回+「こちらは、防災ふじみ
野です」+下リチャイム

●緊急地震速報訓練

日時 11月5日(休)午前10時ごろ
放送内容 緊急地震速報チャイム
音+「こちらは、防災ふじみ野
です。ロ今から訓練放送を行いま
す」+「緊急地震速報。大地震
です。大地震です。これは訓練
放送です」×3回+「こちらは、
防災ふじみ野です。これで訓練
放送を終わります」

図 危機管理防災課

TEL 049・262・9017



耐震診断・耐震改修
工事費用を一部補助

既存住宅の耐震診断費用と耐震
改修工事費用の一部を補助します
(予算額に達し次第終了)。契約前
に補助申請が必要です。申請前に
耐震診断や改修工事を行った場合
は対象外となります。申請をする
人は、必ず事前にご相談ください。
補助金額 左表のとおり

住宅の種類	補助率	補助限度額
戸建専用住宅 戸建兼用住宅 共同住宅 長屋住宅	耐震診断に 要した 費用の2 分の2	5万円 一戸当たり2万円 合計200万円
戸建専用住宅 戸建兼用住宅 共同住宅 長屋住宅	耐震改修に 要した 費用の 23%	30万円 一戸当たり30万円 合計2,000万円

対象建築物 建築確認を取得し、
昭和56年5月31日以前に着工さ
れた建築物のうち、明らかに建
築基準法違反がないもので、戸
建専用住宅、戸建兼用住宅、共
同住宅、長屋住宅

※木造建築物の場合は、在来工法
により建築されたもの。
対象 対象建築物を市内に所有し、
自ら居住し、市税を滞納してい
ない人

図 建築課

TEL 049・220・2069

木造住宅耐震・リフォー
ム無料相談会(要予約)

建築士が図面をもとに無料で簡
易耐震診断を行い、診断結果や補
強方法、耐震に関する相談やリ
フォームの個別相談を行います。
詳しくは、市ホ
ムページをご覧ください。



日時 11月29日(日)

午後1時30分〜4時

場所 市役所本庁舎2階A202
会議室

対象建築物 木造2階建以下の住
宅の所有者・居住者

申込方法 11月16日(月)までに窓口
か電話、ウェブフォームで申し
込む

図 建築課

TEL 049・220・2069

確定申告などに使用
する参考資料の送付

市に納付した保険税(料)は、所
得税や市県民税の申告の際に社会
保険料控除の対象です。参考資料
をはがきで送付しますので、申告
などの際は納付額をご確認ください。
なお、国民健康保険税は、世帯
主が納税義務者のため、被保険者
個人ごとの納付済額は通知できま
せん。実際に納付した人が申告し
てください。

送付時期 来月1月下旬
※年末調整などで早めに必要な場
合は、お問い合わせください。
記載内容 令和8年に納付書や口
座振替で納付した国民健康保険
税・介護保険料・後期高齢者医
療保険料の金額
※年金から天引きされた保険税
(料)は含まれませんので、日本年

令和8年度「コミュニティ
助成事業」
団体名 コスモふじみ野町会
内容 コミュニティ活動備品(机・
椅子など)の整備
図 協働推進課

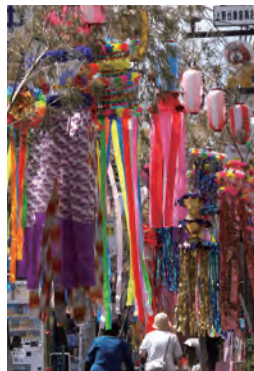


令和8年度「コミュニティ
助成事業」
団体名 コスモふじみ野町会
内容 コミュニティ活動備品(机・
椅子など)の整備
図 協働推進課

TEL 049・262・9016

観光協会写真コンテスト入賞作品決定

市内の各種イベント、街並み、四季の風景など「私だけが知っている
おすすめ!」をテーマとした写真コンテストの入賞作品が決定しまし
た。受賞作品は次のとおりです(敬称略)。



▲最優秀賞 鈴木 藤男「星祭りの飾り」
▲優秀賞 生越 輝夫「花光る」
▲優秀賞 小林 敦彦「黄昏」

佳作
藤原 正宜「落日」、及川 満「雪化粧」、岩内 絹「元福岡のトンネル」、
桔梗が原修(ペンネーム)「お手振り」、原田 和義「5月の河川敷」

図 観光協会事務局(産業振興課内) (TEL 049・262・9023)

農地利用状況調査

農地の利用増進を図るため実施
します。遊休農地の発生防止・解
消や農地の違反転用発生防止など、
適正な管理をお願いします。

対象 市内の全農地
調査期間 11月中
調査方法 農業委員・農地利用最
適化推進委員・農業委員会事務
局職員による立ち入り現況調査

図 産業振興課

TEL 049・262・9024

消費活性化クーポンの使
用期限は11月30日(月)です

6月末日までに世帯主宛てに順
次発送した消費活性化クーポンの
使用期限は11月30日(月)です。まだ
使っていない人は対象事業所では
非ご利用ください。
※自宅に不在などの理由で受け取
れなかった対象の人は産業振興課
にお問い合わせください。

図 産業振興課

TEL 049・262・9023

金機構などから送付される源泉徴
収票をご確認ください。
図 収納課

TEL 049・262・9014

令和8年度「コミュニティ
助成事業」

(二財)自治総合センターは、宝
くじの社会貢献
広報事業として
コミュニティの
健全な発展を目
的に、宝くじの
売り上げ収入の
一部を地域の「コミュニティ団体な
ど」に助成しています。



令和8年度「コミュニティ
助成事業」
団体名 コスモふじみ野町会
内容 コミュニティ活動備品(机・
椅子など)の整備
図 協働推進課

TEL 049・262・9016

タウンミーティング

みんなで紡ぐ あったかい ふじみ野
想いをこめて 未来につなぐ

11月の開催日程をお知らせします。お近
くの会場にお越しください(事前申込不要)。
どなたでも参加できますが、お車のご来
場はご遠慮ください。



詳しくは、市ホームページを
ご覧ください。

図 広報広聴課(049・262・9003)

開催日時	会場	主な対象
11月1日(日) 午後2時	亀久保西会館	亀久保西町会
11月14日(土) 午後2時	亀居会館	亀居町会
11月21日(土) 午後2時	上野台集会所	上野台自治会
11月28日(土) 午前10時	福岡中央一丁目町内会集会所	福岡中央一丁目町内会
11月28日(土) 午後2時	大井会館	大井本町町会
11月29日(日) 午前10時	南台一丁目町内会館	南台一丁目町内会
11月29日(日) 午後2時	コンフォール霞ヶ丘集会所	霞ヶ丘自治会

ご案内

受験生を全力応援

「合格祈願マンホールコースター」

マンホール蓋は、その丸い形状から穴に「落ちない」さらに表面の突起で「滑らない」という、受験に大変縁起の良い特性があります。

そこで、桜の花びらの妖精である市のPR大使「ふじみん」による「サクラサク」、ダルマの「七転び八起き」の精神を込め、ダルマの衣装をまとったふじみんが描かれた特別デザインのマンホール蓋を作りました。現在、上福岡図書館と大井図書館に

展示しています

が、このたび、市からの熱い応援と願いを込め、このデザインをあしらった合格祈願マンホールコースターを、市内の中学3年生の皆さんへ配布します。



また、数に限りはありますが、上福岡図書館と大井図書館では一般向けに配布をしていますので、資格や試験勉強に励んでいる人はぜひお越しください。

■上下水道課

TEL 049・220・2075

エコパーデプール 休止

パーデプールはメンテナンスのため、お休みします(お風呂はご利用できます)。

期間 11月22日(日)～12月7日(月)

■エコパ

TEL 049・293・7568

税を考える週間

11月11日から17日は「税を考える週間」です。

「これからの社会に向かって」をテーマとして、特集ページを開設し、税に関する情報や取り組みについて紹介します。詳しくは、国税庁ホームページ「税を考える週間」をご覧ください。

■川越税務署

TEL 049・235・9411

税務署の総合窓口受付時間の変更(川越税務署)

国税庁は各種オンライン手続きの拡充に伴い、10月1日から全ての税務署で、申告・申請書などの受理、納税、納税証明書の交付などを行う総合窓口の受付時間を午前9時～午後3時に変更しました。時間外に来署する場合は、あらかじめ電話で連絡をいただきますようお願いいたします。

■川越税務署

TEL 049・235・9411

11月はねんきん月間

日本年金機構では11月を「ねんきん月間」11月30日を「年金の日」としています。

パソコンやスマートフォンからいつでも自分の年金記録の確認ができたリ、年金記録からさまざまな条件を設定して、年金見込額の試算ができたリする「ねんきんネット」を使って、将来の生活設計について考えてみませんか。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

■ねんきんネット専用ダイヤル(ナビダイヤル)

TEL 0570・058・555

イベント

いきいきクラブ 東部支部作品展

いきいきクラブの会員が作成した絵画・手芸・書などの作品展示会です。

日時 11月18日(木)～20日(金)

午前9時～午後5時(18日は正午から、20日は午後3時まで)

■場所 ステラ・イースト

■ふじみ野市いきいきクラブ連合会(平日午前9時～正午)

TEL 049・261・0058

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

こども家庭庁では、児童虐待防止法が施行された11月に「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」を実施し、児童虐待問題に対する社会的関心を喚起しています。「児童虐待かもしれない」と思ったら、下記の相談機関までご連絡ください。

相談機関	電話番号	受付時間
全国共通ダイヤル(お近くの児童相談所につながります)	TEL 189 (いちばやく) ※通話料無料。	24時間対応年中無休
朝霞児童相談所	TEL 048・465・4152	月～金曜日午前8時30分～午後6時15分(祝日・年末年始を除く)
県虐待通報ダイヤル	TEL# 7171 (048・762・7533)	24時間対応年中無休
市こども家庭センター	TEL 049・262・9034	月～金曜日午前8時30分～午後5時15分(祝日・年末年始を除く)

環境ボスターコンクリート作品展示

小・中学生が「地球環境の保全」「持続可能な社会の実現」をテーマに「環境問題」「3R」「SDGs」「環境保全」について描いた作品です。

■入賞作品15点

期間 11月2日(月)～29日(日)

■応募全作品(333点)

日時 12月1日(火)～来年2月28日(日)午前9時～午後5時(休館日を除く)

■場所 環境学習館「えこらば」3階環境課

TEL 049・262・9021

普通救命講習Ⅰ

日時 12月5日(土)午前9時～正午

■場所 入間東部地区事務組合消防本部大講堂大井中央1・19

■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18日(水)～20日(金)の平日午前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

TEL 049・261・6673

2026医療的ケア児者の写真パネル展

吸引・注入などができる看護師体験、介護食や車いす体験などの

イベントもあります。詳しくは、県医療的ケア児等支援センターかけはしホームページをご覧ください。



障害者週間推進事業「第31回ふれあい広場」

障がい者と障がいに関する理解を深めるため、障害者週間(12月3日～12月9日)に合わせて「第31回ふれあい広場」を開催します。

日時 12月5日(土)

午前10時～午後2時

■場所 市民交流プラザ

■内容 前川健生さん(テノール歌手)によるオープニングセレモニー、作品コンクール表彰式・作品展、障がい者団体の発表、授産製品の販売、手話体験、スタンパリーなど

■作品コンクール応募作品、障がい者団体など紹介パネルの展示

日時 ①12月7日(月)～11日(金)

②12月14日(月)～25日(金)

■場所 ①市役所ギャラリー②大井総合支所展示スペース

■障がい福祉課

TEL 049・262・9031

DVは重大な人権侵害です

配偶者や交際相手など、親しい関係にあるパートナーから振られる暴力をDV(ドメスティック・バイオレンス)といいます。DVは殴る・蹴るといった身体的暴力だけではなく、精神的暴力(モラル・ハラスメント) 大声でどなる、無視や何を言っても否定をする、人の前でバカにする、命令するような口調で物を言う、実家や友人のつきあいを制限する

経済的暴力 生活費を少額しか渡さない、勝手に借金を作り、返済を強要する

性的暴力 無理矢理アダルトビデオなどを見せる、性行為を強要する、避妊に協力しない

子どもを利用した暴力 子どもへの暴力をほのめかす、子どもに被害者が悪いと思わせる

◆女性に対する暴力をなくす運動◆

●パネル展示

大井総合支所では、女性に対する暴力根絶のシンボルであるパープルリボンを皆さんが作り、県内を巡回するタペストリーを完成させるキャンペーン、パープルリボンタペストリーも実施します。

期間 ①11月9日(月)～20日(金)②11月16日(月)～20日(金)

■場所 ①大井総合支所展示スペース②市役所本庁舎ギャラリー

●図書展示(上福岡図書館・大井図書館)

期間 11月1日(日)～30日(月)

◆性暴力で悩んでいる人へ◆

あなたが望まない性的な行為は、全て性暴力です

性暴力はあなたに対する人権侵害です。相手との関係、あなたの年齢、立場、セクシュアリティなどは関係ありません。

■市民総合相談室(TEL 049・262・9025)

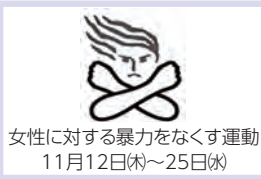
性犯罪・性暴力の相談窓口は、あなたの声を何よりも尊重し、あなたの意思を守ること全力を尽くします。

●性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター TEL#8891(はやくワンストップ)

◆一人で悩まずすぐに相談を◆

ふじみ野市 配偶者暴力相談支援センター TEL 049・262・9025

平日午前8時30分～午後5時15分(祝日・年末年始を除く)



●女性相談支援員による相談(女性専用・予約制)

日時 毎週月・火・木曜日、毎月第1・3・5金曜日午前10時～正午、午後1時～4時

オンラインによる申し込み(初めて利用する人専用)

相談は面接で行います。当日は時間までに市民総合相談室(市役所本庁舎2階)へお越しください。

予約枠 毎週木曜日午前11時～11時50分

申込方法 相談希望日の前日午後3時までに、ウェブフォームで申し込む



●その他の通報・相談窓口(緊急の場合は迷わず110番)

DV相談+(プラス) 電話・メールでの相談は、24時間365日。

チャットは毎日正午～午後10時に受け付け。メール、チャット相談は内閣府DV相談+ウェブサイトをご確認ください。

TEL 0120・279・889 (つながりはやく)



イベント

新河岸川美化活動

舟運・ふじみんの郷、新河岸川
（古市場・美化、花と緑部会主催）
の清掃活動です。

雨天などで順延する
場合は、市ホームページ
でご知らせします。

日時 11月21日（土）午前10時～正午
場所 養老橋下（船着き場）

内容 葦原中学校・国道254号
バイパス橋間両岸の河川敷を清
掃します

※車手やゴミ袋などは支給します
※道沿路

TEL 049・220・2074

軽トラ市

市内で採れた新鮮な野菜などを
軽トラックに載せて生産者が直接
販売します。

●南台あすなろ公園（南台1・9）

日時 11月28日（土）

午前9時～10時30分

※売り切れ次第終了。荒天中止

◎産業振興課

TEL 049・262・9024

採れたて・ふじみ野畑

市内で採れた新鮮野菜、狭山茶
などの農作物を販売します（売り
切れ次第終了）。

●市役所本庁舎玄関脇

日時 11月17日（火）午前10時～正午

●ステラ・ウエスト玄関脇

日時 11月27日（金）午前10時～正午

※野菜の販売のみ。

●大井総合支所玄関脇

日時 12月1日（火）午前10時～正午

◎産業振興課

TEL 049・262・9024



ベジレベル測定会

野菜、足りていますか。指先に
測定器を当てて15秒。あなたの普
段の野菜摂取量を簡単にチェック
できます（雨天中止の可能性あり）。

日時 ①11月10日（火）②17日（水）③12月1日（火）午前10時～正午

場所 ①③大井総合支所玄関脇

②市役所本庁舎玄関脇

内容 ベジメータ®によるベジレ
ベル測定

◎保健センター

TEL 049・262・9040

ポイ捨ておよび路上喫煙防止キャンペーン

ポイ捨てごみの清掃や路上喫
煙・ポイ捨て防止の呼びかけを行
います。

中止の場合は、市
ホームページなどで



エイメイ学院 明成個別presents
第58回入間東部地区駅伝競走大会



日時 来年2月7日（日）午前9時スタート（7時から受付）

コース ふじみ野市・三芳町環境センター（スタート）→富士見市立南畑小学校近隣周回コース
合計18.9km（1区4.9km、2区2.3km、3～5区3.9km）

参加資格 中学生以上でふじみ野市、三芳町、富士見市に在住・在勤・在学、スポーツ協会加盟団体所属、活動の本拠を置くクラブチームに所属している健康な人

※一般の部・女子の部・学生の部は、第2区のみ小学6年生のエントリー可。

部門 一般の部・壮年の部（40歳以上）・女子の部・学生の部（中・高生）

チーム 各部門1チーム選手5～8人（選手は5人、控え選手は3人まで）

費用 1チーム11,000円、中学生のみのチームは3,000円

※別途、エントリー手数料がかかります。

申込方法 12月19日（土）までにスポーツエントリーから申し込む

◎文化・スポーツ振興課（TEL 049・220・2090）



青少年健全育成講演会

辻井いつ子さん（ピアニスト辻井伸行さんの母）を招き、ご自身の子育ての経験から、困難に向き合ったときの考え方や、夢や目標に向かって挑戦することの大切さについてご講演いただきます。

申し込みは必要ありません。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

日時 11月28日（土）

午後2時30分～4時（2時間開場）

場所 ステラ・イーストホール

◎子育て支援課

TEL 049・262・9033



男女共同参画意識啓発事業映画会「女性の休日」

1975年10月24日、アイスランド全女性の90%が仕事や家事を一斉に休んだ「女性の休日」。女性がいないと社会が回らないことが証明され、その後アイスランドは最もジェンダー平等が進んだ国となりました。世界に衝撃を与えた運命の日を振り返るドキュメンタリー映画です。

日時 12月5日（土）

午後2時から（1時30分受付）

場所 上福岡図書館視聴覚ホール

企画・運営 ふじみ野市男女共同参画をすすめる市民の会

定員 100人（申込順）

申込方法 11月5日（木）～12月3日（木）にウェブフォーム

か窓口、電話で申し込む

◎市民総合相談室

TEL 049・262・9025

アートフェスタ

ふじみ野2027

音楽＆アートの祭典「アートフェスタふじみ野」を開催します。各企画の時間や参加方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

テーマ アートと平和と音楽 未来へ紡ぐハーモニー

日時 来年1月23日（土）・24日（日）



午前10時～午後4時（予定）

場所 ステラ・ウエスト

●ホール企画

1日目 音楽をメインとしたプログラム

※市内中学校による吹奏楽フェスタをはじめ、世代を超えた合唱、2台ピアノの演奏、オペ落語など、市民合唱団と奏でる美しく華やかなハーモニーを届けます。

2日目 キッズから大人まで幅広い世代によるダンスをメインとしたプログラム

※世界のおどり」をテーマにダンスで世界をめぐるパフォーマンスを披露します。

費用 各日500円（チケットは両日共通）

定員 各日806席（先着順）

申込方法 11月24日（火）①午前9時からステラ・イースト、ステラ・ウエスト、産業文化センターの窓口②午後1時からオンラインチケットで申し込む

※当日空きがあるプログラムは、当日券を販売します。

●ワークショップ

ハンドクラフトアートや料理、干支の一刀彫り、茶道、生け花など、幅広い世代が楽しめるバラエティに富んだアート企画を実施します。

費用 100～1000円（当日支払い）

申込方法 ①11月24日（火）からウェブフォームで申込み②当日予約

◎「ふじみん元氣・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

「見て」「さわって」「感じる」体験の場「えこらば」

環境学習講座

①作って遊ぼう葉脈標本

日時 12月5日（土）午前10時～11時30分

対象・定員 小学3年生以上（小学生は保護者同伴）・16人

申込期限 11月19日（木）

②スノードームを作ろう

瓶の中で雪が降るオリジナルスノードームを作ろう。

日時 12月12日（土）午前10時～11時30分

対象・定員 小学生以上（小学生は保護者同伴）・16人

申込期限 11月26日（木）

●共通事項

場所 ふじみ野市・三芳町環境センター

申込方法 電話かウェブフォームで申し込む

当選連絡 ①は11月25日（木）までに環境課から、②は12月2日（木）までにエコパから、それぞれ当選者のみに連絡

◎環境課（TEL 049・262・9022）



ふじみ野市に住んだ詩人石原吉郎をもっと知る講演会

（ホール活用プロジェクト）

●シベリア強制収容所で極限を体験した詩人・石原吉郎の詩と言葉が伝えるもの

来年3月7日（日）に開催する演劇を核とするホール公演「望郷と海」シベリアから未来へ」に先立ち、シベリア抑留から帰還後本市に住んだ詩人・石原吉郎の過酷な体験

を、詩を通し生み出していった言葉の意味とその生涯について講演します。

日時 12月5日（土）

午後2時～4時（1時30分受付）

場所 ステラ・イースト

講師 野村喜和夫さん（現代詩人）

定員 ①60人（対面方式・市民対象）②50人（オンライン方式）

※いずれも申込順。

費用 ①・②とも1000円（資料代）

申込方法 11月4日（木）

午前9時（オンライン）は11月1日（日）午前9時（土）から、ウェブフォームかメールまたは電話で申し込む

◎ふじみ野市文化協会

TEL 049・256・9708

✉ fujimino.bunkakyokai@gmail.com

TEL 049・256・9708

イベント

ひまわりコーラス50周年記念コンサート

「文化芸術活動未来応援事業」

結成50周年を迎えるひまわりコーラスが、歌う喜びにあふれた美しいハーモニーをお届けします。

「歌と手ぶりで脳トレ」やオペラ歌手ユニット「エントツ」による演奏とボイトレ（発声練習）のコーナーもあります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

日時 12月20日(日)

午後1時～3時(0時30分開場)

場所 ステラ・イーストホール

出演 ひまわりコーラス、内田雅人(バリトン歌手)、山根亮太(テノール歌手)、中村達郎(ピアノ)

関 ひまわりコーラス(長谷川)

TEL 049・266・1068

内職相談「出張相談会 in ゆめぼると」

市役所本庁舎2階の内職相談室で毎週火・水・金曜日に実施している内職相談に参加できない人向けの出張相談会です。

日時 12月4日(金)

①午前10時40分から②11時20分から③午後1時から④1時40分

設に登録している人はミニ教室前後にトレーニングも利用できます。

日時 毎週金曜日①午前9時30分②午前10時③午前11時④午後2時⑤午後3時

定員 各5人(申込順)

費用 1回20分100円(トレーニング室利用者は50円)

申込方法 11月6日(金)午前10時から電話で申し込む

関 上野台体育館トレーニング室

TEL 049・262・9048

産業文化センター

産文ディスプレイ

秋の夜長、懐かしいサウンドが響きます。青春のひとコマを思い出し踊りませんか。申し込みは不要です。

※駐車場はありません。

日時 11月14日(土)

午後5時～8時(4時30分開場)

費用 500円

水曜ナイト英会話(11月開講)

イギリス出身の講師による新規の英会話講座です。基本的な文法や便利な単語、言い回し、コミュニケーションの方法を学びます。

日時 毎週水曜日①午前10時②午前11時③午後0時④午後1時⑤午後2時⑥午後3時

定員 100人(申込順)

申込方法 11月20日(金)までにウェブフォームで申し込む

関 地域福祉課

TEL 049・256・7218

花いっぱい運動

種から苗へと育てる過程や、育成方法を学びながら、花の育成を通じて広がる人と自然のつながりを感じ、花づくりの楽しさややりがいと一緒に再発見しましょう。

日時 11月27日(金)

午後2時～2時50分

場所 市役所本庁舎5階A大会議室

テーマ 障がいのある方とともに育てる「花を育てる基礎講座」

講師 入間東部むさしの作業所職員

対象 市内在住、在勤、在学で花などに興味のある人

定員 20人(申込順)

申込方法 電話で申し込む

関 ふじみ野市花いっぱい運動推進委員会事務局(協働推進課内)

TEL 049・262・9016

上野台体育館

足腰元気体操

椅子に座って筋力トレーニングやストレッチなどで健康増進を目指します。

日時 毎週木曜日(第5週目を除く)午前9時30分～10時30分

定員 15人(申込順)

費用 1ヵ月3000円

申込方法 11月6日(金)午前10時から電話で申し込む

関 上野台体育館

TEL 049・263・8988

トレーニング室ミニ教室

姿勢や転倒予防、脚や肩などに焦点を当てた運動を行います。施設

費用の記載がないものは無料

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

●費用の記載がないものは無料

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

介護・看護の仕事 地域就職面接会

介護・看護分野の地域就職面接会(富士見・ふじみ野地域)を開催します。詳しくは、ハローワーク川越ホームページをご覧ください。

日時 11月13日(金)

面接会Ⅱ午後2時～4時(1時15分受付)

ミニセミナーⅡ午後1時30分から

場所 ステラ・イースト

参加企業 6社(予定)

申込方法 ウェブフォームから申し込む

関 ハローワーク川越

TEL 049・242・0197

ひきこもりに関する 市民向けセミナー

この講演は、小学校から中学校卒業まで不登校で、社会人として働く今もなお、自身の不登校経験を「未解決の課題」として向き合い続けている講師の経験を一つの事実として伝えるものです。答えや解決策を示すものではありませんが、当事者・経験者、関係者などそれぞれの立場からこのテーマを捉え直し、見方を広げるきっかけにしたいだけだと思います。

日時 12月5日(土)午後1時30分～3時30分(1時開場)

設に登録している人はミニ教室前後にトレーニングも利用できます。

日時 毎週金曜日①午前9時30分②午前10時③午前11時④午後2時⑤午後3時

定員 各5人(申込順)

費用 1回20分100円(トレーニング室利用者は50円)

申込方法 11月6日(金)午前10時から電話で申し込む

関 上野台体育館トレーニング室

TEL 049・262・9048

産業文化センター

産文ディスプレイ

秋の夜長、懐かしいサウンドが響きます。青春のひとコマを思い出し踊りませんか。申し込みは不要です。

※駐車場はありません。

日時 11月14日(土)

午後5時～8時(4時30分開場)

費用 500円

水曜ナイト英会話(11月開講)

イギリス出身の講師による新規の英会話講座です。基本的な文法や便利な単語、言い回し、コミュニケーションの方法を学びます。

日時 毎週水曜日①午前10時②午前11時③午後0時④午後1時⑤午後2時⑥午後3時

定員 100人(申込順)

申込方法 11月20日(金)までにウェブフォームで申し込む

関 地域福祉課

TEL 049・256・7218

花いっぱい運動

種から苗へと育てる過程や、育成方法を学びながら、花の育成を通じて広がる人と自然のつながりを感じ、花づくりの楽しさややりがいと一緒に再発見しましょう。

日時 11月27日(金)

午後2時～2時50分

場所 市役所本庁舎5階A大会議室

テーマ 障がいのある方とともに育てる「花を育てる基礎講座」

講師 入間東部むさしの作業所職員

対象 市内在住、在勤、在学で花などに興味のある人

定員 20人(申込順)

申込方法 電話で申し込む

関 ふじみ野市花いっぱい運動推進委員会事務局(協働推進課内)

TEL 049・262・9016

上野台体育館

足腰元気体操

椅子に座って筋力トレーニングやストレッチなどで健康増進を目指します。

日時 毎週木曜日(第5週目を除く)午前9時30分～10時30分

定員 15人(申込順)

費用 1ヵ月3000円

申込方法 11月6日(金)午前10時から電話で申し込む

関 上野台体育館

TEL 049・263・8988

トレーニング室ミニ教室

姿勢や転倒予防、脚や肩などに焦点を当てた運動を行います。施設

費用の記載がないものは無料

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

「ふじみん元気・健康ポイント」対象事業 因は共通事項

イベント

市民交流プラザ

●チベットヨガ教室(体験)

「ヤントラヨーガ」の呼吸法で心と体を整えましょう。

日時 11月①2日(月)②9日(月)③16日(月)午後3時15分～4時45分

定員 各5人(申込順)

費用 900円(1回のみ。入会後は月謝制)

申込方法 開催日前日までに窓口か電話で申し込む

●2か月連続開催・はーとふる無料コンサート(予約不要)

楽器が奏でる名曲と一緒に楽しみましょう。演奏曲など詳しくは市民交流プラザホームページをご覧ください。



日時 ①11月18日(水)②12月11日(金)午後0時10分～0時40分

出演 ①BNN室内楽団②アンサンブルY

会場 市民交流プラザ
TEL 049・264・7971

鶴ヶ岡音楽鑑賞会「フリスマスコンサート26」

師走のひととき、楽しいクリスマスコンサートでお楽しみください。

日時 12月13日(日)

健康ハートの日 イベント2026

最近、血圧やコレステロールが気になっていませんか。医師・薬剤師などの専門職が、血管をまもる食事、薬との付き合い方、今日からできる運動を紹介します。

飯田医院／ふじみ野心臓リハビリテーションクリニックが主催し、こま薬局、認定栄養ケアアスーションほえみーる、市が共催します。

日時 12月5日(土)

午後2時30分～4時10分

場所 ステラ・イースト

内容 ①医師・薬剤師による講座
Ⅱ「血管の老化を防ぐ生活習慣と受診のタイミング」「正しい薬の知識・専門相談」

②管理栄養士によるキッチン実演Ⅲ「脂質管理に良い食事」

③血管年齢測定・姿勢計測、理学療法士などによる運動相談など

対象 市内在住の人

定員 45人(申込順)

申込方法 11月6日(金)から電話で申し込む

注意事項 会場内は一部土足禁止です。スリッパでの移動が不安な人は、室内履きをご準備ください。また、動きやすい服装(スポン)でお越しください。

会場 ふじみ野心臓リハビリテーションクリニック(TEL 049・238・4681)(火・日曜日、祝日を除く)

●費用の記載がないものは無料

午後1時30分から(1時開場)

場所 鶴ヶ岡コミュニティセンター

出演 ふじみ野市音楽家協会(吉見佳晃(テノール)、井上貴子(サクソフ)、うんだよう(ピアノ))

定員 70人(申込順)

費用 1200円(当日支払い)

申込方法 11月5日(木)から窓口か電話で申し込む(月曜日を除く)

会場 鶴ヶ岡コミュニティセンター

TEL 049・278・1122



ハープのある暮らし 旭ふれあいハープ教室③

身近になったハープを、もっと日頃の生活に生かして楽しんでみましょう。講師が丁寧に指導し、フリスマスリースを作ります。ぜひご参加ください。



日時 11月27日(金)

午前10時～11時30分

場所 旭ふれあいセンター

講師 小山悦子さん(NPO法人コミュニティガーデン協会理事)

定員 15人(申込順)

費用 3000円(材料費ほか)

水中運動教室 ノードルエクササイズ

日時 11月21日(土)

正午～午後0時50分

場所 エコパバーデアール

定員 20人(申込順)

費用 500円

※別途入館料がかかります。

申込方法 11月7日(土)から窓口で申し込む(電話不可)

会場 エコパ

TEL 049・293・7568

健康

★健康づくり講演会 歯と口の健康づくり講演会

●お口から健康を考える

いつまでも健康な生活を送るためには、お口の機能を維持することが大切です。お口の機能と歯の重要性、健康を維持・向上させるためのケアについてお話しします。

日時 12月9日(水)

午後1時30分～3時30分

場所 保健センター(ラクトピア内)

講師 佐々木健聡さん(にじいろ歯科クリニックふじみ野院長)

対象 市内在住・在勤の人

定員 50人(抽選)

申込方法 11月4日(水)午前9時～20日(金)にウェブフォームか窓口(保健センター)か大井総合支所で申し込む

会場 保健センター

TEL 049・264・8292



おいしく食べて生涯 骨太!クッキング!

私たちの体を支える大事な「骨」。日々の食事を守るためのコツを学んでみませんか。すぐに生かせるアイデアを紹介します。

日時 12月7日(月)

午前10時～午後1時

場所 保健センター(ラクトピア内)

内容 調理実習(さばのピリ辛そぼろ風どんぶり、副菜など)

対象 市内在住の人

定員 24人(抽選)

申込方法 11月9日(月)～20日(金)にウェブフォームで申し込む

※ウェブフォームでの申し込みが難しい人は、ご連絡ください。



決定通知 12月1日(火)までに申込者全員に通知

会場 ふじみ野市食生活改善推進員協議会事務局(保健センター内)

TEL 049・262・9040



口の健康コラム

歯医者が気付く体のサイン -口福が健康をつくる-

鈴木盛仁先生 (MANA デンタルクリニック)



そんな睡眠時無呼吸症候群ですが、主に閉塞性と中枢性に分かれています。ちょっと専門的な言葉になってしまっているのですが、シンプルに説明すると、呼吸する気道が狭くなり呼吸しにくくなっているのが閉塞性、神経の問題によって呼吸が止まってしまっているのが中枢性です。歯科はその中の閉塞性に対して、治療のお手伝いができることがあります。主な治療方法の一つとして、睡眠時無呼吸用のマウスピースが存在します。歯科医院では、それを作る事ができます。その場合は、医科の先生により診断と作成依頼の手紙をもらう事で保険での作成ができるようになります。

「歯が痛いから」「歯茎から血が出るから」だけでなく、全身の健康を考える上で、歯科医院での定期的な受診を考えてみては、いかがでしょうか?

突然ですが、よく眠れていますか?

歯医者さんに行くのは、虫歯を治すため、歯周病を治すためというイメージが強いと思いますが、実は、それだけではないのです。顎の関節や、口の粘膜、舌なども私たち歯科医師の領域となります。すなわち口腔と呼ばれるところが、歯科医師の診る範囲です。

口と言えば、食べる、話す、そして呼吸することにも関わりがあります。その中でも今回は、呼吸と睡眠についてお話ししたいと思います。

睡眠時無呼吸症候群が有名になったのは、2003年の山陽新幹線での居眠りによるオーバーランや、2012年の関越道の高速バス居眠り事故です。この睡眠時無呼吸症候群による経済損失は、年間で3兆5千億円とされています。その結果、今年から、睡眠障害が診療科として追加できるようになりました。



広報 みんなの消防

消防団員 募集中



火災予防キャンペーンを実施

秋季全国火災予防運動の実施に伴い、火災予防キャンペーンとして管内のイベントにブースを設置します。住宅防火対策推進の広報のほか、消防車両の展示、啓発品（ふうせん、缶バッジなど）の配布など、幅広い世代の方が楽しく防災意識を高められる内容となっていますので、ぜひご参加ください。

日程・内容 11月3日（祝）ふじみ野市産業まつり

救急フェアを開催

9月5日にイトーヨーカドー食品館埼玉大井店で救急フェアを開催しました。このイベントは「救急の日」および「救急医療週間」に合わせて、地域住民の皆さんに救急医療に関する正しい理解と認識を深めることを目的としています。

当日は消防車・救急車の展示、人形やAEDを使用した心肺蘇生法の体験などを実施しました。

Net119緊急通報システム

「Net119 緊急通報システム」は、音声による119番通報が困難な人を対象とし、スマートフォンなどを利用して消防署に通報を行えるシステムです。

このシステムは、携帯端末のGPS機能、インターネット機能を利用して自宅や外出先から119番通報が行えます。

詳しくは、入間東部地区事務組合消防本部ホームページをご覧ください。

対象 ふじみ野市、富士見市、三芳町に在住、在勤、在学で音声による119番通報が困難な人

申込方法 申請書（入間東部地区事務組合消防本部ホームページで配布）に必要事項を記入し、登録するスマートフォ

ンなどを消防本部指揮統制課に持参して申し込む

※家族などによる代理申請も可能です。

☎ 指揮統制課（TEL049・261・6031、✉ sir ei-01@irumatohbu119.jp、FAX049・262・2633）

第1回埼玉県防災講演会

日時 12月26日（土）午前10時～11時30分

場所 ステラ・ウェスト

テーマ 富士見市・ふじみ野市・三芳町における災害リスク、家族と地域を守る実践防災力

講師 松島康生さん（災害リスク評価研究所代表）

定員 500人（申込順）

申込方法 11月9日（月）～12月18日（金）に、電話かファクスで申し込む

☎ 警防課（TEL049・261・6659、FAX049・261・4395）

防火作品の紹介

今年も管内の小学4年生を対象に防火ポスターと防火習字を、一般の人を対象に防火標語を募集したところ多数の応募をいただきました。

最優秀賞・優秀賞に選ばれた作品は、防火ポスターとして管内事業所の協力により1年間掲示するほか、火災予防運動などのPRに幅広く活用します。

●防火標語の部 最優秀賞

大切な 明日をつなぐ 火の確認 延與 朋子さん（三芳町）

●防火ポスターの部 最優秀賞

木村 友亮さん（上野台小）



●防火習字の部 最優秀賞

神谷 奏翔さん（みずほ台小）



入間東部地区事務組合

ふじみ野市・富士見市・三芳町

URL <http://www.irumatohbu119.jp/> ✉ shobo@irumatohbu119.jp

■ 火災の問い合わせ TEL 049・263・0119（音声案内）

■ 救急病院のご案内 TEL 049・261・6031（休日・夜間）

