



志木市食生活改善推進員協議会 創立50周年

昭和47年4月、「わたしたちの健康はわたしたちの手で～伸ばそう健康寿命 つなごう郷土の食～」をスローガンに、我が家の食卓を充実させ地域の健康づくりを行うことを目的として発足した志木市食生活改善推進員協議会は、今年で創立50周年を迎えました。

今月は、歴史ある食生活改善推進員協議会の活動やヘルシーレシピを紹介します。

問合せ／健康増進センター ☎048(473)3811

食生活改善推進員とは

「食改さん」、「ヘルスマイト」などの愛称で親しまれ、地域全体に健康づくり活動を広めていく食のボランティア「食育アドバイザー」として、健康的な食習慣を学び、その学んだことを家族や近隣の人たちに伝えることで地域全体の健康づくりや人と人とのつながりの輪を広げる役割を担っています。「楽しくなければ食改ではない」をモットーに、令和4年7月現在、79人が活動しています。

また、食改は市の管理栄養士と連携し、相互に協力や支援を行いながら、食と健康に関する正しい知識や技術を身に付けています。



家族、お隣さん、お向かいさんへ…食改の活動でつながる地域の輪

活動の流れ

まずは、自分が学ぶ

食に関する研修会を通じて毎日の料理づくりのレシピや健康に関する情報を学びます。



学んだことを家族や近隣の人、友達に伝える

市民向けに食育教室、男性料理教室などを開催します。



食を通して、ボランティア活動をする

離乳食教室での試食づくりやふれあい健康交流会でひとり暮らしの高齢者へ食事を作ります。

主な活動



伝達 調理実習

会員同士がおすすめのレシピや調理方法を伝え合い、調理後には振り返りも行います。



男性 料理教室

市内に住む料理初心者の男性に向けて、作りやすい料理を伝授します。



※写真は過去開催時のもの



おやこの 食育教室

夏休みに市内に住む親子に向けて、食に関する講座と料理教室を行います。



定例会

月に1回、役員と理事が今後の活動について話し合います。



次回の調理実習で使用するレシピの最終確認なども行います。

みんなきっかけはさまざま

現在活躍中の皆さんが、入会したきっかけややりがいについて話してくれました。

会員同士のつながりの強さからコロナ禍を乗り越えられた

私は、子育てがひと段落した頃に近所の先輩に勧められ、料理のレパートリーが少しでも広がればと思い、食改に入会しました。そこで食の大切さを改めて学び、食事づくりのお手伝いなどを通して地域のために役立つことができる喜びを感じ、かけがえのない仲間と出会うこともできました。

いまなお続く新型コロナウイルス感染症の感染拡大により私たちの生活は大きく変わってしまいましたが、コロナ禍でも志木市の食改は感染症対策を十分に行いながらさまざまな活動を続けてきました。どうして活動を続けてこれたのか、それは「会員同士のつながりの強さ」だと思っています。たった1回の調理実習で終わるのではなく、そこから友達の輪が広がり、何かあったときには助け合うことで会員同士のつながりは強くなります。

また、今までは調理実習のレシピを、会長・副会長をはじめとする役員で考えていましたが、これでは役員の負担が大きく、新たな担い手が生まれません。そこで全員で各当番を決め、レシピを考えることにした結果、それぞれの大変さが分かり、よりよい関係を築くことができました。

これはどの市や町でも共通の悩みですが、高齢化が進み「私はもう歳だから…」と言って退会してしまう人が多く見られます。そんな中でも、つながりが強ければ「もう少し頑張ろうよ！」の声かけひとつで「頑張ってみようかな」という気持ちになるのです。ただ家にいるだけでは、ここまで親しい友達はできません。同じ趣味を持った仲間と過ごす楽しい時間は私の生きがいです。まだまだ高齢化が問題視されていますが、新たな担い手が生まれるよう、工夫しながら取り組んでいきますので、ぜひいっしょに地域の健康づくりをサポートしてみませんか？



志木市食生活改善
推進員協議会
会長 まえの ふさこ 前野 房子さん



調理は人生を豊かにしてくれます

私は70年間包丁すら握ったことがありませんでしたが、養成講座を受講し、栄養バランスの重要性を学び、食材・料理用語に慣れることができました。

私の調理習慣は、ヨーグルトの同一種菌を引き継いで100回以上作り続けていることと、湯せんのできる防災食のメニューづくりを試行錯誤していることです。

調理は災害時の必要性ばかりではなく、私の人生を豊かにしてくれます。その第一歩を踏み出すきっかけをくれた食改にとっても感謝しています。

家族の「おいしい！」の言葉がうれしい！

今までは「毎日の食事の支度ってめんどくさい…」と思っていましたが、食改の存在を知り、調理実習や交流会で、さまざまな食材の調理方法を学び、毎日の献立を考えることが楽しくなりました。

家族でご飯を楽しく食べられる、好きなものを好きなだけ食べられる、いつまでも健康でいられる、これってすごく幸せなことですね。家族に「おいしい！」と言われるようにこれからも減塩を意識しながら取り組んでいきたいです。



作ってみよう！ヘルシーレシピ



食改の皆さんが考案した、家庭で気軽にできるヘルシーレシピを紹介します。

志木市のクックパッドでヘルシーレシピを公開中！

昆布水を使用した あっさりきのこスープ



材料(2人分)

生しいたけ …… 2枚	塩 …… 小さじ1/5
えのき …… 30g	醤油 …… 小さじ1/2
しめじ …… 30g	昆布 …… 10g (10cm四方)
オクラ …… 1本	
万能ねぎ …… 1本	水 …… 1ℓ
おろし生姜 …… 少々	

作り方

- ① 昆布の表面をかたく絞ったキッチンペーパーで拭き、水に浸す。そのまま冷蔵庫に一晚おいて、昆布水(1ℓ)を作る。
※昆布水は冷蔵庫で3~4日保存OK。
- ② しいたけは石づきを取り、薄くスライスする。軸の部分も割いて使う。えのきは石づきを取り、4cmの長さに切る。しめじは石づきを取り、小房に分ける。オクラは横に薄切りにして星形になるようにする。
- ③ 鍋に昆布水300mlと②、お好みに応じて昆布水の干切りにした昆布を入れ、サッと煮立たせ、塩と醤油を入れて味をととのえ、小口切りにした万能ねぎとおろし生姜を入れる。

食改創立50周年記念のつどいを開催しました

創立50周年を記念して、7月27日(水)、健康増進センターで「志木市食生活改善推進員協議会創立50周年記念のつどい」を開催しました。当日は、多くの食改の皆さんが参加し、市長から激励の言葉が贈られました。

また、つどいの最後には、講座「ラジオ体操10倍活用法」が開催され、健康運動指導士の長坂由加^{ながさか ゆか}さんの指導のもと、身体がより健康になるラジオ体操のコツを学びました。



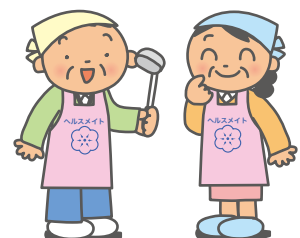
新しい仲間を募集しています！

多くの市民が食べることに興味を持ち、食改として仲間とともに楽しく学び、食に対する意識を高めていくことは、地域コミュニティの活性化や市民力を生かした健康づくりの実現につながります。

食を通じてボランティア活動などをはじめたい人、料理仲間を作りたい人、新しいことに挑戦してみたい人、まずは健康増進センターへご連絡ください。

☎048(473)3811

入会はいつでも
受け付けています！





主な支援策のご案内

新型コロナウイルス感染症に関する市や国などが取り組む主な支援策をご案内します。
詳しくは、市ホームページまたは各問合せ先にお問い合わせください。

問合せ先が志木市の支援策

※…地方創生臨時交付金対象事業

支援策	問合せ	
プレミアム付商品券※(発行:志木市商工会)	産業観光課	☎048(475)7360
生活困窮者自立支援金(相談9時~16時)	共生社会推進課 基幹福祉相談センター	☎048(456)5364 ☎048(456)6021
	社会福祉協議会	☎048(485)1177
生活福祉資金の特例貸付	社会福祉協議会	☎048(485)1177
住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金	住民税非課税世帯等臨時特別給付金室	☎048(456)5364
住居確保給付金(相談9時~16時、予約優先)	基幹福祉相談センター	☎048(456)6021
フードバンク事業(食料支援)※	基幹福祉相談センター	☎048(456)6021
低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金	子ども支援課	☎048(473)1784
介護保険料の減免	長寿応援課	☎048(473)1348
新型コロナウイルス感染症ワクチン接種	新型コロナウイルス感染症ワクチン 接種支援室	☎048(486)2950
国民健康保険料の減免	保険年金課	☎048(473)1645
傷病見舞金・傷病手当金の支給(国民健康保険)	保険年金課	☎048(473)1645
後期高齢者医療保険料の減免	保険年金課	☎048(456)5361
傷病手当金の支給(後期高齢者医療保険)	保険年金課	☎048(456)5361
国民年金保険料の納付困難時の臨時特例手続き	保険年金課	☎048(456)5360

問合せ先が国や県などの支援策

支援策	問合せ	
新型コロナワクチンに関する国への問合せ窓口	厚生労働省新型コロナワクチン コールセンター	☎0120(761)770
新型コロナワクチンに関する医学的な相談窓口	埼玉県の専門相談窓口	☎0570(033)226
新型コロナウイルス感染症に関する電話相談	県民サポートセンター	☎0570(783)770
受診先の確認・受診を迷う場合の電話相談	埼玉県受診・相談センター	☎048(762)8026
セーフティネット保証(4号・5号)	埼玉県信用保証協会	☎048(647)4716
雇用調整助成金	ハローワーク朝霞	☎048(463)2233
	コールセンター	☎0120(60)3999
新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金	新型コロナウイルス感染症対応休業 支援金・給付金コールセンター	☎0120(221)276
国民年金・厚生年金保険料の納付や手続きなど	川越年金事務所	☎049(242)2657

新型コロナワクチン接種はお済みですか

新型コロナウイルス感染症ワクチン接種支援室 ☎048(486)2950

ファイザー社ワクチン（12歳以上対象）は今後、国からの供給が予定されていないため、9月末で終了し、オミクロン株対応ワクチンへ移行する予定です。接種対象者でファイザー社ワクチンの接種を希望する人は、早めにご予約ください。なお、モデルナ社ワクチンは引き続き接種できます。

予約方法 電話またはインターネットから予約できます。予約の際は必ず、お手元に接種券を準備してください。

電話による予約：新型コロナワクチンコールセンター・予約センター ☎0120(022)090 ☎0570(080)830

▼受付：毎日9時～17時 ▼聴覚障がい者のみFAXで受け付けます。

インターネットによる予約：<https://vaccines.sciseed.jp/shiki-vaccine>

▼ほかの予防接種と同時に接種することはできません。また、ほかの予防接種との間隔は13日以上空けてください(季節性インフルエンザとの同時接種は可)。

▼新型コロナワクチン接種は、本人の意思と同意に基づいて、接種を受けるものであり、強制ではありません。



▲インターネット予約はこちら

オミクロン株対応ワクチンについて

現時点の国の意向では、新型コロナワクチンの1回目及び2回目の接種が完了した人を対象に行うことが想定されていますが、接種間隔や開始時期などが未定のため、国からの通知が届き次第、順次お知らせします。

市独自の原油価格・物価高騰支援策のご案内

市では、原油価格・物価高騰の影響を受けている市民生活と事業者を支援するため、市独自の緊急対策を実施しています(地方創生臨時交付金対象事業)。

支援策	問合せ
営農燃油等価格高騰対策支援金	産業観光課 ☎048(473)1136
貨物自動車運送事業者等支援金	産業観光課 ☎048(475)7360
公立小・中学校の給食費値上げ相当分の支援金	学校教育課 ☎048(456)5366
公立保育園の給食費値上げ相当分の支援金及び民間保育施設・幼稚園等の安定運営を目的とした支援金	保育課 ☎048(473)1689
生活困窮者に対する食支援	共生社会推進課 ☎048(456)5364
水道基本料金減免	上下水道総務課 ☎048(473)1299(代)

水道基本料金を6か月間減免します

上下水道総務課 ☎048(473)1299(代)

9月検針分から水道基本料金を6か月間減免します。減免期間中は検針票でお知らせします。なお、申請などは不要です。

減免額（支払1回あたり及び総額）

口径	2か月分	6か月分
13mm	1,210円	3,630円
20mm	1,914円	5,742円

▼検針票の通信欄に「水道基本料金【減免中】〇月検針分まで」と記載されます。

ご意見をお聞かせください



◀詳しくは、市ホームページをご覧ください。

個人情報保護に関する法律の改正に伴う志木市の考え方

令和5年4月1日の改正個人情報保護法の施行に伴い、現行の志木市個人情報保護条例を廃止し、新たに志木市個人情報の保護に関する法律施行条例を制定します。志木市の考え方について、皆様のご意見をお聞かせください。

募集期間 9月20日(火)まで(当日消印有効)

閲覧場所及び市民意見シートの配布場所 市政情報課、柳瀬川駅前出張所、志木駅前出張所、いろは遊学館、宗岡公民館、宗岡第二公民館、柳瀬川図書館、いろは遊学図書館

▼市ホームページからも考え方の閲覧及びダウンロードができます。

対象(意見を提出できる人) 市内に在住・在勤・在学する人及び事業者、納税義務者、意見公募手続に係る施策に利害関係がある人

提出方法 所定の市民意見シートに必要事項を記入のうえ、直接持参、郵送、FAXまたはメールで市政情報課へ

▼市ホームページや市公式LINE上に設けた専用フォームから意見を投稿することもできます。

▼お寄せいただいた意見などを集約した概要とともに、意見に対する市の考え方を公表します。

▼匿名による意見の提出や電話または来庁による口頭での申し出は受付できませんのでご了承ください。

担当・問合せ 市政情報課 ☎048(473)1110 ファク048(472)3766 ✉koho@city.shiki.lg.jp

みんなで守ろう！たったひとつのそのいのち 9月10日～16日は自殺予防週間です

健康増進センター
☎048(473)3811

うつ病について

自殺に至る多くの人は、健康問題だけでなく生活困窮や多重債務、過労や身近な人との死別、いじめや孤立などの悩みにより、心理的に追い詰められた結果、うつ病などの精神疾患を発症し、正常な判断ができない状態になることが分かっています。

うつ病は薬やカウンセリングなどで治療し、症状を改善することができますので、相談機関や医療機関につながる事がとても大切です。

当てはまるものはありますか？

- 楽しみや喜びを感じない
- 何か良いことが起きても気分が晴れない
- 趣味や好きなことが楽しめない

このような状態が2週間以上続いている人は、
うつ病の可能性あります。

ゲートキーパー～命の門番～

ゲートキーパーとは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切に関わることのできる人をいいます。

その役割は、「気づき」「傾聴」「つなぎ」「見守り」の4つです。

変化に気づく

家族や仲間の様子がいつもと違うときには、「どうしたの?」「大丈夫?」など、声かけが重要です。



耳を傾ける

本人の気持ちを尊重して、耳を傾けましょう。



あなたも今から ゲートキーパー

支援先につなげる

自分だけでは解決できないときは、いっしょに相談窓口に行くなど、早めに専門家につなぎましょう。



温かく見守る

専門家につなげた後も、温かく寄り添いながら見守りましょう。



認知症になっても自分らしく安心して住み続けられる「志木市」をめざして

長寿応援課 ☎048(473)1395

9月は世界アルツハイマー月間として、全世界的に認知症に関する普及啓発の取組が行われています。認知症は、近い将来、高齢者の5人に1人が発症すると予想されており、誰にでも起こりうる身近な病気です。

認知症とは？

脳が損傷を受けたり、働きが悪くなることで認知機能が低下し、さまざまな生活の難しさが現れる状態をいいます。大きく4つに分けられ、それぞれ症状に特徴があります。

アルツハイマー型認知症

もの忘れからはじまることが多く、段取りが立てられない、薬の管理ができないなど、以前できていたことができなくなるなどの特徴があります。

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血、脳動脈硬化などが原因で発症します。もの忘れや言語障がいなどの症状があり、早いうちから歩行障がいが出やすいという特徴があります。

レビー小体型認知症

見えないものが見える幻視や認知機能の激しい変動、筋肉のこわばりなどの症状が出ます。

前頭側頭型認知症

会話中に突然立ち去る、同じ行動を繰り返す、興奮しやすくなるなど、性格に変化が見られる症状があります。

認知症の簡単チェックリスト

<出典> (公財) 認知症予防財団 大友式認知症予測テスト

次の10項目の点数をつけてみましょう。(ほとんどない= 0点 ときどきある= 1点 頻繁にある= 2点)

質問事項	点数
1 1 同じ話を無意識に繰り返す	点
2 2 知っている人の名前が思い出せない	点
3 3 物のしまい場所を忘れる	点
4 4 漢字を忘れる	点
5 5 今しようとしていることを忘れる	点
6 6 器具の説明書を読むのを面倒がる	点
7 7 理由もないのに気がふさぐ	点
8 8 身だしなみに無関心である	点
9 9 外出をおっくうがる	点
10 10 物(財布など)が見当たらないことを他人のせいにする	点
合計	点

評価 0～8点= 問題なし 9～13点= 注意が必要 14～20点= 専門医などに診断を

市内合同認知症 SOS 声かけ模擬訓練を実施します

認知症になっても本人ができることは温かく見守り、苦手になった部分を周囲の人がさりげなく補うことで、穏やかに暮らすことができます。今年度は、市内5つの高齢者あんしん相談センターで同時に認知症の方に対し、声かけの模擬訓練を実施します。

とき 9月29日(木) 10時～11時45分

ところ・申込み 各高齢者あんしん相談センター

持ち物 筆記用具、飲み物、タオル、マスク

▼詳しくは、市ホームページでご確認ください。



▲平成31年度に実施した訓練の様子

75歳以上の医療費の窓口負担割合が変わります

保険年金課 ☎048(456)5361

今後、団塊の世代が75歳以上となりはじめるため医療費の増大が見込まれています。現在は、後期高齢者の医療費のうち、窓口負担を除いた約4割は現役世代の負担（支援金）となっていますが、現役世代の負担は、今後も増加していく見通しとなっています。

主な変更点

令和4年10月1日から、一定以上の所得のある主に75歳以上の人は、現役並み所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。変更対象となる人は、後期高齢者医療の被保険者全体のうち約20%の人です。

▼後期高齢者医療の被保険者には、65歳から74歳で一定の障害の状態にあると広域連合から認定を受けた人も含まれます。

保険証について

窓口負担2割の導入に伴い、令和4年度は有効期間の異なる保険証が2回送付されます。

1回目の茶色の保険証は7月に送付しました。2回目のピンク色の保険証は9月末までに送付します。

茶色の保険証の有効期間は令和4年9月30日までです。令和4年10月1日からはピンク色の保険証をお使いください。

▼詳しくは、厚生労働省コールセンターまたは埼玉県後期高齢者医療広域連合コールセンターにお問い合わせください。

埼玉県後期高齢者医療広域連合コールセンター

受付 月～金曜日 8時30分～17時15分（祝休日を除く・11月末まで）

連絡先 ☎0120(085)950

厚生労働省コールセンター

受付 月～土曜日 9時～18時（祝休日、年末年始を除く）

連絡先 ☎0120(002)719



▲後期高齢者医療広域連合ホームページ

窓口払い無料化の医療機関が県内全域に拡大します

子ども医療費：子ども支援課 ☎048(473)1784

重度心身障がい者医療費：共生社会推進課 ☎048(456)5363

6市1町の医療機関が対象であった通院費の窓口払い無料化が、県内全域の入・通院費へ拡大します。

窓口払い無料化とは、受診する際に健康保険証と受給者証を医療機関に提示することで、原則医療保険制度が適用される一部負担金の医療費を支払うことなく医療サービスを受けることができるものです。

対象医療費と変更時期

対象医療費	変更時期
子ども医療費	令和4年10月1日
重度心身障がい者医療費（後期高齢者医療制度加入者は対象外）	令和4年10月1日
ひとり親家庭等医療費	令和5年1月1日

▼令和4年9月下旬（ひとり親家庭等医療費は12月下旬）に新しい受給者証を送付しますので、古い受給者証は破棄し、新しい受給者証を使用してください。

対象医療機関

現行	変更後
6市1町の医療機関（志木市、朝霞市、新座市、和光市、富士見市、ふじみ野市、三芳町）	埼玉県内の医療機関

注意事項

- 医療機関によっては窓口払い無料化に対応していない場合があります。
- 1医療機関で1か月あたりの保険診療一部負担金の合計が21,000円以上になった場合は、償還払いとなります。
- 市から転出されるなど、資格が喪失した場合には必ず受給者証を返還してください。



! 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントなどが中止・延期となる場合があります。詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

募集

介護予防教室利用者募集

市内を2地区に分けて受付します。
利用を希望する会場の担当受託事業者へ直接お申し込みください。



▼市では申込みを受け付けていません。

内 シニア体操・脳リフレッシュ教室(1回90分・全10回) …ロコモ予防、骨折・転倒予防と脳トレなどの認知症予防をメインとした複合的トレーニング

対 次のいずれかに該当する人

- ・65歳以上で、市の介護保険に加入し、要支援・要介護認定を受けていない人、または総合事業対象者ではない人
- ・65歳以上で、市の介護保険に加入し、認知症の診断を受けていない人、または認知症の治療中ではない人

申 9月12日(月)までに、利用を希望する会場の担当受託事業者へ

▼利用回数は、年間1回のみ参加できます。

▼定員を超えた場合は、新規申込者を優先し、抽選とします。

▼やむを得ない場合を除き、キャンセルはしないようにお願いします。

問 長寿応援課 ☎048(473)1395

● 宗岡地区

	とき		ところ	定員	担当受託事業者(申込先)
月曜日	10月3日・17日・24日・31日	10時～ 11時30分	宗岡公民館	15人	ALSOK介護(株) ☎048(449)7711 ▼受付:10時～17時(土・日曜日、祝 休日を除く)
	11月7日・14日・21日・28日				
	12月12日・19日				

● 志木地区

	とき		ところ	定員	担当受託事業者(申込先)
木曜日	10月6日・13日・20日・27日	10時～ 11時30分	市民体育館	30人	セントラルスポーツ(株) ☎03(5543)1888 ▼受付:10時～17時(土・日曜日、祝 休日を除く)
	11月10日・17日・24日				
	12月1日・8日・15日				

1本からでも

植木スツキリ

心地よいお庭に!
有資格者の「プロ」が対応!

樹木の…
 剪定(風通しの良いスッキリした形に)
 伐採(屋根くらい高い木も大丈夫)
 消毒(大切な庭木を病気・害虫から守る)

(代表) 大柳里志
私が伺います

植木屋のOh!ヤナギ屋
 富士見市水谷東3-37-14
 (志木市役所の裏です)

連絡先 **070-2834-5882**

植栽 / 生芝・人工芝張り / 竹垣根 / 門松
 庭石・レンガ・コンクリート洗浄
 砂利敷 / 防草シート / 車止めポール etc

完全個別なのに通い放題の塾

浦上松陰塾

無料体験実施中!
お問い合わせください。

志木市上宗岡5-20-30
☎0120-792-808
showin@uragami-juku.com
<https://showin-juku.jp/uragami/>

Showin
ショウイン



! 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントなどが中止・延期となる場合があります。詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

募集

ファミリー・サポート・センター会員募集

子育ての援助を受けたい人(お願い会員)と援助を行う人(まかせて会員)の会員組織です。

センターが条件や要望にあった会員同士を紹介し、子育ての援助をしてほしい人の家庭を支援します。

● お願い会員入会説明会

日 9月9日(金)・17日(土)、10月7日(金) 10時~11時

▼ 1回の受講で登録できます。

▼ 出席できない場合はご相談ください。

▼ まかせて・両方会員の講習会は、11月を予定しています。

場 市役所

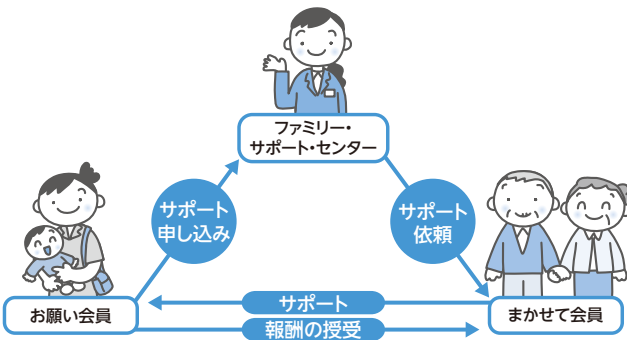
対 市内在住・在勤の人

持 保護者の写真2枚(縦3cm×横2.5cm、スナップ写真可)

保 要予約

申問 各日程の前日13時までに電話で、ファミリー・サポート・センター(子ども支援課内)へ

☎048(473)1125



軽自動車税(種別割)納税通知書用封筒 有料広告の募集

軽自動車税納税通知書用封筒は、多くの皆さんが目にする広告媒体なので、高い宣伝効果が期待できます。

企業や事業所の皆さん、会社やお店を効果的に宣伝するために、広告を掲載してみませんか。

広告媒体 軽自動車税(種別割)納税通知書用封筒

掲載期間 約1年間

掲載規格(1枠) 縦7cm×横7.5cm

印刷枚数 約1万枚

募集枠 裏面2枠(令和5年2月印刷予定)

掲載料(1枠) 30,000円

申問 10月31日(月)までに広告掲出申込書、確認書を直接、課税課へ ☎048(473)1126

▼ 広告掲出申込書、確認書は市ホームページからダウンロードできます。

イベント

文化財を見に行こう

● 郷土資料館(中宗岡3-1-2)

歴史資料や民俗資料を展示しています。

開館時間 9時30分~16時30分

▼ 駐車場については、お問い合わせください。

休館日 月曜日、9月20日(火)

▼ 9月19日(月)は開館

郷土資料館 ☎048(471)0573

● 埋蔵文化財保管センター(柏町1-20-19)

市内で出土した土器や石器などを展示しています。

開館時間 9時~17時

休館日 土・日曜日、祝休日

問 埋蔵文化財保管センター ☎048(473)8157

市民葬儀委託指定葬儀社

M 宗岡セレモニー

(宗岡セレモニーホール内)

お見積もり相談は
いつでも お気軽にどうぞ **保冷安置室有**

「宗岡」バス停下車 徒歩2分

志木市下宗岡 2-21-32

048-483-5066

www.munekaseremo.com

市民葬指定葬儀社

葬儀は信用と信頼の(株)アトラス

安心価格の「志木市民葬」「家族葬」のご提案

24時間対応 0120-40-1059

事前相談・見積無料。



家族葬ホール・霊安室完備

朝霞市浜崎3-17-30 **志木アトラス** で検索

www.atlas-sougi.co.jp

日…とき 場…ところ 内…内容 対…対象 定…定員(原則、申込み多数の場合は抽選) 費…費用(記入のないものは無料) 講…講師
持…持ち物 主…主催 期…申込期間 保…保育 申…申込み 問…問合せ F…FAX E…Eメール HP…ホームページ

国指定重要有形民俗文化財 「志木の田子山富士塚」公開日(登山日)

日 9月2日(金)・5日(月)・8日(木)・11日(日)・14日(水)・17日(土)・20日(火)・23日(金)・28日(水)、10月1日(土)・4日(火)・7日(金) 10時～15時

▼天候や塚の状態によって、公開が中止になる場合があります。

場 田子山富士塚(敷島神社境内)

主 田子山富士保存会(志木市商工会館内)

☎048(471)0049

▼説明ガイドを希望する場合は、ご連絡ください。



生活講座 暮らしにみどりを!「苔玉作り」

苔玉に季節の植物を植え、オリジナルの作品を作ります。

日 9月24日(土) 13時～15時

場 宗岡公民館

対 一般成人

定 12人(先着順)

費 2,000円

講 大島 恵さん(グリーンアドバイザー)

持 マスク、手ふきタオル

申 9月10日(土)から参加費を持参のうえ、直接、宗岡公民館へ ☎048(472)9321

みんなのいばしょ!さんまあるカフェ

毎回楽しいプログラムを用意しています。9月は、ハロウィンかざりを作ります。詳しくは、NPO 法人志木子育てネットワークひろがる輪ホームページをご確認ください。

日 9月22日(木) 9時30分～11時30分

場 柳瀬川図書館

対 子育て中の親子など

定 10組(先着順)

主 NPO 法人志木子育てネットワークひろがる輪

申 当日の9時から11時までに電話で、NPO 法人志木子育てネットワークひろがる輪へ

☎080(6800)4835

問 子ども支援課 ☎048(456)5362



◀ NPO 法人志木子育てネットワークひろがる輪ホームページ

第3回はじめてのスマホ体験講座

日 10月18日(火) 10時～12時

場 いろは遊学館

内 基本的な使い方、日常でよく使われる機能の解説

対 市内在住の人

定 20人

▼参加決定の可否を申込者全員にハガキでお知らせします。

持 筆記用具

▼スマートフォンは、参加者分用意します。

申 10月11日(火)までに電話で、デジタル推進課へ ☎048(473)1291

お部屋のリフォームしませんか？

張替のご用命はぜひ！ 当店へ
襖、障子、壁紙(クロス)
床 (クッションフロア・ジュウタン)

吉田表具店

TEL 472-9514

090-8589-3442

志木市中宗岡2-17-41

あなたの不安を安心に



上野税理士事務所

TEL 048-472-4802

「税」に関する事、ご相談承ります

志木市館 2-6-11 304A <http://utf.tkcfnf.com>

! 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントなどが中止・延期となる場合があります。詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

イベント

おやこ広場

親子で楽しく遊びながら仲間作りをします。

- 日** 9月29日、10月6日・13日・20日・27日の各木曜日
10時～11時
- 場** 宗岡公民館
- 対** 1歳～3歳未満の子どもと保護者
- 定** 10組(先着順)
- 持** マスク、飲み物
- 申問** 9月22日(木)までに電話または直接、宗岡公民館へ
☎048(472)9321

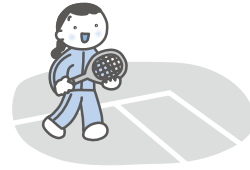
パン教室～米粉で作るおかしなパン～

米粉を使ったパン作りをします。

- 日** 10月1日(土) 9時30分～11時30分
- 場** 宗岡第二公民館
- 対** 小学1年生～18歳未満の子ども
- 定** 16人
- ▼参加決定者にハガキを送付
- 費** 450円
- 講** 前田 純子さん(ママごとキッチン)
- 持** エプロン、三角巾、手ふきタオル、参加費
- 主** 児童センター
- 申問** 9月3日(土)から18日(日)までに申込書を提出または保護者による電話で、児童センターへ
☎048(485)3100
- ▼9月12日(月)は15時から17時までの受付
- ▼申込書は児童センターで配布します。

市民テニス大会

- 種目** 一般：男子ダブルス・女子ダブルス
- 日** 10月2日(日) 8時45分～
- 場** 秋ヶ瀬総合運動場テニスコート・運動公園テニスコート
- 対** 市内在住・在勤・在学・在クラブの人
- 申問** 9月11日(日)までに、申込書を生涯学習課、市民体育館、秋ヶ瀬スポーツセンターに提出、またはFAXで生涯学習課へ
☎048(473)1183 F048(474)4462



志木市スマホ体験教室

- 日** iPhone：10月4日(火)
①10時30分～11時30分 ②11時30分～12時30分
Android：10月14日(金)
①10時30分～11時30分 ②11時30分～12時30分
- 場** iPhone：柳瀬川図書館
Android：西原ふれあいセンター
- 内** ①入門座学、地図、カメラ、音声アシスタント、電話
②アプリの入れ方、LINE
- 対** 市内在住の人
- 定** 各回20人(参加決定の可否を申込者全員にハガキでお知らせします)
- 持** 筆記用具
- ▼スマートフォンは、参加者分用意します。
- 申問** iPhoneは9月16日(金)から27日(火)まで、Androidは9月26日(月)から30日(金)までに電話で、デジタル推進課へ
☎048(473)1291
- ▼申込みの際に、参加希望日時と内容をお伝えください(①・②どちらか、または両方)。

相続 遺言 後見

～お気軽にご相談ください～

松島行政書士事務所 行政書士 松島 明子

☎048-424-4171

☎080-3431-6033

<http://www.matsu-gyosei.com/>

〒353-0003 志木市下宗岡 4-16-10
営業時間 9:00～17:00 ○土日祝日等○時間外要相談

相続・贈与・遺言書作成
不動産登記・会社設立・商業登記
過払い金請求・裁判所関係書類作成

三浦司法書士事務所
司法書士 三浦和子

☎048(471)5559

相談無料 お気軽にご相談ください

営業時間 平日9:00～17:00
〒353-0004 志木市本町一丁目4番23号

日…とき 場…ところ 内…内容 対…対象 定…定員(原則、申込み多数の場合は抽選) 費…費用(記入のないものは無料) 講…講師
持…持ち物 主…主催 期…申込期間 保…保育 申…申込み 問…問合せ F…FAX E…Eメール HP…ホームページ

異文化交流会「世界の人たちとハロウィンタイム2022」

- 日 10月15日(土) 14時30分～15時20分
- 場 宗岡第二公民館
- 内 ささまざまな国の人たちといっしょに遊びを通して交流します
- 対 年中児～小学2年生
- ▼ 就学前の子どもは保護者同伴
- 定 15人
- ▼ 参加決定者にハガキを送付
- 費 150円
- 講 荻島 亜紗美さん(NPO 団体志木国際交流会)
- 主 児童センター
- 共催 宗岡子育て支援センター
- 申問 9月19日(月)から10月2日(日)までに申込書を提出または保護者による電話で、児童センターへ
☎048(485)3100
- ▼ 申込書は児童センター、宗岡子育て支援センターで配布します。

講座

聞こえない人の気持ちを考える講座

- 聞こえない人のお話、ミニ手話体験を通して、聞こえない人の気持ちに寄り添う講座をオンライン(Zoom)で開催します。手話通訳・要約筆記などが必要な人は会場での受講もできます。
- 日 9月10日(土) 14時～15時
 - 場 総合福祉センター
 - 対 どなたでも
 - 定 20人
 - 講 志木市聴覚障害者の会
 - 主 社会福祉協議会

- 申問 9月7日(水)までに電話またはメールで、社会福祉協議会へ
☎048(474)6508 E vc@shiki-syakyo.or.jp

就職支援セミナー

- あなたの興味や大切にしたい価値観、これまでの経験を整理してみましょう。
- 日 9月21日(水) 10時～12時
 - 場 いろは遊学館
 - 対 就職を希望する女性
 - 定 20人(先着順)
 - 保 生後6か月以上(定員10人)
 - ▼ 保育サービスを利用する場合は、おむつ、おもちゃなどを持参ください。
 - 主 志木市、新座市、埼玉県
 - 申問 9月1日(木)から電話で、産業観光課へ
☎048(475)7360

サロン・ド・もくせい

- 日 9月30日(金) 14時～15時(13時50分開場)
- 場 志木ニュータウン・ペアクレセント2階 スペース IMA
- ▼ 当日、直接会場へお越しください。
- 内 食についての相談とおしゃべり会
プチ講座「知っていますか? 成年後見人」
- 定 7人(先着順)
- 費 300円
- 講 秋浦 良子さん(司法書士)
- 主 スマイルしき(しよく(食・職)場づくりサポーター)
- 問 健康政策課 ☎048(473)1674

出会いをつなぐ
志木「縁結び」結婚相談所

入会金・登録料 40,000円
月会費 5,000円

埼玉県志木市下宗岡 2-21-32
株式会社 宗岡(宗岡セレモニーホール内)
携帯:070-3525-1833(金子)
HP: https://shiki-enmusubi.com

詳しくはHPをご覧ください。お電話でも承ります。

INR 株式会社 日本仲人連盟 加盟

お家のことならお任せください

お見積無料・即日対応
安心できる増改築相談員
各種助成金対応

お困りごとございませんか?
・屋根・塗装・防水・外構・大工・内装
・各種リフォーム工事、その他ご相談承ります。

平成建設
埼玉県志木市中宗岡 2-17-44-201
TEL/FAX 048-234-9404

⚠ 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントなどが中止・延期となる場合があります。詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

講座

【志木市×大東ガス株式会社食育連携事業】 大東ガスプチフラム料理教室

- 日 9月30日(金) 10時30分～13時30分
 場 大東ガスプチフラム志木(志木駅東口徒歩30秒)
 内 おいしく減塩! 「減らソルト」料理講座
 玉葱アボカドご飯、鶏野菜カレー南蛮、甘酒レモン
 スカッシュ
 対 市内在住の人
 定 4人
 費 1,200円
 講 かわごえ 直子さん(料理研究家)
 申 9月16日(金)までに大東ガス WEB サイトまたは直
 接、大東ガスプチフラム志木へ
 問 健康政策課 ☎048(473)1674



◀大東ガス WEB サイト

しょく(食・職)場づくり講座

- 料理や健康に関心のある人、これから地域で活動をはじめたい人大歓迎です。
 日 ①9月23日(金) 10時30分～12時30分
 ②10月6日(木) 10時30分～12時30分
 場 いろは遊学館
 内 ①自分でご飯を作ってみよう! 石焼き風ビビンバで
 おうちパーティー
 ②一緒につくって楽しい! 集いのお楽しみレシピ

- 対 ①小学4～6年生 ②どなたでも
 定 ①16人 ②20人
 費 ①500円 ②600円
 講 ①しょく(食・職)場づくりサポーター、健康政策課
 管理栄養士
 ②健康政策課管理栄養士
 持 各開催日の3日前までにお知らせします
 申 各講座の一週間前までに、下記の申込みフォームま
 たは電話、FAX、メールでお申し込みください。
 ▼メールまたはFAXの場合は氏名・お住まいの地区・
 連絡先・参加希望日を記入のうえ、送信してください。
 問 健康政策課 ☎048(473)1674
 F 048(474)4462
 E syokuba@city.shiki.lg.jp



◀申込みフォーム

聞いてみよう!やってみよう! 子ども食堂ボランティア

- 子ども食堂の基本やボランティアの心得を学ぶ講座
 を実施します。
 日 9月27日(火) 10時～11時45分
 場 総合福祉センター
 対 市内在住の人
 定 20人(先着順)
 講 (一社)埼玉県子ども食堂ネットワーク
 持 筆記用具
 主 社会福祉協議会
 申問 9月20日(火)までに電話で、社会福祉協議会へ
 ☎048(474)6508

『庭木1本から剪定いたします』



あきら造園

『お庭・ガーデニングの事なら
何でも、お気軽にご相談ください』

- 1級造園施工管理技士
- 1級造園技能士 ●樹木医

代表 伊東 晃
富士見市針ヶ谷2-11-2

0120-028-350

減もミスもかわせりプロアップ! 治療ベースの
メディカルエステを
ご期待ください

接骨院で!

フェイシャル・エステ

料金 ¥3,000/1回
回数券もございます。(3回・5回)
(特典付き)

TEL 048-470-5112
月曜～金曜: 8:30～12:00 15:00～20:00
土曜: 8:30～14:00 ●日曜・休日・祝日不定休
070-8330-1894 (フェイシャル
予約専用)

Address 志木市柏町6-29-64 エムエムビル1F

柏町接骨院
SHIKI CHIROPODIA & ESTHETIC

日…とき 場…ところ 内…内容 対…対象 定…定員(原則、申込み多数の場合は抽選) 費…費用(記入のないものは無料) 講…講師
持…持ち物 主…主催 期…申込期間 保…保育 申…申込み 問…問合せ F…FAX E…Eメール HP…ホームページ

親向け講座 ネットが与える子どもの健康被害

生まれたときからインターネットが身近にある子どもたち。インターネットを利用する機会が増え、さまざまな問題も発生しています。

デジタル機器による健康被害を知ること、どんな方法で子どもを守るかいっしょに考えましょう。

日 9月27日(火) 10時～12時

場 いろは遊学館

対 未就学児の保護者

定 30組

講 笠松 直美さん(NPO 法人地域教育ネットワーク代表理事)

持 筆記用具

保 要予約(5組、同室保育)

申問 9月13日(火)までにメール、電話または直接、生涯学習課へ ☎048(473)1134

E syogai@city.shiki.lg.jp



◀メールの作成はこちら

ベビーサイン

日 9月27日(火) 10時30分～11時、11時15分～11時45分

場 宗岡子育て支援センター

内 親子でベビーサイン体験

対 6か月以上1歳6か月未満の子どもと保護者

定 各回5組

▼参加決定者にハガキを送付します。

費 100円

講 小島 優衣さん

主 宗岡子育て支援センター

申問 9月7日(水)から18日(日)までに電話または直接、宗岡子育て支援センターへ

☎048(485)3102

▼9月12日(月)は15時から17時までの受付

やる気をひきだす子育て練習法 「叱るのは逆効果!」(全6回)

知って実践すると、心がどんどん軽くなる子育てのコツを、仲間といっしょに学びませんか。

日 9月27日、10月11日・25日、11月15日・22日、12月6日の各火曜日 10時～11時30分

場 柳瀬川図書館

対 市内在住・在勤の人

定 8人

持 筆記用具

保 要予約(対象：2歳以上の未就学児)

申問 9月20日(火)までに電話または直接、子どもと家庭の相談室へ ☎048(476)2330



親切第一・市民葬儀



◎冷蔵安置室→無料
◎寝台車→24時間手配

サンレイ

志木市上宗岡 1-18-32

0120-030-530

命を守る水
社会を守る水
見つめつけます

アクアイースト(株)
URL www.aqua-east.co.jp
志木市上宗岡2-20-31
TEL048-475-1511

AQUA EAST

講座

手話奉仕員養成講習会入門課程(全20回)

手話を学び、聴覚障がいへの理解と認識を深めるための入門手話講習会を開催します。

日 9月28日から令和5年3月8日までの毎週水曜日
19時～21時

▼ 10月26日、11月23日、12月28日、令和5年1月4日を除く

場 いろは遊学館

▼ 一部市民会館に変更する場合があります。

対 市内在住・在勤・在学の人

定 20人

費 3,240円

主 社会福祉協議会

申問 9月21日(水)までに電話で、社会福祉協議会へ
☎048(474)6508



創業スクールを開催します(全8回)

市の創業支援事業の一環として創業スクールを開催します。

日 9月30日(金)、10月1日(土)・6日(木)・11日(火)・13日(木)・20日(木)・25日(火)・27日(木)
18時30分～20時30分

場 志木サテライトオフィスまたは自宅から Zoom で参加

対 創業に興味のある人

定 5人

費 33,000円

講 柴田 郁夫さん

持 筆記用具

主 (一社)地域連携プラットフォーム

申問 9月28日(水)までに電話または FAX で、(一社)地域連携プラットフォームへ

☎048(476)4600

F 048(476)4607

おんどり料理教室 ～男のクッキング～(全6回)

料理の基本技術と基礎知識を修得できるように調理実習を行います。

日 10月1日・8日、11月5日・12日、令和5年1月21日、2月25日の各土曜日 10時～13時

場 いろは遊学館

対 高校生以上の男性

定 10人(先着順)

費 各回500円

持 タオル、ふきん、バンダナ、エプロン、筆記用具、持ち帰り用の容器

共催 おんどりクラブ、いろは遊学館

申問 9月10日(土)から電話または直接、いろは遊学館へ
☎048(471)1297

第3回ひとり親のためのパソコン教室(全2回)

日 10月5日(水)・6日(木) 10時30分～15時30分

場 坂戸市文化施設オルモ(坂戸市芦山町1-2)

▼ 東武東上線「北坂戸」東口徒歩1分

内 ワードかエクセルのコースを選択し、レベルに応じたパソコン技能を習得

ワードコース：ワードの基本操作(文字入力、ビジネス文書の作成、書式の設定、表の作成、図形処理など)を学習

エクセルコース：エクセルの基本操作(データ入力・編集、表の作成、表計算、データベース機能、シートの操作など)を学習

対 ひとり親家庭の親または寡婦

定 20人

費 800円

申問 9月16日(金)(必着)までに、メールまたは往復ハガキ(1人1枚)に①「パソコン教室(第3回)」、②郵便番号・住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号を記入のうえ、(公財)埼玉県ひとり親福祉連合会へ

☎048(822)1951

E info@saiboren.or.jp

〒330-0074

さいたま市浦和区北浦和5-6-5

埼玉県浦和合同庁舎内

(公財)埼玉県ひとり親福祉連合会

日…とき 場…ところ 内…内容 対…対象 定…定員(原則、申込み多数の場合は抽選) 費…費用(記入のないものは無料) 講…講師
 持…持ち物 主…主催 期…申込期間 保…保育 申…申込み 問…問合せ F…FAX E…Eメール HP…ホームページ

ボランティア養成講座(全4回)

聞く力を磨き、豊かなコミュニケーション力を養うための講座です。ボランティアとして活動したい人は、ぜひご参加ください。

日 10月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)
 10時～12時30分

場 スペース・わ(館2-7-3 ペアも～る商店街内)

対 原則として上記4日間すべて受講できる人

定 9人(先着順)

講 横山 貴美子さん(話し相手ボランティア支援員)

主 ダリアの会

申問 9月14日(水)から28日(水)までに電話で、スペース・わへ ☎048(487)3771

▼ 木・日曜日を除く

健康

育児サポート事業

内 助産師、ホームヘルパーによる育児や家事のサポート

対 産後1年以内の産婦で、産後に心身の不調または育児不安があり、子育てが困難な人

▼ 自己負担あり(生活保護世帯の人を除く)

申問 利用希望者は、事前審査などがありますので、早めに健康増進センターへ

☎048(473)3811



おっぱいケア訪問

内 助産師の家庭訪問によるおっぱいケアや授乳に関する相談

対 産後90日以内の産婦

利用回数 2回まで

費 1回500円(生活保護世帯の人を除く)

申問 産後80日までに直接、健康増進センターへ

☎048(473)3811

こんにちは赤ちゃん訪問事業

助産師・保健師による新生児訪問、母子保健推進員による乳児訪問

対 生後4か月までの赤ちゃんとそのご家族

▼ 出生連絡票のハガキと、出生届出時に記入する「こんにちは赤ちゃん訪問カード」をもとに訪問します。お急ぎの人は、健康増進センターまでご連絡ください。

問 健康増進センター ☎048(473)3811

朝霞地区4市特定健診受診率向上 キャンペーンin志木市 ～受けて見つけよう!未来のあんしん～

朝霞地区4市の国民健康保険加入者の医療費の状況や特定健診・特定保健指導について、分かりやすく解説したポスターを展示します。

日 9月12日(月)～16日(金)

場 市役所4階展望ロビー

問 健康政策課 ☎048(473)1674

フレイルの状態を確認してみませんか?

加齢により心身の活力が低下し、要介護状態になる危険性が高まった状態を「フレイル」といいます。

簡単な質問票や測定により、自身のフレイルの状態を確認することができます。

フレイルの兆候に早く気づき、日々の生活習慣を見直したり、意識することが大切です。

	とき	ところ
9月	5日(月)	市民体育館
	16日(金)	総合福祉センター
10月	6日(木)	第二福祉センター
	13日(木)	宗岡公民館
11月	17日(月)	市民体育館
	10日(木)	総合福祉センター
12月	17日(木)	市民会館
	2日(金)	市民体育館
	9日(金)	市民会館
	15日(木)	宗岡公民館

▼ 各回13時30分から15時30分

対 おおむね65歳以上の人

定 15人(先着順)

申問 開催日の前日までに電話または直接、長寿応援課へ
 ☎048(473)1395

⚠ 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントなどが中止・延期となる場合があります。詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

正社員就職への支援説明会

就職活動に役立つセミナー、就活イベントなどの有効活用情報が満載です。

日 9月13日(火)～15日(木) 13時30分～15時30分

場 ウェスタ川越(川越市新宿町1-17-17)

対 おおむね35歳以上55歳未満で正社員就職を希望する人

定 15人

主 埼玉労働局

申問 下記の就職応援特設サイトまたは電話でキャリアバンク株式会社さいたまオフィスへ

☎048(711)2209



◀就職応援特設サイト

消費税のインボイス制度説明会

令和5年10月から開始する消費税のインボイス制度の概要や消費税の基本的な仕組みについての説明会を、毎月2回程度開催します(事前登録制、先着順)。

場 朝霞税務署

問 朝霞税務署 ☎048(467)2211

▼開催情報は、国税庁ホームページをご覧ください。

▼新型コロナウイルス感染症の感染状況により、説明会の開催が延期または中止となる場合があります。



◀国税庁ホームページ

都市計画変更の構想の閲覧 都市計画に関する公聴会

県が決定する都市計画の変更案を作成するにあたり、都市計画変更の構想(原案)の閲覧及び公聴会を開催します。

●都市計画変更の構想(原案)の閲覧

日 9月20日(火)～10月4日(火) 8時30分～17時15分

▼土・日曜日、祝休日を除く

場 県都市計画課、朝霞県土整備事務所、市都市計画課

▼原案は、県ホームページでも閲覧できます。

●公述の申し出

対 市内に住所を有する個人及び法人

申 10月4日(火)までに公述申出書に必要事項を記入のうえ、郵送または直接、県都市計画課へ

●都市計画に関する公聴会

日 11月2日(水) 10時～

▼公述の申し出がない場合は、開催を中止します。

場 いろは遊学館

内 ①志木都市計画都市計画区域の整備、開発及び保全の方針の変更

②志木都市計画区域区分の変更

●共通

問 県都市計画課 ☎048(830)5341



◀県ホームページ

親族後見人のための交流会

親族後見人同士の交流会です。後見活動の疑問に専門職が助言をします。

日 9月27日(火) 14時～15時30分

場 市役所

対 親族後見人(保佐人・補助人)となっている市内在住の人、被後見人などが市内在住の親族後見人

定 10人

講 林 真由美さん(弁護士)

主 基幹福祉相談センター

申問 9月1日(木)から21日(水)までにメール、電話または直接、後見ネットワークセンターへ

☎048(456)6021

E kikan-soudan@shiki-syakyo.or.jp

全国一斉司法書士による手続支援のための 養育費相談会

埼玉青年司法書士協議会は、全国青年司法書士協議会と共催で、養育費に関する無料の電話相談会を開催します。養育費でお悩みの人は、ぜひご相談ください。

日 9月25日(日) 10時～16時

電話相談ダイヤル ☎0120(567)301

問 埼玉青年司法書士協議会 ☎048(473)1323

税金・保険料の納付のお願い

9月30日(金)は、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料第3期の納期限です。お忘れのないようご注意ください。

なお、口座振替をご利用の人は、納期限前日までに口座への入金をお願いします。また、クレジット納付やスマートフォン決済をご利用の人は、納期限までに入力処理をお願いします。

問 収納管理課 ☎048(456)5368

令和4年度無料調停手続相談会

調停手続について、裁判所の調停委員が相談に応じます。

日 10月1日(土) 10時～16時

▼ 受付：15時30分まで

▼ 当日、直接会場へお越しください。

場 埼玉県民健康センター(さいたま市浦和区仲町3-5-1)

内 近隣関係、金銭貸借などの民事問題、夫婦関係や遺産相続などの家事問題に関する調停手続きについての相談

対 民事上・家事上のトラブルで困っている人

主 さいたま調停協会

問 調停手続相談会事務局 ☎048(865)7013

▼ 月・水・金曜日の10時から16時まで(祝休日を除く)

市民合同相談

行政相談週間に伴い市民合同相談を専門の相談員により行います。

日 10月4日(火) 10時～12時、13時～15時

場 市役所

内 行政相談、法律相談、人権相談、女性相談、男性相談、司法書士相談、消費生活相談、健康相談、福祉の相談

▼ 法律相談、司法書士相談、女性相談、男性相談は予約が必要です。

問 総合窓口課 ☎048(473)1495

介護に関する入門的研修(全4回)

日 11月1日(火)・2日(水)・4日(金)・7日(月)

9時30分～16時30分

▼ 受付：9時～

場 新座市役所

対 市内在住の18歳以上で介護への関心、働く意欲があり、4日間の研修に参加できる人

定 30人

持 筆記用具

申問 9月1日(木)から30日(金)までに、申込書をFAXまたは郵送で、(株)シグマスタッフ大宮支店へ

☎048(782)5173 F048(782)5175

〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町1-9-1三谷ビル7階

▼ 申込書は、長寿応援課、柳瀬川駅前出張所、志木駅前出張所、各高齢者あんしん相談センター、各福祉センター、各公民館で配布します。

9月の水道緊急修理当番店

日 当番日の6時～翌日6時

内 蛇口を閉めても水が止まらない、水道管から水が漏れるなど

費 有料

当番日				工事店	電話
9/1	12	23	4	明央産業(株)	☎048(473)5321
2	13	24	5	(有)三枝鉄工所	☎048(471)0076
3	14	25	6	ラインファミリー(株)	☎0120(55)8776
4	15	26	7	(株)上原水道	☎048(471)2339
5	16	27	8	東洋アクア工業(株)	☎048(423)9922
6	17	28	9	(株)伊東土木	☎048(476)2211
7	18	29	10	(株)タニムラ設備	☎048(487)2563
8	19	30	11	(有)三枝鉄工所	☎048(471)0076
9	20	10/1	12	(有)篠田設備	☎049(252)0858
10	21	2	13	(株)細田管工	☎048(473)7232
11	22	3	14	ライフアップ住設(株)	☎049(262)4454

▼ 集合住宅などの場合は、まずは管理会社などにご相談ください。

● 宅地以外(道路など)の漏水

アクアイースト株式会社

☎0120(992)366

● 給水装置工事事業者の指定

(有)伊藤設備工業所(令和4年7月1日付)

(株)HONUA(令和4年7月1日付)

問 水道施設課 ☎048(473)1299(代)

⚠ 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントなどが中止・延期となる場合があります。詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

令和4年就業構造基本調査を実施

総務省統計局では、日本の就業・不就業の実態を明らかにすることを目的に、就業構造基本調査を実施します。

この調査は、統計法に基づく基幹統計調査として国が実施する重要な統計調査です。調査へのご協力をお願いします。

また、調査はパソコンやスマートフォンを使った、インターネットでの回答ができます。詳しくは、総務省統計局ホームページをご覧ください。なお、インターネットからの回答は、通信を暗号化のうえ、不正なアクセスなどを24時間監視しています。回答データは厳重に守られていますので、安心してご回答ください。

調査基準日 10月1日(土)

▼ 9月下旬に調査員が、調査をお願いする世帯に調査書類を配布します。

調査対象者 全国の約54万世帯、その世帯に住んでいる15歳以上の世帯員約108万人

▼ 対象者は、統計理論に基づき無作為に選ばれます。

主 総務省統計局

問 調査内容に関する問合せ：

就業構造基本調査専用コールセンター

☎0570(01)7139

調査員に関する問合せ：

行政管理課 ☎048(473)1113



◀総務省統計局ホームページ

働き方改革推進期間

埼玉県公労使会議では、7月から11月までを「働き方改革推進期間」とし、下記のことに取り組みます。

- ・ 期間中、毎月第1・3水曜日を県内一斉ノー残業デーとします。
- ・ 期間中、5日以上有給休暇取得を促進します。
- ・ 他社へ発注する際は、短納期の設定や急な仕様変更を行わないよう呼びかけます。

問 県多様な働き方推進課

☎048(830)3963

すてるな!するな!動物虐待! ペットの遺棄・虐待は犯罪です

9月21日(水)から30日(金)は、「愛護動物の遺棄等虐待防止旬間」です。

動物の虐待、遺棄は1年以下の懲役または100万円以下の罰金刑に処せられます。

適正飼養 動物の習性、年齢、大きさなどに適した方法や環境で飼いましょう。

終生飼養 最後まで愛情と責任を持って飼いましょう。

繁殖制限 子犬や子猫が飼えない場合は、不妊・去勢手術をしましょう。

問 犬に関する相談：

埼玉県朝霞保健所 ☎048(461)0468

猫に関する相談：

埼玉県動物指導センター南支所 ☎048(855)0484

住宅用火災警報器の設置・維持管理

設置がお済みの住宅用火災警報器は、定期的に作動確認(点検ボタンで警報音が鳴ることの確認)をしてください。

製造から10年以上経過したものは、電池寿命や機器本体の故障のおそれがありますので、早めの取替えをおすすめします。

詳しくは、消防局ホームページをご覧ください。

問 埼玉県南西部消防局予防課 ☎048(460)0121



◀消防局ホームページ

新型コロナウイルス感染症食支援事業

コロナ禍において原油価格・物価高騰に直面する生活に困った世帯の支援を行うため、5,000円分の地元産を中心とした食材提供を行います。

対 住居確保給付金、学習支援事業、生活福祉資金貸付制度における緊急小口資金等の特例貸付を利用している世帯(令和4年7月1日基準日)

▼ 対象世帯には案内を送付しています。

問 社会福祉協議会 ☎048(474)6508

元気に育つ志木っ子事業活動補助金

「元気に育つ志木っ子条例」の周知やインターネット・トレーディングカードなどの適切な利用についての自主的な講演会などの実施に対し補助金を交付します。

対 市内の保育園及び幼稚園並びにそれらに在籍する児童の保護者で構成される団体など

▼ 1団体につき1年度1回

申問 申請書、事業計画書、予算書を直接、生涯学習課へ ☎048(473)1134

▼ 各書類は生涯学習課で配布します。

八ヶ岳自然の家

これから少しずつ紅葉がはじまり、星空も美しく見えてきます。残暑の都会から、涼しく自然豊かな八ヶ岳自然の家にお出かけください。今後開催予定のイベントなど詳しくは、ホームページをご覧ください。

申 利用しようとする日の2か月前から3日前までに、ホームページ、FAX または電話で受付

▼ 宿泊学習などのため、利用できない日があります。詳しくは、お問い合わせください。

問 志木市立八ヶ岳自然の家

☎0267(98)2297

F0267(98)3677

〒384-1302 長野県南佐久郡大字南牧村海ノ口字八ヶ岳2255-1



◀ 八ヶ岳ホームページ

高齢者の交通事故防止

高齢者は、若い頃と比べて運動能力や身体機能が低下します。こうした身体の変化を認識し、無理をせず、安全な通行を心がけましょう。

問 都市計画課 ☎048(473)1119



年金生活者支援給付金

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。

ご案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)で行います。

対 ・老齢基礎年金を受給し、以下の3つの要件をすべて満たしている人

①65歳以上

②世帯員全員が市民税非課税

③年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下

・障害基礎年金、遺族基礎年金を受給し、前年の所得額が約472万円以下

申 新たに対象となる人には、日本年金機構から請求手続きの案内が8月下旬に届いています。同封のハガキ(年金生活者支援給付金請求書)を記入し、提出してください。

問 年金生活者支援給付金専用ダイヤル

☎0570(05)4092

▼ 日本年金機構や厚生労働省から、電話で家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号を聞いたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

メール配信サービス

市では、緊急情報や気象情報、不審者情報などについて、メール配信により情報提供を行っています。

また、防災行政無線の放送内容も配信しているので、放送を聞き逃してしまっても、情報を得ることができます。

メール配信サービスの登録は、下記からできます。確実に情報を得るために、メール配信サービスに登録しましょう。

問 市政情報課 ☎048(473)1110



◀ メール配信サービス登録

⚠ 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントなどが中止・延期となる場合があります。詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

あなたの元気が志木市の元気表彰

健康寿命の延伸と介護予防の啓発のため、介護保険サービスを利用せずに85歳を迎えた市民の皆さんに、感謝状と記念品として「ご長寿応援買物券」を贈呈します。

「ご長寿応援買物券」は、市内の買物券取扱店で使用することができますので、ぜひご利用ください。

金額 5,000円分(500円券10枚)

▼ 敬老のお祝いである「ご長寿応援買物券」1,000円分が含まれています。

対 次のすべての要件を満たす人

- ① 昭和12年4月1日から昭和13年3月31日生まれの人
- ② 令和4年8月1日時点で、要介護認定・要支援認定を受けていない人及び介護予防・日常生活支援総合事業の事業対象者となっていない人
- ③ 市内に1年以上居住している人

▼ 対象者には9月中旬に引換券を送付し、10月中旬までに感謝状を送付します。

引換期間 9月20日(火)～令和5年1月31日(火)

▼ 買物券の利用期限は、令和5年1月31日(火)まで

引換場所 長寿応援課、柳瀬川駅前出張所、志木駅前出張所、福祉センター、第二福祉センター

▼ 引換券を持参のうえ、お越しくください。

▼ 休業日は、引き換えができません。

▼ 12月からは、長寿応援課のみでの引換えとなりますので、ご注意ください。

問 長寿応援課 ☎048(473)1348

志木市ご長寿応援買物券贈呈のお知らせ

これまで社会に貢献してきた高齢者の皆さんに、感謝と敬老の意を表し、「ご長寿応援買物券」を贈呈します。

買物券は、市内の買物券取扱店で使用することができますので、ぜひご利用ください。

対 75歳以上の人(昭和23年1月1日以前に生まれた人)

▼ 対象者には9月中旬までに引換券を送付します。

金額 1,000円分(500円券2枚)

引換期間 9月20日(火)～令和5年1月31日(火)

▼ 買物券の利用期限は、令和5年1月31日(火)まで

引換場所 長寿応援課、柳瀬川駅前出張所、志木駅前出張所、福祉センター、第二福祉センター

▼ 引換券を持参のうえ、お越しくください。

▼ 休業日は、引き換えができません。

問 長寿応援課 ☎048(473)1395

今年度の高齢者世帯実態調査は郵送で実施します

市では、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるように、毎年9月から11月に民生委員が訪問して高齢者世帯実態調査を実施していますが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、今年度の調査は昨年度に引き続き郵送で実施します。

対 75歳以上(昭和22年8月1日以前に生まれた人)で要介護認定などを受けておらず、64歳以下の人と同居していない人

▼ 調査票の発送は9月下旬を予定しています

問 長寿応援課 ☎048(473)1395

保育園・学童保育クラブの新規入園(所)のしおりを配布

令和5年度の保育園と学童保育クラブの新規入園(所)に関するしおりは、9月下旬頃から保育課、柳瀬川駅前出張所・志木駅前出張所で配布します。

4月入所申込受付期間・場所

11月4日(金)～8日(火) 10時～16時・市役所

▼ 期間中は土・日曜日でも受付します。

問 保育課

保育園担当 ☎048(473)1689

学童担当 ☎048(473)1764

【新型コロナウイルス感染症関連情報】

新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金の申請期間延長のお知らせ

総合支援資金などの特例貸付について、再貸付まで借り終わった世帯など、一定の要件を満たす生活困窮世帯に対し支給している新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金の申請期間を延長します。

申請期間 令和4年9月30日(金)まで

申問 社会福祉協議会 ☎048(485)1177

▼ 申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



◀市ホームページ

敬老祝金贈呈のお知らせ

住民登録が1年以上で、9月15日を基準日とし、以下の節目を迎える皆さんに祝金をお贈りします。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、口座への振り込みにより贈呈します。

対象年齢及び金額

対象年齢	金額
88歳(昭和8年9月17日～昭和9年9月16日)	1万円
99歳(大正11年9月17日～大正12年9月16日)	1万円
100歳(大正10年9月17日～大正11年9月16日)	3万円

申 12月31日(土)(消印有効)までに、申請書に必要事項を記入し、振込先口座確認書類(預金通帳やキャッシュカードなど)の写しを添付のうえ、返信用封筒にて返送

▼対象者には、9月19日(月)までに申請書を送付します。

▼口座名義は対象者本人のみとなります。

▼申請内容を確認後、順次、口座振り込みの手続きを行います。振り込みまでに、日数がかかることもありますので、ご了承ください。

▼上記の方法で申請できない場合は、お問い合わせください。

問 長寿応援課 ☎048(473)1395

市内事業所応援企画 広報しきでお店をPRできます!

広報しきのアンケートに届いた「地元商店のことをもっと知りたい」という読者の声に応え、地元商店を紹介するとともに、紹介したお店の商品や体験をプレゼントする企画を展開しています。広報しきでお店のPRをしてみませんか。

対 市内事業者

掲載規格など 横17cm×縦6cm程度、150文字程度、フルカラー印刷

申 必要事項を記載のうえ、メールで市政情報課へ

▼必要事項:事業所名、申込者氏名、連絡先(電話番号、メールアドレスなど)

▼詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 市政情報課 ☎048(473)1110

E koho@city.shiki.lg.jp



◀市ホームページ

国営武蔵丘陵森林公園 見頃のお花のご案内

森林公園の西口花畑では、カラフルな5色の「羽毛ゲイトウ」が開花中です。ふわふわの長い花穂が秋風に揺れる様子が癒やされます。

また、中央口・西口近くのこもれび花畑では、カラーリーフ「コリウス」も見頃です。夏から秋にかけて、葉っぱのボリュームが増し、見ごたえ抜群です。

開園時間 9時30分～17時

公園入園料 高校生以上：450円

65歳以上：210円

中学生以下：無料

▼駐車料金は別途必要です(普通車：650円/1日)。

問 国営武蔵丘陵森林公園管理センター

☎0493(57)2111



ごみの自己搬入申込先にご注意ください

7月から、粗大ごみの戸別収集及び環境センターへの家庭系ごみ(粗大ごみ、可燃ごみ、不燃ごみ、資源ごみ)の自己搬入の申込先が「志木市粗大ごみ受付センター」に変わっています。お間違えのないようご注意ください。

● **電話申込み(戸別収集及び自己搬入)**

☎048(473)5311

▼受付:8時30分～17時15分(土・日曜日、祝休日を除く)

● **インターネット申込み(戸別収集及び自己搬入)**

下記の専用フォームから申込み

▼24時間365日手続きが可能です。

▼粗大ごみの戸別収集だけでなく、環境センターへの自己搬入の申込みも可能です。

問 環境推進課 ☎048(473)1492



◀申込みフォーム

⚠ 新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントなどが中止・延期となる場合があります。詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

市民葬儀のご案内

市では、安価で心のこもった葬儀ができるよう「市民葬儀」の制度を設けています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

対 亡くなられた人または施主が志木市に住民登録しており、市指定の委託葬儀社を利用し、市民葬儀を行う人

申 直接、志木市市民葬儀委託葬儀社へ

▼ 葬儀終了後の申請は認められません。

● 補助金のご案内

補助金額 4万円

受給資格 市民葬儀執行明細書の補助金計算額が35万円(税抜)以下の場合

▼ 補助金計算額には、会場使用料や火葬場待合室料などは含みません。

必要書類 葬祭費補助金支給申請書、市民葬儀執行明細書(施主控)、領収書(原本)、口座を確認できるもの(預金通帳など)

申問 葬儀終了後1か月以内に、必要書類を添えて総合窓口課へ ☎048(473)1496

▼ 補助金支給申請書提出後、審査を経て指定口座に振り込みます。



◀市ホームページ

20歳になられた皆さんへ

日本年金機構からのお知らせです。20歳になられた人向けに国民年金制度を動画でご案内しています。

問 保険年金課 ☎048(456)5360



◀動画特設ページ

日曜日にマイナンバーカードの申請補助を行います

マイナポイントの申込対象となるマイナンバーカードの申請期限は9月30日(金)までです。

マイナンバーカードをお持ちでない人を対象に、期間限定で日曜日に申請補助を行います。無料で写真撮影などを行いますので、ぜひこの機会をご利用ください。

日 9月4日(日)・11日(日) 9時~12時

場 総合窓口課

持 ①本人確認書類(a・bのどちらか)

a: 運転免許証、旅券、在留カードなど(写真付き有効期限内のものに限る)のうち1点

b: 健康保険証、年金手帳、預金通帳、学生証(氏名、住所記載のもの)などのうち2点

②通知カード、マイナンバーカード(有効期限切れ、券面満欄など)、住民基本台帳カード(お持ちの人のみ)

▼ ②は、申請時に回収します。

▼ 持ち物に不備がある場合、申請できません。

申 不要(先着順)

▼ 先着順のため、お待たせる場合があります。

問 総合窓口課 ☎048(473)1495



あおり運転について

令和2年6月30日から、あおり運転に対する罰則が厳罰化されています。

あおり運転は非常に危険な行為です。車を運転する際は、「思いやり、譲り合い」の気持ちを持ち、交通ルールを守って、安全な運転を心がけましょう。

あおり運転の対象となる違反行為や罰則など、詳しくは埼玉県警察ホームページをご覧ください。

問 県警察交通指導課 ☎048(832)0110



◀県警察ホームページ

**「広報しき」
音訊CDの貸出**

志木音訊ボランティア「もくせい」の皆さんが、広報しき、議会だより、社協だよりを朗読し、CDに録音して、柳瀬川図書館で貸し出しています。また、市ホームページでも公開しています。
 問 市政情報課 ☎048(473)1110



ふれあいコーナー

掲載希望の方は市政情報課(☎048(473)1110)へお問い合わせください。
 申込みは、掲載希望月の2か月前の末日までです。

利用する人へ サークル活動の呼びかけ、発表会などにご利用ください。
 入会金、月会費、入場料などが3,000円以下のものとします。
 内容によっては、掲載できないものもありますのでご了承ください。

タイトル	とき	ところ	内容・連絡先
志木フィルハーモニー 管弦楽団 第29回定期演奏会	9月18日(日) 14時~16時 (13時30分開場)	市民会館	市民オーケストラ演奏会(新世界交響曲・フルート協奏曲などを演奏) 入場料(一般)/500円(中学生以下無料) 連絡先/今田 ☎090(1253)6451
伊藤理恵ピアノリサイタル 「ウィーンからの贈りもの」	9月23日(金) 14時~(13時30分開場)	市民会館	ベーゼンドルファーピアノによるコンサート 入場料/2,500円(未就学児入場不可) 連絡先/クラングフェライン ☎080(9808)4184
わか祭 in TJ7	9月24日(土) 10時30分~13時	館近隣公園	生産者や地域の団体との交流の場です フリーマーケットやスタン プラリーがあります 「ワーカーズ」に関心のある人もぜひどうぞ! 連絡先/東上線沿線地域協議会 風見 ☎048(474)6331
ダンススクール 新メンバー募集!	毎週火曜日 17時50分~、18時50分~	秋ヶ瀬スポーツセンター	ダンスを通して楽しみながら子どもたちの運動能力を伸ばし、可能 性を広げていきます! 参加費/無料 連絡先/ミサダンス 鎌田 ☎050(3697)3455
バウンドテニス会員募集	毎週火・木・土曜日	新座市民総合体育館	練習日、練習時間は調整できます 入会金/1,000円 月会費/1,500円 連絡先/中川 ☎090(5754)2320

【新型コロナウイルス感染症関連情報】

令和4年度から新たに住民税が非課税となった世帯等への臨時特別給付金の申請を忘れずに

● **家計急変世帯**

対 新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、令和4年1月から家計が急変し、世帯全員のそれぞれの1年間の収入見込み額が、住民税非課税水準に相当する額以下となる世帯

申 申請時点で住民登録のある市区町村へ申請

申請期間 9月30日(金)まで

▼ 申請書は、共生社会推進課、柳瀬川駅前出張所、総合福祉センター、高齢者あんしん相談センターで配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。

● **住民税非課税世帯**

対 令和4年1月以降、住民税非課税世帯等臨時特別給付金10万円が未支給で、かつ令和4年6月1日時点で志木市に住民登録があり、世帯全員の令和4年度分の住民税均等割が非課税である世帯

申 8月に市から送付された確認書を3か月以内に返送

申請期間 12月28日(水)まで

● **共通**

給付額 1世帯につき10万円(住民税非課税世帯等臨時特別給付金の支給がされていない世帯)

問 共生社会推進課 ☎048(456)5364

相談ガイド



新型コロナウイルス感染症の感染状況により、日程や相談方法などが変更となる場合があります。詳しくは、市ホームページなどをご覧ください。

※1 市民合同相談 とき/10月4日(火)…詳細は21ページをご覧ください

相談種類	予約	とき	ところ・問合せ・そのほか
法律(電話)※1	○	9月7日(水)・28日(水) 9時30分～12時 9月14日(水)・21日(水) 9時30分～12時、13時～15時30分 (他の弁護士に依頼し、係争中のものは不可)	場 市役所 問 総合窓口課 ☎048(473)1495
行政※1		9月15日(木) 9時30分～12時	場 市役所
人権※1		9月6日(火) 9時30分～12時	問 総合窓口課 ☎048(473)1495
成年後見		【福祉専門職相談】月～金曜日(祝休日は休み) 8時30分～16時 【法律専門職相談】金曜日(祝休日は休み) 13時～16時 (1人1時間程度) ※予約優先	場 市役所
生活相談		月～金曜日(祝休日は休み) 8時30分～16時 ※予約優先	問 基幹福祉相談センター ☎048(456)6021
家計相談	○	9月7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水) 13時～16時 (1世帯1時間程度)	
外国人住民の暮らし		【英語】9月1日(木)・20日(火)、10月6日(木) 10時～12時 【中国語】9月1日(木)、10月6日(木) 14時～16時 9月12日(月) 10時～12時 【ベトナム語】予約制	場 市役所 問 市民活動推進課 ☎048(456)5371 ※市役所内の手続きをサポートします。 ※左記実施日以外を希望する場合は要予約
税務(電話)	○	9月8日(木) 13時～16時30分(1人30分、4人まで)	場 市役所 問 課税課 ☎048(473)1126
休日納税相談		9月25日(日) 9時～17時 ※なるべく電話相談をご活用ください。	持 直近3か月間の収支がわかるもの 場 市役所 問 収納管理課 ☎048(456)5369
生活改善型納税相談	○	9月25日(日) 9時～12時、13時～17時 ※1人1時間、7人まで(先着順)	場 市役所 問 収納管理課 ☎048(456)5369
年金	○	木曜日(祝休日は休み) 13時～17時	場 市役所 問 保険年金課 ☎048(456)5360
消費生活※1		月～金曜日(祝休日は休み) 10時～12時、13時～15時30分 ※対面相談・オンライン相談は予約制 ※なるべく電話相談またはオンライン相談をご活用ください。	予 産業観光課 ☎048(475)7360 場 問 消費生活センター(市役所) ☎048(475)7360
職業紹介・相談		月～金曜日(祝休日は休み) 9時～17時	場 問 ジョブスポットしき職業紹介コーナー(市役所) ☎048(473)1069
就職・キャリア個別相談	○	9月5日(月) 10時～12時 (1人1時間程度)※なるべく電話相談をご活用ください。	場 市役所 問 産業観光課 ☎048(475)7360
マンション管理相談	○	9月26日(月) 13時30分～16時30分 ※予約優先	場 市役所 問 建築開発課 ☎048(456)5372
不動産無料相談会	○	9月15日(木) 10時～12時	予 (公社)宅地建物取引業協会県南支部(水曜日休み) ☎048(468)1717 場 市役所 問 環境推進課 ☎048(473)1492
女性※1	○	第1・3金曜日(祝休日は休み) 10時～14時 第2・4火曜日(祝休日は休み) 12時30分～16時30分	場 市役所 問 子ども支援課 ☎048(473)1139 ※配偶者からの暴力や夫婦関係など女性に関わる悩み事相談 ※保育あり(要予約・生後6か月児～)
インターネット・トレーニングカードなど	○	9月8日(木)、10月13日(木) 15時～18時(1人50分)	予 場 教育サポートセンター ☎048(471)2211 問 生涯学習課 ☎048(473)1134
教育	○	月～土曜日(祝休日は休み) 9時～17時	場 問 教育サポートセンター ☎048(471)2211 E kyouiku-s@city.shiki.lg.jp
子どもと家庭	○	月～金曜日(祝休日は休み) 9時～17時15分 ※来所相談は予約制	場 問 子どもと家庭の相談室 ☎048(476)2330
児童発達	○	月～金曜日(祝休日は休み) 8時30分～17時15分	場 問 児童発達相談センター「すきっぷ」 ☎048(486)5511 E jidou-soudan@city.shiki.lg.jp
子どもと保護者(なんでも相談)		月～日曜日 9時～17時 ※9月4日(日)は休館 ※9月12日(月)、10月3日(月)は15時～17時	場 問 児童センター ☎048(485)3100 E jidou-c@shiki-syakyo.or.jp
未就学児の子育て	○	場 問 いろは子育て支援センター ☎048(486)6888 場 問 宗岡子育て支援センター ☎048(485)3102 場 問 子育て支援センター「めばえ」 ☎048(423)6675	場 問 西原子育て支援センター ☎048(472)7112 場 問 子育て支援センター「ぶちまある」 ☎080(4452)1538 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
妊娠・出産	○	月～金曜日(祝休日は休み) 9時～17時 ※来所相談(妊娠届の受付優先)	場 子ども支援課 問 健康増進センター ☎048(473)3811
まちなか保健室(なんでも相談)	○	毎週日曜日 13時30分～16時30分 ※予約は1週間前まで ※電話での相談は不可	場 市民会館または健康増進センター 問 健康増進センター ☎048(473)3811 相談日当日 ☎090(5391)7466
こころの相談	○	9月30日(金)、10月6日(木) 14時～16時30分(3人まで)	場 問 健康増進センター ☎048(473)3811
男性(電話)※1	○	第1・3金曜日(祝休日は休み) 10時～14時 第2・4火曜日(祝休日は休み) 12時30分～16時30分	問 子ども支援課 ☎048(473)1139 ※配偶者からの暴力や夫婦関係など男性に関わる悩み事相談
ボランティア	○	月～金曜日(祝休日は休み) 8時30分～17時15分	場 総合福祉センター 問 社会福祉協議会 ☎048(474)6508

肥満症 決まりはある？

体重kg÷(身長m)²をBMI(体格指数)といいます。BMI≥25の場合を肥満と定義し、肥満に関連する健康障害を併せ持つものを肥満症といいます。肥満には内臓に脂肪が過剰蓄積した内臓脂肪型肥満と、皮下(皮膚のすぐ内側)に脂肪が多い皮下脂肪型肥満があります。

内臓脂肪型肥満は、皮下脂肪型肥満より高血圧や脂質異常症、糖尿病などになりやすく、内臓に脂肪がつくとお酒を飲まなくても肝臓の病気にもなりやすいので注意が必要です。特にBMI≥35の場合は、高度肥満と呼ばれ、いろいろ病気を合併しやすいのです。もちろん、体重が重くても筋肉量が多く、内臓につく脂肪が少なければ、肥満に伴う病気の合併は少ないわけです。

肥満症の治療

肥満症では、減量により合併しやすい病気を未然に防いだり、すでに合併してしまった病気を改善できます。それぞれの疾患を別々に治療するより、減量によってそれらを一気に改善させることも可能です。最初の目標は3か月で3%減量です。

①食事療法

通常は25kcal×標準体重/日以下を目安として活動量に応じて調整します。近年、甘いものの制限だけでなく、ごはんやパン、麺類などの糖質制限ダイエットの話をよく聞きます。確かに短期的な減量効果は大きいのですが、長期にわたる極端な糖質制限の安全は証明されていません。

安全に減量するためには緩やかな糖質制限だけでも効果的です。まずやめた方がいいのは、昼食はラーメンに半ライスとか、軽く調理パンだけにするなどの糖質に偏った食事です。はじめは、総カロリーの50%程度に糖質を制限する(標準体重60kgであれば糖質1日180g位)ことで減量効果が出るはずですよ。

②運動療法

脈拍をあげて酸素を取り込んで脂肪を燃焼させる運動を、

有酸素運動といいます。ウォーキングやジョギング、サイクリングや水泳、ダンスなどにも有酸素運動です。肥満の改善には、有酸素運動をできれば週5日以上行うことが有効です。しかし、まずは持続することが大切です。例えば、最初は軽い運動で、仕事場で座る時間を短くする、エレベーターには乗らないで階段を使う、少しだけ早く起きて通勤で一駅歩くなどから始めるのがよいと思います。

筋トレ(レジスタンス運動)は高齢者では転倒を防いだり、若年壮年者では能力感を向上させる効果があります。いろいろなコンディショニングエクササイズ(ストレッチ、ヨガ、ピラティスなど)を併用することは、運動の気持ちよさを感じたり怪我の予防につながります。有酸素運動に、これらを組み合わせることが必要です。

③行動療法

朝、欠食し、夕食は夜遅くたくさん食べるという太りやすい食行動、いらいらすると食べてしまう、食後のスイーツは別腹、早食いなどは食行動の悪い「くせ」で、肥満症を引き起こします。これらの癖の是正のために、カレンダーに30回咀嚼したら◎、20回咀嚼なら○と食事ごとに記していくのも良い方法です。また、一日4回(起床時、朝食後、夕食後、就寝前)体重を測定しグラフ化する「体重日記」の記載も、減量効果が目で見えるため、治療などにも取り入れられています。グラフは100~200gの変動を自分の手で記載する方が良いでしょう。

まとめ

肥満、特に内臓脂肪型肥満はさまざまな余病を併発します。ですから、高度肥満に関しては主治医と相談し、場合によってはお薬による治療や、保険適応の認められた外科治療(スリーブ状胃切除術)となることがあります。

しかし、ご自分で明日からでもできることは食事・運動・行動療法の3つです。まずは、ひとつでも始めてみるのが第一歩です。頑張りましょう。

9月の

休日当番医

診療時間 10時~16時

当番医は変更になる場合がありますので、必ず確認してからお出かけください。この時間以外の診療は、志木消防署【048(472)0119】へお問い合わせください。

場所	施設名	科目	電話	場所	施設名	科目	電話
4日	朝霞 青柳診療所	内、消内	048(465)5077	志木 福島脳神経外科・内科クリニック	脳外、神内、内	048(474)3000	
11日	新座 きたざわこどもクリニック	小、アレ	048(424)8633	朝霞 磯貝医院	内、循内	048(463)2370	
18日	志木 はんだ内科クリニック	内、消内、循内、小	048(486)2327	新座 田口皮膚科医院	皮	048(470)2112	
19日	新座 海江田医院	内、小、神内	042(491)6262	朝霞 ふじい整形外科	整外、リハ	048(450)1188	
23日	和光 門田医院	内、循内、皮、小	048(461)6412	新座 せおクリニック	消内、内、外、肛	048(480)3905	
25日	朝霞 三浦医院	内、小、皮	048(461)3802	志木 志木北口クリニック	心内、精、神	048(471)2661	

埼玉県救急電話相談と医療機関案内(24時間365日)

#7119(小児・大人共通)
つながらない場合 ☎048(824)4199

埼玉県医療機能情報提供システム

ネットで医療機関の情報が検索できます。
<http://www.iryu-kensaku.jp/saitama/>



ほっとニュース

150周年&130周年記念



▲記念事業実行委員会の皆さん、香川市長、堀内富士吉田市長

7月2日（土）、田子山富士塚で、田子山富士塚築造150周年と吉田胎内樹型開基130周年を祝う記念式典が開催されました。

富士吉田市の堀内市長をはじめ田子山富士塚と吉田胎内樹型の保存・活用に携わる関係者を招いて開催された記念式典では、たちからおのみこと手力男命によるお道開きの後、山開きが行われ、訪れた皆さんを楽しませました。

新庁舎完成を記念して



▲香川市長、志木ライオンズクラブ会長 伊東さん

新庁舎完成を記念して、7月26日（火）、志木ライオンズクラブから、志木市広報大使のカパルがデザインされた時計の寄贈を受けました。

寄贈いただいた時計は、庁舎1階の子ども支援課と保育課の間に設置されていますので、庁舎へお越しの際は、ぜひご覧ください。

いざ、全国大会へ！



▲香川市長、藤山さん

「第38回彩の国小学生陸上クラブ交流大会」と、「日清食品カップ第38回全国小学生陸上競技交流埼玉県大会」（埼玉県予選会）の男子コンバインドA（80mハードル走と走り高跳びの2種競技）の部でそれぞれ優勝した藤山湊士さんふじやまみなとが、7月20日（水）、優勝の喜びと出場を決めた全国大会への意気込みを市長に報告しました。

細部にわたり見事再現



▲(右から)香川市長、三浦さん、柚木教育長

新庁舎完成を記念して、7月26日（火）、みうらかずひろ三浦和仁さんから、旧村山快哉堂と田子山富士塚の模型の寄贈を受けました。

熟練の技術により作成された2つの作品は、旧村山快哉堂と庁舎エントランス横に飾られていますので、ぜひご覧ください。

手話って楽しい ④

今月の手話「市役所」

2(3)つの動きがセットで「市役所」という単語になります。

「役」は独立した単語ではないので、注意して覚えましょう。

問合せ／共生社会推進課 ☎048(473)1449

市役所の表現は、地域によって異なります。今回紹介している表現は、志木市のろう者がよく使うものです。他にもさまざまな表現がありますので、ぜひ調べてみてください！



郷土を知り、郷土を愛する

志木市 歴史をんぼ

— 執筆・協力 志木のまち案内人の会 —

第24回 志木市のお地蔵さん

○西川地蔵堂(本町3-2-28)

正徳5年(1715)3月、西川四郎左衛門が幼き娘を亡くし、その供養に西川本家を向く地蔵を建立しました。西川地蔵は「延命地蔵尊」や「引又地蔵」とも呼ばれており、皮膚にできるイボを取り除くのに効能があるとして、「イボ取り地蔵」とも呼ばれ親しまれてきました。イボを取って欲しい人は、焼きたての団子を供え、線香をあげ、その線香の灰を熱湯で練ってイボにつけておくとイボが取れるといわれてきました。



▲西川地蔵堂

○中道子育て地蔵(本町6-24-30)

中道地区にはかつて野火止用水が流れていました。しかし、上流から汚れた水が流れ込み、用水を飲み水などに利用したため悪疫に襲われました。その結果、多くの子どもたちが亡くなり、親たちは悲嘆に暮れていました。

正徳5年(1715)、川越蓮馨寺の第17世聖蓮社成誉上人が通りかかり、この惨状を目にし、亡くなった子どもたちの菩提を弔い、二度とこのような災難が起こらないようにと用水の傍らに大きな石の地蔵を建立しました。この地蔵の功德により、病魔は退散し発生しなくなりました。



▲中道子育て地蔵

○大塚延命地蔵尊(幸町2-10-66)

正徳5年(1715)9月、34人の地元の施主により現在の場所を隔てた反対側に造立された露仏です。

安政6年(1859)に雨屋根が施されて以来、何度か堂宇の改築が行われてきました。この場所は地元の人々の長年の念仏供養と二世安楽の信仰の対象とされてきた場所でもありましたが、昭和42年(1967)、志木第二小学校の建設時に一部が通学路になるため、現在の場所に移されました。



▲大塚延命地蔵尊



志木市長 香川 武文

健全な財政運営に向けて

新庁舎での業務がスタートして、早いもので1か月半が経過しました。7月31日に開催した新庁舎等完成記念イベントでは、およそ2万人が来場され、新庁舎とリニューアルしたいろは親水公園の門出をお祝いしていただきました。市内在住・在学など志木市に縁のある方々1,500名の皆さまに支えられた、まさに市民力の結晶で創られた一大イベントを前に改めて志木市の活気と元気を強く感じました。

さて、新庁舎建設という一つの大きな事業が完了しましたが、間を空けず、市民会館・市民体育館の再整備が控えている中、「市の財政は大丈夫?」との声もいただきます。

「志木市民会館及び志木市民体育館再整備基本計画」を策定した時点で試算した整備費はおよそ64億円であり、この財源としては、地方債(借金)およそ54億円、公共施設安心安全化基金(施設の改修等に備えた市の貯金)およそ10億円を予定しています。

一方、志木市では市制施行50年を迎えた中、老朽化の進む公共施設の更新も進めており、新庁舎建設事業費の

借入が全て完了する令和4年度末における一般会計地方債残高はおよそ242億円(市民一人当たりおよそ32万円)、市民会館・市民体育館再整備事業費の借入後はおよそ278億円(市民一人当たりおよそ36万円)となる見込みです。

しかし、施設の複合化や集約化の整備手法を用いることで、地方債の返済に対して国の財政支援を受けることができることから、市民会館・市民体育館の再整備について、複合施設にすることで、およそ30億円の国の財政支援を得ることが可能となり、実質的な市の財政負担の軽減につなげていきます。

現在開会中の志木市議会9月定例会で審議いただいております令和3年度の決算では、一般会計の歳入歳出差引額がおよそ27億円の黒字となっています。この黒字額から令和4年度へ繰り越した財源などを整理したうえで、今後の備えとしての基金に積み立てることにより、公共施設安心安全化基金残高はおよそ21億円となる見込みであり、市民会館・市民体育館の再整備に必要な財源もしっかり確保している状況です。また、市の財政状況を判断する指標である健全化判断比率についても、全ての指標において基準値を大きく下回っており、良好な財政状況を保っています。

決算が終われば、息つく間もなく令和5年度の予算編成がスタートします。子育てや介護などの社会保障費の増加や、老朽化が進む公共施設の更新など、これらの課題解決は待ったなし。先送りしない信念を胸に経費削減に知恵を絞りながら、あらゆる工夫により50年先も見据えた健全な市政運営に職員と一丸となって取り組んでいきます。

志木の夏祭り 2022

3年ぶりに志木の夏祭りが市内各地で開催されました。

7月10日(日)に宿組八坂神社祭礼、16日(土)に下ノ宮八坂神社夏祭り、23日(土)と24日(日)に敷島神社祭典が行われました。

力強いかけ声とともに、まちをねり歩く勇壮な御輿やお囃子の演奏など、活気あふれる夏祭りとなりました。

※17日(日)の産財八坂神社夏祭りは祭礼のみ執り行いました。



撮影：深澤祥紀さん（市民カメラマン）

▲敷島神社祭典



▲下ノ宮八坂神社夏祭り



撮影：佐々木一郎さん（市民カメラマン）

▲宿組八坂神社祭礼



撮影：抜井俊さん（市民カメラマン）

郷土芸能フェスティバル▶

まちのできごと

誰もが楽しめるカーレット



撮影：赤羽創さん（市民カメラマン）

▲ねらいを定めてストーンを投げます

8月6日(土)、宗岡公民館で、「みんなで楽しむカーレット」が開催されました。

カーレットとは、卓上で行うカーリングのことで、誰もが楽しめるゲームです。

当日は、志木カーレットクラブの皆さんが講師となり、カーレットのルール説明をした後、参加者同士で対抗戦を行い盛り上がりしました。

本格的な食品サンプル作り



撮影：賀城梢さん（市民カメラマン）

▲細部までこだわって仕上げます

8月7日(日)、いろは遊学館で、「夏休み食品サンプル作り教室」を開催しました。

Fake Food Cookingのわたなべのりこ渡辺敬子さんを講師に迎え、クリームソーダとパフェの食品サンプルを作りました。



最期まで自分らしく生きる



▲「自分らしさ」とは何かを解説する遠山さん

6月30日(木)、市民会館で、あるっく志木市民勉強会「最期まで自分らしく生きるために」～心の在り方について～を開催しました。

千葉県しょうぎょうじ上行寺別院副住職の遠山とやまげんしゅう玄秀さんを講師に迎え、余生を自分らしく過ごすために、どのような心構えで物事を考え、行動していくかなどの考え方を勉強しました。

難民のためにできること



▲思い思いにエコバッグを彩ります

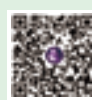
7月13日(水)、株式会社ユニクロ新座店から講師を招き、国際理解教育(難民について)の授業が志木第四小学校で実施されました。

児童たちは、動画を視聴し、使わなくなった服が難民に届くことを学んだ後、服のチカラで世界が少しでも良くなることを願って「PEACE FOR ALL」を合言葉に、手形や絵を描いたオリジナルエコバッグを作りました。



市Facebookでも、イベントで撮影した写真を掲載しています！

<https://www.facebook.com/shikicity>



①AppStoreまたはGooglePlayにて「COCOAR2」をインストール
②アプリを起動後、「AR動画」マークがある写真にカメラをかざしてください。

金属は燃える！？



撮影：猿田光彦さん(市民カメラマン)

▲金属の変化をじっくりと観察します

7月21日(木)、宗岡公民館で、科学あそび「金属ってもえる？」が開催されました。

科学読物研究会の坂口さかぐちみかこ美佳子さんを講師に迎え、銅やアルミニウムなどを燃やして反応を見る実験をしました。間近で変化を観察することで、金属の特徴や反応などを理解することができました。

夏をテーマに油絵を描く



撮影：木村賢一さん(市民カメラマン)

▲高校生の指導を受けて、真剣に絵を描きます

7月26日(火)、宗岡第二公民館で、キッズチャレンジ「油絵体験」が開催されました。

志木高等学校美術部の皆さんが講師となり、油絵の描き方を指導しました。

参加した小学生は、高校生の指導を参考に、スイカやヒマワリなど、夏を思わせる油絵を描きました。

9月

9月1日

10月8日

(日曜日)

(月曜日)

(火曜日)

記載説明:

事業名

時間 開催場所

※**その他**は市ホームページ
をご確認ください。

4

5

6

おひさま広場 **児発**
14時～15時30分

11

12

13

親子工作「ちぎって
フクロウを作ろう！」

10時～10時30分 **めばえ**

なかよしタイム **ぶち**

14時～15時

0歳ママ集合! **西子**

14時～15時30分

離乳食教室(初期) **健セ**

14時10分～、14時40分～

専門相談

「おっばい相談」 **宗子**

15時～16時

対象別広場

「たんぽぽ広場(0歳)」 **宗子**

15時～16時

18

19

25

26

20

なかよしランド

「アスレチック」 **児セ**

10時10分～11時25分

詳しくは、
市ホームページを
ご覧くださいお

コマ道場 **児セ**

15時～16時

おひさま広場 **児発**

9時30分～11時

小児科医子育て相談 **西子**

10時30分～11時30分

赤ちゃん広場 **い子**

14時30分～15時30分

27

なかよしタイム **ぶち**

14時～15時

2

3

4

おひさま広場 **児発**

9時30分～11時



い子 いろは子育て支援センター「にこまある」

休日曜日、祝休日、第1・3・5土曜日

西子 西原子育て支援センター「まんまある」

休日曜日、祝休日、第2・4・5土曜日

宗子 宗岡子育て支援センター「ぼけっと」

休9月4日(日)

※9月12日(月)、10月3日(月)は9時～15時

ぶち 子育て支援センター「ぶちまある」

休土・日曜日、祝休日

めばえ 子育て支援センター「めばえ」

休土・日曜日、祝休日

児発 児童発達相談センター「すきっぷ」

休土・日曜日、祝休日

児セ 児童センター

休9月4日(日)

※9月12日(月)、10月3日(月)は9時～15時

健セ 健康増進センター

休土・日曜日、祝休日

い遊 いろは遊学館

休月曜日、9月19日(月)

(水曜日)

(木曜日)

(金曜日)

(土曜日)

	<p>9/1 応援しよう！ 赤ちゃんファミリー 10時～11時30分 い遊</p> <p>ミニミニ講座 「ストレッチ」宗子 11時10分～11時30分</p> <p>わくわくタイム児セ 16時～16時20分</p>	2	<p>3 対象別広場 「パパのポケット」宗子 10時～11時</p> <p>赤ちゃんのえほんのじかん 11時～11時30分 柳図</p> <p>おもしろクラブ い図 11時～11時30分</p> <p>志木おもちゃクリニック 13時30分～15時 宗二</p> <p>おはなし会 柳図 15時～15時30分</p>
<p>7</p> <p>園庭で遊ぼう！ めばえ 10時～11時30分</p>	<p>8 ミニミニ講座 「防災について」宗子 11時10分～11時30分</p> <p>ベビーマッサージ めばえ 14時～15時</p> <p>わくわくタイム児セ 16時～16時20分</p>	9	<p>10 パパママ学級 健七 9時30分～12時</p> <p>えほんのじかん 柳図 11時～11時20分</p> <p>よみきかせ 宗公 11時～11時30分</p> <p>おはなし会 い図 11時～11時30分</p>
14	<p>15 専門相談 「まんま相談」宗子 15時～16時</p> <p>わくわくタイム児セ 16時～16時20分</p>	16	<p>17 えほんのじかん 柳図 11時～11時20分</p> <p>おやこでぴょ～ん 絵本であそぼう 宗公 11時～11時20分</p>
<p>21</p> <p>赤ちゃんのえほんのじかん 11時～11時30分 柳図</p>	<p>22 専門相談・ 小児科医師相談 ぶち 10時30分～11時30分</p> <p>わくわくタイム児セ 16時～16時20分</p>	23	<p>24 お父さん広場 い子 10時～</p> <p>えほんのじかん 柳図 11時～11時20分</p> <p>あおぞらよみきかせ い図 11時～11時30分</p> <p>赤ちゃんのよみきかせ い図 11時～11時30分</p>
<p>28 作業療法士による 講座 児発 10時～11時</p> <p>まんまあるあそぼう会 西子 10時～11時</p> <p>専門相談・栄養相談 ぶち 10時30分～11時30分</p> <p>赤ちゃん絵本のふれあい 11時15分～11時30分 宗公</p>	<p>29 巡回発達相談 西子 10時30分～11時30分</p> <p>わくわくタイム児セ 16時～16時20分</p>	<p>30</p> <p>共催むし歯予防教室 い子 10時～11時30分</p>	<p>10/1 対象別広場 「パパのポケット」宗子 10時～11時</p> <p>赤ちゃんのえほんのじかん 11時～11時30分 柳図</p> <p>おもしろクラブ い図 11時～11時30分</p> <p>志木おもちゃクリニック 13時30分～15時 宗二</p> <p>おはなし会 柳図 15時～15時30分</p>
<p>5</p>	<p>6 応援しよう！ 赤ちゃんファミリー 10時～11時30分 い遊</p> <p>ミニミニ講座 「ストレッチ」宗子 11時10分～11時30分</p> <p>わくわくタイム児セ 16時～16時20分</p>	7	<p>8</p>

宗公 宗岡公民館
休 9月5日(月)、図書室のみ9月30日(金)

宗二 宗岡第二公民館
休 9月4日(日)、図書室のみ9月30日(金)

もく ふれあい館「もくせい」
休 改修工事のため、令和5年1月まで(予定)

柳図 柳瀬川図書館
休 月曜日(9月19日を除く)、9月30日(金)

い図 いろは遊学図書館
休 月曜日、9月30日(金)

体 市民体育館
休 なし

秋スポ 秋ヶ瀬スポーツセンター
休 9月5日(月)

秋運 秋ヶ瀬総合運動場・運動公園
休 9月5日(月)

笑顔
だいすき!

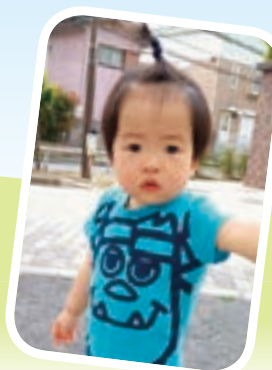
市内在住の4歳までの子どもたちを募集しています。市公式LINEからご応募ください。原則、1人1回までの掲載となります。

問合せ/市政情報課
☎048(473)1110

市公式LINEの申請が便利です



すぎもと たいし
杉本 大志くん(0歳)
百獣の王ライオンをガブリ!



おおさき あおと
大崎 蒼斗くん(1歳)
ママとお散歩いった!



クイズ&アンケート

○ 今月の広報紙クイズ

◎ 志木市食生活改善推進員協議会は今年で創立何周年を迎えるか?

ヒント...2ページ

創立〇〇周年

(先月号の答え:ウオーター)

○ アンケート

- ◎1 今月号で良かった内容や写真を教えてください。
- ◎2 取り上げて欲しい内容や企画を教えてください。
- ◎3 広報紙に関するご意見・ご感想をお聞かせください。

応募方法

次の①~⑥を記入(必須)のうえ、ハガキ、お便り、メール、または申込みフォームからご応募ください。
①クイズの○に入る数字、②アンケートの回答、③住所、④氏名、⑤年齢、⑥電話番号

<宛先> 〒353-8501 志木市中宗岡1-1-1
志木市役所市政情報課「広報しき9月号」係
☒ koho@city.shiki.lg.jp

<締切> 9月20日(火) ※消印有効
※プレゼントの受渡しにあたり、当選者の氏名や住所の一部をプレゼント提供者へお伝えすることを予めご了承ください。



▲申込みフォーム

今月のプレゼントは

パン工房Lapin
『応募者全員に10%offクーポン』

※回答者に引換券を発送します。

せせらぎの小径沿いの住宅街にある小さなパン屋です。
無添加生地、国産小麦を100%使用した、小さなお子様も安心して食べられるふんわり優しいパンを手作りしています。

おすすめはサクサクふんわりのメロンパンやクロワッサン。シンプルな塩バターロールもおすすめです。

夏場はかき氷も販売中!お散歩がてらぜひお立ち寄りください。



パン工房Lapin 中宗岡5-23-17
営業時間/11時~18時(売り切れ次第閉店)
定休日/日・月・火曜日
☎048(494)6903 @pankobo_lapin

志木市の人口・世帯数

令和4年8月1日現在 ()内は前月比

人口... 76,409人 (-46人)

男 37,787人 (-12人)

女 38,622人 (-34人)

世帯数... 35,972世帯 (-18世帯)

志木市役所

〒353-8501 志木市中宗岡1-1-1(代表)

☎048(473)1111(代表) ☎048(474)4384(代表)

柳瀬川駅前出張所

☎048(472)4449

志木駅前出張所

☎048(473)3988

開庁時間

月~金曜日...8時30分~17時15分
※志木駅前出張所は土曜日にも開所
しています(一部業務を除く、水曜日休所)。

☑ ホームページ <https://www.city.shiki.lg.jp/>
☑ 携帯電話向けページ <https://www.city.shiki.lg.jp/mob/>
☑ ツイッター https://twitter.com/Shiki_City
☑ facebook <https://www.facebook.com/shikicity>



ホームページ

広報しきが
スマホで
読める

