

「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

2024  
令和6年

No.1080

3  
月号



優美な桜と  
慎みのツツジ

特集





### ●今月の表紙

今月の表紙は、昨年のサクラの開花時期に上平公園に来ていた新1年生です。新品のランドセルに喜び姿がほほ笑ましく撮影させていただいた1枚です。

サクラは春の象徴として、古くから愛され、サクラを愛でる花見は日本独特の風習です。またサクラに次いで開花するツツジですが、市の花なのはご存じでしたか？ 春の訪れを心待ちに、花見やツツジの豆知識とともに散歩の予定など考えてみてはいかがでしょうか。

### スポットライト



**届け！ 支援の気持ち**  
地道な準備と日々のボランティア活動  
県立上尾高校 インターアクト同好会 (P.15)

### 市の人口・世帯



(令和6年2月1日現在)

23万41人

男／11万3,693人  
女／11万6,348人  
※前月より126人減

10万7,555世帯

※前月より33世帯減

### 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



45.51km<sup>2</sup>



### 3 今月のイチ面

## 犬の登録と狂犬病予防注射／飼い主としてのマナーを

### 4 特集

## 優美な桜と慎みのツツジ

### 10 市政ニュース

国民年金こんなときは届け出を／物価高騰くらし支援給付金・低所得者の子育て世帯への子ども加算／3月1日(金)から戸籍(除籍)謄本などの広域交付を開始他

### 14 市民のひろば

まちかど特派員だより「誰でもできる第二の人生学び直し」／アップーNET／スポットライト【県立上尾高校 インターアクト同好会】／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【荃わかめのチョナムル】

### 17 シティ情報

自治会・町内会・区会への入会／自衛官等／市指定無形民俗文化財「畔吉の万作踊り」を見てみませんか／埼玉武蔵ヒートベアーズオープン戦他

### 25 図書館へようこそ

### 28 保健センター通信 一歩ふみ出す健康づくり

### 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

### 30 4月の相談

### 31 Highlights 外国語情報コーナー

### 32 あげたて!NEWS

掲載記事は2月14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

## アップーを探そう！



右のアップーが  
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。

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、3月18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4月号のこのコーナーに掲載します。  
前号の答えは「20」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

# 犬の登録と狂犬病予防注射

生活環境課 TEL 775-6940・FAX 775-9872

狂犬病予防法により、生後3カ月(91日)以上の犬は、登録(初年度だけ)と毎年の狂犬病予防注射が義務付けられています。狂犬病は、発病すると治療はなく、ほぼ100%死亡する大変怖い病気です。毎年忘れずに狂犬病予防注射を受けましょう。



## 狂犬病予防注射

時・所 下表のとおり(雨天決行) ※荒天など会場の安全性が確保できない時には、中止する場合があります。その際は、市ホームページでお知らせします。 対象 生後3カ月(91日)以上の全ての犬 ※次の①～③の犬は注射を猶予することがあります。①健康上問題がある ②著しく興奮状態にあり飼い主が制止できない ③過去の予防接種で体調を崩したことがある 費用 接種だけ/3,500円、登録と接種/6,500円 届通知はがき(既登録犬だけ) ※はがきの記載内容を確認し、必要事項を記入して、お持ちください。新規の登録申請用紙は会場にあります(市ホームページからダウンロードも可)。

### 事故の防止 首輪・リードの確認を

注射は、原則として犬を注射台の上に乗せて行います。会場には、犬を押さえられる人が連れてきてください。赤ちゃんを抱っこして犬を押さえるのは大変危険です。子どもだけや1人で2頭以上連れての来場はできません。



### 下表の日程以外で狂犬病予防注射を受ける場合

動物病院で予防注射を受ける場合は、直接動物病院に問い合わせてください。上尾市が業務委託する動物病院では、予防注射と登録・注射済票の交付手続きができます。注射の猶予を受けた場合は、猶予証明書を速やかに生活環境課へ提出してください。



上尾市業務委託  
動物病院一覧

### 転入・登録事項変更などの届け出

犬の死亡や、飼い主の住所変更などは生活環境課へ届け出が必要です。 ※市外から犬を連れて転入した人は、転入前の自治体で発行した鑑札または登録を証明する物を用意してください。

【表】狂犬病予防注射日程表

とき	9:30~10:30	11:30~12:00	13:30~14:00
4/15(月)	丸山公園南口駐車場 P	市民体育館北側駐車場 P	春日第二公園
4/17(水)	瓦葺むじなや公園	五番町第一公園	上尾運動公園陸上競技場 メインスタンド前 P
4/18(木)	べにばな公園	文化センター第3駐車場 P	小泉氷川山公園駐車場
とき	10:30~11:30	14:00~15:00	
4/21(日)	上平公園南側駐車場 P	浅間台大公園 P	
	原市白山公園	さいたま水上公園第2駐車場 P	

※Pは駐車場がある会場です。

## 飼い主としてのマナーを

マナーを守らない飼い主に対する苦情が多く寄せられています。犬や猫を飼うときは、社会のルールとマナーを守り、最後まで愛情と責任を持って、次の点に注意しましょう。

### 犬を飼っている人

- ・トイレは散歩前に済ませ、ふんは必ず持ち帰り、オシッコは水で流す
- ・散歩のときは、必ずリードをする



### 猫を飼っている人

- ・事故や周囲に迷惑がかかることのないよう、室内で飼育する
- ・過剰繁殖を防ぐため、避妊去勢手術をする



### 身元の表示

飼い犬へは鑑札と注射済票を、飼い猫には連絡先を記入した迷子札を着けましょう。

マイクロチップを装着すれば、行方不明になったり、離れ離れになったりしても、飼い主の元に戻ってくる可能性が高くなります。装着した場合は、環境省の登録サイトに飼い主情報を登録しましょう。

### 無責任な餌やりはやめて

野良猫に対し「かわいそう」という感情から餌を与え続けることで、近隣住民の迷惑になることがあります。

時間を決めた餌やりや残った餌の片付け、トイレの設置やふんの後始末などルールを決めて、周辺住民の理解を得るなどしましょう。

### ペットの適正飼養啓発プレートの無償配布

ペットの飼養に関するマナーで困っている人に、生活環境課の窓口で適正飼養啓発プレートを配布しています。

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



# 優美な桜と 慎みのツツジ

古くから和歌で「花の便り」という言葉があります。桜を中心とした春を象徴とする言葉です。ことしも間もなく訪れる花の便りを心待ちに、お花見の予定などを立ててみてはいかがでしょうか。花見の時には桜を愛でながら、その歴史を思い出し、皆さんで楽しめるようマナーにも注意しましょう。

## 時代で 移り変わる花見

お花見文化の始まりは、奈良時代の  
上流階級と考えられています。その  
頃のお花見はウメやハギを眺めるの  
が主流でした。

平安時代に対象がウメからサクラ  
へと変化し、記録に残る最古の行事は、  
嵯峨天皇が催した「花宴かえんのせちの節」です。  
〔日本後紀〕より）



紙本著色醍醐花見図屏風

©国立歴史民俗博物館所蔵

鎌倉・室町時代になるとお花見の  
文化は貴族だけでなく、武士階級にも  
広まっています。それまでのお花見  
は宴会として催されていましたが、宴  
会として催されるようになったのはこ  
の時代からといわれています。豊臣秀  
吉が催した「醍醐の花見」は歴史的に  
も有名です(上図)。

江戸時代に入るとお花見は庶民に  
も広がります。もともと農民たちは  
古くから豊作祈願や作業の開始時期  
を計るなどサクラとの関わりがあり  
ました。江戸時代末期になると現代  
で主流となるソメイヨシノが誕生し  
ます。

## 花見のたしなみ

### 場所取り

誰だって広く良い場所を取りたい  
もの。必要以上のスペースを確保す  
るといった無風流なことはいやめま  
しょう。

### 敷物

花見に使う敷物を「花筵はなむしろ」とい  
うそうです。ビニールシートをサクラ  
の根元に敷くと、根が傷んだり呼吸  
困難になったりするので注意しま  
しょう。ゴザなどを用意すればサクラ  
にも優しく雰囲気も満点です。

## 花見酒

酒器の中にひとひらの零こぼれ桜、情  
緒ある光景です。しかし花見酒はほ  
ろ酔い程度に抑え、車や自転車を運  
転する時は酔うのは桜だけにしま  
しょう。

### 静かに楽しむ

静かに過ごしたい人や近隣の住民  
を気遣い、その場にいる皆さんが楽  
しめるように配慮しましょう。

### ゴミ

器などなるべく使い捨ての物は使  
わず、プラスチック皿やおしぼりな  
どを活用し、自分たちのごみは持ち  
帰りましょう。

## 良くも悪くも 根が張る木

### 川沿いに植える理由

昔の人々は、サクラの木を川沿い  
に植えば多くの人がお花見に訪れ  
て、その地を歩くことによって踏み  
固めてくれる、それが洪水を予防す  
る強固な堤防を作ってくれると知っ  
ていたからなのだそうです。

もう一つの理由として、サクラは  
非常に根を張る木であり、堤防にサ  
クラの木を植えることによって、他

の木を植えるよりしっかりと地盤を固  
めてくれる効果があるようです。

### 家庭では植えない理由

サクラは成長が早く、大変なスピー  
ドで幹も太ります。健全に育てば幹  
回りは1.5倍以上、枝張り幅は10.5倍に  
もなり、普通の庭では収まりきらな  
いほどになります。

背が高くなるということは、根も  
体を支えるために広がります。植物  
の根という真下に深く伸びるイ  
メージがありますが、深くなればな  
るほど土が堅く根が伸びにくい  
ので、実際は横に広がって成長します。  
家の壁から5.5倍以上は離さない  
と家の基礎の下に根を張り、家を壊して  
しまう危険があります。

その他にも、害虫・剪定・縁起な  
どの面から植えないほうがよいとさ  
れているようです。

## 神の座す木

いくつかの逸話がありますが、この  
国がまだ神代かみよといわれていたころ、コ  
ノハナノサクヤヒメが富士山の頂か  
らサクラの種をまいだのが日本にサ  
クラが誕生した始まりだという話が  
残っています。またサクラの名の由  
来は、サクラの「サ」は農耕の神様、「ク  
ラ」は座る場所を表し、神の座す木で  
あるといったお話もあります。



桜餅の工夫

塩漬けのサクラの葉で巻かれた桜餅、花見とともに春の訪れを感じます。サクラの葉に含まれる「クマリン」は、抗菌作用に優れており、血液やむくみを改善する効果があります。サクラの葉の塩漬けを桜餅に使うのはそのような理由からです。クマリンは大量に摂取すると肝臓障害を起こす可能性があります。時々食べる程度の桜餅では問題ないといえるでしょう。むしろ昔の人の考え

た「おいしく食べる知恵と工夫」ではないでしょうか。

また花の芳香には解毒作用があり、熱を下げたり、二日酔いの不快感やせきなどを緩和したりすることもあるようです。

桜餅、関東と関西の違い

関東と関西では桜餅の形状が異なります。関東の桜餅は長命寺の門前で販売されていた物が普及し、関西の桜餅は道明寺といわれるお寺で武

士の携帯食とされていた物が普及したといわれています。

関東風桜餅  
(長命寺餅)



関西風桜餅  
(道明寺餅)

サクラの仲間って

サクラは植物学上、バラ科、サクランボ科、サクラ属の落葉高木または低木の樹木です。バラ科にはサクラの他に、イチゴ・リンゴ・ナシ・モモなどバラとは思えない身近な植物があります。バラ科全体に共通する特徴は、放射相称の花で、花弁とがくが各5枚でがくの根本が筒状です。また、雄しべがたくさんあり、雌しべもたくさんあるものが多いという特徴があります。

桜の日

3月27日は1992年に「日本さくらの日」が制定された「桜の日」です。由来は季節ごとの鳥や虫、植物、天候などの様子を表した「七十二候」という72の季節の一つ「桜始開」が

3月25～29日の期間になること。また「サク(3×9)=27」という語呂合わせの二つの理由から3月27日が選ばれたと考えられています。ことしの開花予想は3月20日ごろのようです。桜の日には満開となっているといいですね。

緑色のサクラ

サクラといえば圧倒的にソメイヨシノが多く、その割合は全国の約8割といわれています。そのためサクラといえば白やピンクの花をイメージする人も多いと思います。しかしサクラには黄色や緑の珍しい品種があるのをご存じでしょうか。それらは「御衣黄桜」「鬱金桜」といわれるサクラです。開花時期は4月中旬から5月上旬です。市の花「ツツジ」の開花とともに珍しい緑色のサクラを探しに行ってみてはいかがでしょうか。



御衣黄桜





## サクラ・ツツジ スポット

凡例 /サクラスポット /ツツジスポット

地区	No	名称	住所
上尾	1	上尾運動公園	愛宕3丁目28
	2	文化センター	二ツ宮750
	3	児童館アッピールランド	本町6丁目11-25
	4	氷川諏神社	宮本町1-14
	5	谷津観音	谷津2丁目3-23
	6	芝川日の出橋	上尾下
	7	陣屋公民館	上尾下910-1
平方	8	上尾丸山公園	平方3326
	9	荒川さくら堤	平方
原市	10	見沼用水路西縁 (緑のヘルシーロード)	瓦葺1504
	11	稻荷神社	瓦葺2282-1

地区	No	名称	住所
大石	12	鴨川中央公園(鴨川緑道)	中妻5丁目33
	13	浅間台大公園	浅間台3丁目35
	14	大久保公園	中分1丁目8
	15	上平公園	菅谷16
上平	16	平塚公園	平塚1212
	17	氷川神社(上)	上454
大谷	18	ゆりが丘公園	向山4丁目15
	19	六建ニュータウン	今泉4丁目1-1
	20	堤崎愛宕神社	堤崎329
	21	神明神社	向山3丁目2-6
	22		



## 上尾さくらまつり

市観光協会 TEL775-5917・FAX775-5024

時 3月23日(土)～4月5日(金) 所 上尾丸山公園(公園管理事務所前通路)

内 市観光協会推奨品店の出店、JAさいたま女性部の手作りまんじゅうなどの販売(予定) / 3月23日・24日(土)・30日(土)・31日(日)10:00～16:00



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



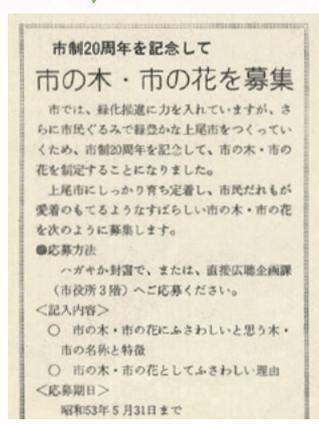
昨年7月に市制65周年を迎えた上尾市。「市の木」「市の花」「市民の木」が制定されたのは、45年前の市制施行20周年の時です。「市の花」に制定されたツツジは、垣根や街路樹としての印象が強い植物ですが、公園にもきれいに植樹されているツツジがたくさんあります。サクラの花見のあとは、ツツジを見ながら陽春の公園を散歩してみてもはいかがでしょうか。



# 市の花「ツツジ」

市の花「ツツジ」は昭和53年の市制施行20周年を記念して制定されました。「市の木」「市の花」を市民公募し、同年7月15日の市制施行式典内で「市の木 カシ」「市の花 ツツジ」「市民の木 アオキ」が制定されました。候補としては他に「サクラ」「シバザクラ」「キク」などがありましたが、緑化や自然保護に重点を置き「有識者の意見を聞く会」で討議を重ね「ツツジ」に決定しました。 ※市の木となるカシは巨木となることから市民の木が新たにつくられたそうです。

ツツジは愛好家が非常に多く、上尾丸山公園や街路などに植えられている春の花です。種類も多く、気候の変化や公害にも比較的強く、誰でも手軽に栽培できます。市の花「ツツジ」にはサツキやさまざまな種類のツツジを含むこととしています。



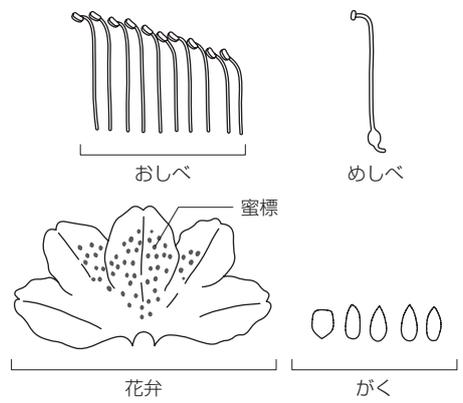
当時の募集記事

## 特徴

ツツジは、日本や中国など東アジアを原産とするツツジ科の植物です。桜の開花が終わった4〜5月ごろに鮮やかに咲き誇る姿が印象的です。

庭木や街路樹としてなじみのあるツツジですが『出雲国風土記』や『万葉集』にもツツジに関する記述があったとされ、昔から日本人に親しまれてきました。

ツツジの花で特徴的なのが、上の花びらだけに斑点があることです。これを蜜標みつひょうと呼びます。蜜標は、昆虫に花粉を運んでもらうために蜜があることを知らせるマークです。蜜が溜まっているのは、この蜜標がある花びらの奥だけです。



## 街路樹に多い理由

ツツジには高い清浄効果があり、シックハウス症候群でも知られる「ホルムアルデヒド」を吸収し、空気を清浄にする効果があるそうです。また車の排気ガスや道路のアスファルトの高温など、過酷な環境にも耐えられる丈夫さがあります。同時に白・ピンク・赤・紫など色鮮やかな花が美しい景観にも役立ち、全国の街路樹として多くのツツジが植えられています。

## 花言葉

ツツジの代表的な花言葉は「慎み」「節度」です。ツツジは英語で「Azalea」、アザレアはラテン語で乾燥を意味する「azaleos」がもととなっていて、アザレアが乾燥する土地を好むため付けられたそうです。この乾燥が欲のないイメージにつながり「節度」が花言葉になっています。

またツツジは花の色別に花言葉があります。白いツツジは「初恋」、ピンクのツツジは「愛の喜び」、赤のツツジは「燃え上がる思い」や「恋の喜び」、紫のツツジは「美しい人」などです。

ツツジとしての花言葉は「慎み」「節度」と律したイメージですが、色別では情熱的なイメージになるのが面白いですね。





**バイクや軽自動車の廃車などの  
手続きは4月1日までに**

市民税課 ①7755130  
②77519846

軽自動車などを4月1日時点で所有している人に軽自動車税(種別割)が課税されます。すでに廃車などをしてしている場合は、4月1日(月)までに手続きをしてください。

●**原動機付自転車の廃車などの手続き**  
原動機付自転車を所有しなくなった場合(廃棄・譲渡・紛失・盗難・死亡など)や市外に転出する場合は、市民税課で廃車などの手続きをしてください。

●**他市区町村のナンバープレート交換の手続き(原動機付自転車)**  
市外から転入し、上尾市のナンバープレートに変更していない原動機付自転車を所有している人は、市民税課で交換の手続きをしてください。  
※他市区町村のナンバープレートの廃車手続き(上尾市のナンバープレートへ変更しないものは、受け付けできません。 ※詳しくは、市民税課に問い合わせてください。  
●**125ccを超えるバイクや軽自動車(三輪・四輪)の手続き**  
次のところへ問い合わせてください。 ※それぞれ①と②で手続きが必要です。

①125ccを超えるバイク ①埼玉運輸支局②54012026 ②埼玉県自動車整備振興会③1771、軽自動車(三輪・四輪)①全国軽自動車協会埼玉事務所②7600138163110

**三菱UFJ銀行と足利銀行での窓口納付が有料化**

出納室 ①77519431  
経営総務課 ①77510381  
②77515160  
③77519041

4月1日(月)から三菱UFJ銀行と足利銀行窓口での市税、上下水道料金、その他公金の納付書での納付に手数料がかかります。 ※詳しくは、各銀行に問い合わせてください。

**令和6年度固定資産課税台帳などの閲覧・縦覧**

資産税課 ①77515133  
②77519846

①**固定資産課税台帳(名寄帳)の閲覧**  
固定資産の評価額や課税標準額などを確認できます。 ※借地人、借家人は、借りている土地と家屋だけ



です。

①**納税義務者**、市内に在住の納税義務者と同一世帯の親族、納税義務者からの委任状を持っている人

②**費用** 4月1日(月)～5月31日(金)／無料(借地人、借家人は1件200円)、6月3日(月)以降／1件200円

③**本人確認** ができる物(借地人、借家人は賃貸借契約書も必要)

④**固定資産税路線図の公開**  
時 4月1日～

⑤**土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧**  
納税義務者が市内に所有している土地や家屋の評価額を、他の土地や家屋の評価額と比較できます。  
時 4月1日～5月31日

⑥**納税義務者**、市内に在住の納税義務者と同一世帯の親族、納税義務者からの委任状を持っている人

⑦**本人確認** ができる物  
⑧**①～③共通**  
所資産税課

**1人暮らし(単身)高齢者調査**

高齢介護課 ①77514190  
②7768872

65歳以上の1人暮らしの高齢者世帯の実態を把握し、緊急時の援助や



福祉支援の基礎資料にするため、民生委員・児童委員が3～5月に家庭訪問または電話、郵送で調査を行います。普段の生活で心配なことなどがある人は、地域を担当する民生委員・児童委員に気軽に相談してください。また、担当の民生委員・児童委員が不明または欠員の場合は、高齢介護課に相談してください。

**高額医療・高額介護  
合算療養費の支給**

保険年金課(国保給付) ①78216481  
(高齢者医療) ①77515125  
②77519827  
③77516473  
④7768872

同一世帯で、1年間(8月～翌年7月)の医療保険と介護保険の自己負担額の合計が自己負担限度額を超えたときは、申請により超えた額が高額医療・高額介護合算療養費として支給されます。市の国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入していて、支給の対象になる人には3月以降(予定)に申請書を送付します。 ※住所や保険者の変更があった場合などは、送付できないことがあるので、問い合わせてください。  
①**申請書**を直接か郵送で保険年金課(〒362-8501本町3-1-1)、または直接各支所・出張所へ

市民コメント制度に基づく  
意見募集

保険年金課 ☎78216494  
☎77519827

上尾市国民健康保険第3期保健事業  
実施計画(データヘルス計画)・第4  
期特定健康診査等実施計画

【計画(案)の公表・意見募集期間】2  
月26日(月)～3月25日(月) 【計画(案)・  
意見書の設置場所】保険年金課、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、策定の参  
考にする ※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(必着)またはファクス、  
メールで保険年金課(〒362-8501  
本町3-1-1、☎205500@city.  
ageo.lg.jp)へ



国民年金こんなときは届け出を

保険年金課 ☎775-5137・☎775-9827  
大宮年金事務所 ☎652-3399

国民年金は、日本国内に住む20歳以上60歳未満の全ての人が入る制度です。職業などにより加入の仕方は三種の種別(下表参照)に分かれています。就職や転職、結婚などで加入する種別が変わったときや、住所や氏名が変わったときは、早めに手続きをしてください。マイナンバーの分かる物か基礎年金番号通知書または年金手帳、本人確認ができる物(自動車運転免許証など)と必要な物

①第1号被保険者(自営業者、農林漁業者、フリーター、学生、第2号被保険者に扶養されていない配偶者)

届け出事由	手続き内容	届け出先	必要な物
氏名が変わった	住民票の氏名変更を行えば、	国民年金の手続きは原則不要	
上尾市に転入した	住所変更	保険年金課	-
上尾市から転出した		転出先の市区町村	転出先の市区町村に問い合わせ
上尾市内で転居した	住民票の住所変更を行えば、	国民年金の手続きは原則不要	
海外に転出する	国民年金をやめる	保険年金課	-
	任意加入		国内に協力者(家族など)がいない場合/預(貯)金通帳と届け出印
受給資格が足りない、年金額を満額に近づけたい	任意加入(60歳以上65歳未満)		預(貯)金通帳と届け出印
保険料を納めるのが困難	学生以外/免除申請	保険年金課	失業した場合/雇用保険被保険者離職票、雇用保険受給資格者証など
	学生/学生納付特例申請		学生証または在学証明書
妊娠・出産した	産前産後免除該当届を提出		母子健康手帳など出産(予定)日と親子関係の分かる物 ※出産予定日の6カ月前から提出できます。

②第2号被保険者(厚生年金に加入している会社員・公務員)

届け出事由	手続き内容	届け出先	必要な物
勤務先を退職した	第1号被保険者資格の取得	保険年金課	資格喪失証明書など資格喪失日の証明ができる物

③第3号被保険者(第2号被保険者に扶養されている配偶者)

届け出事由	手続き内容	届け出先	必要な物
配偶者が厚生年金の会社(官公庁)を退職した	第1号被保険者への種別変更	保険年金課	資格喪失証明書など資格喪失日の証明ができる物
配偶者の扶養から外れた			

※マイナンバーの分かる物とは、①マイナンバーカード、②住所や氏名などの記載事項に変更のない通知カード、③マイナンバーが記載された住民票の写しや住民票記載事項証明書です。  
※第2・3号被保険者で住所・氏名の変更や基礎年金番号通知書・年金手帳を紛失した場合は、勤務先へ問い合わせてください。

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

**物価高騰くらし支援給付金・  
低所得者の子育て世帯への  
子ども加算**

市給付金コールセンター

☎77513548(平日9〜17時)

エネルギー・食料品などの価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得者世帯と同一世帯の18歳以下の児童に対し、給付金を加算支給します。

●①物価高騰くらし支援給付金

【給付額】1世帯あたり10万円

☎基準日(令和5年12月1日)に上尾市に住居登録がある令和5年度住民税均等割のみ課税世帯

●②低所得者の子育て世帯への子ども加算

【給付額】児童1人当たり5万円

☎令和5年度「物価高騰支援給付金」(住民税非課税世帯)と「物価高騰くらし支援給付金」(住民税均等割のみ課税世帯)の対象世帯内に扶養されている18歳以下(平成17年4月2日生まれ以降)の児童

●①②共通

☎2月下旬から対象世帯に順次確認書を送付(予定) ※詳しくはコールセンターへ問い合わせてください。

**スマホ用電子証明書を  
利用したコンビニ交付  
サービスの開始**

市民課

☎78219922  
☎77599827

マイナンバーカードに加えて、スマートフォンでもコンビニ交付サービスの一部のコンビニ事業者で利用できるようになりました。利用には、事前にスマートフォンにスマホ用電子証明書を搭載することが必要です。

対応しているスマートフォンの機種などは、「デジタル庁ホームページ」をご覧ください。

●利用できる事業者 (株)ファミリーマート/㈱ローソン



**防災行政無線の  
チャイム放送**

危機管理防災課

☎77515140  
☎7759927

防災行政無線のチャイム放送は、日没を目安に次の時間に放送します。【放送月/時間】3・4・8・

9月/17時、5〜7月/18時、10〜2月/16時

**情報発信ツールのご利用を**

広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873

■メールマガジン

防災、子育てなどさまざまな生活情報を、随時配信しています。



市ホームページ

■市公式ソーシャルメディア

エックス ツイッター フェイスブック ライン  
(X (旧Twitter)、Facebook、LINE)

イベント、防災、防犯、火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。



■市公式YouTubeで上尾の情報を配信中!

市公式YouTube「あげTUBE」では、上尾のさまざまな情報や魅力を随時配信しています。ぜひチャンネル登録をお願いします。



YouTube

**国民健康保険の  
脱退・加入手続き**

保険年金課

☎78216471  
☎77599827

市内に住居票がある人で会社の健康保険に加入、または扶養に入った場合、国民健康保険(国保)の脱退手続きが必要です。手続きをしないと国保税が引き続き課税されます。また、会社の健康保険を抜けた場合なども国保への加入手続きが必要です。就職や退職などの異動の事実が

あった日から14日以内に必ず届け出てください。  
☎保険年金課、各支所・出張所 ※郵送でも手続きできます。詳しくは市ホームページまたは保険年金課に直接確認してください。

**3月1日金から戸籍(除籍)  
謄本などの広域交付を開始**

市民課

☎7755129  
☎77599827

戸籍法の改正に伴い、これまで本籍地で請求していた戸籍(除籍)謄本

市長通信 輝く!  
あげお



ピアノを体験する畠山市長

音色を通じてまちににぎわいを

昨年の11月から、JR上尾駅改札前の自由通路にストリートピアノを設置しました。

ストリートピアノの大きな魅力は、子どもから大人まで誰もが気軽に立ち寄って演奏を楽しむことができることです。また、ピアノを中心に人々が集まるので、にぎわいの創出にもつながります。設置後、多くの市民の皆さまがピアノを弾いたり、その音色にたくさんの人が足を止めたり、JR上尾駅改札前では、すてきな旋律と笑顔があふれていると聞いています。私も駅前を通るたびに、今日はどんな音色が響いているかといつも心が躍る思いです。

2月1日には、上尾市出身のピアニストである細

貝柘さんがピアノを弾きに来てくれました。プロの美しく華やかなピアノの音色は、訪れた多くの皆さまに感動を与えてくれました。

ぜひ、市民の皆さまには、気軽にJR上尾駅までストリートピアノに触れていただき、また、駅の近くを通るときには、ピアノから奏でられる音色に耳を傾けていただければうれしく思います。音楽が身近にある風景。それは人々に癒やしを、まちににぎわいをもたらす効果があると感じています。今後も市民もまちも明るく楽しくなるようなまちづくりを進めてまいります。

市長 畠山 稔

埋蔵文化財の取り扱い

生涯学習課 ☎775-9496・☎776-2250

土の中に埋まっている文化財は「埋蔵文化財」と呼ばれ、わが国の歴史を証明する国民共有の貴重な財産です。そのため、文化財保護法により保存の対象になっています。

市内には約250カ所の埋蔵文化財包蔵地(遺構・遺物が埋まっている地域=遺跡)があり、県に登録されています。包蔵地内で土木工事などを行う場合は、文化財保護法の規定に基づく「埋蔵文化財発掘の届出」が義務付けられており、事前に試掘調査を実施します。住宅建築や開発行為などの予定がある場合は、生涯学習課で確認してください。

また「あげおガイドアピマップ」でも包蔵地の確認ができます。

**【調査が必要な場合】**①農業基盤工事や造成工事などによる掘削が埋蔵文化財に及ぶ ②住宅などの恒久的な建物、道路その他の工作物を設置する ③盛土または一時的な工作物の設置により、埋蔵文化財に影響を及ぼす恐れがある



包蔵地分布図



あげおガイドアピマップ



試掘調査

などが、最寄りの市区町村窓口でまとめて請求できるようにあります。  
※戸籍(除籍)抄本は対象外です。  
上尾市以外の市区町村が本籍地の除籍謄本などの請求は予約制です。  
所市民課  
※本人、配偶者、直系尊属(父母、祖父母など)、直系卑属(子、孫など)

※きょうだいや代理人は請求できません。  
※顔写真付きの身分証明書(運転免許証、マイナンバーカードなど)  
※予約は、請求日の1週間前までに直接または電話で市民課へ ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



日本文化学科木下綾子准教授の講義を受ける受講者

地域密着、身近な話題を体験取材!

まちかど

特派員だより

## 誰でもできる第二の人生学び直し

皆さん、人生の中で「ど真ん中の思い出」の一つは、やはり学生時代のものではないでしょうか。友達との触れ合い、授業の思い出、部活動など、中学・高校・大学生の青春時代。大人になり社会人になって、楽しくもあり、つらくもあつたいろいろな思い出を懐かしく感じ「できればもう一度、そんな青春時代をやり直せたらなあ」と思うことはありませんか。

と連携に関する包括協定を締結している聖学院大学の開放授業講座です。学校法人聖学院は、明治36年に聖学院神学校を設立し、その後東京都北区に中学・高校を、昭和63年に上尾の戸崎に聖学院大学を設立しました。

2回、前期は3月、後期は8月に募集をしています。

中学・高校そして大学時代は、どちらかといえば知識を得ることが主な目的でした。しかし社会人になってからの学びの意味は違います。「学び直しの楽しさ」は豊かな人生経験を経てきた中で「うん、そうだったのか!」という「知識+知恵」を学び、人生の振り返りや、これからの歩



上尾地区  
大成 達夫さん

み方の参考になるような学びであり、本講座ではそれが可能です。

聖学院大学へは、市内からの通学の便も良く、JR宮原駅からは徒歩15分、JR上尾駅西口から市内循環バスも出ています。またJR上尾駅から自転車で鴨川沿いを南下すれば、20分程度で通うこともできます。

聖学院大学の開放授業講座で、もう一度学生気分を味わい、若さを維持してみたいかがでしようか。

歌手の小坂一也さんの『青春サイクリング』という曲にこんな歌詞があります。「サイクリング サイクリング ヤッホー ヤッホー」。第二の人生の学び直し、そして健康を手に入れましょう!

## 市民の情報交流スポット



広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873

### おいでください

■**フォトクラブたちばな第23回写真展**  
3月23日(土)~4月7日(日)9:00~17:00、自然学習館 ☎三星☎726-8109 **ひと言!** 四季の花々を自然のまま美しくファンタジーに撮影。

■**ボランティア「はじめの一步」** 3月27日(水)13:00~16:00、コミュニティセンター ☎200人 ☎本城☎090-2452-2164 (20:00まで) **ひと言!** 講演介護施設入居者のきもち、紙芝居、ふるさと大合唱。

### いきいきサークル

●**上尾警察署ひまわり少年剣道教室** 毎週(火)小学生18:00~19:30・中学生19:00~

### 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。



20:30、上尾警察署 ☎小学1年生~(原則上尾署管内の小・中学生) ☎800円 ☎上尾警察署生活安全課☎773-0110(9:00~16:00) **ひと言!** 初心者大歓迎。基本から丁寧に指導します。

●**マウスクラブ** 毎月第1・3(水)9:00~12:00、瓦葺ふれあい広場 ☎月額1,000円(入会金1,000円) ☎渡辺☎090-4382-5264 **ひと言!** パソコン持参、易しいワード・エクセルを楽しめます。

●**なでしこ卓球クラブ** 毎週(水)9:00~12:00、上平公民館・市民体育館 ☎経験者 ☎参加時に200円(入会金1,000円) ☎小池☎090-2333-4574(19:00以降) **ひと言!** 10人位のアットホームな卓球クラブです。お気軽に!

●**健康太極拳「天天」** 毎週(水)14:30~16:00、コミュニティセンター ☎月額3,000円(入会金3,000円) ☎五十嵐☎725-7328(19:00まで) **ひと言!** ゆったりとした動き深い呼吸いつでもどこでも誰にでも。

●**にこにこ英会話(初中級クラス)** 毎月3回(水)10:00~11:30、大石公民館 ☎月額3,000円(入会金1,000円) ☎平井☎774-7178(18:00まで) **ひと言!** 若く有能な米国人講師、テキストとフリー会話、交流会。

●**音羽教室(詩吟)** 毎月2回(水)13:30~15:30、原市公民館 ☎青山☎726-5980 **ひと言!** 声のかすれ誤嚥予防に。体験会3月23日(土)13:30。

定…定員 ☎…対象 ☎…費用 ☎…当日、直接会場へ ☎…申し込み



県立上尾高校インターアクト同好会

国内外の難民の状況を伝えることも重視したそうです。インターネットなどで情報収集をしたところ、根拠に乏しいものもあり正確な情報を発信できるような展示内容を決めたそうです。

地域でのボランティア活動で社会奉仕や交流を通じ視野を広げ、国際感覚を養うことを目的とした「インターアクト」という活動をご存じでしょうか。今回は、市内を中心に活動する県立上尾高等学校インターアクト同好会の皆さんに話を伺いました。

同好会のメンバーは現在9人。普段は校内でペットボトルのキャップの回収をしたり、学校の外国語指導助手(A.L.T.)の協力を得て、英語でのコミュニケーション力に磨きをかけたりしています。

昨年9月に行われた文化祭では、難民を支援するため、10種類のオリジナル缶バッジを製作しました。中身の見えない袋で包装し、くじ引きのように箱の中から缶バッジを取るようにしたこと。わくわくしてしまうようなアイデアにはフレッシュさが光ります。また、自分たちで難民の現状や実態などを調べること、自身の知識を深めるとともに、調べた情報をパネル展示することで来場者に

## 届け！ 支援の気持ち

### 地道な準備と日々のボランティア活動



缶バッジを包装するメンバー

近年、インターアクトをはじめとする社会課題に対するさまざまな取り組みが注目されています。まずは日常生活の中で「自分にできることはないか」という視点を持ち、一歩を踏み出してみませんか。

売り上げは難民支援団体に寄付しました。「今でも缶バッジを校内の生徒がペンケースなどに付けている姿を見ると、うれしくなります」と、活動の足跡はしっかり残っています。

現在は、ことし1月に発生した能登半島地震で被災された人への支援金の募金を校内で継続しています。募金箱を手作りするなど、メンバーたちの熱意に心を打たれます。活動は学校内にとどまらず、2月17日にはJR上尾駅で募金の呼びかけを行いました。

地道な準備と日々の活動の積み重ねが目に見えないエネルギーとして伝わり、支援の気持ちを持った人の後押しにつながっていると感じました。

メンバーにインターアクトの魅力を聞いたところ「学校以外でさまざまな経験をすることで、視野が広がること」「授業で学んだ内容を活動で生かせること」「活動を通して地域や社会に貢献できること」と話してくれました。

# スポットライト

～人・仲間～

## 県立上尾高校 インターアクト同好会

(浅間台)



## 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2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。



### 特集 上尾で農業体験しよう！

- 早春ハイキング企画とても楽しそうだと思います！ 農業体験は子どもが小学生のとき、ダイコンとジャガイモを体験しました。貴重な経験になるのでこれからも続けてほしいです。メンタルヘルスセミナーやヨガ・ピラティスにことしもたくさん参加したいです。(40代)
- 農業体験は老若男女問わずできるため、市民向けとしてよい特集だと思った。表紙の写真もよかった。(20代)

自分で育てた作物は特別おいしい！ぜひ皆さんも体験してみてください。



### イチ面 早春ハイキング企画

- 前回のスタンプラリーに夫が参加しており、とても楽しかったようなので今回は私も参加してみようかと思っています。またすてきな企画を楽しみにしています。(30代)
- 駅からハイキングに参加して地元の歴史を知りたいと思いました。(50代)

上尾や近隣市町の歴史を楽しく知りながら運動しましょう。



『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。



さいとう ちはる  
**齋藤 千遥ちゃん**  
小敷谷 (7カ月)



おの はると  
**小野 陽翔くん**  
上野 (5カ月)

みんなを笑顔に、幸せにしてくれるわが家のアイドル♪ ほっぺとおめめがかわいイよ! これからもいっぱい遊んで笑って一緒に楽しい毎日を送ろうね♡ のびのび元気に育ってね♡

いつもに「笑顔の陽翔くん☆最近できることが増えてきて成長を感じます。これからも元気にのびのび育ってね♡



にえ おうすけ  
**贇 旺佑くん**  
中妻 (1カ月)

わが家の待望の第二子。起きている時間がだんだん増え、たくさんのおしゃべりで癒やしを与えてくれます。どんな子に育つのが、これからが楽しみです。



もらかみ ふうか  
**村上 風華ちゃん**  
上野 (1歳)

2023年秋! 初めてのお芋掘り体験をしました。次から次へと出てくる芋に感動が止まらないふうちゃんでした♡ 食欲の秋! たくさん食べてすくすく育ってね♡



こくれ きこ きとら  
**小暮 希来ちゃん 希虎くん**  
中妻 (2歳) (1歳)

トラくん1歳おめでとう♡ 日々姉の後を追って、9カ月で歩き、1歳で滑り台が1人でできるようになってママパパびびっくりにこれからもキコちゃんも仲良く成長していつてね! 大好きだよ♡



空飛ぶ乗り物で、こんな乗り物があったらいいなあと思ってとりバスを作りました。

よしだ さな  
**吉田 紗菜さん**  
(大石小学校2年)

とりバスしゅっぱーだー! 工作



色とりどりの花火がとてもきれいでした。

たむら みほ  
**田村 美穂さん**  
(平方東小学校3年)

入間大橋から見た花火(絵)

見て魅して...  
私のマナーブック



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

## 小学校 給食レシピ 137



### 茎わかめのチョナムル

37キロ

●材料1人分 分量(グラム)

- |                           |                  |
|---------------------------|------------------|
| 1 キャベツ(1号幅).....25        | 6 濃い口しょうゆ.....3  |
| 2 モヤシ.....20              | 7 穀物酢.....2      |
| 3 塩蔵茎わかめ(塩抜きする)*.....7    | 8 上白糖.....1.2    |
| 4 ごま油.....2               | 9 一味唐辛子.....0.01 |
| 5 ニンニク(りん茎、みじん切り).....0.5 |                  |

\*塩蔵茎わかめは、生の茎わかめをゆでて塩漬けにしたものです。  
\*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キャベツ・モヤシ・塩蔵茎わかめの順に鍋でゆで、火が通ったら水気を切る。
- ②鍋でごま油を熱し、ニンニクを炒め、6~9の調味料を入れて煮立たせ、①の野菜を入れてひと煮立ちさせる。

学校保健課 ☎775-9683・☎775-5633

# 暮らし

電子申請・届出サービス



パソコンやスマートフォンから、自宅で引越に伴う水道の手続きなどの申請ができます。操作方法で不明な点はコールセンター(☎012-0464-119・☎06-6455-5132)68(平日9~17時)に問い合わせてください。

☎17推進課☎75-5113

☎75-9921

## 奨学金の貸し付け

学習意欲がありながら、経済的理由により修学困難な生徒や学生に奨学金を貸し付け

**次回の税などの納付期限 4月1日(月)**

◇し尿汲取手数料  
.....第6期(12~1月分)

便利で確実な口座振替をご利用ください。

納税課 ☎775-5135

ます(所得状況、成績などの審査あり)。

【対】次の①~⑤の全てに該当する人

- ①市内に1年以上上居住し、市税を完納している世帯の子ども
  - ②学力優良・品行方正で、出身(在学)学校長の推薦がある
  - ③学資の支出が困難
  - ④連帯保証人がいる
  - ⑤他の奨学金やこれに類するものを受けていない
- 【貸付額・世帯の上限所得の目安】下表のとおり
- 【返済方法】四半期ごとの20回割賦返済(卒業後6カ月据え置き後開始、無利子)

- 【申】(1)申請書 (2)推薦書(封がされた物) (3)申請者調書(封がされた物) (4)住民票(申請者の世帯全員、本籍と続柄が記載された物、写し可) (5)連帯保証人が市外に在住の場合は、連帯保証人の収入状況を証する書類(所得証明書、源泉徴収票など)と住民票(個人、本籍が記載された物、写し可)を用意して、4月1日(月)~15日(月)に直接、教育総務課へ ※(1)~(3)は教育総務課にあります(市ホームページからダウンロードも可)。

区分	貸付額・貸付期間	世帯構成(例)	上限所得の目安
高校(特別支援学校を含む)・中等教育学校後期課程・高等専門学校・専修学校高等課程	月額1万円(正規の修業期間内)	両親と中学生(対象者)の3人世帯	510万円程度
		両親と中学生(対象者)、小学生の4人世帯	590万円程度
大学・短大・専修学校専門課程	月額2万円(正規の修業期間内)	両親と高校生(対象者)の3人世帯	510万円程度
		両親と高校生(対象者)、中学生の4人世帯	620万円程度

※予算の範囲内で貸し付けます。学校教育法に規定されていない各種学校は対象外です。 ※所得とは税法上の総所得金額です。

☎教育総務課☎75-9469

## 春季全国火災予防運動

「火を消して 不安を消して つなぐ未来」を統一標語に、春季全国火災予防運動を

★ ★ ★ ★ ★

**あげお観光情報**

市観光協会 ☎775-5917・☎775-5024

**推奨土産品「岸井農園のいちご」特別販売**

「岸井農園のいちご」を期間限定で販売します。各日20パックの限定です。この機会にぜひお買い求めください。

☎3月1・8・15日のいずれも(金)  
費1パック750円~  
品種は入荷してからの  
お楽しみ♪

あげお お土産・観光センター 営業時間10:30~18:30(月定休)  
所宮本町3-2 A-GEOタウン2階 ☎780-2266

あげお お土産・観光センター 検索

実施します。火災が発生しやすい時期が続くため、火の元、火の取り扱いには十分注意し、住宅用火災警報器を設置して火災に備えましょう。

時3月1日(金)~7日(木)

内防災行政無線や消防車両での広報活動、一般家庭への住宅防火診断や住宅用火災警報器の取り付けサポート ※詳細

しくは、市ホームページを確認するか予防課に問い合わせてください。

☎予防課☎75-1314・☎75-12230



## 転出届は マイナポータル から



マイナポータルから自宅へ転出の届け出が可能です。※転入届などの手続きは、転入先市区町村の窓口で行ってください。

**対**マイナンバーカード所有者で、インターネットに接続できるスマートフォンまたはパソコンとICカードリーダーイタを持っている人 ※詳しくは、デジタル庁ホームページをご覧ください。

問市民課 782-8790・FAX 775-9827

## 自治会・町内会・区会への入会

自治会・町内会・区会は、住民同士のつながりを大切に、より住みよい地域を目指してさまざまな活動を行う住民自治組織です。ぜひ、参加して、あなたの力を生かしてみませんか。

### ●自主防災会の活動

災害が発生した時は、近所での助け合いがとて大切で

す。日ごろから防災訓練を行い、災害時の情報収集方法や資機材・備蓄品などの確認をしています。

### ●安心安全なまちづくり

地域の安全を守るため、街路灯の維持管理や児童の登下校時の防犯パトロールなどを実施しています。

### ●市や地域の情報提供

回覧板を用いたり、地域内の各種団体と連携したりして、身近な情報を提供しています。

### ●環境美化運動の推進

快適な生活環境を守るため、地域清掃やリサイクル活動を行っています。

### ●スポーツ・レクリエーション活動

運動会や夏祭りなど、交流を深める親睦行事や伝統行事を催しています。

### ●地域の支え合い

社会福祉活動や各種募金活動への協力、子育て支援や敬老会の開催など、幅広い世代が交流を深めながら地域を支えています。

### 【加入方法】

班長を通じて自治会・町内会・区会役員に確認

するか、各地域の支所・自治会へ問い合わせてください。

問い合わせ先	電話・ファクス	問い合わせ先	電話・ファクス
平方支所	☎725-2004・☎780-1112	原市団地自治会	☎722-2481・☎796-0287
原市支所	☎721-1604・☎720-1113	尾山台団地自治会	☎・☎721-3752
大石支所	☎725-1079・☎780-1114	西上尾第一団地自治会	☎・☎726-2067
上平支所	☎771-2315・☎770-1102	西上尾第二団地自治会	☎726-0131・☎726-1404
大谷支所	☎781-0121・☎780-1113		

問市民協働推進課 ☎775-4539・FAX 775-0007



## 広告

# 上尾の有料老人ホーム

3月4日(月)～3月31日(日)  
個別見学会&介護相談会

当レストランの調理師が毎食手作り提供。  
同施設では、3月4日(月)～3月31日(日)まで、個別見学会&介護相談会を開催。上尾市内の人は自宅からの送迎も。親の老後のための介護相談も可能です。参加ができない人のために資料請求も受け付けています。

設立から15年、確かな介護・医療のノウハウを積み上げている「ラポール」運営の介護付有料老人ホーム「らぽーる上尾」。充実の医療的ケアと手厚い介護で「豊か」で「やすらぎ」のある老後の生活をサポート。総居室数119室の居室は、1人部屋と夫婦部屋を用意。理学療法士・看護師・管理栄養士のチームケアを採用。各チームには必ず看護師を配置し、専門知識で体調変化の早期発見、健康管理に取り組んでいます。食事メニューは管理栄養士が個別に管理し、直

所らぽーる上尾(上尾市地頭方422) 定各日各部先着1組(要予約) 申見学会事務局(わかば企画内) ☎0120-661-339 受付時間10時～17時※応募者の個人情報受付と会場案内に利用



タイル調でモダンな3階建てのらぽーる上尾施設外観



旬の食材を使った直営レストランの食事



WEBの申し込みは下記二次元コードから



※『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。

特別支援教育就学奨励費

市内小・中学校の特別支援学級などに通う子どもの保護者に、学用品費や給食費などの一部(子どもが通級指導教室に通っている保護者には通学費だけ)を支給します(所得制限あり)。対象者には通学している小・中学校から書類を配布します。

【次の①②③のいずれかに該当する子どもの保護者】①市内小・中学校の特別支援学級に通っている ②市内小・中学校の通常学級に在籍し、一定の障害に該当する ③市内の通級指導教室に通っている

【書類に必要事項を記入して直接、通学している学校へ】  
 問学務課 75-9604・FAX 75-5633

募集

国民健康保険証用封筒の広告

令和6年度に発送する国民健康保険証用の封筒に掲載する広告を募集します。【掲載

期間】6～11月 【掲載場所】封筒裏面 【募集枠数】2枠(審査あり) 【規格】単色刷り(市の指定色・縦3.5×横9.9)

【掲載料】1枠/5万円 【発送数】約2万5千通

【申込書(保険年金課にある。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、3月1日(金)～15日(金)(平日だけ)に直接、保険年金課へ】

問保険年金課 72-6471・FAX 75-9827

弾き語り野外ライブ出演者

時 5月25日(土)・26日(日)

所 イコス上尾

【市内に在住・在勤・在学の個人またはメンバーを含むグループ ※ジャンル不問、ドラムは使用不可です。】

【費】出演者1人につき1,500円

【定】各12組(応募者多数の場合は抽選) 【出演時間】1組25分以内(準備・片付け含む)

【申】申込書(イコス上尾、市役所1階総合案内、各支所・出張所・公民館にある。イコス

上尾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、3月21日(木)まで(必着)に直接か郵送またはファクス、メールでイコス上尾(〒362-0011平塚951-2)へ

【※】4月13日(土)に代表者会議を行います。

問イコス上尾 72-11611・FAX 72-11614・E-mail olive@gmail.com

市国際交流協会(AGA)日本語教室ボランティア

時 ①毎週(火)10時～11時30分 ②毎週(水)19時～20時30分

所 ①コミュニティセンター ②上尾公民館

内 マンツーマンのレッスン

【対】外国人に日本語を教えることに興味がある、子育ての経験がある、何か新しいことを始めたい人

【申】氏名、電話番号、メールアドレスをメールでAGA事務局へ

問 AGA事務局 78-246

8・FAX 75-0007・E-mail office@aga-world.com



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

**庭木1本から承ります!**

お約束  
 ✓お茶はご遠慮します  
 ✓トイレはお借りしません  
 ✓土日でもお受けします  
 見積無料

生垣剪定 長さ高さ(1m×2m) 通常2,200円が **先着10名様 1,100円!** (税別)

1本からのお庭サービス **ガーデンエクスプレス** 営業時間 9:00～17:00  
 ■上尾支店 上尾市大谷本郷 339-21-201 ■埼玉支店 さいたま市北区本郷町 1576  
 御用の方はお電話にてご連絡ください  
**048-658-9328**

信頼出来る業者をお探しの方! **地域の 外壁塗装専門店!**  
 外壁塗装はお家の寿命を長くします!

外壁塗装 株式会社 **佐藤塗装** 上尾市緑丘1-1-44 無料通話  
**0120-119-929**

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

## 空家等対策協議会の 市民委員

空き家対策を総合的に推進する「上尾市空家等対策協議会」の市民委員を募集します。

【任期】4月～令和8年3月31日 ※年2回程度、平日の昼間に会議を開催予定です。

【対次】①②の全てに該当する人  
①市内に在住の満20歳以上で、空き家問題に関心があり、継続して会議に出席できる(国または地方公共団体の議員または常勤の公務員を除く) ②本市の他の審議会に2つ以上、市民公募委員として在籍していない  
【定】2人以内

【報酬】会議への出席/6千円、交通費/千円

【申込】応募用紙(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、小論文(題目「上尾市の空き家対策について」(600字以内)を用意して、3月13日(水)17時までに直接、交通防犯課へ

【問い合わせ】交通防犯課 775-5138  
775-9927

## 自衛官等

【募集種目・受付期間・応募資格・試験予定日】左表のとおり

募集種目	受付期間	応募資格	試験予定日
幹部候補生	3/1(金)～4/12(金) (必着)	【大卒程度試験】 22～25歳(20～21歳で大卒〈見込み含む〉、28歳未満で修士課程修了者など〈見込み含む〉)も応募可)	1次試験 4/20(土)・21(日) 2次試験あり 飛行要員は3次試験もあり
		【院卒程度試験】 修士課程修了者など(見込み含む)で、28歳未満 専門の大卒(見込み含む)、20～29歳(薬剤科は20～27歳)	1次試験 4/20(土) 2次試験あり
一般曹候補生	3/1(金)～5/7(火) (必着)	日本国籍を有する18～32歳	1次試験 5/17(金)～26(日) 2次試験あり

※自衛隊ホームページから内容の確認・資料請求などができるので、確認してください。

## 介護保険の認定調査員 (会計年度任用職員)

【採用予定】6月1日(土)以降  
【勤務日・時間】週3日以上、1日4時間  
【時給】1,310円

【内要】介護認定申請者への訪問調査、調査票作成  
【対介】介護支援専門員、保健師、看護師、准看護師、理学療法士、作業療法士、社会福祉士、介護福祉士、精神保健福祉士などの資格を有する人  
【定】8人程度

【申】市ホームページから電子申請登録後、資格の証明書を用意して3月1日(金)～29日(金)に直接、高齢介護課へ

【問い合わせ】高齢介護課 775-5126  
776-8872

## イベント・講座

### 県展陳列洋画作品展

【時】3月7日(木)～13日(水)10～17時  
【7日】は13時から、13日は16時まで

【所】市民ギャラリー

【内】市内に在住・在勤・在学

令和6年度  
受講生募集

## 埼玉未来大学

〔学長：埼玉県知事〕

対象/50歳以上の方 (R6.4.1現在)

### ◆ ライフデザイン科

シニアライフに役立つ知識や健康習慣を身につけます。  
(通学コース：1年間/オンラインコース：17講座+3登校)

### ◆ 地域創造科

地域ビジネスの起業、NPOの立ち上げ・運営を学びます。

### ◆ 専門講座

空き家・古民家等活用、子どもの居場所づくり、援農ライフ、読み聞かせボランティア、コミュニティカフェ開設、地域観光ガイド養成、地域あそびレク ほか  
内容、会場(伊奈町 ほか)、授業料等、詳しくはホームページをご覧ください。

埼玉未来大学 検索 [募集締切:3/22]

問合せ

(公財)いきいき埼玉 埼玉未来大学事務局  
住所：埼玉県伊奈町内宿台6-26  
☎ 048-728-2299

## 空き家の遺品整理・草刈り・解体処分

困っていませんか?



無料  
査定

県外  
対応可

買取  
相談可



↑詳しくは  
弊社HPまで

◆上尾駅近くに上尾相談センターがございます。お気軽にお問い合わせください。

株式会社 樹 正直不動産  
埼玉県知事 (1) 第24756号  
埼玉県さいたま市中央区新中里5-20-9 1F

正直不動産 空き家 検索  
☎ 048-789-7147

## 市ホームページ バナー広告

### 募集

広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873

年間閲覧数約49万件(令和4年度実績)の市ホームページにバナー広告を掲載しませんか。

料金や申込方法など、詳しくは、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

※『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。

市指定無形民俗文化財  
「畔吉の万作踊り」を見てみませんか

生涯学習課 ☎775-9496・☎776-2250

「万作踊り」は五穀豊穡を意味する「豊年万作」に由来し、埼玉県の代表的な民俗芸能です。畔吉では大正時代から踊られ、現在は畔吉の鎮守・諏訪神社の春の祭礼で上演されています。

時 4月7日(日)14:00～ 所 諏訪神社(畔吉835) 内 銭輪踊り「下妻踊り」「手拭踊り」「伊勢音頭」「口説」各演目の上演

【交通】JR上尾駅西口から“ぐるっとくん”平方丸山公園線で「畔吉」下車。東武バス利用の場合、西上尾車庫行で「前原」下車 ※経路しない便があるので注意してください。



男女組になって踊る「口説」



時 ①3月8日 ②3月29日のいずれも(金)10時15分～12時

「赤ちゃん・こどものこと、知って嬉しい 子育て・保育で・保育ボランティア」講座

問 生涯学習課 ☎75-9496・☎776-2250

たは市内の美術クラブに所属している作家による、令和5年県美術展覧会(県展)の洋画部門で陳列された作品の展示

所 つどいの広場あそぼうよ (本町2-13-8 根貝戸団地1階)  
【講師】①中島千賀子(小児科医) ②渡邊寛(彩の子ネットワーク相談室担当)  
内 ①乳幼児の病気・家庭内の事故について ②写真・動画&エピソードでーなぜ泣くの?人見知り・イヤイヤ期・ことばのことー他  
対 子育て・保育で中の人、子どもに関わるボランティアを



都築陽子

2 問 男女共同参画推進センター ☎775-5111・☎778-5111  
共同参画推進センターへ

所 上尾公民館  
内 陰陽五行と薬膳について学ぶ  
【講師】都築陽子(国際中医薬膳師・中医薬膳茶師)  
対 市内に在住・在勤の人  
定 20人(先着順)  
申 3月1日(金)から電話で男女共同参画推進センターへ

時 3月15日(金)13時30分～15時30分

身近に薬膳  
座学で学ぶ効能とレシピ

陰陽五行からみた内臓の働きとの関わり  
時 3月15日(金)13時30分～15時30分  
所 上尾公民館  
内 陰陽五行と薬膳について学ぶ  
【講師】都築陽子(国際中医薬膳師・中医薬膳茶師)  
対 市内に在住・在勤の人  
定 20人(先着順)  
申 3月1日(金)から電話で男女共同参画推進センターへ  
問 男女共同参画推進センター ☎775-5111・☎778-5111  
共同参画推進センターへ

問 みどり公園課 ☎775-8129・☎775-9906

時 3月24日(日)13時～(開場11時、小雨決行)  
所 UDTラックス上尾スタジオ  
内 市制施行65周年と全面改修されたスコアボード竣工の記念として、埼玉武蔵ヒートベアーズvs栃木ゴールデンブレーブスのオープン戦を開催

埼玉武蔵ヒートベアーズ  
オープン戦



時 3月8日(金)までに電話で中学校給食共同調理場 ☎77-1552・☎77-1553  
中学校給食共同調理場へ

中学校給食の試食会

時 3月18日(月)11時30分～13時  
所 中学校給食共同調理場  
内 説明と試食(きつね丼、牛乳、みそ汁、清見オレンジ)  
対 市内に在住の人 ※4月に市内中学校に入学予定の子どもの保護者が優先です。  
費 350円  
定 25人(先着順)  
申 3月8日(金)までに電話で中学校給食共同調理場へ

時 4月6・13日のいずれも(土)11～16時  
所 JR上尾駅自由通路  
内 市観光協会推奨土産品、福島県本宮市・若手県陸前高田市の特産品などの販売  
問 市観光協会 ☎775-5917・☎775-5024

時 3月25日(月)13時30分～15時30分  
所 上尾商工会議所(二ツ宮50)  
内 売上アップにつながるスマートフォンを活用した写真撮影術  
【講師】吉原智規(プロカメラマン)  
対 市内で事業を営んでいる中小・小規模事業者など  
定 20人(先着順)  
申 上尾商工会議所ホームページから  
問 上尾中小企業サポートセンター ☎79-2520

キラリッ 駅deほっと市

時 3月25日(月)13時30分～15時30分  
所 上尾商工会議所(二ツ宮50)  
内 売上アップにつながるスマートフォンを活用した写真撮影術  
【講師】吉原智規(プロカメラマン)  
対 市内で事業を営んでいる中小・小規模事業者など  
定 20人(先着順)  
申 上尾商工会議所ホームページから  
問 上尾中小企業サポートセンター ☎79-2520

中小企業向け  
セミナー

上尾中小企業サポートセンターの専門家が、企業経営のヒントを解説します。  
時 3月25日(月)13時30分～15時30分  
所 上尾商工会議所(二ツ宮50)  
内 売上アップにつながるスマートフォンを活用した写真撮影術  
【講師】吉原智規(プロカメラマン)  
対 市内で事業を営んでいる中小・小規模事業者など  
定 20人(先着順)  
申 上尾商工会議所ホームページから  
問 上尾中小企業サポートセンター ☎79-2520



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

# 文化センター

所 〒362-0017ニツ宮750  
 ①774-2951・②774-2955・③info@ageo-ccc.jp



## ●木山裕策と歌声カルテットの 昭和歌謡コンサート

時 3月11日(月)14:00～(開場/13:30)

内 家族を想う名曲『home』(紅白歌合戦出場曲)でおなじみの木山裕策さんと、プロの演奏家やボーカリストで結成された「歌声カルテット」による、懐かしの名曲の数々を歌うコンサート



【出演者】木山裕策、歌声カルテット(木山裕策、バイオリン/西垣恵弾、ピアノ/矢島吹渉樹、バリトン/加藤凱也、テノール/江上怜那) 費 2,500円(全席自由、当日3,000円)

## ●こどもの日ファミリーコンサート モーツァルト オペラ『魔笛』上尾Ver.4

国内オペラ界第一線で活躍中の「夜の女王」安井陽子さんの迫力満点の歌声をはじめ、品のある弦楽アンサンブル、美しいモーツァルトの音楽をご堪能ください。



夜の女王役の安井陽子さん(昨年の公演)

時 5月5日(祝)14:00～(開場/13:30) 内 モーツァルトの大人気オペラ『魔笛』を大人から子どもまで楽しめるようオリジナルアレンジした日本語公演 【出演】安井陽子(夜の女王)、友清崇(パパゲーノ)他

●チケット販売 費 一般/4,000円(当日4,500円)、中学生以下/500円(全席指定、3歳以下はひざ上に限り無料。座席が必要な場合は有料)

# コミュニティセンター

所 〒362-0075柏座4-2-3  
 ①775-0866・②775-0868・  
 ③ageo.comisen.event@gmail.com



## ●おためしコミセン「キレイを目指して～ストレッチでセルフケア～」

コミセンで活動している健康体操サークルの体験教室に参加してみませんか。 時 3月15日(金)10:00～11:30  
 対 20歳以上 定 10人(先着順) 申 3月14日(木)までに電話で

## ●おやこdeパンづくり教室

時 4月6日(土)①10:00～12:00 ②13:00～15:00 対 2歳～小学6年生の子どもと保護者 費 2,800円(2人1組)  
 定 各7組(14人) ※応募者多数の場合は抽選です。 申 3月15日(金)まで(必着)に教室名、希望時間、住所、電話番号、保護者氏名(ふりがな)と年齢、子どもの氏名

(ふりがな)と年齢(学年)を記入して、往復はがきまたはメールで

## ●春の室内楽コンサート

時 5月12日(日)14:00～(開場/13:30) 内 上尾市ゆかりの音楽家による本格的な室内楽コンサート



【出演】コリーナ・ヴェルデ・アンサンブル/中島ゆみ子(バイオリン)、望月寛隆(チューバ)、望月ゆり子(バイオリン)、望月まり子(チェロ)、細田銀爾(マリンバ) 【プログラム】『カルメン組曲』『アルルの女』/ビゼー、『白鳥』/サン＝サーンス、『カノン変奏曲』/三村奈々恵他

●チケット販売 時 3月9日(土)9:00～ 所 コミュニティセンター、イコス上尾 費 1,000円(全席自由) ※未就学児は入場できません。

## ボートレース戸田

京都市ボートレース企業団  
 ①823-8711・②823-8709

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



問 小川 ①781-0887

- 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上尾支部の小川へ
- 所 サクラソウトラスト地(領家)
- 決 行
- 時 毎週(土)9～12時ごろ(小雨)
- 里 山で楽しい作業
- あ げおの秘境サクラソウ咲く

埼玉県生態系保護協会  
上尾支部の催し

暮らし・彩り・公民館

3▶4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 ☎726-3446・FAX726-3991・✉s723200@city.ageo.lg.jp

脳トレミュージック第1弾♪～歌声の力～

基本的な発声を学び、懐かしい曲や日本語を大事にした曲などを歌い、脳を活性化させリフレッシュする

時4月16・30日のいずれも(火)10:00~11:30(全2回)  
対市内に在住・在勤 定20人(先着順) 申3月1日(金)から直接か電話またはメールで

原市公民館 〒362-0021 原市3499 ☎721-4948・FAX721-4946・✉s723300@city.ageo.lg.jp

郷土歴史講座

京仏師作の仏像と西尾氏関連の石造物・仏像について学ぶ

時3月22日(金)10:00~12:00 対市内に在住・在勤  
定30人 申3月14日(木)までに往復はがきまたはメールで

ドイツの家庭料理

ドイツの文化・伝統を学びながらドイツの家庭料理を作る

時3月27日(水)9:30~13:00 対市内に在住・在勤・在学  
費2,000円 定8人 申3月14日(木)までに往復はがきまたはメールで

スポーツ情報

埼玉アイスアリーナ春休み短期スケート教室

埼玉アイスアリーナ ☎775-3456

時3月27日(水)・28日(木)9:00~9:45 所埼玉アイスアリーナ(日の出4-386) 対4歳~中学生 費4,000円 定150人(先着順) 持運動ができる長袖長ズボン、手袋、靴下、防寒具、タオル、飲み物 申3月1日(金)~17日(日)10:00~17:00に電話で埼玉アイスアリーナへ

平塚ふれあいゲートボール大会

市ゲートボール協会の高木 ☎773-4304

楽しいゲートボールを目指して、ゲートボールに興味のある人、初めての人にも親切・丁寧に教えます。 時3月21日(木)8:00~12:00(雨天中止) 所平塚ゲートボール場(平塚1-97) 費200円

カラダ リフレッシュ教室 イコス上尾 ☎772-1611・FAX772-1614・✉ecosageo.event@gmail.com

●水曜日コース 時4月3日~6月19日(5月1日を除く)の毎週(水)(全11回)

①骨盤ストレッチ教室 時10:30~11:30 内マットの上でセルフマッサージなど含めたストレッチ 費7,000円  
②動くカラダ作り教室 時19:30~20:30 内リズムに合わせて全身を動かす 費9,000円

●木曜日コース 時4月4日~6月20日(5月2日を除く)の毎週(木)(全11回)

①カラダすっきり教室 時10:30~11:30 内ストレッチから軽い運動をする 費12,000円  
②姿勢改善体操教室 時14:00~15:00 内カラダをほぐし筋力を強化し姿勢を整える 費12,000円  
③免疫力アップ教室 時19:30~20:30 内バラエティ豊富なメニューと自重トレーニングで体温を上げ、免疫力を高める 費12,000円

【全教室共通】所イコス上尾 定各20人(応募者多数の場合は抽選) 申往復はがきまたはメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入して3月21日(木)まで(必着)にイコス上尾(〒362-0011平塚951-2)へ ※見学を希望する人はイコス上尾へ問い合わせてください。

市民体育館の新教室

市民体育館 ☎781-8111・FAX781-8113

①ZUMBA® 時毎週(火)10:30~11:30 内ラテンミュージックを中心に世界中の音楽で踊る、人気のダンスエクササイズ 対中学生以上 ※中学生は保護者同伴です。 費700円

②かんたんシェイプボクシング 時毎週(月)16:00~17:00 内協栄ボクシングジム公式のフィットネスプログラム 対16歳以上 費500円

【①②共通】所市民体育館 定各35人 申市民体育館ホームページの予約システムから



市民体育館  
ホームページ

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

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  
 【3月の休館日】毎週水(3/20祝を除く)・3/21(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

**館長イチオシ**

- ジュニアスイム 4月に開催予定です。3月1日(金)からホームページに掲載します。
- 教室参加の人へ 教室は日程と時間に変更になることがあります。

**保健師・栄養士の無料健康相談**  
 時3月19日(火)14:15～15:15 費入館料だけ

**3月の教室**

**プール** 持水着、スイムキャップ  
 申30分前からプール監視室前(先着順)

- ①水中ウォーキング 時 毎週(月)11:00～11:30(3/25を除く) 定20人
- ②水中ウォーキング 時 毎週(木)14:00～14:30(3/21、28を除く) 定20人

**スタジオ** 持運動する服装、室内靴など  
 申当日にフロント(先着順)

- ③サルセッション 時 毎週(月)10:45～11:45 定15人
- ④セルフコンディショニング 時 毎週(月)12:00～13:00 定15人
- ⑤すっきりヨガ 時 毎週(火)10:30～11:30 定20人
- ⑥ベリーダンス 時 毎週(火)11:45～12:45 定15人
- ⑦体の変化を楽しむプレスエクササイズ 時 毎週(火)13:00～14:00 定15人
- ⑧ピラティス 時 毎週(木)10:30～11:30(3/21を除く) 定15人
- ⑨ストレッチ&骨盤メンテナンス 時 毎週(木)11:45～12:45(3/21を除く) 定15人
- ⑩癒しのヨガ 時 毎週(木)15:30～16:30(3/21を除く) 定20人
- ⑪スロートレーニング 時 毎週(金)10:30～11:00 定15人
- ⑫ストレッチヨガ 時 毎週(金)11:10～12:10(3/29を除く) 定20人
- ⑬アロマリラクソスヨガ 時 毎週(金)12:20～13:20(3/29を除く) 定20人
- ⑭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 対高校生以上 費①②/入館料だけ ①/400円 その他/600円

学べる・遊べる  
**自然学習館**



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

●タケの不思議を発見しよう  
 時4月13日(土)・21日(日)9:30～12:00(どちらか1日だけ) 対タケの種類やタケノコなどの観察 費500円 定各8人(先着順)  
 ※小学生以下は保護者同伴です。持軍手、新聞紙、ビニール袋 【服装】汚れてもよい服装、雨天時は雨具 申3月1日(金)から電話で



**PICK UP 自然学習教室**

●カブト虫の幼虫を育てよう  
 時4月6日(土)・7日(日)9:30～12:00(どちらか1日だけ) 対カブト虫の生態を学び、幼虫を探す 費500円 定各8人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。持軍手、飼育ケース 【服装】活動しやすい服装、雨天時は雨具 申3月1日(金)から電話で



**天文科学教室**

●カルシウムって何色?  
 時4月20日(土)13:30～15:00 対実験を通してカルシウムの性質を学ぶ 対小学3年生以上 定6人(先着順)  
 ※小学生は保護者同伴です。持筆記用具 申3月1日(金)から電話で



※自然観察会(自然学習教室開催日を除く(土)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4回パレットクラブ絵画展(油彩・水彩) 3月7日(木)～13日(水)10～17時(7日は12時から、13日は16時まで)  
 ■山岸陶芸教室作品展 3月28日(木)～4月3日(水)10～17時(3月28日は13時から、4月3日は15時まで)

21ページ参照  
 ■第11回パッチワークP&Q作品展 3月22日(金)～27日(水)10～17時(27日は15時まで)  
 ■フォトクラブひまわり写真展 3月28日(木)～4月3日(水)10～17時(3月28日は12時から、4月3日は16時まで)

**市民ギャラリー**

■県展陳列洋画作品展 20・21ページ参照

**生涯学習課**

ギャラリー  
ガイド  
3月7日～4月3日

☎775 9496  
 ☎776 2250

**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】 4・11・18・25日のいずれも(月)

【臨時休館日】 1日(金)～3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。



図書館ホームページ



図書館アクセス(旧ツイッター)

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

## 今月のTopics

Topics

### 「読書パスポートコンクール」優秀賞作品

心に残ったこと、勇気づけられた言葉、お気に入りの主人公の言葉などを絵や言葉で自由に記録するマイスターシートの小学生コンクールを実施しました。

各校の優秀賞作品は、図書館ホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。



### 日曜映画会

時 3月17日(日)10:00～11:30、13:30～15:00

内 『永遠のニッパ～北海道と名付けた男 松浦武四郎～』

定 各60人(先着順)

## お知らせ

### 雑誌スポンサーを募集

企業や法人が特定の雑誌を継続して図書館へ寄贈すると、その雑誌のカバーに広告を掲載できます。

雑誌スポンサーは、地域貢献のイメージアップが図れるとともに、効果的なPRができます。☑申込書(図書館にある。図書館ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、必要書類を用意して直接、図書館へ

## 月間予約ランキング

Ranking

令和6年1月

1	『風に立つ』 柚月 裕子／著 中央公論新社
2	『八月の御所グラウンド』 万城目 学／著 文藝春秋
3	『変な家 2』 雨穴／著 飛鳥新社
4	『ともぐい』 河崎 秋子／著 新潮社
5	『人間標本』 湊 かなえ／著 KADOKAWA

### 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」「えほんのきろく」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 エックス(旧ツイッター)

## 会計年度任用職員(図書館業務員)を募集

子どもの読書活動支援センターで働く図書館業務員を募集します。

所 子どもの読書活動支援センター(富士見小学校内) ☑子どもの読書活動支援業務、学校図書館支援員指導、読書推進事業の企画運営、子どもの本の選書など 【勤務時間】(月)～(金)のうち月16日程度、8:30～17:15のうち1日7時間 【任用期間】4月1日(月)～令和7年3月31日(月) ※詳しくは、図書館本館へ問い合わせてください。

☑次の①～③のいずれかに該当する人 ①小・中学校で勤務経験がある ②学校図書館司書の勤務経験がある ③図書館司書の資格があり、公共図書館で勤務経験がある 定1人 ☑申込書(図書館ホームページからダウンロード)に必要事項を記入して、3月11日(月)までに直接または郵送(当日消印有効)で、図書館本館(〒362-0037上町1-7-1)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

3/15 金	ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児
16 土	ア ペットボトルで作る造形の部屋 14:30~15:30 園小学生 定7人 申3/5(火)から直接または電話
	こ 体験トランポリン教室 9:20~11:45 園3歳児~小学生 定42人 申9:05から体育遊戯室前で整理券を配布
17 日	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
	こ わくわく工作 10:30~11:30、14:30~15:30 園市内在住の3歳児以上 定各12組
18 月	も 幼児食のおはなし 10:00~11:00 定12組 申Web予約
19 火	こ にこにこアップ 11:00~11:30 園2歳以上の未就園児 定25組
	こ でんしゃで遊ぼう 14:00~15:00 園1歳以上の未就学児
20 祝	こ やぎさん一座の手づくり紙芝居 11:00~11:30
	こ ソフトバレーボール 15:00~16:30 園小学3年生以上 定20人
21 水	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3/5(火)から直接または電話
	こ ちびちゃんの音あそび 11:00~11:30 園未就園児 定20組
	こ バドミントン遊び 16:00~17:00 園小学3年生以上
	も はいはいたいむ 10:00~11:00 園1歳~1歳3カ月児 定12組 申Web予約
22 金	ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児
23 土	ア 体験トランポリン教室 9:15~12:00 園3歳児~小学生 定42人 申当日先着順の整理券を配布
	ア おりがみひろば 14:00~15:00 園幼児~小学生
	こ 昔遊び 14:00~15:00
24 日	ア おもちゃの病院 13:00~15:00 定10人(1人1件)
	こ 将棋教室 14:00~15:30 園市内在住の小学生以上 定12人 申3/1(金)から直接または電話
25 月	こ KAPLA(カプラ)の日 14:00~15:00 園小学3年生以上
26 火	ア のびのびアートの日 10:00~10:40 園市内在住の2歳児以上 定10組 申3/5(火)から直接または電話
	ア 昔あそびの日 16:00~17:00
	こ おはなしの城 11:00~11:30
	こ マンガ図書館 10:00~11:30、13:30~16:00 園27ページ参照
27 水	も ももっこオンライン 15:00~15:30 申市ホームページから
	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3/5(火)から直接または電話
	こ マンガ図書館 10:00~11:30、13:30~16:00 園27ページ参照
28 木	も 7か月からの赤ちゃんの日 9:30~11:30 園7~11カ月児 定18組 申Web予約
	ア 春休みバドミントン大会 15:00~16:00 園小学生
29 金	ア リクエストなかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児
	ア 球技大会 15:00~16:00 園小学生
	こ マンガ図書館 10:00~11:30、13:30~16:00 園27ページ参照
30 土	ア 春休み卓球大会 15:00~16:00 園小学生

4/2 火	ア よちよちの部屋 10:00~11:00 園0歳~1歳6カ月児
	ア 春のペーパークラフト 14:00~15:00 園小学生 定7人 申3/5(火)から直接または電話
	こ にこにこルーム 11:00~11:30 園0歳児 定15組
3 水	ア シャボン玉で遊ぼう 15:00~15:45(雨天時中止)
	も 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Web予約
4 木	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3/5(火)から直接または電話
	こ ちびちゃんの美術あそび 10:30~11:30 園未就園児 定24組
	こ バドミントンの日 15:30~16:30 園小学3年生以上
	も ころころたいむ 10:00~11:00 園9~11カ月児 定12組 申Web予約
5 金	ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児
6 土	ア つくってあそぼう 14:00~15:00 園幼児~小学生
	こ おはなし会 14:00~14:30
7 日	ア アップリンピック 14:00~15:00 園小学生
	こ ジュニアチャレンジ 15:00~16:00 園小学生~18歳
8 月	こ KAPLA(カプラ)の日 16:00~17:00 園小学3年生以上
9 火	こ にこにこタッチ 11:00~11:30 園市内在住の1歳児と保護者 定20組
	も ももっこ広場 10:00~11:00 園上平公民館 園1歳以上の未就学児 定25組 申子育て支援センター
10 水	ア やぎさん一座の手づくり紙芝居 11:00~11:30
	も みんなのおはなし 9:30~10:00 27ページ参照
11 木	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 申4/5(金)から直接または電話
	も はじめましてたいむ 10:00~11:00 園3~8カ月児 定12組 申Web予約
12 金	ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児
13 土	ア ビデオ上映会 11:00~、14:00~ 園乳幼児~小学生
	ア レクゲームの日 14:00~15:00 園小学生
	こ キッズ工作 14:00~15:30 園市内在住の小学生以上 定20人
14 日	ア にちようびのなかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児
	ア ミニカーの部屋 14:00~16:00 園乳幼児~小学生 定混雑時は制限
	こ おもちゃの病院 13:00~15:00 定10人(1人1件)

# 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 ～リクエストなかよしひろば～

令和5年度最後のなかよしひろばです。1年間みんなで体操や歌遊びをしましたが、その中からリクエストの多かった体操を行います。みんなで一緒に楽しみましょう!!

時 3月29日(金)11:00～11:30

所 本町6-11-25  
☎ 779-7030 ☎ 772-7972

開館時間 9:00～18:00

3月の休館日

19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 春休み特別企画～「マンガ図書館」～

春休みの3日間、約5,000冊の中から好みのマンガを好きなだけ読んで楽しもう!

時 3月26日(火)・27日(水)・29日(金)

10:00～11:30、13:30～16:00

所 小学3年生～18歳



所 今泉272  
☎ 783-0888 ☎ 781-4466

開館時間 9:00～18:00

3月の休館日

14日(木)、28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。

### みんなのおはなし

親子でお話の世界を楽しんでみませんか。絵本や紙芝居の他、楽しい企画を準備してお待ちしています。

時 4月10日(水)9:30～10:00



所 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

※講座により申し込み方法が異なります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

Web予約/各催しの14日前の9:00から

Web予約はこちらから ⇒

電話予約/1日(金)9:00から直接または電話



## 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いたします。



市内の子育て拠点の一覧はこちらからご覧ください。

## 白ばら学園こどもの家 ここにひろば

予約なしで気軽に利用できます。子どもの笑顔を見守りながら一緒に遊び、おしゃべりを楽しみ、子育ての悩みなどを話し合ひましょう。季節ごとにイベントを開催しています。たくさんのお友達が楽しんでます。

所 小敷谷1027-28 ☎ 780-7222

開館日 (月)～(金)9:00～12:00、13:00～15:00(園庭開放)

☎ <https://oujukai.net/support/>



### 講座・あそびのひろば

9:00～12:00

- 楽器遊び
- 親子エアロビクス
- 親子体操
- リズム遊び
- 作って遊ぼう
- 身体測定
- 読み聞かせ
- 誕生会

# 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



## たばこについて考えてみよう

たばこの煙には発がん性物質が含まれ、多くのがんや循環器疾患、呼吸器疾患、歯周病など数多くの疾患の発症に深く関係しています。

●受動喫煙

他の人が吸っているたばこから立ち上る煙や、その人が吐き出す煙を吸い込んでしまうことをいいます。病気の発症リスクが高くなり、妊婦や赤ちゃんにも悪影響を及ぼすことが分かっています。

健康増進法では、受動喫煙防止への取り組みが示されています。※詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください。

●禁煙のすすめ

禁煙は自力でも可能ですが、医療機関で禁煙治療などを利用すると成功率が高まります。自分と周囲の健康を守るため、この機会に考えてみませんか。



厚生労働省ホームページ

## 保健師等 (会計年度任用職員) 募集

【任用期間】4月1日(月)～令和7年3月31日(月) 【勤務日・時間】8:30～17:15のうち1日5時間30分(休憩1時間) 【時給】1,360円 所東保健センター 妊産婦のサポートプラン補助業務 保健師または助産師 若干名 ☎電話で東保健センターへ

## いのちを支えよう ～3月は自殺対策強化月間です～

こころの調子が崩れることは、誰にでも起きうる身近な問題です。さまざまな困り事から追いつめられて、自ら命を絶つ人もいます。つらい時は、早めにセルフケアを行ったり、誰かに相談したりしてみましょう。自分自身の気持ちを書き出すなどして吐き出してみることも有効です。家族や友人、職場など周囲の人に相談しにくい時は、保健センターや下記の窓口でも相談できます。

身近な人が「いつもと違う」と感じるときは声をかけ、本人の話に耳を傾け、相談先につなぎ、温かく見守る人(ゲートキーパー)になりましょう。相談は周りの人からでも構いません。

本市では現在、「第2次いのちを支える上尾市自殺予防計画」の策定を進めています。

【相談窓口】

●上尾市いのちのオンライン相談窓口

29ページ参照

●埼玉いのちの電話

☎048-645-4343(毎日24時間)

●チャイルドライン(18さいまでの)

子どもがかかるでんわ、チャット)

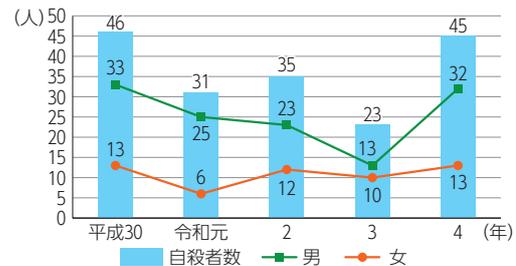
☎0120-99-7777(毎日16:00～21:00)



チャイルドラインホームページ

●上尾市の自殺者数の推移

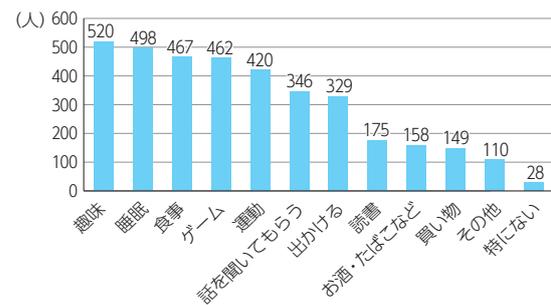
毎年20～40人が自殺で大切な命をなくしています。



(資料) 厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

●セルフケア(ストレス解消)の方法

自分に合った方法でストレスを解消しましょう。



(資料) こころの健康アンケート

## 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

- 10か月児健康相談 3月21日(休)9:00~10:00
- にこにこ健康相談会 3月22日(金)9:00~10:00
- フッ素塗布 4月4日(休)13:15~14:00 ①1歳以上の未就学児 ②1,430円
- 産後カフェ 4月11日(休)10:00~11:30 ①
- 離乳食教室初期 4月12日(金)10:00~11:00、13:30~14:40 ①
- 離乳食教室中期 4月17日(水)10:00~11:10 ①
- 離乳食教室後期・完了期 4月19日(金)10:30~12:00 ①
- パパママ教室(土曜日コース) 4月20日(土)①9:15~10:30 ②11:00~12:15 ①

- ☎電話予約
- 📄Web予約

Web予約は  
こちらから



### 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 3月15日(金)・18日(月)、4月12日(金)9:10~11:30、3月25日(月)13:10~15:30 ①
- 精神科医によるこころの健康相談 3月21日(休)13:15~15:00 ①
- 学ぼう!脂肪を貯めにくくする食事 3月22日(金)14:15~14:45 ① ②5人

#### 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月(土)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



## 平日夜間・休日診療

感染症予防対策のため、診療当日に予約してください。事前予約制で診療しています。

### ●平日夜間及び休日急患診療所

所 緑丘2-1-27東保健センター3階 ①774-2661・②772-1353

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。

### ●産科 3月当番医 【診療時間】9:00~12:00、13:00~16:00

3/3-24	ひらしま産婦人科	①722-1103・②722-1146
3/10-31	ナラヤマレディースクリニック	①771-0002・②771-3922
3/17	上尾中央総合病院	①773-1111・②773-7122
3/20	葵ウイメンズクリニック	①781-1188・②782-8771

※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。

### 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 ①毎日24時間

②#7119

③048-824-4199

## 今月の健康 No.508

### アレルギー性鼻炎とスギ花粉症、その対策

上尾市医師会、上尾中央総合病院

耳鼻咽喉科 原 睦子

アレルギー性鼻炎は、鼻に入った花粉やほこりを自分以外の異物と認識し排除しようとする免疫反応で、鼻水やくしゃみ、鼻閉などの症状が出ます。症状が強いと仕事や勉強に集中できない、眠れない、イライラするなど、生活の質が低下することがあります。症状が見られる時期は異物の種類によって異なります。ダニやハウスダストは一年中ですが、スギやヒノキでは春に、カモガヤは初夏に、ブタクサは秋に症状が見られます。

2019年の調査によると国民の40%弱がスギ花粉症にかかっており、10年前より10%増加しました。また、アレルギー性鼻炎全体の中でスギ花粉症が占める割合は5~9歳で約30%と小児にも増えています。10~50歳台では40%を超え、今後高齢化社会に伴いさらに増加すると予測されます。

**スギ花粉症の対策**

花粉は昼ごろと夕方によく飛びます。外出時は眼鏡やマスクをする、玄関では衣類に付いた花粉を払う、帰宅後に手洗いや洗顔・うがいをするなどのセルフケアが大切です。睡眠不足やストレスにも気を付けましょう。

抗アレルギー薬は、花粉が飛び始める時期よりも2週間ほど前から服用すると効果的です。鼻閉には点鼻薬がありますが、鼻粘膜の腫れやポリプがある場合には、手術をすることもあります。2014年から、毎日1回スギ花粉を含む錠剤を舌の下に1分置いてから内服する舌下免疫治療が始まり、2018年には5歳以上の小児にも治療ができるようになりました。2019年には、スギ花粉症重症例に対して免疫反応を抑える注射薬の治療が始まりました。いずれの治療も問診や診察、血液検査などを行い、適応を決めます。

<b>市民相談</b> 相続、離婚相談など	(出)回、29日祝を除く毎日 8:30~12:00 13:00~17:00
<b>弁護士相談</b> 事前予約 相続、離婚、契約、調停・訴訟手続きなど	10日(水)、19日(金)、24日(水) 10:00~12:00 13:00~15:00 (1回の相談は25分)
<b>司法書士相談</b> 事前予約 相続、遺言、離婚、不動産、会社の登記、成年後見手続きなど	4日(木) 13:00~15:30 (1回の相談は30分)
<b>税理士相談</b> 事前予約 相続、贈与、所得税、その他税金問題全般	3日(水) 10:00~15:00 (1回の相談は35分)
<b>行政書士相談</b> 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	16日(火) 13:00~16:00 (1回の相談は30分)
<b>不動産相談</b> 事前予約 不動産の売買・賃貸など	2日(火) 13:00~16:00 (1回の相談は25分)
<b>行政相談</b> 事前予約 国の行政事務についての要望や苦情	2日(火) 10:00~12:00
<b>住宅増改築・修繕相談</b> 住宅の増改築・修繕	12日(金) 13:00~15:00
<b>土地家屋調査士相談</b> 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	9日(火) 13:15~15:15 (1回の相談は30分)
<b>市民相談室</b> (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。	
☎775-4643 ☎775-0007 ㊚s53000@city.ageo.lg.jp	
<b>暴力追放相談</b> 事前予約 暴力団対策の相談	(出)回、29日祝を除く毎日 8:30~12:00 13:00~17:00
<b>交通防犯課</b> (市役所4階)	
☎775-5138 ☎775-9927 ㊚s209000@city.ageo.lg.jp	
<b>女性のための相談</b> 事前予約 生き方、夫や家族との関係・暴力など	毎週水 10:00~12:00 13:00~16:00 (1回の相談は50分)
<b>女性のための法律相談</b> 事前予約 離婚、夫や恋人からの暴力などの女性弁護士による法律相談	16日(火) 13:00~16:00 (1回の相談は30分)
<b>女性の悩み電話相談</b> 性的な被害、家庭の状況、地域社会との関係性など	(出)回、29日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00 (初回50分、2回目以降30分)
<b>DV電話相談</b> 配偶者からの暴力に関する相談(性別不問)	(出)回、29日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00
<b>男女共同参画推進センター</b> (市役所第三別館1階)	
☎778-5110 ☎778-5112 ㊚s209500@city.ageo.lg.jp	
<b>人権相談</b> 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	24日(水) 10:00~12:00 13:00~15:00
<b>市役所7階大会議室</b>	
☎人権男女共同参画課 ☎775-5117 ☎778-5112 ㊚s209500@city.ageo.lg.jp	
<b>外国人市民のための相談(ハローコーナー)</b> 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。	29日祝を除く毎週(月) ① 9:00~12:00 ② 13:00~16:00
<b>市民相談室</b> (市役所第三別館1階) 市民協働推進課	
☎775-4597 ☎775-0007 ㊚s53000@city.ageo.lg.jp	
<b>消費生活相談(事業者は除く)</b> 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個人の相談、多重債務相談	(出)回、29日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00
<b>消費生活センター</b> (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	

<b>心配ごと相談</b> 家庭内の悩み事、生活上の困り事、介護など	(出)回、29日祝を除く毎日 9:00~12:00 13:00~17:00
<b>社会福祉協議会 仮事務所</b> (上尾保育所2階) ☎773-7155 ☎772-8647	
<b>発達相談</b> 子どもの発達の心配や育児の悩み	
<b>運動発達訓練・相談</b> 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、29日祝を除く毎日 8:30~12:00 13:00~17:00
<b>言語発達訓練・相談</b> 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)	
<b>発達支援相談センター</b> (AGECOCO内) ☎725-3373 ☎725-2971 ㊚s172500@city.ageo.lg.jp	
<b>家庭児童相談</b> 18歳未満の子どもについての相談	(出)回、29日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00
<b>子ども家庭総合支援センター</b> (市役所5階) ☎家庭児童相談室 ☎776-6164 ☎774-5342 ㊚s172100@city.ageo.lg.jp	
<b>子育て・ひきこもり相談</b> 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)回、29日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00 (1回の相談は50分)
<b>子ども家庭総合支援センター</b> (市役所5階) ☎783-4964 ☎774-5342 ㊚s172100@city.ageo.lg.jp	
<b>少年相談</b> 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、29日祝を除く毎日 9:00~12:00 13:00~16:00
<b>少年愛護センター</b> (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	
<b>いじめ相談</b> いじめに関する相談(電話)	(出)回、29日祝を除く毎日 10:00~17:00
<b>子ども・いじめホットライン・ホットメール</b> ☎0120-556-290(フリーダイヤル) ㊚556soudan@city.ageo.lg.jp	
<b>就学相談</b> 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、29日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~17:00
<b>教育相談</b> 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)
<b>教育センター</b> (市役所別館(青少年センター)1階) ☎776-7600 ☎776-7604	
<b>内職相談</b> 内職の相談・紹介、求人への受理、就業情報の提供など	(出)回、29日祝を除く毎日 8:30~17:00
<b>商工課</b> (プラザ22内) ☎777-4441	
<b>一般職業相談</b> 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)回、29日祝を除く毎日 10:00~17:00
<b>ふるさとハローワーク</b> (JR上尾駅東口プラザ館4階ワークプラザあげお) ☎773-3500	
<b>国民年金相談</b> ※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、29日祝を除く毎日 9:00~12:00 13:00~16:00
<b>保険年金課</b> (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「バイクや軽自動車の廃車などの手続きは4月1日までに」(10ページ参照)と「国民年金金こなしなときは届け出を」(11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

#### Procedures for discarding light cars and motorbikes

Light Car Tax is imposed on those who are registered as owners of light cars and/or motorbikes as of April 1. Note that, unless the proper procedures have been taken, the tax will be imposed, even if the vehicle is no longer in the registered owner's possession because it has been given away or scrapped. Also, if the owner has passed away or has moved out of Ageo, procedures for discarding need to be done as well. Please complete procedures by April 1 (Mon). If you have moved into Ageo but have not changed to a license plate issued by Ageo City for your motorbike (125 cc or less), please come to Shiminzei-ka (2F of City Hall) to have a new license plate issued. \*Please contact the Saitama Transport Branch Office (Tel 050-5540-2026) or the Saitama Automobile Service Promotion Association (Tel 623-1771) for motorbikes over 125 cc, and the Japan Light Car Association's Saitama Office (Tel 726-0122) or the Light Motor Vehicle Inspection Organization's Saitama Office (Tel 050-3816-3110) for light cars (three and four-wheel cars).

→ Shiminzei-ka Tel 775-5130/Fax 775-9846

#### National Pension

All residents of Japan between 20 and 59 years of age are required to join the National Pension System. There are three types of status for the pension system; status is determined by your employment situation. When your status has changed because you started working, changed jobs, or got married, or when your address and/or family name have changed, you are requested to follow the necessary procedures as soon as possible.

→ Hoken-nenkin-ka Tel 775-5137/Fax 775-9827 Omiya Pension Office Tel 652-3399

#### 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

#### SUCATEAMENTO DE VEÍCULOS LEVES E MOTOCICLETAS

Todos os proprietários de veículos leves terão seus impostos calculados na data de 1º de abril de todos os anos. Aqueles que se desfizem de seus veículos (lambretas, motocicletas e carros leves) por motivo de doação ou sucateamento e não fizeram a atualização do registro junto às autoridades competentes terão seus impostos cobrados normalmente. Em caso de falecimento ou mudança de endereço para outra cidade também é necessário fazer trâmite de atualização de registro. Providenciar a atualização até o dia 1º de abril,

2ª feira. Proprietários de motocicletas com menos de 125cc e que vieram a residir em Ageo, providenciar a mudança de endereço e placa da motocicleta junto ao setor de impostos (prefeitura de Ageo, 2º andar). \*Para atualização de registro de motocicletas acima de 125cc entrar em contato com a Associação de Transporte de Saitama (Saitama Unyu Shikyoku, Tel 050-540-2026), Associação de Promoção de Manutenção de Automóveis de Saitama (Tel 048-623-1771) e para veículos leves (3 ou 4 rodas) entrar em contato com a Associação Nacional de Veículos Motorizados Leves Escritório Saitama (Zenkoku Kei Jidousha Kyoukai Saitama Jimusho, Tel 048-726-0122) e Associação de Inspeção de Veículo Leves Escritório Saitama (Kei Jidousha Kensa Kyoukai Saitama Jimusho, Tel 050-3816-3110). → SHIMINZEI KA (Prefeitura de Ageo, 2º andar) Tel 775-5130/Fax 775-9846

#### PENSÃO NACIONAL

Todas as pessoas residentes no Japão com idade entre 20 à 59 anos deverão se inscrever no Plano de Pensão Nacional. Dependendo de sua profissão e outros, o plano é dividido em 3 categorias. Caso haja mudança de sua categoria decorrente de início ou troca de emprego, casamento etc, ou mudança de endereço ou troca de sobrenome, faça o quanto antes os seus trâmites. → HOKEN-NENKIN-KA Tel 775-5137/Fax 775-9827 Omiya Nenkin Jimusho (Escritório de Pensões) Tel 652-3399

#### 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 encontradas informações gerais do cotidiano e eventos de nossa cidade. Ver o site da prefeitura de Ageo.

### Español

スペイン語

#### Trámite para retiro de circulación (desuso, deshacerse) de vehículos ligeros, motocicletas o ciclomotores

El impuesto sobre vehículos ligeros es el impuesto municipal cargado a los dueños el 1 de abril de cada año. Aunque usted ya no tenga el vehículo porque lo haya otorgado en concesión a otra persona o lo haya mandado al desmantelamiento, etc. si no hace los trámites correctos usted tendrá la obligación de pagar dicho impuesto. En caso de que el titular del vehículo fallezca o se vaya de la ciudad de Ageo, no olvide hacer el trámite de retiro de circulación del vehículo. Ese procedimiento debe efectuarse antes del lunes, 1 de abril de este año. Las personas que se hayan mudado a la ciudad y no hayan cambiado la placa de su motocicleta (125 cc o menos) a una de la ciudad de Ageo, pueden hacer el trámite para cambiarla en la sección Shiminzei-ka (2º piso de la municipalidad).

\*Para las motocicletas de más de 125cc, pregunte al Departamento de Transporte de Saitama (Tel 050-5540-2026) o la

Asociación de Promoción de Servicio de Automóviles de Saitama (Tel 623-1771), y para los vehículos ligeros de tres o cuatro ruedas, a la Asociación de Vehículos Ligeros, Sucursal de Saitama (Tel 726-0122) o la Asociación de Inspección de Vehículos Ligeros, Sucursal de Saitama (Tel 050-3816-3110) → Shiminzei-ka (Sección de Impuestos Municipales) Tel 775-5130/Fax 775-9846

#### Pensión Nacional de Japón

Todas las personas entre 20 y 59 años, independientemente de su nacionalidad, tienen la obligación de afiliarse en el sistema de la Pensión Nacional. Hay tres tipos en cuanto a la manera de afiliación según su estatus laboral. En caso de que haya algún cambio en su estado debido a que ha empezado a trabajar, ha cambiado de trabajo, se ha casado, o cuando ha cambiado de dirección y/o de nombre y apellidos, hay que hacer los trámites necesarios tan pronto como sea posible. → Hoken nenkin-ka (Sección de Seguro de Salud y Pensiones) Tel 775-5137/Fax: 775-9827 Omiya Nenkin Jimusho (Oficina de Pensiones en Omiya) Tel 652-3399

#### 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

#### 小型摩托车・摩托车・小型汽车的废车(废弃处理)手续

市役所于每年4月1日对登记的小型汽车征收「轻自動車税」。如果已经将车让给他人或已经拆卸解体或被盗等不归还你所有的情况下,请尽快办理相关手续以避免成为课税对象。所有者已经死亡或迁到市外时也必须办手续。请于4月1日(星期一)之前办手续。搬入上尾市而未更换牌照的摩托车(125cc以下)所有者,请尽快到市民税课(市役所2楼)办理拍照更换手续。

\*超过125cc以上的摩托车请到「埼玉運輸支局(埼玉运输支局)」(Tel 050-5540-2026)及「埼玉県自動車整備振興会(埼玉县汽车整備振興会)」(Tel 623-1771),小型汽车(三・四轮)请到「全国軽自動車協会埼玉事務所(全国小型汽车协会埼玉事务所)」(Tel 726-0122)及「軽自動車検査協会埼玉事務所(小型汽车检查协会埼玉事务所)」(Tel 050-3816-3110)询问。

→ 市民税課 Tel 775-5130/Fax 775-9846

#### 国民年金

居住在日本的20岁以上59岁者,都应该加入国民年金。按照职业等分类有3种的加入方法。因就业・转业和结婚等变更加入种类或变更住址・姓名时请尽早提出申报。→ 保険年金課 Tel 775-5137/Fax 775-9827 大宮年金事務所 Tel 652-3399

#### 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

みんなが輝くまちあげお

広報あげお

3月号

2024 No.1080

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 048-775-9819

上尾市ホームページ【PC用】  
【携帯用】  
広報広聴課メールアドレス: s550000@city.agoel.jp

上尾市

## 緊迫感の中で交わされる笑顔 彩の国21世紀郷土かるた上尾市大会



一般の部、個人優勝の松浦百恵花さん(右)

1月28日、市民体育館で「彩の国21世紀郷土かるた」が行われました。市内各地区の代表となった子どもたちが「彩の国21世紀郷土かるた」を使用し、和気あいあいと他校との仲間づくりや埼玉県への郷土愛の醸成を図りつつ、県大会へ参加する選手の選考会も兼ねて対戦しました。読み手の声に真剣に耳を傾け、札を見つめるまなざしは緊迫感がありま

## 心を癒やす緞帳の色合いとピアノの音色 緞帳寄贈式&細貝柊PIANO CONCERT



寄贈された緞帳の前に立つ三井金属鉱業(株)木部代表取締役専務取締役(左)と坂本副市長

2月1日、コミュニケーション&細貝柊PIANO CONCERT」が行われました。三井金属鉱業(株)から寄贈された緞帳は、水と緑の暮らしが発展することをお願い、デザインされたニスト細貝柊さんの美しい演奏で新しい緞帳に彩りを添え、参加者からは「柔らかい色合いの緞帳で、心が癒やされました」と感動の声が上がりました。

◆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。



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。



## 願

いを込めたひな人形  
こどもの城のひな飾り

こどもの城の7段ひな飾り

2月9日から3月3日のひな祭りまでの期間、こどもの城に15体のひな人形を飾った7段飾りが展示されています。ひな人形は一般的に子どもをけがや病氣から守り、将来幸せな家庭を築けるようにという両親の祈りを込めて飾られます。また、平安貴族の婚礼の様子を表したものと

## たすきに思いをのせて 第42回上尾市民駅伝競走大会



思いをつなぐたすきリレー

2月11日、寒い風が吹き付ける中、上尾運動公園陸上競技場で上尾市民駅伝競走大会が開催されました。小・中学生と一般の男女、スポ協支部の7部門に分かれ、友好都市の福島県本宮市から招待参加した4チームと合わせて56人101チームが走りました。

◆上尾市のソーシャルメディアをご利用ください。

