

広報

# わこう



©和光市

2024年

3月号

No.803

毎月1日発行

[編集・発行] 和光市企画部秘書広報課 <https://www.city.wako.lg.jp>  
〒351-0192 埼玉県和光市広沢1-5 ☎048-464-1111(代表)



ARに飛び込め。

# HADO

HADOを体験する中学生と  
専用ゴーグルで見えるAR(拡張現実)映像

## WAKOでHADO! 和光市で新時代スポーツ体験!

[今月の主な内容] P2 やってみようHADO!! P3 税申告はお早めに P6 和光のサクラ P8 おるご~る No.29 ほか

〈広報わこうを音読した「声の広報わこう」を市HPで聴くことができます。また、目の不自由な方には、デージー図書(CD)を配布します〉



# やってみよう HADO!!

皆さんは、総合児童センターでARスポーツHADO(ハドー)ができることを知っていますか? 和光市では、公共施設で全国で初めてこのHADOを導入しました。今回のWapica+では、HADOについて体験、取材をしました。

☎ 秘書広報課 シティプロモーション担当  
☎ 424-9091 ✉ a0100@city.wako.lg.jp

## HADO とは?

- AR技術を使い、頭に専用ゴーグルと腕にアームセンサーを装着することで魔法のようなエネルギーボールやシールドを放つことができる。新感覚、新時代のテクノスポーツ!!
- 手から放たれるエネルギーボールで攻撃をし、相手プレイヤーの前にあるライフを4つ破壊したら、1点獲得! 身体を動かしたりシールドを活用し、エネルギーボールを回避し防御! エネルギーボールのスピードや大きさ、数、シールドの枚数と強さを調整するスキルを設定し、戦術の展開も自由自在に楽しめます!

## 市民ライター(まちの見聞特派員)が HADOを体験!!



ほぼ全員初めて! 基本的な仕組みとルールを簡単に受けて「とにかくやってみよう!!」



## 総合児童センター 大野館長に聞いてみた!

### HADOのおもしろさは?

HADOの大きな魅力は、アニメやゲームのキャラクターのように自らの手で「波動」を放てることです。参加された方からも、「アニメみたいな技が出て感動した!」というお声をいただいています。また3対3のチームスポーツなので、メンバーで作戦を立ててコミュニケーションを取り合うのも楽しいところですね。



### HADOを楽しんでいるのはどんな人?

中高生や大人のほか、最近では小学生の親子参加も増えています。HADOは子どもも大人も同じ目線で楽しめるんですね。あるお母さんからは、「子どもが大きくなるにつれて親子で遊ぶ機会が減っていたけど、HADOと一緒にできるから良い!」とお声をいただきました。でも参加自体は1人でもOKです。実際、1人で来てその日の参加者とチームを組む人も多いです。みなさんぜひ、HADOを体験しに来てください!

## あなたもHADOデビューしませんか?

## 体験会実施中!

毎週土日に、HADO体験を実施中!  
毎月広報わこうに掲載中! 詳細は、  
本紙12ページ「総合児童センター」欄で

## 第3回 わぴあHADOカップ

令和5年12月10日(日)に第3回 わぴあHADOカップが開催されました。14チームが参加し、各チームが熱い勝負を繰り広げました!

## 優勝チームに 大会の感想とHADOの魅力がわかりました



優勝チーム「1かべしか勝たん」(左から坂本 天音 さん、坂本 初音 さん、森 直樹 さん)

### 優勝おめでとうございます!

森 直樹さん ありがとうございます! 実は私たち、大会直前に結成した即席チームなんです。私は50代、彼女たちは10代でかなり年の差がありますが、そんなのは全然関係なく一緒にゲームを楽しめました。

坂本 初音さん 今回の勝因はズバリ、対戦相手ごとに戦略を変えたことです。強い相手でも3人でしっかり体勢を決めて挑み、勝ち進むことができました!

坂本 天音さん HADOはスポーツだけど運動神経とか体力はあまり関係なくて、気軽に取り組めます。どちらかと言えばチームでの役割分担や連携が大事で、だからこそ知らない人とでも盛り上がることができ、そこが魅力だと思います。



# 税申告はお早めに

図 所得税の確定申告に関すること:朝霞税務署 ☎048-467-2211

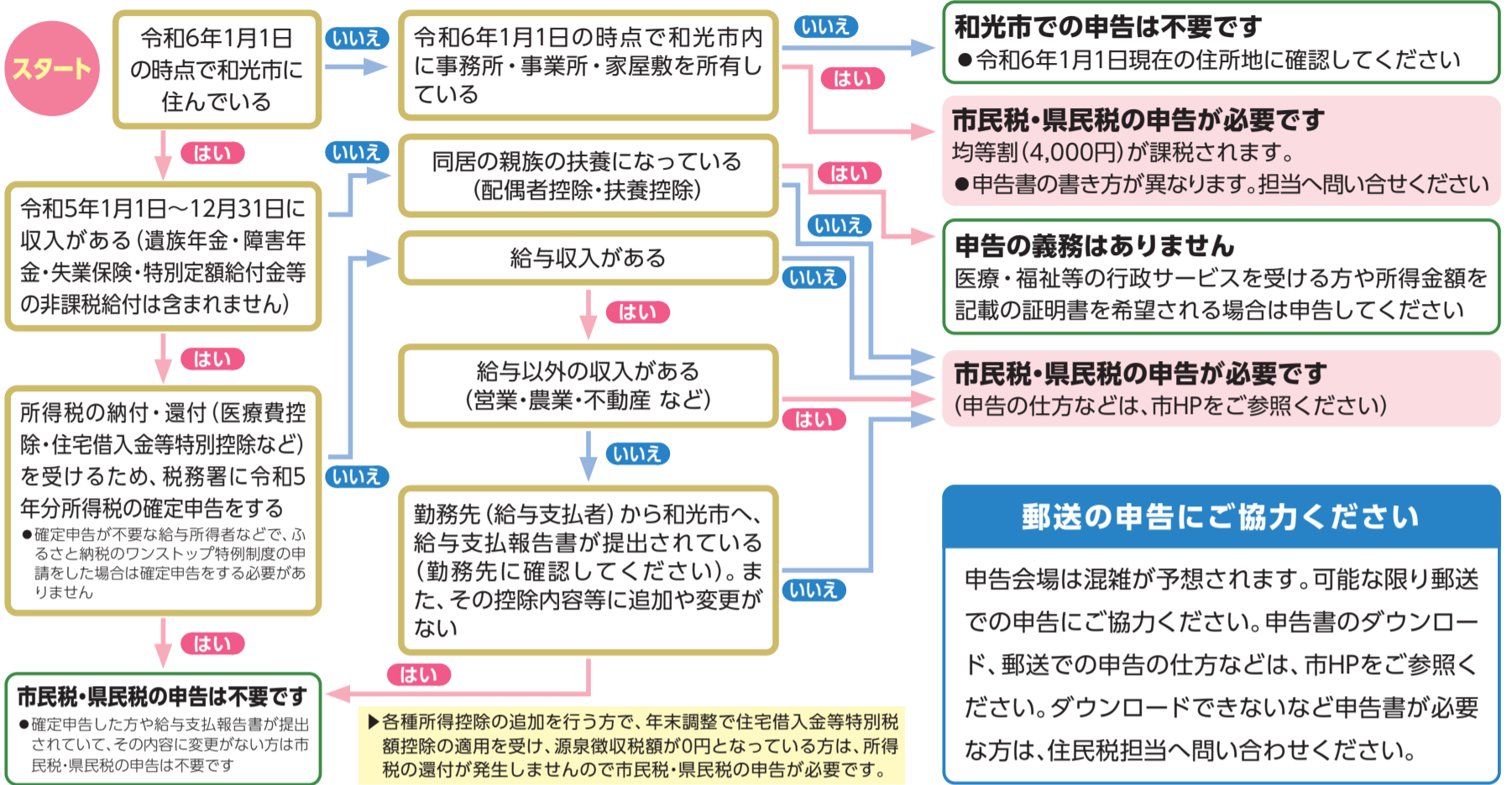
市民税・県民税の申告に関すること:課税課 住民税担当 ☎424-9102

## 市民税・県民税 申告受付

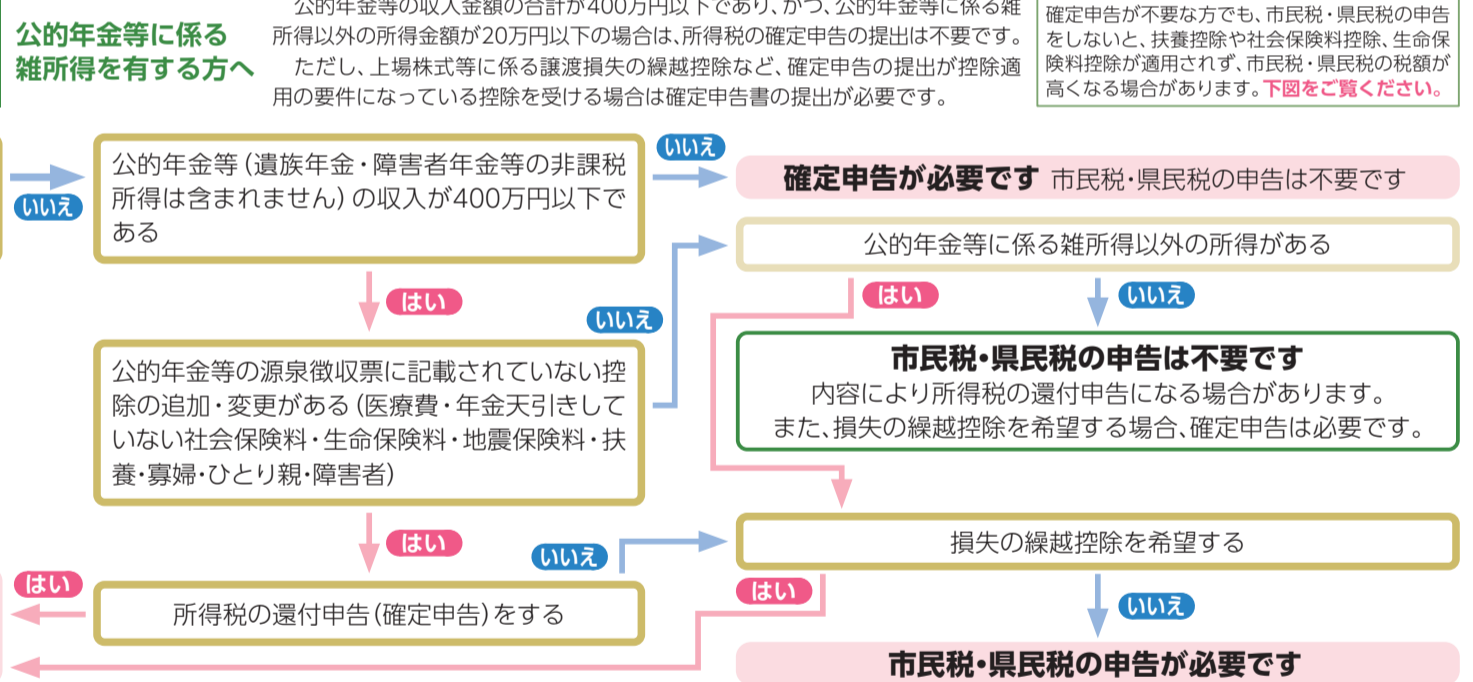
**3月1日(金)~15日(金)** 時間 平日9:00~16:00 場所 市役所5階 502会議室

お越しいただく場合、  
可能な限り少人数でお願いします

### ●市民税・県民税の申告が必要か確認しましょう



### 年金受給者の確定申告不要制度



## 令和6年度の主な税制改正

- 森林環境税の創設**  
森林環境税とは、令和6年度から国内に住所のある個人に対して課税される国税であり、市区町村において、個人住民税均等割と併せて1人年額1,000円が徴収されます。その税収の全額が、国によって森林環境譲与税として都道府県・区市町村へ譲与されます。  
なお、令和5年度まで継続していた個人住民税均等割の特例(東日本大震災を踏まえ、地方公共団体の防災施策の財源を確保するため1,000円引き上げられていた)が終了し、令和6年度から新たに国税である森林環境税が導入されます。
- 上場株式等の配当所得に係る課税方式の一致**  
上場株式等の特定配当等に係る所得及び源泉徴収ありの特定口座で取引した上場株式等に係る特定株式等譲渡所得(以下「上場株式等に係る配当所得等」という。)については、所得税と個人住民税の課税方式を一致させることになりました。具体的には、上場株式等に係る配当所得等を含めた所得税の確定申告書を提出している場合、個人住民税はその情報を基に所得税と同じ方式で課税することになります。また、所得税で申告不要を選択した場合は、個人住民税でも申告不要となります。これにより、所得税と個人住民税とで異なる課税方式を選択することはできなくなりました。
- 扶養控除等の国外居住親族の要件見直し**  
扶養控除等の対象となる国外居住親族の要件が厳格化され、原則として30歳以上70歳未満の者が除外されることになりました。ただし、以下の場合は扶養控除等の対象とすることができます。  
①留学により国内に住所及び居所を有しなくなった方  
②障害者  
③扶養控除等を申告する納税義務者から前年中に生活費又は教育費に充てるための支払を38万円以上受けている方  
●国外居住の配偶者が配偶者控除を受けるための要件は変更ありません

# 令和6年度 親子の居場所づくり事業のお知らせ 開催施設に直接連絡

## ◆ 令和6年度 0～2歳児対象サークル

感染症等の状況により変更する場合がありますので、詳細は各施設HPやセンター通信などでご確認ください。

### みんなの広場 南・北子育て世代包括支援センター(原則申込み不要)

会場	対象	時間	実施曜日
南子育て世代 包括支援センター 南2-3-3 ☎450-4642	0歳児 ●月齢別開催 (令和5年4月2日生まれから。おおむね2か月から参加可能)	10:00～10:40	毎週水曜日
	1歳児 (令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれ)		第1・3木曜日
	2歳児 (令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれ)		第2・4木曜日
北子育て世代 包括支援センター 白子3-29-10 ☎464-0194	0歳児 ●年度途中からクラス増設予定 (令和5年4月2日生まれから。おおむね2か月から参加可能)	10:30～11:00	火曜日
	1歳児・2歳児 (令和3年4月2日～令和5年4月1日生まれ)	10:30～11:15	木曜日



参加期間/令和6年4月～令和7年3月(夏季・冬季休暇があります)

●参加費は原則無料(行事によって有料の場合あり) ●他の施設に参加が決まっている方も参加できます

### 0～2歳児サークル 本町子育て世代包括支援センター(HPから申込み)

会場	対象	実施回数	参加費
本町子育て世代 包括支援センター 本町31-6 CIハイツ内 ☎460-1916	こあらサークル(おおむね2～10か月)	1～3期 各6回(予定)	500円
	ぺんぎんサークル(おおむね11か月～1歳11か月)		
	きりんサークル(おおむね2歳から)		



## ◆ 児童館幼児サークル

☎新倉児童館 ☎463-1679  
☎下新倉児童館 ☎464-1515  
☎南児童館 ☎467-5627



市HP

児童館でのオープンサークルについては、「登録制」のサークルではなく、どなたでも参加できる「オープンサークル」として開催します。各館における実施日や内容については、これからの広報わこうや児童館だよりなどをご覧ください。

## ◆ プレーパーク

☎保育施設課 施設整備担当 ☎424-9131 ☎464-1926  
☎総合児童センター ☎465-2525



わこうプレーパークの様子 総合児童センター



プレーパークは、地域団体と協働し、市内の子どもの居場所づくりや子どもの育ちを支援する事業です。プレーワーカーが子どもや親子の見守りと、自由に創造的な遊びの支援を行います。令和6年度も、市内各地の公園で実施を予定しています。詳細は決まり次第、市HPに掲載しますのでご確認ください。

また、わびあ内のぼうけん広場でもプレーパーク事業を実施しています。月1回程度の開催で、申込みは不要です。ぼうけん広場でのプレーパーク事業については、総合児童センター内の掲示物や総合児童センターHPをご覧ください(電話での問合せも、総合児童センターへ直接ご連絡ください)。

## ～ひとりで悩まないで～ 健康増進センター ☎465-0311 3月は自殺対策強化月間です

適度なストレスは、こころによい刺激となることもありますが、積み重なることによって、こころの健康を損なってしまう場合があります。「どうしよう」と悩んだときや困ったときに、第一歩として周囲の人や専門の窓口で話をする・相談をすることはとても大切です。

相談はさまざまな場所や方法でできます。下記以外にも市HPに情報を掲載していますので、ご活用ください。



▲市HP「こころの健康」

### こころの相談窓口 和光市 こころの健康 検索

- こころの相談(健康増進センター)  
☎465-0311(平日8:30～17:15)
- こころのサポート@埼玉(こころの悩み・不眠・うつなどのLINE相談)  
LINE IDで検索▶@kokosai  
(3月25日(月)までの期間。  
日曜日21:00～翌6:00、月曜日21:00～翌1:00)
- あなたのいばしょチャット相談 <https://talkme.jp>(24時間)
- 埼玉いのちの電話  
☎048-645-4343(24時間) <https://saitama-id.or.jp>
- DV相談+(プラス)  
☎0120-279-889(電話・メール24時間、チャット12:00～22:00)  
<https://soudanplus.jp>
- 24時間子供SOSダイヤル ☎0120-0-78310(24時間)
- BONDプロジェクト(10代20代女性のための電話・LINE相談)  
☎080-9501-5220(月・土18:00～21:00)  
☎070-6648-8318(水・日14:00～19:00)  
LINE IDで検索▶@bondproject  
(月・水・木・金・土10:00～22:00/受付21:30まで)



## 地域・みまもり隊 (白子小学校区地区社協)

須貝 sugai-iku@nifty.com

地域・みまもり隊は2年間の準備期間を経て、令和4年に発足しました。昨今の家族形態は、従来の「父母子ども2人」という形態から、例えば和光市では世帯数の半数が単身世帯と、家族形態が変化しています。それに伴った家族の課題も変化しています。大家族であれば家族内で支え合ってきたことが難しくなってきました。そこで地域全体を大きな一つの家族と捉え、支え合う地域を考えていきたいと思っています。

現在4つの部会(子育て、防災防犯、お助け、サロン)を設けてそれぞれ活動しています。子育て部会の「しらりん食堂(子ども食堂)」も少し知名度が上がってきたのでしょうか、楽しみにして下さる方も増えてきました。サロン部会では手芸をしたり、テニピン、ポッチャで体を動かしたり、ほっとしたひと時を過ごしています。まだ始まったばかりの会ですので、みんなで少しずつ手を出しながら試行錯誤しながら活動しています。ぜひ皆様のお力をお貸しください。



▲しらりん食堂(子ども食堂)の様子



▲サロン部会の様子

## より美しく、より健やかに 本来のバランスを取り戻しましょう! ジュリピラティス



自ら身体を動かし、本来のバランスを取り戻すのがピラティスの目的。  
和光市内で本格的なマシンピラティスができるスタジオは貴重!



▲一人ひとりに最適なレッスンを行えるよう、レッスン前のフットセラピーも念入りに行います ▲栗原さんがピラティスの動きを実演。こちらは上級者向きなので初めての方もご安心を!



◀顔タイプ診断に用いるアクセサリやファッションアイテムも豊富に用意

### ジュリピラティスからのお知らせ!

一人ひとりに最適なファッションやメイクをアドバイスする「顔タイプ診断」。通常価格15,000円、モニター価格10,000円のところ、先着5名様に8,000円にてご提供いたします。ご予約時に「広報わこうを見た」とお伝えください!(実施後、HPにご感想をいただけたらうれしいです!)



【ジュリピラティス】下新倉3-7-24  
レッスンスケジュール/月~金10:30、12:00、13:30、15:00  
定休日/土・日・祝  
詳細はHPをご覧ください。  
ご予約、お問合せは、LINE又はHP内「専用フォーム」まで▶



私たちの和光市に根を張り、元気に明るく頑張る商店や事業所。今回は、1日4名限定で本格的なマシンピラティスを提供する「ジュリピラティス」のご紹介です。オーナーの栗原さんがピラティスの教室を始めたきっかけは、産後の体調の変化に悩んでいたときのことでした。

「3人目の出産後に腰痛や股関節痛がひどく、外出もままならなくなり体重が25キロも増えてしまったんです。なんとかしなければ…と思っていたときに出会ったのがピラティスでした。ぜんぜんキツくないのに、終わってみたら身体がとても軽く感じて。腰痛や股関節の痛みもなくなって子どもと走り回れるようになり、体重もみるみる落ちていきました」と当時を振り返る栗原さん。「この感動を和光の女性に!」と始めたのがジュリピラティスです。

最近話題のピラティスですが「ヨガや整体、筋トレと何が違うの?」と疑問をお持ちの方も多いのではないのでしょうか。あらためて「ピラティスとは?」という質問を栗原さんにぶつけてみました。

「ピラティスの目的は、さまざまな動作でインナーマッスルを鍛えることで「身体本来のバランス」を取り戻すこと。アウターマッスルを鍛える筋トレの

ように大きな負担はかかりませんし、整体のように施術者に身を委ねるだけでもありません。体験していただくとわかるのですが、静止する動作の多いヨガとも大きく異なると思います。

栗原さんの役割は、あくまで自ら動いてバランスを整えることのお手伝い。自分の力で整えている実感があるから、満足度も大きいのかもかもしれません。

昨年10月のオープン以来、予約がいっぱいで空きがなく「せっかく記事にさせていただくのに申し訳ありません」と目を伏せる栗原さん。最後に、こんなメッセージをいただきました。

「お待たせしてしまうかと思いますが、身体の痛みや姿勢、ポッコリお腹にお悩みの方はぜひご連絡ください。とくに産後ケアにはピラティスがおすすです。顔タイプ診断もしていますので、内側からも外側からも美しく健康な人生を愉しみましょう!」。



オーナーの栗原 樹里さん

次回は、おなかの中から健康をサポートする「乳酸菌生産物質」を製造・販売する『株式会社 光英科学研究所』です!

## しばさき市長の アクティビティ・レポート Activity Report

市民の皆さまとの懇談や  
市内イベントへの参加など、  
様々な公務の様子をご紹介します!

No. 2



1月31日  
【平和な未来を考える会】  
#和光市 #和光市長 #forum2050 #平和 #未来 #平和学習 #中学校



1月30日  
【姉妹都市公式訪問団報告会】  
#和光市 #和光市長 #姉妹都市 #Longview



1月18日  
【まちなかminiコンサート第3弾  
~100万人のクラシックライブ コラボ企画~】  
#和光市 #和光市長 #100万人のクラシックライブ

日頃の公務の様子や市の魅力を  
Instagramで発信していますので、  
ぜひご覧ください。

和光市長(柴崎光子)  
公式アカウント



wako\_mayor

#和光市長インスタ  
#wako\_mayor  
#和光市長(柴崎光子)公式アカウント

## 見聞の特派員レポート

## 大和中学校校長 佐藤 真二 先生

まちの見聞特派員 金澤 里美

入学式の後、保護者が親しげに校長に話しかける光景に出会いました。数十分前の校長の挨拶で「過去にここの中学で教員をしていた」とお話がありましたが、当時の教え子が保護者として参列していたようです。

それからも、生徒から「校長先生、僕の母をご存じですか?」と話しかけられることもあり、当時の名前や所属していた部活などを聞いていると覚えていることが多いということでした。

先生が大和中学校に赴任した2年後の1993年、担任として受け持ったのは3年生でした。他の3年生の先生方は生徒たちとすでに2年の絆ができています。その絆のある学年に入るために、まずはクラス全員の名前を覚え、4月の最初の出席確認で出席簿を見ずに出席をとったそうです。

また、親、子、先生をつなぎたいという思いでほぼ毎日書いた学級通信は、今でも大切に持っている教え子もいて、自分にとっても記録になる良い経験だったそうです。

校長となってからも、すぎ間時間を利

用して生徒が大会に出場した時の写真を掲示したり、校長室に全生徒をグループごとに招いて給食を食べたりと、生徒を覚えることへの情熱は今も続いています。

今年度も残りあと1か月。大和中学校では2週間後に卒業式が行われます。大和中学校で誰かと再会することがあったら、どんな大人になっているでしょう。意外な再会に驚くことがあるかもしれませんね。

この記事をご覧になった現在36歳~47歳の大和中学校卒業生の皆様、佐藤先生と中学生時代の思い出を探しに母校の門をくぐってみませんか?

「この時のつながりが、ふと振り返った時にあるといいですね」と先生はメッセージをくださいました。

もしこの記事が再会のきっかけの一つになりましたら幸いです。



和光市立大和中学校の校章



和光市にある理化学研究所が開発した新種のサクラや  
押さえておきたい市内のサクラスポットを紹介します♪



\\ 和光ならではの!! //

## 理研が共同開発した 新種のサクラ

理研仁科加速器科学研究センター イオン育種研究開発室の阿部知子室長らがJFC石井農場と共同開発した新種のサクラ。理研の加速器「リングサイクロトロン」から発生する重イオンビームを照射して突然変異を誘発させてつくり出しました。

緑がかった花を咲かせる桜「御衣黄(ぎょいこう)」に重イオンビームを照射して突然変異を誘発させてつくり出したサクラが、仁科蔵王です。



### A 淡い黄色のサクラ **仁科蔵王**

花は、半八重で、4~5cm程度の大きさをしており、咲き始める頃には淡黄緑白色で、終わりの頃に淡黄ピンクが広がり、美しい色の変化が見られます。

【見られる場所】

和光市役所 駐車場 東側 サンアゼリア側

八重咲きのサクラ「春月花」の枝に重イオンビームを照射して突然変異を誘発してつくり出したサクラが、仁科春果・仁科小町です。

### B 花の大きい **仁科春果**

「春月花」に比べて花の大きさが4.1~4.2cmと大きく、花弁数が23~25枚と安定した八重咲きです。

【見られる場所】

丸山台2丁目 丸山台交差点東側南東角 ポケットパーク

### C ぼんぼり咲き **仁科小町**

花は、1.3~1.4cmと小さく、花弁数も5枚で一重咲き。サクラでは珍しく、花が完全に開かないぼんぼりのような形(ぼんぼり咲き)をしています。

【見られる場所】

丸山台2丁目 丸山台交差点外環植え込み 北・南側2か所 掲示板(31204、31205) 付近



① 和光市役所北側  
広沢1-5 市道521号線沿い



② 和光国際高校前  
広沢4-1付近  
市道477号線沿い



さくら好きにはたまらない。  
和光のサクラ



③ 越戸川  
新倉5丁目 赤池橋付近



④ 福祉の里西側  
新倉8-23-1付近  
市道459号線沿い

写真:まちの見聞特派員 足立恵一、松下正夫/公益財団法人 和光市文化振興公社

## 3月 乳幼児の健康診査 ☎ネウボラ課 母子保健担当 ☎424-9087

乳幼児健康診査の受診方法は、原則、集団健診となります。なお、受付時や健診中の混雑を緩和し、感染症の拡大を防止するため、受付時間を指定してのご案内となります。

各健診の対象者には通知をしますので、詳細は通知文でご確認ください。  
また、ご希望の方は引き続き個別健診も選択できますので、通知が到着後担当へご連絡ください。

## 骨髄等提供者へ助成金(上限14万円)を交付しています

- ☑ 骨髄・抹消血管細胞の提供完了日に市内に住民登録があり、かつ、勤務先においてドナー休暇などの助成を受ける機会がない方  
助成額/通院・入院など1日当たり2万円(1回の提供につき、上限14万円)
- ☑ 骨髄などの提供が完了した日から90日以内に、下記の必要書類を健康増進センター窓口又は郵送(〒351-0106 広沢1-5-51 健康増進センター)で
  - ①和光市骨髄移植ドナー助成費交付申請書兼請求書・要押印(シャチハタ印は不可)
  - ②(公財)日本骨髄バンクが発行する証明書
  - ③振込先金融機関の口座が確認できるものの写し

## 献血のお知らせ

☎健康支援課 健康づくり担当 ☎424-9128(平日8:30~17:15)

現在、献血協力者の減少などにより輸血用血液が大変不足しています。輸血を必要とされる方のため、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

☎3月25日(月)10:00~11:45、13:00~16:00

## 予防接種はお済みですか?(二種混合、MR第2期)

予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められています。遅らせずに予定通り受けましょう。

### ▶二種混合(ジフテリア・破傷風)

☑ 11~13歳未満で、接種当日に市内に住民登録がある方

接種期間/13歳の誕生日の前日まで

☑ 二種混合(ジフテリア・破傷風)ワクチンを1回接種

☑ 母子健康手帳(必須)、市の予防接種予診票(令和5年5月に送付済)、本人確認書類、その他医療機関から指示されたもの(保険証など)

### ▶麻しん風しん混合ワクチン(MR)第2期

☑ 平成29年4月2日~平成30年4月1日生まれで、接種当日に市に住民登録がある方

接種期間/3月31日(日)まで

☑ 麻しん風しん混合(MR)ワクチンを1回接種

☑ 母子健康手帳(必須)、市の予防接種予診票(令和5年4月に送付済)、本人確認書類、その他医療機関から指示されたもの(保険証など)

### 【共通事項】

☑ 指定医療機関はHPをご覧ください

● 定期接種の条件(接種期間、接種回数・間隔、住民登録など)を外れると、全額自己負担(任意接種)となります

● 定期接種は住民登録に基づき、自治体によって指定医療機関や費用が異なります。転出の予定がある方は、接種日・転出日に十分ご注意ください

● 転入や紛失などでお手元に通知や予防接種予診票がない方は、健康増進センターへ母子手帳をご持参ください

市HP  
「定期接種について」▶



## 緑内障

朝霞地区医師会 佐々木 淳 ☎464-4666



緑内障は、眼球の奥に存在する視神経が障害されて視野が狭くなる病気です。いちど欠けてしまった視野は元には戻らず、加齢と共に進行するために日本人の成人における失明原因の1位です。40歳以上の5%、75歳以上では10%以上の方が緑内障とされます。

緑内障にはさまざまな病態があり、先天性の病気や発育の異常が原因である小児緑内障、他の疾患や薬の副作用により発症する続発緑内障、眼自体に原因がある原発緑内障の3病型に分類されます。さらに原発緑内障は、眼球の中を循環している房水の排水路である隅角という部位の状態により原発開放隅角緑内障、原発閉塞隅角緑内障に大別されます。このうち原発閉塞隅角緑内障においては、緑内障発作と呼ばれる急激な眼圧上昇を起こす危険があり、視力障害に加えて頭痛や嘔吐を生じて救急搬送され、緊急入院や手術が必要になることがあります。そのため重度の閉塞隅角の患者さんにおいては、高眼圧発作を起こすリスクのある薬の摂取や、麻酔などの一部医療行為が禁忌になります。ただし日本人に一番多い正常眼圧緑内障は開放隅角に分類され、日常生活に特別な制限はありません。

40代以降の健康診断項目には、視力、眼圧、眼底写真が含まれています。眼圧が高かったり、眼底写真において視神経乳頭陥凹の拡大や神経繊維層欠損といった緑内障を疑う所見があったりすると眼科受診を勧められます。緑内障の症状を自覚して眼科受診する患者さんの数よりも健診や他の目的で眼科を受診する際に初めて緑内障を指摘される患者さんの数の方が多いことから、早期発見には定期的な健診や眼科受診が大切です。

あると言えます。

眼科外来においては、緑内障の有無や病型を診断するために様々な検査を行います。視力、眼圧、眼底、隅角、視野検査などを必要に応じて行いますが、近年では光干渉断層計(OCT)を用いた三次元画像解析法が広く普及しており、網膜の神経繊維層の立体的な評価をすることによって、視野障害が出現する以前の段階の前視野緑内障といった病態も診断が可能となっています。

現在、すべての緑内障に対する唯一の確実な治療法は眼圧を下げる事です。緑内障の治療には点眼、内服、レーザー治療や手術など様々な手段がありますが、すべての治療は眼圧下降を目的として行われます。まずは1種類の点眼薬を開始し、病状や進行の速さを確認しながら必要に応じて点眼薬の追加およびレーザー治療や手術治療を検討していくのが一般的な治療の流れです。正常眼圧緑内障においても、眼圧をさらに低くコントロールすることによって緑内障の発症も進行も遅らせることが可能です。欠けてしまった視野を元に戻す治療は今のところありませんので、緑内障と診断されると生涯において定期受診や治療を続けていく必要があります。

ずっと治療を続けているのに良くなることは無く、むしろ加齢と共に進行していくとなると通院や治療を続けることが苦痛に感じられる事があるでしょう。以前緑内障を指摘されていたものの、いつのまにか治療を中断してしまっていたという患者さんはたくさんおられます。こうした患者さんを増やさないように、医療機関も患者さんとより良いコミュニケーションをとることができるよう努力しています。

繰り返しになりますが、緑内障は視野の欠損が進行して中心に影響が及ぶまでの間は視力の低下は起きないため、見えづらいという自覚症状が現れた時にはかなり進行してしまっていることが多い病気です。40代を過ぎたら健康診断や外来受診で眼底の検診を受け、早期発見、早期治療に努めることが大切です。

広告 相続不動産預金名義変更・遺言  
認知症対策の家族信託  
**萩原司法書士事務所**  
地元密着20年 無料相談会実施中  
親切に対応します(要予約 土日可)  
☎ **048-451-5731**  
和光市本町5番6号柳瀬ビル2階  
和光市役所出張所前 和光市駅1分

広告 HONDA  
**運転免許**  
和光市駅周辺より  
無料スクールバス運行中  
安全の喜びを共に  
**レインボーモータースクール**  
https://www.rms.co.jp/  
和光市下新倉5-27-1 ☎048-461-1101

広告  
**わこう法律事務所**  
☎ **048-450-6505**  
土・日・夜間も相談可(要予約) 相談料 30分 5,500円  
債務整理の初回相談無料(事業者の方除く)  
所属弁護士 埼玉弁護士会 石井多恵 大沢修平  
和光市駅南口 徒歩4分 和光市丸山台 1-6-14-105  
わこう法律事務所 検索 (イトーヨーカドー和光店隣)

広告 相続相談・遺言作成・生前贈与  
成年後見・家族への信託 他  
(初回相談80分無料・要予約・土日対応可)  
☎ **048-424-5835**  
**司法書士 加賀屋パートナーズ**  
埼玉司法書士会所属 司法書士 原 邦治  
和光市本町2-6 レインボープラザ405  
和光市駅南口徒歩2分 イトーヨーカドー和光店そば  
まずは **司法書士 加賀屋** でご検索を!



和光市男女共同参画推進係「わこうさん」

あなたの心のふたを開けて、思いを解き放ち、その思いを自分らしく奏でてほしい…。そんな願いから「おるご〜る」と名づけられました。

## ワーク・ライフ・バランスについて考えよう

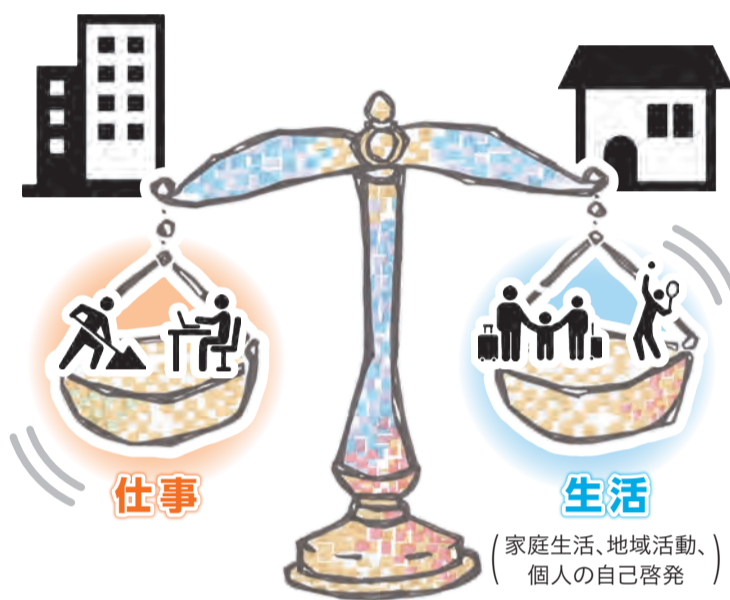
共働き世帯数は、年々増えています。しかし、育児休業の取得率や取得期間は、男女間でまだまだ大きな差があります。また、家事・育児の負担は女性に偏るなど、共働き世帯でも、いまだに固定的な性別役割分担が残っています。働き方を見直し、男性が家事や子育て、地域活動などにもっと参画していくためには、どうしたらよいのでしょうか？

今号の「おるご〜る」では、ワーク・ライフ・バランス※1をテーマに、共働きをしながら子育てをしている市民の方たちにお話をうかがいました。また、ワーク・ライフ・バランスの視点に立った働きやすい環境づくりに取り組んでいる市内企業(2社)の職場訪問も実施しました。仕事と生活のバランスは、すべての人にとって生き方・働き方に関わる大切なことです。例えば、仕事と子育てをひとりで両立しなければならないひとり親世帯や親の介護をひとりで抱えながら仕事をしている人たちにとっても、ワーク・ライフ・バランスは切実な問題です。

ワーク・ライフ・バランスの実現に向けて、私たち一人ひとりが家庭や職場、そして地域で今できることを考えてみましょう。

※1 ワーク・ライフ・バランスとは、誰もが人生の各段階において、仕事、生活(家庭生活、地域活動、個人の自己啓発などの様々な活動)において、自らの希望に沿った形でバランスをとりながら展開できる状態のこと。(出典:「第4次和光市行動計画男女共同参画わこうプラン」)

### バランスは取れていますか？



(家庭生活、地域活動、個人の自己啓発)



## Interview 和光市の企業では



### 株式会社渋谷光学

会社データ  
【業務内容】  
光学機器・理化学機器の製造、販売  
【従業員数】  
27名(男性15名、女性12名)  
正社員27名  
【埼玉県多様な働き方実践企業※2】  
認定ランク:プラチナ

◀従業員と話す下平社長(右)



### 株式会社 ホンダレインボー モーターズスクール

会社データ  
【業務内容】  
自動車運転免許教育、  
安全運転研修事業ほか  
【従業員数】  
217名(男性167名、女性50名)  
正社員205名  
【埼玉県多様な働き方実践企業※2】  
認定ランク:プラチナ

◀正面玄関にて

### 皆が働きやすい職員環境を目指して!下平社長に聞いてみました

#### ● 明確なビジョンの共有

社員が自慢できる会社となることや目指している具体的な企業名をあげて、ビジョンを示し、会議等で社員とコンセンサスをとってきました。

#### ● 女性が働きやすい環境づくり

男女平等をモットーに、女性が働きやすい環境をつくってきました。社員のママ友が入社したり、夫婦で勤務する例もあり、幸いにも辞める人はいません。

#### ● 育児、家事への積極的な参画を支援

社員との個人面談で家庭の事情や支援の必要性を把握。在宅勤務の積極的な活用や、半休制度の利用でPTA活動への参画も可能です。育児休業制度を活用する男性社員も増えています。

#### ● 業務改善で仕事の代替が可能に

新システムの導入で業務の見える化を推進し、休んだ社員の仕事も把握できるようになりました。在庫の個人管理をやめ、全品登録による見える化の推進で倉庫での一括管理も可能になりました。



業務改善や社内制度を充実させることによって、社員が働きやすい環境を整えていますね。また、性別に関係なく仕事ができるのは素敵ですね。社員のワーク・ライフ・バランスの実現に向けて取り組んでいますね。

### 総務課の社員の方に取材の協力をいただきました

#### ● 人材不足解消の取り組みとして

業界全体で課題となっている人材不足に対応するため、総務が主体となって、家庭と仕事の両立ができる制度改定を数年にわたり進めてきました。

#### ● 多様な働き方に対応した施策

性別に関わらず育児休業取得を促進したり、短時間勤務制度を小学校入学まで延長したりと子育て世代が安心して働ける環境へと整えました。最近では育児手当を新設し、経済的なサポートも拡充しています。他にも賃金の引き上げや65歳までの定年延長、介護世帯への手当支給などを実施しています。今後も全従業員が働きやすい職場を目指していきます。



#### ● 目に見える効果

育児を理由にした離職は減少し、若年層の定着率が向上しました。特に男性社員の育児環境は、育休取得率は69%、平均取得期間は3.6カ月(2022年実績)と以前よりも大きく改善しています。多様な働き方を可能にすることによって女性の活躍・登用も進めています。指導員職に女性が増えたことで「指導員指名制度」が充実し、顧客満足度の向上につながりました。また、2022年には女性初の管理職も誕生しました。

企業が育児休業取得の促進や短時間勤務制度などを積極的に取り入れることによって、社員が働きやすい環境を整えて、目に見える効果がでてきてますね。働き方改革によって、顧客のメリットにもつながっているいい事例ですね。

※2 埼玉県多様な働き方実践企業とは、仕事と家庭の両立を支援するため、テレワークや短時間勤務など、多様な働き方を実践している企業等を県が認定するものです。埼玉県多様な働き方実践企業ホームページ ▶ <https://tayou.pref.saitama.lg.jp/>





# Interview 和光市の子育て家庭では



**高橋 恵子 さん**  
(仮名)

### プロフィール

本人:薬剤師(30代)  
夫:自営業(30代)  
子:5歳、1歳

取材では委員と相撲を取る  
元気な長男も参加しました

## 薬剤師と自営業のご夫婦に聞いてみました

● **妻が育休中、夫が自営業の場合**  
現在は私が育児休業中ということもあり、家事など家のことはほとんど私がしています。夫は整体院を経営していて営業終了後も事務仕事などがあるため、帰宅が夜10時ごろになることも多いです。私が仕事をしていた時は、夫が上の子の保育園への送りや朝ごはんの支度を担当していました。

● **正社員でいられるか…。**  
いま不安に思っていることは、このまま正社員として私の仕事を続けていくことができるかということです。正社員だと時短勤務でも午後5時終業です。子どもが急に体調を崩して保育園に迎えに行かなければならない時も私が迎えに行くことになります。今は同じ沿線に住んでいる親が子育てに協力的でとても助かっていますが、今後、子どもの習い事の送迎などが生じたら難しいかもしれません。夫や親をいつでも頼ることはできないので、市のファミリー・サポート・センターを活用しようかなどいろいろ考えているところです。

ファミリー・サポート・センターのサービスには、登校前や放課後の預かり、保育施設までの送迎など、子育てを地域で支援する事業(ファミリー・サポート事業)がありますね。また、子どもが急に熱を出して、仕事が休めないときは、緊急サポート事業もありますね。  
ファミリー・サポート・センター▶



**川崎 未紗 さん**

### プロフィール

本人:会社員(20代)  
夫:会社員(30代)  
子:1歳

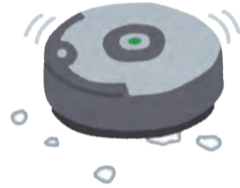
ゆっくり言葉を選びながら  
お話しする未紗さん  
もうすぐ復職  
新たな生活が始まります

## 夫婦ともに会社員の方に聞いてみました

● **夫が2回の育休取得**  
私はできるだけ長く育児休業を取り、夫は2回、あわせて2か月半取得しました。夫の会社では男性が2度目の育休を取るの初めてだったため驚かれたそうです。夫は育休中、育児だけでなく家事も積極的に行ってくれました。食事は温めればよいものを活用し、乾燥機にロボット掃除機に食洗機にと家電をフル活用しました。

● **会社の制度を活用、仕事も子育ても二人で**  
出産前にお互いの会社の制度を確認しました。比べてみると夫の会社のほうが子育て中の社員を支援する制度が充実していて、例えば、扶養家族への支援が手当なども含めて手厚く、子どもは夫の扶養に入れることにしました。看護休暇も私の会社は無給、夫の会社は有給でした。今後保育園で急なお迎えの呼び出しなど子どもに何かあったとき、夫が休むなら有給という共通認識があるだけでも違ってくるのかなと思っています。これまでの積み重ねで私がお迎えに行くことができなくても夫が行ってくれると感じています。

お互いの会社の制度を見比べることで、家事や育児の家庭内での役割分担を見直すこともできますね。



## 今回取材をしてみて…

### 企業では

トップがビジョンを掲げて社員と共有し、性別に関係なく全社員がフラットな関係で仕事ができる会社は理想的です。業務の見える化の推進によって仕事の代替が可能になったことが社員の働きやすさにつながったようです。

企業は業務改善や育児休業の取得の促進など、会社の制度を充実させて、社員の働きやすい環境を整えてきていますね。



企業の両立支援制度は着実に進み、多様な人材を確保し顧客ニーズへ対応するなど成長戦略となる一方、個人レベルはまだまだ発展途上です。ワーク・ライフ・バランスの浸透は私たち一人ひとりの意識次第だと思いました。

### ワーク・ライフ・バランス

仕事だけでなく生活も充実し、豊かな人生になるよう、ワーク・ライフ・バランスについて考え、市民も企業も取り組みを始めてみましょう。

家庭の中のジェンダー平等とワーク・ライフ・バランスは密接にかかわっていることを実感しました。また、育児休業というのは現在はまだ「会社員の制度」なのだ…ということをあらためて意識し、まだまだ制度を整えていく必要性があることを考えさせられました。

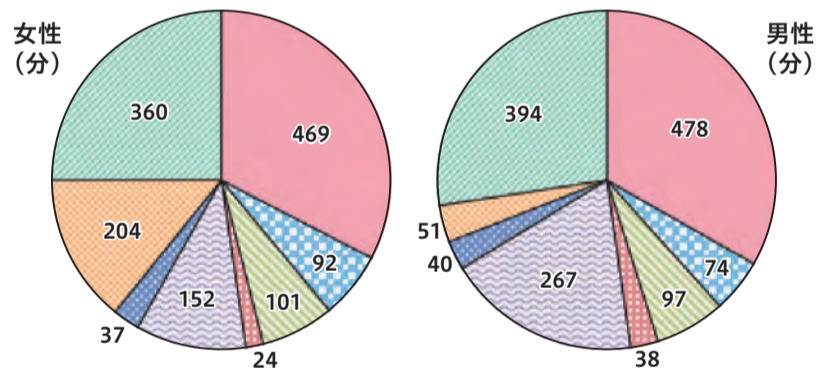
子育て家庭では、会社勤めの男性の育児休業の取得や在宅勤務により、男性の家事や育児への参画が進んでいますね。

子育てしやすい社会の実現のために、国や地方自治体のさらなる支援制度が必要だと感じた取材でした。今後も自らの事を振り返り、男女共同参画社会の実現をまずは家庭から進めていきたいと思っています。

### 子育て家庭では

## 1日の時間の使い方(週全体平均)(令和3(2021)年)

下記グラフは1日の時間の使い方、家事・育児等・働き方の現状を表しています。男女別の1日の時間の使い方のデータを見ると、現在でも仕事時間は男性、家事関連時間は女性に大きく偏っています。



(出典:『令和5年版男女共同参画白書』内閣府)

(備考)  
1.総務省「社会生活基本調査」より作成。2.対象は我が国に住んでいる10歳以上の人。  
3.「家事関連」は、「家事」、「介護・看護」、「育児」及び「買い物」の合計。  
4.「3次活動」とは、睡眠、食事など生理的に必要な活動(1次活動)、仕事、家事など社会生活を営む上で義務的な性格の強い活動(2次活動)以外の、各人が自由に使える時間における活動を指し、「移動(通勤・通学を除く)」、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」、「休養・くつろぎ」、「学習・自己啓発・訓練(学業以外)」、「趣味・娯楽」、「スポーツ」、「ボランティア活動・社会参加活動」、「交際・付き合い」、「受診・療養」、「その他」が含まれる。

## 編集後記

### ◎男女共同参画わこうプラン推進委員(五十音順)

- 今回は福島県からリモートワークで執筆。やればできるものだなと実感。(浅野里香)
- 転職しました。新職場でも本活動を支えてもらえて感謝です。(土田那津子)
- 委員になってLGBTQ等について学んで問題の奥深さを再認識しました。(林功)
- 他の委員と意見を交わし、とても勉強となり有意義な時間がもてました。(星野裕司)

### ◎和光市男女共同参画アドバイザー

公募による市民の方たちが5月から編集会議を重ね、「おるご〜」No.29を無事発行することができました。お忙しい中、取材にご協力いただいた皆様には深く感謝申し上げます。(石崎裕子(跡見学園女子大学 観光コミュニティ学部 コミュニティデザイン学科准教授))

■問合せ先/企画人権課 人権文化交流担当 ☎424-9088



### 和光市高齢者福祉センターゆうゆう

☎452-7106(南1-23-1 2階) 開所時間/平日9:00~16:00

●二次元コードからLINEの友達登録をすると最新情報が受け取れます▶



- 対 60歳以上 申 電話又は窓口で
- ▶マッスルコグニサイズ(頭と体の体操)
- ☎ 毎週月曜日10:30~11:20
- ▶麻雀の日
- ☎ 3月7日(木)・16日(土)9:00~12:00

- ▶カラオケ愛好会
- ☎ 3月9日(土)・23日(土)12:30~15:00
- ▶おたっしや健診
- ☎ 3月21日(木)10:00~12:00



### 新倉高齢者福祉センター 歩楽里

☎465-3800(新倉1-20-39) 開所時間/平日 9:00~16:00

- 対 60歳以上 申 定員になり次第締め切り
- ▶はじめての古来伝統の太極拳講座
- ☎ 3月4日(月)13:00~14:00
- 定 5名
- 持 動きやすい服装、水分、運動靴
- 師 伊東 芳子 氏
- ▶明治から昭和まで レコードを聴く会
- ☎ 3月11日(月)10:00~11:30

- 師 矢崎 康彦 氏
- ▶シニアスマホ講座
- ☎ 3月14日(木)
- 午前の部 基礎編 10:00~12:00
- 午後の部 LINE編 13:00~15:00
- 費 300円(資料代)
- 持 スマートフォン

### まちかど元気あっぷ 予

☎485-8859(南1-9-25) 10:00~15:00 開所日/月~木曜日

対 65歳以上 定 各14名(鍛錬マシントレーニングは12名)  
持 マスク、室内用運動靴、飲み物、タオル

教室名	3月開催日	曜日	時間
やさしいヨガ	4日・11日・18日・25日	月	10:00~11:00 ●11:00~11:30フリータイム
筋力アップ体操	5日・12日・19日	火	
ブレインアップ	6日・13日・27日	水	
のびのびストレッチ	7日・14日・28日	木	13:30~14:30 ●14:30~15:00フリータイム
鍛錬マシントレーニング	4日・7日・11日・14日・18日・25日・28日	月・木	

### まちかど健康相談室 予

☎080-5913-6797(広沢1-2) 月~金曜日 10:00~15:00

- ▶園芸クラブ(花壇作り)
- ☎ 3月1日(金)10:15~11:30
- (雨天の場合8日(金))
- 場 広沢小学校校庭 持 軍手・飲み物
- ▶習字を楽しもう
- ☎ 3月5日(火)10:00~12:00 定 8名
- ▶専門講座「終活の第一歩」
- ☎ 3月5日(火)13:30~14:30 定 10名
- ▶絵を楽しもう(大人のぬりえ)
- ☎ 3月6日(水)13:30~14:30 定 8名
- ▶ゲートボールを楽しもう
- ☎ 3月8日(金)・19日(火)13:30~14:30

- 場 西大和団地集会所裏広場
- 持 手袋・飲み物・帽子
- ▶手芸を楽しもう(フラワーマグネット)
- ☎ 3月15日(金)10:30~11:30
- 定 8名 費 100円
- ▶囲碁・将棋を楽しもう
- ☎ 3月22日(金)13:00~15:00 定 8名
- ▶ミニ料理講座(焼き鶏缶の青菜炒め)
- ☎ 3月26日(火)
- 11:00~11:30、14:00~14:30
- 定 各回8名

### まちかど健康広場 予

☎424-5420(本町23-32グッドラックビル1階)

対 65歳以上 定 各15名

教室名	3月開催日	曜日	時間
レクリエーション	5日・12日・19日・26日	火	①13:20~13:50 ②14:05~14:35
コグニサイズ	6日・13日・27日	水	①13:20~13:50 ②14:05~14:35
元気塾	1日・8日・15日・22日・29日	金	①9:50~10:20 ②10:35~11:05

### 市民介護・健康講座 認知症サポーター養成講座 予

☎福祉の里 ☎468-3355

- ☎ 3月9日(土)13:15~15:00
- 場 ケアハウス桜の里地域交流スペース
- 師 和光福祉会キャラバンメイト
- 定 12名 持 筆記用具
- 申 3月8日(金)まで電話で

### ヘルス喫茶サロン

☎NPOぽけっとステーション ☎465-8833

- ☎ 3月5日(火)・18日(月)10:00~11:45
- 場 本町小学校福祉交流室 師 管理栄養士
- ☎ 血圧測定、体重、体組成測定、栄養ミニ講座
- 『腸内環境を整え、お通じ改善』

### うるかむ事業 予

介護予防のために体操・音楽・創作などの活動を行います。プログラムなどの詳細はお近くの事業所へ問い合わせください。

対 65歳以上 申 新規申込は事前にご連絡ください

実施場所	3月開催日	時間	問合せ
サポートセンター広沢(地域交流室)	7日・14日・21日の各木曜日	13:30~15:30	サポートセンター広沢(広沢1-1)☎458-6901
和光ホーム(ダイルーム)	3日・17日の各日曜日	13:30~15:30	和光ホーム(諏訪2-4)☎451-6411
わこうの丘(多目的ホール)	1日・15日の各金曜日	13:15~15:15	わこうの丘(下新倉3-7-7)☎451-0157
ケアハウス桜の里(地域交流室)	13日・27日の各水曜日	10:30~12:00	ケアハウス桜の里(新倉8-23-2)☎450-5656
リーシェガーデン和光(デイサービスセンター)	5日・12日・19日・26日の各火曜日	14:00~16:00	リーシェガーデン和光(丸山台2-11-1)☎485-9956
ミアヘルサオアシス和光(地域交流室)	8日・15日・22日の各金曜日	13:30~15:30	ミアヘルサオアシス和光(新倉2-5-49)☎423-0763
ひかりのさと(ひかりのさと地域交流室)	13日・27日の各水曜日	13:30~15:00	社会福祉法人章佑会「ひかりのさと」(丸山台2-20-15)☎468-2313
わこう翔裕館(地域交流施設ひまわり)	5日・12日・19日の各火曜日 8日・15日・22日の各金曜日	9:30~11:30	地域交流施設ひまわり(下新倉4-17-52)☎486-9371
本町小	1日・8日・15日の各金曜日	9:30~11:00	クローバー整骨院(本町19-3 ローヴェ101)☎423-7335
南公民館	7日・14日・21日の各木曜日	13:30~15:00	

### まちかど生き生きプラザ 予

☎452-5088(下新倉1-4-17) 開所日/月~金曜日 10:00~15:00

対 65歳以上 ①10:00~11:00 ②13:00~14:00



内容	3月開催日	曜日	時間
関節のびやか体操	4日・11日・18日・25日	月	二部制(①・②)
ナンプレ&クロスワードに挑戦	5日	火	①のみ
ボランティアに参加してみよう!	5日	火	②のみ
タブレット講座~災害に備えよう~	7日	木	二部制(①・②)
ボードゲームを楽しもう!	12日	火	二部制(①・②)
誰でもサロン(予約不要)	19日	火	①のみ
ポンジャン~簡易麻雀~	19日	火	②のみ
ひらめきアート☆ぬり絵マルシェmini	21日	木	二部制(①・②)
かんたん創作~根付レトロ喫茶~	27日	水	二部制(①・②)
楽しく、脳トレ!	28日	木	二部制(①・②)
中央公民館(視聴覚室)タブレット中級	21日	木	二部制(①・②)

▶スマホ相談日 10:00~11:00、13:00~14:00 ●日程は問い合わせください



### 図書館

☎463-8723 h0301@city.wako.lg.jp  
開館時間/平日 9:30~20:00 土・日・祝日 9:30~18:00  
3月の休館日/館内整理日:14日(木)・28日(木)



#### ▶絵本とおはなしの会/土曜ほんタイム

☎3月2日・9日・16日・23日・30日の各土曜日  
11:00から2・3歳、14:00から4・5歳

●2日・9日のみキッズルームで

#### ▶ブックスタート事業

☎①3月11日(月) ②3月18日(月)  
10:00から、10:45から、11:30から

☎①令和5年10月生まれの親子  
②令和5年11月生まれの親子  
●対象日に絵本を受け取れなかった方  
☎電話又はLINE、メール、窓口にて

#### ▶あかちゃんと楽しむ絵本とわらべうた

☎3月15日(金)※完全入れ替え制  
10:30~11:00、11:15~11:45

☎6か月~2歳の親子

☎各回10組(申込多数の場合抽選)

☎1週間前の17:00までにメールで

#### ▶あかちゃんタイム(乳幼児親子)

☎3月21日(木)10:30~11:30

#### ▶Wonder Club

(英語絵本の読み聞かせ)

☎3月24日(日)14:00~14:30

### 坂下公民館

☎464-5230 開館時間/月~日曜日 9:00~21:30



#### ▶囲碁・将棋の集い

☎3月9日(土)13:00~15:00

☎先着10名

☎3月1日(金)から電話又は窓口で

#### ▶子ども卓球教室

☎3月17日(日)10:00~12:00

☎市内在住・在学の小学生 ☎先着15名

☎3月4日(月)9:00から電話又は窓口で

#### ▶子育てサロン

☎3月19日(火)10:00~11:45

☎妊娠期~子育て中の親子

### 新倉ふるさと民家園

☎467-7575 niikura-kominka@nifty.com

3月の休園日/6日(水)・13日(水)・27日(水)・28日(木)・29日(金)

#### ▶着物de民家園(フォトスポット設置)

☎3月3日(日)13:00~15:00

#### ▶春のお彼岸(ぼた餅をお供えます)

☎3月18日(月)~24日(日)

#### ▶民家園サポーター募集説明会

☎3月24日(日)10:30から

☎3月4日(月)~20日(水・祝)に

電話又はメールで

### 図書館下新倉分館

☎452-6011 h0301@city.wako.lg.jp 開館時間/9:30~18:00  
3月の休館日/毎週月曜日、館内整理日28日(木)

#### ▶おりがみの日(毎週金曜日の午後)

#### ▶あかちゃんタイム(乳幼児親子)

☎3月8日(金)11:00~11:30

#### ▶絵本とおはなしの会

(幼児から小学校低学年)

☎3月9日(土)11:00~11:30

#### ▶おとなの朗読会(成人)

☎3月10日(日)14:00~15:10

☎先着25名 持上履き

#### ▶ひまわりおはなし会(小学生)

☎3月13日(水)16:00~16:30

#### ▶あかちゃんと楽しむ絵本とわらべうた

☎3月22日(金)11:00~11:30

☎6か月~2歳の親子

☎3月15日(金)までにメールで

#### ▶ぬいぐるみのおとまり会(幼児~小学生)

☎●お話し会 3月24日(日)15:30から

●お迎え・アルバム作り

3月26日(火)10:00から

☎先着6名

☎3月2日(土)9:30から窓口又は電話で



### 総合体育館

☎462-0107 開館時間/9:00~23:00 3月の休館日/22日(金)



#### ▶わこうウォーキング教室

☎3月9日(土)10:00~11:30 費500円

☎体育館受付に参加費を添えて

#### ▶第1期コース型教室参加者募集中!!

●詳しくは体育館へ問い合わせください。

下記以外にもクラスがあります

No.	曜日	コース型プログラム	時間	No.	曜日	コース型プログラム	時間
1		おやこ体操	9:40~10:40	27		背骨コンディショニングC	10:30~11:45
2		シェイプピラティス	10:15~11:45	29		ヨガ骨盤ケア	12:30~13:30
3		わこうからだ健康塾A	10:00~11:00	30		ジュニア空手A	15:50~16:50
5	月	カラダ調整ヨガ	12:30~13:30	31	水	ジュニア空手B	16:55~17:55
6		キッズサッカー	15:15~16:15	33		キッズ体操	15:10~16:10
8	火	ジュニアサッカーB	17:40~18:40	35	キッズバレエ	16:30~17:30	
10		ジュニアバスケットボールA	16:00~17:00	36	ジュニアバレエ	17:45~18:45	
11		ジュニアバスケットボールB	17:00~18:00	38	みるみるよくなるヨガ	9:40~10:40	
14	木	ハワイアンフラ初級	12:30~13:30	39	木	ヨガ	10:50~11:50
18		ジュニアバレエ	17:00~18:00	41		フィットネスバレエ	18:45~20:15
19		マルチスポーツプログラム	15:30~16:30	43	金	ベビトレヨガB	9:45~10:45
22		ジュニア卓球	17:10~18:10	46		ジュニアダンスA	16:00~17:00
23	水	すっきりメンテナンスヨガ	11:15~12:15	55	キッズダンス入門	12:15~13:00	
24		大人のバドミントン教室	10:00~11:30	61	土	大人の書道教室(硬筆・毛筆選択)	13:00~14:00
25		ジュニアバドミントンA	16:00~17:00	62		子供の書道教室(硬筆・毛筆選択)	13:00~14:00

### 中央公民館

☎464-1123 開館時間/月~日曜日 9:00~21:30



#### ▶スプリング・コンサート

ダンスあり!管弦楽あり!観る価値あり!

☎3月16日(土)12:00から(予定)

☎公民館活動団体によるコンサート

ゲスト/和光国際高校ブラスバンド部

☎申込不要、直接来場ください

#### ▶一般公開事業「楽しみながら~顔の筋

力づくりとボイストレーニング~」

どなたでも参加できる、公開事業です。

お顔周りの簡単な筋力アップトレーニングとボイストレーニングを行います。

☎3月21日(木)12:00~13:00 ☎成人

☎20名(申込多数の場合抽選)

☎3月1日(金)9:00から電子申請又は電話、窓口で

#### ▶和光市初!

#### ▶国指定午玉山遺跡への誘い

「午玉山遺跡」を知っていますか。これまでに何度も発掘調査が実施されて来た、市内初の国指定遺跡です。先人たちがどのように暮らしてきたのかなどをお話します。

☎3月27日(水)10:00~11:00 ☎成人

☎20名(申込多数の場合抽選)

☎3月5日(火)9:00から電子申請又は電話、窓口で

### 和光スポーツアイランド

☎465-7511 開館時間/8:00~20:00

3月の休園日/14日(木)・28日(木)



#### ▶春の前結び着付け教室(全5回2,000円)

名古屋帯のお太鼓結び教室。着物、帯、小物を無料貸し出しします。

●4月3日(水)開講。詳細と申込は電話で

#### ▶各種教室受講生募集

☎前日までに電話で

曜日	教室プログラム	時間	曜日	教室プログラム	時間
第1・3月	女子テニスダブルス練習会	10:00~14:00	水	わこスポテニススクールB 初~初中級	12:00~13:20
(その他)月	わこスポテニススクールA 初・久・遊 ※1	10:00~11:20		わこスポソフトテニススクール	14:30~16:00
	わこスポテニススクールB 初~初中級	12:00~13:20	金	わこスポテニススクールA 初・久・遊 ※1	10:00~11:20
	わこスポナイト ジュニアテニススクール	18:00~18:50		わこスポテニススクールB 初~初中級	12:00~13:20
	わこスポソフトテニススクール	18:30~20:00		わこスポソフトテニススクール	18:30~20:00
火	キッズスポーツ凸凹支援教室	16:30~17:30	日 ※2	わこスポ親子テニス 親子一緒 ※3	8:00~8:50 9:00~9:50
水	わこスポテニススクールA 初・久・遊 ※1	10:00~11:20		※1:初めて・久しぶり・遊び程度の方向け ※2:3月10日(日)のみ ※3:親子別々は休講	

### 南公民館

☎463-7621 開館時間/月~日曜日 9:00~21:30



#### ▶スーパー公民館ディスコ

☎3月24日(日)13:00~17:00

☎仮装あり!持ち込み楽器あり!なんでもあり!「人類交流型ディスコ」

☎和光市社会福祉協議会

●車いすで駐車場が必要な場合は申込時に要連絡

#### ▶親子で知ろう、和光の歴史

☎3月20日(水・祝)10:30~12:00

☎小学4~6年生の親子

☎15組(申込多数の場合抽選)

☎クイズを交えて和光市の歴史を学ぶ

☎3月4日(月)9:00から電子申請又は電話、窓口で

#### ▶子ども硬筆教室

☎4月4日(木)10:00~11:30

☎市内在住の新1・2年生になる方

☎20名(申込多数の場合抽選)

☎鉛筆の持ち方、ひらがな漢字を書く練習

☎3月4日(月)9:00から電子申請又は電話、窓口で

### 和光市民プール

☎465-2525 開館時間/9:00~21:00(最終入場20:00)

3月の休館日/14日(木)・28日(木)



●内容・日程の詳細は公式HPをご覧ください

#### ▶市民プール一般利用

☎おむつが取れているお子さん以上の方

#### ▶プールおむつde遊ぼう!

●専用のスイミングパンツの購入要

▶ベビースイミング、大人水泳教室 ほか

### 子育て世代包括支援センター

開所時間 9:00~17:00

#### 本町子育て世代包括支援センター

☎ 460-1916 休所日/日曜・祝日

- ▶フリーキッズ  
☎ 月~土曜日 10:00~13:00  
定5組(入替え制)
- ▶すくすくアワー(身長・体重測定)  
☎ 3月13日(水)10:00~13:00  
●この日は、計測のみで遊ばません
- ▶アロマベビーマッサージ  
~アロマの香りでリラックス~ ☎  
☎ 3月21日・28日の各木曜日 11:00~12:00  
☎ 首が座ったころ~ハイハイ前の赤ちゃん  
定5組 費2,500円(全2回分)
- ▶モンテールーム ☎  
☎ 3月26日(火)9:30~13:00の中で1時間  
●HP、X (@honthokosodate) でご確認ください  
費500円

#### 南子育て世代包括支援センター

☎ 450-4642 休所日/日曜・祝日

- ▶あめんぼさんの絵本読み聞かせ  
☎ 3月8日(金)11:00から
- ▶市民吹奏楽団コンサート  
☎ 3月16日(土)10:30から
- ▶ピアノ連弾コンサート  
☎ 3月21日(木)10:30から

#### 北子育て世代包括支援センター

☎ 464-0194 休所日/日曜・祝日

- ▶みんなの広場(誰でも自由に参加可)  
0歳児(概ね2か月~歩行前)/  
☎ 3月5日・12日の各火曜日13:15~13:45  
0歳児(歩き始めた頃から)/  
☎ 3月5日・12日の各火曜日10:30~11:00  
1・2歳児(令和2年4月2日~令和4年4月1日)/  
☎ 3月7日・14日の各木曜日10:30~11:15  
●7日のみ ☎
- ▶親子リトミック ☎  
☎ 3月18日(月)11:00~11:30  
☎ 首がすわった頃から歩行前 定15組
- ▶ウェルカム2・3・4か月Baby(全3回) ☎  
☎ 4月2日・9日の各火曜日13:15~14:00  
4月16日(火)10:30~11:00 定8組  
【☎ 共通事項】  
☎ 3月4日(月)9:00から電話又は窓口で

#### 北第二子育て世代包括支援センター(もくれんハウス)

☎ 466-2658 休所日/日曜・祝日

- ▶ちびともプレーパーク(乳幼児向け)  
☎ 3月7日(木)10:00~11:30(雨天中止)  
場 柿ノ木坂湧水公園
- ▶外国人おやこのつどい ☎  
☎ 3月14日(木)10:00~11:30
- ▶パパカUP講座(育休明け家族向け) ☎  
☎ 3月23日(土)10:30~11:30  
☎ パパの座談会、手遊び講座、レクチャー  
師 パパコーチゆうき(浅黄 祐樹 氏)
- ▶ようこそ妊婦さん ☎  
☎ 3月30日(土)14:00~15:00

### 子育て支援事業

#### 和光市ホームスタート事業(家庭訪問型子育て支援)

☎ 080-8807-8462 ☎ homestartwako@gmail.com

- ☎ 妊婦、就学前の児童がいる家庭
- ☎ 子育て経験者ボランティアによる傾聴と協働の寄り添い訪問支援
- 費 無料

#### まちかど健康相談室

☎ 080-5913-6797 休所日/土曜・日曜・祝日

- ▶育児相談 ぽかぽか相談 ☎  
☎ 3月7日(木)10:00~12:00  
☎ いやいや期、対応の仕方
- ☎ 乳幼児保護者  
●保健師・管理栄養士と相談できます

#### わこう産前・産後ケアセンター

☎ 424-7275 休所日/日曜・祝日

- 発育・発達の子育て相談、下記以外の各種講座も実施中。詳細はHP参照(電話予約制)
- ▶マタニティーヨガ ☎  
☎ 3月2日(土)10:00~11:00  
☎ 妊娠16週以降の方4名 費1,500円
- ▶桃の節句撮影会 ☎  
☎ 3月2日(土)13:30~15:30  
☎ 2歳までの親子3組  
費5,000円(3人1組2ポーズ)
- ▶わくわくHipHopダンス体験会 ☎  
☎ 3月9日(土)10:30~11:15
- ☎ 2~3歳児の親子5組 費2,500円
- ▶産後ケア骨盤エクササイズ(子連れ可) ☎  
☎ 3月16日(土)13:05~14:05  
☎ 産後1か月以降の方4名 費1,500円  
【☎ 共通事項】  
☎ HPを確認の上、メールで。件名に希望クラス、本文に氏名及び連絡先を記載ください

#### 和光市プレーパーク事業

☎ わこう子育てネットワーク ☎ 080-5510-7580

- ▶わこうプレーパーク  
☎ 3月17日(日)10:30~16:00(小雨決行)
- ☎ 越後山中央公園  
☎ 自由な発想でおもいっきり遊ぼう

### 児童センター・児童館

#### 総合児童センター

☎ 465-2525 開館時間/9:00~19:00 休所日/第2・4木曜

- ▶制作サークル ☎  
☎ 3月8日(金)11:00~12:00  
☎ 未就学児の親子 甲 受付中
- ▶運動教室(各回50分) ☎  
☎ 3月10日(日)  
13:00から・14:10から・15:20から  
☎ 年中~小学3年生 費500円
- ▶キッズパークdeママリフレッシュ ☎  
☎ 3月11日(月)9:45~10:30、10:45~11:30  
☎ よちよち歩きの子~未就園児の親子  
定各15組 費700円 甲 受付中
- ▶子連れdeママエクササイズ ☎  
☎ 3月27日(水)  
①10:00~10:30 ②10:45~11:30  
☎ ①3~12か月の親子  
②1歳1か月~未就学児の親子  
定各10組 甲 3月13日(水)から
- ▶ぶちプレーパーク  
☎ 3月29日(金)10:00~11:30
- ▶HADO体験 ☎  
公共施設全国初導入のARスポーツを記念価格(小学1年生~高校3年生は無料!)で。日本ランク上位者のインストラクターによる親切丁寧な指導が人気!

曜日	時間	対象	費用(1時間)
土	17:00から 18:00から	中高生	無料
	19:00から	一般 (小学1年生以上、 高校生以下の場合 保護者同伴)	650円
日	9:15から 10:30から	一般 (小学1年生以上)	500円 (高校生以下無料)

#### 南児童館

☎ 467-5627 開館時間/9:30~17:00 休館日/金曜・第2日曜

- ▶プレイルーム(未就学児親子) ☎  
☎ 3月7日・21日の各木曜日  
10:00~11:00(21日は合同茶話会あり)
- ▶折り紙広場(季節を折り紙で彩ろう)  
☎ 3月9日(土)13:30~15:00
- ▶リトミックあそび(1~3歳児親子) ☎  
☎ 3月12・19日の各火曜日10:00~11:00
- ▶運動タイム(幼児親子) ☎  
☎ 3月14日(木)10:00~10:30
- ▶パパ・ママタイム  
☎ 3月23日(土)10:00~11:00  
☎ 高校生オーケストラとダンシング!  
☎ 幼児・児童親子
- ▶工作ひろば(幼児・児童親子)  
☎ 3月30日(土)13:30~15:00  
☎ 春を楽しもう  
【☎ 共通事項】 ☎ 10組

#### 下新倉児童館

☎ 464-1515 開館時間/9:30~17:00 休館日/火曜・第3日曜

- ▶車いす福祉体験  
☎ 3月3日(日)10:30~11:30  
☎ 小学生~高校生
- ▶チョコレートフォンデュをつくろう! ☎  
☎ 3月10日(日)10:00から  
☎ 小学生以上 定8名  
甲 3月2日(土)9:30から
- ▶将棋教室 ☎  
☎ 3月10日(日)15:00から
- ☎ 小学生以上 定8名  
甲 3月2日(土)9:30から
- ▶卓球大会 ☎  
☎ ①3月22日(金) ②25日(月)  
①②各回14:30から  
☎ ①小学3・4年生 ②小学5・6年生  
定各回8名 甲 3月8日(金)9:30から  
●3月のアリーナ開放は16日(土)・23日(土)はお休みです

#### 新倉児童館

☎ 463-1679 開館時間/9:30~17:00 休館日/火曜・第3日曜

- ▶オープン幼児サークル  
☎ ①3月6日・13日の各水曜日  
②7日・14日の各木曜日 10:00から  
☎ 令和5年4月1日現在で  
①満2歳 ②満1歳の幼児親子  
甲 当日9:45受付開始
- ▶ベビーマッサージ ☎  
☎ 3月8日(金)10:00から  
☎ 生後2か月から1歳誕生日前親子8組
- ▶工作教室(小学生) ☎  
☎ 3月9日(土)13:30から 定8名  
☎ プラ板でキーホルダー作り
- ▶プレミアム移動児童館 ☎  
☎ 3月11日(月)10:30から  
場 さざんか学童クラブ(現地集合現地解散)  
☎ 子育て中の保護者 定10名  
☎ レジンで小物作り
- ▶パパママほっとタイム(さくらもちづくり) ☎  
☎ 3月18日(月)10:30から  
☎ 子育て中の保護者 定10名
- ▶卒業・進級お楽しみ会(なぞときチャレンジ)  
☎ 3月27日(水)16:00まで  
【☎ 共通事項】 ☎ 1週間前から

## ●税金の納め忘れはありませんか？

令和5年度の市税等の納期はすでに到来しています。速やかに納めましょう。☎ 収納課 徴収担当 ☎424-9105

## お知らせ

### 3月31日(日)の年度末休日開庁

☎ 市役所各課 ☎464-1111(代表)

開庁時間 / 8:30~12:00

取扱い窓口 / 戸籍住民課、保険年金課  
ネウボラ課、保育サポート課  
学校教育課



### 電子申請サービス

☎ 電子申請サービス全般:

デジタル推進課情報システム担当  
☎424-9090

各申請手続:各担当課へ直接

いつでも、どこでもパソコンやスマートフォンから、水道利用の手続や粗大ゴミ収集などの申請を行うことができます。

詳細は電子申請HPで▶



### 戸籍届出時の 戸籍謄抄本の提出が不要

☎ 戸籍住民課戸籍担当 ☎424-9111

婚姻届や養子縁組届など様々な戸籍の届出について、本籍地でない市区町村の窓口へ提出する際に戸籍謄抄本が必要でしたが、3月1日(金)からは不要です。

### 戸籍謄本等の広域交付開始

☎ 戸籍住民課戸籍担当 ☎424-9111

3月1日(金)から、本籍地以外の市区町村の窓口でも、戸籍謄本等が取得できるようになります。ご自分の戸籍のほか、配偶者、直系尊属(父母、祖父母など)、直系卑属(子、孫など)の戸籍・除籍全部事項証明書(謄本)の取得が可能です。

- ☎ 顔写真付きの本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード、パスポートなど)
  - 一部事項証明書、個人事項証明書(戸籍抄本)は請求できません
  - 代理人や郵送での請求はできません。
- 詳細は法務省HPで▶



### 新型コロナワクチン 特別臨時接種終了

☎ 新型コロナウイルスワクチン接種  
推進プロジェクト・チーム  
☎465-0311

これまで自己負担なしで実施してきた新型コロナワクチン接種は、3月31日(日)で終了となります。

令和5年秋開始接種や初回接種の実施を希望する方でまだ接種をされていない方は、早めに医療機関にご予約の上、接種するようお願いいたします。

令和6年度以降の新型コロナワクチン接種については、詳細が決まり次第、市HPや広報わこうなどでお知らせします。

### 和光市不妊治療費助成

☎ ネウボラ課母子保健担当  
☎424-9087

令和4年4月以降に保険診療で受けた不妊治療費(体外受精、顕微授精、精巣内精子採取術に限る)について、助成対象者である女性の年齢を35歳未満から43歳未満へ変更します。

変更に伴い、令和4・5年度中に上記治療を35歳から43歳未満で開始した方で当該治療が終了している方は、助成対象になります(申請期限7月31日(水)まで)。

詳細は市HPで▶



### 4月1日から合理的配慮の 提供義務化

☎ 障害福祉課 障害支援担当  
☎424-9123

☎ d0100@city.wako.lg.jp

令和3年に改正された障害者差別解消法が4月1日から施行され、事業者には障害のある人への合理的配慮の提供が義務化されます。合理的配慮とは、事業者や行政機関などに、障害のある人から、社会の中にあるバリア(障壁)を取り除くために何らかの対応が求められたときに、負担が重すぎない範囲で対応を行うことです。

詳細は内閣府HPで▶



### 令和5年度全国中学生人権作文 コンテスト埼玉県大会で受賞

☎ 企画人権課 人権文化交流担当  
☎424-9088

令和5年度全国中学生人権作文コンテスト埼玉県大会で、大和中学校1年生 天内 澄玲さんが奨励賞を受賞しました。受賞作品/「ふつうとはなんだろう。」



(左から)天内 澄玲さん、柴崎市長

### 救急救護協力者に感謝状贈呈

☎ 和光消防署 消防課 ☎461-7850

和光消防署では令和5年12月21日(木)、路上で倒れていた傷病者に救急救護を行った、久保 博士さんに対して、野本消防署長から感謝状を贈呈しました。

令和5年12月3日(日)、和光市下新倉三丁目地内で発生した救急事案において、傷病者に対し胸骨圧迫を行い、救急救護に尽力されました。



(左から)野本消防署長、久保博士さん

### 犬の登録等郵送手続きの 一部受付終了

☎ 環境課 環境推進担当  
☎424-9118

LINEでの手続き開始に伴い、3月で一部を除き郵送での受付を終了します。

#### ▶終了する郵送手続き

定額小為替、納付書払い(2月29日(木)で受付を終了しました)

#### ▶継続する郵送手続き

現金書留(4月1日(月)から交付手数料のほか、別途郵便手数料がかかります)



## 働く・企業

### 職員採用試験を実施します (令和6年8月1日採用: 障害者支援施設支援員)

☎ 障害者支援施設すわ緑風園  
☎461-3028

勤務内容 / 施設利用者の生活・作業などの支援、入浴、排せつ等の介助

試験案内配布 / すわ緑風園および朝霞・志木・和光・新座の各消防署で配布(組合HPからダウンロード可)

申込期間 / 4月8日(月)~17日(水)に郵送(当日消印有効)または4月8日(月)~19日(金)にすわ緑風園へ持参

試験日 / 第1次試験:5月26日(日)

● 詳細は、朝霞地区一部事務組合HPをご覧ください

### シルバー人材センター 会員募集

☎ 公益社団法人  
朝霞地区シルバー人材センター  
☎465-0339

- ☎ 60歳以上の健康で働く意欲のある人
- ☎ 公共施設等の管理業務、清掃作業、屋内外軽作業、除草作業など
- 仕事も随時募集しています。危険な仕事以外は何でもご相談ください

#### ▶入会説明会予定日

☎ 3月15日(金)、4月17日(水)、5月16日(木) 10:00から

☎ 先着10名

☎ 事前予約が必要です(市役所内 和光連絡事務所にて資料をお渡しします)

## 防災・防犯

### 防災講演会

☎ 危機管理室 防災担当  
☎424-9097

☎ 3月21日(木)15:30~17:00

☎ 市役所5階 502会議室

☎ 鍵屋 一 氏(跡見学園女子大学 観光コミュニティ学部 コミュニティデザイン学科 教授)

☎ 先着50名

☎ 災害時の高齢者・障害者などの支援についての課題と対策

☎ 3月12日(火)までに氏名・

電話番号・所属などを

申込みフォームに入力▶



## 届けよう、あなたの意見!

### ■ 審議会等の開催(傍聴は直接会場へお越しください)

● 第4回和光市社会教育委員会議 3月25日(月)13:30から  
☎ 市役所5階 502会議室 ☎ 生涯学習課 生涯学習担当 ☎424-9150

● 第3回和光市公民館運営審議会 3月26日(火)10:00から  
☎ 中央公民館 会議室1 ☎ 中央公民館 ☎464-1123

● 第3回和光市自立支援協議会 3月26日(火)14:30から  
☎ 旧保健センター会議室1・2 ☎ 障害福祉課 障害支援担当 ☎424-9123

● 和光市地域福祉計画・和光市社会福祉協議会  
地域福祉活動計画等推進委員会 3月28日(木)10:00から  
☎ 市役所3階 庁議室 ☎ 地域共生推進課 地域共生担当 ☎424-9121

### ■ 委員募集

#### ● 和光市民まつり実行委員会委員

毎年11月に開催する和光市民まつりの、まつり実行委員会を構成する委員を募集します。委員の役割は、企画・運営・周知活動・所属団体との連絡調整などです。

☎ 団体公募:2団体、個人公募:2名

☎ 団体:市内在住又は在勤するおおむね15名以上で構成され、市内に活動拠点があること(団体から1名を委員にご推薦ください)

個人:市内在住又は在勤の18歳以上の方

☎ 3月8日(金)(必着)までに、氏名(団体名・代表者)・住所・連絡先・応募動機をテーマとした400字程度の作文を事務局へ(団体は活動概要が分かる資料も添付)

選考方法 / 和光市民まつり実行委員会において書類選考

☎ 市民まつり実行委員会事務局(市民活動推進課 コミュニティ担当内) ☎424-9113



市民参加推進  
キャラクター  
「タマ」



## 子ども

### 子ども医療費助成制度

☎ネウボラ課 手当医療担当  
☎424-9140

4月1日(月)から、乳幼児医療費助成制度と子ども医療費助成制度が一本化され、「子ども医療費助成制度」となります。また、子ども医療費助成制度の受給要件(申告要件・完納要件)が撤廃されるため、毎年度の審査が不要となり、出生又は転入後~中学校修了前が有効期間となります(ただし、転出など資格喪失の場合は資格喪失日まで)。

受給者の方へは、新しい受給資格証を3月下旬頃に郵送で送付しますので、4月以降もお手元に新しい受給資格証が届かない場合は担当まで問い合わせください。

詳細は市HPで▶  
(3月1日(金)公開)



## 生涯学習・スポーツ

### 和光市生涯学習指導者 プロデュース講座

☎生涯学習課 生涯学習担当  
☎424-9150  
✉h0300@city.wako.lg.jp

#### ▶第1弾

#### 「アロマでリップクリームを作ろう」

☎3月19日(火)10:00~11:30

講師 江渡 恵美子 氏

場 市役所4階 404会議室

対象 市内在住・在勤・在学者

定 先着10名 費 500円(材料費)

#### ▶第2弾

#### 「司馬遼太郎の作品『関ヶ原』から考える」

☎3月26日(火)10:00~11:30

講師 小名 泰裕 氏 場 市役所5階 502会議室

対象 市内在住・在勤・在学者

定 先着40名

☎第1・2弾申込は市HPから  
電子申請システムで▶



### フラワーアレンジメント講座

☎産業支援課 産業育成支援担当  
☎424-9114  
✉c0300@city.wako.lg.jp

☎3月13日(水)13:30~14:30

場 勤労福祉センター アクシス 3階会議室

定 先着15名

費 お花代3,000円(当日ご持参ください)

内容はさみ(園芸用)、新聞紙(3~5枚程度)、館内履き、お持ち帰り用紙袋など(マチ有り)

☎3月8日(金)までに電話又はメールで

### 和光市民ロードレースフェスティバル開催に伴う交通規制

☎スポーツ青少年課 ☎424-9117

3月10日(日)8:30~11:00、和光市樹林公園周辺道路において交通規制を行います。



昨年開催の様子

### 健康ウォーキング(総距離約8km)

☎スポーツ青少年課  
☎424-9117

✉c0400@city.wako.lg.jp

☎3月23日(土)9:00~12:00

内容 荒川堤防や越戸川遊歩道など、桜や春の花を楽しみながら散策するコース

対象 市内在住・在学・在勤の小学生以上

定 先着20名

☎ウォーキングのできる服装・シューズ、飲み物、雨具

☎3月4日(月)8:30~21日(木)17:15に  
窓口又は電話、メールで

## 農業

### 野菜づくり講習会 ~美味しい野菜は土づくりから~

☎アグリパーク農業体験センター  
☎FAX 465-1632  
(9:00~16:00・月曜定休)

☎3月3日(日)10:00~12:00

場 アグリパーク農業体験センター

定 20名

講師 井口 和彦 氏

(和光市農業後継者倶楽部)

●館内での講習です

☎農業体験センター窓口又は電話、FAXで



アグリパーク農業体験センター

## 税・保険

### 固定資産税縦覧帳簿及び 固定資産課税台帳の縦覧・閲覧

☎課税課 資産税担当 ☎424-9103

縦覧制度とは、納税義務者が土地や家屋の評価額を比較し、自らの土地や家屋の評価額が適正なのか確認するための制度です。

☎4月1日(月)~5月31日(金)(平日のみ)

#### ▶固定資産税縦覧帳簿の縦覧ができる方

- ☎①固定資産税の納税義務者
- ②代理権を有する代理人
- ③納税管理人
- ④①と生計を一にする同居の親族

#### ▶固定資産課税台帳の閲覧ができる方

- ☎①固定資産税の納税義務者
- ②借地人、借家人等
- ③現在固定資産の所有権を有する者等
- ④上記①~③の代理権を有する代理人
- ⑤納税管理人
- ⑥①と生計を一にする同居の親族

●縦覧や閲覧をする際に必要な書類についての詳細は問い合わせください

### 3月1日(金)から市町村交通災害 共済の加入受付が開始

☎戸籍住民課 住民担当

☎424-9112

埼玉県市町村総合事務組合

☎048-824-1174

令和6年度 交通災害共済に加入しましょう!

年間継続状態に問わず加入OK!

交通災害共済とは  
皆さんが被害を被ることで発生する、交通事故による負傷した負傷の方に慰謝料を支払うための制度です。  
※補償で加入が義務付けられている自動車保有者にはありません。

年費(約2万円)	500円
死亡	120万円
重傷	2万円~22万円
身体障害	80万円

※令和6年4月1日(金)以降の加入は、令和6年度の加入受付期間内です。

共済期間 令和6年4月1日~令和7年3月31日

共済期間/4月1日~翌年3月31日まで

加入資格/申込時点で市内に居住し、

- ①住民登録をしている方
- ②市内に住民登録をしている方の被扶養者で修学のために市外に転出している方

費 500円

☎国内の道路上で起きた交通事故や歩行中の事故などにより死亡やケガをしたときに見舞金が支払われます(相手方の損害を補償するものではありません)

☎3月1日(金)から戸籍住民課・市役所各出張所、郵便局で

●継続加入の場合も手続きが必要です

### 国民年金保険料の追納

☎ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165  
保険年金課 年金後期高齢者医療担当  
☎424-9151

国民年金保険料の免除・猶予・学生納付特例が承認された期間は、10年以内であれば、あとから保険料を納めること(追納)ができます。追納した期間は、保険料を全額納付した場合と同じ扱いになります。ただし、保険料免除等の承認期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合は、承認期間の当時の保険料に加算額が上乗せされます。

追納をご希望の方は、市役所保険年金課又は年金事務所まで手続きができます。

### バイク、軽自動車などの 廃車・変更手続き

☎課税課 諸税担当 ☎424-9101

軽自動車税は、4月1日現在の所有者に課税されます。既に使用不能、又は盗難にあったバイクなどの廃車、他人に譲り渡したが名義変更をしていない場合などは、お早めに手続きをしてください。

車種	受付場所
原動機付自転車 ※ (125cc以下のバイク、ミニカー) 小型特殊自動車 ※ (農耕、運搬などに使用する特殊自動車)	課税課 諸税担当 ☎424-9101
二輪の軽自動車・ 小型自動車 (125ccを超えるバイク)	埼玉運輸支局 所沢自動車検査登録事務所(所沢市) ☎050-5540-2029
軽自動車 (660cc以下の4輪車等)	軽自動車検査協会 埼玉事務所 所沢支所(三芳町) ☎050-3816-3111

※☎本人確認書類、ナンバープレート、標識交付証明書(本人又は同居家族以外の方が手続きする場合は委任状が必要)

### 三菱UFJ銀行の納付書 取り扱い終了

☎会計課 出納担当  
☎424-9110 FAX 450-0550  
✉f0100@city.wako.lg.jp

3月31日をもって、地方税統一QRコードが印字されていない納付書の取り扱いを終了します。

お手元の納付書に納付場所として三菱UFJ銀行の記載がある場合でも、地方税統一QRコードが印字されていなければ、4月1日以降は同行で納付することができませんのでご注意ください。

なお、口座振替による納付につきましては、引き続きご利用いただけます。

●QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です

広告

歩行困難 要介護・要支援 手足の痛み、しびれ

在宅訪問リハビリ・はりきゅう

健康保険適用 (要医師の同意書  
用紙は当院にあります)

まずは無料体験

☎090-3595-1801

リバー訪問治療院

〒351-0101 埼玉県和光市白子2-9-30  
9:00~18:00(月~土)

広告

地元の葬儀のことなら

(株)宇野葬儀

24時間365日電話受付

048-465-0948

●火葬式、一日葬、家族葬...¥165,000~

~和光市民葬儀で低価格の  
心のこもった葬儀の提案を~

和光市  
市民葬儀行次  
No.1

(株)宇野葬儀 和光市白子3-29-59

広告

市民葬指定  
和光市 朝霞市 新座市

家族葬のことなら

サンメモリー和光

☎0120-365-501

24時間 病院までお迎えに上がります  
24対応 葬儀から法事までサポート

和光市下新倉3-11-18 サンメモリー和光

広告

水道・土木工事のことなら  
何でもお気軽にご相談を!

株式会社  
ihara イハラ

TEL 048-464-1342

和光市白子1-1-12 FAX 048-464-1019

和光市・朝霞市・新座市・志木市・東京都 指定水道工事店

●和光市役所 ☎464-1111(代表)  
開庁時間/月～金曜日 8:30～17:15、第3土曜日 8:30～12:00  
(転出入に関する事務:戸籍住民課・ネウボラ課・保育サポート課・保育施設課・保険年金課・収納課)

●駅出張所 ☎467-2446・2447  
開所時間/日～土曜日 8:30～17:15  
(取扱業務:戸籍関係証明書の発行、住民票・印鑑登録証明書の発行、市税の納入等)

## 和光市社会福祉協議会

和光市南1-23-1(総合福祉会館)  
☎452-7111 FAX 465-8308  
✉info@wako-shakyo.or.jp  
http://www.wako-shakyo.or.jp

和光市ボランティアセンター  
総合福祉会館3階 ☎452-7606  
✉volucen@wako-shakyo.or.jp

すたんど・あっぷ和光  
☎452-7608  
✉stand-up@wako-shakyo.or.jp

### 職員募集

▶看護師または准看護師

勤務場所/①生活介護施設ゆめちか  
②生活介護施設さつき苑

勤務日数/①月～土曜日のうち週4～5日  
②月～金曜日のうち週3日以上  
●金曜日勤務できる方歓迎

勤務時間/①9:00～17:00のうち  
4～7時間  
②8:30～17:15

採用予定/①令和6年4月1日

業務内容/①②看護業務

時給/①②共に1,780円

(パート・アルバイトの場合)

その他/処遇改善手当・通勤手当あり

①でフルタイムの場合、月給制の雇用あり

●募集に関する詳細については社協HP  
又はお問合せにてご確認ください

☎ 社会福祉協議会 採用担当

■フードパントリーのお知らせ

☎ 3月26日(火)

13:30～14:00 寄付受付  
14:00～15:00 食品などのお渡し  
場 総合福祉会館3Fボランティア交流室  
☎ 生活にお困りの方へ無料で食品などを差し上げます。同時にご家庭で眠っている食品などを募集します

対 20世帯

☎ 3月25日(月)までに電話又はメールで

☎ すたんど・あっぷ和光

■ひきこもり相談センター  
からのお知らせ

☎ 3月13日(水)14:00～15:30(予約不要)

場 本町地域センター3F 和室

☎ フリースペース(お話をしたり、ボランティアをしながらのゆるやかなつながりづくりの場です)

☎ すたんど・あっぷ和光

■ちよいボラ募集

▶使用済み切手整理ボランティア

▶車いす清掃ボランティア

▶ミシンボランティア、ウエス作り 他

☎ 3月21日(木)13:30～14:30

場 ボランティアセンター ☎ どなたでも

☎ 直接会場へ

■春ボラ体験案内会(自然環境団体)  
参加者募集

春からボランティア始めてみませんか

☎ 3月10日(日)10:30～11:30

場 総合福祉会館3F ボランティア交流室

☎ 3月7日(木)までにボランティアセンターへ電話又はメール

●飲み物、お菓子あり

●参加者が少ない場合は中止となる場合があります



和光市民文化センター

WELCOME TO

サンゼリア

公演のお知らせ

3月の休館日:5日(火)、12日(火)  
営業時間 ▶サンゼリア窓口 10:00～17:00  
▶イトーヨーカドー窓口 10:00～18:00

発売初日の受付開始時間  
▶窓口販売 10:00から  
▶電話予約・イトーヨーカドー窓口 13:00から  
▶和光市民文化センターHPでの販売 18:00から  
☎468-7771 ☎https://www.sunazalea.or.jp



3月

サンゼリア寄席  
桂二葉の囃

3月7日(木)14:00開演

小ホール 全席自由  
2,200円(友の会会員2,000円)

●未就学児の入場はご遠慮願います

清水かつら記念

童謡フェスティバル2024

みんなの童謡コンサート

3月9日(土)11:00開演

大ホール 全席自由  
一般&こどもセット券2,000円  
一般1,500円 こども800円(小学生以下)

●2歳以下膝上無料。但し一般1名につきこども1名まで。お席が必要な場合は有料。

●チケット購入時に障がい者手帳の提示で1名につき、付き添い1名無料

●小学生以下のみでのご入場はご遠慮願います

十文字学園女子大学&和光市文化振興公社協働プログラム

民話と音楽で世界旅行!

～みんなで楽しむ七色の文化～

3月27日(水)14:00開演

小ホール 全席自由  
入場無料(要申込)

●未就学児の入場可

4月

島津亜矢

歌怪獣襲来ツアー2024

4月13日(土)

①11:30 ②15:30開演  
大ホール 全席指定  
7,500円(友の会会員7,000円)

●未就学児の入場はご遠慮願います

サンゼリアシアター

二宮金次郎

4月19日(金)大ホール

①10:00 ②14:00開演  
全席自由  
900円(友の会会員800円)

当日券一律1,000円

Masahiko kondo KANREKI DASH

M5K9 LIVE TOUR 2023-2024

4月26日(金)18:00開演

大ホール 全席指定 9,300円  
チケット発売日/  
友の会3月18日・一般3月20日

●チケット発売初日はインターネットのみでの販売となります



5月

八神純子 Live キミの街へ  
～for all living things～

5月12日(日)17:30 開演

大ホール 全席指定  
7,000円(友の会会員6,500円)

●未就学児の入場はご遠慮願います

歌声カルテットの昭和歌謡コンサート

5月20日(月)14:00 開演 小ホール 全席自由  
2,500円(友の会会員2,300円)  
当日券一律3,000円

●未就学児の入場可能  
(膝上鑑賞無料、お席が必要な場合は有料)

●前売りで完売した場合、当日券の販売はありません

6月

映画「じょっぱり

看護の人 花田ミキ」上映会

6月2日(日) 13:30開演

大ホール 全席自由 500円  
チケット発売日/友の会・一般ともに3月1日

●未就学児の入場はご遠慮願います

7月

歌劇団テオ・ドーロ

第3回公演「愛の妙薬」

7月6日(土)18:00開演

大ホール 全席自由  
一般2,800円(友の会会員2,500円)  
優待500円(先着50名様。和光市内在住・在勤の方)

チケット発売日/友の会・一般ともに3月6日

●未就学児の入場はご遠慮願います

でんじろう先生のドキドキ

わくわくサイエンスショー

7月27日(土)

①13:00 ②15:30開演  
大ホール  
全席指定3,000円(友の会会員2,700円)  
チケット発売日/友の会・一般ともに3月28日

●未就学児の入場はご遠慮願います

《助成支援事業》

第36回ベビーカーコンサート in 和光

4月4日(木)小ホール 10:50開演 全席自由 有料  
第12回プロと楽しむこども音楽会

4月4日(木)小ホール 13:45開演 全席自由 有料

各公演の詳細は催し物案内又は

HPをご覧ください

●助成支援事業の相談は文化振興公社まで



## みんなの 伝言板

☎ 秘書広報課 ☎424-9091

●2か月続けて同じ団体からの原稿を掲載することはできません  
●募集の掲載は1団体1年度(4月～翌年3月)に2回までとなります  
●掲載依頼の締切日は、掲載希望月の前々月20日です

### 募集

●Yキッズ

毎週月曜日19:00～21:00(上級) 総合福祉会館他  
JAZZダンスのスキル上げたい子 経験者のみ体験OK  
YUKI ☎090-2492-3967

●合気道会員募集(和光明心会)

原則毎週火曜日18:00～21:00 総合体育館柔道場  
月2,000円 小中学生・一般 見学、お問合せお気軽  
にお待ちしています。 鳥海 ☎090-3960-8537

●キラミキッズ

毎週水曜日18:30～19:30(初級バレエ・小学1年  
から) 19:30～20:30(中級バレエ・経験者) 勤労  
青少年ホーム 踊るの好きな子集まれ! 無料体験で  
お待ちしております。 荒井 ☎090-3214-9583

●男声合唱団[MFグリーンクラブ和光]

毎月3回 水曜日19:00～21:00 中央公民館3階 視聴  
覚室 月3,000円 少人数で家庭的。歌好き大歓迎!  
指導は声楽家が懇切丁寧に。世界の愛唱歌等、心に  
響く男声合唱の醍醐味を味わってみませんか!!  
布施 ☎090-2253-2647

●身体のバランス調整教室「きらきら」

毎週木曜日14:00～15:45 白子吹上コミュニティ  
センター リズム体操やピラティスなどを行っています。  
肩こり、腰痛、ぽっこりお腹に効果バツグン!  
「からだを整えシェイプアップ」します。無料体験  
有。初心者大歓迎です。

野田 ☎letsyoguyuri@yahoo.co.jp

●空手教室(公式ルール派)

①毎週木曜日(南公民館) ②毎週日曜日(中央公  
民館) 18:00～19:30 入会金1,000円 月3,000円  
無料体験3ヶ月、家族・高齢者割引あり。公認指導員  
が初心者向きに、基礎から解りやすく指導します。  
依岡 ☎090-3223-9467 朽木 ☎090-3877-6411

●古来伝統の太極拳を始めませんか

毎週日曜日10:00～11:45 中央公民館 体育室  
月1,000円 柔らかい動作の楊式太極拳と太極拳の  
源流とされる陳式太極拳の二つを学べます。  
鈴木 ☎rikentc\_contact@googlegroups.com

イトウ ☎080-6740-2975

### 催し

●和光で落語～柳家緑太落語会～

3月17日(日)15:00～16:00 大人の秘密基地アル  
コイリス 1,600円 和光市出身の落語家、柳家緑  
太さんによる落語会を開催します。予約、当日参加  
可です。是非お越し下さい。  
横田 ☎462-1000

●県立朝霞高校吹奏楽部 第5回定期演奏会

3月26日(火)14:00～16:00 朝霞市民会館ゆめば  
れす 朝霞高校吹奏楽部顧問 小嶋 ☎465-1010

●ホップステップ2台ピアノ)

～Piano Duo体験ワークショップ～  
3月29日(金)13:00～16:00 サンゼリア小ホール  
ピアノを2台使ったアンサンブルのワークショ  
ップです。初めてでも大丈夫!高校生以下のピ  
アノ学習経験のある子、参加募集しています(定員あ  
り)。高橋 ☎090-2301-4342

●木育おもちゃの広場

3月31日(日)13:30～16:30 中央公民館 3階 音楽  
室 100円(0歳～大人) 木のおもちゃで知育・脳ト  
レ・癒し体験しませんか? 東京おもちゃ美術館の  
おもちゃコンサルタント、木育インストラクターが  
います。赤ちゃんから高齢者までどなたでもどうぞ。  
(予約不要)

子育て日本語と遊び文化の会 大塚

☎ue.keiko.ue@gmail.com

●大和なでしこコーラス 10周年記念コンサート

6月2日(日)14:00開演(13:30開場) サンゼリア  
小ホール 入場無料 全席自由「ハナミズキ」ほかヨ  
ーロッパの民謡や歌曲を演奏します。アコーディ  
オンの伴奏が入る曲やアカペラもお楽しみいた  
だけます。随時団員を募集していますので、ご興味  
のある方はお問合せください。

寺内 ☎080-3080-2120

☎chorus2120@ezweb.ne.jp

わぴあ

☎ info@wapia.jp

わぴあ  
ティラノサウルスピック

わぴあが白亜紀にタイムスリップ?!

ティラノサウルスの着ぐるみを着て、

レースやラジオ体操など、さまざまな競技を楽しもう!

☎ 3月24日(日)  
10:00～14:00  
(9:00受付開始)

場 わいわい広場

☎ ①幼獣:小学生以下

②成獣:中学生以上

☎ 各30名

費 ①1,000円/名 ②2,000円/名

☎ 要予約・わぴあHPで

●参加にはティラノサウルスの着ぐるみの事前準備(各自購入)が必要です。レンタルは行いません

申込HP▶



申込受付開始

【一次】2月20日(火)

【二次】3月1日(金)



3月の相談日

相談は無料です。プライバシーは必ず守られます。各相談とも12:00～13:00は除きます。予約の欄に◎のあるものは要予約です。日程・場所は変更になる場合があります。詳細は市HPをご覧ください。お問い合わせください。

暮らし

相談名	予約	日にち	時間	問合せ先(実施場所)	電話番号
行政		13日(水)	10:00～12:00	市民活動推進課	
法律	◎	6日(水)・12日(火)・16日(土)・22日(金)(女性弁護士)・28日(木)	10:30～15:00 ●16日(土)は 9:00～12:00	市民活動推進課(相談室)	424-9129
年金・保険・労働	◎	19日(火)	10:00～12:00		
消費生活		土日・祝日を除く毎日	9:30～16:00	消費生活センター	424-9116
専門家相談	◎	21日(木)	9:30～12:00	和光市商工会	464-3552
不動産	◎	8日(金)	10:00～12:00	(公社) 埼玉県宅地建物取引業協会 県南支部(相談室)	468-1717
住宅(修理)		土日・祝日を除く毎日	8:30～17:15	産業支援課	424-9114
女性	◎	12日(火)・26日(火)	11:00～16:00	市民活動推進課(相談室)	424-9129
人権		27日(水)	10:00～13:00(1組30分) (12:00～13:00も実施)	企画人権課(相談室)	424-9088
空き家	◎	8日(金)	10:00～12:00	都市整備課(相談室)	424-9145
分譲マンション管理	◎	27日(水)	13:30～16:20(1組50分)	建築課(相談室)	424-9134

税金

相談名	予約	日にち	時間	問合せ先(実施場所)	電話番号
税務	◎	13日(水)	9:00～12:00	市民活動推進課(相談室)	424-9129
市税・納税		14日(木)	17:15～19:00	収納課	424-9105 電話相談可
		16日(土)	8:30～12:00		

子ども

相談名	予約	日にち	時間	問合せ先(実施場所)	電話番号
教育		日・祝日を除く毎日	9:30～16:30	教育支援センター(本町小学校2階)	466-8341 電話相談可
			●土曜日のみ9:30～12:00(電話のみ)		

健康

相談名	予約	日にち	時間	問合せ先(実施場所)	電話番号
こころの相談	◎	18日(月)(臨床心理士)	13:00～16:00	健康増進センター	465-0311

仕事

相談名	予約	日にち	時間	問合せ先(実施場所)	電話番号
経営・創業		土日・祝日を除く毎日	9:00～16:30	和光市商工会	464-3552
勤労青少年	◎	祝日を除く毎日	9:00～16:00	勤労青少年ホーム ④35歳以下(空気があれば36歳以上も可)	465-4841
職業相談・紹介		土日・祝日を除く毎日	10:00～17:00	ふるさとハローワーク(市役所6階)	464-8609

わこう版 ネウボラ事業(子ども・子育て)

●施設ごとに対象居住地が異なります。詳細は各センターへお問い合わせください

事業名	予約	日にち	時間	問合せ先(実施場所)	連絡先
妊娠・出産・産後の相談 乳児・幼児・学童の相談 ●電話相談随時	◎	日・祝日を除く毎日 (中央子育て世代包括支援センターは日・祝日、第1・4・5土曜日を除く毎日)	9:00～17:00	南子育て世代包括支援センター	450-4706
				本町子育て世代包括支援センター	460-1915
				中央子育て世代包括支援センター	468-2312
				北子育て世代包括支援センター	464-0194
				北第二子育て世代包括支援センター	466-2658
				わこう産前・産後ケアセンター	424-7275
		土日・祝日を除く毎日	8:30～17:15	ネウボラ課	424-9087
乳児相談(来所)	◎	3月5日(火)	9:30～10:30	本町子育て世代包括支援センター ☎電話又はメールで	mama-shien@npo-aid.com
		3月15日(金)		北子育て世代包括支援センター ☎3月4日(月)9:00から電話又は窓口で	464-0194
				☎ 生後1歳6か月まで ☎ 身体計測、栄養、育児相談 ☎ 母子手帳、タオル	
新米ママ学級(第1子優先)	◎	3月19日(火) 応募多数の場合同日午後も開催	10:00～11:30	本町子育て世代包括支援センター ☎3月10日(日)～12日(火)にメールで	mama-shien@npo-aid.com
		3月23日(土)		わこう産前・産後ケアセンター ☎3月15日(金)10:00から ☎5組	424-7275
				☎ 令和6年1月生まれの子と母 ☎ 赤ちゃんとの生活、健康チェックのしかた など ☎ 母子手帳 ●メール件名に、母の氏名、本文に子のカナ氏名・誕生日・電話番号・住所・第何子目かを記載	
プレバママ教室	◎	4月20日(土)	10:00～15:30 (うち2時間)	南子育て世代包括支援センター ☎午前・午後8組ずつ	450-4642
		5月11日(土)		北子育て世代包括支援センター ☎10組	464-0194
		5月18日(土)		わこう産前・産後ケアセンター ☎各4組	424-7275
				☎ 第1子出産予定(令和6年7月1日～8月31日)の妊婦とその夫 ☎ 妊娠から出産への準備 など ☎ 母子手帳、筆記用具、飲み物、スリッパ、バスタオル ☎ 3月4日(月)からセンター電話又は窓口で	

3月の休日当番医

診療時間/10:00～16:00



当番医は変更になる場合があります。事前確認してからお出かけください。

3日(日)	新座 新座中央通り診療所(内、小)	☎048-473-3331
	和光 大森耳鼻咽喉科医院(耳)	☎048-467-3314
10日(日)	新座 せおクリニック(消内、内、外、肛)	☎048-480-3905
	和光 和光駅前皮フ科(皮、アレ、美容皮膚科)	☎048-450-1102
17日(日)	新座 きたざわこどもクリニック(小、アレ)	☎048-424-8633
	新座 牧田産婦人科医院(産婦)	☎048-478-1151
20日(水・祝)	和光 和光駅前クリニック(外、内、小、整外、消内、肛、リハ)	☎048-460-3466
	朝霞 まつおか眼科クリニック(眼)	☎048-450-2030
24日(日)	朝霞 塩味クリニック(内、小)	☎048-461-6100
	志木 柳瀬川駅前クリニック(内、呼内、循内)	☎048-486-6201
31日(日)	新座 玲子内科クリニック(内、消内)	☎042-421-8800
	志木 内田耳鼻咽喉科医院(耳、気、外)	☎048-473-3387

市内の指定救急医療機関

●時間帯によって希望する診療科目が対応できない場合があります。

事前に確認してからお出かけください

(独)埼玉病院 ☎462-1101 坪田和光病院 ☎465-5001

救急電話相談 ☎#7119(毎日24時間)

●急な病気やけがに関して判断に迷った時はお気軽にお電話ください

上記でつながらない場合は ☎048-824-4199(ダイヤル回線、IP電話、PHS)

小児救急医療実施医療機関

●休日・夜間の当番日に治療にあたる小児科がある病院です。対応できない日もあります

(独)埼玉病院 ☎462-1101

休日歯科応急診療所 応急処置のみ 9:00～11:30

●今月の当番歯科医院はありません。

休日対応をしている歯科医院(当番制)がある時のみ掲載します

休日処方せん応需薬局

日曜日・祝日に開局している薬局は

右の二次元コードから確認できます。



わこうっちの和光ステキ発見!



白子宿つるし雛

2月1日～3月15日

つるし雛は、着物の端切れで作られた人形です。

和光市コミュニティ協議会ではつるし雛の作成、展示を行っています。白子宿には明治時代に官営初の養魚場があったことから、魚をモチーフにした雛が白子宿つるし雛の特徴です。

今年はいくつものつるし雛も作成され、飾られました。皆さんも見てくれましたか?



©和光市

和光市総合体育館で開催されました。

自衛隊体育学校の選手や監督と一緒に体験!オリンピックに出るような選手と触れ合える貴重な体験を、皆さん大変楽しんでいました。

パリ五輪、楽しみです!ね!

写真:まちの見聞特派員 秋山 香織



目指せ、パリ五輪! 近代五種と競歩を体験

2月4日

困った時はすぐ相談 消費生活センター ☎424-9116