

『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

2023
令和5年

No.1073

8
月号



特集

ヤングケアラーを
知って・気づいて・つながろう



● 今月の表紙

今月の表紙は、平塚公園で楽しく遊ぶ子どもたちです。
今月号では、ヤングケアラー支援を特集しています。上尾市のヤングケアラーの実態や、先進的な取り組み、相談先などを紹介しています。ヤングケアラー支援には皆さんの協力が必要です。「子どもが子どもでいられる街」を皆さんでつくっていきませんか。

スポットライト



人物の感情を歌声に乗せる
～ベランダから飛び立ったオペラ歌手～
田仲 由佳さん (P.13)

市の人口・世帯



(令和5年7月1日現在)

23万237人

男／11万3,810人
女／11万6,427人
※前月より64人増

10万7,200世帯

※前月より92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

あげおdeからだ元気フェスタ

4 特集

ヤングケアラーを
知って・気づいて・つながろう

8 市政ニュース

令和5年市議会6月定例会／中小・小規模事業者エネルギー価格高騰対策支援金／公開保育他

12 市民のひろば

まちかど特派員だより「自然「エコ散歩」のすすめ」／アッピーNET／スポットライト〔田仲 由佳さん〕／読者の声／未来へすすく！わが家のアイドル／小学校給食レシピ〔カレーライス〕

15 シティ情報

市民体育館の臨時休館／市観光協会推奨料理～上尾の料理で市内を盛り上げよう！～／今昔写真パネル展／あげお郷土こどもかるた大会他

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！

アッピーランド／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 9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7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、お問い合わせください。また、各催しに参加する際は、手洗いなどを適切に行ってください。

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、8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

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9月号のこのコーナーに掲載します。前号の答えは「27」でした。

◆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



親子ふれあい バレーボール教室

埼玉上尾メディックスの選手・
スタッフがバレーボールを教えます。
時12:00~14:00
対未経験の小学1~6年生と保護者
定40組(応募者多数の場合は抽選)
申8月7日(月)までに市ホームページ
の応募フォームから



ベースボール5 体験教室

ベースボール5 ファイブ アジアカップ
ファイブスターズ
日本代表「5STARS」の選手が教えます。
時10:00~12:00
対小学1~6年生
定30人(応募者多数の場合は抽選)
申8月7日(月)までに市ホームページ
の応募フォームから



8月27日(日)

あげおdeからだ元気フェスタ

所市民体育館・ゆりが丘公園 ※できるだけ公共交通機関を利用して来場してください。
問スポーツ振興課 電話 781-8112・ファクス 775-6608



市ホームページ

上尾市スポーツ健康都市宣言の趣旨を踏まえ、子どもから高齢者まで誰もが気軽にできるスポーツの体験や健康づくりのための講座などを開催します。 持タオル、飲み物、室内運動靴、運動できる服装

オープニング 9:00~9:40 【出演】フォークダンス連盟、民踊さつき会、フラワーバトンスクール

申込必須

イベント名	とき	内容	定員(先着順)	申し込み
年齢に負けないカラダをつくる「フレイル予防教室」	10:00~11:15	軽い運動をしながら口の健康、毎日の食事などを学ぶ、アッピー元気体操	20人	8/23(水)までに電話で高齢介護課(☎775-4190)へ
シニアのための筋トレ教室	11:30~12:45	年齢に特化した筋力アップトレーニング、アッピー元気体操	20人	
大型かるた体験	12:00~14:00	大きな「あげお郷土こどもかるた」で遊ぶ 対小学生以上で3人1組	10組	8/7(月)までに電話で青少年課(☎776-2488)へ
7秒間エクササイズ	13:00~14:00	シェイプアップのためのエクササイズ	20人	8/23(水)までに電話で行政経営課(☎775-3963)へ

自由参加

ゆりが丘公園 スポーツコーナー 時10:00~12:00

- ◆キラリ☆あげおPR大使・加藤順大^{のびひろ}選手のフットゴルフ体験会
- ◆ユニバーサルスポーツ(モルック、輪投げ、ストラックアウト)

からだの健康測定&相談コーナー 時10:00~14:00

- ◆元気度チェック
 - ☑フレイル体組成測定(筋肉量・質・バランスなど)
 - ☑オレンジタブレット(脳の元気度測定)
 - ☑ベジチェック(野菜充足度測定)
 - ☑その他、血管年齢、骨健康度、握力などの各種測定
- ◆薬剤師、栄養士による相談会 持おくすり手帳など
- ◆応急手当や心肺蘇生法、自動体外式除細動器(AED)の使い方
- ◆1日分の野菜計量体験

ユニバーサルスポーツ体験 時10:00~14:00



モルック



アキュラシー



マットス

同時開催! 軽トラ・ファーマーズマーケット&キッチンカー 時10:00~(なくなり次第終了)

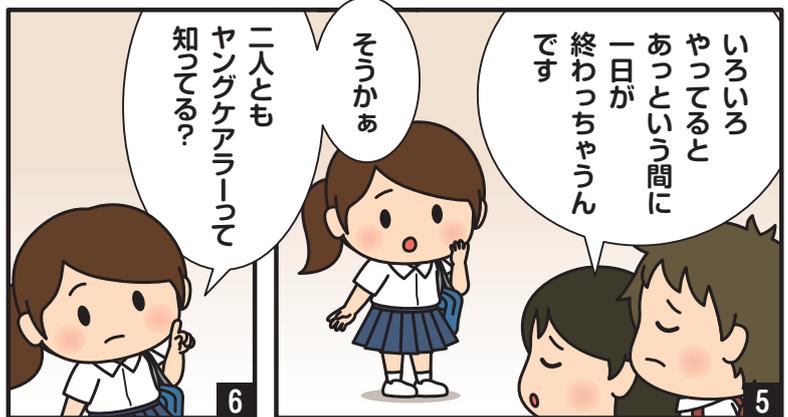
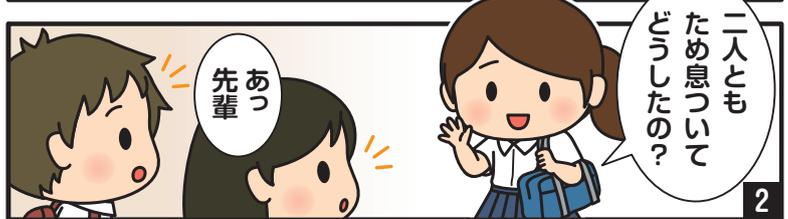
- ◆上尾産農作物・食品の販売

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



ヤングケアラーを 知って・気づいて・つながろう

子ども家庭総合支援センター TEL 783-4964 FAX 774-5342



ヤングケアラーとは

本来、大人が担うと想定されている家事や家族の世話などのケアを日常的に行っている18歳未満の子どものことをいいます。

まずはヤングケアラーについて説明するね



ヤングケアラーは、家族のためにこんなケアをしています。



障害や病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



障害や病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。



目の離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている。



日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている。



家計を支えるために労働をして、障害や病気のある家族を助けている。



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

ケアとお手伝いの違い

家事や買い物と聞くと「それはお手伝いでしょ?」と考える人もいるかもしれませんが、時に彼らが担うケアは、年齢や成長段階に見合わない負担や責任を負っていることがあります。また、日常生活に支障があるほど長時間にわたっているかもしれません。

ケアの内容がその子にとって「お手伝い」なのか「重い負担」なのかを一律に線引きすることは、とても難しいです。あえて判断するとしたら「状況」「頻度や時間」「責任の度合い」「本人の気持ち」「その子が役割を担わなくても、家族の生活が維持できるかどうか」などがポイントになります。

責任や負担の重さで子どもたちが諦めてしまっていることの例



勉強や受験、進学



友達と放課後に遊ぶこと



自由に夢を描くこと

上尾市のヤングケアラーの現状

私たちの周りにもいるのかな？



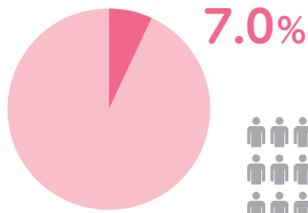
へえ～、ヤングケアラーって初めて聞いたなあ

上尾市ヤングケアラー実態調査結果（概要）

●実施期間／令和4年9月12日～10月7日 ●調査対象／小学4～6年生、中学1～3年生 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。

小学生

ヤングケアラーと思われる人数



つまり30人クラスに2人くらいいるね



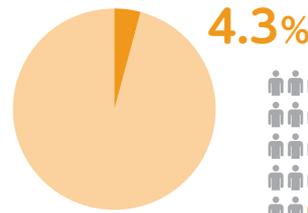
■ヤングケアラー 14人に1人



- **どんなお世話をしている？**
見守り、食事の支度、そうじ、洗たく
- **ヤングケアラーがやりたいけれどできないことは？**
自分の時間が取れない、眠る時間が足りない
- **ヤングケアラーが助けてほしいこと、相談したいこと**
自由な時間がほしい、勉強を教えてほしい、話を聞いてほしい

中学生

ヤングケアラーと思われる人数



つまり30人クラスに1人くらいいるね



■ヤングケアラー 23人に1人



- **どんなお世話をしている？**
見守り、食事の支度、そうじ、洗たく
- **ヤングケアラーがやりたいけれどできないことは？**
自分の時間が取れない、眠る時間が足りない
- **ヤングケアラーが助けてほしいこと、相談したいこと**
自由な時間がほしい、勉強を教えてほしい、話を聞いてほしい

相談したいと思ったときは、どうしたらいいんだろう



困っていることは小学生も中学生も同じなんだね



ヤングケアラーについてもっと詳しく知りたいときは

県の取り組み

県は、令和2年3月31日に全国初のケアラー支援に関する条例として「埼玉県ケアラー支援条例」を制定しました。

児童・生徒・教職員向け教材ヤングケアラーハンドブックを作成し、県内に在学の児童・生徒・学校教職員に配布しています。



県ホームページ

上尾市の取り組み

全国初

上尾市子ども・若者ケアラー支援の推進に関する条例を令和5年7月に施行

上尾市では、18歳～30歳代を「若者ケアラー」として、子どもから若者まで切れ目のない支援に取り組みます。「ヤングケアラー」だけでなく「若者ケアラー」も対象とした条例は全国初です。

この条例は、ヤングケアラーや若者ケアラーに対する支援について、基本理念などを規定しています。これに基づいて、子ども・若者ケアラーについて、たくさんの人に知ってもらうための取り組みや、社会全体で子ども・若者の成長を支えるための環境づくりなどを進めています。

上尾市ではこんな取り組みをしているんだよ



支援を行うための周知・啓発

ヤングケアラーの認知度を高めるため、子どもたちや支援者となる周囲の大人に対し、ヤングケアラーについて周知・啓発を進めます。

継続的に支援を行うための相談窓口

学校や地域、関係機関と連携することで、ヤングケアラーの本人や家族が適切な支援につながるための相談窓口の整備を図ります。
また、年齢に応じて徐々にケアの責任がより重くなると考えられることから、18歳以上の若者ケアラーまでを対象にした支援にも取り組んでいきます。

関係機関で連携した支援

ヤングケアラーを早期に発見し適切な支援につなげていくため「上尾市子ども支援ネットワーク」や「上尾市子ども・若者支援地域協議会」が中心となり、福祉・教育・保健医療などの関係機関と連携して支援につなげていきます。

相談先

上尾市ヤングケアラー相談窓口

ヤングケアラーコーディネーターが電話や対面で相談に乗ります。
時 平日8:30～17:00
☎ 子ども家庭総合支援センター
☎ 783-4964

LINE相談 (ヤングケアラーチャンネル)

ケアのこと、家族のこと、学校や進学のことなど、LINEでお話できます。さまざまな情報も発信しています。
埼玉県ヤングケアラーチャンネル



ヤングケアラーのオンラインサロン

「自分はヤングケアラーや若者ケアラーかな」と思う子ども・若者が相談や交流のためにつながるオンライン上の居場所です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
市ホームページ




私は他の人がどんなふうに関わっているのかサロンに参加して聞いてみようかな



僕はヤングケアラーチャンネルをのぞいてみようかな

令和5年市議会6月定例会

総務課 ☎77514963
☎77519819

市議会6月定例会は、6月5〜23日の19日間の会期で開かれました。この議会では、物価高騰等対策支援事業等に要する費用などを計上した令和5年度補正予算や、子ども・若者ケアラーの支援に関する施策を総合的・計画的に推進するための条例などの議案が審議されました。このうち市長提出の20議案と諮問2件は、全て原案のとおり可決、承認、同意または答申されました。

●人権擁護委員の候補者の推薦

人権擁護委員の候補者に、高橋晴美氏、田口いずみ氏を推薦することに異議なき旨の答申がされました。

つつじ苑外壁・屋根改修工事

環境政策課 ☎77516925
☎77519872

令和6年3月15日(金)まで、斎場つつじ苑の外壁と屋根の大規模な改修工事を行います。作業音や工事業者の出入りなど、利用者の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。【主な注意】施設全体に工事のための足場を設置します。工事用足場で駐車場入

口の道路が狭くなる場合があります。工事に伴う騒音・振動・臭いが発生する場合があります。現場事務所を設置するため、ふれあい広場の駐車場の一部が利用できません。



上尾都市計画生産緑地地区の変更に係る案への意見を募集

みどり公園課 ☎77518129
☎77519906

上尾都市計画生産緑地地区の変更にあたり、都市計画法第17条に基づき、縦覧と意見の募集をします。【案の縦覧・意見募集期間】8月14日(月)〜28日(月) 【案・意見書の設置場所】みどり公園課

市内に在住の人または利害関係人【意見などの取り扱い】内容を検討し、策定の参考にします。※住所・氏名など個人が特定できる箇所を除き、意見の内容を市ホームページで公表します。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、直接または郵送(当日消印有効)のみどり公園課(〒362-8501本町3-1-1)へ

中小・小規模事業者
エネルギー価格高騰
対策支援金

支援金事務局 ☎050-6864-7420
(平日9〜17時(12〜13時を除く))

電力やガスなどのエネルギー価格の高騰に直面する市内中小・小規模事業者に対し、支援金を支給します。

【支給額】法人/10万円 個人事業主/5万円

市内の中小・小規模事業者

8月28日(月)〜10月31日(火)に申請書(上尾商工会議所、商工課にある。上尾商工会議所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(当日消印有効)で支援金事務局へ

※詳しくは、上尾商工会議所ホームページをご覧ください。



上尾商工会議所
ホームページ

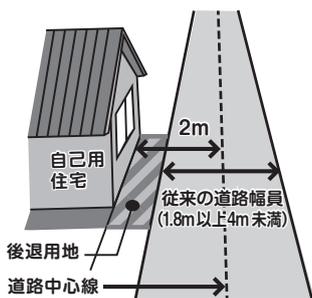
道路後退用地の寄付の協力

建設管理課 ☎77518597
☎77519906

狭い道路の解消を進め、生活環境を向上させるため、道路後退用地の寄付をお願いします。後退用地の所有権移転登記は市が行い、原則として移転登記完了から1年以内に、前面道路が未舗装の場合は砂利敷整備、舗装済の場合は透水性舗装の道路整備をします。【適用条件】

道路幅員が1.8m以上4m未満の市道に接する後退用地

後退用地の分筆登記が完了した後、申込書(市ホームページからダウンロード)に必要事項を記入し必



●分筆報償金制度 市街化区域内で個人が新築・建て替えを行う際に、分筆して寄付をする場合、18万円を限度に分筆費用の一部を報償金として交付します。交付には条件があるので、詳しくは、建設管理課へ問い合わせてください。

要書類を用意して直接、建設管理課へ

防災行政無線を用いた
緊急情報の伝達訓練

危機管理防災課 ☎775515140
☎77519927

地震や武力攻撃などの災害時に、国から「全国瞬時警報システム（Jアラート）」を通じて送られてくる緊急情報を防災行政無線で確実に皆さんに伝えるため、全国一斉に情報伝達訓練を行います。

☎8月23日(水)11時ごろ

☎これはJアラートのテストです」を3回、「こちらは防災上尾です」

消防ポンプ自動車を更新

警防課 ☎77511312
☎77512230

この車両は緊急消防援助隊に登録しており、大規模な災害が発生した場合には、他の都道府県にも応援出动します。



東消防署の消防ポンプ車

特殊詐欺対策電話機などの
購入費用の補助

交通防犯課 ☎77551138
☎77519927

【補助金額】購入費の2分の1（上限1万円、千円未満切り捨て） ※予算の範囲内で交付します。

☎市内に在住で65歳以上の単身・夫婦世帯などで、4月1日以降に市内の店舗で購入した（公財）全国防犯協会が優良防犯電話として推奨する新品の特殊詐欺対策電話機

☎申請書（交通防犯課にある。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、領収書の写し、本人確認ができる物の写し、振込口座の写しを用意して、令和6年2月29日(木)までに直接、交通防犯課へ

子どもショートステイの
日帰り利用を拡充

子ども家庭総合支援センター
☎78334964
☎77415342

さまざま理由で子どもの養育が一時的に困難になった場合に、児童養護施設で子どもを預かります。

☎平日の夜間預かり／17時ごろ～21時、(土)祝預かり／8～19時

☎市内に在住の2歳～小学6年生

☎利用日の10日前までに直接または電話で子ども家庭総合支援センターへ ※利用時は申請書などの提出が必要ですが、一部自己負担があります。

児童扶養手当現況届の提出を

子ども支援課 ☎77516819
☎77415342

11月分以降も引き続き手当を受けられるかを審査するため、対象者には通知を郵送します。

☎児童扶養手当を受給している人
☎必要書類を用意して直接、子ども支援課へ ※詳しくは、通知をご覧ください。

所得状況届の提出を

障害福祉課 ☎77551123
☎77618872

引き続き手当を受けられるかを審査するため、受給者には8月9日(水)以降に郵送で通知します。

☎特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・経過措置による福祉手当の受給者（支給停止者も含む）

☎必要書類を用意して8月10日(木)～9月11日(月)に直接(平日だけ)または郵送(必着)で障害福祉課(〒362-0850 1本町3-1-1)へ

公開保育

保育課 ☎775-5044
☎774-5342

時・所下表のとおり

☎日頃の保育風景や活動の様子を見学

☎前日までに直接または電話で各保育所へ ※自転車か徒歩で来てください。



とき	ところ	電話番号
9/5(火)	原市保育所	721-0519
	かわらぶき保育所	721-5858
	大谷保育所	775-2550
	小敷谷保育所	726-2698
9/6(水)	畔吉保育所	725-5400
	あたご保育所	774-8079
	大谷西保育所	725-1200
	上尾西保育所	772-3544
9/7(木)	上平保育所	775-7047
	上尾保育所	771-1556
	大石保育所	775-2553
	原市南保育所	722-3808
	緑丘保育所	773-9865

※この他、公立保育所では入所を検討している人を対象に、月2回保育所見学会を実施しています。詳しくは、保育課または各保育所に問い合わせてください。

納税通知書用封筒の広告

市民税課 077515131
077519846

令和6年度に発送する納税通知書の封筒に掲載する広告を募集します。

【掲載場所】封筒裏面 【募集枚数】各封筒4枠以内(審査あり) 【規格】縦3.5×横9^{7/8}、単色刷り(市の指定色) 【掲載料】5万円(1枠当たり)

④申込書(市民税課にある。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、8月1日(火)～10月31日(火)に直接、市民税課へ

税目	広告掲載期間	発送予定数
軽自動車税(種別割)	令和6年5月～令和7年4月	約36,000通
市民税・県民税	令和6年6月～令和7年5月	約50,000通

年金の請求手続き

保険年金課 077515137
077519827

全ての年金は、本人の請求手続きが必要です。各年金の請求先は下表

のとおりです。なお、手続きに必要な書類は人によって異なるので、事前にねんきんダイヤル(0570-051165)、大宮年金事務所(0651-3399)、または保険年金課に問い合わせてください。

加入していた年金制度	請求先
・国民年金(第1号被保険者期間だけ)	保険年金課
・国民年金(第3号被保険者期間を含む) ・国民年金と厚生年金 ・厚生年金だけ	年金事務所
・共済組合だけ ・国民年金と共済組合 ・厚生年金と共済組合 ・厚生年金と国民年金と共済組合	年金事務所または各共済組合

■老齢基礎年金

【受給要件】次の①～⑤の期間の合計が原則10年以上の人 ①国民年金保険料納付済期間 ②国民年金保険料免除期間(一部免除の場合は免除されなかった額の納付が必要)、納付猶予期間、法定免除期間、学生納付特例期間 ③厚生年金や共済組合の加入期間 ④第3号被保険者期間 ⑤合算対象期間(カラ期間) ※カラ期間とは、昭和36年4月～昭和61年3月に厚生年金や共済組合の加入者の配偶者で、本人がどの年金制度にも加入していなかった期間などです。 ※受給資格期間を満たした人は希望

新型コロナワクチン接種

市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
0570-002-203(毎日9:00～17:00)

接種費用
無料



市ホームページ

●令和5年秋開始接種(予定)

9月から、令和5年秋開始接種が始まります。開始日などの詳細は未定です。分かり次第、市ホームページなどでお知らせします。

09～12月(日程未定) 接種日時時点で5歳以上の初回接種を完了した人 【ワクチン】オミクロン株XBB.1系統の成分を含む1価のワクチン(メーカー未定) 【接種券】8月下旬以降、順次発送 ※これまでに接種券を送付し接種していない人には新たに発送しません。手元の接種券を使用してください。

●令和5年春開始接種は8月末までに予約を

①65歳以上の人 ②基礎疾患がある人 ③医療従事者・高齢者施設等従事者

●初回接種は令和6年3月31日(日)まで

生後6カ月を経過した人で、初回接種が済んでいない人

※接種券を紛失した人・対象者で接種券が届いていない人は市コールセンターへ電話してください。

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の強制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。

問い合わせ先

■西保健センター(健康被害救済制度) 0774-1411(平日8:30～17:00)

※面談を希望する場合は、事前に連絡してください。

■厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター(ワクチン全般)

0120-761-770(毎日9:00～21:00)

により、60歳以上65歳未満に繰り上げ(減額)請求、または66歳以降の繰り下げ(増額)請求ができます。【年金額】満額で79万5,000円(令和5年度) ※免除・納付猶予・法定免除・学生納付特例期間や未納期間があると減額になります。【支給

月]偶数月の15日
■厚生年金を受給中の場合
65歳より前に厚生年金を受給している人は、65歳の誕生日に簡易申請書が日本年金機構から送付されます。必要事項を記入して、日本年金機構へ返送してください。

市長通信 輝く!
あげお



多くの人に読書の機会を



上尾市図書館りんごの棚

6月、図書館本館に「上尾市図書館りんごの棚」を設置いたしました。「りんごの棚」とは、スウェーデンの公共図書館が発祥で、特別な配慮を必要とする子ども(視覚障害・学習障害など)が利用しやすい本のコーナーです。

「上尾市図書館りんごの棚」は年齢を問わず身体に不自由のある人も読みやすい本などを排架しています。この事業は、SDGsの「質の高い教育をみんなに」「人や国の不平等をなくそう」「平和と公正をすべての人に」の目標に対応しており、全てのの人に読書の機会を提供するための取り組みです。

私自身、図書館に行き、実際にでこぼこした絵や点字で書かれた本、いろいろな素材でできた絵を触って楽しむ「さわる絵本」などを体験しまし

た。排架してある本一つ一つが丁寧に作られ、読みやすい工夫がされていることに感銘を受け、多様なニーズに対応した本があることを知りました。

りんごの棚を設置したことで、市民の方が図書館を訪れ、たくさんの本や音声などを媒体とする資料に興味を示している姿を見ることができ、胸がいっぱいになりました。多くの人が本と関わり、本を通じてさまざまなことを知ることが大切だとより痛感いたしました。今後も市民の皆さまに気軽に来館いただけるよう、「誰もが本と出会える図書館」を実現させてまいります。

市長 富士 稔



上尾市民俗芸能公演

生涯学習課 TEL775-9496・FAX776-2250

上尾には多くの芸能・行事が地域や保存会によって継承されています。このうち、4つの市指定登録無形民俗文化財の保存会が民俗芸能公演を上演します。地域ごとの特色や歴史、先人の思いを感じながら、それぞれの民俗芸能の素晴らしさをご鑑賞ください。

時9月2日(土)13:00~16:00
(開場/12:30)

所コミュニティセンター
※駐車場が満車の場合は、西保健センターの駐車場を利用してください。



畔吉ささら獅子舞



藤波の万作踊り



畔吉の万作踊り



浅間台の祭りばやし

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

地域密着、身近な話題を体験取材!

まちかど

特派員だより

自然「エコ散歩」のすすめ

最近目に触れる「エコ散歩」。自然や環境、生き物を楽しむ散歩のようだ。そこで、自然観察、自然浴、健康づくりを兼ねて、荒川・鴨川の景観を見ながら上尾「エコ散歩」に出掛けてみた。

藤波・中分ふるさと公園の景観地、上尾丸山公園、戸崎公園では留鳥のウグイスがよく鳴いている。また、にぎやかな鳴声「ピーピーヒョロ」を繰り返すのは、特定外来生物のガビチョウであり、在来鳥類への被害が心配される。ヨシ原にはオオヨシキリ、ホオジロ、ヒバリ、たまにチョウゲンボウ、上空にはトビ、林地ではなじみのシジュウカラ、メジロ、エナガなどの混群に会える。蝶のアゲハ類、ツマグロヒヨウモンなども多い。上尾では水田は少ないが、低地や川沿いに点在する。令和2年度の関東農政局の統計では81鈴。田植えが始まる頃、ツバメが飛び交い、アメンボやシオカラトンボ、イトトン

ボが産卵に来て世代を繰り返す。

初夏、低気圧が通過した翌朝、アキアカネの大群が木々に止まっていることがある。また水田で育ったウスバキトンボは8月上旬に飛び立ち、大挙して南方に向かう。その飛行が数日見られる年もある(写真①②)。

あぜ道は稲穂害虫カメムシを抑えるために除草されるが、一部にはメヒシバやエノコログサなどが繁茂、たまにイナゴを見る。カエルを狙うシマヘビに出くわすこともある。水田では少ない黒藍色のチョウトンボが飛ぶ(写真②)。今回の半日ウオークではわず



写真① 水田から飛び立ったトンボ

写真②



ウスバキトンボ



チョウトンボ



ショウジョウトンボ



オニヤンマ

かに見る程度であったが、環境に配慮した水田では10匹余り飛び交う姿を見ることがもできる。全身真紅のシヨウジョウトンボもたまに見かける(写真②)。

上尾では希少なオニヤンマ、普通、休耕田にシオカラトンボ類は多いが、その隣接のヨシ繁茂田をオニヤンマが猛スピードで往復していた。希少種なので生き残ってほしいと思う(写真②)。

上尾「エコ散歩」の半日コースで季節の移り変わりを知り、帰りに直売所で地産の野菜やコメを買うのも楽しい。

大石地区
平井 一男さん



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

いきいきサークル

- 大石太極拳 毎月第1・3・4(水)13:00~15:00、大石公民館 費月額1,500円(入会金500円) ☎秋山☎781-8374(19:00まで) **ひと言!** ゆったりとした動きや呼吸で体幹を鍛えます。ご一緒に。
- 花の丘(社交ダンス) 毎週(火)13:00~15:00または15:00~16:45、市民体育館 費月額3,000円(入会金1,000円) ☎波田野☎080-5460-2089 **ひと言!** 基本から指導。女性・経験者大歓迎。無料体験あり。
- アートベル土曜会 毎月第2・4(土)13:00~16:00、コミュニティセンター・上尾公民館 費月額5,000円(入会金2,000

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。



- 円) ☎小川☎726-2086 **ひと言!** デッサン、油絵、水彩もやります。初心者受験生大歓迎。
- 写真クラブ「上尾フォトサロン」 毎月第1(土)13:00~17:00、コミュニティセンター 費月額1,500円(入会金3,000円) ☎佐藤☎775-4547(19:00まで) **ひと言!** 心癒される花と風景の写真創りを一緒に勉強しましょう。
- 沙羅の会 毎月2回(月)10:00~12:00、大谷公民館 費月額2,000円 ☎岸☎781-0082 **ひと言!** 実用小筆・かな書道・漢字。初心者、久しぶりの人歓迎。
- おりひめ 毎月2回13:30~17:00、畔吉集会所 費月額1,500円(入会金1,000円) ☎二瓶☎781-0562 **ひと言!** 古布を裂き、素敵な作品に織り蘇らせてみませんか。

- 西上尾将棋クラブ 毎月4回(日)13:00~17:00、コミュニティセンター 費月額500円 ☎吉田☎090-3060-8633(18:30以降) **ひと言!** 見学・体験実施中。子どもから大人まで将棋が好きな人。
- 新大正琴コスモス会 毎月第2・4(金)10:00~11:30、コミュニティセンター 費月額2,500円 ☎山崎☎781-9380(15:00以降) **ひと言!** 大正琴は簡単で、初心者も安心。一緒に学習しましょう。
- 上尾誠心会 毎週(休)19:00~20:30、第1・3・4・5(日)14:30~、第2(日)17:00~、中央小学校など 年長以上 費スポーツ保険だけ ☎岡野☎090-4626-6427(20:00まで) **ひと言!** 親子で楽しめる剣道教室です。HPIは上尾誠心会で検索。

定…定員 ☎…対象 費…費用 当日…当日、直接会場へ 申…申し込み



歌劇『フィガロの結婚』で伯爵夫人役を演じる田仲さん

舞台は平塚公園がオーブンして間もない頃の平塚。ふと聞こえる無邪気な歌声に気付くと、自宅ベランダでお気に入りの歌を口ずさむ少女の姿がありました。「あの頃、私のステージはベランダでした」。そう語るのは市制施行65周年記念式典で歌唱を披露する予定のオペラ歌手、田仲由佳さんです。

スポットライト

～人・仲間～



田仲 由佳さん
(平塚在住)

人物の感情を歌声に乗せる

～ベランダから飛び立ったオペラ歌手～

情を自らの歌声に乗せるため、戯曲の背景知識や表現方法を学び続けました。研究生修了後、27歳で藤原歌劇団の準団員としてプロの道を歩き始めます。「フィガロの結婚」では伯爵夫人、「ヘンゼルとグレーテル」では主人公を演じるなど、経験を積み重ねています。昼は事務の仕事、夜は稽古、休日はコンサート、就寝が午前1時を過ぎることも珍しくありませんが「好きな仕事でお客さまに喜んでいただけるのがやりがいなので、苦にはならないです」と笑顔を見せます。

そんな田仲さんは平成23年の東日本大震災の時「表現者として今、できることは何だろう」と自問自答を重ね「イマデキプロジェクト」を立ち上げました。同年5月には義援金を募るコンサートを開催し、多くのアーティストが集まりました。震災被災者支援チャリティコンサートをはじめ、これまでに7回の催しを展開するなど、活動の幅を広げています。

田仲さんの夢は、上尾でオペラ公演を主催することだそうです。「オペラは難解で敷居が高いと思われがちですが、ぜひ、デニムとTシャツ、そんなラフな服装で気軽に足を運んでほしいです」と頬を緩めました。幼い日の歌声は、柔らかな澄んだ高音へと進化を遂げ、近い未来、上尾の大きなステージで感動の歌声を響かせることでしょう。



「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7月号です。

⇒ 広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873 ※内容は一部要約しています。



スポットライト 湯川昭祐さん

●「野菜と共に夢を育てる」。素晴らしいですね。農業の担い手がどんどん少なくなっていると聞きます。新たに農家を目指して頑張っている湯川さんに拍手を送りたいです。農業で生計を立てるのは大変なことかと思いますが、ぜひ、一人前の農家になれますよう頑張ってくださいと思います。(60代男性)

新たなチャレンジに頑張る湯川さん。農業だけでなく、上尾市には同じように頑張っている仲間がたくさんいます。みんなで応援しよう！



特集 市制施行65周年 「輝き続ける上尾市へ」

●市制施行65周年おめでとうございます！自身の年齢も65歳ということで、上尾市には以前にも増して愛着を感じる次第です。これからも輝き続ける上尾市に期待したいです！（60代女性）

●アッピー迷路、子どもが楽しく遊んでいました。(40代女性)

7月15日に65周年を迎えた上尾市。輝く上尾の皆さんにたくさん笑顔をお届けぞ！



『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。



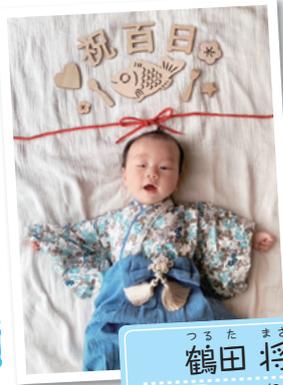
未来へ
すくすく!

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に、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、撮影時の年齢、保護者の一言(40字程度)、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。 ※「広報あげお」は市ホームページなどにも公開します。



つる た まさき
鶴田 将己くん

東町 (3カ月)

生まれてから100日目を迎えました☆ 元気と笑顔がいつぱいの将己くん、これからもすくすく大きく育つてね! パパとママの宝物だよ♡ 幸せをありがとう!



たかほし あすか
高橋 明日奏ちゃん

東町 (1歳)

お気に入りの歌が流れると踊り出す陽気な明日奏ちゃん、おしゃべりもとっても上手になったね! これからもたくさん遊んでたくさん食べて、毎日笑顔で過ごせますように☆



ささき そうた こなつ
佐々木 湊多くん 小夏ちゃん

浅間台 (1歳) (3歳)

食べるのが大好きな湊多君、1歳おめでとう☆ これからもたくさん食べて、たくさん笑って、お姉ちゃんとたくさん遊んですくすく大きくなってね!



しもやま なごみ こはる
下山 和心ちゃん 心春ちゃん

西宮下 (0カ月) (2歳)

お姉ちゃんになったこはるちゃん。毎日優しい気持ちでなごみちゃんに接してくれてありがとう。可愛い2人がパパとママの宝物だよ♡ すくすく大きくなあれ!



あべ おうだい
阿部 桜大くん

平塚 (2カ月)

「アーサー」と、いつも楽しそうにお話してくれる桜大くん。大きな声も出るようになり、言葉のレパートリーも増えました。これからもたくさんお話しましょうね!

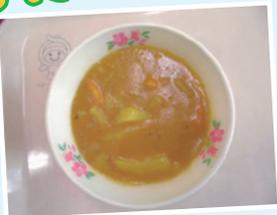
【見て魅了!私のミュージアム】応募作品を大募集

『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! 詳しくは、ホームページをご覧ください。



市ホームページ

小学校 給食レシピ 130



※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鍋に1の油を熱し、2のバターを加えて溶かす。
- ②鍋の火を一度止め、3の小麦粉と4のカレー粉をふるい入れて油と溶かしたバターによく混ぜる。
- ③焦げ付かないように30分以上炒めたら、別の容器に置いておく。
- ④鍋に5の油を熱し、ニンニク・根ショウガを炒めて香りを出し、豚もも肉・9のカレー粉を入れ炒める。

カレーライス 554kcal

●材料1人分 分量(2人)

- 1 炒め油 3
- 2 バター 3
- 3 小麦粉 8
- 4 カレー粉 0.4
- 5 炒め油 1.5
- 6 ニンニク(りんぎ)(みじん切り) 0.5
- 7 根ショウガ(みじん切り) 0.5
- 8 豚もも肉(2×2×1.5cm) 25
- 9 カレー粉 0.4
- 10 タマネギ(1.5cm幅) 40

※1...タマネギを餡色になるまでよく炒めたもの。
※2...野菜や果物に香辛料や調味料などを加えて煮詰めたもの。

- 11 ニンジン(いちょう切り) ... 20
- 12 ジャガイモ(2cm幅) 60
- 13 水 40
- 14 ソニオン(冷) ※1 5
- 15 アップルソース 3
- 16 鶏がらスープ 15
- 17 ポークフィヨン 15
- 18 トマトケチャップ 4
- 19 赤ワイン 5
- 20 ウスターソース 2

- 21 中濃ソース 0.7
- 22 チャツネ ※2 1
- 23 ベーリーフ粉末 0.01
- 24 細切りチーズ 3
- 25 水 5
- 26 脱脂粉乳 2
- 27 濃口しょうゆ 1
- 28 食塩 0.9
- 29 白こしょう 0.02
- 30 麦ごはん 72

- ⑤豚もも肉に火が通ったら、タマネギ・ニンジン・ジャガイモの順に加えて炒める。
- ⑥13~23を入れ、ジャガイモが柔らかくなるまで煮込む。
- ⑦細切りチーズと25の水で溶いた脱脂粉乳・濃口しょうゆを加える。
- ⑧③を加えて食塩・白こしょうで味を調えたら、20分以上煮込む。
- ⑨麦ごはんにかけて完成。

学校保健課 ☎775-9683 • ☎775-5633

暮らし

市民体育館の臨時休館

8月7日(月)はメンテナンスのため休館します。

市民体育館 ☎781-8111・☎781-8113

全国一斉子どものための養育費相談会

時 9月2日(土)10～21時 (相談方法)電話相談(☎012-01567-301(当日だけ通話可))
 岡崎玉青年司法書士協議会の相田 ☎606-3921

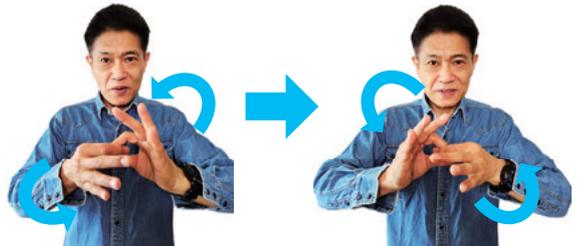
セルフスタンドでの安全な給油

毎年、給油中にガソリンの吹きこぼれや、静電気火花がガソリンに引火して火災になる事故が発生しています。利用する時は、次のことに注意しましょう。▽給油する時はパーキングブレーキをかけ、エンジンを停止する／ライター、タバコなどの火気を使用しない／自動車から降りる時は窓やドアを閉める／油種を正しく選ぶ／静電気除去シートに触れる／給油ノズルは止まるところまで差し込

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「オリンピック」を紹介します。



両手の親指と人差し指を組み替えながら、左から右へと3回動かす。

オリンピック

協力 市聴覚障害者協会



町谷町内会が購入した集会所備品

市民協働推進課 ☎775-4539・☎775-0007

(二財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に、コミュニティ助成事業を実施しています。令和5年度コミュニティ助成事業の一環として、次の物を購入しました。町谷町内会／集会所備品(コピーボードなど)

コミュニティ助成事業

み、レバーを完全に握る／自動的に給油が止まったらそれ以上給油しない／自動車の荷台に載せたバイクや発電機などに給油しない／掲示してある注意事項を必ず守る

町予防課 ☎775-1314・☎775-2230



あげお観光情報

市観光協会 ☎362-0042谷津2-1-50
☎775-5917・☎775-5024

市観光協会ホームページ



上尾のお土産でごあいさつキャンペーン!



※画像は一例です。



8月1日(火)～31日(休)の間、ちょっとお得なギフトボックスを販売します。帰省の手土産などに、ぜひご利用ください。

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 検索

電気による火災を起さないために

近年、電気が原因の火災が全国で年間約5千件も発生しています。火災を起さないために次のことに注意しましょう。▽たこ足配線をしていない／プラグにほこりをためない／傷んだコードを使用しない／コードを束ねない／重い物を乗せない

電気器具は、取扱説明書をよく読み、器具の機能を十分に理解した上で正しく使用しましょう。

町予防課 ☎775-1314・☎775-2230



**8月30日～9月5日は
建築物防災週間**

建築物に関する防災知識の普及や防災対策の推進のため、年2回「建築物防災週間」を定めています。期間中、不特定多数の人が利用する施設などの建築物を点検します。

建築基準法では、建築物・建築設備・昇降機の維持管理状況の報告を義務付けています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ **建築安全課** 775-8490
☎ 775-9906

闇バイトのサイバーパトロール強化中

「簡単」「高収入」につられて応募すると、脅されて辞められず、犯行グループの捨て駒になり、逮捕されるかもしれません。絶対に応募してはいけません。

☎ **上尾警察署** 773-0110

空き地の管理

空き地に雑草が生い茂ると、不法投棄や害虫の発生場所になるなど、近隣の人の迷惑となります。雑草が枯れると火災の原因にもなるので、土地の所有者・管理者は、雑草の刈り取りを定期的に行ってください。自分で刈り取りできない場合は、業者に依頼してください。

☎ **生活環境課** 775-6940
☎ 775-9872



募 集

市観光協会推奨料理
～上尾の料理で市内を盛り上げよう！～

推奨料理に認定されると、観光協会主催のイベントに出店できる他、パンフレットへの無料掲載など、お店のPRにつながります。自慢の料理を応募してください。【推奨期間】令和6年4月1日(月)～令和8年3月31日の2年間
☎ 8月1日(火)～10月31日(火)に直接または電話で市観光協会へ ※10～12月に書類審査と実食審査を行います。

☎ **市観光協会** 775-5917
☎ 775-5024

**次回の税などの納付期限
8月31日(木)**

- ◇市・県民税 ……第2期
 - ◇国民健康保険税 ……第2期
 - ◇介護保険料 ……第2期
 - ◇後期高齢者医療保険料 ……第2期
- 便利で確実な口座振替をご利用ください。
納税課 ☎775-5135

**コミ協フェスタin大谷
フリーマーケット出店者**

時10月15日(日)9～15時
所市民体育館

対市内に在住・在勤の個人・団体(販売業の人を除く)で、商品が家庭内の不用品、手作りに品(飲食物を除く)
費千円
定23店(応募店多数の場合は抽選)
申9月14日(木)9時に費用を用意して直接、大谷地区コミュニティ推進協議会フェスタ実行委員会事務局(大谷支所内)へ ※出店場所の割り当ては抽選です。

☎ **大谷支所** 781-0121
☎ 780-1113

広告

50代60代70代で塗り替えをお考えの方へ

「30年きれいなままの外壁塗装なんてない」と思われている方が多いことが非常に残念です!

人生最後の外壁塗装にしませんか?

3つのこだわり!!

- ①高耐久塗装×光触媒
- ②経済的メリット
- ③人間力×技術力

8月中にご契約の方へ
足場一律50,000円
限定3組キャンペーンです。

見積・調査は資格を持った担当がドローンなどで調査致します。

お申し込みは「イロハト」フリーダイヤル 0120-924-755

I-PRO株式会社 上尾市小泉2-1-3

広告

原因不明の腰からふくらはぎの痛みやしびれに!

「腰からふくらはぎの痛みやしびれで薬や注射も効かず何年も悩んだ。」とAさん。整形外科で相談したところ整体をすすめられ、北京ソフト整体院に。来院初日、何年かぶりに痛みやしびれが半減し熟睡。整体の度に体が楽になりました。当院は、数多くの実績と臨床経験からつくりあげた、独自の**中国整体**で痛みやしびれに対応します。

☎上尾市役所前
北京ソフト整体院
上尾市本町1-1-5遠山ビル205号室

ご相談・ご予約は
048-771-9168
営業時間 10:00～19:00(土日祝日営業)
定休日 毎週水曜日 駐車場有り

広告

**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指令公衛収第1043号

緑豊かな公園墓地に
お墓を持ちませんか

※『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。

元氣フェスタ原市
フリーマーケット出店者

時 10月15日(日) 9時30分～14時30分

所 原市小学校校庭(小雨時は原市小学校前新幹線高架下)

対 代表者(18歳以上)が市内に在住・在勤の個人または団体(販売業の人を除く)で、商品が家庭内の不用品、手作り品(飲食物・生き物を除く)

費 1万円

定 30店(応募店多数の場合は抽選)

申 はがきに代表者の住所・氏名・年齢・電話番号、販売品目を記入して、8月18日(金)まで(必着)に元氣フェスタ原市

2023実行委員会〒362-0021原市3241へ ※

9月23日(祝)に、出店者説明会を予定しています。

問 原市支所 721-1604・720-1113

下水道排水設備工事責任技術者資格認定共通試験

時 11月26日(日)

所 聖学院大学(戸崎1-1)

費 1万円

申 申込書(受験案内に添付)に必要事項を記入して、8月21日(月)～9月29日(金)(必着)に郵送で東京都下水道サービス(株)

〒100-0004東京都千代田区大手町2-6-3 銭瓶町ビル

ディング内)へ ※詳しくは、8月21日から業務課(上尾村

1157)で配布する受験案内をご覧ください。

問 業務課 775-9302・775-9041



あげおイルミネーション
協賛者

上尾の冬の風物詩「あげおイルミネーション」の協賛者を募集します。【協賛金額】

10万円 ※協賛者の氏名はJR上尾駅・北上尾駅に設置する看板に掲示します。

時 11月18日(土)～令和6年1月31日(水)

申 10月6日(金)まで(必着)に申込書(市観光協会、市役所1階総合案内、各支所・出張所、市内各公共施設にある)に必要事項を記入して、直接か郵送またはファクスで市観光協

会(〒362-0042谷津2-1-50)へ

問 市観光協会 775-5917・775-5024

あげおプラモ展 展覧作品

内 11月18日(土)にコミュニティセンターで開催するプラモ展に展示するプラモモデル作品

費 1作品100円

申 申込書(コミュニティセンター、文化センター、イコス上尾など)にある。コミュニティセンター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、8月19日(土)～11月16日(水)(必着)に郵送またはファクスでコミュニティセンター(〒362-0075 柏座4-2-13)へ

問 コミュニティセンター 775-0866・775-0868



昨年のあげおプラモ展

広告

1つの事業所で 通い 宿泊 訪問
を提供する 月額定額制の
介護サービスです!



事例紹介
Aさん 85歳女性独居、近所に長男、次女が在住。
[疾患] 認知症、脳梗塞 [介護度] 要介護2
[ご家族・ご本人の希望]
認知症の為に徐々に服薬を忘れてしまうことが増えてきた。
自宅浴室では転倒の恐れがあり、一人での入浴が心配。
ゴミ捨てが難しくなり、ゴミがあふれてきた。
[ご利用状況]
通い: 週3回(9:00～16:00 昼食/週に2回入浴あり)
訪問: 毎朝の安否確認、服薬、ゴミ捨て。宿泊: 週1回

事業所で全てのサービスを行うため、対応するのはいつも顔馴染みのスタッフです。信頼関係も築きやすく、安心してご利用いただけます。
【ご利用できる方】 上尾市に住民票がある方で、要支援または要介護1～5の認定を受けている方が利用出来ます。ご不明な点はご相談ください。



多機能ホームのぞみ
〒362-0064 埼玉県上尾市小敷谷716-1
多機能ホームのぞみ (アリオ上尾そば)

まずはお気軽にご相談ください

048-871-7626

利用申込
受付中!!
見学随時

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

市スポーツ協会体育賞 候補者の推薦

【選考基準】市内に在住・在勤・在学で、次の要件に該当する

人 体育優秀児童賞／体育を愛好し、活動が顕著で他の児童の模範になり、学校長が認められた小学生(各学校1人) 優秀選手賞／令和4年9月1日～令和5年8月31日(木)に行われた大会で、特に優秀な技能を発揮し、他の人の模範と認められ、次の①～④のいずれかに該当する個人または団体

①県大会で優勝した ②関東大会規模以上の大会に県の代表として出場した ③国際大会に出場した ④市スポーツ協会会長が認めた 功

労賞／市スポーツ協会加盟団

体長が認めた人 【推薦方法】

小・中学生、高校生／各学校

長または市スポーツ協会加盟

団体長が推薦 一般／市ス

ポーツ協会加盟団体長が推薦

※市外の学校へ通学している

人や市スポーツ協会加盟団体

などに所属していない人で、

優秀選手賞に該当する人は、8月31日までに電話で、市ス

ポーツ協会事務局へ連絡してください。 ※受賞者は、ホームページに掲載します。

市スポーツ協会事務局 ☎781-8112・FAX75-6608

市制施行65周年記念 あげおワールドフェア 出展者・運営ボランティア

時 10月8日(日)10～16時

所 文化センター

内 ①母国を紹介する展示、物販飲食物は温度管理が不要な物に限る)の出展 ②日本で生活していて感じたことや不思議に思ったことなどの5～7分のスピーチ発表(外国人に限る。テーマ自由) ③キッズスポーツでの遊びや工作、多言語体験など外国文化のミニ体験 ④前日の準備、当日の来場者の案内、会場の運営などのボランティア(外国語が話せなくても参加可能)

申 ①～③は8月31日(木)まで、④は9月29日(金)までに、氏名、電話番号、メールアドレス、①～③は参加内容、④は運営ボランティア希望と記入し

ana.jp

て、ファクスまたはメールで AGA事務局へ

市 AGA事務局 ☎780-2468・FAX75-0007・E-MAIL e@aga-world.com



SAITAMA出会いサ ポートセンター(恋たま) 会員

県の結婚支援センターが、Aアプリを活用した出会いの機会を提供します。

対象の①～③の全てに該当する人 ①結婚を希望し、自ら婚活する意思のある20歳以上で独身 ②県内に在住・在勤または近々埼玉県への移住を考えている ③スマートフォンを所持している

費用内に在住の人／1万1千円(2年間有効) ※詳しくは、恋たまホームページをご覧ください。

市 SAITAMA出会いサポートセンター ☎info@koi.jp

広告

知らないと損をする小冊子 無料進呈!

失敗しない塗装工事 7つの防衛策

住宅リフォームに関するトラブルが絶えない中、国民生活センターの調べによると、住宅に関するトラブルは令和3年度は9753件。これは今もなお増え続けている数字です。欠陥住宅・点検商法に続き、ペント致します。

(業界の掟破り裏情報) 内容は

- ①見積りの比較の仕方
- ②確実な工事をさせる為の魔法の一言
- ③価格のからくり

塗装工事のトラブルも相変わらず多いです。「大手だから」「知り合いだから」など、安心して頼んだのに失敗した。などの声もよく聞きます。これらの被害は正しい情報を知るだけで簡単に防げるのです。



ご希望の方は〒、住所、氏名、電話番号を明記の上、下記までご応募ください。
FAX : 048-726-7726
Email : info@ageo-bikou.com
又は留守番電話で24時間受付 ナヤミパ-
☎048-783-7838

お家のメンテナンス BIKOU 美光 有限会社 美

〒362-0059 上尾市平方 3074 TEL : 048-726-6859

※「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。



今昔写真パネル展

広報広聴課 ☎775-4918 ・ ☎776-8873



市ホームページ



「上尾のあゆみ」

本市の歴史を写真で振り返ります。

時 8月4日(金)～6日(日)10:00～21:00

所 アリオ上尾(壱丁目367)

【同時開催】

モザイクアート「みんなで65を作って、お祝いしよう!」

時 11:00～15:00 内 ボードに廃材などを貼り付けて色鮮やかなモザイクアートを制作する ※材料がなくなり次第、終了します。

おもいでケータイ再起動

時 10:30～18:30 (6日は17:30まで、予約制)

内 古い携帯電話に保存されている写真を1枚プリントアウトする ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



イベント・講座

県労働セミナー

時 ①令和6年3月15日(金)まで
②9月13日(水)～令和6年3月

15日
内 ①賃金 ②社会保険・労働保険 ※動画で配信します。
申 令和6年3月12日(火)までに電子申請で県産業労働部多様な働き方推進課へ ※詳しくは県ホームページ(☎https://www.pref.saitama.lg.jp/a0815/rodo/rodoseminar)をご覧ください。

AGA英語サロン

時 8月20日(日)14～16時

所 文化センター

内 英語で自慢話を発表したりゲームを楽しんだりして交流する

費 100円

定 10人(先着順)

申 8月14日(月)までに、住所、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

問 AGA事務局 ☎780-246

8・☎775-00007・☎office

e@aga-world.com

救命講習会

時・所 下表のとおり

内 心肺蘇生法、自動体外式除細動器(AED)の使用方法など

対 市内・伊奈町に在住・在勤・在学の中学生以上の人
定 各15人(応募者多数の場合)

は抽選)
申 市電子申請・届出サービスから電子申請または、往復はがきに希望日、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、在勤・在学の人とは勤務先または学校名を記入して、東消防署管理課(〒362-0013上尾村537)へ

講習	とき	ところ	申し込み
I (成人)	①8/26(土) ②9/23(祝) ③10/21(土) 9:00～12:00	①市消防本部 ②伊奈分署 ③市消防本部	①8/8(火)～14(月) ②9/5(火)～11(月) ③10/3(火)～9(祝)
Ⅲ (小児・乳児)	9/9(土) 9:00～12:00	市消防本部	8/22(火)～28(月)
上級 (成人・小児・乳児)	10/8(日) 9:00～17:00		9/19(火)～25(月)

問 東消防署管理課 ☎775-113
10・☎770-19902



トイレ・給湯器専門店

2時間以内に即対応!!

見積無料! 工事費・処分費コミコミ!
他社より高い場合はご相談ください!

株式会社 **イナセ** ☎048-721-2775
埼玉県北足立郡伊奈町小室4706

桶川ショールーム ☎048-788-4021
埼玉県桶川市寿1-13-9

TOTO ビュアレストQR +暖房便座 工事費 8.3万円 (税込91,300円)	TOTO ビュアレストQR +BV2 TCF2223E 工事費 10.8万円 (税込118,800円)	TOTO ビュアレストQR +KSシリーズ TCF8CS67 工事費 14.8万円 (税込162,800円)
Paloma ガス給湯器 FH-E2021SAWL 工事費 14.8万円 (税込162,800円)	NORITZ 石油給湯器 OTG-3706SAY 工事費 20.4万円 (税込224,400円)	HITACHI エコキュート BHP-F37TU 37L 工事費 32.8万円 (税込360,800円)

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

子育て講演会「親子で楽しむわらべうた」

時 9月2日(土)10～11時
 所 上尾西保育所
 対 2歳児までの親子
 定 12組(先着順)
 持 飲み物
 申 8月4日(金)13時から直接または電話で子育て支援センターへ
 問 子育て支援センター ☎771-2008・☎771-5804



大人のためのマジック体験教室

時 9月9日(土)13時30分～15時30分
 所 プラザ22
 内 マジックのやり方を学び、披露する面白さを体験【講師】上尾マジッククラブ
 対 市内に在住の20歳以上の人
 費 500円
 定 20人(先着順)
 持 筆記用具
 申 8月2日(水)9時から、住所、

氏名、年齢、電話番号、この教室をどこで知ったかを電話で市民活動支援センターへ

問 市民活動支援センター ☎771-810・☎771-8220

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 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
 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上尾支部の小川へ
 問 小川 ☎781-0887

夏企画～日帰りキャンプを楽しもう！～

時 9月23日(祝)9時30分～17時
 所 サンアメリティ北本キャンプフィールド(北本市高尾9-143) ※現地集合・現地解散です。
 内 日帰りキャンプ(火起こし・レクゲームなど)

対 市内に在住の小学生
 費 500円

定 16人(応募者多数の場合は抽選)

申 8月18日(金)17時までに講座名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、学年、性別、保護者氏名、電話番号をメールで

青少年相談員協議会の比嘉へ
 ※子どもだけの参加です。
 問 青少年相談員協議会の比嘉
 ☎ageo.soudain@gmail.com

あげお郷土

こどもかるた大会

時 10月1日(日)10時～12時30分
 所 市民体育館
 内 上尾の文化や歴史をテーマにしたかるたを使って、世代を越えた交流をする

対 市内に在住・在勤・在学の人で3人1組
 定 112チーム(先着順)

申 9月22日(金)までに参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を直接か電話またはファクス、メールで青少年課へ

問 青少年課 ☎771-2488・☎771-2117・☎51060000@city.ageo.lg.jp

高齢者向け料理教室

時・所 左表のとおり
 内 簡単にバランスのとれた料理を作る
 対 市内に在住の65歳以上の人(男性優先)
 定 各8人(応募者多数の場合は抽選)
 持 エプロン、タオル、布巾、三角巾(バンダナ)、マスク
 申 8月8日(水)～9月1日(金)に電話で高齢介護課へ

とき	ところ
10/11(水)	大石公民館
11/8(水)	東保健センター
12/14(木)	平方公民館
令和6年1/18(木)	原市公民館
2/14(水)	大谷公民館

※時間はいずれも10:00～13:00です。

問 高齢介護課 ☎771-4190・☎771-8872

大石ふれあい健康ウォーク

時 10月22日(日)(小雨決行)
 所 大石小学校校庭に集合
 内 新まきばコース(約6km)を

ウォーキングして、自然に親しみ、参加者同士の交流を深め、健康増進を図る

対 大石地区に在住・在勤の人(小学生以下は保護者同伴)

費 200円

定 1,500人(先着順)

申 8月16日(水)～9月27日(水)に各自自治会または、8月16日～

10月6日(金)(土)(祝)を除く9～16時に参加費を用意して直接、大石地区コミュニティ推進協議会事務局(大石支所内)へ
 問 大石支所 ☎771-1079・☎780-1114



ボートレース戸田

県都市ボートレース企業団
 ☎823-8711・☎823-8709

収益金は、都市基盤の整備などに利用されます。



ボートレース戸田ホームページ



イコス上尾



所〒362-0011平塚951-2 ①772-1611・②772-1614・
✉ecosageo.event@gmail.com

●市制施行65周年記念 イコス上尾クラシックコンサート

時11月26日(日)14:00～(開場/13:30) 内ピアノ連弾の名曲を中心に、なじみのあるクラシックや華やかな合唱、上尾の昔話も交え、市制施行65周年を祝う楽しいコンサート 【出演】高梨智子(ピアノ)、山田紗千(ピアノ)、篠崎智(打楽器)、永井基生(合唱指揮)、白百合コーラスwithイコス上尾クラシックコンサート合唱

団(合唱)、ゲスト/沖田千織(箏)、小野寺麗子(朗読) 【プログラム】『ハンガリー舞曲 第5番』/ブラームス、『スラブ舞曲集』より/ドヴォルザーク、『くるみ割り人形』より/チャイコフスキー、『ハレルヤ』/ヘンデル、上尾の昔話より『鍛太神宮と3人の童子』など

●チケット販売 時8月19日(土)9:00～ 所イコス上尾(電話予約も可)、コミュニティセンター 費2,000円(全席指定)



高梨智子 山田紗千 篠崎智 永井基生

文化センター



所〒362-0017二ツ宮750 ①774-2951・②774-2955・✉info@ageo-ccc.jp
【臨時休館日】8月22日(火)・23日(水)

●市制施行65周年記念 宝くじ文化公演「DAIKIマジックショー with Mr.マリック」

今最も注目されている若手イリュージョニストDAIKIとMr.マリックのスペシャルコラボ。驚異の最新ラスベガスイリュージョンで思い出に残る魔法をお届けします！新時代の参加型・体験型の最新イリュージョンをお楽



しみください。 時10月15日(日)14:00～(開場/13:00)

●チケット販売 時8月5日(土)10:00～ 所文化センター、あげおお土産・観光センター

費一般/2,000円(当日2,500円)、高校生以下/1,000円(当日1,500円) ※全席指定。2歳以下は座席が必要な場合は有料です。

※宝くじの助成による特別料金です。



DAIKI



Mr.マリック

コミュニティセンター



所〒362-0075柏座4-2-3 ①775-0866・②775-0868・
✉ageo.comisen.event@gmail.com
【臨時休館日】8月14日(月)・15日(火)

●街かど演奏会

時8月19日(土)14:00～15:00 内J-POPや懐かしの歌謡曲の、歌とアコースティックギターとキーボードの音楽ユニット「オウレット・シノ・アール」による演奏 定30人(先着順)

●おうちでハロウィンパン教室

時9月14・28日のいずれも(木)9:30～13:30(全2回) 内ハロウィンをイメージしたパン作り 対20歳以上 費3,000円 定8人(応募者多数の場合は抽選) 申8月18日(金)まで(必着)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を往復はがきまたはメールで

●市制施行65周年記念 あげお能・狂言鑑賞会 『清経』

時11月19日(日)14:00～(開場/13:30) 内シテ方観世流の梅若泰志さん(キラリ☆あげおPR大使)による能『清経』、大蔵流狂言方の善竹大二郎さんによる狂言『鬼瓦』を鑑賞

●チケット販売 時8月19日(土)9:00～ 所コミュニティセンター、イコス上尾 費4,000円(全席指定) ※未就学児は入場できません。



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

シニア向けスマートフォン安全活用講座

スマートフォン初心者、これから購入を検討している人に、基本の操作や使い方を分かりやすく紹介する ※アンドロイドスマートフォンを1人1台貸し出します。

時8月29日(火)14:00～16:00 対市内に在住・在勤
定20人 申8月17日(木)までに往復はがきまたはメールで

川柳にみる人と社会

～鶴彬が刻んだ`生きる、のかたち～

戦争へ向かう時代に川柳を手で戦い抜いた川柳作家、鶴彬つるあきらの生涯から現代にも通じる生きる力を学ぶ

時9月5日(火)13:30～15:30 対市内に在住・在勤・在学
定20人 申8月24日(木)までに往復はがきまたはメールで

初めての水彩画

デッサンや色付けなどの基本を学び、作品を仕上げることで水彩の魅力を楽しむ

時9月6～20日の毎週(水)14:00～16:30(全3回) 対市内に在住・在勤・在学
定10人 持絵の具セット 申8月24日(木)までに往復はがきまたはメールで

まなびすと 市民講座

生涯学習課
☎775-9490・FAX776-2250

申往復はがき(1人1枚)に講座番号、講座名、住所、氏名、年齢(中学生は学校名・学年)、電話番号を記入して、各締め切り日まで(必着)に生涯学習課まなびすと市民講座係(〒362-8501本町3-1-1)へ ※応募者多数の場合は抽選、5人未満の場合は中止です。講師はいずれもまなびすと指導者バンク活動推進会議に加入するボランティア指導者です。

講座番号	講座名・講師・講座内容	とき・ところ・対象・費用・定員・持ち物・申し込み
1	怖い合併症「糖尿病」の予防 (小牟田健治) 高齢者に多い糖尿病。その原因と予防対策について学ぶ	時8/26(土)13:30～15:30 所文化センター 対18歳以上 費200円 定40人 持筆記用具 申8月16日(木)までに
2	水彩画・洋画の実技指導レッスン (町田譽尊彦) 水彩画、洋画のデッサンとスケッチの基本を学ぶ	時8/27(日)・28(月)13:30～15:30(全2回) 所文化センター 対中学生以上 費500円 定15人 持絵画道具(水彩画材、クレヨン、パステル、鉛筆など)、描きたいモチーフ 申8月16日(木)までに
3	愛唱歌を歌おう (山中久恵) 懐かしい童謡、唱歌、流行歌などをピアノに合わせて楽しく歌う	時8/29(火)10:00～12:00 所コミュニティセンター 対18歳以上 費200円 定20人 持楽譜を入れる手提げ袋 申8月16日(木)までに
4	俳句を始めませんか (清水山彦) 初心者を対象に分かりやすく解説する。楽しみながら日記のように俳句を作る	時9/9～30の毎週(土)10:00～12:00(全4回) 所文化センター 対20歳以上 費100円 定30人 持筆記用具、歳時記(ある人だけ) 申8月25日(金)までに

スポーツ情報

市民ゴルフ大会

市ゴルフ協会事務局(上尾商工会議所内) ☎773-3111

時10月3日(火) 所大宮ゴルフコース(中分6-40) 【競技方法】前半9ホールストロークプレー(新ペリア方式)、ラウンドは18ホール 対市内に在住・在勤の人 費2,000円 ※プレー費は個人負担です。 定200人(先着順) 申8月11日(祝)～9月3日(日)に申込書(市内のゴルフ練習場、スポーツ用品店で8月11日から配布)に必要な事項を記入し、参加費を用意して直接、申込書に記載の場所へ

暮らし・彩り・公民館

8 ▶ 9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。

上尾公民館 〒362-0017 ニツ宮750 TEL775-0185・FAX776-7366・E:s723000@city.ageo.lg.jp

8月22日(火)・23日(水)は移動執務

業務は青少年センター2階研修事務室(TEL775-9490・生涯学習課を通しての連絡)で行います。

ひょうたんライトを作ろう
～秋の夜長は優しい光で～

ひょうたんの表面に下絵を描き、穴を開けてライトを作って、そこから漏れる幻想的な光を楽しむ

時9月15日(金)10:30~12:30 対市内に在住・在勤
費1,000円 定10人 申8月31日(木)までに往復はがきまたはメールで

平方公民館 〒362-0059 平方905-1 TEL726-3446・FAX726-3991・E:s723200@city.ageo.lg.jp

やさしい香りに包まれて、
心身ともにリフレッシュ!

ストレスの緩和にもつながるアロマオイルの香りを生活に上手に取り入れる方法を知り、ホホバオイルを使ったハンドトリートメントを体験する

時9月14日(休)9:30~12:00 対市内に在住・在勤
費1,200円 定16人 申9月4日(月)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・E:s723300@city.ageo.lg.jp

親子でマジック!
～君もマジシャンになろう!～

親子で楽しくマジックショーを見て、やさしいマジックに挑戦する

時8月26日(土)13:30~15:00 対市内に在住・在園
の年中児~小学生と保護者 費1人200円 定10組
20人 申8月15日(火)までに往復はがきまたはメールで

もう一度学びたい理科 砂の科学

日本と世界の特徴的な砂を貼り付けて実物図鑑を完成させ、砂に含まれる鉱物などを観察して違いを探る

時9月13日(水)13:00~16:00 対市内に在住・在勤・在学
費600円 定15人 申8月31日(木)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・E:s723400@city.ageo.lg.jp

地球は生きている～地震と火山～

地球科学の入門講座。地球の構造、火山活動と地震のメカニズム、大地震から身を守るための行動を学ぶ

時9月19・26日、10月3日のいずれも(火)9:30~11:30
(全3回) 対市内に在住・在勤・在学 定20人
申8月31日(木)までに往復はがきまたはメールで

上平公民館 〒362-0008 上平中央3-31-5 TEL775-9308・FAX770-1102・E:s723100@city.ageo.lg.jp

夏休みレモン電池作り教室

身近な果物や野菜を使ってオリジナル電池を作る

時8月22日(火)10:00~11:30 対市内に在住の小学
4~6年生 定15人(先着順) 申8月1日(火)から電話
またはメールで

レッツ脳活～健康寿命をのばそう～

簡単で楽しい動きを通じて脳に刺激を与え、ストレス軽減と認知症予防にアプローチする

時9月11日(月)10:00~11:30 対市内に在住・在勤
定30人 申8月28日(月)までに往復はがきまたはメールで

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

おいでよ!
健康プラザわくわくランド




〒西貝塚17-1 ☎783-1126・☎726-7657

【開館時間】10:00～21:00
【8月の休館日】毎週(水)
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

- 氷中宝探し 氷の中から「お宝」を探してください。夏の涼しい思い出にどうぞ! 時8月11日(祝)～13日(日)10:30～(なくなり次第終了) 費入館料だけ
- ジュニアスイム 9月の開催予定は8月1日(火)からホームページに掲載します。

保健師・栄養士の無料健康相談
時8月22日(火)15:30～16:30 費入館料だけ

8月の教室

スタジオ 持運動する服装、室内靴、参加費など 申当日にフロント(先着順)

- ①サルセッション® 時 毎週(月) 10:45～11:45 定15人
- ②セルフコンディショニング 時 毎週(月) 12:00～13:00 定15人
- ③すっきりヨガ 時 毎週(火) 10:30～11:30 定20人
- ④ベリーダンス 時 毎週(火) 11:45～12:45 定15人
- ⑤ブレスエクササイズ 時 毎週(火) 13:00～14:00(8/15を除く) 定15人
- ⑥ピラティス 時 毎週(木) 10:30～11:30(8/3を除く) 定15人
- ⑦ストレッチ&骨盤メンテナンス 時 毎週(木) 11:45～12:45(8/3を除く) 定15人
- ⑧癒しのヨガ 時 毎週(木) 15:30～16:30 定20人
- ⑨スロートレーニング 時 毎週(金) 10:30～11:00(8/11を除く) 定15人
- ⑩ストレッチヨガ 時 毎週(金) 11:10～12:10(8/11を除く) 定20人
- ⑪アロマリラクソヨガ 時 毎週(金) 12:20～13:20(8/11を除く) 定20人
- ⑫セルフコンディショニング 時 毎週(金) 17:30～18:30 定15人

共通 持高校生以上 費◎/400円 ◎以外/600円

学べる・遊べる
自然学習館



〒畔吉178 ☎780-1030・☎726-7901
【開館時間】9:00～17:00

体験もの作り教室

- シックな色合いを楽しむ薬草染
時9月15日(金)9:30～12:00 内古来から「医者いらず」とも呼ばれるゲンノショウコを染料にしてストールを染める 費2,000円 定8人(先着順) 持エプロン、厚手のゴム手袋、使用済みタオル
【服装】汚れても良い服装 申8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(毎週(土)))について詳しくは、自然学習館へ問い合わせてください。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

●昆虫写真展
時8月20日(日)まで 内上尾丸山公園に生息する昆虫の写真パネルの展示



天文科学教室

- 月のおはなし
時9月23日(祝)15:30～17:00 内天文学、人文学、民俗学など多面的な視点から月を考える ※終了後、天候がよければ望遠鏡で月を観察します。持小学3年生以上 定12人(先着順) 持筆記用具 申8月1日(火)から電話で



天文台

- 夏休み太陽特別観望会
時7月29日(土)～8月13日(日)13:00～16:30(曇天、雨天中止) 内中学3年生の理科で学ぶ、太陽の黒点やプロミネンスを望遠鏡で観察 定15分ごとの入れ替え制



13時から、26日は15時まで
(木)26日(土)10～18時(24日は13時から、23日は16時まで)

■被爆体験者が描いた原爆絵画展(絵画・写真) 8月24日(木)26日(土)10～18時(24日は13時から、23日は16時まで)



市役所ギャラリー

- (一社)新日本美術院埼玉支部展(絵画) 8月17日(木)～23日(水)10～17時(17日は13時から、23日は16時まで)
- 非核平和パネル展(写真・実物資料) 8月1日(火)～7日(日)10～17時(1日は13時から、7日は16時まで)

市民ギャラリー

関生涯学習課 ☎75-9496
☎776-2250

ギャラリーガイド
8月1～26日

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)

※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。



図書館ホームページ



図書館ツイッター

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

今月のTopics

Topics

図書館のこれから ～未来につなぐ図書館のカたち～ 市民ワークショップを実施

7月8・22日に、市民の皆さんと図書館の老朽化問題と今後の図書館の更新について考えるため、ワークショップを実施しました。

当日は、活発な意見や魅力的なアイデアなどをいただき、ありがとうございました。ワークショップの詳細内容は図書館ホームページをご覧ください。

【グループワーク】

図書館に不足・充足していると考えた設備・スペース

Aグループ	Bグループ	Cグループ
一般閲覧室 (開架)	集会室	学習コーナー
おはなしの部屋	閲覧席	閉架書庫
対面朗読室		ガレージ
児童閲覧室		児童整理室
閲覧者端末		第1駐車場
第1駐車場	貸出/返却カウンター	調査研究コーナー

■・・・グループで不足していると考えた設備・スペース
□・・・グループで充足していると考えた設備・スペース

学習障害のある子どもたちも 楽しめる本のセットをご利用ください ～すべての人に読書の機会を～

「上尾市図書館りんごの棚」のアウトリーチサービスとして、学習障害のある子どもたちも楽しめる本のセットを作りました。希望する団体は図書館へ問い合わせてください。貸出期間は1カ月間です。ゆっくりお楽しみください。☎9月1日(金)～☎特別支援学級や学校、団体利用登録をしている人

子ども映画会

親子で楽しめる映画会を行います。

☎8月20日(日)10:30～11:25 ☎『がんばれスイミー』『忍たま乱太郎 火星で大そうさく!の段』

☎小学生以下の子どもと保護者 ☎50人(先着順)

月間予約ランキング

Ranking

令和5年6月

- 『墨のゆらめき』 三浦 しをん/著 新潮社
- 『物語の種』 有川 ひろ/著 幻冬舎
- 『コメンテーター』 奥田 英朗/著 文藝春秋
- 『怪物』 坂元 裕二/脚本 宝島社
- 『鈍色幻視行』 恩田 陸/著 集英社

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 ☎☎773-3711



あっぴいぶっくるのキャラクター「アッピー」

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」「えほんのきらく」を持ってきてね！スタンプを押すよ！



子どもの読書活動支援センター ツイッター

こわ～い おはなし会

夏休み！ こわいおはなしで、ゾ～っとしませんか。こわいおはなしが大好きな子も、ちょっと苦手な子も、みんな大集合！

☎8月19日(土)①14:00～14:30 ②16:00～16:30 所 図書館本館 ☎5歳児～小学生 ☎各10人(先着順・保護者同伴可) ☎電話で子どもの読書活動支援センターへ



8/15	☑ でんしゃで遊ぼう 14:00~15:00 園1歳以上の未就学児
16	ア わんぱくひろば 11:10~11:50 園市内在住の3歳児と保護者 申8/7(月)から直接または電話 ア 館内大かくれんぼ大会 15:00~16:00 園小学生 ☑ 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 9:30~11:30 園7~11カ月児 園18組 申直接または電話
17	ア よちよちひろば 10:30~11:30 園市内在住の0歳児と保護者 申8/7(月)から直接または電話 ア アッピー手芸 14:00~15:00 園小学生 定7人 申8/7(月)から直接または電話 ☑ ちびちゃんの音あそび 11:00~11:30 園未就園児 定20組 ☑ バドミントン遊び 16:00~17:00 園小学3年生以上 ☑ はいはいたいむ 10:00~11:00 園1歳~1歳3カ月児 定12組 申直接または電話
18	ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児 ア 夏休み親子スポーツイベント 15:00~16:00 園幼児・小学生
19	ア 藤城清治の絵本読み聞かせ 11:00~11:30 ア 夏休み卓球大会 15:00~16:00 園小学生 ☑ 体験トランポリン教室 9:20~11:40 園3歳児~小学生 定49人 申9:05から整理券を配布 ☑ ステップアップトランポリン教室 13:30~16:00 園・定 申27ページ参照 ☑ 読み語りの城 11:00~11:30
20	ア シュッポの部屋 14:00~16:00 園乳幼児・小学生 定混雑時は制限 ア 夏休みバドミントン大会 15:00~16:00 園小学生 ☑ ロボット工作 9:30~11:30 園市内在住の小学2年生以上 費1,000円 定12人 申8/1(火)から直接または電話
21	ア いろいろシアター 11:00~11:30 園幼児・小学生 ☑ 夏祭りDAYS~竹とんぼ~ 10:00~11:30 ☑ 夏祭りDAYS~魚釣り~ 14:30~15:30
22	ア アイロンビーズを作ろう 14:00~15:00 園小学生 定7人 申8/7(月)から直接または電話 ア 昔あそびの日 16:00~17:00 ☑ 夏祭りDAYS~おはなしの城~ 11:00~11:30 ☑ 夏祭りDAYS~ストラックアウト・卓球・ダーツ~ 14:30~15:30 園小学生以上
23	☑ 夏祭りDAYS~緑日~ ①10:30~11:30②14:30~15:30 ☑ みんなのおはなし 9:30~10:00 ☑ 0歳ひろば ①13:30~14:45②15:00~16:15 園①6カ月児まで②7~11カ月児 ☑ 保育所であそぼう 9:45~10:45 園上平保育所 園1歳6カ月~3歳児 定3組 申子育て支援センター
25	ア 夏のなかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児
26	ア 体験トランポリン教室 9:15~12:00 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 ☑ 昔遊び 14:00~15:00
27	ア おもちゃの病院 13:00~15:00 定10人(1人1件) ☑ 将棋教室 14:00~15:30 園市内在住の小学生以上 定12人 申8/1(火)から直接または電話

29	ア 昔あそびの日 16:00~17:00 ☑ ももっこオンライン 15:00~15:30 園市ホームページから
30	ア 英語でリトミック 10:30~11:00 園乳幼児・小学生 ア 絵本のおはなし会 15:00~15:30 園幼児・小学生 ☑ 2歳からのひろば 9:00~11:40 園2歳以上の未就学児
31	☑ バドミントン遊び 16:00~17:00 園小学3年生以上
9/1	ア アップーランドミニ秋祭り 10:30~11:30
2	ア アップーランド秋祭り 15:00~16:00 ☑ おはなし会 14:00~14:30 ☑ 子育て講演会 10:00~11:00 所・園・定・申20ページ参照
3	ア アップーランドピック 14:00~15:00 園小学生 ☑ ジュニアチャレンジ 14:00~15:00 園小学生~18歳
5	ア のびのびひろば 10:30~11:10 園市内在住の1歳児と保護者 定10組 申8/7(月)から直接または電話 ア 昔あそびの日 16:00~17:00 ☑ にこにこルーム 11:00~11:30 園0歳児 定15組 ☑ ももっこ広場 10:00~11:00 園原市公民館 園1歳以上の未就学児 定25組 申子育て支援センター
6	☑ 6か月までの赤ちゃんの日 9:30~11:30 園6カ月児まで 定18組 申直接または電話
7	☑ ちびちゃんの美術あそび 10:30~11:30 園未就園児 定24組 ☑ バドミントン遊び 16:00~17:00 園小学3年生以上 ☑ ころころたいむ 10:00~11:00 園・定・申27ページ参照
8	ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児
9	ア ビデオ上映会 ①11:00~②14:00~ ア レクゲームの日 14:00~15:00 園小学生
10	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 園乳幼児・小学生 定混雑時は制限 ☑ おもちゃの病院 13:00~15:00 定10人(1人1件)
11	☑ KAPLA(カプラ)の日 16:00~17:00 園小学3年生以上 ☑ 1歳ひろば 9:00~11:40 園1歳~1歳11カ月児
12	ア よちよちの部屋 10:00~11:00 園0歳~1歳6カ月児 ア 昔あそびの日 16:00~17:00 ☑ にこにこタッチ 11:00~11:30 園市内在住の1歳児 定20組 ☑ 保育所であそぼう 9:45~10:45 園①大谷保育所②原市南保育所③畔吉保育所 園①②1~3歳児③1歳6カ月~3歳児 定①②3組③5組 申子育て支援センター
13	ア 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 9:30~10:00
14	ア にこにこひろば 10:30~11:10 園市内在住の2歳児と保護者 定10組 申9/4(月)から直接または電話 ☑ はじめましてたいむ 10:00~11:00 園3~8カ月児 定12組 申直接または電話

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
～アップーランドミニ秋祭り・アップーランド秋祭り～

盆踊りやゲームを楽しみましょう!

●アップーランドミニ秋祭り

📅 9月1日(金)10:30～11:30 📍 未就学児

●アップーランド秋祭り

📅 9月2日(土)15:00～16:00



📍 本町6-11-25

☎ 779-7030 📠 772-7972

🕒 開館時間 9:00～18:00

📅 8月の休館日

15日(火)



アップーランド
ホームページ

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
～ステップアップトランポリン教室～

夏休み特別企画! 小学生以上を対象に、レベルアップにつながるトランポリン教室を開催します。ぜひチャレンジしてください! 📅 8月19日(土)13:30～16:00 📍 小学生以上(小学2年生以下は保護者同伴) 📎 35人(先着順) 🕒 13:15から体育遊戯室で整理券を配布(7人ずつ30分交代)

📍 今泉272

☎ 783-0888 📠 781-4466

🕒 開館時間 9:30～18:00

📅 8月の休館日

10日(木)、24日(木)



こどもの城
ホームページ

子育て支援センター ももっころム

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。気軽に遊びに来てください。

ころころたいむ

📅 9月7日(土)10:00～11:00

📍 9～11カ月児の親子

📎 12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

🕒 開館日 (月)～(土) 9:00～16:30

(12:00～13:00を除く)

●各催しの申し込み 8/4(金)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しょう。



市内の子育て拠点の一覧はこちらからご覧ください。

パオちゃん広場

親子で一緒に自由に遊べる広場です。広いホールで体を動かしたり手遊びや歌、製作などをしたりして楽しみましょう。その他外部講師によるイベントもあります。ぜひ遊びに来てください。

●うちわをつくろう

📅 8月28日(月)10:30～11:00

●親子体操～体操の先生と一緒にあそぼう♪～

📅 9月4日(月)9:45～10:15

📍 上22-5 ☎ 770-1500・📠 770-1501

🕒 開館日 (月)～(水)9:00～14:00(要予約)



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・☎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

食のボランティア(食生活改善推進員)育成講座

食のボランティア「食生活改善推進員」は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに地域で活躍しています。育成講座を修了した人は、推進員の仲間たちと、各地域の公民館で生活習慣病予防などの調理実習を実施し、知識を普及させる活動を行います。男性も参加できます。

時・所・内下表のとおり(全4回) 対市内に在住で講座修了後、推進員としてボランティア活動ができる人 費1,000円 定12人(先着順) 申8月31日(木)までに電話で西保健センターへ

回	とき	ところ	内容
1	9/7(木)	西保健センター	・地域で活躍する食のボランティアの話 ・計測結果から知る自分のカラダ
2	10/5(木)	東保健センター	・調理の基本(調理実習) ・気を付けたい食生活の話
3	11/9(木)	西保健センター	・健康運動指導士から学ぶカラダの整え方 ・自分の食生活再発見 ・食中毒予防
4	12/15(金)	東保健センター	・埼玉の食文化を学ぶ、郷土料理(調理実習) ・ボランティアへの第一歩ステップアップ講座



郷土料理(調理実習)で作る
アッピーグリーンヒ・ミ・ツうどん、
小麦まんじゅう

※時間はいずれも9:30~15:30です。

小学校入学準備に 2回目の 麻しん・風しんワクチンを!



対象期間を過ぎると定期予防接種として接種できず、接種費用が自己負担となり、健康被害が生じた場合には予防接種法に基づく補償が受けられません。体調の良い時に早めに接種を受けましょう。

時 令和6年3月31日(日)まで 対平成29年4月2日~平成30年4月1日生まれの子ども 母子健康手帳、予診票 申直接、予防接種実施医療機関へ ※詳しくは『令和5年度上尾市健康カレンダー』などを参照してください。

こころの健康講座

若い世代の依存症について、精神科医師、薬剤師、公認心理師による講座を開催します。アルコールや薬物だけではなく、買い物や食行動、市販薬、ネットなど、さまざまなものが依存の対象になりえます。こころの健康について一緒に考えましょう。時・内下表のとおり(全2回) 所西保健センター 対市内に在住の人 定20人(先着順) 申8月1日(火)から電話で西保健センターへ

回	とき	内容
1	9/ 8(金)	・医師による講義「思春期の依存症」
2	10/11(水)	・薬剤師による講義「薬と依存」 ・公認心理師による講義「依存症の相談・カウンセリング」 ・社会資源やサポート

※時間はいずれも13:30~16:10です。

コパトン健康マイレージ~アプリ登録講習会~

時①9月6日(火)9:20~10:20、10:30~11:30 ②9月28日(木)13:30~14:30、14:40~15:40 ③10月3日(火)9:20~10:20、10:30~11:30 所①原市公民館 ②西保健センター ③東保健センター 対18歳以上でスマートフォンでの登録方法が分からない人、専用歩数計からスマートフォンでの利用に切り替えたい人 定各6人(先着順) 申電話で西保健センターへ



事業スケジュール

各事業について詳しくは、『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・出張所にあります。



健康カレンダー



母子保健 東保健センター

- 赤ちゃんと②アップertime 8月21日(月)10:00~11:30
- フッ素塗布 8月22日(火)13:15~14:00 ①1歳以上の未就学児 ②1,430円
- 10か月児健康相談 8月30日(水)9:00~10:00
- にこにこ健康相談会 8月31日(木)9:00~10:00
- 離乳食教室初期 9月1日(金)10:00~11:10、13:30~14:40
- ふたご♡みつごのワクワクルーム 9月4日(月)10:00~11:30 ①未就学児のふたご・みつごの親子、ふたご・みつごを妊娠中の妊婦とパートナー
- このとり相談(妊活・不妊相談) 9月8日(金)13:00~15:15 【要予約】 予約専用電話070-3131-7256
- 離乳食教室後期・完了期 9月22日(金)10:30~12:00

いのちのオンライン相談

①市内に在住・在勤・在学の人

【LINE窓口】

②毎週(火)15:00~17:00、第1(木)21:45~22:45

③ラインでID(soudan1@ageokenko1)を追加してトークを送信

【Web窓口】

④毎日24時間 ⑤相談フォームを送信



成人・精神保健 西保健センター

- 心理士によるこころの悩み相談 8月18日(金)、9月11日(月) 9:10~11:30、13:10~15:30
- ピアサロン ①8月21日(月)13:30~15:00②9月6日(水)13:30~15:00 ③①統合失調症の家族②気分障害(躁・うつ)の人の家族
- 運動教室 ①エクササイズ/8月23日(水)10:15~11:30(受け付け/10:00~) ②簡単ストレッチ/9月8日(金)10:15~11:30(受け付け/10:00~) ③リラクソヨガ/9月14日(木)10:15~11:30(受け付け/10:00~) ④①②西保健センター③東保健センター ⑤令和6年3月末時点で40~64歳までの医師に運動制限を指示されていない人 ⑥各10人 ⑦飲み物、タオル、運動のできる服装、外履きの運動靴(①②だけ)
- 健康チェック・相談会 8月31日(木)13:30~16:00
- 学ぼう!脂肪を貯めにくくする食事 9月11日(月)14:15~14:45 ⑧5人
- 各種検診 実施期間5~11月(集団検診は12月の指定日まで) ※予約空き状況など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- ☎ 電話予約
- 📱 Web予約

Web予約はこちら



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。

●平日夜間及び休日急患診療所

①緑丘2-1-27東保健センター3階 ②☎774-2661・☎772-1353

診療名	診察日	受付時間
小児科・内科	(月)~(金) (祝を除く)	20:00~21:30
小児科・内科・外科	(日)・(祝)	9:00~11:30 13:00~15:30

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。

●産科 8月当番医 【診療時間】9:00~12:00、13:00~16:00

8/6・27	ナラヤマレディースクリニック	☎771-0002・☎771-3922
8/11	上尾中央総合病院	☎773-1111・☎773-7122
8/13	葵ウィメンズクリニック	☎781-1188・☎782-8771
8/20	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。

医療機関を受診するか迷った時

埼玉県 AI 救急相談



埼玉県救急電話相談

☎毎日24時間

☎#7119

☎048-824-4199

今月の健康

No.501

高血圧・塩分摂取

わが国では成人の3人に1人、高齢者の3人に2人が高血圧といわれます。高血圧の予防と治療は国民的課題であり、そのためには塩分摂取制限が大切です。塩分摂取で口渇となり、水分をとることで血管が張りつめ高血圧となります。さらに慢性化すると動脈硬化に進展し、脳梗塞・心筋梗塞を発症して生命を脅かします。

現在、日本人の1日塩分摂取量は約10gですが、高血圧を予防するための目標は男性7.5g未満、女性6.5g未満です。高血圧の人であればより厳密な制限が必要で、6g未満といわれています。欧米の基準はさらに厳しく、一般人6g未満、高血圧の人は4g未満です。そもそも人間の塩分摂取量は石器時代には1.3gだったといわれ、現在でも1g未満で生活している南米の部族もいることから、塩分必要量は1.2g程度です。熱中症のように大量の発汗時は塩分補給が必要ですが、私たちの日常は必要量をはるかに超えた食生活を営んでいるため、基本的には制限することが勧められます。

塩分摂取量は、医療機関での尿検査でわかります。制限しているつもりでも、実際は多く摂取している人が多いようです。まずは調べることをお勧めします。日本人の塩分摂取の元はしょうゆが最も多く、次いで漬物、みそ汁、魚の干物などの報告があります。

減塩のポイントは、①外食・加工食品(一般的に塩分が多いが、最近は減塩もある)に注意し、麺類はスープを残しましょう ②酢や香辛料は、食塩を含まず血圧への影響が少ないです ③塩分の多い調味料(しょうゆ、みそなど)を減らしましょう。減塩しょうゆも有効ですが、量を増やさないようにしましょう ④食品の塩分含有量を目につく冷蔵庫などに貼ってもよいでしょう。

上尾市医師会、
榎本クリニック、
榎本 信行

市民相談 相続、離婚相談など	（出日、18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	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、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	7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	6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	5日（火） 13：00～16：00 （1回の相談は25分）
行政相談 事前予約 国の行政事務についての要望や苦情	5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
土地家屋調査士相談 事前予約 土地境界調査・測量・分筆・合筆 地目変更や建物の表示に関する登記など	12日（火） 13：15～15：15 （1回の相談は30分）
市民相談室 （市役所第三別館1階） ※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。	
ところ ☎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	（出日、18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	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、18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・性の少数者（LGBT）などの人権問題	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 ㊟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 ※ベトナム語はメールで相談できます。	よかつげつ にちげつ / し 4日（月）、11日（月） / 市 民相談室 23日（水） / 501会議室 ① 9：00～12：00 ② 13：00～16：00
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	（出日、18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、生活上の困り事、介護など	（出日、18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	（出日、18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）	
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（青丁目東22-1（AGECOCO内）） ☎725-3373 ☎725-2971 ㊟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	（出日、18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・ひきこもり相談 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ひきこもり相談（ニート、ひきこもり、不登校など）	（出日、18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	（水）（出日、18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（相談専用電話） ☎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）	（出日、18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	（出日、18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（の受理、就業情報の提供など）	（出日、18日祝を除く毎日） 8：30～17：00
ところ 商工課（プラザ22内） ☎777-4441	

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、18日祝を除く毎日） 10：00～17：00
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、18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「市制施行65周年記念あげおワールドフェア出展者・運営ボランティア募集」(18ページ参照)と「小学校入学準備に2回目の麻疹・風疹ワクチンを!」(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

Ageo World Fair 2023

The "Ageo World Fair 2023," with participation of some 20 countries and areas, will be held at Bunka Center on December 8 (Sun). We are recruiting individuals and organizations who wish to participate in this event. Application: contact the AGA Secretariat by fax or email. Application deadline: August 31 (Thu) for those who wish to present their home countries at a booth, perform on stage (singing songs, dancing, playing musical instruments), make a speech and so on. September 29 (Fri) for those who wish to organize it as volunteer staff. → AGA Secretariat Tel 780-2468 / Fax 775-0007 office@aga-world.com

Measles and Rubella Vaccinations

The regular vaccination period for the measles & rubella combined vaccine (Part 2) begins on April 1 of the year prior to entering elementary school and ends on March 31 of the following year. If eligible children miss this period, there will need to pay a fee to receive the vaccination; in addition, they will not get compensation based on the Vaccination Act even if they should suffer health problems due to the vaccination. Eligible children are encouraged to get vaccinated early but only when they're in good health. When: until March 31, 2024. For: Children born between April 2, 2017 and April 1, 2018. What to bring: Maternal and Child Health Handbook and medical questionnaires. Application: please contact the designated medical institution. For more information, please refer to the Health Calendar. → 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

Ageo World Fair 2023

Evento de intercâmbio internacional, "Ageo World Fair 2023" que contará com a participação de 20 países e estados, será realizado dia 8 de outubro, domingo, no Bunka Center. Procura-se expositores e voluntários de gestão para realização do evento. Inscrições junto à Secretaria da AGA (Associação Global de Ageo). Prazo de inscrição da exposição é até dia 31 de agosto, 5ª feira, para aqueles que possam fazer exposição de introdução do país de origem, aparições no palco (dançar, cantar, tocar instrumentos musicais) ou fazer oratória em

japonês ou até dia 29 de setembro, 6ª feira para aqueles que quiserem participar como voluntário de gestão. → AGA JIMUKYOKU Tel 780-2468 / Fax 775-0007 office@aga-world.com

VACINA PARA SARAMPO E RUBÉOLA

A vacina combinada contra sarampo e rubéola (2ª dose), poderá ser tomada gratuitamente para crianças alvo que estiverem na faixa etária um ano antes de entrar no primário, no período de 1º de abril à 31 de março. Caso a criança não tenha sido vacinada durante este período, esta será cobrada e se a mesma vier a apresentar efeitos colaterais da vacina, o responsável não poderá ser indenizado conforme a Lei de Vacinação Preventiva. Levar sua criança para tomar a vacina quando esta estiver com saúde. Período: até 31 de março de 2024. Crianças alvo: nascidas entre 2 de abril de 2017 à 1º de abril de 2018. Levar: caderneta materno/infantil e questionário médico. Pedidos: diretamente nos hospitais e clínicas. *Maiores informações ver o Calendário de Saúde elaborado pela prefeitura. → HIGASHI HOKEN CENTER Tel 774-1414/Fax 774-8188

Para maiores informações

Favor contactar Shimin-kyodo-suishin-Ka (inglês/japonês) 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

Ageo World Fair 2023

El domingo 8 de octubre, en Bunca Center, se celebrará la feria "Ageo World Fair 2023" en la cual participarán unos 20 países y regiones del mundo. Se convocan personas y grupos a participar en la fiesta. Inscripción: Contactar con la Secretaría de la Asociación Global de Ageo (AGA) por fax o por e-mail. Fecha límite de inscripción: 31 de agosto (jue.) para presentación de su país de origen, actuación artística en el escenario (baile, canto o interpretación de instrumentos musicales) o si quiere dar un discurso en japonés; y 29 de septiembre (vier.) para trabajar como voluntario/a en el comité de dirección. → Secretaría de la AGA Tel 780-2468 / Fax 775-0007 office@aga-world.com

Vacuna combinada contra rubéola y sarampión

Tenga en cuenta que la vacuna combinada contra rubéola y sarampión (segunda fase) deberá ser administrada antes de que sus hijos entren en primaria, periodo desde el 1 de abril anterior al año de ingreso al colegio hasta el 31 de marzo del año siguiente. Es gratuita hasta 31 de marzo y después del 1 de

abril, los interesados deberán pagar. Además, aunque se le diera alguna consecuencia negativa o daños graves en la salud a causa de la inyección, no se puede solicitar indemnización alguna basada en la Ley de Vacunación. Así que se recomienda aplicarse cuanto antes cuando se encuentre bien de salud. ¿Hasta cuándo tiene que vacunarse?: Hasta el 31 de marzo de 2024. ¿Para quién?: Es para los niños que nacen del 2 de abril de 2017 al 1 de abril de 2018. ¿Qué debe llevar?: Cuestionario (Yoshin-hyo) y cuaderno de salud de madre e hijo (Boshi-techo). ¿Cómo inscribirse?: Ponerse contacto directamente con clínica u hospital. Para más información, por favor, consulte la Guía General sobre Programas de Salud/Kendo Karendo → Higashi Hoken Center Tel 774-1414 / Fax 774-8188

Para más información

Sírvanse ponerse en contacto con Shiminkyodosuishin-Ka en japonés o en inglés (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

上尾世界交流大会 2023

大约有 20 个国家和地区的人们前来参加「上尾世界交流大会 2023」, 将于 10 月 8 日(星期日) 在文化中心举行。这次招募参展的个人和团体。报名: 请用传真或电子邮件向市国际交流协会 (AGA) 事務局报名。报名截止日期: 参展 (介绍自己国家), 在舞台表演 (跳舞·唱歌·演奏乐器), 日语演讲等为 8 月 31 日(星期四), 运营方面的志愿者为 9 月 29 日(星期五) 为止。→ AGA 事務局 Tel 780-2468 / Fax 775-0007 office@aga-world.com

麻疹·风疹疫苗

麻疹·风疹的混合疫苗预防接种 (第 2 期) 的接种对象期间为从就学前年度的 4 月 1 日到次年 3 月 31 日为止。请注意, 超过对象期间接种费用必需自己负担, 而且如果预防接种后引起副作用时, 无法接受按照预防接种法下的补偿。建议对象者在健康状况良好时尽早接种。日期: 2024 年 3 月 31 日为止。对象: 2017 年 4 月 2 日~2018 年 4 月 1 日出生的儿童。携带物品: 母子健康手册、预诊票。报名: 请直接向实施医疗机构报名咨询。* 详细情况请阅览「健康カレンダー (健康日程表)」等。→ 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。

あげおのできごと
“ほっと”にお届け!



あげたて! NEWS

みんなが輝くまちあげお

広報あげお

8月号

2023 No.1073

発行/上尾市
編集/広報広聴課

TEL 048-775-5111
FAX 048-775-9819

上尾市ホームページ【PC用】
【携帯用】
https://www.city.ageo.lg.jp/ mobile/
https://www.city.ageo.lg.jp/ mobile/
s55000@city.ageo.lg.jp

上尾市

感情を想像して アウトリーチ「能ってなんだろう」



能面の説明をする梅若さんと、積極的に手を挙げる子どもたち

6月28日、平方小学校体育館であげお能・狂言鑑賞会アウトリーチ「能ってなんだろう」が、5・6年生の子どもたちに向けて行われました。
キラリ☆あげおPR大使の梅若奉志さんによる能の実演や能面に子どもたちは興味津々。「能面は角度によってさまざまな表情に見えるので、その感情を想像しながら見るのが大切」と説明がありました。
最後は11月19日にコミュニティセンターで予定されている能・狂言鑑賞会の演目「清経」の謡をみんなで一緒に練習し、梅若さんの仕舞の実演に子どもたちからは「かっこいい」と歓声が上がりました。

自ら育てた作物を収穫 農業体験教室(ジャガイモ)



家族で協力してジャガイモ掘り

6月24日、上尾市民農園アグリプラザ平塚で農業体験教室が行われました。農業に親しみをもち、もたらうための、種芋を植え草取りなどの世話をし収穫まで体験するものです。
晴れ渡る空の下、12家族が立派に育ったジャガイモを収穫しました。こつを教わりながら掘り進めると徐々にイモが姿を現し「たくさん見つかった」「こんなに大きなイモが取れた」と楽しそうな声が各所で上がりました。
帰り際には「たくさん取れたね。何が食べたかった?」「ゴロッケを作った」と言う会話も聞こえ、自ら育てた作物を収穫する喜びを知る良い機会となりました。



いんぎょ神輿を転がしながら激しくもみ合う担ぎ手

泥を浴びるいんぎょ神輿と老若男女 平方祇園祭のどろいんぎょ行事・武州平方箕輪囃子

7月16日に「平方祇園祭のどろいんぎょ行事・武州平方箕輪囃子」が4年ぶりに行われました。
祭典を終え八枝神社を出発した2基の神輿は、涼しげな笛と軽快な太鼓の音色を響かせる囃子とともに上宿地区を練り歩きました。神酒所である民家の庭では勇壮な掛け声が上がると、何度も勢いよく転がされる白木のいんぎょ神輿。泥がつくと家内安全・五穀豊穡のご利益があるとされ、担ぎ手や見物客は老若男女問わず、飛びかかる泥を浴びていました。
いんぎょ神輿で組まれた高さ3メートルの山車が登場すると、見物客も一緒に引き廻しを楽しみました。

活気と笑顔があふれる 上尾夏まつり



真剣にヨーヨー釣りに挑む子ども

7月15・16日に夏を彩る一大イベント「上尾夏まつり」が行われ、市内外から多くの見物客が訪れました。
15日には上尾地区の8町内それぞれで神輿の渡御が行われ、16日にはJR上尾駅周辺で、参加町内が集まり神輿の渡御や山車の引き廻し、和太鼓の演奏や踊りなどが行われました。暑さを吹き飛ばすような神輿の担ぎ手たちの威勢のよい掛け声と観客の声援や拍手が夏の土尾に響きました。
出店やキッチンカーの活気のある呼び込みや、親子や友人と祭りを楽しむ来訪者には、夏の風物詩に相応しい笑顔があふれていました。

◆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。