

ageo

笑顔きらめく
“ほっと”なまち あげお



広報
あげお

2020
令和2年

No.1033

4月号



おいしいお豆腐になあれ♪

～パパと子de お豆腐屋さんにお豆腐作り体験～



● 今月の表紙

今月の表紙は、2月15日に男女共同参画推進センター主催で行われた「パパと子deお豆腐屋さん」に教わる豆腐づくり体験です。これは、男性が積極的に家事や育児に参加するきっかけ作りを目的として行われたもので、父親と子が地元のお豆腐屋さんから豆腐作りを教わり、一緒に作る催しです。参加した父親には、国が実施する男性の家事・育児などへの参加促進キャンペーン「おとうはん」のロゴマークが入ったエプロンがプレゼントされました。

料理するお父さんの姿に大満足の子どもたち。親子の絆が深まった1日となりました。

市の人口・世帯



(令和2年3月1日現在)

22万8,823人

男／11万3,477人

女／11万5,346人

※前月より69人増

10万2,303世帯

※前月より89世帯増

市役所の位置



北緯 35度58分38秒

東経139度35分37秒

市の面積



45.51km²

クイズ

アッピーを探そう!

右のアッピーが
登場するのは? ページ?



正解者の中から抽選で5人に粗品を差し上げます。

応募方法

はがきかメールにクイズの答え、『広報あげお』の感想、住所、氏名、年齢、電話番号を記入して、4月20日(月)まで(必着)に広報広聴課へ。

宛先／〒362-8501本町3-1-1

メールアドレス／s55000@city.ageo.lg.jp

発表

賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。

正解は5月号のこのコーナーに掲載します。

前号の答えは「7」でした。

3 今月のイチ面

みんなで作る 安心安全なまちづくり

～春の全国交通安全運動と自転車の安全利用～

4 市政ニュース

新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力を／市民税・県民税の申告期限を延長／平塚サッカー場 リニューアルオープン／令和2年度から国民健康保険税の軽減判定基準所得が拡大／上平地区複合施設の整備に向けて／あげお良いとこ探しフォトコンテストの入選作品が決定他

14 市民のひろば

まちかど特派員だより「まほろばふじなみ 伝承の郷」／アッピー NET／スポットライト(永井 楓馬君)／読者の声／見て魅て! 私のミュージアム／未来へすすく! わが家のアイドル／小学校給食レシピ(たけのこご飯)

17 シティ情報

文化センターの臨時休館と上尾公民館の移動執務／あげお観光情報／2020プロ野球イースタン・リーグ公式戦／協働のまちづくり推進事業の事業提案／アライグマ捕獲従事者養成研修会／林家三平断家生活30周年記念公演「上尾特選寄席」他

29 図書館へようこそ

30 みんなあつまれ いっしょにあそぼ!

アッピーランド／こどもの城／ももこルーム／子育て拠点／イベントカレンダー

32 保健センター通信 一歩ふみ出す健康づくり

令和2年度 各種検診 他／母子・成人・精神保健事業スケジュール／平日夜間・休日診療

34 5月の相談

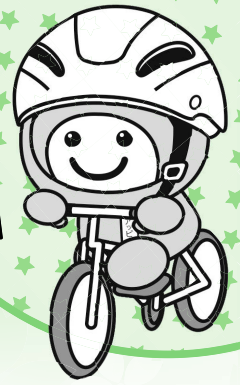
35 Highlights 外国語情報コーナー

Information in English / Informação em português
Información en español / 内有中文咨询

36 感染症対策へのご協力をお願いします

みんなで作る 安心安全なまちづくり ～春の全国交通安全運動と 自転車の安全利用～

今月の
イチ面



交通防犯課 TEL 775-5138・FAX 775-9927

春の全国交通安全運動

新年度、環境の変化などで不慣れな交通利用による交通事故や新入学(園)児などの事故が心配されます。基本的な交通ルールやマナーを見直して、交通事故の防止に努めましょう。

時 4月6日(月)～15日(水)

内 子どもと高齢者の交通事故防止

【全国重点】

- 子どもをはじめとする歩行者の安全確保
- 高齢運転者等の安全運転の励行
- 自転車の安全利用の推進

【県重点】

- 自転車乗用中の交通事故防止

【市重点】

- 新入学(園)児の交通事故防止

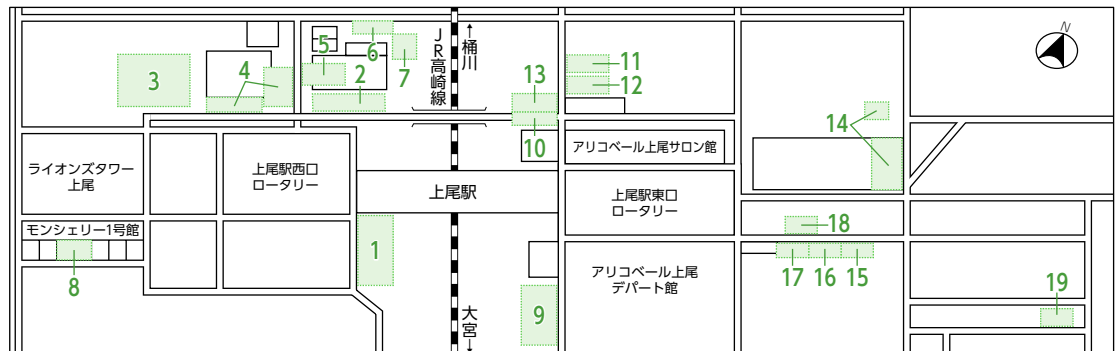
自転車の安全利用

自転車は手軽で便利な、環境にも優しい乗り物ですが、近年、自転車利用者のルール違反やマナーの悪さが引き起こす自転車の事故が増加傾向にあります。自転車に乗るときは、交通ルールやマナーを守り、相手の立場に立った思いやりのある運転を心掛けましょう。

駐輪場のご利用を

JR上尾駅周辺には右図のとおり駐輪場があります。歩道など、公共の場所に自転車を置かないようにしましょう。
※駅周辺の店舗をご利用の際は、各店舗所定の駐輪場をご利用ください。

【JR上尾駅周辺駐輪場】



【JR上尾駅西口周辺の駐輪場】

	名 称	形 態
1	あげおサイクルポート南	定期／一時
2	あげおサイクルポート西	
3	上尾駅西自転車駐車場	
4	サイクルポート上尾西No.1	コインパーキング
5	サイクルポート上尾西No.2	
6	サイクルポート上尾西No.3	
7	サイクルポート上尾西No.4	
8	サイクルパーク上尾	

※あげおサイクルポート宏栄橋下は、あげおサイクルポート東で受け付けです。

●…無料時間の設定があるもの

【JR上尾駅東口周辺の駐輪場】

	名 称	形 態
9	あげおサイクルポート東	定期／一時
10	あげおサイクルポート宏栄橋下※	
11	大栄サイクルパーク上尾駅東口	コインパーキング
12	市川自転車駐輪場	
13	上尾駅東口駐輪場	
14	エージオ・タウン駐輪場	定期
15	都築自転車預り所	
16	サイクルポート上尾No.1	コインパーキング
17	(有)都築商店駐輪場	定期
18	岡田自転車預り所	
19	ケイサイクルポート	定期／一時

時 とき

所 ところ

内 内容

対 対象

費 費用・金額

※記載のないものは「無料」

定 定員

持 持ち物

申 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」

問 問い合わせ



市民税・県民税の 申告期限を延長

市民税課 ☎775-5131
☎775-9846

【申告期限】4月16日(木)(土)(日を除く) 所市民税課
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力を

健康増進課 ☎774-1414・☎774-8188

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、市民の皆さんは手洗い・うがい・咳エチケットを心掛け、感染予防のため不要不急の外出を控えるようご協力をお願いします。詳しくは36ページをご覧ください。市では令和2年2月28日付で上尾市新型コロナウイルス対策本部を設置しました。引き続き情報収集に努めるとともに感染拡大防止に向けて対策を推進していきます。

本誌に掲載している事業を、中止・変更する場合があります。各事業の開催状況などご不明な点は、各担当部署に問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。

2月分の年金から 市民税・県民税が 天引きされた人へ

市民税課 ☎775-5131
☎775-9846

2月分の年金から市民税・県民税(住民税が特別徴収(天引き)された人は、継続して4月以降に受給する年金からも住民税が天引きされます。※金額は、平成31年度の納税通知書などで確認してください。

令和2年度の住民税額は、6月上旬に発送予定の令和2年度市民税・県民税の「納税通知書」または「公的年金等所得に係る特別徴収税額の決定通知書」で確認してください。

子育て三世帯同居・近居応援 事業

子ども支援課 ☎783-4962
☎774-5342

子育て世帯の転入・定住を促進するため、三世帯で同居・近居するために要した住宅取得費用などの一部を助成します。次の①～③のいずれかに該当し、(1)～(8)の全ての条件を満たす人①子育て世帯が市外から転入し、市内に居住している親世帯と同居または近居する②親世帯が市外から転入し、市内に居住してい

平塚サッカー場 リニューアルオープン

スポーツ振興課 ☎781-8112
☎775-6608

平塚サッカー場は改修工事のため利用を休止していましたが、新たに人工芝と夜間照明設備を整備し、4月18日(土)にリニューアルオープンします。【新料金】下表のとおり ※予約は公共施設予約システムから行ってください。全ての団体が新規で団体登録が必要です。



※このサッカー場の人工芝・夜間照明設備は、スポーツ振興くじ助成金を受けて整備されたものです。

利用区分／ 利用単位			使用料				
			8:00～ 11:00	11:00～ 14:00	14:00～ 17:00	17:00～ 19:00	19:00～ 21:00
サッカー 場	一般・ 学生	全面	7,200円			4,800円	
		半面	3,600円			2,400円	
	児童・ 生徒	全面	3,600円			2,400円	
		半面	1,800円			1,200円	
夜間 照明 設備	全点灯		1時間につき1,600円				
	1/2点灯		1時間につき800円				

※市外の団体が利用する場合の使用料は、この表の額に200%を乗じた額となります。

る子育て世帯と同居または近居する③子育て世帯と親世帯が共に市外から転入して同居または近居する(1)継続して3年以上市外に居住し、平成30年4月以降に当該住宅の取得またはリフォームと所有権保存(移転)登記を行い、市外から転入している(2)子育て世帯が中学生以下の子どもを養育している(3)住宅の取得またはリフォームに関する契約を締結し、費用の支払いを完了している(4)子育て世帯と親世帯の全員が上尾市に住民登録している(5)市税などの未納がない(6)申請日から5年以上当該住宅

に居住する意思がある(7)過去に2親等内の親族が当該補助金の交付を受けていない(8)リフォームによる申請の場合、50万円以上(消費税などを含む)の工事である【補助金額】上限30万円【必要書類】子育て世帯の戸籍全部事項証明(戸籍謄本)、建物に係る登記事項証明書、住宅の売買契約書または工事請負契約書の写し、建築基準法に基づく検査済証の写し ④申請書(市ホームページからダウンロード)に必要書類を添えて、直接、子ども支援課へ ※本事業は令和3年3月で終了予定です。



特定健診(国保加入者)・後期高齢者健診・人間ドック

保険年金課(管理担当) ☎782-6494・☎775-9827
(高齢者医療担当) ☎775-5125・☎775-9827

各健診の対象者には受診券を郵送しますので、受診券が届いたら同封の実施医療機関一覧を参照の上、受診してください。特定健診、後期高齢者健診の対象者には、がん検診の受診券を同封します。各健診・人間ドックの詳細は、**下表**のとおりです。

人間ドックを市内指定医療機関で受診する場合は、事前に補助申請手続きが必要です。保険年金課または各支所・出張所(受診日の15日前までの申請に限る)で手続きをしてください。※指定医療機関以外(市外の医療機関など)で受診する場合は、受診後に保険年金課で補助申請手続きをしてください。詳しくは、受診券に同封されている案内をご覧ください。

また、特定健診を受診し、メタボリックシンドロームによる生活習慣病のリスクが高いと判定された人には、おおむね健診の2カ月後に特定保健指導の案内を

郵送します。同封の実施医療機関一覧を確認し、事前連絡の上、利用してください。詳しくは、『令和2年度版上尾市健康カレンダー』19ページをご覧ください。

■受診上の注意

- ・各健診と人間ドックは、いずれかを年度内1回に限り受診できます。2回以上受診した場合、全額自己負担となります。
- ・各医療機関の休診日や予約の有無などは、事前に確認してください。
- ・人間ドックを受診する場合、検査項目を満たしていない時は、補助対象外となることがありますので注意してください。
- ・社会保険など、上尾市国保以外に加入している人は、それぞれの健康保険の保険者に問い合わせてください。

	国民健康保険		後期高齢者医療制度	
	特定健診	国保人間ドック	後期高齢者健診	高齢者人間ドック
対 象 者	40～74歳の国民健康保険加入者	受診日現在35～74歳で国民健康保険税の滞納がない人	75歳以上の後期高齢者医療制度加入者(65歳以上の人で、一定の障害があると認定を受けた人も含む) ※高齢者人間ドックは受診日現在、保険料の滞納がない人に限ります。	
費 用	無料	検診料のうち2万円を補助(ただし検診料が2万円を超えない時は全額を補助)	無料	検診料のうち2万円を補助(ただし検診料が2万円を超えない時は全額を補助)
受 診 期 間	5～10月	5月～令和3年2月	5～10月	5月～令和3年2月
検 査 項 目	【特定健診・後期高齢者健診】 問診、身体計測(身長、体重、BMI〈体格指数〉、腹囲)、診察、血圧測定、血液検査、尿検査、心電図 【人間ドック】 上記検査項目に加え、便潜血検査、胸部レントゲン、胃部レントゲンまたは内視鏡、腹部超音波、眼底検査など ※特定健診、後期高齢者健診での眼底検査は医師が必要と認めた場合に行います。 ※眼底検査の設備のない医療機関で受診したときは、指定眼科医への紹介制度があります。 ※後期高齢者健診では、腹囲は測定しません。			
申 し 込 み	対象者には4月下旬に受診券を郵送	指定医療機関で受診する場合 事前に指定医療機関に予約をし、健康保険証、特定健診受診券(特定健診対象者)、最近納付した保険税の領収書(口座振替・年金納付の人を除く)を用意して、直接、保険年金課または各支所・出張所へ	対象者には4月下旬に受診券を郵送	指定医療機関で受診する場合 事前に指定医療機関に予約をし、健康保険証、後期高齢者健診受診券を用意して、直接、保険年金課または各支所・出張所へ
		指定医療機関以外で受診する場合 医療機関に予約をして受診後、健康保険証、特定健診受診券(特定健診対象者)、最近納付した保険税の領収書(口座振替・年金納付の人を除く)、検診結果、領収書、振込口座が分かる物を用意して、直接、保険年金課へ		指定医療機関以外で受診する場合 医療機関に予約をして受診後、健康保険証、検診結果、領収書、振込口座が分かる物を用意して、直接、保険年金課へ
受 診 時 に 必 要 な 物	特定健診受診券、健康保険証	指定医療機関で受診する場合 35～39歳の人(特定健診対象外) 40～74歳の人(特定健診対象) 健康保険証、ドック受診票 特定健診受診券、健康保険証、ドック受診票	後期高齢者健診受診券、健康保険証	指定医療機関で受診する場合 健康保険証、ドック受診票
問 い 合 せ	保険年金課(管理担当)		保険年金課(高齢者医療担当)	

アグリセミナー受講者を募集

農政課 ☎775-7384・FAX775-9872

市内農業の発展と農家の負担軽減のため、農業に関心があり、農作業の繁忙期などに農家に行き、農作業の一部を担う「アグリサポーター」を育成します。 ※知識や実技の習得だけを目的とする人は、受講をご遠慮ください。 時・所・定表のとおり 4月1日(水)から住所・氏名・年齢・希望するコースを、電話またはファクスで農政課へ ※「露地野菜コース」または「果樹コース」のいずれかを受講できます。 ※修了認定には、いずれのコースも7割以上の出席が必要です。 ※修了認定者は「アグリサポーター」として、市内農家で活動していただきます(原則、無償)。

【露地野菜コース:定10人(先着順)】

	と き	ところ
①	5/21(木)	上尾市民農園 アグリプラザ平塚 (平塚1516)
②	6/4(木)	
③	6/18(木)	
④	7/16(木)	
⑤	8/18(火)	

※講師は、J Aさいたま営農指導員などを予定しています。
※天候により、日時や作業内容が変更になる場合があります。
※ボランティア保険(500円/年)に加入してください。
※飲み物を用意して、作業ができる服装で参加してください。

【果樹(キウイフルーツ・巨峰)コース:定10人(先着順)】

	と き		ところ
	平日クラス	土曜クラス	
①	5 / 7 (木)	5 / 9 (土)	内田栄作農園 (西門前720-1)
②	5 / 28 (木)	5 / 30 (土)	
③	6 / 11 (木)	6 / 13 (土)	
④	6 / 25 (木)	6 / 27 (土)	
⑤	7 月初旬		
⑥	8 月下旬		
⑦	9 月初旬		
⑧	10月初旬		
⑨	10月中旬		

※できるだけ、徒歩または自転車でお越しください。
※天候により、日時や作業内容が変更になる場合があります。
※ボランティア保険(500円/年)に加入してください。
※作業中のケガを防止するため、長袖、長靴、帽子を必ず着用してください。

■アグリサポーター受け入れ農家を募集

セミナーを修了したアグリサポーターの受け入れ農家を募集します。手伝ってほしい農作物の種類や作業内容と、サポーターの住んでいる地域や手伝える内容、日程を考慮して、農家とサポーターとのマッチングを行います。詳しくは、市ホームページをご覧ください。農政課へ問い合わせてください。

災害時の情報伝達

危機管理防災課 ☎775-5140・FAX775-9927

市では災害時にさまざまな手段を使って台風などの注意喚起や、避難所の開設情報、避難勧告などの情報伝達を行っています。事前に登録やダウンロードが必要なものもありますので、災害に備え準備をお願いします。

■防災行政無線

市内128局のスピーカーで注意喚起や避難勧告などを伝達します。電話応答サービス(☎775-5577)に電話すると、放送内容を確認できます。

■メールマガジン(安心・安全メール)

災害時の注意喚起や、避難所開設情報、避難勧告などの情報を伝達します。



登録は
こちらから

■NHKデータ放送

テレビのチャンネルを「NHK総合」に合わせ、リモコンのdボタンを押し、「地域の防災・生活情報」を選択すると避難所開設情報や、避難勧告などを確認できます。

■LINE

上尾市公式アカウントを「友だち登録」すると、災害情報の他、イベント情報など市に関するさまざまな情報が受信できます。



友だち登録は、
こちらから

その他にも、市ホームページなどで災害時の情報配信をしますので詳しくは、下記の二次元バーコードから確認してください。また、併せてハザードマップも事前に確認し、自宅周辺のリスクを確認しておきましょう。



水害時の情報伝達と
取るべき行動について



上尾市災害
ハザードマップ



33の小・中学校体育館にエアコン

新年度になりました。気持ちを新たに市政運営に取り組んでまいります。

さて、今年度の予算編成では、市民が夢を持てるような事業を積極的に実施するため、「政策企画提案制度」により、各部から提案を募りました。結果的に27事業の提案のうち22事業を採択し予算に盛り込みました。

採択の一例ですが、全小・中学校の体育館にエアコンを整備します。

学校体育館は指定避難所でもあり大規模災害が発生した場合は、避難所での生活も想定されます。災害は季節を選びませんので避難者の生活環境の改善は重要課題です。そこで、エアコン設置工事を令和2年度に設計、令和3～4年度に工事の日程



現場を確認してきました

※令和2年度予算は、市ホームページと「広報あげお」5月号で詳しく紹介します。

で実施し地域の防災拠点としての機能強化を図ります。

市では、全国に先駆け平成23・24年度に全ての小・中学校の普通教室にエアコンを設置し、去年は音楽室にエアコンを設置しています。

体育館は児童・生徒が授業や部活動などで日常的に利用する場所でもあり、市民の皆さまにとっては学校開放の際にも有効活用していただける、まさに一石三鳥の政策であると考えています。

他にも今年度は、「さらなる防災力の強化」、「子育て支援の充実」など新規事業を盛り込み、力を入れています。今後も「みんなが輝く街、上尾」の実現に向け着実に取り組んでまいります。

市長 畠山 稔

令和2年7月採用予定

市職員を募集

職員課 ☎775-5112・☎775-9819

【職種・採用予定人数・第1次試験日】

職種	人数	第1次試験日
一般事務(障害者)	1人	5/10(日)
土木	2人	
看護師	1人	

【試験内容】

公務員として必要な知識について、活字印刷文による教養試験・専門試験(職種による)・作文試験・人物試験・適性検査などを行います。

【申し込み方法】

4月21日(火)17時まで(必着)に、市ホームページから電子申請または申込書・自己紹介書(職員課または各支所・出張所、図書館本館にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入して、郵送で職員課(〒362-8501本町3-1-1)へ ※受験資格など詳しくは、受験案内をご覧ください。

上尾丸山公園「池干し祭」企画 浅場作りを実施

みどり公園課 ☎775-8129・☎775-9906

2月15日、上尾丸山公園の大池で、稚魚や水生昆虫の隠れ家となる浅場作りが行われました。

これは、昨年12月から実施しているかいぼりの、池の干し上げ期間に実施した「池干し祭」の一環で、市民ボランティアの「上尾水辺^{みずべ}みもり」と当日作業ボランティア「泥かき連」として集まった参加者は、泥だらけになりながら、持てる力を振り絞り、池底の泥を岸に寄せる水辺の整備活動を行いました。3月まで池底を干し上げ、4月以降に水を張る作業を行う予定です。



池干し祭に参加したボランティアの皆さん

多文化共生推進計画策定 委員を募集

市民協働推進課 ☎775-4597
FAX775-0007

国籍や民族、言語の違いに関わらず、市民が地域の構成員として活躍し住みやすいまちづくりを実現するための多文化共生推進計画を策定する委員を募集します。**【任期】**2年間（6月1日～令和4年3月31日）**※**市内に在住の18歳以上で多文化共生に関する知識または経験があり、会議に出席できる人**【謝金】**1回当たり6千円 ※会議は任期中8回（平日昼夜、土）を予定しています。今年度は6月と令和3年2月に開催予定です。**定2人（選考）**※1人は外国人市民とします。**※**応募用紙（市民協働推進課にある。市ホームページからダウンロードも可）に住所、氏名、電話番号、生年月日、作文（題目「私が考える多文化共生（現状とこれからの関わり方）」へ600字以内）を記入して、4月24日（金）まで（必着）に直接か郵送またはメールで市民協働推進課（〒362-8501本町3-1-1、☎53000@city.ageo.lg.jp）へ ※選考結果は応募者全員に書面で通知します。

社会福祉基金活用事業の募集

福祉総務課 ☎775-5118
FAX775-9846

善意の寄附からなる社会福祉基金を、高齢者・障害者・児童などの福祉向上につながる事業に助成します。**※**市内に活動の拠点があり、主に地域福祉活動を行う法人・市民団体**【対象事業】**①福祉サービスを提供する事業②地域福祉向上のために行う事業 ※他の助成金・補助金を受けている事業や団体の親睦を目的とした事業は対象外です。**【事業例】**高齢者・障害者・児童などの見守り支援や移動支援ボランティア、生活困窮世帯支援、地域の乳幼児支援など**【助成対象経費】**報償費、旅費、需用費、役務費、使用料、賃借料 ※団体の資産形成となるような物品（1万円を超える備品などの購入費は、対象外です）。**【助成額】**1団体10万円まで ※事業内容や事業規模により助成額が異なりますので、詳しくは問い合わせください。**※**申請書（福祉総務課にある。市ホームページからダウンロードも可）に必要事項を記入し、添付書類を用意して、5月29日（金）までに直接、福祉総務課へ ※審査の上、決定します。

令和2年度から国民健康保険税の 軽減判定基準所得が拡大



保険年金課 ☎782-6471
FAX775-9827

国民健康保険税では、世帯の総所得金額等が一定以下の場合、均等割額が7割、5割、2割と軽減されます。令和2年度税制改正に伴い、5割と2割軽減の軽減判定基準所得が改正され、対象となる所得が拡大されます。

軽減割合	前年中の総所得金額等 (世帯主と国民健康保険加入者および特定同一世帯所属者 ^(※注) の所得合計額)	
	33万円以下	
7割	平成31年度まで	33万円+{28万円×(被保険者数+特定同一世帯者数)}以下
	令和2年度から	33万円+{28.5万円×(被保険者数+特定同一世帯者数)}以下
5割	平成31年度まで	33万円+{51万円×(被保険者数+特定同一世帯者数)}以下
	令和2年度から	33万円+{52万円×(被保険者数+特定同一世帯者数)}以下

※注 国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行後も継続して同一世帯に所属する人

なお、世帯主（国民健康保険に加入していない世帯主含む）、令和2年1月1日時点で16歳以上の加入者、特定同一世帯所属者全員が所得の申告を行っていることが条件です。所得がない（少ない）人も軽減を受けるためには、市民税課（必要に応じて税務署）で申告をしてください。税法上申告が必要ない人（確定申告や市民税・県民税の申告書などで扶養として申告されている人）も所得の申告が必要です。対象者には申告書を6月上旬ごろに郵送しますので、直接または郵送で保険年金課（〒362-8501本町3-1-1）へ提出してください。

申告をする時期によっては、国民健康保険税額が年度途中で変更になることがありますので、早めに申告してください。

5月2日と毎月第3(土)はマイナンバーカードの手続きを休止

市民課 TEL 782-8790
FAX 775-9827

5月2日(土)と毎月第3(土)は、システムメンテナンスのため、マイナンバーカード関連の手続きはできません。

難病者見舞金の申請

障害福祉課 TEL 775-5123
FAX 776-8872

本市の住民基本台帳に継続して1年以上登録があり、県が交付した指定難病・小児慢性特定疾病・指定疾患・特定疾患の各医療受給者証を持っている人【金額】1万円 申請書(障害福祉課、各支所・出張所にある。市ホームページからダウンロードも可)に住所、氏名、電話番号、振込先口座(医療受給者本人名義に限る)などの必要事項を記入し、各医療受給者証(申請日時時点で有効なもの)の写しを添えて、令和3年3月31日(水)まで(必着)に直接か郵送で障害福祉課
(TEL 362-8501
本町3-1-1)
または直接、各支所・出張所へ



上平地区複合施設の整備に向けて

施設課 TEL 775-5115・FAX 775-9819

上平地区複合施設とは

新図書館複合施設整備事業の見直しに伴い、現在、上平広場として活用している上平地区の土地(右図参照)に新たに建設することとなった施設(以下、上平地区複合施設とする)です。上平地区複合施設の整備に関する基本的事項は、市民の皆さんの意見を伺いながら「上尾市上平地区複合施設検討委員会」で審議しています。



市民ワークショップを開催

昨年12月21日と1月11日に「上平地区複合施設に関する市民ワークショップ」を開催しました。12月21日は51人、1月11日は49人の市民が参加したワークショップでは「みんなで魅力的な複合施設を考えよう!」を全体テーマに上平地区複合施設に必要な施設やサービスについてアイデアを出し合いました。

詳しい開催結果は、市ホームページをご覧ください。

※結果報告書は市役所1階情報公開コーナーで閲覧できます。



第2回市民ワークショップ

第2回上尾市上平地区複合施設検討委員会を開催

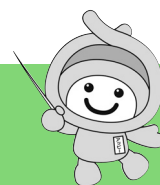
2月10日に「第2回上尾市上平地区複合施設検討委員会」を開催し、複合施設内に入れる機能などについて審議しました。また、市民ワークショップの参加者から選出された2人を新たに委員に委嘱しました。今後は、10人の委員で上平地区複合施設の検討を進めていきます。

【新たに選出した委員会委員】

氏名	肩書	条例上の区分
岡村 博憲	市民ワークショップ参加者	広く市政に関し知識又は経験を有する市民
古沢 輝		

※肩書は2月10日時点のものです。

ご利用ください あげお市政出前講座



生涯学習課

TEL775-9490・FAX776-2250

市民の皆さんが学習を希望するテーマについて、市職員が各担当分野の仕事や、専門的知識などを分かりやすく説明します。※苦情や要望を申し入れる場ではなく、知識・技術の習得など、学習の場として利用してください。☑市内に在住・在勤・在学する10人以上の組織・グループ【派遣時間】原則として、(月)～(金)10～20時のうち、おおむね1時間程度※(土)(日)(祝)に開催希望の場合は担当部署と相談してください。業務の都合により希望に添えない場合があります。☑無料(会場使用料・材料費

は自己負担) ※会場はグループで確保し、原則として公民館、地域集会所などの公共施設を利用してください。☑担当部署に事前に電話で問い合わせの上、申込書(生涯学習課、各支所・出張所・公民館にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要な事項を記入して、派遣希望日の2週間前までに直接、担当部署へ※派遣の可否・詳細などは担当部署から連絡します。※表に載っていない内容については、担当部署または生涯学習課に問い合わせてください。

分野	講座名	担当部署名	電話・ファクス
福祉・健康	介護保険制度	高齢介護課 (管理給付保険料担当)	TEL775-6473 FAX776-8872
	高齢者サービスのあらし	高齢介護課 (高齢者福祉担当)	TEL775-5124 FAX776-8872
	健康長寿サポーター養成講習	健康増進課 (西保健センター)	TEL774-1411 FAX776-7355
	がん検診県民サポーター養成講習		
	大人のこころの健康づくり～自身や大切な人のこころの健康を守るために～		
	大人の熱中症予防(受付期間4～7月)		
	健康の基本は食事から		
	大人の口の健康		
	子どもの健康	健康増進課 (東保健センター)	TEL774-1414 FAX774-8188
	震災対策	危機管理防災課	TEL775-5140 FAX775-9927
	アゲコスタイル AGECOstyle (Vol1) ～はじめよう!エコライフ～	環境政策課	TEL775-6925 FAX775-9872
暮らし	AGECOstyle (Vol2) ～ごみの減らし方・リサイクル～		
	西貝塚環境センターの仕組み(施設の見学会)	西貝塚環境センター	TEL781-9141 FAX781-9166
	消費生活に関する講座	消費生活センター	TEL775-0800 FAX776-4600

分野	講座名	担当部署名	電話・ファクス
まちのビジョン・市民社会	総合計画	行政経営課	TEL775-3963 FAX776-8873
	総合戦略		
	公共施設マネジメント	施設課	TEL775-5115 FAX775-9819
	多文化共生のすすめ	市民協働推進課	TEL775-4539 FAX775-0007
	男女共同参画	人権男女共同参画課	TEL778-5111 FAX778-5112
福祉・健康	人権と向き合うために	人権男女共同参画課	TEL775-5117 FAX778-5112
	地域福祉の推進	福祉総務課	TEL775-5118 FAX775-9846
	上尾市の障害福祉サービス	障害福祉課 (地域支援第一・第二担当)	TEL775-5122 FAX776-8872
	障害者差別解消法	障害福祉課 (管理担当)	TEL775-5122 FAX776-8872
	生活保護とは	生活支援課	TEL775-5119 FAX776-8872
	児童虐待防止 啓発研修	子ども・若者相談センター	TEL783-4964 FAX774-5342
	上尾市の子ども・子育て支援	子ども支援課	TEL775-5120 FAX774-5342
	介護予防	高齢介護課 (地域支援担当)	TEL775-4190 FAX776-8872
	認知症予防		
	高齢者虐待防止 啓発研修		
	成年後見制度		
	わたしのノート(医療介護連携ノート)の書き方		

分野	講座名	担当部署名	電話・ファクス
救命・消防	火災から身を守る	消防本部予防課	TEL775-1314 FAX775-2230
	応急手当	上尾 東消防署	TEL775-1310 FAX770-1902
		原市 東消防署 原市分署	TEL722-5225 FAX720-1119
		上平 東消防署 上平分署	TEL775-0119 FAX770-1901
		大石 西消防署	TEL725-2624 FAX780-1190
		大谷 西消防署 大谷分署	TEL726-2771 FAX780-1191
		平方 西消防署 平方分署	TEL782-0911 FAX782-0922
議会	市議会の仕組みと役割 (期間限定7・8月)	議会事務局 議事調査課	TEL775-9467 FAX776-2230
生涯学習・スポーツ	上尾市の生涯学習	生涯学習課 (生涯学習・公民館・人権教育担当)	TEL775-9490 FAX776-2250
	人にやさしくなれる 人権講座		
	上尾の遺跡		
	上尾の文化財	生涯学習課 (文化・文化財担当)	TEL775-9496 FAX776-2250
	上尾の歴史		
	上尾市民の読書推進に 関する施策	図書館	TEL773-8521 FAX776-7330
	スポーツに 参加しませんか	スポーツ振興課	TEL781-8112 FAX775-6608
学校給食	小学校給食	学校保健課	TEL775-9683 FAX775-5633
	中学校給食	中学校給食共同 調理場	TEL777-1552 FAX777-1553

分野	講座名	担当部署名	電話・ファクス
暮らし	中小企業を応援します	商工課	
	上尾市産業振興		TEL777-4441 FAX775-5024
	上尾の観光名所	商工課(観光協会)	
	上尾の名産品		
	あげおの農産物	農政課	TEL775-7384 FAX775-9872
	健全な青少年育成を 目指して	青少年課	TEL776-2488 FAX776-2117
	選挙の豆知識	選挙管理委員会 事務局	TEL775-9689 FAX775-9819
保険・年金・税	国民健康保険 (期間限定8～2月)	保険年金課 (国民健康保険担当)	TEL775-5136 FAX775-9827
	国民年金加入から 受給まで	保険年金課 (国民年金担当)	TEL775-5137 FAX775-9827
	後期高齢者医療制度 (期間限定8～2月)	保険年金課 (高齢者医療担当)	TEL775-5125 FAX775-9827
	住民税の仕組み (期間限定7～9月)	市民税課	TEL775-5131 FAX775-9846
	資産税の仕組み (期間限定7～9月)	資産税課	TEL775-5133 FAX775-9846
都市・緑・水	上尾市の街づくり	都市計画課	TEL775-7629 FAX775-9906
	市の緑と公園	みどり公園課	TEL775-8129 FAX775-9906
	知っておきたい 建築知識	建築安全課	TEL775-8490 FAX775-9906
	木造住宅の耐震診断と 耐震改修		
	公共下水道の仕組み	上下水道部 下水道施設課	TEL775-9372 FAX772-9050
	水道水ができるまで	上下水道部 経営総務課	TEL775-5160 FAX775-9041

令和3年 上尾市 成人式・スタッフ募集

生涯学習課 TEL775-9490
FAX776-2250

令和3年上尾市成人式

令和3年1月10日(日)第1回/10時30分～11時40分(予定)
(主にJR高崎線西側に在住の人(太平中・大石中・西
中・大石南中・南中・大谷中の学校区)) 第2回/12時
45分～13時55分(予定)(主にJR高崎線東側に在住の人
(上尾中・原市中・上平中・東中・瓦葺中の学校区))
文化センター 平成12年4月2日～平成13年4月1日生
まれで、市内に在住している人 ※12月上旬(予定)に案
内状を郵送します。

新成人代表スタッフの募集

式典運営に協力できるスタッフを募集します。 6月
ごろから成人式までに6回程度の会議を実施 令和3年
に成人式を迎える、市内
に在住で式典の運営に興
味のある人 5月22日
(金)までに直接または電話
で生涯学習課へ



令和2年の上尾市成人式

時とき 所ところ 内内容 対対象 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ

あげお良いとこ探しフォトコンテストの 入選作品が決定

市観光協会 TEL775-5917・FAX775-5024

2月14日に行われた「第8回あげお良いとこ探しフォトコンテスト」の審査会で、応募総数239作品の中から各部門の会長賞、佳作が決定しました。入選者には記念品などが贈られ、入選作品も含め優秀な作品は市観光協会発行のガイドマップやカレンダーなどに使用します。

6月1日(月)～14日(日)の「あげお花しょうぶ祭り」に合わせて、自然学習館で写真展を開催します。9月には「第9回あげお良いとこ探しフォトコンテスト」の募集を開始しますので、たくさんの応募をお待ちしています。

『錦秋』
wakuwakuさん
(上尾市)の作品



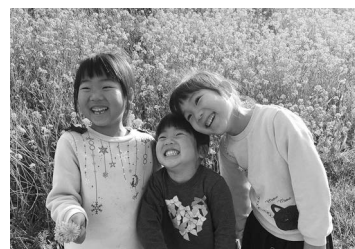
📷 上尾の四季・風景部門 会長賞

📷 上尾のイベント・お祭り部門 会長賞



『宵を跳ねる』
そねっちさん
(さいたま市)の作品

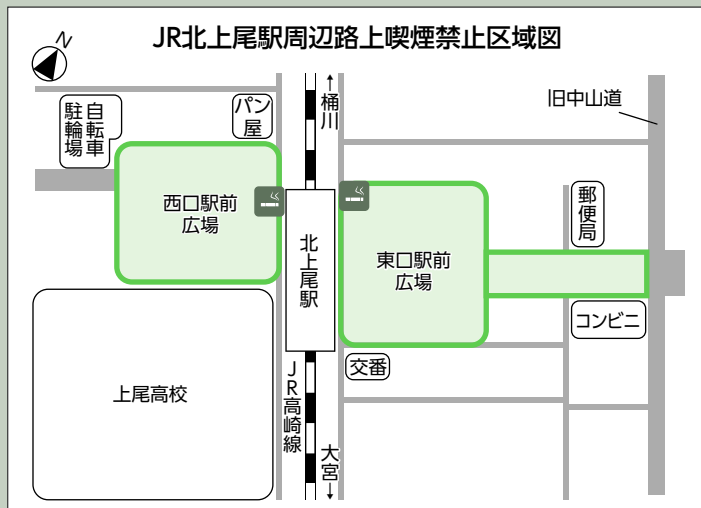
📷 上尾の元気・笑顔部門 会長賞



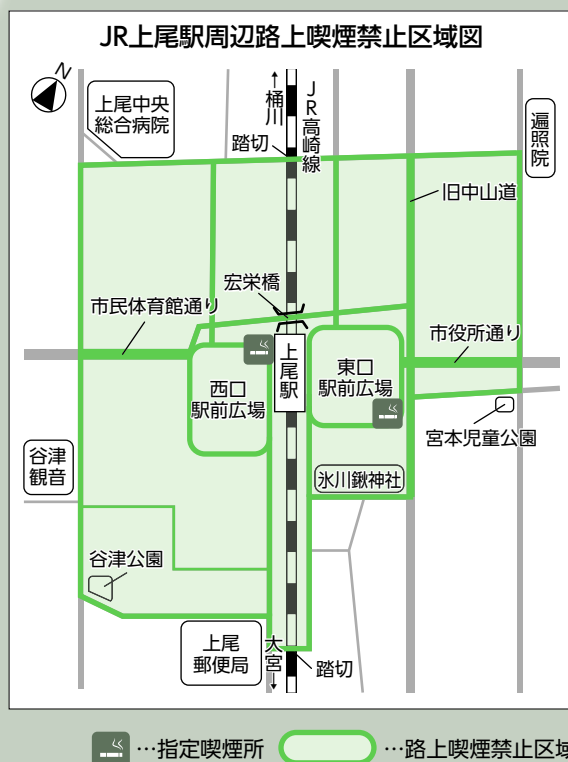
『菜の花』
カブトムシさん
(上尾市)の作品

路上喫煙防止にご協力を

たばこによるやけど・火災などの事故を防止するため、また、分煙に対する意識の高まりを受けて、「上尾市路上喫煙の防止に関する条例」を施行しています。条例でJR上尾・北上尾駅周辺を図のとおり路上喫煙禁止区域に指定し、禁止区域内の路上などでは、指定喫煙所を除き、終日禁煙となっています。



生活環境課 TEL775-6940・FAX775-9872



大谷分署に救急自動車を増配置 高規格救急自動車を7台体制に

警防課 ☎775-1312・FAX775-2230



大谷分署に配置された救急自動車(左)

4月1日(水)から西消防署大谷分署に救急自動車を増車しました。これにより大谷分署は2台体制となり、市内の救急自動車は7台体制となりました。平方分署に救急自動車を1台増車した平成18年と平成31年を比べ、年間の救急出動件数は3,267件増加しています。今後も迅速に医療機関へ搬送し、市民が安心して暮らせる街を目指します。

市税などの口座振替の申し込みはキャッシュカードで

納税課 ☎775-5135

FAX775-9846

金融機関のキャッシュカードを市役所にある専用端末に通し、暗証番号を入力すれば口座振替の申し込みができます。従来のように、通帳届け出印を用意しなくても手続きができるため、大変便利です。※カードの種類により利用できない場合があります(法人カード、生体認証キャッシュカードなど)。**【取扱金**

融機関】埼玉りそな銀行、みずほ銀行、三菱UFJ銀行、三井住友銀行、りそな銀行、武蔵野銀行、東和銀行、埼玉信用金庫、青木信用金庫、ゆうちょ銀行 **【取扱税目など】**市民税・県民税(普通徴収)、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税(普通徴収)、後期高齢者医療保険料(普通徴収)、介護保険料(普通徴収) **【**キャッシュカードを用意して、口座名義人本人が直接、納税課へ。金融機関での申し込みはできません。**【申込期限】**納期限のある月の10日まで **※(例)**6月30日が納期限の場合、6月10日が申込期限です。

合、6月10日が申込期限です。

■依頼書での口座振替の申し込み

口座振替依頼書は市内にある上記の取扱金融機関と、群馬銀行、足利銀行、栃木銀行、大光銀行、川口信用金庫、飯能信用金庫、城北信用金庫、中央労働金庫、さいたま農業協同組合の各窓口、納税課窓口にあります。市ホームページからダウンロードもできます(ゆうちょ銀行以外)。口座振替の手続きは45日ほどかかります。※左表の申込期限までに申し込みれば第1期から口座振替で納付できます。

【金融機関申込期限(第1期)】

税(料)	申込期限
固定資産税 軽自動車税	4/17(金)
市民税・県民税(普)	5/15(金)
国民健康保険税(普) 介護保険料(普) 後期高齢者医療保険料(普)	6/16(火)

※(普)は普通徴収です。

申直接／口座振替依頼書に必要事項を記入・押印(通帳届け出印)し、納税通知書、預(貯)金通帳、印鑑(通帳届け出印)を用意して、取扱金融機関または納税課へ **郵送**／口座振替依頼書に必要事項を記入・押印(通帳届け出印)して、納税課(〒362-

8501本町3-1-1)へ

■携帯電話(フィーチャーフォン)によるモバイルレジの利用終了

4月20日(月)をもって携帯電話によるモバイルレジの利用が終了しました。※スマートフォンからは従来通り利用できます。

人権擁護委員の活動

人権男女共同参画課

☎775-5117
FAX778-5112

人権擁護委員は、市長が市議会の意見を聞いて推薦し、法務大臣から委嘱されます。市内では11人の委員が各種相談に応じている他、市のイベントなどで啓発冊子の配布を行い、人権侵害を未然に防ぐための活動をしています。

■人権擁護委員(順不同・敬称略)

松尾四郎、和氣昭祐、小島勝、前島百合子、小川久雄、藤波政明、千葉ふみ子、太幡和子、村田眞司、野田正、吉澤章子

■人権相談所のご利用を

時原則毎月第4(水)10～15時(12～13時を除く) 所市役所7階大会議室内(家庭内の不和・相続・人権にまつわる悩み事・もめ事などの相談(34ページ参照) ※相談は無料です。秘密は守られますので、気軽に相談してください。



藤波の餅つき踊り

地域密着、
身近な話題を
体験取材！

まちかど

特派員だより

まほろばふじなみ 伝承の郷

「まとまりがあるんですよ、藤波は！」市指定無形民俗文化財である「藤波の餅つき踊り」「藤波のさら獅子舞」の保存会会長であり、「万作踊り」の伝承にも精力的に取り組まれている柳川精延さんのひと言です。ことしの1月の終わり、例年元日に行われる天神社（正式には、天神氷川八幡合社）の餅つき踊りの様子を知らたくて、柳川さんにお話を伺いに行ってきました。

餅つき踊りや万作踊りは、健康プラザわくわくランドでは市民の人たちに、日本文化の紹介行事では、来日交換留学生に、地域の子供会や敬老会では祝宴の出し物としてなど、年間10回以上公演しているとのことでした。

餅つき踊りや獅子舞が優に100年以上、今日まで続けてこられた訳をお聞きしました。住民の日常的なつながりがあつたこと、伝統を守ることへの責任感とプライドが培われてきたこと、何事をするにも会員の中から「ノー」の言葉

が出たことがないこと、常に少しずつでも改善しようとするアドバイスを不断に聞くことができる環境があるなど、地域づくり、まち育てにも通じる大切なことを語っていただきました。

柳川さんは、「藤波の景色は変わらない。とにかく、いいところですよ、住めば都です。」



大石地区
いのうえ
井上肇さん

す」と言葉をつなげます。

藤波地区の地形は起伏に富んでいます。古くから、高台での麦作り、低地の米作りが暮らしを支えてきました。しかし、谷間の田んぼは水はけが悪く、昭和時代の土地改良が行われる以前は、膝上まで浸かりながらの稲の直播き農法である摘田を行っていました。

今、私は四季の移ろいに寄り添い、ゆったりとした時を紡いできた藤波の風景と暮らしに想いをよせながら、地域の中心に鎮座する天神さまの秋祭り、10月第1(土)に行われる餅つき踊りや獅子舞をぜひ見てみたいと思っています。

市民の情報交流スポット



おいでください

■民踊つくし会初心者教室 4月2～30日の毎週(木)13:30～15:00、市民体育館 費500円 当日 大木 0671-9917 ヒと言！アッピー音頭他夏祭り用曲も含め優しく楽しく踊ります。

■第18回かねこひで美 ミモザの会発表会 4月24日(金)13:00～17:00(開場/12:30)、コミュニティセンター 当日 かねこ 090-8436-7688(当日は10:00まで) ヒと言！シャンソン・カンツォーネ・ポピュラーの発表会です。

■伝統文化上尾いけばなこども教室 4月25日(土)～令和3年2月27日(土)(8月を除く)原則毎月第4(土)10:00～11:00(全10

回)、谷津公民館 費15人 06歳児～中学生 費1,500円(花代含む。前期・後期に分けて前納) 甲 4月18日(出までに 中島 080-5487-9057 ヒと言！生け花を学び、季節の花に触れ、豊かな心を育みます。

■第4回定期演奏会(吹奏楽) 4月26日(日)13:20～15:30(開場/13:00)、コミュニティセンター 当日 菊地 090-4169-0120(21:00まで) ヒと言！お子様も大歓迎!皆様のご来場、お待ちしております。

■なぎなた初心者教室 5月8～29日の毎週(金)9:30～11:45、市民体育館 費スポーツ保険代(年齢により異なる) 当日 金原 0772-5578(13:00～21:00) ヒと言！日本の伝統文化なぎなたを楽しみませんか。待ってます。

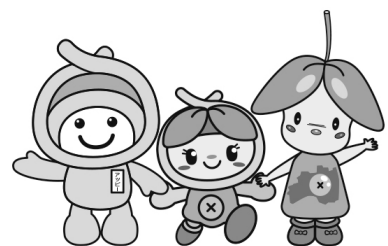
いきいきサークル

●中高年から始めるらくらくピアノ 毎月第2・4(火)12:30～14:00・14:10～

15:40、春日記念会館 費月額2,500円 坂口 0777-3523 ヒと言！中高年対象のカナつき楽譜で「すぐ弾けた!」と大好評。

●橋ダンス愛好会(社交ダンス) 毎週(土)10:00～12:00、平方公民館 費月額1,500円(入会金1,000円) 波田野 080-5460-2089(21:00まで) ヒと言！基本から指導。親睦の会です。無料体験有。一度見学を。

●発氣会(気功) 毎月4回(木)14:00～15:30、上平公民館 費月額2,000円 金井 0775-8666(17:00以降) ヒと言！呼吸法を中心にした動きです。年齢問わず無料体験あり。



定…定員 対…対象 費…費用 持…持ち物 当日…当日、直接会場へ 申…申し込み



マウンドで
全力投球をする
永井君

昨年の11月に48チームが参加した第19回全国中学生都道府県対抗野球大会で、埼玉県の選抜チーム「埼玉オールスターズ」が全国ベスト8まで勝ち進んだことをご存じでしょうか。その一員として活躍した大石南中学校3年の永井楓馬君は、投手として背番号「1」を背負い、堂々としたピッチングでチームの勝利に貢献しました。永井君が所属していた「埼玉オールスターズ」は、埼玉県内から選抜された中学生のチームで、上尾市からは永井君が唯一選出されました。「一球一球集中しながら気持ちだけは絶対に負けない」をモットーに戦ったと力強く話してくれました。

兄と姉の3人きょうだいの永井君が野球を始めたのは4歳の頃。お兄さんが野球をやっていたのがきっかけとのこと。小学校時代は「大石南ミラクルズ」で投手はもちろん、内野手もやっていたそうです。さまざまなポジションをこなした永井君ですが「一番好きなポジションは捕手だったんです。読売ジャイアンツで活躍していた阿部慎之助選手の影響で」と

スポット ライト

～人・仲間～



ながい
永井

ふうま
楓馬
君

(領家住)

The life of a great person

背番号「1」から世界に挑戦

第19回全国中学生都道府県対抗野球大会 埼玉選抜チームでベスト8

笑いながら話します。中学生になると本格的に投手として大石南中学校野球部で活躍した永井君。「市内のチームでは仲の良さはどこにも負けません。中学の3年間はとても楽しかったです」とうれしそうに話します。ただ、早起きが苦手な永井君は、「朝練習は大変でした」と、はにかみます。

野球に青春を捧げている永井君ですが、中学校生活の思い出を尋ねると、クラスで出場した「上尾市小・中学校音楽会」が心に残っているそうです。「学校の代表を決めるために行われた、校内の合唱祭当日は、全国中学生都道府県対抗野球大会に出場していたため参加ができませんでした。しかし、クラスのみんなが頑張ってくれたので、学校の代表に選ばれ、一緒に音楽会で合唱を披露することができました」と笑顔で話してくれました。

この春から晴れて高校生になる永井君の次なる目標は、甲子園出場。「投手として背番号「1」を背負って甲子園のマウンドで投げたいですね。そして将来的には、メジャーリーガーとして世界に挑戦することも考えています」と目を輝かせて誓ってくれました。今後のさらなる活躍を期待し、一流の野球選手に成長することを願ってやみません。



「クイズ アッピーを探そう!」(2ページ参照)で寄せられた『広報あげお』への感想・意見を紹介します。今月は3月号です。

⇒ 広報広聴課 ☎775-4918・FAX776-8873 ※内容は一部要約しています。

特集 桜満開 お花見日和

- 上尾にはお花見のできる場所が23カ所あることに驚きました。順番に回ってみたいと思います。(80代女性)
- 大好きな桜のお花見情報がたくさん載っていて、とてもうれしかったです。子どもと行ってみようと思います。(40代男性)

身近なところにも、たくさんのお花見スポットがあります。ことしも満開の桜が市内を彩ることでしょう。



スポットライト 奥脇莉音さん

- 大きな目標に向かって頑張る人を見ると、自分も頑張ろうと思います。奥脇さんが、世界ランキング1位になれるよう応援しています。(50代女性)
- 毎月、どんなすごい人が紹介されるかを楽しみにしています。(70代男性)

スポットライトでは、これからも各分野で活躍している市民を紹介していきますので、皆さんも応援してください。



『広報あげお』は、読者の皆さんの感想を参考にし、より良い誌面作りを目指しています。これからも皆さんの感想をお寄せください。





あげおジュニア通信

AGEO Junior News

小・中学生の皆さんの絵や工作、書、好きな本など、さまざまな作品を紹介します！



厚川 ひなのさん
(上尾小学校4年)

ながれ星 (書)

ながれ星が流れることを
想像しながら書きました。

上山 泰武さん
(大石北小学校6年)



昔のポストをお菓子の箱を
使って再現しました。

ポスト貯金箱 (工作)

見て魅て！
私のミュージウム



応募作品を大募集

『広報あげお』に自分の作品を載せてみませんか？ 絵や工作、好きな本の紹介など自分の好きなもので応募してみよう！

市内に在住の小・中学生 【募集部門】①絵・工作・書・写真②俳句・標語(テーマ/学校)③作文(400字以内、テーマ/趣味や、夢中になってい
るもの)④好きな本の紹介 ⑤保護者を通じて、作品(①は撮影した電子データか写真プリント)、作品名(絵・工作・写真だけ)、作品のコメント
(100字以内)、住所、氏名(ふりがな)、保護者氏名、電話番号、学校名、学年を直接か郵送、またはメールで広報広聴課(〒362-8501本町3-1-1、
s55000@city.ageo.lg.jp)へ ※①の現物は受け付けできません。

未来へ
すすく！
わが家の
アイドル



お世話好きのかえちゃん、いつもニコニコのらなちゃん！
2人とも毎日笑顔がありがとう！
これからの成長が楽しみです！

配島 蘭波ちゃん(左) 楓くん(右) 畔吉
R1.5.23生(10カ月) H29.5.9生(2歳)



待ちわびた妹の誕生で、ますます明るくにぎやかになった我が家を仲良く楽しく笑顔溢れる毎日を送ろうね☆



島村 海音ちゃん(左) 逢央ちゃん(右) 大宇上
H26.5.11生(5歳) R1.11.5生(4カ月)

市内に在住の末就学児の写真(画像データ可)に、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、保護者の一言、住所、電話番号を添えて、郵送(〒362-8501本町3-1-1)またはメール(s55000@city.ageo.lg.jp)で広報広聴課へ
※掲載は1人1回限り。写真は返却しません。

申し込み

小学校給食レシピ 90



たけのご飯 331キロ

●材料1人分 分量(2人)

- | | |
|-------------------------|-------------------|
| 1 炒め油..... 1 | 7 砂糖..... 4 |
| 2 鶏もも肉(皮なし)..... 10 | 8 濃口しょうゆ..... 6 |
| 3 ニンジン(千切り)..... 10 | 9 精白米..... 72 |
| 4 新ゆでタケノコ(短冊切り)..... 20 | 10 清酒..... 1 |
| 5 干しいたけスライス(戻す)..... 1 | 11 水+具の煮汁..... 96 |
| 6 油揚げ(千切り)..... 5 | |

※分量は、給食(大量調理)で作る量です。家庭で調理する際は、適宜調整してください。

●作り方

- ①干しいたけは水で戻しておく。
- ②切った油揚げ、新ゆでタケノコは、それぞれ湯通ししておく。
- ③米はとぎ、ざるで水を切っておく。
- ④鍋に油を熱し、鶏肉を炒める。
- ⑤鶏肉に火が通ったら、ニンジン・タケノコを入れ、さらに炒める。
- ⑥しいたけ・油揚げを加え、7・8で調味し、煮る。
- ⑦具が煮えたら、具と汁に分け、③の米に10・11を入れて炊く。炊き上がった具をのせ、蒸らす。

学校保健課 TEL775-9683・FAX775-5633



あったか 手話教室



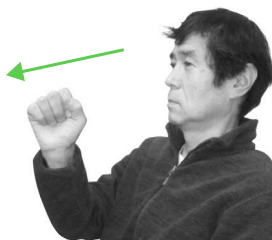
障害福祉課 ☎775-5315・☎776-8872

日常生活で使える手話を学びませんか。市ホームページでは手話動画を公開中です。

今月は「よろしく(良い)」を紹介します。



①右手の握りこぶしを鼻に当てます。



②握りこぶしを少し前に出します。鼻が高い様子を表しています。

よろしく(良い)

協力 上尾市聴覚障害者協会

暮らし

文化センターの臨時休館 と上尾公民館の移動執務

館内消毒と設備点検のため、5月7日(木)・8日(金)は臨時休館します。これに伴い、上尾公民館の業務は市役所5階501会議室(☎775-5111、内線501)で行います。☎文化センター☎774-2951・☎774-2955、上尾公民館☎775-0185・☎775-17366

行政書士無料相談会

☎4月11日(土)10～16時 所J
R上尾駅自由通路 ☎行政書士による無料相談(相続、遺言、成年後見、協議離婚、農地転用、各種許認可申請、会社設立など) 岡崎玉県行政書士会上尾支部☎776-3336

敷金(賃貸住宅)トラブル 110番

埼玉司法書士会では、埼玉弁護士会と共催で、賃貸住宅

マンション管理 無料相談会

を退去する際の原状回復費用に関するトラブルの相談に応じます。☎4月25日(土)・26日(日)10～16時 【相談方法】電話相談(☎838-1889) ※当日だけ通話できます。岡崎玉司法書士会事務局☎863-7861

水道料金・下水道使用料 の減免

児童扶養手当を受給している世帯を対象に、水道料金の基本料金相当額・下水道使用料の基本使用料相当額を減免

します。☎市内に在住で、水道・公共下水道を使用(上尾市から料金の請求を受けている)として、次の①②のいずれかに該当する人①児童扶養手当を受給している②同一世帯に同手当を受給している人がいる ☎申請書(業務課 ☎775-0013上尾村1157)にある。市ホームページからダウンロードも可に必ず

あげお観光情報

市観光協会 ☎775-5917・☎775-5024



「桜の写真を送って！キャンペーン」

おすすめの桜スポットの写真を撮って、市観光協会へ写真を送ると、抽選で賞品をプレゼント！皆さんの思いの詰まったたくさんの写真をお待ちしています。写真は観光協会の会員制交流サイト(SNS)などで発信する他、市の観光資源として活用します。

☎4月30日(木)までに住所、氏名、電話番号、撮影場所を記入して、メール(☎info@ageo-kankou.com)で市観光協会、または直接、あげお お土産・観光センターへ ☎詳しくは、市観光協会のツイッター・インスタグラム・ホームページをご覧ください。



市観光協会
ホームページ

上尾のお土産は、あげお お土産・観光センターで！

所宮本町3-2 A-GEOタウン2階、☎780-2266
営業時間:10:30～18:30(月定休)



あげお お土産・観光センター

検索

ツイッター・インスタグラムも更新中！
#上尾市観光協会

国民年金保険料の 産前産後期間の免除制度

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間の国民年金保険料が免除されます。なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除されます。※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産(死産、流産、早産を含む)をいいます。④国民年金第1号被保険者で出産日が平成31年2月1日以降の人 ⑤母子手帳などの出産(予定)日または親子関係を証明できる物、年金手帳、印鑑(認め印可)、マイナンバーカード(または通知カードと自動車運転免許証などの本人確認ができる物) ⑥出産予定日の6カ月前から直接、保険年金課へ ⑦保険年金課 ⑧75-5137・⑨75-9827、大宮年金事務所 ⑩62-3399

国民年金保険料の 学生納付特例制度

学生は申請により、在学中

の国民年金保険料の納付が猶予されます。④国民年金第1号被保険者で、学校教育法に規定されている修業期限1年以上の課程の学校(夜間・定時制・通信課程を含む)に在学する前年所得が118万円以下の人 ⑤申請対象期間 申請日の2年1カ月前(令和3年3月(年度ごと)に申請が必要) ※4月(令和3年3月分の受け付けは、4月1日(水)からです。⑥マイナンバーカード(または通知カードと自動車運転免許証などの本人確認ができる物)、年金手帳、印鑑(認め印可)、当該年度有効の学生証または在学証明書、失業特例を利用する場合は雇用保険の受給資格者証や離職票の写し ⑦直接、保険年金課または各支所・出張所へ

●追納 学生納付特例を受けた期間は、10年までさかのぼって保険料を納付できます。⑧直接、保険年金課へ ※3年度目を経過した期間の追納には加算金が付きます。 ⑨保険年金課 ⑩75-5137・⑪75-9827、大宮年金事務所 ⑫62-3399

家庭用生ごみ処理容器等 購入費補助金

ごみの減量化を図るため、家庭用生ごみ処理容器などを購入する人に予算の範囲内で補助金を交付します。④市内に住所があり、居住している人 ⑤補助対象機器／補助金額 ①電気式生ごみ処理機／購入費用の2分の1の額で上限2万円 ②コンポスト式生ごみ処理容器／購入費用の2分の1の額で上限4千円 ⑥申請書(環境政策課、各支所・出張所にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、領収書(購入者・購入店の住所などが明記してあるもの)、製品パンフレットの写しを添付して、4月1日(水)から直接か郵送で環境政策課(〒362-8501本町3-1-1)または直接、各支所・出張所へ ⑦環境政策課 ⑧75-6925・⑨75-9827

介護家族会

時4月20日(月)、5月19日(火)、6月29日(月)、7月28日(火)、8

埼玉りそな銀行 店舗移転のお知らせ

上尾支店と上尾西口住宅ローンご相談プラザは

4/13 丸広百貨店上尾店1階
(Mon) (アリコベールデパート館内)
へ移転し新装開店します

新店舗は、平日に加え、土・日・祝日もお客さまの住宅資金や保険、家計の見直しのご相談・ご契約等ができる「セブンデイズプラザ※」として営業いたします。どうぞお気軽にお越しくださいませ

※土・日・祝日は現金お取り扱い等の窓口業務は行っておりませんので、ご了承ください



土・日・祝日も相談できる
窓口がすぐそこに。

セブンデイズ 埼玉りそな 検索

ご予約は
こちらから



新住所：上尾市宮本町1番1号 丸広百貨店上尾店1階(アリコベールデパート館内)
電話番号：埼玉りそな銀行 上尾支店 048-771-6311
上尾住宅ローンご相談プラザ※ 048-776-1700
※移転と同時に店舗名を変更します

有料広告募集中!!

毎月約8万6,000部発行の『広報あげお』に広告を掲載しませんか？

料金や申し込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

有料広告のお問い合わせは

→広報広聴課 ⑩775-4918
⑪776-8873

※『広報あげお』掲載の広告は、あくまでも営業広告であり、市として推薦、公認、販売促進などを行っているものではなく、内容について市が責任を負うものではありません。

オレンジカフェ (認知症カフェ)

高齢介護課 ☎775-4190・☎776-8872

毎月1回2時間程度、認知症の人や家族・地域の人、専門職など、誰でも参加できるカフェを開催しています。お茶を飲みながらの歓談、介護の相談やミニ講座など、カフェごとに内容はさまざまです。詳しくは、各地域包括支援センターに問い合わせてください。

名称	開催日	開催場所	地域包括支援センター
オレンジカフェ しのめ	毎月第2(金)14:00～ (8月は第1(金))	しのめ(平塚2141)	上尾東 ☎778-4800
オレンジカフェ あべおにし	毎月第1(水)10:00～ (4・5月は第2(水))	上尾中央総合病院敷地内 臨床研修センター(柏座3-1-52)	上尾西 ☎778-2711
オレンジカフェ みなみかぜ	毎月第4(金)10:00～ (7月は第3(金))	藤村病院シンワエクセルビル3階 (仲町1-8-31) ※4・8月は介護予防教室です。	上尾南 ☎777-3301
オレンジカフェ ひらかた	毎月第3(水)14:00～	あけぼの施設内アクティビティ棟 1階(上野567)	平方 ☎726-6504
原市南 オレンジカフェ	毎月第4(水)14:00～ (9月は第5(水)、悪天候の場合、中止)	学研ココファン東大宮 (瓦葺1902-1)	原市南 ☎720-2502
オレンジカフェ ひだまり	毎月第1(月)14:00～(5月は 第2(月)、1月は第3(月))	原市公民館講座室1・2(原市3499) ※7月は別会場です。	原市北 ☎720-0022
オレンジカフェ ぱすとーん	毎月第4(水)13:30～ (8・2月は除く。9月は第5 (水)、悪天候の場合、開催 日時の変更あり)	パストーン浅間台地域交流ス ペース(浅間台2-17-1)	大石東 ☎777-4201
オレンジカフェ エルサ	毎月第1(水)13:00～(4月は 第1(水)、5・11月は第2(水))	エルサ上尾敷地内 ふじなみデ ィサービス2階(藤波3-265-1)	大石西 ☎789-5077
オレンジカフェ ホッとかみひら	毎月第4(月)13:30～ ※(祝)の場合は別日になり ます。	第2(づちとまと(南13-3))	上平 ☎778-5132
オレンジカフェ おおよ	毎月第2(木)13:30～	上尾中央第二病院包括棟会議室 (地頭方420-8)	大谷 ☎780-6363

月24(日)、9月29(日)、10月19(日)、11月24(日)、12月21(日)、令和3年1月26(日)、2月22(日)、3月23(日)のいずれも13時30分～15時 所プ
ラザ22 ※車でお越しの場合は、上尾西口大駐車場を利用してくだされい(2時間まで無

料)。 ※会場変更や中止になる場合があります。 ☎認知症や精神面で心配のある人などを介護する、家族の体験談や悩み相談 ☎市内に在住で家族を介護している人または介護経験者 ☎高齢介護課☎775-4190・☎776-8872

オレンジタブレットで
もの忘れチェック
5分程度で、もの忘れチェックができる「オレンジタブレット」を利用してみませんか。チェック後、希望者は医療・介護の相談を受けることがで

きます。 ※認知症を診断するものではありません。 「所
有機関」高齢介護課、市内の
地域包括支援センター ☎高
齢介護課☎775-4190・☎776-8872

就職に関する 悩みをサポート

☎毎週(水)、年末年始を除く10～16時(12～13時を除く) 所ワークプラザあけお(プラザ館5階) ☎キャリアカウンセラーが1対1で面談。応募書類・面接指導、転職の相談の他、家族からの相談にも応じる(1人約50分) ☎就職で悩んでいる人 ☎電話で商工課へ ☎商工課☎777-4441・☎775-5024

就労に悩む若者を応援する 就労支援・個別相談と 体験者との交流

働くことに自信の持てない若者が、社会に向けて一歩を踏み出す手掛かりを本人や家族と一緒に探ります。 ☎5月30日(土)13時30分～16時(受け付け13時) 所上尾公民館 ☎個別相談、就労支援

子ども・若者相談の ご利用を

☎毎週(木)(金)(祝)・年末年始を除く10～16時(12～13時を除く) 所市役所5階相談室 ☎①子育て相談/子育て全般、子どもの発達、親、家族、虐待など②若者相談/ひきこもり、ニート(仕事に就かず、教育・職業訓練を受けていない若者、不登校など) ※①②ともに1人50分(予約制)です。 ☎①は18歳未満の子どもと家族②は市内に在住のおおむね15～30歳代の人と家族 ☎氏名、電話番号を電話かファクスまたはメール(☎775-2100@city.ageo.lg.jp)に子ども・若者相談センターへ ☎子ども・若者相談センター☎783-4964・☎774-5342

を受けた人との交流 ☎働くことや働き始めることに戸惑いがある若者と保護者・家族 ☎20人(先着順) ☎若者の就労支援ネットワーク・ムーミンの会の唐澤☎090-9819-1572・☎775-1852、子ども・若者相談センター☎783-4964・☎774-5342

☎時とき ☎所ところ ☎内容 ☎対象 ☎費用・金額 ※記載のないものは「無料」 ☎定員 ☎持ち物
☎申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 ☎問い合わせ

いちはやく 189 小さな命に 待たなし



児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。「虐待?」と思ったら、不確実なもので構いませんので、いち早く連絡してください(匿名可)。※ 秘密は厳守します。

●児童相談所全国共通ダイヤル ☎189

●子ども・若者相談センター
☎783-4964・☎774-5342
(月)~(金)、8時30分~17時

●県中央児童相談所 ☎775-4152
(月)~(金)、8時30分~18時15分

●上尾警察署 ☎773-0110

省エネ住宅改修補助金

地球温暖化対策と地域経済活性化を図るため、住宅の省エネリフォーム工事を行う人に予算の範囲内で補助金を交付します。☎①~⑤の全ての条件を満たしている人①既存住宅である(市内に住所があり居住している) ※建築中の住宅と、店舗や事業所は該当しません。②補助金申請時に市税を滞納していない③工事業者が市内の事業者である④補助対象工事を行う建築物が建築基準法その他の法令に違反していない⑤4月1日(水)以降に改修工事を予定している、令和3年3月31日(水)ま

で実績報告書を提出できる※改修工事着工前に申請し、補助金交付決定後に工事を行うこととなります。【補助対象改修工事】断熱・遮熱塗料で屋根または屋上などを塗装する／遮熱フィルムを窓に貼る(8平方メートル以上)／外窓交換時に断熱性能に適合するガラスを使用する、または内窓を設置する／外壁、屋根、天井、床のいずれかに断熱材を設置する／LED照明器具を設置する(電球部分だけの交換を除く) ※工事に要した費用が10万円以上の場合に限り、【補助金の交付限度額】対象工事に要した費用の10割(年度内に

一つの住宅につき20万円を限度) ④申請書(環境政策課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、必要書類を用意して、4月1日から直接、環境政策課へ ⑤環境政策課 ☎75-6925・☎75-9872

アライグマ捕獲器購入費補助金

アライグマによる農作物の被害を軽減するため、アライグマ捕獲器を購入する人に予算の範囲内で補助金を交付します。☎次の①②の全てを満たす人①市農業委員会の農家台帳に登録されている②捕獲従事者養成研修を修了し、従事者証の交付を受けている【補助対象捕獲器】既製品で、販売業者から購入した物【補助金額】1世帯当たり2基まで。1基当たり購入費用の2分の1の額で上限5千円 ④20基 ⑤申請書(農政課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、必要書類を用意して、5月1日(金)から直接、農政課へ ※購入前に農政課に連絡

架空料金請求のはがきやメールにご注意を

実在する通販会社や団体を装って、「至急ご確認のお願い」「料金未納のお知らせ」などと記載されたはがき(封書)やメールが送られています。これらに記載されている電話番号に電話すると、「一時金を払えば訴訟しない」「あなたのスマートフォンが犯罪に利用されている」などと言われ、電子マネーを購入させられたりコンビニで現金を送付させられたりします。こうしたはがきやメールが届いても、決して相手に連絡せず、警察に相談して詐欺被害に遭わないよう注意しましょう。 ⑤上尾警察署 ☎75-0110

スポーツ・レクリエーション

スポーツ安全保険

スポーツ・文化・ボランティア活動、地域活動などの

団体活動中(その往復を含む)の不慮の事故に備える保険です。 ④4人以上のグループまたは団体 【保険期間】4月1日(水)~令和3年3月31日(水) ※4月1日以降の申し込みは、加入依頼書を郵送した消印日と払込日のいずれか遅い日の翌日から有効です。【掛け金】中学生以下/800円・1、450円・1万1千円、高校生以上/800円~1万1千円 ※活動内容により異なります。【補償内容】傷害保険、賠償責任保険、突然死葬祭費用保険 ※加入区分により保証金額は異なります。 ④加入依頼書(スポーツ振興課、市民体育館、各支所・出張所にある)に必要事項を記入し、郵便局で払い込み後、払込受付証明書を貼り付けて、郵送でスポーツ安全協会埼玉支部(〒362-0031 東町3-16 79スポーツ総合センター内)へ ※同協会ホームページ(☎https://www.sports-nzen.org)からも加入できます。 ⑤スポーツ安全協会埼玉支部 ☎79-9580・☎76-2600

レディースバドミントン 教室

時 5月12日～6月9日の毎週
(火) 9時20分～12時(全5回)

所 市民体育館 市内に在
住・在勤の初心者(女性) 費
2千円 定 60人(先着順) 申
往復はがきに住所、氏名、年
齢、電話番号、経験の有無を
記入して、4月25日(土)まで(必
着)に市バドミントン連盟の
金子和子(〒362-0052 中新
井297-3)へ 関 金子和子 699-1
146(19～22時)

春季グラウンド・ゴルフ 大会

時 4月14日(火)10～16時(予定)
※雨天の場合は15日(水)に延期
します。 所 平方スポーツ広
場 競技方法32ホール(予
定) 関 市グラウンド・ゴル
フ連盟会員と連盟加入希望者
費 500円 ※連盟加入希望者は
令和2年度年会費2,500
円が別途必要です。 申 当日
10時までに、参加費と年会費
を用意して、直接会場へ 関
市グラウンド・ゴルフ連盟の
森泉 関 731-5614

弓道教室

時 5月27日～6月24日の毎週
(水)(土)(6月20日(土)を除く、水)／
18時30分～20時30分、(土)／
16～18時(全8回) 所 市民体
育館 内 基礎技術の習得 講
師 市弓道連盟の指導者 関
市内に在住・在勤の18歳以上
の人 費 3,500円(初日に
集金) 定 20人(応募者多数の
場合は抽選) 申 往復はがき
(1人1枚)に教室名、住所、
氏名(ふりがな)、年齢、性別、
電話番号、在勤の人は勤務先
名、申し込みの理由、経験の
有無を記入して、5月10日(日)
まで(必着)に市民体育館(〒
362-0045 向山4-3-10)へ
関 市民体育館 関 781-8111
1・関 781-8113

スポーツダンス(社交) 教室

時 5月14日～7月16日の毎週
(水)／初心者コース18時30分、
経験者コース19時50分(全
10回) ※新規申し込みの人
は、初回は初心者コースにな
ります。 所 イコス上尾 費
8千円 定 各55人(応募者多
数の場合は抽選) 申 往復は
がき(1人1枚)に教室名、住
所、氏名(ふりがな)、性別、
生年月日、電話番号、ダンス
歴を記入して、4月24日(金)ま
で(必着)にイコス上尾(〒362-
0011 平塚951-2)へ 関 イ
コス上尾 関 721-1611・関
721-6114

市民球場4月の催し

●東都大学野球春季リーグ戦
時 4月7日(火)・8日(水)(予備
日は9日(木))
●県高等学校野球連盟春季北
部地区予選 関 4月11日(土)／
16日(水)(予備日は13日(月)・14
日(火)・17日(金)・18日(土))
●県高等学校野球連盟春季埼
玉県大会 時 4月23日(木)／26
日(日)、4月29日(水)／5月2日
(土)(予備日は27日(月)・28日(火)
5月3日(水)・4日(木)) 関 上
平公園管理事務所 関 761-89
86・関 761-3322

2020プロ野球 イースタン・リーグ 公式戦

埼玉西武ライオンズ対東北
楽天ゴールデンイーグルス

11、761-8986・関 761-3
322

募 集

協働のまちづくり 推進事業の事業提案

市民や事業者、行政などが
協働し、まちづくりを推進す
るための事業を募集します。
関 市民活動団体からの提案
(募集要項に記載されている、
市が協働したいと考えるテー
マまたは市民活動団体からの
自由提案を募集し、協働の
まちづくりにふさわしい事業
を決定) 補助金額 上限50万
円 関 5人以上で構成され、
1年以上継続して市内で活動
している団体など 申 募用
紙(市民活動支援センターに
ある。市ホームページからダ
ウンロードも可)に必要事項
を記入し、必要書類を用意し
て4月22日(水)までに直接、市
民活動支援センターへ ※詳
しくは4月1日(水)から配布す
る募集要項をご覧ください。
関 市民活動支援センター 関
778-1810・関 778-1820

券種		当日券	前売券
内野席	大 人	1,200円	1,000円
	小・中学生	600円	500円
外野席	共 通	500円	

※全席自由です。未就学児は無料(席を必要とする場合は有料)です。
※当日券は、市民球場で9時から発売します。

関 市民活動支援センター 関 778-1810・関 778-1820

AGA子ども教室 (1学期)

日本語を母語としない小・中学生を対象に、日本語学習支援を中心とした教室です。今年度から第3(土)も実施します。時4〜7月の毎月第2〜

4(土)10時〜11時30分 所文化センター 定20人(先着順) 申子どもの氏名・学校名・学年・母語、保護者の氏名・住所・電話番号を記入して、ファクスまたはメールでAGA事務局へ 関AGA事務局 関780-2468・関75-0000 7・office@aga-world.com

AGA日本語教室 1学期(4〜7月)

日本語を母語としない市民のための日本語教室です。1学期(4〜7月)の受講生と日本語指導ボランティアを募集します。※5人以上で入会を希望の受講生はAGA事務局に問い合わせください。 ①火曜教室 時4月14日〜7月14日(5月5日を除く)の毎週(火)10時〜11時30分(全13回) 所コミュニティセンター ②

水曜教室 時4月8日〜7月15日(4月29日、5月6日を除く)の毎週(水)19時〜20時30分(全13回) 所上尾公民館

【①②共通】 関日本語ボランティアによるマンツーマン形式 費2千円(AGA個人年会費) ※受講生・ボランティア共にAGAへの入会が必要です。 申氏名、電話番号、受講生・日本語指導ボランティアの区分を記入して、ファクスまたはメールでAGA事務局へ 関AGA事務局 関780-2468・関75-0007・office@aga-world.com



あげおワールドフェア 2020 実行委員

10月4日(日)に文化センターで開催する「あげおワールドフェア2020」の企画・運営に携わる、実行委員を募集します。 関5〜10月の平日19時30分〜21時(全7回)予定に市役所で行う実行委員会へ

軽トラ・ファーマーズ マーケットの出店者

の参加 関国際交流やイベントの企画に興味がある人 ※外国語が話せない人も参加できます。 申氏名、電話番号を記入して、ファクスまたはメールでAGA事務局へ 関AGA事務局 関780-2468・関75-0007・office@aga-world.com

時5月20日、6月17日、11月18日、12月16日のいずれも(水)10〜12時 所JR上尾駅西口イベント広場(上尾駅出張所南側) 関軽トララックを会場に乗り入れ、荷台を販売台として自らが販売する 関市内に在住で、市内で生産された農産物または加工品を販売できる人 申4月6日(月)から電話で農政課へ ※事前説明会があります。 関農政課 関75-7384・関75-9872

あげおプラモ展 出展作品

6月7日(日)に文化センターで開催する「あげおプラモ展」で展示するプラモデルなどの模型作品を募集します。 関



昨年のあげおプラモ展 出展作品

ジャンル・経験不問 ※小学生以下は保護者の同意が必要です。作品内容によっては、展示できない場合があります。 費1作品200円 関60作品(先着順) 申申込書(文化センター、コミュニティセンターなどにある。文化センターホームページ(関http://www.ageo-kousya.or.jp/center)からダウンロードも可)に必要事項を記入して、4月6日(月)10時から直接か郵送、またはファクスで文化センター(〒362-0017ニッ宮750)へ ※作品の応募条件などは、申込書または文化センターホームページをご覧ください。 関文化センター 関774-2951・関74-2955

講座

救命講習会 普通救命講習Ⅰ

時5月8日(金)13時30分〜16時30分 所市消防本部 関成人

に対する心肺蘇生法、自動体外式除細動器(AED)の使用 方法など 関市内に在住・在勤・在学の中学生以上 定15人(応募者多数の場合は抽選) 申市電子申請・届出サービス(関https://s-kantan.jp/city-ageo-saitama/)から電子申請または往復はがきに講習日、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、在勤の人は勤務先名、在学の人は学校名を記入して、4月13日(月)〜20日(必着)に、東消防署管理課(〒362-0013上尾村537)へ 関東消防署管理課 関75-1310・関770-1902

おとなの健康教室 フレイル予防はつつ

好きなことをいつまでも続けられるように、「運動」「栄養」「社会参加」によるフレイル

聖学院大学公開講座

聖学院大学 ☎781-0925・☎726-2962

☎5月9日～7月11日の毎週(土)13時30分～15時(全10回) ※第2講座のBコースは15時10分～16時40分です。 所聖学院大学 ☎18歳以上の人(第1・2講座は学生を除く。第4講座は女性だけ) 申募集案内(生涯学習課、図書館、各支所・出張所・公民館にある)を参照の上、往復はがきに必要事項を記入して、4月16日(木)まで(消印有効)に聖学院大学公開講座係(〒362-8585戸崎1-1)へ

	講座名	定員	受講料
第1講座	世界の中の日本 ～人文学の諸相～	40人	
第2講座	役に立つ英会話講座 ・初級(中学校卒業程度) A・Bコース ※しばらく英語から離れている人向けです。 ・中級ステップアップコース(高校卒業程度) A・Bコース	各30人	5,000円
第3講座	パソコン講座 ワード・エクセルの基本操作、パワーポイントの初歩	30人	11,000円
第4講座	女声コーラス	80人	5,000円
第5講座	初級手話講座	30人	

※応募者多数の場合は抽選です。別途教材費が必要です。

ル(高齢者の筋力や心身の活力が低下した状態)予防を体験し、健康づくりについて学びます。 ☎5月11日～7月20日の毎週(月)5月25日を除く14時～15時15分(全10回) 所文化センター 【講師】シルバー人材センターフレイル予防サポーター ☎市内に在住で初めて受講する人 ☎30人(先着順) ☎タオル、飲み物 【服装】動きやすい服装、運動靴 ☎4月6日(月)9時から電話でシルバー人材センターへ ☎シルバー人材センター ☎791-5525・☎791-1074

認知症サポーター ステップアップ講座

認知症サポーターが認知症に関する理解をさらに深め、認知症になっても安心して暮らせるまちをつくるために自分にできることを考える講座です。 ☎5月27日(水)10時～16時30分(予定) 所上尾公民館 ☎認知症の理解(講義)、認知症当事者の話、グループワーク 【講師】香田綾さん(済生会鴻巣病院認知症疾患医療センター精神保健福祉士) ☎市内に在住・在勤で

アライグマ捕獲従事者 養成研修会

市内でアライグマによる農作物被害が発生しています。この研修会を受講すると、狩



認知症サポーター養成講座を受講したことのある人 ☎50人(先着順) ☎5月18日(月)までに電話で高齢介護課へ ☎高齢介護課 ☎791-4190・☎791-8872

消費生活講演会

苦労を笑いに変えるコミュニケーション力

消費生活センター ☎775-0800・☎776-4600

☎5月24日(日)14～16時 所コミュニティセンター ☎お金や家計管理、生活スタイルなどについて、日米の物の見方や考え方の違い、お金に関する自身の失敗や成功の事例などを紹介 【講師】パッキンマックン ☎県内に在住・在勤・在学の人 ☎300人(先着順) ☎住所、氏名、電話番号を4月16日(木)から電話で消費生活センターへ ※手話通訳を希望する人は、5月15日(金)までにファクスで申し込んでください。

【プロフィール】ぱっくんまっくん

日本人とアメリカ人のお笑いコンビ。日米コンビならではのネタで、情報番組「ジャスト」をきっかけに老若男女問わず幅広いファン層を持ち、「英語でしゃべらナイト」などの英語教育番組などでも活躍。2003年にラスベガスで、2007年にはハリウッドで英語漫才のステージを成功させる。現在はテレビなどのメディアでの出演をはじめ、精力的に講演活動も行っている。



猟(わな)免許がなくても、アライグマに限り捕獲従事者として捕獲することができま す。 ☎4月28日(火)14時～16時30分 所上尾公民館 ☎アライグマの生態や捕獲器の使い方など 【講師】古谷益朗さん(ネイチャーステーション) ☎市内に在住の18歳以上の人

☎30人(先着順) 持本人確認ができる物(自動車運転免許証など) 申はがきに研修名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入して、4月16日(木)まで(必着)に農政課(〒362-8501本町3-1-1)へ ☎農政課 ☎791-7384・☎791-9872

時とき 所ところ 内容 対象 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問い合わせ

定員 持ち物

川島ひばりが丘 特別支援学校校支援 ボランティア養成講座

①5月16日(土)・30日(土)9時～12時
 ②6月5日(金)・17日(水)・29日(月)9時30分～15時30分
 所川島ひばりが丘特別支援学校(川島町伊草780) 内講義・介助体験など 対特別支援教育、肢体不自由教育に関心があり、①は両日、②は1日以上参加できる人 定15人(先着順) ④4月6日(月)～5月11日(月)に電話または申込書(同校ホームページ)④http://www.hibarish.spe.ed.jp/からダウンロード)に必要事項を記入して、ファクスで同校へ 関川島ひばりが丘特別支援学校④049-297-7753・④049-299-2915

手話講習会

①手話講習会(入門編) 時6月4日～11月5日(7月23日、8月13日を除く)の毎週(木)14～16時(全21回) 所総合福祉センター 対市内に在住・在勤の18歳以上で、初めて手話を学ぶ人 費3,300円 定

40人 ※託児(6カ月以上の未就学児)あります。②手話講習会(基礎編) 時5月27日～11月18日(8月12日を除く)の毎週(水)19～21時(全25回) 所コミュニケーションセンター ※10月以降はコミュニケーションセンター改修工事のため総合福祉センターです。 対市内に在住・在勤の18歳以上で、手話講習会(入門編)を修了または同程度の手話技術(簡単な手話での会話ができる)がある人 費3,300円 ※平成31年度入門編受講者は不要です。 定40人 ③手話通訳者養成講習会(通訳Ⅱ) 時5月27日～令和3年2月10日(8月12日、12月30日、令和3年1月6日を除く)の毎週(水)19～21時(全35回) ※修了試験日は、令和3年2月7日(日)です。 所コミュニケーションセンター ※10月以降はコミュニケーションセンター改修工事のため総合福祉センターです。 対次の(1)～(3)の全てに該当する人(1)市内に在住・在勤の18歳以上(2)手話通訳者を目指している(3)手話通訳者養成講習会(平成31年度上尾市手話通訳

者養成講習会(通訳Ⅰ)を受講したことがある) 費3,080円 定20人 ●①～③共通 ④往復はがきに講座名、受講動機、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、勤務先(在勤者だけ)、手話講習会受講歴、地域活動歴(聞こえない人との関わりなど)、託児希望者(入門編だけ)は「保育希望」と記入して、①は5月14日(水)、②③は4月30日(木)までに身体障害者福祉センター「ふれあいハウス」(〒362-0011平塚724総合福祉センター内)へ 関身体障害者福祉センター「ふれあいハウス」④76-2235・④772-8647



あげお朝市・夕市

市内で生産した農産物を農家が直接販売します。新鮮で安全な野菜、季節の花や果実、飲むヨーグルト、手作りまんじゅう(4～6月だけの販売)など数多く取りそろえています。 時朝市／毎月第4(土)9時30分～12時 ※8月だけ第



多くの農産物が並ぶ「あげお朝市」

市障がい者手づくり市

時4月18日(土)10時30分～18時 所JR上尾駅自由通路 内障害者施設・団体によるパン・クッキーなどの手づくり食品や手工芸品の販売 関障害福祉課④75-5315・④76-8872

農業体験教室 (サツマイモ)

時5月16日(土)9時～ 所市民農園「アグリプラザ平塚」(平塚1516) 内親子でサツマイモの苗を植え、秋に収穫する 対市内に在住の小学生と家族 費1人20円 定20家

生き物ふれあい教室

時5月9日(土)、7月11日(土)9時30分～12時(受け付け9時～、全2回) 所上尾丸山公園 内「集合」自然学習館多目的室 関カブトムシの飼育ケースづくり、カブトムシの幼虫掘り体験(7月は成虫、カブトムシとゲーム 対市内に在住の小学生と保護者(子ども1人につき保護者1人で2回とも参加できる人) 定30組(応募者多数の場合は抽選) 関カブトムシの飼育ケース(37×22×25センチ程度で10センチ以上の物)、飲み物、雨具(雨天時) 内「服装」長袖、長ズボン、長靴(5月だけ) ④4月1日(水)～30日(木)に電話で自然学習館へ 関自然学習館④780-1030・④76-7901

上尾のスイーツ食べ比べ 婚活パーティー

時 6月20日(土)14時～16時 所 イ
コス上尾 市内の菓子店の
スイーツを食べ比べながらの
婚活パーティー 対男性は市
内に在住・在勤、女性は県内
に在住・在勤でいずれも40
50代の独身の人 費 男性／3
千円、女性／2千円 定 男女
各10人(応募者多数の場合は
抽選) 申 往復はがきに住所、
氏名、年齢、電話番号を記入
して、5月27日(水)まで(必着
に郵送でイコス上尾〒362-0
011平塚951-2)へ 問 イコ
ス上尾 772-1611・FAX 772-
1614

NPO法人荒川の自然を 守る会の催し

自然塾三ツ又・遊んで学ば
う土手で草つみ・草遊び
時 4月5日(日)9時～12時(雨天
中止) 所 三ツ又沼ビオト
プ(平方) 集合 三ツ又沼ビ
オトプ駐車場・9時 費 100
円 定 親子で30人(先着順)
持 飲み物 服装 長袖、長ス
ボン、帽子 申 4月4日(土)ま

でに電話で同協会事務局へ
問 NPO法人荒川の自然を守
る会事務局 080-8122-3
690

埼玉県生態系保護協会 上尾支部の催し

あげおの秘境サクラソウ咲く
里山で楽しい作業 時 4月5
日～5月3日の毎週(日)8時
時(小雨決行) 所 サクラソウ
トラスト地(領家) 外 来種
除草などの管理作業 費 200円
持 飲み物、長靴、軍手 申 各
開催日の前日までに電話で上
尾支部の小川へ 問 小川 781-
0887

ボートレース戸田 4月の開催日

収益金は、都市基盤の整備
などに利用されます。 時 4
月2日(木)～7日(火)、15日(水)～
19日(日)、21日(火)～24日(金) 場
外発売 4月2～7日、11日
(土)～19日、21～26日(日) 問 埼
玉県都市競艇組合 023-87
11・FAX 823-8709



スタインウェイ企画

「夏休みファミリーコンサート～Mozart魔法の音楽～」

文化センター 02774-2951・FAX 774-2955

天才作曲家モーツァルトの代表曲オペラ『魔笛』を中心に美しい歌声で皆さんを魔法の世界へと導きます。 時 7
月23日(祝)14時～(開場／13時30分) 所 文化センター 【演奏曲】オペラ『魔笛』より『俺は鳥刺し』『夜の女王のアリ
ア』『パ・パ・パの二重奏』など、ピアノ独奏『トルコ行進曲』 【出演】安井陽子・友清崇・友清創・齋藤晴美など
●チケット販売 時 4月18日(土)10時～ 所 文化センター(9時から整理券を配布) ※文化センターオンラインチ
ケットサービス(02774-2951/2955)、セブン-イレブン、ファミリーマートのマルチ
コピー機でも販売します。 ※4月25日(土)9時からコミュニティセンター、10時30分からあげお お土産・観光セン
ターでも販売します。 費 一般／2,000円、小学生以下／500円(全席指定) ※売り切れ次第終了です。

【プロフィール】

やすい・ようこ(ソプラノ)

国内屈指の高音と装飾技術を誇るコロラ
トゥーラ・ソプラノ歌手。桐朋学園大学卒。
二期会オペラ研修所マスタークラス修了
後、文化庁在外研修員としてウィーン国立
音楽大学(オーストリア)研究課程修了。オ
ペラ『魔笛』夜の女王役は新国立劇場をはじ
めさまざまな舞台で好評を得ている。二期
会会員。



ともきよ・たかし(バリトン)

東京二期会のドイツオペラで主要な役を
担うバリトン歌手。桐朋学園大学卒。ウィ
ーン国立音楽大学研究課程修了。第77回日
本音楽コンクール入選。オペラ『魔笛』パ
パゲーノ役で好演し注目を集める。9月には
新国立劇場オペラ『フィデリオ』に出演予
定。二期会会員。上尾市出身。



ともきよ・はじめ(テノール)

新聞記者から転身した異色のテノール歌
手。青山学院大学卒。2012年、テレビ朝日
「題名のない音楽会」に出演し好評を得た。
歌手活動の一方、学校芸術鑑賞会を企画し、
音楽を通して子どもたちの感性を磨くこと
に力を注いでいる。上尾市出身。



さいとう・はるみ(ピアノ)

ソロ、伴奏者として活躍するピアニスト。
桐朋女子高校音楽科、桐朋学園大学ピアノ
専攻卒。国際ロータリー財団奨学生として、
ミラノ音楽院(イタリア)に留学。ピアノソ
ロ、ピアノ伴奏法を学ぶ。混声合唱団コー
ロ・コルディアール(上尾市)の伴奏者。ト
モキヨ音楽院講師。



「上尾特選寄席」林家三平^{はなしが}楽家生活30周年記念公演



林家三平



春風亭昇太



ナイツ

文化センター ☎774-2951・☎774-2955

時7月12日(日)14時～(開場/13時30分) 所文化センター 内テレビでおなじみの人気落語家と漫才師の公演 【出演】林家三平 【ゲスト】春風亭昇太、ナイツ ●チケット販売 時4月11日(土)10時～ 所文化センター(9時から整理券を配布) ※4月12日(日)9時からコミュニティセンターでも販売します。 費3,800円(全席指定) ※売り切れ次第終了です。※未就学児の入場はご遠慮ください。

コミセンクラシック～5人で奏でる珠玉の名曲～

コミュニティセンター ☎775-0866・☎775-0868

時6月28日(日)14時～(開場/13時30分) 所コミュニティセンター 内上尾市ゆかりの音楽家による本格的なクラシックコンサート 【プログラム】『威風堂々』/E・エルガー、映画『ウエスト・サイド・ストーリー』/L・バーンスタイン、歌劇『カルメン』より『前奏曲』『ハバネラ』/G・ビゼーなど 【出演】AGEO QUINTET/小林沙紀、長尾春花、小針彩菜、赤間亜紀子、清水篤 ●チケット販売 時4月11日(土)9時～ 所コミュニティセンター、文化センター、イコス上尾 費2,500円(全席指定) ※売り切れ次第終了です。※未就学児の入場はご遠慮ください。

【プロフィール】

こばやし・さき(バイオリン、ビオラ)

桐朋女子高校音楽科・桐朋学園大学音楽学部卒業。国内の数々のコンクールで入賞・入選する。現在、フリー奏者として在京オーケストラへの客演や、宝塚歌劇団などのミュージカルでの演奏活動を中心に、後進の指導や小学生のためのアウトリーチ活動にも力を入れている。これまでに、野口千代光、エドアルド・オクーン、加藤知子の各氏に師事。上尾市出身。



ながお・はるか(バイオリン)

東京芸術大学大学院博士課程修了、音楽博士号取得。ハンガリー国立歌劇場管弦楽団コンサートマスター、リスト音楽院で教鞭を執る。日本音楽コンクール、ジャンルカ・カンポキアロ国際音楽コンクール、カール・フレッシュ国際バイオリンコンクール優勝。静岡県文化奨励賞・上尾市栄誉賞・松方ホール音楽賞受賞。ソリストとして国内外のオーケストラと共演。2015年10月「キラリ☆あけおPR大使」に就任。上尾市在住。



こばり・あやな(マリンバ、パーカッション)

洗足学園音楽大学打楽器科を首席で卒業。第30回打楽器新人演奏会にてマリンバ部門第1位、グランプリを受賞。在学時、特別選抜演奏者に認定され前田奨学金を授与。第17回イタリア国際打楽器コンクールマリンバC部門優勝。現在、打楽器の指導や演奏を行う他、スティールパンのバンド「PAN NOTE MAGIC」のメンバーとしても活動中。上尾市在住。



あかま・あきこ(ピアノ)

東京芸術大学附属高校を首席で卒業。同大学を経て、ベルギーのアルデン・ビーゼンマスタークラス修了。ファイナルコンサートにソリストとして抜擢。ピアニストを務める混声合唱団「ラ・フォンターナ」では、ことし4月に「ジーザス クライスト スーパースター～キリスト最後の7日間～」を公演する。埼玉新演奏家連盟理事、県立大宮光陵高校音楽科講師、タニタ楽器特任講師。上尾市在住。



しみず・あつし(ピアノ)

東京芸術大学音楽学部作曲科卒業、同大学院作曲専攻修了。在学中に安宅賞を受賞。2004年、PTNAピアノコンペティション課題曲作曲賞(特級)受賞。作曲を佐藤眞、ピアノを中嶋信子、田尻桂、岡本愛子の各氏に師事。桐朋学園大学・桐朋女子高校音楽科・県立大宮光陵高校非常勤講師。埼玉新演奏家連盟理事。上尾市在住。



暮らし・彩り・公民館

5▶6月

申し込み
方法

応募者多数の場合は抽選です。講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢、学校名・学年(小・中学生)を記入の上、申込日まで(必着)に各公民館へ ※往復はがきの場合は、1人(組)1枚に記入してください。

平方公民館 〒362-0059 平方905-1 ☎726-3446・FAX726-3991

たちばな学級

健康でより豊かに楽しい生活を送るための連続講座①終活講座～もしもの時もこれで安心！～②銭太鼓に挑戦③歌って楽しく脳活！④平方小学校訪問～交流会と給食会食～⑤パラスポーツ・卓球バレーを楽しもう！⑥昭和歌謡ショー

時5月14日～6月25日(5月21日を除く)の毎週(木)10:00～11:30(全6回) ※6月11日は11:00～13:00です。 市内に在住・在勤のおおむね60歳以上 費250円(④の給食費) 定30人(先着順) 申4月1日(水)～30日(木)に直接か電話またはファクスで

大石公民館 〒362-0063 小泉9-28-1 ☎726-6615・FAX726-6616

介護・転倒予防・筋トレ体操教室

いす座位と、つかまり立ちで行う簡単な体操教室

時5月8日、6月12日、7月10日、9月11日、10月9日、11月13日、12月11日、令和3年1月8日、2月12日、3月12日のいずれも(金)15:00～16:30 市大石地区の65歳以上 持室内履き ※当日、直接会場へ。

賢い家計講座

「キャッシュレス時代のお買い物にご用心」

キャッシュレスでの支払いの特性やインターネット取引の注意点を学び、家計に役立てる

時5月15日(金)10:00～12:00(予備日7月10日(金)、9月11日(金) ※7月10日は13:00～15:00です。) 市市内に在住・在勤 定20人 申4月20日(月)までにメール(✉s723400@city.ageo.lg.jp)で

かがやキッズDAY企画「親子で学ぶ人工知能」～AIとお話ししてみよう～

セットアップの仕方や学習・生活に役立つアプリを実際に使って人工知能(AI)がどんなものかを学ぶ

時6月12日(金)9:30～12:00(予備日7月12日(日)) 市市内に在住・在学の小学生と保護者 定10組 持アンドロイドスマートフォン(らくらくフォンを除く) 申4月22日(水)までにメール(✉s723400@city.ageo.lg.jp)で

市立平方幼稚園 いちごクラブ

平方幼稚園 ☎・FAX725-2008

親子で気軽に遊びに来て友達づくりや育児相談、幼稚園の様子を知ることができる未就園児親子教室です。時・内下表のとおり ※参加費や保険料などがかかります。所平方幼稚園(平方1346-1) 対2歳以上の未就園児 申事前に直接または電話で平方幼稚園へ ※予定は変更することがあります。同園のホームページをご覧ください。

と き	内 容
5/13(水) 10:00～11:30	幼稚園でいっぱい遊ぼう！
5/28(木) 10:00～11:30	
6/10(水) 10:00～11:30	
6/19(金) 10:00～11:30	
6/30(火) 10:00～12:00	絵の具でダイナミックに遊ぼう！
7/14(火) 10:00～11:30	幼稚園でいっぱい遊ぼう！
7/17(金) 10:00～11:45	夏がきた！ 大きいプールで水遊びしよう
9/ 2(水) 10:00～11:30	幼稚園でいっぱい遊ぼう！
9/ 8(火) 10:00～11:30	
9/30(水) 10:00～11:45	ミニミニ運動会！ 親子で運動遊び
10/10(土) 9:00～12:00	在園児の運動会に参加(かけっこ、パン食い競争)
10/20(火) 10:00～11:30	実りの秋がやってきた！ おいもほりにいこう

と き	内 容
10/29(木) 10:00～11:30	幼稚園でいっぱい遊ぼう！
11/ 7(土) 9:00～13:00	観劇会 親子・地域ふれあいの日
11/19(木) 9:00～11:30	幼稚園でいっぱい遊ぼう！
12/ 2(水) 9:00～11:30	
12/15(火) 10:00～12:00	親子でわくわく楽しいクリスマス会
令和3年	
1/15(金) 10:00～11:30	幼稚園でいっぱい遊ぼう！
2/ 3(水) 10:00～11:00	鬼を追い出そう！ みんなで豆まき
2/25(木) 10:00～11:30	幼稚園でいっぱい遊ぼう！
3/ 4(木) 10:00～12:00	子ども／幼稚園でいっぱい遊ぼう！ 保護者／子どもの成長記念カードづくり(身長・体重測定・手形のスタンプ)
3/10(水) 10:00～11:30	幼稚園でいっぱい遊ぼう！

時とき 所ところ 内内容 対対象 費費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問合わせ

おいでよ!
健康プラザわくわくランド



所 西貝塚17-1 ☎783-1126・☎726-7657
【開館時間】10:00～21:00

【4月の休館日】毎週(水) (4/29(祝)は除く)

市内循環バス「ぐるっとくん」平方小敷谷循環・平方丸山公園線で「わくわくランド」下車

館長イチオシ

●ジュニアスイム 5～7月のジュニアスイムは、4月1日(水)からホームページに詳細を掲載します。



健康相談

時4月21日(火)13:15～14:15 費入館料だけ

4月1日～5月15日

全ての教室は、日程が変更になることがあります。詳しくは、ホームページのスケジュールカレンダーで確認するか、電話で問い合わせてください。

プール 水着、スリムキャップ 時30分前からプール監視員室前(②③④は10:15からフロント)

- ①水中ウォーキング 時 毎週(月) 11:00～11:30 定20人
- ②アクアビクス【NEW!】 時 毎週(火) 11:00～12:00 (4/21を除く) 定20人
- ③はじめてスイム 時 毎週(木) 11:00～12:00 (4/30を除く) 定10人
- ④エンジョイウォーク【NEW!】 時 毎週(木) 14:00～14:30 (4/16を除く) 定20人
- ⑤らくらくスイム【NEW!】 時 毎週(金) 11:00～12:00 定10人

スタジオ 時運動する服装、室内靴 申10:15からフロント

- ⑥エアロッチ 時 毎週(月) 10:30～11:30 (4/6を除く) 定15人
- ⑦からだ整えバレエ体操 時 毎週(月) 11:45～12:25 定15人
- ⑧サルセーション 時 毎週(月) 12:45～13:45 (4/6を除く) 定15人
- ⑨レッツ!! フィットネス夜ver. 時 毎週(月) 18:00～18:30 定10人
- ⑩ヨガⅠ 時 毎週(火) 10:30～11:30 定25人
- ⑪ベリーダンス 時 毎週(火) 11:45～12:45 定15人
- ⑫クイックトレーニング【NEW!】 時 毎週(火) 19:00～20:00 定15人
- ⑬アッチャー&ピラティス 時 毎週(木) 10:30～11:30 定15人
- ⑭エアロビクス&骨盤コロコロ体操 時 毎週(木) 12:00～13:00 定15人
- ⑮ヨガⅡ 時 毎週(木) 15:30～16:30 定25人
- ⑯スロートレーニング 時 毎週(金) 10:30～11:00 定15人
- ⑰ストレッチヨガ 時 毎週(金) 11:10～12:10 定20人
- ⑱アロマリラクソスヨガ 時 毎週(金) 12:20～13:20 定20人
- ⑲セルフコンディショニング 時 毎週(金) 19:00～20:00 (4/3を除く) 定15人

☎共通 ☎高校生以上 費400円 ※①④⑦⑨⑫は入館料だけ
※月額3,500円で有料教室受け放題の「教室パック」もあります。

学べる・遊べる

自然学習館

所 吉178 ☎780-1030・☎726-7901

上尾天文台



体験もの作り教室

●春の寄せ植え

時4月15日(水)10:00～11:30 費2,000円 定25人(先着順)
持エプロン、軍手またはゴム手袋 【服装】汚れてもよい服装 申4月1日(水)から電話で

※自然観察会(自然学習教室開催日を除く毎週(土)日開催)、太陽の観察会(毎週(土)日と(祝)、天体観望会(毎週(土)開催)について詳しくは、自然学習館へ問い合わせください。市内循環バス「ぐるっとくん」平方丸山公園線で「自然学習館」下車

PICK UP 自然学習教室

●昆虫や草花に親しもう

時5月10日(日)9:30～12:00 定12人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。持筆記用具 申4月1日(水)から電話で



天文科学教室

●ソーラーエネルギーを体感しよう

時4月19日(日)13:30～15:00 定12人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。持筆記用具 申4月1日(水)から電話で

●天体写真展

時4月20日(月)～5月6日(祝)9:00～17:00

●最新の天体写真で見る宇宙の姿

時5月17日(日)13:30～15:00 定20人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。持筆記用具 申4月1日(水)から電話で

娘書展 4月23日(木)～29日(祝)17時(23日は13時から、29日は15時まで)

■おはたさんちの母(絵・娘書展) 4月23日(木)～29日(祝)17時(23日は13時から、29日は15時まで)

■水彩・みずがめの会作品展(絵画) 4月16日(木)～22日(水)19日(日)を除く10～17時(16日は13時から、22日は15時まで)

■リハビリホーム一歩作品展(絵画・写真・書・陶芸) 4月9日(木)～15日(水)10～16時(9日は12時から、15日は13時まで)

■第13回上彩会水彩画展 4月23日(木)～29日(水)10～17時(23日は13時から、29日は15時まで)

■アート「宴・宴」祭2020(絵画・写真) 4月16日(木)～22日(水)10～17時(16日は13時から、22日は16時まで)

■NPO法人アートの森展覧会(陶器・絵画・書・漆器) 4月9日(木)～15日(水)10～18時(9日は13時から、15日は15時まで)

市民ギャラリー

開生涯学習課 ☎75-9496・☎776-2250

ギャラリーガイド

4月9日～4月29日



図書館へようこそ

上尾市図書館 所 上町 1-7-1 電話 773-8521・776-7330

4月

貸し出し

図書・雑誌 冊数無制限2週間まで
CD・DVD など 3点以内2週間まで

●本館

【開館時間】 9:00～19:00

【今月の休館日】 6・13・20・27日のいずれも(月)

インターネット・携帯で

上尾市図書館

検索

●分館・公民館図書室の休館日・開館時間はWebサイトを参考にしてください。

●場所の記載のない催しは本館です。

今月の催し

Event

| おやこでえほんサロン おはなしの部屋

絵本を囲んで、親子で楽しい時間を過ごしませんか。子どもたちも、親同士も、絵本を読んで楽しみましょう。どんな絵本を読んだらいいのかなど、気軽に相談してください。※毎回最初におはなし会があります。「えほんのきろく」にスタンプを押します。

時 毎月第2(木)11:00～11:40 所 1歳以上の未就学児と保護者 定 親子15組 ※参加者多数の場合は、入場をお断りすることもあります。

| 子ども映画会

時 4月12日(日)10:30～11:30 所 『おしりたんてい』『日本の昔ばなし』『おおきなかく』 所 小学生以下の子どもと保護者 定 60人(先着順)

| あかちゃんおはなしかい

時 4月21日(火)10:30～10:50 所 絵本や手遊びを通して、親子で楽しい時間を過ごす 所 4カ月～2歳の子どもと保護者 定 20組(先着順)

| 原市公民館図書室 おはなし会の変更

原市公民館図書室のおはなし会を毎月第1(日)に開催していましたが、令和2年度から不定期開催となります。詳しい日時は、決まり次第図書館ホームページなどでお知らせします。

月間予約ランキング

Ranking

令和2年2月

1	『希望の糸』 東野 圭吾／著 講談社
2	『ライオンのおやつ』 小川 糸／著 ポプラ社
3	『落日』 湊 かなえ／著 角川春樹事務所
4	『熱源』 川越 宗一／著 文藝春秋
5	『そして、バトンは渡された』 瀬尾 まいこ／著 文藝春秋

子どもの読書活動支援センター

あっぱい ぶっくる

子どもの読書活動支援センター 【開館時間】 10:00～16:30

所 柏座4-3-8富士見小学校内 電話・ファクス 773-3711



あっぱいぶっくるのキャラクター「ブッピー」

乳幼児・小学生の皆さん、イベントに参加するときは「読書パスポート」「えほんのきろく」を持ってきてね！スタンプを押すよ！

| 本のおたのしみ袋

子どもの読書活動支援センターが選んだ本が袋に入っています。対象年齢、学年に合わせて選んだ本です。どんな本が入っているかは、借りてからのお楽しみです！ 時 4月21日(火)・22日(水)9:00～17:00 所 図書館本館 所 2歳児～中学生 【貸出数】未就学児用2袋、小学校低・中・高学年用各2袋、中学生用2袋 ※いずれも1日当たりの数で、先着順です。

| 上尾市子どもの読書活動推進事業補助金

地域児童文庫や、地域で子どもの読書活動を行っている団体に補助金を交付します。 所 児童文庫の運営事業または図書館、公民館その他の公共的な施設で行われる、地域の子ども・保護者などを対象に実施するおはなし会など 【補助金額】補助の対象となる経費または25,000円(児童文庫が年間100日以上開所している場合は50,000円)のいずれか少ない額 ※対象経費など詳しくは図書館本館または子どもの読書活動支援センターに問い合わせください。 所 申請書(図書館本館、子どもの読書活動支援センターにある)に必要事項を記入して、5月29日(金)までに直接、図書館本館または子どもの読書活動支援センターへ

時とき

所ところ

内内容

対対象

費費用・金額

※記載のないものは「無料」

定定員

持持ち物

所 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」

問問い合わせ

4/15 水	ア わんぱくひろば 11:10～11:50 園3歳児と保護者 こ やぎさん一座の手づくり紙芝居 14:00～14:30 も 6か月までの赤ちゃんの日 10:00～12:00 園6カ月児まで 定25組(先着順) 申直接または電話
16 木	ア よちよちひろば 10:30～11:30 園0歳児と保護者 こ がっきで遊ぼう 11:00～11:30 園未就園児 こ バドミントン遊び 16:00～17:00 園小学3年生以上 も はじめまして 10:00～11:00 園・定・申31ページ参照
17 金	ア なかよしひろば 11:00～11:30 園乳幼児
18 土	ア おはなし会 13:30～14:00 園乳幼児・小学生 ア 工作ひろば 14:30～15:30 園小学生 定20人(先着順) 申4/6月から直接または電話 こ 体験トランポリン教室 9:20～12:00 園3歳児～小学生 定56人(先着順) 申9:05から整理券を配布
19 日	ア シュッポの部屋 14:00～16:00 園乳幼児・小学生 こ キッズ工作 14:00～15:30 園市内在住の小学生以上 定20人(先着順)
21 火	こ にこにこピョン 11:00～11:30 園市内在住の2歳児と保護者 定20人(先着順) こ でんしゃで遊ぼう 14:30～15:30 園1歳以上の未就学児
22 水	も 7か月からの赤ちゃんの日 10:00～12:00 園7～11カ月児 定25組(先着順) 申直接または電話
23 木	も はいはい 10:00～11:00 園1歳～1歳3カ月児 定12組(先着順) 申直接または電話
24 金	ア なかよしひろば 11:00～11:30 園乳幼児
25 土	ア 体験トランポリン教室 9:20～12:00 園3歳児～小学生 定48人 申当日先着順の整理券を配布 ア おりがみひろば 14:00～15:00 園幼児・小学生 こ 昔遊び 14:00～15:00
26 日	ア おもちゃの病院 13:00～15:00 こ 将棋教室 14:00～16:00 園市内在住の小学生以上 定16人(先着順) 申4/14から直接または電話 こ 染め物教室 10:00～12:00 園市内在住の5歳児以上 費200円 定15人(先着順) 申4/7から直接または電話
27 月	こ にこにこリズム 11:00～11:30 園未就学児 こ カブラの日 16:00～17:00 園小学3年生以上
28 火	ア のびのびアートの日 10:30～11:15 園2歳児以上 定30人(先着順) 申4/6月から直接または電話 こ おはなしの城 11:00～11:30
29 祝	こ 万華鏡を作ろう 10:00～12:00 園市内在住の5歳児以上 費350円 定12人(先着順) 申4/7から直接または電話 こ やぎさん一座の手づくり紙芝居 14:00～14:30
30 水	こ バドミントン遊び 16:00～17:00 園小学3年生以上
5/1 金	ア なかよしひろば 11:00～11:30 園乳幼児
2 土	こ おはなし会 13:30～14:00 こ 達人と一緒にバドミントンで遊ぼう 14:30～16:00 園小学3年生以上

3 祝	ア アップーウィークおはなし会 13:30～14:00 園幼児・小学生 ア パソコンゲーム大会 14:00～15:00 園小学生 定20人(先着順) 申4/6月から直接または電話 ア アップーリンピック 15:00～16:00 園小学生 ア お楽しみ工作会 16:00～16:30 園幼児・小学生 こ こどもの城名作劇場 14:00～15:00
4 祝	ア お楽しみ工作会 11:00～11:30 園幼児・小学生 ア おりがみひろば 14:00～15:00 園幼児・小学生 ア アップーウィークお楽しみ会 15:00～16:00 ア ゲーム大会 16:00～16:40
5 祝	ア こどもの日もなかよしひろば 11:00～11:30 園乳幼児 ア ビーチバレー大会 14:00～15:00 園小学生 ア バスケットボール大会 15:00～16:00 園小学生 ア ドッチボール大会 16:00～17:00 園小学生 こ パパも一緒におしゃべりサロン 11:00～11:30 園0歳児と保護者 定15人(先着順)
6 祝	こ パソコンで名前シールを作ろう 13:00～16:00 園市内在住の5歳児以上 定20人(先着順) こ 上尾市文化センターのあげおプラモ展に出展するプラモデルを作ろう 10:00～12:00 園市内在住の小学生以上 費500円 定12人(先着順) 申4/14から直接または電話
7 水	こ ちびちゃんたちの美術あそび 10:30～11:30 園未就園児 こ バドミントン遊び 16:00～17:00 園小学3年生以上 も ころころ 10:00～11:00 園9～11カ月児 定12組(先着順) 申直接または電話
8 金	ア なかよしひろば 11:00～11:30 園乳幼児
9 土	ア おはなひろば 10:00～11:30 費・定・申31ページ参照 ア ビデオ上映会 ①11時～②14時～ 園乳幼児～小学生 ア レクゲームの日 14:00～15:00 園小学生 こ 小針彩菜さん達によるスティールパン演奏会 11:00～11:30 こ カーネーションの寄せ植え 13:30～15:00 園市内在住の3歳児以上 費300円 定30人(先着順) 申4/14から直接または電話
10 日	ア にちようびのなかよしひろば 11:00～11:30 園乳幼児 ア ミニカーの部屋 14:00～16:00 園幼児・小学生 こ おもちゃの病院 13:00～15:00 こ カブラの日 14:00～15:00 園小学3年生以上
11 月	こ カブラの日 16:00～17:00 園小学3年生以上
12 火	ア のびのびアートの日 10:30～11:15 園2歳児以上 定30人(先着順) 申5/6から直接または電話 ア のびのびひろば 10:30～11:10 園1歳児と保護者 こ にこにこタッチ 11:00～11:30 園市内在住の1歳児と保護者 定20人(先着順) も ももっこ広場 10:00～11:00 所大石公民館 園1歳児以上 定35組(先着順) 申子育て支援センターへ
13 水	ア やぎさん一座の手づくり紙芝居 11:00～11:30 も 6か月までの赤ちゃんの日 10:00～12:00 園6カ月児まで 定25組(先着順) 申直接または電話
14 木	ア にこにこひろば 10:30～11:10 園2歳児と保護者 も はじめまして 10:00～11:00 園3～8カ月児 定15組(先着順) 申直接または電話 も 園庭開放 10:00～11:00 所①上尾保育所②西上尾第一保育所③上尾西保育所④西上尾第二保育所⑤小敷谷保育所 園①～③5歳6カ月～3歳児、④1～3歳児 定①③④10組(先着順)、②⑤5組(先着順) 申子育て支援センターへ

みんなあつまれ いっしょにあそぼ!

児童館 アップーランド

児童館アップーランドは子どもたちが集い、遊び、学ぶことを通して、子どもの心身の健全な成長をサポートする遊び場です。



のぞいてみよう!アップーランド

～おはなひろば～ 母の日にオリジナルカーネーションをおくろう!!

カーネーションの寄せ植え体験を行います。初めてのお友達にも、丁寧に教えます。世界で一つだけのすてきな寄せ植えを作りましょう! ⑤5月9日(土)10:00～11:30 ⑥300円(当日集金) ⑦30組(先着順) ⑧4月6日(月)から直接または電話でアップーランドへ
※3～7月はエアコンの工事に伴い、イベントが変更になる場合があります。



所 本町6-11-25
☎ 779-7030 ☎ 772-7972
開館時間 9:00～18:00
4月の休館日 21日(火)



アップーランドの
ホームページは
こちらから

児童館 こどもの城

児童館こどもの城は子どもたちが集い、遊び、学ぶことを通して、子どもの心身の健全な成長をサポートする遊び場です。



のぞいてみよう!こどもの城

～楽しい来い鯉まつりが始まります～

4月26日(日)～5月6日(祝)はたくさんの催し物があります。ミニトートバッグをすてきな色に染めたり、万華鏡を作ったり、やぎさん一座の紙芝居を見たり、達人とバドミントン遊びをしたりなど。たくさんの参加をお待ちしています。

所 今泉272
☎ 783-0888 ☎ 781-4466
開館時間 9:00～18:00
4月の休館日
9日(木)、23日(木)



こどもの城の
ホームページは
こちらから

子育て支援センター ももっこルーム

0～3歳くらいの子どもたちが保護者と一緒に自由に遊べるお部屋です。
お気軽に遊びに来てください。

はじめまして

④4月16日(木)10:00～11:00 ⑤手遊び・ふれあい遊びと情報交換、交流を楽しむ講座 ⑥3～8カ月の子どもと保護者 ⑦15組(先着順) ⑧直接または電話で子育て支援センターへ



所 春日2-20-3 ☎ 778-2008
☎ 777-5804 ⑨乳幼児と保護者
開館日 (月)～(土) 9:00～16:30
(12:00～13:00を除く)

●各講座の申し込み 4/2(木)から直接または電話で ※4/2の午前中は次の時間帯に電話だけで受け付けます。
2歳児以上/9:00～10:00、1歳児/10:00～11:00、0歳児/11:00～12:00

地域で応援! 子育て拠点

0～3歳の子どもと保護者を対象にした子育て支援拠点施設を毎月紹介します。



市内の子育て拠点の一覧はこちらからご覧ください。

施設名トコトコ

児童館こどもの城の1階にあります。曜日によりさまざまなカリキュラムや自由におもちゃで遊べるトコトコ時間があります。

●とりかえっこバザー

開催日の1カ月前から小さくなった洋服やおもちゃなどを預かり、トコトココインと交換します。バザー当日はコインと品物を交換します。年に2回開催しています。 ④4月29日(祝)10～15時

所 今泉272 ☎・☎ 788-3660

開館日 (月)～(金)第3(土)10:00～15:00



トコトコブログ



トコトコInstagram

いっしょに健康づくり



健康増進課

東保健センター 〒362-0015 緑丘2-1-27
(母子保健・予防接種) ☎ 774-1414・FAX 774-8188

西保健センター 〒362-0074 春日2-10-33
(成人・精神保健) ☎ 774-1411・FAX 776-7355

令和2年度 各種検診

【各種検診・健康診査】

4月下旬に「がん検診等受診券」を郵送します。個別検診の実施期間は5～11月、集団検診の実施期間は5～12月です。検診終了近くなると、予約が取りづらくなりますので、**早めの受診をお勧めします。**

申し込みが必要な検診は、4月1日(水)から受け付けします。集団検診は、日程ごとに定員になり次第締め切りとなります。集団検診の日程など詳しくは『令和2年度版上尾市健康カレンダー』または市ホームページをご覧ください。

種類	検(健)診名	対象年齢(令和3年3月末時点の年齢)	自己負担額
集団検診	胃がん検診	40歳以上の人	500円
	肺がん・結核検診(※1) ※胃がんと肺がん・結核の検診は同日に実施です。	40歳以上の人 (個別検診の肺がん・結核検診を受ける人は除く)	200円(胸部エックス線) 300円(喀痰検査、該当者(※3) 全員有料)
個別検診	乳がん検診	40歳以上の女性(2年に1回・前年度未受診者)	無料
	大腸がん検診	40歳以上の人	400円
	子宮(頸)がん検診	20歳以上の女性(2年に1回・前年度未受診者)	750円(頸部)、1,000円(頸体部)
	前立腺がん検診	50歳以上の男性	350円
	骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・63・65・68・70歳の女性	500円
	肝炎ウイルス(B・C型)検診	40歳以上の人(今まで未受診の人)	650円
	肺がん・結核個別検診(※1)	40歳以上の人 (集団検診の肺がん・結核検診を受ける人は除く)	650円(胸部エックス線) 400円(喀痰検査、該当者(※3) 全員有料)
	20～30歳代ヘルスチェック	20～39歳の人 (職場などで健康診査を受診する機会のない人)	950円
	成人歯科健康診査	40歳以上の人(※2)	600円(訪問歯科1,500円(※4))

- ※1 高齢者における結核の発病を早期に発見するため、65歳以上の方は政令で結核検診を受けることを義務付けています。
- ※2 平成31年度に75歳(昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれ)と80歳(昭和14年4月2日～昭和15年4月1日生まれ)になった埼玉県後期高齢者医療歯科健康診査の対象者は除きます。6月頃に埼玉県後期高齢者医療広域連合が受診券を郵送します。
- ※3 胸部エックス線検査を受診する人のうち、50歳以上で、喫煙指数(1日の平均喫煙本数×喫煙していた年数)が600以上の人です。
- ※4 成人歯科健康診査の訪問歯科は、外出困難な人に限ります。なお、他制度の対象となる人は除きます。

埼玉県コバトン 健康マイレージ事業

参加者募集

～楽しく歩いて、
健康になろう～

埼玉県コバトン健康マイレージ事務局
☎ 0570-035810

埼玉県コバトン健康マイレージは、スマートフォンアプリや専用歩数計を使ってウォーキングを楽しく継続し、健康づくりを進めていく事業です。歩数などに応じて抽選に参加でき、当選すると県から特産品などがもらえます。 ※上尾市から参加する場合は、歩数に応じて年3回の賞品抽選もあります。 時4月1日(水)～
【参加方法】スマートフォンアプリまたは歩数計 市内に在住の18歳以上の人 610円(歩数計送料) ※スマートフォンアプリでの参加は無料です。 定歩数計参加者/500人(先着順) ※スマートフォンアプリでの

参加には、定員はありません。 埼玉県コバトン健康マイレージホームページから入力、または申込書(健康増進課、市役所1階総合案内、保険年金課、各支所・出張所・公民館、市民体育館にある。県ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入して、郵送で埼玉県コバトン健康マイレージ事務局(〒330-9091さいたま新都心郵便局私書箱159号)へ ※詳しくは、『令和2年度版上尾市健康カレンダー』をご覧ください。



県ホームページ

母子・成人・精神保健事業スケジュール

各事業についての詳細は『健康カレンダー』または市ホームページをご覧ください。『健康カレンダー』は東・西保健センター、市役所、各支所・出張所にも置いてあります。

母子保健 東保健センター



- にこにこ健康相談会 4月17日(金)9:00～10:00
- 赤ちゃんとおっぱいタイム 4月20日(月)10:00～11:30【要予約・4月3日(金)9:00から】 ①1か月児健診を終了した1～3月生まれの乳児と母親 ②15組(先着順)
- このとり相談(妊活・不妊相談) 4月24日(金)13:15～15:45【要予約・予約専用電話番号070-3131-7256】
- パパママ教室 4月25日(土)9:10～12:10【要予約・4月7日(火)9:00から】 ①令和2年7～10月出産予定の人
- 10か月児健康相談 4月28日(火)9:00～10:00 ①令和元年6月生まれの子どもと保護者
- プレママ教室 5月12日(火)9:10～15:30、5月20日(水)9:10～12:00【要予約】 ①令和2年7～10月出産予定の人
- フッ素塗布 5月13日(水)13:15～14:00 ①西保健センター ②1,430円
- 離乳食教室初期 5月14日(木)10:00～11:10【要予約】 ①4か月児健診を終了した子どもと保護者

成人・精神保健 西保健センター



- 精神科医によるこころの健康相談 4月15日(水)13:00～15:00【要予約】
- 統合失調症の家族サロン 4月16日(木)13:30～15:00
- クローバーの家 4月20日(月)13:30～15:30【要予約】 ①うつ病の家族
- からだ改善！キテ軽運動教室(旧 動いて楽しく脱メタボ塾) 4月22日(水)9:30～11:30、5月7日(木)13:30～15:30【要予約】 ①40～69歳の運動制限のない人
- 学ぼう！脂肪を貯めにくくする食事(旧 食事でむりなく脱メタボ塾) 4月22日(水)14:15～14:45【要予約】 ①食生活を改善したい人
- 臨床心理士によるこころの悩み相談 4月28日(火)13:30～16:00、5月11日(月)9:15～11:45【要予約】

平日夜間・休日診療

平日夜間診療

●小児科／内科

「平日夜間及び休日急患診療所」で行っています。
(緑丘2-1-27東保健センター3階、☎774-2661・☎772-1353)
【診療日】(月)～(金)(祝を除く)
【受付時間】20:00～21:30

休日診療

●小児科／内科／外科

「平日夜間及び休日急患診療所」(上記参照)で行っています。
【診療日】(日)・(祝)
【受付時間】9:00～11:30、13:00～15:30

平日夜間及び休日急患診療所は、急患の人に応急的診療だけを行います。慢性疾患の診療やかかりつけ医などと同様の精密検査などには対応していません。また、投薬は最低日数分になります。

●歯科

「北足立歯科医師会休日診療所」で行っています。
(鴻巣市赤見台1-15-23、☎048-596-0275)

【診療日】(日)・(祝)

【診療時間】9:30～12:30

●産科 4月当番医 【診療時間】9:00～12:00、13:00～16:00

4/5・26	ナラマレレディースクリニック	☎771-0002・☎771-3922
4/12・29	上尾中央総合病院	☎773-1111・☎773-7122
4/19	ひらしま産婦人科	☎722-1103・☎722-1146

※広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、受診してください。

埼玉県救急電話相談

急な病気やけがに関して、看護師の相談員が医療機関を受診すべきかどうかなどをアドバイスしますので、判断に迷ったときは気軽に電話してください。

【相談時間】毎日24時間

【電話番号】☎#7119または☎048-824-4199(ダイヤル回線、I P 電話、PHSを利用する場合)

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種

希望する場合は受け忘れないよう注意してください。 ①過去に高齢者肺炎球菌ワクチン(ポリサッカライド)を接種したことがなく、次の①②のいずれかに該当する人①生年月日が下表に該当する②60歳以上65歳未満の人のうち、慢性高度心・肺・腎機能不全、免疫機能等不全で、身体障害者手帳1級程度 【接種場所】市内委託医療機関(『令和2年度版上尾市健康カレンダー』参照) ※令和2年度に65・70・75・80・85・90・95歳または100歳以上になる人は、埼玉県相互乗り入れ実施医療機関などでも接種できます。 ③5,000円 ※生活保護世帯の人は無料です。受給証を提示してください。 ④事前に医療機関に予約の上、接種費用、健康保険証、予診票(市内委託医療機関、保険年金課、高齢介護課、東・西保健センター、各支所・出張所にある)を用意して直接、実施医療機関へ

対象者	生年月日
65歳になる人	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日
70歳になる人	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日
75歳以上の人	昭和21年4月1日以前

※4月号の『今月の健康』は、休載します。

健康運動指導士による 「ホップ・ステップ・ 筋力アップ☆～入門編～」 参加者募集!

美しい姿勢を維持したり、運動をしたりする際の基本は体幹です。

身体のメンテナンスの基礎を学んでみませんか。

⑤5月16日(土)9時30分～11時30分(受け付け/9時15分) ⑥市民体育館 ⑦市内に在住の運動制限のない18歳以上の人 ⑧30人(先着順) ※託児あります(先着5人)。 ⑨運動できる服装、室内用運動靴、タオル、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル ⑩4月1日(水)～5月8日(金)に直接または電話で西保健センターへ



5月の相談

Inquiry Counter

市民相談 相続、離婚相談など	(出)日、4～6日祝を除く毎日 8：30～12：00 13：00～17：00
弁護士相談 事前予約 相続、離婚、契約、交通事故の示談・損害賠償、 調停・訴訟手続きなど	13日(水)、15日(金)、27日(水) 10：00～12：00 13：00～15：00 (1回の相談は25分)
司法書士相談 事前予約 相続、遺言、贈与、離婚協議、農地の転用、建設・運 送業許可申請、成年後見手続きなど	14日(木) 13：00～15：30 (1回の相談は30分)
税理士相談 事前予約 相続、贈与、所得税、その他税金問題全般	20日(水) 10：00～15：00 (1回の相談は35分)
行政書士相談 事前予約 相続、遺言、贈与、離婚協議、農地の転用、建設・運 送業許可申請、成年後見・会社設立の手続きなど	19日(火) 13：00～16：00 (1回の相談は30分)
不動産相談 事前予約 不動産の売買・賃貸など	12日(火) 13：00～16：00 (1回の相談は30分)
行政相談 国の行政事務についての要望や苦情	12日(火) 10：00～12：00
住宅増改築・修繕相談 住宅の増改築・修繕	8日(金) 13：00～15：00
市民相談室 (市役所第三別館1階) ☎ 775-4643 ところ ※事前予約は、各相談日の1カ月前から受け付けます。受け付け開始 日が、(出)日祝などに当たる場合はその直前の平日になります。	

暴力追放相談 事前予約 暴力団対策の相談	(出)日、4～6日祝を除く毎日 8：30～12：00 13：00～17：00
ところ 交通防犯課(市役所4階) ☎ 775-5138 ☎ 775-9927	

女性のための相談 事前予約 自分自身の生き方、夫や家族との関係、夫や 恋人からの暴力などで悩んでいる女性のため の相談	毎週(水)(6日祝を除く) 10：00～12：00 13：00～16：00 (1回の相談は50分)
女性のための法律相談 事前予約 離婚、夫や恋人からの暴力など法律の問題で 悩んでいる女性のための女性弁護士による法 律相談	19日(火) 13：00～16：00 (1回の相談は30分)
DV電話相談 配偶者からの暴力(ドメスティック・バイオ レンス)に関する相談(性別不問)	(出)日、4～6日祝を除く毎日 10：00～12：00 13：00～16：00
男女共同参画推進センター (市役所第三別館1階) ☎ 778-5110(相談専用電話) ☎ 778-5112	

人権相談 家庭内の不和、相続、不動産貸借・売買、人 権にまつわる悩み事・もめ事など	27日(水) 10：00～12：00 13：00～15：00
ところ 市役所7階大会議室 人権男女共同参画課 ☎ 775-5117 ☎ 778-5112	

外国人市民のための相談 (ハローコーナー) 外国人市民の生活情報の提供や相談など	市民相談室/11日(月)、 18日(月) 501会議室/23日(出) 9：00～12：00 英語・スペイン語 13：00～16：00 中国語・スペイン語・ ポルトガル語
ところ 市民相談室(市役所第三別館1階)・501会議室(市役所5階) 市民協働推進課 ☎ 775-4597 ☎ 775-0007	

消費生活相談(事業者は除く) 架空請求(メール・郵送)、クーリング・オフ、 契約トラブルなど消費生活について個人の相 談、多重債務相談	(出)日、4～6日祝を除く毎日 10：00～12：00 13：00～16：00
ところ 消費生活センター(コミュニティセンター2階) ☎ 775-0801 ☎ 776-4600	

心配ごと相談 事前予約 家庭内の悩み事、社会的な問題、介護など	(出)日、4～6日祝を除く毎日 9：00～12：00 13：00～17：00
ところ 社会福祉協議会(総合福祉センター内) ☎ 773-7155 ☎ 772-8647	

発達相談 子どもの発達の心配や育児の悩み	
運動発達訓練・相談 事前予約 運動機能の発達に不安や課題のある乳幼児の 個別訓練・相談(小・中学生も対象)	(出)日、4～6日祝を除く毎日 8：30～12：00 13：00～17：00
言語発達訓練・相談 事前予約 言葉の発達に不安や課題のある幼児の個別訓 練・相談(おおむね3歳～未就学児)	
ところ 発達支援相談センター(本町4-13-1 上尾保育所2階) ☎ 776-6166 ☎ 776-6127	

家庭児童相談 18歳未満の子どもについての相談	(出)日、4～6日祝を除く毎日 9：00～12：00 13：00～16：00
ところ 家庭児童相談室(発達支援相談センター内) ☎ 776-6164 ☎ 776-6127	

少年相談 青少年の悩み事(学校・家庭での問題、交友 関係、非行など)の相談	(出)日、4～6日祝を除く毎日 9：00～12：00 13：00～16：00
ところ 少年愛護センター(市役所別館〈青少年センター〉2階) ☎ 0800-800-4188(フリーダイヤル) ☎ 048-775-8718(携帯電話) ☎ 776-2117	

いじめ相談 いじめに関する相談(電話)	(出)日、4～6日祝を除く毎日 10：00～17：00
ところ 子ども・いじめホットライン・ホットメール ☎ 0120-556-290(フリーダイヤル) ✉ 556soudan@city.ageo.lg.jp	

就学相談 事前予約 障害のある、または発達に不安のある幼児・ 児童・生徒の就学	(出)日、4～6日祝を除く毎日 10：00～12：00 13：00～17：00
教育相談 事前予約 不登校、子どもの性格・行動、知的発達、言 葉について、学業など(電話・来所いずれも可)	(予約受け付けは 16：30まで)
ところ 教育センター(市役所別館〈青少年センター〉1階) ☎ 776-7600 ☎ 776-7604	

子ども・若者相談 事前予約 ①子育て相談(子育て全般、子どもの発達、 虐待など) ②若者相談(ニート、ひきこもり、 不登校など)	5日祝を除く毎週(火)金 10：00～12：00 13：00～16：00 (1回の相談は50分)
ところ 子ども・若者相談センター(市役所5階) ☎ 783-4964 ☎ 774-5342	

内職相談 内職の相談・紹介、求人の受理、就業情報の 提供など	5日祝を除く毎週(火)金 10：00～12：00 13：00～16：00
ところ 内職相談室(JR上尾駅東口プラザ館5階ワークプラザあげお) ☎ 773-3200	

一般職業相談 若年者から高齢者までの職業相談・紹介、求 人の受理、求人情報の提供など	(出)日、4～6日祝を除く毎日 9：00～17：00
ところ ふるさとハローワーク (JR上尾駅東口プラザ館4階ワークプラザあげお) ☎ 773-3500	

国民年金相談 ※相談内容によっては年金事務所へ案内する こともあります。	(出)日、4～6日祝を除く毎日 9：00～12：00 13：00～16：00
ところ 保険年金課(市役所1階) ☎ 775-5137 ☎ 775-9827	

外国語情報コーナー

今月は「特定健診(国保加入者)・後期高齢者健診・人間ドック」(5ページ参照)と「令和2年度 各種検診」(32ページ参照)、「AGA日本語教室1学期(4~7月)」(22ページ参照)です。
※タイトル・内容は一部要約しています。

がいにくじん し 市民 外国人市民のための相談(ハローコーナ)は34ページを見てください。



市ホームページ

AGEO City
official website



English

英語

Specific Medical Checkups and Complete Medical Checkups

At the end of April, vouchers for specific medical checkups will be sent out to eligible residents. The checkups will be given from May through October. Complete medical checkups will be given from May through February, 2021, and costs will be partially subsidized. → Hoken-nenkin-ka Tel 782-6494 / Fax 775-9827

Single Medical Checkups

Vouchers for these checkups will be sent out to eligible residents at the end of April. Individual examinations will be given from May through November and group examinations from May through December. Applications will be accepted starting from April 1 (Wed). → Nishi Hoken Center Tel 774-1411 / Fax 776-7355

AGA Japanese Classes (1st Term)

Japanese classes, taught on a one-on-one basis, will be held for residents whose first language is not Japanese. Tuesday Class: April 14~July 14 (excluding May 5) 10:00~11:30 a.m. Community Center. Wednesday Class: April 8~ July 15 (excluding April 29 and May 6) 7:00~8:30 p.m. Ageo Kouminkan. The cost is 2,000 yen as an annual fee for individual members. Applications will be accepted on the spot. Or you may contact the Ageo Global Association (AGA) Secretariat by fax or e-mail. Tel 780-2468 / Fax 775-0007 office@aga-world.com

For more information

Please contact Shimin-kyodo-suishin-ka (in English or Japanese) at 775-4597 (fax 775-0007) or "Hello Corner" (counseling service for non-Japanese residents in English) held on the 1st, 2nd, 3rd, and 5th Mondays, as well as the 4th Saturday of every month, 9:00 a.m.~noon. Hello Corner publishes a monthly newsletter called "Hello Corner News" to inform non-Japanese residents of events in Ageo and tips on living in the city. It is posted on Ageo City website.

Português

ポルトガル語

CHECKUPS MÉDICO ESPECÍFICO E CHECKUPS MÉDICO COMPLETO

Para pessoas alvos do exame será enviado via correio, em final de abril, cupom para realização do exame. O período do checkup será de maio~novembro 2020 e o checkup médico completo de maio~fevereiro de 2021, podendo este último ser beneficiado parcialmente com ajuda de custo.

→ Hoken-Nenkin-Ka Tel 782-6494 / Fax 775-9827

VÁRIOS CHECKUPS

Para pessoas alvos do exame será enviado via correio, em final de abril, cupom para realização do exame. Período do exame individual será de maio à novembro de 2020 e exame grupal de maio à dezembro. Os pedidos dos exames terão início em 1º de abril, 4ª feira.

→ Nishi Hoken Center Tel 774-1411 / Fax 776-7355

Cursos de Japonês da AGA (primeiro quadrimestre)

Aulas (individuais) de japonês para estrangeiros residentes que não tenham o japonês como sua língua materna. Aulas de terças-feiras: 14 de abril~14 de julho (excluindo dia 5 de maio), de 10h00~11h30 no Community Center. Aulas de quartas-feiras: 8 de abril~15 de julho (excluindo 29 de abril e 6 de maio), de 19h00~20h30, no Ageo Kouminkan. Preço: 2.000 ienes (preço anuidade individual da Associação Global de Ageo). Inscrições: diretamente no local ou através de FAX ou e-mail para secretaria da AGA Tel 780-2468 / Fax 775-0007 office@aga-world.com

Para maiores informações

Favor contactar Shimin-kyodo-suishin-Ka (inglês/japonês) Tel 775-4597 / Fax 775-0007 ou a "Hello Corner" (balcão de atendimento para residentes estrangeiros em português). Consultas na 1ª, 2ª, 3ª e 5ª segunda-feira e quarto sábado de cada mês, de 13h00~16h00. A Hello Corner também publica mensalmente o informativo "Hello Corner News" em língua estrangeira onde poderão ser encontrados informações gerais do cotidiano e eventos de nossa cidade. Ver o site da prefeitura de Ageo.

Español

スペイン語

Revisión de Enfermedades Específicas y Chequeo General de Salud

A los beneficiarios de la revisión, a finales de abril, se les enviará el cupón por correo. El periodo de la revisión es entre mayo y octubre de 2020. En cambio, el periodo del chequeo general es entre mayo y febrero de 2021. El coste será parcialmente cubierto por el subsidio.

→ Hoken-nenkin-ka Tel 782-6494 / Fax 775-9827

Exámenes Médicos Preventivos

El bono de chequeos de salud será enviado por correo a los beneficiarios a finales de abril. Todos los reconocimientos médicos se efectúan de mayo a noviembre de 2020 y se acepta la solicitud desde el miércoles, 1 de abril.

→ Nishi Hoken Center Tel 774-1411 / Fax 776-7355

Clases de japonés de la AGA (primer

cuatrimestre)

Se imparten cursos de japonés (clase individual) para los residentes cuya lengua materna no es japonés. Aula de martes: de 14 de abril a 14 de julio (descanso el 5 de mayo), de 10 a 11:30 horas en Community Center. Aula de miércoles: de 8 de abril a 15 de julio (descanso el 29 de abril y el 6 de mayo), de 19 a 20:30 horas en Ageo Kouminkan. Precio: 2.000 yenes como cuota anual de la organización. Matrícula: Diríjase directamente al aula, o póngase en contacto con la Secretaría de la AGA por fax o por e-mail. Tel 780-2468 / Fax 775-0007 office@aga-world.com

Para más información

Sírvanse ponerse en contacto con Shiminkyodosuishin-Ka en japonés o en inglés (Tel 775-4597, Fax 775-0007) o con "Hello Corner" (servicio de consulta para los residentes extranjeros en español) que tiene lugar el 1er, 2º, 3er y 5º lunes y también el 4º sábado de cada mes, de 9 a 16 horas (de 12 a 13 horas descanso). Hello Corner publica el boletín mensual "Hello Corner News" en español para los residentes extranjeros con el cual podrán obtener informaciones varias tales como eventos, informaciones útiles para la vida cotidiana. Se pone en la página web de la Ciudad de Ageo.

中文

中国語

特定健康検査・综合健康検査

特定健康検査の受診券が4月下旬郵寄給付対象者。受診期間が5月~10月。综合健康検査の受診期間が5月~2021年2月、検査費用之内補助一部分。

→ 保険年金課 Tel 782-6494 / Fax 775-9827

各种健康検査

受診券が4月下旬郵寄給付対象者。个别健康検査の実施期間が5~11月、集体健康検査の実施期間が5~12月。已于4月1日(星期三)开始受理报名。

→ 西保健中心 Tel 774-1411 / Fax 776-7355

AGA学日語講座(第1学期)

为了不日語为母语的市民开办一对一形式的学日語講座。周二教室: 4月14日~7月14日(5月5日除外) 上午10点~11点30分 コミュニティセンター。周三教室: 4月8日~7月15日(4月29日、5月6日除外) 晚上7点~8点30分 上尾公民館。費用为2000日元(一年的个人会费)。在每会场可以直接受理报名, 或用传真·电子邮件在市国际交流协会(AGA)事務局也受理报名。Tel 780-2468 / Fax 775-0007 office@aga-world.com

详细情况请在以下机关询问

市民协动推进课 电话775-4597(英语或日语) 传真 775-0007或外语咨询服务。第一·二·三·五周的星期一及第四周的星期六,下午1点~4点(汉语)。「你好消息」(Hello Corner News)是上尾市外语咨询服务每月为外籍市民发行的月报。向您介绍在市内举行的各种活动及有关生活信息。「你好消息」还登载在上尾市网页上,您可以随时阅读。



感染症対策へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット

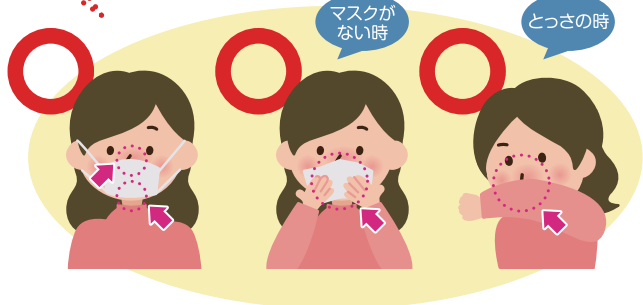
3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する（口・鼻を覆う）

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省 検索



※4月号の「あげたて!NEWS」は休載します。

◆『広報あげお』は、各支所・出張所、JR上尾駅・北上尾駅・桶川駅の他市内の各公共施設、金融機関などに置いてあり、自由に持ち帰れます。

◆環境保全のため、市内の公共施設へのお出掛けは市内循環バス“ぐるっとくん”をご利用ください。

本紙は、再生紙を使用しております。



UD FONT

見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。