

「広報あげお」は、毎月1日に発行。戸別配布でお届け
しています。配布のお問い合わせは、上尾市シルバー
人材センター ☎779-5525・☎776-1074まで。

みんなで作る
みんなが輝くまち あげお



Ageo

広報
あげお

2022
令和4年

No.1055

2
月号



■ 令和4年成人式

再会

特集



ここがイチ押し!

vol.6

～先進的な教育環境～



● 今月の表紙

今月の表紙は、1月9日に行われた「令和4年成人式」です。

新型コロナウイルス感染対策を実施し開催した今回の成人式。当日は、新たな門出を祝福するかのよう
に晴天にも恵まれ、集まった新成人
たちは、旧友との久しぶりの再会
に目尻を下げ、旧交を温めていまし
た。

スポットライト



思いを実現する有言実行ハ
イジャンパー
第48回全日本中学校陸上競技
選手権大会優勝
清水 情太郎 君(P.11)

市の人口・世帯



(令和4年1月1日現在)

23万507人

男／11万4,182人
女／11万6,325人
※前月より24人増

10万5,469世帯

※前月より73世帯増

市役所の位置

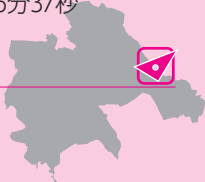


北緯 35度58分38秒
東経 139度35分37秒

市の面積



45.51km²



3 今月のイチ面

新型コロナウイルス関連情報

4 特集



6 市政ニュース

2月19日は本庁舎と尾山台・上尾駅出張所の業務を休業／
子育て世帯へのえがお応援給付金／住民税非課税世帯等臨
時特別給付金／上尾市防災ガイドブック・水害ハザード
マップを全戸配布他

10 市民のひろば

まちかど特派員だより「私は見た！ 日本とフィリピンの
学校の違い」／アップーNET／スポットライト〔清水 情太
郎君〕／読者の声／未来へすすすく！わが家のアイドル／
小学校給食レシピ〔こぎつねずし〕

13 シティ情報

令和4年度 学用品費・給食費などの援助／振り込み詐欺
対策通話録音装置の無償モニター／青少年相談員春企画～
鉄博クイズラリー～／ドンシャラリン♪きらきらファミ
リーコンサート他

25 図書館へようこそ

26 みんなあつまれ いっしょにあそぼ！

アップーランド／こどもの城／
ももっこルーム／子育て拠点／
イベントカレンダー

28 保健センター通信

一歩ふみ出す健康づくり

30 3月の相談

ハイライツ

31 Highlights 外国語情報コーナー

32 あげたて!NEWS

掲載記事は1月19日時点のものです。

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、本誌に掲載している催しなどは、中止・変更する
場合があります。各催しの開催状況などご不明な点は、問い合わせてください。また、各催しに参
加する際は、マスクや手洗いなど新しい生活様式を徹底してください。

クイズ

アップーを探そう!

右のアップーが
登場するのは?ページ?



前号の
答え

B

正解者の中から抽選で5人に粗品を差し上げます。

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、
2月21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

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3月号のこのコーナーに掲載します。



◆市役所開庁時間／平日8時30分～17時、(土)8時30分～17時(12～13時を除く)
◆土曜日開庁窓口／市役所本庁舎1階・2階(市民税課、納税課、障害福祉課、高齢介護
課に限る)・5階(子ども支援課、子ども家庭総合支援センター、保育課に限る)の窓
口、尾山台出張所、上尾駅出張所 ※2月19日(土)は休業します。

新型コロナワクチン関連情報 追加接種 (3回目接種)



対象となる人に、順次接種券を送付します

接種費用
無料



市ホームページ

健康増進課

TEL 774-1411 ・ FAX 776-7355

市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

TEL 0570-002-203

接種の前倒し

市では国の接種方針の変更に対応し、「前倒し接種」を行います。それぞれの接種可能な時期に合わせて、自宅に接種券を送付するので、安心してお待ちください。
接種券が届き次第、すぐに接種予約をすることができます。

接種券送付スケジュール

令和4年3月31日時点で65歳以上の人

2回目接種をした日から**6カ月経過後**に順次接種券を送付

2回目接種をした日付	3回目接種券送付予定日
令和3年6月30日まで	1月27日までに発送済
7月 1～ 7日	2月 1日(火)
7月 8～14日	2月 3日(木)
7月15～31日	2月 7日(月)
8月 1～11日	2月14日(月)
8月12～21日	2月21日(月)
8月22～31日	2月28日(月)

令和4年3月31日時点で64歳以下の人

2回目接種をした日から**7カ月**を目安に接種券を送付

2回目接種をした日付	3回目接種券送付予定日
令和3年7月 1～14日	2月21日(月)
7月15～31日	2月28日(月)
8月 1～11日	3月 7日(月)
8月12～21日	3月14日(月)
8月22～31日	3月22日(火)
9月 1～ 7日	3月28日(月)
9月 8～14日	4月 4日(月)

※以降のスケジュールは市ホームページをご覧ください(『広報あげお』3月号にも掲載予定)。

3回目接種を希望する人へ

使用するワクチン

ファイザーまたは武田/モデルナ

※1・2回目の接種で使用したワクチンの種類に関わらず、追加接種に用いるワクチンはファイザー社製または武田/モデルナ社製となります。
※今後使用するワクチンは追加される可能性があります。



「交互相種」が可能です

1・2回目に接種したワクチンと違う種類のワクチンを接種することができます。

- (例1) 1・2回目にファイザーワクチンを接種した人が武田/モデルナワクチンを接種
- (例2) 1・2回目にアストラゼナカワクチンを接種した人がファイザーワクチンを接種

新しい予約方法がはじまります

NEW

「おまかせ予約」 (武田/モデルナワクチンだけ)

申込用紙を送るだけで予約ができます。日時や接種場所は市に「おまかせ」。「接種日や接種場所、ワクチンの種類にこだわりがない」「電話やWEB予約は面倒」といった人にお勧めです。**詳しくは、接種券に同封のリーフレットをご覧ください。**
※コールセンターなど、これまでの予約方法も、引き続き実施しています。

「おまかせ予約」で接種するまでの流れ

- ①「申込用紙」を各支所・出張所、東・西保健センターに直接、または西保健センターに郵送(〒362-0074春日2-10-33)かファクス
- ②申し込みをした人に、西保健センターから「接種のお知らせ」を郵送
- ③「接種のお知らせ」に記載された日時に指定の接種場所へ行き、ワクチンを接種 ※申込用紙は接種券に同封する他、市役所、各支所・出張所、東・西保健センターにあります(市ホームページからダウンロードも可)。



おまかせ予約

2回目接種後に転入した人などは申請が必要です

2回目接種後に上尾市に転入した人や、治験・海外で接種した人などで追加接種を希望する人は申請が必要です。
詳しくは市ホームページをご覧ください。

申請はこちら⇒



問い合わせ先

健康被害 西保健センター
救済制度 TEL 774-1411(平日8時30分～17時)

ワクチン全般 厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター
TEL 0120-761-770(毎日9～21時)

※ワクチン接種は強制ではありません。職場や周りの人などに接種を強制することや、接種の有無で差別的な扱いをすることのないようお願いします。



ここがイチ押し!

vol.6

広報広聴課 TEL 775-4918・FAX 776-8873

「上尾市ここがイチ押し!」コーナーでは、住んでいるまちにさらに愛着を持ってもらえる「そうなんだ!」「知らなかった!」と思えるような情報をお届けしています。

今月号は「子どもたちの成長をバックアップ～先進的な教育環境～」です。

総務省「住民基本台帳人口移動報告」によると、昨年度の転入超過数が県内第3位の上尾市。また、平成27年国勢調査によると、子育て世帯と思われる20代後半～40代前半と0～9歳の転入者が多くなっています。子どもたちの可能性を伸ばすための、先進的な上尾市の取り組みをお伝えします。



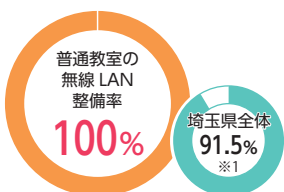
先進的な教育環境

上尾市では、GIGAスクール構想を受け、**教育実践×最先端のICT**で新たな学びを作り出す「あげお学びのイノベーション」を推進しています。



学習者用パソコンと高速大容量の通信ネットワークを完備

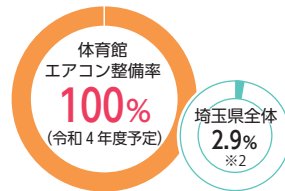
全ての児童・生徒分約16,000台の学習者用パソコンを配備しています。それに併せて**全ての小・中学校33校に高速大容量の通信ネットワークを整備**し、各学校で学習者用パソコンを使用した授業を積極的に取り入れています。その他、オンラインドリルを活用した家庭学習も推進しています。



普通教室へのエアコン整備率100%! 体育館も100%へ

快適な学習環境は学習効率を高めることから、**全ての普通教室にエアコンを設置済み**です。

また、体育館のエアコン整備も進めており、**令和4年度中には、全ての小・中学校への整備が完了する予定**です。これにより、体育の時間の熱中症を防ぐだけでなく、災害発生時、避難所として使用する際の環境も向上します。



電子黒板・指導用デジタル教科書で学力向上

電子黒板・指導用デジタル教科書が小・中学校の全普通教室に整備されているのは、**県内63市町村の中で、上尾市を含め2市だけ**です。画像や動画を活用した視聴覚教材を使用し、児童・生徒の理解度を高め、学力向上につながるよう努めています。



※1 出典:文部科学省「令和2年度学校における教育の情報化の実態等に関する調査(概要)」(令和3年3月1日現在)(確定値)

※2 出典:文部科学省「公立学校施設の空調(冷房)設備の設置状況について」(令和2年9月1日現在)



ワンポイント 「GIGAスクール構想」

GIGAとは「Global and Innovation Gateway for All」の略で、**Society5.0**(仮想空間と現実空間の融合による人間中心の社会)時代に生きる子どもたちの資質・能力を育成するための教育環境を実現させるという文部科学省の構想です。



英語教育を重点サポート

「進んで英語を話せる上尾の子を育てる」をテーマに、小・中学校9年間を見通した「英語力向上プラン」を推進しています。



小学校1年生からの英語教育

上尾市の全小学校は、文部科学省から教育課程特例校の指定を受け、**小学1・2年生に英語活動の力リキウムを編成**しています。

また、**全ての小・中学校に合わせて36人のALT(外国語指導助手)**を配置し、「生きた英語」を学ぶ環境で、児童・生徒の英語のコミュニケーション能力を育成します。



オーストラリア・ロッキヤーバレー市との交流

平成6年から実施している「中学生海外派遣研修事業」でのホームステイをきっかけに、ロッキヤーバレー市と平成26年7月に友好都市協定を締結しました。

現在、コロナ禍で「中学生海外派遣研修事業」は休止していますが、**ロッキヤー高校の生徒とオンラインで交流**を続け、異文化に触れながら英語力の向上につながるよう努めています。



自ら考える力を育む

子どもが問題にぶつかったときに、自ら考え、課題解決につなげることができるよう、さまざまな先進授業を積極的に取り入れています。



プログラミング教育

令和2年度から全国で小学校のプログラミング教育が必修化されました。**上尾市では他市に先駆けて、平成31年4月に市独自でロボット教材を全ての小学校に導入**しました。

令和1・2年度には、鴨川小学校が国立教育政策研究所から委嘱を受け、総合的な学習の時間に「プログラミング教育」に関する研究を行うなど、先進的な授業を実践しています。



シティズンシップ教育

シティズンシップ教育とは、社会の一員として市民性を育成するための教育です。

社会問題などをクラス全体で話し合いながら解決の方法を考えます。各クラスで課題を設定し、協力して調べ、発表しながら段階的に学習を進めます。

上尾市では令和3年度から、全ての中学校で総合的な学習の時間に20時間程度、シティズンシップ教育に関する授業を実践しています。これは県内でも先進的な取り組みです。

ここもCHECK!

部活動でも活躍

全国大会

水泳(100m自由形)／全国中学校体育大会 全国中学校水泳競技大会 **優勝** 🏆
陸上競技(走り高跳び)／全国中学校体育大会 全日本中学校陸上競技選手権大会 **優勝** 🏆

埼玉県大会

バレーボール部／埼玉県学校総合体育大会県大会兼全国・関東大会予選会 **第3位** 🏆
家庭科部／発明創意くふう展及び生徒研究発表会 **金賞** 🏆
吹奏楽部／埼玉県吹奏楽コンクール北部地区大会 **銀賞**ほか各賞受賞 🏆
コーラス部／埼玉県合唱コンクール **優良賞** 🏆

関東大会

野球部／関東中学校軟式野球大会 **ベスト4** 🏆



皆さん、「上尾市 ここがイチ押し」コーナーは楽しんでいただけましたか。次号は「上尾市の自然とインフラ」について。お楽しみに。



2月19日は本庁舎と尾山台・上尾駅出張所の業務を休業

行政経営課 ☎77513963

市民課 ☎77618873
☎77515128
☎77519827

市役所本庁舎1階・2階(市民税課、納税課、障害福祉課、高齢介護課に限る)・5階(子ども支援課、子ども家庭総合支援センター、保育課に限る)の窓口、尾山台・上尾駅出張所は、窓口端末の入替作業に伴い、2月19日(土)の業務を休みます。

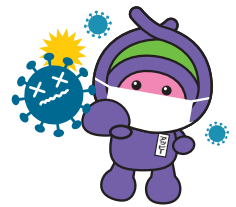
令和3年市議会第3回臨時会

総務課 ☎77514963
☎77519819

令和3年市議会第3回臨時会が昨年11月29日に開催されました。この議会では、人事院勧告に準じて市職員に支給する期末手当の支給割合を引き下げるための条例の一部改正などの議案が審議されました。このうち市長提出の6議案については、全て原案のとおり可決されました。

可決された補正予算には、新型コロナウイルスワクチン追加接種(3回目接種)に要する費用や、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた子育て世帯を支援するための子育て世帯への臨時特別給付金に要する費

用などを計上しています。



「上尾市スポーツ健康都市宣言(案)」への意見を募集

スポーツ振興課 ☎78118112
☎77516608

昭和51年5月2日に表明した「上尾市スポーツ都市宣言」を改正し、新たに「上尾市スポーツ健康都市」を宣言します。このたび、その案がまとまりましたので市民コメント制度に基づき、意見を募集します。【宣言(案)の公表・意見募集期間】1月25日～2月18日(金) 【宣言(案)・意見書の設置場所】高齢介護課、健康増進課、保険年金課、スポーツ振興課、市役所1階情報公開コーナー、各支所・出張所・公民館 ※市ホームページにも掲載します。 ☒市内に

在住・在勤・在学の人、市内に事務所・事業所・固定資産を有する人、利害関係者 【意見などの取り扱い】内容を検討し、参考とする ※住所、氏名など個人が特定できる箇所を除き、意見と市の回答を市ホームページ

消防車両を更新!

警防課 ☎775-1312
☎775-2230

約20年にわたり活躍してきた消防本部の調査車と市消防団第一分団の消防ポンプ自動車を昨年12月に更新しました。

【消防調査車】各種火災の原因、損害などの調査のため、災害現場に出動する車両。火災の原因を究明するためのさまざまな資器材を積載(全長4.73m、全幅1.69m、全高2.39m、乗車定員5人、ディーゼルエンジン、4輪駆動方式)

【消防ポンプ自動車】消火のために水をくみ上げるポンプの役割をする車両。消火栓や貯水槽の水を毎分2,000ℓ以上、地上30mの高さまで放水する性能を持つ高圧ポンプを内蔵(全長5.59m、全幅1.9m、全高2.5m、乗車定員6人、ディーゼルエンジン、2輪駆動方式)



消防調査車



消防ポンプ自動車

ジで公表します。個別には回答しません。【提出方法】意見書に必要事項を記入して、直接か郵送(当日消印有効)またはファクス、メール(☎5725700@city.ageo.lg.jp)でスポー

ツ振興課(〒362-8501本町3-1-1)へ



子育て世帯へのえがお応援給付金

市独自事業

給付金のご案内

子ども支援課 ☎775-5120・☎774-5342

子育て世帯を支援するため、国の「令和3年度子育て世帯への臨時特別給付金」の対象とならない一定所得以上の保護者に対し、児童1人当たり5万円の給付金を支給します。☑次の①～③のいずれかに該当する児童の保護者 ①令和3年9月分(10月支給)の児童手当が児童手当法の特例給付支給対象 ②令和3年度子育て世帯への臨時特別給付金が所得要件で対象外となる平成15年4月2日～平成18年4月1日生まれ ③令和3年9月1日～令和4年3月31日までに生まれた特例給付支給対象 【申請方法】①③児童手当の手続きをした人は、申請不要 ②令和3年度子育て世帯への臨時特別給付金の申請が必要 ※①～③のいずれかに該当する公務員は申請が必要です。【支給日】①2月14日(月) ②審査終了後に通知 ③児童手当の審査終了後に通知 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

住民税非課税世帯等臨時特別給付金

住民税非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター ☎775-3548

令和3年度住民税非課税世帯などに対して1世帯当たり10万円を給付します。☑次の①②のいずれかの世帯 ①令和3年12月10日時点で世帯全員の令和3年度分の住民税均等割が非課税 ②令和3年1月以降、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて収入が減少し、世帯全員の年収見込額が、住民税均等割非課税相当水準以下 ※世帯全員が、住民税が課税されている他の親族などの扶養を受けている場合は対象外です。【給付方法】①対象世帯に対して確認書を送付し、返送された確認書に基づき順次支給 ②2月14日(月)から市役所1階101会議室で、申請受付を開始 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。☎コールセンターへお問い合わせください。

市有地の売払い

施設課 ☎775-5115・☎775-9819

【物件の概要】所在地／柏座三丁目1番4、地目／宅地、面積／34・16平方メートル 【価格】入札案内書を参照 ※入札案内書(一般競争入札執行要領、物件調書、入札参加申込書など)は、2月1日(火)から施設課と各支所・出張所で配布します。市ホームページにも掲載します。【公売方法】一般競争入札

【入札日】2月24日(木) 【入札場所】市役所4階401会議室 ☎2月1～21日(月)9～17時に直接、施設課へ



市内に土地や家屋を所有する人が死亡し、賦課期日(1月1日)までに相続登記が行われていない場合、その固定資産は現所有者(相続人全員)の共有資産となり、相続人全員が連帯して納税義務を負います。現所有者は住所・氏名などの必要事項を申告してください。 ※未登記家屋を

資産税課 ☎7755133
☎7759846

固定資産の所有者が死亡したときの現所有者申告書の提出

相続した場合や、法定相続人が家庭裁判所で相続放棄の手続きをしている場合は、資産税課に連絡してください。 ※登記名義人の変更(相続登記)は法務局で手続きが必要です。【申告期限】現所有者であることを知った日の翌日から3カ月を経過した日まで 【提出書類】相続人代表者指定届出書兼現所有者申告書(資産税課にある。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て、直接または郵送で資産税課(〒362-8501本町3-1-1)へ

☎申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 ☎お問い合わせ

自転車を安全に利用するために

交通防犯課 ☎775-5138
FAX 775-9927

自転車は環境に優しく、子どもから大人まで手軽に乗れる便利な乗り物ですが、道路交通法上では「軽車両」の扱いで、さまざまな法規制の対象になります。自転車に乗るときは、マナーを守るのはもちろん、交通の法律やルールを守る必要があります。また、市では、駅周辺的美観を維持し、歩行者や緊急車両の通行の妨げにならないよう、係員による自転車放置に対する声掛けの他、放置自転車の撤去を実施しています。駅周辺に自転車を止める際は駐輪場を利用するよう、引き続き皆さんのご理解とご協力をお願いします。

交通ルールを守りましょう

- 自転車安全利用五則を守りましょう。
 - 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外
 - 2 車道は左側を通行
 - 3 歩道は歩行者優先で、車道よりを徐行
 - 4 安全ルールを守る(飲酒運転・無灯火・二人乗りの禁止など)
 - 5 子どもはヘルメットを着用
- 危険な運転や、ながら運転はやめましょう(傘差し・携帯電話・イヤホンなどの禁止)。
- 自転車損害保険などへ加入しましょう(県では、自転車利用者の自転車損害保険などの加入が義務化)。

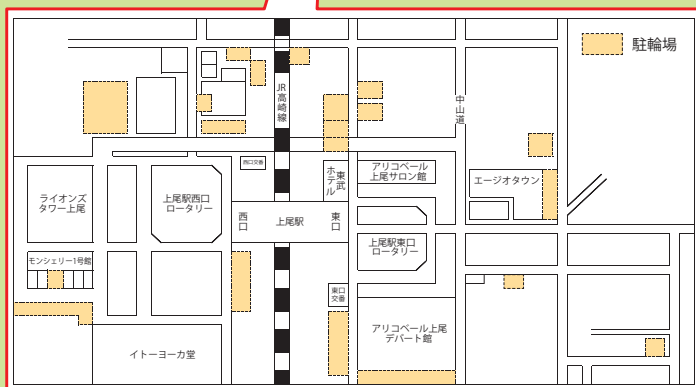
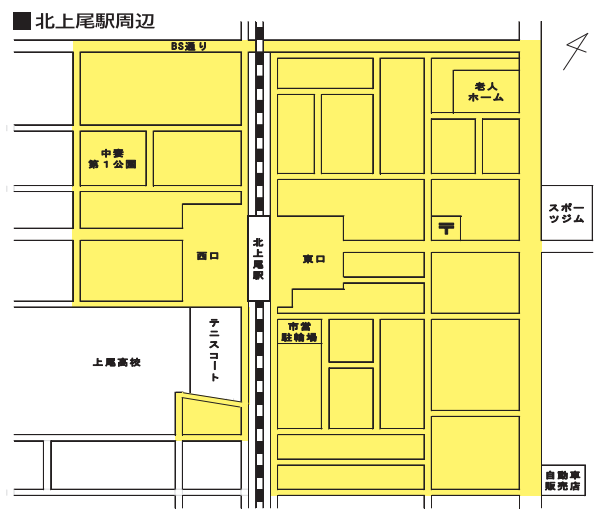
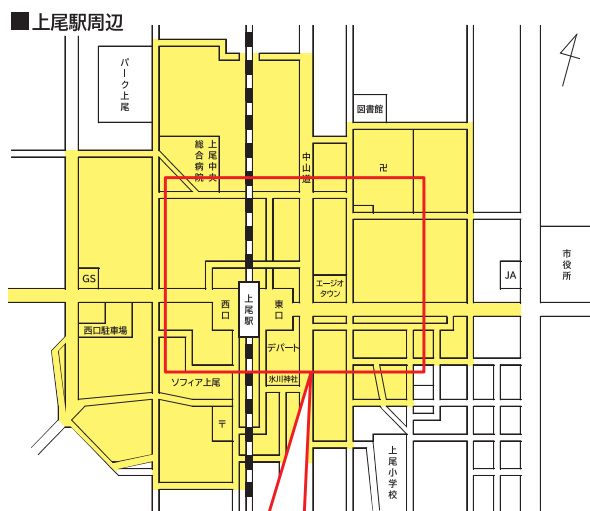
自転車の放置はやめましょう

自転車の利用者が自転車から離れて、直ちに当該自転車を移動させることができない状態にある自転車を放置自転車といいます(上尾市自転車放置防止条例第2条)。
市では、条例で定められた駅周辺の自転車放置禁止区域にある放置自転車に対して随時警告札を貼り付け、貼り付けてから3時間を経過したものは撤去しています。

自転車は必ず施錠しましょう

市内の刑法犯認知件数のうち、自転車窃盗は多くの割合を占めています。「少しの時間だから」「自宅の敷地内だから大丈夫」と安心せずに、必ず鍵をかけましょう。また、初めから付いている鍵に加えて、ワイヤーロックで二重に施錠し、さらにワイヤーロックを固定物に連結すると、より盗まれにくくなります。

自転車放置禁止区域



自転車駐輪場のご利用を

JR上尾駅周辺には、多数の自転車駐輪場があります。ぜひご利用ください。

美しい景観と通行しやすい街になるよう、皆さんのご理解とご協力をお願いします。





昭和46年オープン当時のにぎわい

さいたま水上公園に想う

今年度をもって閉園するさいたま水上公園プールの「ありがとうイベント」が昨年の12月12日に開催され、私も足を運びました。

さいたま水上公園は、昭和46年の「埼玉県100周年記念事業」の一環として「海なし県に『海』を」をキャッチフレーズに、流れるプールやウォータースライダー、波のプールなど7つのプールが大変な人気を博し、市内はもちろん県内外から多くの皆さまが来場されました。

平成13年までは「流れるプール」をスケートリンクとして冬場も営業し、夏冬通してにぎわい、最盛期には年間入場者は100万人を超えていたそうです。私も子どもたちを連れて幾度となく訪れ、たくさんの思い出があります。

イベント当日は、年代を問わず多くの皆さまが訪れて、プールやスケートだけでなく「おもしろ

自転車」で周回したことや、「ヘラブナ釣り」で終日楽しんだなど、たくさんのお話を伺うことができました。波のプールには、思い出の詰まったメッセージがすき間なく書き込まれ、半世紀にわたっていかに愛された施設であったかが十分に伝わってきました。

跡地は、埼玉県が整備を予定している「スポーツ科学拠点施設」の候補地として、現在基本計画の策定が進められています。

上尾市としても、新たに生まれ変わるこの場所が、アスリートだけでなく、多くの市民・県民の皆さまの憩いの場、にぎわいの場として愛されるよう、引き続き、県と協議を重ねてまいります。

市長 富士山 稔

申請はお済みですか 中小・小規模事業者事業継続支援金

※支援金は期限内の申請が必要です。

2月28日(月)締め切り

事業者へ給付!

中小・小規模事業者事業継続支援金専用ダイヤル
☎080-3718-2473

☑新型コロナウイルス感染症の影響により売上が5%以上減少し、公的融資制度(新型コロナウイルス感染症対応資金、新型コロナウイルス感染症特別貸付、小規模事業者経営改善資金<マル経>融資など)を活用しながら事業活動の継続、推進に取り組む事業者へ支援金を支給 ☑市内で事業を行う中小・小規模事業者(個人事業者を含む) 【支給額】法人/一律10万円(1回限り)、個人事業者/一律5万円(1回限り) ※先着順で受け付けし、予算額に達した時点で締め切ります。☑申請書(商工課、市役所1階にある。市ホームページからダウンロードも可)に記入し、必要書類を添付して、2月28日まで(当日消印有効)に郵送で商工課(〒362-0042谷津2-1-50プラザ22)へ ※感染防止対策として、窓口では受け付けしません。

上尾市防災ガイドブック・水害ハザードマップを全戸配布

危機管理防災課
☎775-5140・☎775-9927

地域の防災力の向上を目的に、『上尾市防災ガイドブック』と『上尾市水害ハザードマップ』を、3月末までに市内全戸に配布します。『上尾市防災ガイドブック』には、災害への備えや防災情報、地震ハザードマップなどを掲載しているので、防災対策として活用してください。【主なポイント】防災備蓄品などのチェックリスト、アプリと連動した音声読み上げ機能と外国語への自動翻訳、水害時の避難行動計画(マイ・タイムライン)作成シートなど



市ホームページ

地域密着、
身近な話題を
体験取材!

まちかど

特派員だより

私は見た！ 日本とフィリピンの学校の違い

私はフィリピンのセブ島出身です。結婚して平成元年に日本に来て、初めて暮らし始めた場所が上尾でした。最初は、文化の違いに戸惑うこともありましたが、その中の一つがPTAや地域の活動です。私には二人の子どもがいます。子どもが小学生の時にPTA役員決めがありました。日本語を理解するのに時間がかかり、何を話しているのかも分からないまま参加し、よく分からないまま手を挙げていたら、役員に立候補していました。その時は、なんで手を挙げたんだろうと後悔しましたが、そのおかげで、いろいろな事を学ぶことができました。

例えば、フィリピンにもPTA制度はありますが、日本のPTAは活動的で行事などが多いです。日本では、子どもの頃から学校で時間を守ることが大事と教わるからだと思います。また、ランドセルや上履きなどがみんな同じなので子どもたちは誰がお金持ちなのか普通は分かりません。

フィリピンでは持ち物で貧富の差が目立ちます。その他にも、小学校の通学班はフィリピンにはありません。地域の人が見てくれているので日本の治安はとても良いです。PTAや地域の活動に参加することで、学校で子どもがどんな風に過ごしているのかが分かりました。そこにはフィリピンと日本の違いを感じ、戸惑うこともありましたが、参加しなければこのような経験はできなかったと思います。そして私が他の役員と触れ合うことで子どもにも友達も増えたようです。皆さんの周りにも外国人市民で日本の生活に戸惑っている人がいるかもしれない。そんな人を見掛けたら声を掛けてみてください。

上尾地区
新保 グレース マリアさん



フィリピンの小学校



フィリピンの中学校



日本の通学風景

市民の情報交流スポット

アッピーNET

ネット

広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873

おいでください

■**児童虐待のない社会をめざして** 2月23日(祝)13:00~16:40、コミュニティセンター 定100人 費499円 申2月15日(火)までに 深沼☎090-9398-2808 **ひと言!** コロナ禍で多発する児童虐待!当事者の声に耳を傾けて。

いきいきサークル

●**平方囲碁同好会** 毎週(土)13:00~17:00、平方公民館 費月額500円 申鈴木☎726-1199(17:00まで) **ひと言!** アマ高段者三人の指導対局で棋力アップ効果は絶大です。

アッピーNET掲載団体募集

アッピーNETは市民の皆さんの交流の場として、催しなどへの参加者募集「おいでください」と、各団体のサークル会員募集「いきいきサークル」を掲載しています。観客を増やしたい・会員数を増やしたい団体は気軽に申し込んでください。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。



- ポストイン**(絵手紙) 毎週第4(木)10:00~12:00、大谷公民館 費月額750円 申長谷部☎775-8387(20:00まで) **ひと言!** 「ヘタでいい、ヘタがいい」を合言葉に楽しんでいます。
- ダンシング・チェリー** 毎月4回(木)14:00~15:30、市民体育館・上尾公民館など 定40歳以上 費月額3,000円(入会金1,000円) 申大竹☎725-6247 **ひと言!** 仲間と楽しくストレッチとダンス。中高年女性大歓迎。
- フレッシュ・ヨガ** 毎月2回(火)10:00~11:30、上尾公民館 費月額2,000円 申田崎☎775-3638 **ひと言!** フレイル予防に身体を動かしてみませんか。



定…定員 定…対象 費…費用 当…当日、直接会場へ 申…申し込み



全中で試技する清水君
写真提供：アートグラフィー

昨年8月に行われた「第48回全日本中学校陸上競技選手権大会(全中)の男子走り高跳び決勝。東京2020オリンピックの同種目の決勝と同じ、優勝者が2人という結末が、ここでも待っていました。一人は新潟県代表の選手。そしてもう一人が、今回紹介する大石南中学校3年生の清水情太郎君です。

清水君が陸上を始めたのは小学6年生の時。もともと体が弱く、何かスポーツをやらせたいと考えていた母に連れられて、「上尾ジュニア陸上クラブ」の体験会に参加したことがきっかけでした。「ある日朝起きたら、突然母に行きよと言われて、どこに行くか伝えられないまま連れて行かれました」と笑います。

しばらくは走ってばかりでつまらないと思っていたそうですが、2カ月後に監督の勧めで走り高跳びを始めてから気持ちが激変。以来、競技にのめり込んでいきました。

清水君が考える良い結果を出す秘訣はメンタル。心を「無」にし、高跳び以外のことは考えず、集中力を高めることだそうです。そのためにメンタルトレーニングの勉強もして、自分なりに工夫を凝らしてきました。大会に出て失敗したら何ができなかったのかを考えて、次につなげていく。「試行錯誤を繰り返して自分自

スポット ライト

～人・仲間～



しみず じょうたろう
清水情太郎君
(小敷谷在住)

思いを実現する有言実行ハイジャンパー

第48回全日本中学校陸上競技選手権大会優勝

身の跳躍を削り上げていくところが高跳びの魅力と熱を帯びた表情で語ります。

大会前日は、雑音を入れたくないのでお気に入りの音楽をヘッドホンで聴きながら夕食。当日も朝から集中し、競技場に入ってからさらにスイッチを入れて本番に臨みます。全中の時は、このルーティンに加え、競技を楽しもうと考え、優勝をつかみ取りました。

中学校の部活を引退した現在も、平日は筋トレやジョギング、休日にはトラックを使った練習を続け汗を流しているそうです。休憩中は、過去の大会で知り合った他校の先輩と近況報告も行なっています。「先輩の背中を見て刺激を受け、多くのことを学んだので、感謝の気持ちしかないです」と振り返ります。「小学生の時、高跳びを始めて2カ月でしたが全国大会へ行くと言言し、中学でも全中やU16陸上競技大会の優勝を目標に掲げ、全て実現してきました。これまで自分を信じて頑張れば、何でも実現できると考えて有言実行してきたので、高校では高校記録を出してインターハイで優勝する。そして、今は自己ベストが1.97ですが、30年近く破られていない2.45の世界記録は、自分が破る」と思いを語ってくれました。

アイスクリームが大好きと照れる、どこにでもいそうな中学生ですが、「今まで結果を出してこられたのは、両親、顧問や強化スタッフの先生、応援してくれた人のおかげ、感謝しています」と語る15歳の進む先には、どんな未来が待っているのでしょうか。

読者の声

「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1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。



まちかど特派員だより

- 上尾中央総合病院が、コロナの感染者を多く受け入れていたことを知りました。医療従事者の苦労を痛感しました。(80代・男性)
- 上尾中央総合病院がダイヤモンドプリンセス号の患者も受け入れていたと初めて知りびっくりしました。(90代・女性)

新型コロナウイルスの感染が拡大しています。手洗いや消毒など感染予防を徹底しましょう。



特集 ここがイチ押し！

- 知らない情報が多く、特に午睡用のベッドはいいと思います。ちょっとしたことかもしれませんが、子どもを預ける親にとっては嬉しいものです。(60代・女性)
- 子ども家庭総合支援センターや複合施設の開設予定を知って、ママ友同士で話題にしました。複合施設の完成が楽しみです。(30代・女性)

これからもさまざまな取り組みで子育て世帯をサポートします。



「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。



未来へ
すくすく!

わが家の アイドル



申し込み

市内に在住の未就学児の写真(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。 ※キャラクターの映っている写真はご遠慮ください。



お兄ちゃんと元気がいっぱい
楽しく過ごそうね☆

東町
村田 勇翔くん 睦翔くん
H31.1.24生(3歳) R3.5.6生(8カ月)



とにかく体重がヘビー級な
わが息子。毎日発見だらけ
で楽しいです。お父さんと
お母さんにたくさん甘えて
ね！でも、口の中に手を入
れてくるのはやめようね！

原市北
金田 泰成くん
R3.1.23生(1歳)



面倒見がよいお兄ちゃんとお
ちやめなお姉ちゃんと
よく笑うるいくん3人仲良
く元気で大きくなってるね。

小泉
山口 真澄くん 瑞葵ちゃん 琉碧くん
H27.8.24生(6歳) R1.7.2生(2歳) R3.8.20生(5カ月)



やんちゃなお姉ちゃんとお
やかな弟♡毎日バタバタ大
騒ぎ！お姉ちゃんはヤキモ
チやいて戸惑ったりもする
けど、弟のお世話が大好き
でかわいがってくれてるよ
ね♡2人ともわが家の宝
物です♡笑顔いっぱい元氣
に大きくなーれ!!

瓦章
大寺 凜ちゃん 泰輔くん
R2.1.18生(2歳) R3.9.15生(4カ月)

小・中 学生 注 目

「見て魅て！ 私のミュージアム」

掲載された人には
アッピーグッズを
プレゼント!!



『広報あげお』に自分の作品を載せてみませんか？ 「見て魅て!私のミュージアム」応募作品を大募集

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 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。



小学校 給食レシピ 112



こぎつねずし

411kcal

●材料1人分 分量(2人)

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1 酢飯 …………… 72 | 6 清酒 …………… 1.5 |
| 2 炒め油 …………… 0.5 | 7 濃口しょうゆ …………… 4 |
| 3 豚もも肉赤身ひき肉 …… 25 | 8 食塩 …………… 0.1 |
| 4 ニンジン(千切り) …… 20 | 9 油揚げ(細切り湯通し) …… 20 |
| 5 上白糖 …………… 2 | |

※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フライパンに油を熱し、豚肉を入れ、炒める。
- ②豚肉が炒まったら、ニンジンを入れて炒め5~8で調味し、煮る。
- ③油揚げを加えてさらに煮る。
- ④酢飯にかける。

学校保健課 ☎775-9683 • 📠775-5633

暮らし

令和4年度 学用品費・給食費などの援助

経済的な理由で就学が困難と認められる児童・生徒の保護者に、子どもの学用品費の一部や給食費などを援助しています(所得審査あり)。年度途中で転入した人や、世帯状況が変わり援助が必要になった人も随時受け付けます。新入学児童生徒学用品費の入学前支給を受けた人も再度申請が必要です。【必要書類】保

護者名義の振込口座が分かる物、賃貸借契約書の写し(賃貸住宅に住んでいる場合)、令和3年分所得税の確定申告書の控え(1月2日以降に上尾市に転入した保護者など
①市内小・中学校在籍者(予定者)の保護者 / 申請書(各市立小・中学校、学務課にある。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、必要書類を添えて直接、通学している(入学生)小・中学校または学務課へ **②国・県立小・中学校在籍者(予定者)の保護者** / 申請書(学務課にある。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、必要書類を添えて直接、通学している(入学生)小・中学校または学務課へ



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一緒に学びませんか。市ホームページでは手話動画を公開中です。今月は「インフルエンザ」を紹介します。



右手の小指を立てて口元に当て、せき込むように軽く2回前へ出す

インフルエンザ

協力 上尾市聴覚障害者協会



あげお観光情報

市観光協会 ☎775-5917・☎775-5024

2・3月限定企画

グリーンの寄せ植えや花の販売

～日頃の感謝を込めて 歓送迎会、送別会、イベントなどにもご利用ください～

時 2月1日(火)～
 内 ①グリーンの寄せ植え / 1,000円
 ②花束 / 3,850円～
 ※事前予約制です。



※画像はイメージです。

「あげおまるっとグルメ」の延期

2月1日(火)～28日(月)に開催を予定していた「あげおまるっとグルメ」は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため延期します。今後の開催については、市観光協会ホームページをご覧ください。

あげお お土産・観光センター
 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



ツイッター・Instagramも更新中!
#上尾市観光協会



市観光協会ホームページ

4月から学童保育所への入所を希望する人で、市内への転入などにより、入所申請ができていない人を対象に入所

学童保育所入所希望者の申請受け付け

ムページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、必要書類を添えて直接、学務課へ **①学務課** ☎775-9604・☎775-5633

申請を受け付けます。入所希望者はNPO法人あげお学童クラブの会に問い合わせてください。 **①NPO法人あげお学童クラブの会** ☎771-6945・☎771-5790

遺言・相続 無料電話相談会

☎2月26日(土)10～16時 **①** 司法書士による無料電話相談会(相続を原因とする不動産の

名義の書き換え、相続人の所在の分からない場合の遺産分割、相続放棄の手続き、遺言書の作成方法など) **①相談方法** 電話相談 ☎721-8055 ※当日だけ通話できます。
②岡崎玉司法書士会事務局 ☎863-7861



ていた住警器が鳴動した。家人が鍋からの炎に気付き、タオルをかぶせるなどして消火した(令和3年9月)。

なお、過去の事例では居住者だけでなく、隣人や通行人が警報音に気付き、火災に至らなかったこともあります。

※その他の事例は、市ホームページをご覧ください。
 予防課 075-1314-7751
 2230



生ごみの減量化にご協力を

生ごみの約8割は水分です。生ごみの水気を切ることで、減量だけでなく、臭い防止、CO₂削減の効果も得られます。また、燃えにくい水分が減ることで、西貝塚環境センターの焼却炉への負担も軽減できます。

●生ごみの水切りのポイント
 野菜の皮など、水分の少ないごみは水に濡らさない/茶殻

やティーバッグなど、水気が多いものは乾燥させる/ごみを出す前によく絞る 0環境政策課 075-6925-7751

9872、西貝塚環境センター 075-9141-7819
 166

不審メールにご注意を
 2月1日~3月18日はサイバーセキュリティ月間

架空請求は、ショートメールで「未払いがある」このままでは訴訟になる」などと不安をおり、手続きを急がせ、電子マネーを購入させます。

身に覚えのない請求で、サイトへのアクセスを促したり、問い合わせ先として示した番号に電話をするように誘導したりします。応じてしまうと個人情報流出し、架空請求される恐れがあります。不審なメールの誘いに乗らないよう気をつけましょう。 0上尾警察署 075-0111



子ども医療費の登録を

子どもが医療機関を受診したときに支払う医療費を助成します。助成を受けるためには登録が必要です。0市内に在住で、健康保険に加入している中学校修了前(15歳に達する日以降の最初の3月31日までの子ども ※他制度(ひとり親家庭等医療費、重度心身障害者医療費など)で医療費助成を受けている人の登録は不要です。【助成額】保険診療費または保険調剤費の自己負担分(高額療養費と付加給付金を除く) 【必要書類】

子どもの健康保険証、保護者(生計中心者)名義の普通預(貯)金口座の分かる物、被保険者のマイナンバーが分かる物、被保険者の本人確認ができる物 0必要書類を用意して直接、子ども支援課または各支所・出張所へ 0子ども支援課 075-5120-774
 15342



けんかつグリーンスクール(おさらい教室) 新年度 児童募集!!

教員経験のあるシルバー人材センターの会員が、豊富な経験と知識を活かして、地域の子供たちの学習を親切丁寧にサポートします。

- 対象 小学4年生~6年生(上尾市、桶川市、蓮田市及び伊奈町在住) ※保護者による送迎が必要
- 教科 国語・算数
- 定員 各教室10名 ※定員になり次第締め切り
- 時間 17時30分~19時00分(90分)

学年	4年生	5年生	6年生
曜日	火・金	火・木	水・金

- 費用 授業料(月謝):週1回コース/3,000円
 週2回コース/6,000円
 教材費等:3,000円/半期、保険料:300円/年度
- 場所 埼玉県県民活動総合センター(伊奈町内宿台6-26)

<問合せ> 公益財団法人いきいき埼玉(就業企画担当)
 TEL 048-728-7841/FAX 048-728-2130
 受付時間:9時~17時15分(土日祝・休館日を除く)

生活介護(通所)事業所 職員募集

○常勤(正)職員

○朝・夕の送迎スタッフ(アルバイト・パート)
 普通車(AT、ミニバン)
 時給1,300円程/女性可

【応募資格】
 障がい者支援に熱意のある方
 未経験OK 経験者優遇
 マイカー・車通勤OK

特定非営利活動法人とさき

住所 上尾市戸崎384-1
 電話 048-782-9596
 E-mail tosaki@mx7.alpha-web.ne.jp

○常勤職員募集

※女性、45歳まで

勤務時間:平日8:30~17:15
 仕事内容:主に知的な障害のある方への日中生活や作業の支援を行います

【給与】 ※年齢等に応じて加算有
 大卒/月給181,000円~
 高校卒/月給152,000円~

扶養手当/通勤手当
 住居手当/超勤手当
 賞与年2回/退職金制度あり
 有給休暇/夏季休暇他

ぜひお気軽にご連絡ください!

交通遺児手当の申請を

市内に在住で義務教育修了前の児童の両親またはそのどちらかが、交通事故により死亡や重度の障害を負った場合に、その児童と生活を共にし、養育している保護者【支給額】遺児1人当たり月額3千円 ①交通事故によって死亡や障害を負っていることを証明できる物(事故証明書や死亡証明書)の写しなど(コピー可)、印鑑、保護者名義の預(貯)金通帳、本人確認ができる物(マイナンバーカードなど)を持って直接、子ども支援課へ ②子ども支援課☎7416819・☎7415342



募 集

振り込め詐欺対策通話録音装置の無償モニター

振り込め詐欺などの被害防止のため、通話録音装置の無償モニターを追加募集します。①通話録音装置(貸し出し)の1年間の使用とアンケートの記入 ②市内に在住の65

歳以上の単身・夫婦世帯など ③50世帯(応募者多数の場合)は抽選 ④2月1日(火)〜28日(月)に直接、交通防犯課へ ⑤交通防犯課☎7415138・☎7419927

中央高等技術専門校オープンキャンパス

中央高等技術専門校(戸崎95)では、正社員就職を目指した専門技術教育(2年間)を行っています。ものづくりに興味がある人の参加を、お待ちしております。時2月19日(土)10〜12時 ①入試情報などの概要説明、施設見学、個別相談(希望者) ②高校生など入校を希望する人 ③2月18日(金)までに電話かファクスまたはメールで同校へ ④県立中央高等技術専門校☎7813241・☎7818990・☎n813241@pref.saitama.g.jp

令和4年4月採用 保育所相談員 (会計年度任用職員)

市立保育所で働く保育所相談員を募集します。【任期】4月1日(金)〜令和5年3月31

日(金)(次年度以降も任用の可能性あり) 【勤務日・時間】(月)〜(土)のうち週3日、7〜19時のうち1日7時間45分 【勤務地】原市保育所、上尾西保育所、あたご保育所のいずれか(予定) ①保護者や職員からの相談への指導・助言、園児の観察・保育支援、市立保育所の巡回相談、小学校就学に向けた講話などの就学支援、小学校との連携など ②市内小・中学校で教員として勤務経験がある人 【月給】10万5,500円(令和3年度実績) ※経験加算、期末手当(年2回)があります。【通勤手当】交通用具使用/距離による 公共交通機関利用/実費 ③3人(予定) ④甲申込書(保育課にある。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、証明写真を用意して2月1日(火)〜22日(火)に直接、保育課へ ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ⑤保育課☎7415044・☎7415342

学童保育所補助員

①学童保育所非常勤職員 【勤務時間】(月)〜(金)10〜19時、(土)8〜19時、学校休業日(夏休みなど)7時30分〜19時 ※実働は4時間程度です。 【勤務地】住居近くの学童保育所 ②放課後児童の保育 【時給】95〜1,166円(勤務日数・曜日・時間帯による) ※諸手当、有給休暇がありません。 ③障がい児担当非常勤職員(なかよしサポーター) 【勤務時間】(月)〜(土)のうち週5日/10〜19時(月間合計140時間以内) 【勤務地】市内の学童保育所 ④障害児を中心にした保育 【時給】1,196円〜1,312円 ※社会保険加入、諸手当、有給休暇があります。 ⑤早朝アルバイト職員(おはようサポーター) 【勤務時間】春休みなどの早朝開設時期の7時20分〜8時20分 【勤務地】住居近くの学童保育所 【時給】千円 ※事前にアルバイトとしての勤務が必要で。

①〜③共通 ④子どもが好んで楽しく遊べる人 ⑤電話



広告

埼玉・東京に200式場以上のネットワーク



青葉葬祭 株式会社

安置室完備

家族葬対応

24時間365日受付

青葉メモリアルホール

〒331-0052

さいたま市西区三橋5-790-10



0120-048-999

公益財団法人

青葉園

〒331-0052

さいたま市西区三橋5-1505

「墓地」購入は

048-623-2111 まで

宗旨・宗派: 宗教不問です

開園: 1952年(昭和27年) 墓地経営許可: 埼玉県・32指令公衛取第1043号

緑豊かな公園墓地にお墓を持ちませんか



在来生物がすむ豊かな水辺を再生するため、大池に埋土種子を含んだ泥を運び、浅場を作る当日ボランティアを募集します。時2月12日(土)・20日(日)、3月6日(日)9時30分〜12時30分 所上尾丸山公園 対小学生以上(小学生は保護者同伴) 費30円 定各40人(先着順) 持長靴、軍手またはゴム手袋 「服装」ひどく泥汚れしてもよい服装 申各当日9時15分前から自然学習館入口前で受け付け ※詳しくは、認定NPO法人生態工房(☎0422-2715634)へ問い合わせてください。 囲みどり公園課☎775-8129・☎775-9906

上尾丸山公園水辺再生
ボランティア「泥かき連」

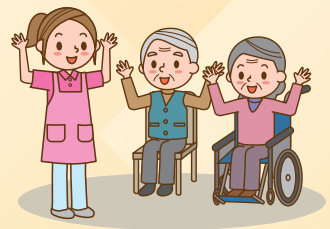


でNPO法人あげお学童クラブの会へ 囲NPO法人あげお学童クラブの会☎771-6945・☎771-5790

令和4年度身体障害者福祉センター「ふれあいハウス」の利用者

社会福祉協議会「ふれあいハウス」 ☎776-2235・☎772-8647

所総合福祉センター(平塚724) 対市内に在住で、身体障害者手帳と市発行の「上尾市特定生活支援事業サービス受給者証」を持っている人 費受給者証に記載されている障害区分負担額(生活保護受給世帯、非課税世帯を除く)、創作活動の材料費、昼食代 申2月16日(水)までに住所、氏名、電話またはファクス番号を直接か電話またはファクスで「ふれあいハウス」へ ※送迎サービスはありますが、入浴サービスはありません。 ※簡単なお菓子作り教室・パン教室①・パン教室②は、応募者多数の場合、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため隔月利用になることがあります。



教室名		日程	時間	内容
創作的活動	簡単なお菓子作り教室	第1(金)(年11回)	10:00~12:00	季節に合ったお菓子作りを学ぶ
	パン教室①	第2(金)(年12回)	10:00~13:00	パンの作り方とパンに合う料理の作り方を学ぶ
	パン教室②	第4(金)(年10回)		パンの作り方の基本を学ぶ
	簡単なお菓子作り教室(視覚障害)	第5(金)(年2回)	10:00~12:00	季節に合ったお菓子作りを学ぶ
	歌声教室①	第3(月)(年9回)		いろいろな曲を楽しく歌い、心身をリフレッシュする
	歌声教室②	第4(月)(年11回)		
	絵手紙教室	第3(木)(年12回)		絵手紙の書き方の基本を学ぶ
	パステル画教室	第3(金)(年12回)		パステル画の描き方の基本を学ぶ
	フラワー教室	第5(月)(年4回)	10:00~11:30	花の特性やガーデニングの基本を学ぶ
スマイルカフェ	第5(水)(年3回)	10:00~12:00	悩みなどを語り合いながら、障害のある人同士で交流を図る	
失語訓練教室	第1(木)(年10回)		言語聴覚士による機能訓練を通して社会復帰を目指す	
パソコン教室(初級)	第2(木)(年11回)		パソコンの基本的な操作を学ぶ	
機能訓練	リハビリ訓練教室	第1・2・3(水)(年34回)	10:00~14:00	理学療法士の指導による機能回復訓練と、訓練を含んだレクリエーションで体を動かす
	スポーツ・レクリエーション	スポーツ・レクリエーション教室		①第1(火)(年10回)
②第2(火)(年12回)				
③第3(火)(年11回)				
④第4(火)(年11回)				
健康体操教室	第2(月)(年10回)	10:00~12:00	音楽に合わせて体を動かし、遊びながら体力をつける	
健康吹矢教室①	第1(月)(年11回)	10:00~11:30	吹矢協会の指導者から腹式呼吸の基本を学び健康増進を図る	
健康吹矢教室②	第4(水)(年9回)			

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

介護相談員

市内の介護施設を訪問し

て、介護サービスの利用者などから介護サービスに関する疑問や不安・不満を聞き、問題の改善・解決に向け、利用者と介護事業者や行政との橋渡しを行う介護相談員を募集します。**【次の①～④の全てに該当する人** ①市内に住所がある ②介護に関心があり、半日の活動を月に4回程度できる ③市指定の相談員養成研修(会場は東京都内・5日間・8月実施予定)に参加し、課程を修了できる(11月から活動開始) ※予定は変更になることがあります。**④長期間活動できる** ※委嘱期間は2年です。**【謝金訪問1回当たり2千円** **【定】若干名** **【選考方法】面接審査** **【申】** 申込書(高齢介護課にある。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て、2月28日(月)まで(必着)に直接または郵送で高齢介護課(〒362-8501本町3-1-1)へ **【問】高齢介護課 0775-6473・0776-8872**

上尾看護専門学校 令和4年度入学学生

【試験日】3月12日(土) **【対】一般**

／①高校を卒業、または令和4年3月に卒業見込みの人 ②高校卒業程度認定試験に合格した人 ③学校教育法施行規則第150条第7号の規定に適合し、審査で認められた人 **【社会人】**①大学か短期大学を卒業または令和4年3月に卒業見込みの人 ②高校を卒業または高校卒業程度認定試験に合格し、入学時に満23歳に達している人 **【申】**入学願書(上尾看護専門学校〒362-0021原市3494-4)にある。同校ホームページ(0775-6473)からダウンロードも可)に必要事項を記入して、2月22日(火)～3月3日(木)(必着)に直接または郵送で同校へ **【問】上尾看護専門学校 0772-1043・0772-1302**



農園の利用者

農政課 0775-7384・0775-9872

■市民農園「アグリプラザ平塚」の新規利用者(空き区画)

【利用期間】4月～令和5年3月 **【所】**市民農園「アグリプラザ平塚」 **【対】**市内に在住の人 **【募集区画数】**10区画前後(応募者多数の場合は抽選) **※1世帯につき1区画の応募です。** **【使用料】**30平方メートル/年額12,000円、6平方メートル/2,400円(福社区画) **【申】**はがきに郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入して、2月18日(金)まで(必着)に農政課(〒362-8501本町3-1-1)へ



■体験農園の利用者

体験農園とは、農家が開設し、経営・管理する農園です。農園利用者は、手ぶらで農園に行き、農園主の指導を受けながら、作付けから収穫までの農作業を体験できるので、初心者も安心していろいろな野菜作りができます。

①農業王国榎本農園

【利用期間】3月～令和5年1月 **【所】**中分2-58 **【1組の利用面積】**30平方メートル **【費】**35,000円 **【定】**60組 **【主な栽培品目】**キュウリ、トマト、キャベツなど、年間で約30品目 **【講習会】**年間20回程度 **【申】**住所、氏名、電話番号を電話かファクスまたはメールで榎本農園の榎本へ **※2月13日(日)13時に説明会を行います(事前申し込みが必要)。** **【問】**榎本 0775-2455・0775-agri.enomoto@gmail.com・0775-https://agri01.wixsite.com/enomoto **※**農機具完備です。

②ファミリー農園 菜園倶楽部

【利用期間】3月～令和5年1月 **【所】**平塚1-152 **【1組の利用面積】**30平方メートル **【費】**35,000円 **【定】**38組 **【主な栽培品目】**葉物野菜、トマト、ニンジン、ナス、キュウリなど年間で約20～30品目 **【講習会】**年間20回程度(原則週末) **【申】**電話またはメールで菜園倶楽部の市村へ **※2月5日(土)・6日(日)の各13時に説明会を実施します(事前申し込みが必要)。** **【問】**市村 080-3727-7026・0775-saien.club2019@gmail.com・0775-http://www.saien.club/ **※**農業資材、農機具完備です。



イベント・講座

農業体験教室 (ジャガイモ)

時3月12日(土)9時～ 所上尾

市民農園「アグリプラザ平塚」

【対】親子でジャガイモの種芋を植え付け、7月頃に収穫する

【対】市内に在住の小学生と家族 **【費】**1人20円 **【定】**20家族(応募者多数の場合は抽選) **【申】**往

復はがきに教室名、郵便番号、

住所、氏名(ふりがな)、学校

名、学年、電話番号、参加人数を記入して、2月15日(火)ま

で(必着)に農政課(〒362-8501本町3-1-1)へ **【問】**農政課 0775-7384・0775-9872

01本町3-1-1)へ **【問】**農政課 0775-7384・0775-9872



時3月13日(日)9時~16時30分
 所鉄道博物館(さいたま市大宮区大成町3-47) ※集合解散はJRR上尾駅改札です。内
 鉄道博物館内の展示で、班ごとに分かれてクイズラリー
 市内に在住の小学生 費300円 定15人(応募者多数の場合
 合は抽選) 持飲み物、昼食
 など 申往復はがき(1家族1枚に、イベント名、子どもの氏名(ふりがな)、生年月日学年、性別、保護者氏名、電話番号を記入して2月10日(木)まで(必着)に青少年課(〒362-0037上町2-14-19)へ
 ※子どもだけでの参加です。
 青少年相談員協議会の比嘉 内 ageo.soudanin@gmail.com

青少年相談員春企画
 「鉄博クイズラリー」

スポーツ情報

市連盟グラウンド・ゴルフ大会

市グラウンド・ゴルフ連盟の稲村 内781-7123

時2月9日(水)10~15時(予定) ※雨天の場合は10日(木)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) 市内グラウンド・ゴルフ連盟会員と連盟への加入希望者 費500円 ※加入希望者は年会費2,500円が別途必要です。申当日10時まで(入場/9時30分)に、参加費と年会費を用意して直接会場受付へ ※当日朝に検温して来場してください。

初心者向けグラウンド・ゴルフ教室

市グラウンド・ゴルフ連盟の稲村 内781-7123

時2月18日(金)9~11時 ※雨天の場合は25日(金)に延期します。所ゆりが丘公園 内グラウンド・ゴルフのルールとマナーを学び、プレーする 市内に在住でグラウンド・ゴルフに興味のある人 持クラブ、ボール(貸し出し可)、タオル、飲み物 【服装】運動ができる服装 ※当日朝に検温をして来場してください。申当日9時に直接会場受付へ

6人制バレーボール大会

市バレーボール連盟の泉田 内090-1103-6600・内781-8158・内izumi-soft@jcom.home.ne.jp

時2月26日(土)10時~(受け付け/9時) 所市民体育館 【組み合わせ】連盟が厳正に組み合わせを作り、当日発表 市内に在住・在勤・在学の人で編成されたチームまたは上尾市近郊のチーム 費1チーム3,000円 申2月12日(土)までに、郵送かファクスまたはメールでチーム名、代表者の住所・氏名・電話番号、選手全員の氏名・年齢を記入して、バレーボール連盟事務局の泉田(〒362-0047今泉4-8-7)へ ※スポーツ安全保険は、各チームの責任で加入してください。

ウォーキング教室

瓦葺ふれあい広場 内・内722-7563

時3月4・11日のいずれも(金)10~12時(全2回) 所瓦葺ふれあい広場 市内に在住・在勤・在学のウォーキング初心者 定15人(先着順) 持上履き、飲み物、タオル、歩きやすい靴 申2月4日(金)~18日(金)に直接または電話(10時~16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

市民スキー・スノーボード大会とバッジテスト 市スキー連盟の稲沢 内090-3319-5565(9~21時)

①スキー・スノーボードバッジテスト 時3月12日(土) 内講習会終了後にバッジテストを実施 費2,000円
 ②市民スキー・スノーボード大会 時3月13日(日) 内小・中学生各男女の部、成年女子の部、成年1部(29歳以下)、成年2部(30歳以上)、成年3部(40歳以上)、成年4部(50歳以上)、成年5部(60歳以上)、スノーボードの部に分かれて競技 費小・中学生/1,000円、一般/2,000円 定100人(先着順)
 ●①②共通 所鹿沢スノーエリア(群馬県吾妻郡嬬恋村) 【集合】8時~8時30分に直接、スキー場内のレストハウスへ 申3月1日(火)までに参加費を添えて直接、ベストスキーサービス(西宮下2-318)へ ※保険は各自で加入してください。

市野球大会

市野球連盟の遠山 内774-0606・内774-1330

時4月3日からの毎週(日) 所市民球場など 費1チーム7,000円(新チームは登録料として別途10,000円) 申申込用紙(市野球連盟事務局にある。前回大会参加チームには郵送)に必要な事項を記入して、2月25日(金)まで(必着)に市野球連盟事務局の遠山洋司(〒362-0031東町1-7-11)へ ※3月6日(日)に文化センターで主将会議を行います。

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

上平公園剪定講座 バラ冬季剪定

時 2月7日(月)10時～11時30分
 所 上平公園 内 基礎知識講
 習、実技指導 内 市内に在
 住・在勤の初心者 費 500円
 定 20人(先着順) 持 筆記用
 具、剪定ばさみ、皮手袋 申
 2月6日(日)までに直接または
 電話で市民球場(上平公園内)
 へ 閩市地域振興公社 776-1
 8986・ 776-13322



救命講習会 普通救命講習Ⅰ

時 3月12日(土)9～12時 所 市
 消防本部 内 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
 内 市内に在住・在勤・在学の
 中学生以上 定 9人(応募者
 多数の場合は抽選) 申 2月
 18日(金)～24日(休)(必着)に市電
 子申請・届出サービス(申)サ
 ps://s-kantan.jp/city-age
 o-saitama-u/)から電子申請

または往復はがきに講習日、
 住所、氏名(ふりがな)、年齢、
 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、東消防署管理課(〒362-
 0013上尾村53)へ 閩東
 消防署管理課 775-131
 0・ 770-19902



あげおの秘境サクラソウ 咲く里山で楽しい作業

時 2月5日～3月5日の毎週
 (土)9～12時ごろ(小雨決行)
 所 サクラソウトラスト地(領
 家) 内 外来種除草などの管
 理作業 費 200円 持 飲み物、
 長靴、軍手、あれば観察用具
 申 各開催日の前日までに電話
 で県生態系保護協会上尾支部
 の小川へ 閩小川 781-08
 87



求人企業合同説明会

県雇用対策協議会
 7647-4185・ 647-6150

時 3月3日(木)13～16時(受け付け/12～15時
 30分) 所 大宮ソニックシティビル(さいたま市大宮区桜木町1-7-5) 内 企業の採用担
 当者との面接 内 令和4年3月大学・短大・
 専門学校卒業予定者または3年以内の既卒
 者 持 履歴書(複数枚) ※参加企業名は2
 月17日(木)から県雇用対策協議会ホームペ
 ージ(申 http://ww
 w.kotaiyou-saita
 ma.ne.jp/)に掲載
 します。



精神障害のある方と共に学ぶ ピアサポート講座

障害福祉課 775-5122・ 776-8872

時・内下表のとおり ※Zoomによるオンライン開催です。
 内 市内に在住の精神障害のある人や家族でピアサポート(同じ
 ような経験を持つ人同士の支え合い)に興味がある人 費 1,650
 円 ※別途教材の郵送料がかかります。 定 30人(先着順) 申
 2月15日(火)までに住所、氏名、電話番号、メールアドレス、参加
 希望日を電話またはファクスで障害福祉課へ

講座内容

	と き	内 容
①	2/2	リカバリーとピアサポート
②	3/3	自分らしいコミュニケーション
③	3/10	上尾発上げようピアサポート

※時間はいずれも(木)12時30分～16時です。内容は変更する場合があります。

情報発信ツールのご利用を

■メールマガジン

防災、子育てなどさまざまな生活情報を、メールマガジンで随時配信しています。登録方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。 ※パソコン(スマートフォン)用と携帯用があります。

■市公式ソーシャルメディア

ツイッター フェイスブック ライン
 (Twitter、Facebook、LINE)
 イベント、子育て、防災など生活に役立つさまざまな情報を届けています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

広報広聴課 775-4918・ 776-8873



ツイッター



フェイスブック



ライン



市ホームページ



AGA英語サロン

今まで読んだ中で、一番感動した本の内容を英語で紹介し合います。 時 3月6日(日) 14~16時 所 上尾公民館 定 市内に在住の人 費 100円 定 30人(先着順) 申 住所、氏名、電話番号を2月28日(月)までにファクスまたはメールでAGA事務局へ 問 AGA事務局 707-2468・707-0000 7・Office@aga-world.com

障がい者作品展即売会

時 2月25日(金)~28日(月)10時~19時30分(25日は17時まで、28日は16時まで) 所 丸広百貨店上尾店6階(宮本町1-1) 内 市内の障害者施設・団体によるパン・クッキー・まんじゅう・陶器・布製品などの手作り品、その他自主製品の展示・販売 問 障害福祉課 707-5315・707-8872



20周年記念展「ひだまりの小さな書作展」

時 ①2月10日(木)~13日(日)9時30分~16時30分(13日は15時30分まで) ②2月18日(金)~23日(水)10時~16時30分(23日は15時30分まで) 所 ①コミュニティセンター ②市民ギャラリー 内 障害児者芸術クラブによる障害のある人の書・絵などの展示会 問 障害福祉課 707-5315・707-8872



ポートレース戸田2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 2月1日(火)、5日(土)~8日(火)、11日(木)~15日(日)、19日(土)~24日(水)、28日(日) [場外発売] 2月1日、5~8日、11~15日、19~28日 問 埼玉県都市競艇組合 823-8711・823-8709



災害女性学って何? ~東日本大震災から10年経って~

男女共同参画推進センター 707-5111・707-5112

女性学の視点から災害時の女性、子どもを主とした災害弱者への支援などを共に考えます。 ※Zoomによるオンライン開催です。 時 2月19日(土)14~16時 【講師】浅野富美枝さん(宮城学院女子大学研究所研究員) 内 市内に在住・在勤・在学の人 申 2月14日(月)までに住所、氏名をメールで(一社)こどもとおとなのあそびとたいわ(tekutekutetsugaku@gmail.com)へ



【プロフィール】あさの・ふみえ

2000年宮城学院女子大学生活科学部生活文化デザイン学科赴任。教授を経て、現在、宮城学院女子大学生活環境科学研究所所員。

著書に『女たちが動く-東日本大震災と男女共同参画視点の支援』2012年(共著)生活思想社、『災害女性学をつくる』2021年(共編著)生活思想社など多数。



消費生活講演会

福島原発事故から11年 ~福島農水産物の現在~

消費生活センター 707-0800・707-4600・s252000@city.ageo.lg.jp

「福島の野菜やお米は安全なの?」原発事故から10年以上経ちましたが、風評被害はなくなっていません。福島の農水産物の生産者がどのような取り組みをしているのかを学んでみませんか? 時 3月9日(水)10時~11時30分 所 文化センター 【講師】高橋宏通さん(パルシステム生活協同組合連合会常務執行役員) 内 市内に在住・在勤・在学の人 定 30人(応募者多数の場合は抽選) 申 2月18日(金)まで(必着)に講座名、住所、氏名、電話番号を往復はがきまたはメールで、消費生活センター(〒362-0037上町2-14-19)へ ※手話通訳を希望する人は、記入してください。

【プロフィール】たかはし・ひろみち

1960年東京都生まれ。茨城労働生活協同組合、首都圏コープ事業連合(現パルシステム生活協同組合連合会)を経て、1995年(株)ジーピーエスに移籍、2008年より同社常務取締役。2010年パルシステム連合会に移籍、2017年より現職。



子どもの日ファミリーコンサート

モーツァルト魔法の音楽 オペラ『魔笛』上尾 Ver.

文化センター ☎774-2951・☎774-2955 / トモキヨ音楽院 ☎774-0087・☎772-3839

大人気オペラ『魔笛』を、オペラ初心者でも楽しめるようにアレンジ。大好評だった令和3年3月の公演から、さらにパワーアップしての再演です。時5月5日(祝)14時～(開場/13時30分) 所文化センター 【出演】安井陽子さん(ソプラノ)、友清崇さん(バリトン)、友清創さん(テノール)、森川史さん(ソプラノ) 【演奏曲】オペラ『魔笛』より『おいらは鳥刺し』『夜の女王のアリア』『パ・パ・パの二重唱』など

●チケット販売 時2月5日(土)10時～ 所文化センター、トモキヨ音楽院(本町3-7-24) 費一般/3,000円、中学生以下/500円(全席指定、3歳以下は無料。ただし、座席が必要な場合は有料)

【プロフィール】

やすい・ようこ

日本を代表するコロラトゥーラ・ソプラノで、夜の女王役の国内第一人者。2021年秋、宮本亞門氏演出の東京二期会『魔笛』に出演。超絶技巧を要する難曲『夜の女王のアリア』では圧倒的な歌唱力と存在感を見せつけた。桐朋学園大学卒。二期会会員。



ともきよ・たかし

東京二期会のドイツオペラで主要な役を担う実力派バリトン。二期会公演『魔笛』パパゲーノ役で注目を集める。2020年の新国立劇場『フィデリオ』ピツァロ、2021年9月は『リゴレット』でタイトルロールをそれぞれ好演。桐朋学園大学卒。二期会会員。上尾市出身。



ともきよ・はじめ

新聞記者時代にテレビ番組『題名のない音楽会』出演を機に音楽界へ転身。クラシック音楽を通じて子どもたちが感性豊かに成長してほしいとの思いからコンサートを企画している。『リゴレット』マントヴァ公爵でオペラデビュー。青山学院大学卒。上尾市出身。



もりかわ・ふみ

今後の活躍が期待される若手ソプラノ。二期会オペラ研修所修了時に優秀賞を受賞。『魔笛』パパゲーナ、『こうもり』アデーレ、『ヘンゼルとグレーテル』グレーテル、『電話』ルーシー役などを好演。桐朋学園大学卒。二期会会員。



ドンチャリン♪きらきらファミリーコンサート

コミュニティセンター ☎775-0866・☎775-0868

時4月29日(祝)①11時～(開場/10時30分)②14時～(開場/13時30分) ※①②の内容は同じです。 ※各70分の公演です。 所コミュニティセンター 内大人も子どもも踊って叩いて楽しめる打楽器コンサート 【出演】小針彩菜さん、小西沙帆さん、小山翔平さん

●チケット予約 時2月12日(土)9時～/コミュニティセンター窓口、10時～/コミセンかんたん電話予約(☎775-0866) ※売り切れ次第終了です。 費一般/1,500円、小学生以下/800円(全席指定、当日集金) ※席数を制限して開催します。

【プロフィール】

こぼり・あやな

洗足学園音楽大学打楽器コースを首席で卒業。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。第17回PAS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、マリンバ、スティールパン奏者として全国各地で活躍している。上尾市在住。

こにし・さほ

洗足学園音楽大学打楽器コースを卒業。在学時、特別選抜演奏者に認定される。現在はフリーの打楽器奏者として、吹奏楽やオーケストラ、室内楽などで幅広く活動している。神奈川県横浜市出身。



左から、小西さん、小山さん、小針さん

こやま・しょうへい

洗足学園音楽大学打楽器コースを卒業。ピアノ、打楽器、ビオラ、声楽など幅広い音楽経験を持ち、編曲も多数行っている。現在は、小学校や保育園、幼稚園、高齢者の福祉施設などでの訪問演奏に力を入れている。

暮らし・彩り・公民館

2▶3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。 ※直接または電話は平日9:00~17:00だけ受け付けます。

平方公民館 〒362-0059 平方905-1 TEL726-3446・FAX726-3991・E723200@city.ageo.lg.jp

古典文学講座～『百人一首』を味わう～

『百人一首』を読み解き、和歌と歌人にまつわる逸話や意外な解釈を学び、和歌文学の豊かさと面白さを知る

時2月28日、3月7日のいずれも(月)13:30~15:00(全2回) 対市内に在住・在勤・在学 定20人 申2月20日(日)までに往復はがきまたはメールで

原市公民館 〒362-0021 原市3499 TEL721-4948・FAX721-4946・E723300@city.ageo.lg.jp

親子ふれあい教室

親子でスキンシップを取りながら、手遊びやリズム遊びの時間を楽しむ。同時に参加者同士の交流も図る

時2月15・22日、3月8日のいずれも(火)10:00~11:30(全3回) 対市内に在住・在勤の保護者と1~3歳児 定10組(先着順) 申2月1日(火)から直接または電話で

報道番組の舞台裏とコミュニケーションカ

テレビ朝日社員がニュースの舞台裏を紹介し、伝え方のこつやコミュニケーション力について学ぶ

時3月8日(火)14:00~16:00 対市内に在住・在勤 定35人 申2月21日(月)までに往復はがきまたはメールで

大石公民館 〒362-0063 小泉9-28-1 TEL726-6615・FAX726-6616・E723400@city.ageo.lg.jp

インド人シェフ直伝!
本格スパイシーチキンカレー

数種のスパイスを使った本格スパイシーチキンカレー作りを通して、インドの食文化を学ぶ

時2月16日(水)9:00~11:30 対市内に在住・在勤 費500円 定12人 申2月8日(火)までにメールで

ルーシーダットン
～タイ古式エクササイズで体をほぐそう～

タイの古式エクササイズであるルーシーダットンの独特な呼吸法やポーズを学び、健康づくりに役立てる

時3月2~23日の毎週(水)15:20~16:50(全4回) 対市内に在住・在勤 定20人 持ヨガマット、飲み物 申2月21日(月)までに往復はがきまたはメールで

大谷公民館 〒362-0044 大谷本郷949-1 TEL781-0892・FAX780-1113・E723500@city.ageo.lg.jp

3月11日を忘れない
～今自分で出来る防災対策～

11年前東日本大震災の発生した日に、当時の映像や体験談から災害状況を再確認し、今自分で災害対策として準備できることを考える。また、昨年9月1日から指定避難所となった大谷公民館の防災倉庫内に何があるのかを確認し避難所簡易パーティーション設置体験を行う

時3月11日(金)9:30~11:30 対市内に在住・在勤・在学 定15人(先着順) 持室内シューズ 申2月1日(火)から電話またはメールで



密を避け マスク 手洗い しっかり換気

新しい生活様式でコロナ撃退

上尾市



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



【開館時間】10:00～21:00
【2月の休館日】毎週水(2/23祝は除く)・24日(木)

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

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、入館人数や施設内の一部を制限しています。プールの教室は、当面の間中止します。詳しくは、電話またはホームページをご覧ください。

●教室参加の人へ 教室の前後の館内利用は、入館人数を制限しているため、利用できない場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

2月1日～3月15日

全ての教室は日程と時間に変更になることがあります。詳しくはホームページで確認するか電話で問い合わせてください。

スタジオ 運動する服装、室内靴など 教室実施当日に参加費を用意して直接 ※先着順です。キャンセルはできません。

- | | | |
|-----------------|------------------------------|-------|
| ①エアロッチ | 時 毎週(月)10:30～11:30 | 定 15人 |
| ②からだ整えバレエ体操 | 時 毎週(月)11:45～12:25 | 定 15人 |
| ③サルセッション | 時 毎週(月)12:45～13:45 | 定 15人 |
| ④すっきりヨガ | 時 毎週(火)10:30～11:30 | 定 20人 |
| ⑤ベリーグダンス | 時 毎週(火)11:45～12:45 | 定 15人 |
| ⑥クイックトレーニング | 時 毎週(火)17:30～18:30 | 定 15人 |
| ⑦ピラティス | 時 毎週(木)10:30～11:30 (2/24を除く) | 定 15人 |
| ⑧ストレッチ&骨盤メンテナンス | 時 毎週(木)12:00～13:00 (2/24を除く) | 定 15人 |
| ⑨スロートレーニング | 時 毎週(木)14:30～15:00 (2/24を除く) | 定 15人 |
| ⑩癒しのヨガ | 時 毎週(木)15:30～16:30 (2/24を除く) | 定 20人 |
| ⑪ストレッチヨガ | 時 毎週(金)11:00～12:00 | 定 20人 |
| ⑫アロマリラックソヨガ | 時 毎週(金)12:20～13:20 (2/11を除く) | 定 20人 |
| ⑬セルフコンディショニング | 時 毎週(金)19:00～20:00 | 定 15人 |

共通 高校生以上 費 ②⑨/300円、②⑨以外/500円



自然学習教室

●早春の草花をみつめてみよう

時 3月19日(土)9:30～12:00(雨天中止) 因 草花や昆虫などを観察しながら園内を巡る 定 6人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。【服装】活動しやすい服装 申 2月1日(火)から電話で



PICK UP 天文科学教室

●望遠鏡を作ろう

時 3月27日(日)13:30～15:30 因 望遠鏡の仕組みを学び凸レンズの焦点距離を測定して制作 定 小学生以上 費 500円 定 12人 ※小学生は保護者同伴です。申 2月1日(火)から電話で



体験もの作り教室

●楽しみながら絵手紙を作ろう

時 3月12日(土)9:30～11:30 費 200円 定 10人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。因 汚れてもよいタオル 【服装】汚れてもよい服装 申 2月1日(火)から電話で



※自然観察会(自然学習教室開催日を除く(土)日開催)、太陽の観察会(毎週(土)日、祝)、天体観望会(当面の間、中止)について詳しくは、自然学習館へお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



市役所ギャラリー
第9回片手でお紙を折る・写真を撮る 佐藤泰助
2月24日(木)～27日(日)10～16時(24日は12時から)

20周年記念展「ひだまりの小さな書作展」 2月18日(金)～23日(祝)10時～16時30分(23日は15時30分まで)

現代具象作家展2022(絵画) 2月3日(木)～9日(水)10～16時(3日は13時から)

市民ギャラリー

776 2250
775 19496

園生涯学習課

ギャラリーガイド

2月3日～2月27日

Library Information

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】

7・14・21・28日のいずれも(月)、15日(火)～20日(日)



※休館日・開館時間は図書館ホームページを確認するか、図書館本館へ問い合わせてください。

※場所の記載のない催しは本館です。

図書館へようこそ

上尾市図書館 所上町 1-7-1 TEL 773-8521・FAX 776-7330

2月

今月のTopics

Topics

本館展示『笑い』

新年最初の本館展示のテーマは「笑い」。思わずくすっとしてしまう本、読んでいて笑顔になれる本、まじめに笑いに取り組んだ本、変な〇〇など、ユーモアあふれる作品を集めました。



まだまだ寒い日が続きますが、笑いのパワーで冬を乗り切りましょう！ ※本館展示の資料の一覧は、図書館ホームページ蔵書検索画面の「図書館おすすめから探す」からも見ることができます。

学生応援！自主勉強タイム

受験や期末テストに向けて勉強する中高生を対象に、図書館本館2階の集会室を開放します。集中できる環境で、みんなで勉強を頑張りましょう。時2月23日(祝)13～17時 対象中学生・高校生 定20人(先着順) ※実施時間中に退室者がいれば、追加で入室できます。

臨時休館のお知らせ

蔵書の点検作業のため、2月15日(火)～20日(日)は全館休館します。休館中の図書の返却は、ブックポストを利用してください。なお、図書館ホームページの蔵書検索や予約は、通常どおり利用できます。



月間予約ランキング

Ranking

令和3年12月

1	『李王家の縁談』 林 真理子／著 文藝春秋
2	『残照の頂』 湊 かなえ／著 幻冬舎
3	『神曲』 川村 元気／著 新潮社
4	『ジェイソン流お金の増やし方』 厚切りジェイソン／著 ぴあ
5	『新しい星』 彩瀬 まる／著 文藝春秋

子どもの読書活動支援センター

あっぴい 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 TEL・FAX 773-3711



あっぴいぶっくるのキャラクター「あっぴい」

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！

上尾市読書活動推進事業

耳で聴く児童文学～児童文学朗読会～

児童・青少年文学作品を、市内朗読指導者や全国で活躍している朗読者の会「よつばのクローバー」が朗読します。子どもも大人も楽しめる内容です。時3月6日(日)①10:00～10:20(受け付け/9:45～) / 小学校低・中学年向き ②10:30～12:00(受け付け/10:20～) / 小学校高学年～一般向き ※①②両方の参加もできます。大人だけの参加も可能です。所上尾公民館 内『字のないはがき』『わらぐつの中の神様』など 定30人(先着順) 申2月1日(火)～3月3日(休)に電話で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
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

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、掲載内容について中止する場合があります。

2/15 火	にこにこピョン 11:00~11:30 市内在住の2歳児 定16組(先着順) でんしゃで遊ぼう 14:00~15:00 市内1歳以上の未就学児		
16 水	わんぱくひろば 11:10~11:50 市内在住の3歳児と保護者 定8組 申2/7月から直接または電話 やぎさん一座の手づくり紙芝居 11:00~11:30 7か月からの赤ちゃんの日 ①9:20~10:20②10:30~11:30 市内7~11カ月児 定各6組(先着順) 申直接または電話		
17 木	よちよちひろば 10:30~11:30 市内在住の0歳児と保護者 定10組 申2/7月から直接または電話 がっきで遊ぼう 11:00~11:30 市内未就園児 定16組(先着順) バドミントン遊び 16:00~17:00 市内小学3年生以上 はいはいたいむ 10:30~11:30 市内1歳~1歳3カ月児 定6組(先着順) 申直接または電話		
18 金	なかよしひろば 11:00~11:30 市内乳幼児 離乳食のおはなし(中期~後期) 10:30~11:30 市内6組(先着順) 申直接または電話		
19 土	空き箱で作る造形の部屋 14:30~15:30 市内小学生 定6人(先着順) 申2/7月から直接または電話 体験トランポリン教室 10:00~11:40 市内3歳児~小学生 定35人(先着順) 申9:45から整理券を配布		
20 日	シュッポの部屋 14:00~16:00 市内乳幼児・小学生 ※混雑した時は人数を制限 おにごっこ大会 14:00~15:00 市内小学生 キッズ工作 14:00~15:30 市内在住の小学生以上 定20人(先着順)		
21 月	おみせやさんごっこ 10:00~11:00 市内幼児 2歳からのひろば 9:00~11:40 市内2歳児以上 申直接または電話		
22 火	のびのびアートの日 ①10:00~10:40②11:00~11:40 市内在住の2歳児以上 定各7組(先着順) 申2/7月から直接または電話 昔あそびの日 15:30~17:00 おはなしの城 11:00~11:30		
23 水	プラ板製作 14:00~15:00 市内小学生 定6人(先着順) 申2/7月から直接または電話		
25 金	なかよしひろば 11:00~11:30 市内乳幼児		
26 土	体験トランポリン教室 9:35~12:00 市内3歳児~小学生 定30人 申当日先着順の整理券を配布 おりがみひろば 14:00~15:00 市内幼児・小学生 昔遊び 14:00~14:45		
27 日	おもちゃの病院 14:00~15:30 市内10件(先着順、1人1件) 将棋教室 14:00~15:30 市内在住の小学生以上 定12人(先着順) 申2月1日(火)から直接または電話		
28 月	にこにこリズム 11:00~11:30 市内在住の1歳以上の未就学児 定25組(先着順) KAPLA(カプラ)の日 16:00~17:00 市内小学3年生以上		
		のびのびひろば 10:30~11:10 市内在住の1歳児と保護者 定10組 申2/7月から直接または電話 昔あそびの日 15:30~17:00 おしゃべりサロン 11:00~11:30 市内0歳児 定10組(先着順) ももっこ広場 10:00~11:00 市内平方公民館 市内1歳以上の未就学児 定20組(先着順) 申子育て支援センター	3/1 火
		おみせやさんごっこ 10:00~11:00 市内幼児 6か月までの赤ちゃんの日 ①9:20~10:20②10:30~11:30 市内6カ月児まで 定各6組(先着順) 申直接または電話	2 水
		ひなまつり 14:30~15:00 ちびちゃんたちの美術あそび 10:30~11:30 市内未就園児 定20組(先着順) バドミントン遊び 16:00~17:00 市内小学3年生以上 ころころたいむ 10:30~11:30 市内・定・申27ページ参照	3 木
		なかよしひろば 11:00~11:30 市内乳幼児 1歳ひろば 9:00~11:40 市内1歳~1歳11カ月児 申直接または電話	4 金
		おはなし会 14:00~14:30	5 土
		アップーランドピック 14:00~15:00 市内小学生 スプリングコンサート 11:00~11:30	6 日
		のびのびアートの日 ①10:00~10:40②11:00~11:40 市内在住の2歳児以上 定各7組(先着順) 申2/7月から直接または電話 昔あそびの日 15:30~17:00 にこにこタッチ 11:00~11:30 市内在住の1歳児 定16組(先着順) 手づくりしよう(1歳) ①9:10~10:10②10:30~11:30 市内1歳~1歳11カ月児 定各6組(先着順) 申直接または電話 手づくりしよう(0歳) ①13:30~14:30②14:50~15:50 市内4~11カ月児 定各6組(先着順) 申直接または電話	8 火
		やぎさん一座の手づくり紙芝居 11:00~11:30 みんなのおはなし 9:40~10:00 市内6組(先着順) 申直接または電話	9 水
		にこにこひろば 10:30~11:10 市内在住の2歳児と保護者 定10組 申3/7月から直接または電話 るんるんたいむ 10:30~11:30 市内3~8カ月児 定6組(先着順) 申直接または電話	10 木
		なかよしひろば 11:00~11:30 市内乳幼児 幼児食のおはなし 10:30~11:30 市内6組(先着順) 申直接または電話	11 金
		ビデオ上映会 ①11:00~②14:00~ 市内乳幼児~小学生 レクゲームの日 14:00~15:00 市内小学生	12 土
		にちようびのなかよしひろば 11:00~11:30 市内乳幼児 ミニカーの部屋 14:00~16:00 市内幼児・小学生 ※混雑した時は人数を制限 おもちゃの病院 14:00~15:30 市内10人(先着順、1人1件) KAPLA(カプラ)の日 14:00~15:00 市内小学3年生以上	13 日
		KAPLA(カプラ)の日 16:00~17:00 市内小学3年生以上	14 月

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
～3月3日は、ひなまつり!!～

みんなで、ひなまつりのお祝いを楽しみましょう。
お内裏様とおひな様になってみたり、ひなまつりのお話を聞いたりしましょう。

🕒3月3日(木)14:30～15:00



📍本町6-11-25
☎779-7030 ☎772-7972

🕒開館時間 9:30～18:00

📅2月の休館日

15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
桃の節句～ひな祭り～

日本の伝統行事である3月3日の「桃の節句」に向けて、15人のひな人形からなる「七段飾り」をこどもの城プレイホールに飾ります。子どもたちの健やかな成長と幸せを祈りひな祭りを楽しみましょう。

🕒2月14日(月)～3月3日(金)

📍今泉272

☎783-0888 ☎781-4466

🕒開館時間 9:30～18:00

📅2月の休館日

10日(木)、24日(休)



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 ももっころム

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

ころころたいむ

🕒3月3日(木)10:30～11:30 🕒9～11カ月
児と保護者 🕒6組(先着順) 🕒直接
または電話で子育て支援センターへ



📍春日2-20-3 ☎778-2008

☎777-5804 🕒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 2/3(木)9:00から
直接または電話 ※詳しくは市ホーム
ページをご覧ください。

地域で応援! 子育て拠点

0～3歳の子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。

つつじが丘地域子育て支援センター (つつじが丘認定こども園)

季節にあった工作や楽しいプログラムを用意しています。ぜひこども園ならではの遊びをお楽しみください。

毎月たくさんのプログラムを準備しています! 全てのプログラムが0歳児から参加できます。子どもと保護者が一緒に楽しめる時間を支援します! ※予約制です。



【人気のプログラム】

- 音楽遊び
- 園近くの土手への散歩
- 季節の制作遊び

📍上野1053-1 ☎725-2622・☎725-2912

🕒開館日 平日 9:00～14:00(プログラム/10:30～)、12:00～17:00(プログラム/15:00～)

いっば
一歩
ふみ出す健康づくり



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・☎774-8188

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

3月31日(木)締切！ 予防接種の受け忘れにご注意を

①麻しん風しん混合ワクチン(2期)

☑市内接種委託医療機関など ☑平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの子ども(小学校入学の前年度) ☑母子健康手帳、予診票(市内委託医療機関、東・西保健センター、子ども家庭総合支援センター、各支所・出張所にある)

②高齢者肺炎球菌ワクチン

☑市内接種委託医療機関 ※令和3年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人は、県相互乗り入れ実施機関でも接種できます。☑次の①～③のいずれかに該当する、過去に高齢者肺炎球菌ワクチンの接種をしていない人 ①昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生まれ ②昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ ③昭和22年4月1日以前の生まれ 費5,000円 ☑接種費用、健康保険証、予診票(市内委託医療機関、東・西保健センター、保険年金課、高齢介護課、各支所・出張所にある)

【①②共通】☑直接、実施医療機関へ ※詳しくは、『令和3年度版上尾市健康カレンダー』をご覧ください。 ※対象期間を過ぎた予防接種は全額自己負担となります。

🍴🍷 | 食事で免疫力を!

「免疫」とは、細菌やウイルスなどの異物から体を守る仕組みです。免疫力が高ければ、感染症の発症や重症化のリスクを抑えることができます。しかし、生活習慣の乱れや日々のストレスは免疫力を下げる要因になります。

免疫力を高めるには、主食・主菜・副菜がそろった栄養バランスの良い食事を基本に、十分な睡眠や休養と適度な運動、そしてよく笑うことが大切です。

【免疫力を高める食生活のポイント】

- ①エネルギー不足にならないよう、主食をきちんと食べる
- ②たんぱく質(肉、魚、卵、大豆製品など)をしっかり取る
- ③ビタミンは組み合わせて取る。ビタミンA(ニンジン、カボチャなど)、ビタミンC(赤ピーマン、ブロッコリーなど)、ビタミンD(鮭、サバなど)、ビタミンE(ナッツ類、油脂類など)
- ④発酵食品(納豆、みそ、ヨーグルトなど)や食物繊維(根菜類、キノコ、海藻、果物など)で腸内細菌を活性化
- ⑤香味野菜(ネギ、ショウガ、青じそなど)やスパイスで体温を上げる

市ホームページでは、食事作りに役立つ食育情報「食育ライブラリー」を掲載しています。ぜひ活用してください。また、日本栄養士会は「栄養の整理整頓」をテーマに「予防めし」レシピをインスタグラムで発信しています。



風しんの追加的対策
～風しん抗体検査・
風しん第5期定期予防接種～

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性を対象に、風しんの抗体検査・予防接種を行っています。抗体検査や予防接種を受けるには、市が発行するクーポン券が必要です。検査・接種が済んでいない人は早めに受けてください(1人1回だけ利用可)。

クーポン券を紛失したなど再交付が必要な人は東保健センターに連絡してください。



厚生労働省
ホームページ

はじめてのピラティス 参加者募集!

運動のきっかけづくりを目的とした初心者向けの講座です。仕事・家事・育児などの合間を利用して、お腹まわりを中心にインナーマッスルを意識して鍛え、骨盤や背骨、肩など骨格のゆがみや偏りを正しい位置へと整える方法を学びましょう。☑3月7日(月)10時15分～11時30分(受け付け/10時～) ☑西保健センター ☑令和4年3月末時点で64歳までの、医師に運動制限を指示されていない人 ☑10人程度(先着順) ☑運動できる服装、タオル、飲み物、ヨガマット(持っている人) ☑電話で西保健センターへ

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** 2月17日(木)9:00~10:00
- **10か月児健康相談** 2月18日(金)9:00~10:00 対令和3年4月生まれの子どもと保護者
- **離乳食教室後期・完了期** 2月22日(火)10:30~12:00 対令和3年3~4月生まれの子どもと保護者 費500円 定10組(先着順)
- **フッ素塗布** 2月22日(火)13:15~14:00 所東保健センター 対1歳以上の未就学児 費1,430円
- **プレママ教室** 1日目/3月3日(木)10:30~15:30、2日目/3月11日(金)9:40~12:00 対5~8月出産予定の人(2日目はパートナーまたは祖父母の受講可) 費500円 定20組
- **離乳食教室初期** 3月9日(水)10:00~11:10【要予約】 対4か月児健康診査を終了した乳児と保護者 費50円
- **赤ちゃんとおっぱいタイム** 3月14日(月)10:00~11:30【要予約・2月21日(月)9:00から】 対1か月児健康診査を終了した令和3年12月~令和4年2月生まれの乳児と母親 定6組(先着順)

成人・精神保健 西保健センター



- **統合失調症の家族サロン** 2月17日(木)13:30~15:00
- **クローバーの会**(うつ病の人の家族) 2月21日(月)13:30~15:30【要予約】
- **臨床心理士によるこころの悩み相談** 2月22日(火)、3月3日(木)9:15~11:45【要予約】
- **からだ改善キテ軽運動教室** 2月22日(火)、3月14日(月)13:30~15:00【要予約】 対令和4年3月末時点で40~69歳の、運動制限の指示のない人 定10人
- **精神科医によるこころの健康相談** 2月24日(木)、3月10日(木)13:00~15:00【要予約】
- **健康応援相談** 3月7日(月)13:15~【要予約】 対健診結果、生活習慣病予防に関心がある人
- **学ぼう! 脂肪を貯めにくくする食事** 3月11日(金)14:15~14:45【要予約】

平日夜間・休日診療

発熱、せきなどの風邪症状や吐き気、下痢の症状がある場合は、必ず事前に連絡してください。

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、急患の人に急患の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 2月当番医 【診療時間】9:00~12:00、13:00~16:00
2/6・23 ひらしま産婦人科 ☎722-1103・☎722-1146
2/11・27 ナラヤマレディースクリニック ☎771-0002・☎771-3922
2/13 上尾中央総合病院 ☎773-1111・☎773-7122
2/20 葵ウィメンズクリニック ☎781-1188・☎782-8771

※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、P H S を利用する場合)

埼玉県A I 救急相談

急な病気やけがの際に、家庭での対処方法や医療機関への受診の必要性について、チャット形式で気軽に相談が可能です。



今月の健康

No.485

むし歯予防

むし歯は、口の中に存在するむし歯の原因菌(ミュータンス菌)が作る酸が歯のカルシウムを溶かし、歯に穴が開いてしまう病気です。「むし歯がでやすい時期」と「むし歯がでにくい時期」があります。最も危険な時期は、①乳歯が萌出する1~2歳、②永久歯が萌出する5~8歳、③食生活が乱れやすい中学から高校にかけての思春期になります。現状を把握するため、カリエスリスクテスト(唾液検査)を行う予防検診がおすすめです。

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中にはむし歯菌はいません。むし歯菌は歯の表面に生着するため、乳歯が萌出する時期に感染の危険が高まり、生後1歳7カ月~2歳7カ月は「感染の窓」といわれています。この時期に、家庭で感染させないようにかかりつけ歯科をつくると心強いと思います。

再び、むし歯リスクが高まるのが高齢期です。年齢を重ねると自然に歯ぐき下がりが、歯の根元が露出し、むし歯になりやすくなります。また、慢性疾患のため、薬を常用していると唾液が出にくくなるのも理由の一つです。年齢に合わせたむし歯予防が必要で、歯科医院で行う定期チェックやクリーニングは必須です。

近年、新型コロナウイルス感染症のまん延により、むし歯が増加しています。歯科受診控えで、症状の悪化につながってしまうことも多いようです。コロナ禍でのマスク生活で、気がつくとうつ呼吸をしていたり口が乾燥していたりすることはありませんか? 歯が乾燥していると細菌が増殖しやすくなり、むし歯になりやすい環境になってしまいます。

歯科受診時に気軽に相談してください。

北足立歯科医師会



市民相談 相続、離婚相談など	(出)回、21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、調停・訴訟手続きなど	9日(休)、18日(金)、23日(休) 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、離婚、不動産、会社の登記、少額の民事裁判、債務整理、成年後見手続きなど	3日(休) 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	3月の相談はありません。
行政書士相談 事前予約 相続、遺言、贈与、離婚協議、農地転用、建設・運送業許可申請、成年後見・会社設立の手続きなど	15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	1日(火) 13:00~16:00 (1回の相談は25分)
行政相談 国の行政事務についての要望や苦情	1日(火) 10:00~12:00
住宅増改築・修繕相談 住宅の増改築・修繕	11日(金) 13:00~15:00
市民相談室 (市役所第三別館1階) 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。 ☎775-4643 ☎775-0007 ㊟s53000@city.ageo.lg.jp	
暴力追放相談 事前予約 暴力団対策の相談	(出)回、21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 ㊟s209000@city.ageo.lg.jp	
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) 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	15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)回、21日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00
ところ 男女共同参画推進センター (市役所第三別館1階) ☎778-5110 ☎778-5112 ㊟s209500@city.ageo.lg.jp	
人権相談 差別、いじめ、ハラスメント、女性・子ども・性的少数者(LGBT)などの人権問題	23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 ㊟s209500@city.ageo.lg.jp	
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 ①英語・スペイン語 ②中国語・スペイン語・ポルトガル語・ベトナム語 ※ベトナム語は(出)だけです。	7日(月)、14日(月) / 市民相談室 26日(土) / 501会議室 ①9:00~12:00 ②13:00~16:00
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 ㊟s53000@city.ageo.lg.jp	
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、契約トラブルなどの消費生活について個人の相談、多重債務相談	(出)回、21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 (市役所別館(青少年センター)2階) ☎775-0801(相談専用電話) ☎775-0800 ☎776-4600 ㊟s252000@city.ageo.lg.jp	

心配ごと相談 家庭内の悩み事、社会的な問題、介護など	(出)回、21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	(出)回、21日祝を除く毎日 8:30~12:00 13:00~17:00
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)回、21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 ㊟s172500@city.ageo.lg.jp	
家庭児童相談 18歳未満の子どもについての相談	(出)回、21日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00
ところ 子ども家庭総合支援センター(市役所5階) ☎家庭児童相談室 ☎776-6164 ☎774-5342 ㊟s172100@city.ageo.lg.jp	
子育て・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)	(出)回、21日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00 (1回の相談は50分)
ところ 子ども家庭総合支援センター(市役所5階) ☎783-4964 ☎774-5342 ㊟s172100@city.ageo.lg.jp	
少年相談 青少年の悩み事(家庭・学校での問題、交友関係、非行など)の相談	(出)回、21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) ☎775-1444 ☎776-2117 ㊟s106000@city.ageo.lg.jp	
いじめ相談 いじめに関する相談(電話)	(出)回、21日祝を除く毎日 10:00~17:00
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)回、21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・来所いづれも可)	(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	
内職相談 内職の相談・紹介、求人受、就業情報の提供など	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、求人情報の提供など	(出)回、21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)回、21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 ㊟s205500@city.ageo.lg.jp	



外国語情報コーナー

今月は「国民年金保険料はお得な口座振替を」(14ページ参照)と「3月31日(木)締切! 予防接種の受け忘れにご注意を(麻疹風しん混合ワクチン(2期))」(28ページ参照)です。※タイトル・内容は一部要約しています。※外国人市民のための相談(ハローコーナー)は30ページを見てください。

AGEO City
official website



English

英語

Automatic Withdrawal to Pay National Pension Contributions

You will receive a greater discount on your National Pension contributions if you pay in advance through the automatic bank account withdrawal system rather than paying in cash. If you make a one-year lump-sum payment in advance in cash, the discount is 3,540 yen. However, if you make an advance payment using the automatic bank account withdrawal system, the discount will be 4,180 yen (the amount in the fiscal year of 2021). A greater discount is also given when using the automatic withdrawal system for a 6-month lump-sum advance payment, rather than paying in cash. You may also make a 2-year lump-sum advance payment using this withdrawal system. In this case, the discount will be approximately 15,000 yen. *To make lump-sum advance payments through the automatic withdrawal system, you need to apply by February 28 (Mon); this does not include payments applicable to the latter half of this fiscal year (October ~ March). → Hoken-Nenkin-ka Tel 775-5137 / Fax 775-9827 Omiya Pension Office Tel 652-3399

Vaccinations

Routine vaccination against measles & rubella (Part 2) will be given to eligible children free of charge through March 31(Thu) only. Be sure to take advantage of this opportunity, as you will be fully charged once the free vaccination period ends. For: Children born between April 2, 2015 and April 1, 2016 (Children entering elementary school next fiscal year). What to bring: Maternal and Child Health Handbook and doctor's question sheet (available at designated medical institutions in Ageo, Kodomo Katei Sogo Shien Center and branch offices of City Hall, and Higashi-Nishi Hoken Center). Application: Contact any of the designated medical institutions → Higashi Hoken Center Tel 774-1414 / Fax 774-8188

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

PAGAMENTOS DA CONTRIBUIÇÃO PENSÃO APOSENTADORIA ATRAVÉS DE DÉBITO EM CONTA CORRENTE

Os contribuintes do plano de pensão nacional receberão desconto no valor de sua contribuição caso este for pago antecipadamente em uma parcela anual. O valor do desconto para pagamento em uma parcela em dinheiro é de 3.540 ienes ou 4.180 ienes para débito automático em conta (ano base 2021). Aqueles que optarem por pagamento referente

a 6 meses através de conta, também é vantajoso. É oferecido também desconto de aproximadamente 15.000 ienes para aqueles que optarem em pagar antecipadamente suas contribuições referente a 2 anos. *Excetuando-se as contribuições de 6 meses (segunda metade, referente outubro à março) providenciado pedido até a data de 28 de fevereiro, 2ª feira.

→ HOKEN NENKIN KA (Seção de Seguro Saúde e Pensão Aposentadoria, Prefeitura de Ageo térreo) Tel 775-5137 / Fax 775-9827

OMIYA NENKIN JIMUSHO (Escritório Pensão Aposentadoria de Omiya) Tel 652-3399

VACINA PREVENTIVA

As vacinas preventivas contra sarampo e rubéola (2ª aplicação) poderão ser tomadas gratuitamente até a data de 31 de março, 5ª feira. A partir de 01 de abril as vacinas serão cobradas. Se a criança estiver na faixa etária para aplicação da vacina não esqueça de levá-la antes do término da campanha.

Criança alvo: aquelas nascidas no período de 02.4.2015~01.4.2016

Levar: Cademeta materno/infantil e questionário médico (poderá ser adquirido no Centro de Apoio Agravante para Crianças e Famílias, no Higashi ou Nishi Hoken Center, sucursais da prefeitura e nas instituições médicas da cidade de Ageo)

Pedidos: diretamente nos hospitais e clínicas

→ HIGASHI HOKEN CENTER Tel 774-1414 / Fax 774-8188

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

Pago de las cuotas de la pensión nacional mediante la transferencia bancaria

Es conveniente pagar las cuotas de la pensión nacional mediante la transferencia bancaria, ya que hay incentivo de descuento en cuanto al pago adelantado. Si se pagan las cuotas anuales en efectivo de forma adelantada, podrá gozar del descuento de 3.540 yenes, por otra parte, a través de la transferencia bancaria, el descuento llegará a 4.180 yenes. (valor del año fiscal 2021) Si le cuesta pagar, de una vez, las cuotas de 12 meses, hay otra forma de pago adelantado: pago adelantado de 6 meses. Si abona las cuotas para dos años mediante la transferencia bancaria, el valor del descuento alcanza unos 15.000 yenes. En caso de que quiera pagar las cuotas de pago adelantado por seis meses, un año o dos años salvo para el segundo semestre (de octubre a marzo del año que viene) hay que hacer el trámite para el lunes, 28 de febrero. → Hoken nenkin-ka Tel 775-5137 / Fax

775-9827. Oficina de las Pensiones en Omiya Tel 652-3399

Vacunación

Tengan en cuenta que la vacuna combinada contra rubéola y sarampión (segunda fase), que es la vacunación regular, es gratuita hasta 31 de marzo (jue.), y cuando termine el periodo de vacuna gratuita, los interesados deberán pagar el cien por ciento de la inyección. Así que no se pierdan esta ocasión. La inoculación se destina a los niños que van a ingresar en la escuela primaria en abril, 2022, cuyas fechas de nacimiento es entre el 2 de abril de 2015 al 1 de abril de 2016. El día de vacunación hay que llevar cuestionario (Yoshin-hyo) y cartilla de maternidad. El cuestionario está en las instituciones médicas designadas en Ageo, Higashi Hoken Center, Nishi Hoken Center, Centro de Apoyo Integral de Niños y Familias del Ayuntamiento y oficinas municipales. Inscripción: Ponerse en contacto personalmente con las instituciones médicas. → Higashi Hoken Center Tel 774-1414 / Fax 774-8188

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 en 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

缴纳国民年金保险费

缴纳保险费时利用转账方式,很方便。事先缴纳的还可以增加折扣额。1年的保险费总额,事先利用现金缴纳的折扣3540日元,利用转账方式的话折扣4180日元(令和3年度=2021年度)。事先缴纳6个月保险费的话利用转账方式,有些优惠(会便宜一点)。另外利用转账的方式事先缴纳2年份的保险费,折扣1万5000日元左右。*前期6个月(10~3月)利用转账的话在2月28日(星期一)之前必须报名。→ 保险年金课 Tel 775-5137 / Fax 775-9827 大百年金事务所 Tel 652-3399

预防接种

麻疹·风疹的混合疫苗定期预防接种(第2期)的免费接种期间到3月31日(星期四)为止。请注意,超过对象期间接种费用全额必须自己负担。对象者:在平成27年4月2日~平成28年4月1日之间出生的儿童(上小学的前年度)。携带物品:母子手册,预诊票(在市内委托医疗机构,东·西保健中心,市役所内的儿童家庭综合支援中心,各支所·各出張所可以领取)。报名:请直接向医疗机构报名申请→ 东保健中心 Tel 774-1414 / Fax 774-8188

详细情况请在以下机关询问

市民协推进课 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。

あげおのできごと
“ほっと”にお届け!



あげたて! NEWS

みんなが輝く
みんなが輝くまちあげお

広報あげお

2月号

2022 No.1055

発行/上尾市
編集/広報広聴課

〒362-0850 埼玉県上尾市本町3-1-1
TEL 048-775-5111
FAX 048-775-9809

上尾市ホームページ【PC用】
【携帯用】
【携帯用】
【携帯用】

上尾市

真 剣な表情で書と向き合う 冬休み子ども書初め教室



書と向き合う児童

昨年12月25日、上平公民館で、小学3・4年生を対象とした「冬休み子ども書初め教室」が行われました。

講師からは書初めの歴史や筆の持ち方、正しい姿勢など、うまく書くポイントが説明され、集まった児童は真剣な表情で講師の話聞き、一生懸命に書と向き合っていました。初めは不慣れた筆に苦戦しましたが、講師の指導でコツをつかみ、それぞれが自分なりの書を完成させていました。

地 域ぐるみの子育てを推進 市PTA連合会、東町小学校PTAが市長を表敬訪問



島山市長を表敬訪問した市PTA連合会・東町小学校PTAの役員、東町小学校マスコットキャラクターあずまっぴー

市PTA連合会は、アプリを活用して情報交換などをする取り組みが評価され、令和3年度日本PTA会長表彰を受賞しました。また、東町小学校PTAは、役員でない会員も学校行事に関わる「家庭一活動」の取り組みなどが評価され、令和3年度優良PTA文部科学大臣表彰を受賞しました。そのため、昨年12月24日に島山市長を表敬訪問しました。

島山市長は「今後も地域ぐるみの子育てを推進し、子どもたちの健全育成のため、ご支援とご協力をお願いします」と述べました。



島山市長を表敬訪問した市スポーツ少年団の皆さん
(1大石南ミラクルズ、2アゼリアガールズ)

点の曇りもなく夢の舞台を見据える 市スポーツ少年団の表敬訪問

昨年12月21日、軟式野球チームの大石南ミラクルズと女子団員軟式野球チームのアゼリアガールズがそれぞれ県大会で優勝し、島山市長を表敬訪問しました。島山市長は「快挙を成し遂げた記憶をこれからもずっと大切に、野球と、そして自分自身と向き合い、目標に向かって大きく羽ばたいてほしい」と選手たちにエールを送りました。メジャーリーガーになりたいなど将来の夢を語る選手たちの瞳は一点の曇りもなく、それぞれの夢の舞台を見据えています。

華 麗に紡がれるハーモニー コミセンクラシック～5人で奏でる珠玉の名曲～



左から清水篤さん、赤間亜紀子さん、中島ゆみ子さん、小林沙紀さん、小針彩葉さん

昨年12月12日、コミュニティセンターで、上尾市にゆかりのある5人の音楽家による「コミセンクラシック」5人で奏でる珠玉の名曲」が開催されました。昨年12月1日にリニューアルオープンしたコミュニティセンターでの待ちに待ったコンサート開催となりました。

『威風堂々』や映画『ウエスト・サイド・ストーリー』、歌劇『カルメン』など名曲からおなじみの曲まで、華麗な演奏に、大勢の来場者が酔いしれました。

◆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。

◆上尾市のソーシャルメディアをご利用ください。



本紙は、再生紙を使用しております。



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。