

広報さかど Sakado

5

2021
No.1230

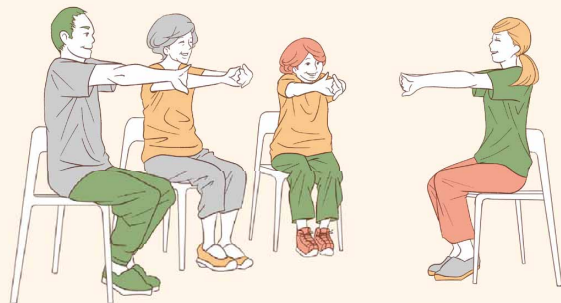


千代田小学校の児童が好きな場所「校内のビオトープ」

子どもたちに水の生き物と触れ合ってもらいたいという想いから、先生が2年ほど前に、花壇を水槽に大変身させました。今では休み時間に多くの児童が立ち寄り、メダカやザリガニなどと触れ合い賑わっています。

※令和3年度の表紙は、市内小学生へのアンケート「学校・学区内の好きな場所」の中から選択

介護予防・フレイル予防を知ろう！

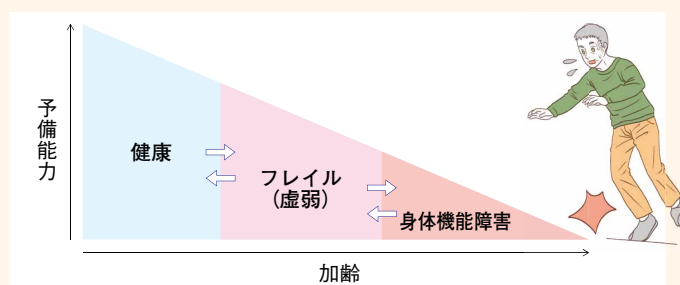


問 高齢者福祉課 (内線436)

加齢に伴って気力や体力が徐々に落ち、要介護状態になる前の「虚弱」な段階が「フレイル」です。

フレイルは、生活機能の自立度が高い「健康」と日常生活動作に障害がある「要介護状態」との間に位置しています。フレイル予防は、より早期からの介護予防を意味しており、従来の介護予防をさらに進めた考え方といえます。

市では、これからも健康ではつらつとした毎日を送っていただくために、様々な介護予防・フレイル予防教室を実施していきます。



フレイルチェックをしてみよう！ ☒ 5つの質問に答えて、フレイル度を確認してみましょう。

- ☐ 体重を減らそうとしていないのに、6か月で2～3kg以上減少した
- ☐ ここ2週間、理由もなく疲れたような感じがする
- ☐ 歩く速さが遅くなった
- ☐ 握力が弱くなった（ペットボトルが開けられない等）
- ☐ 体を動かす機会が減り、身体活動量が低下している

チェックが何個ありましたか？

0個	健康な状態
1～2個	プレフレイル (フレイル予備軍)
3～5個	フレイル状態

※ J-CHS 基準（一部改変）

指輪っかテスト



サルコペニア(筋肉量低下)によって歩く力などが弱くなり、つまずきや転倒が増え、骨折しやすくなります。チェックしてみましょう。

- 1 ふくらはぎの方が太くて囲めない → 今のところ心配ありません
- 2 ちょうど囲める → 今のところ心配ありません
- 3 指の輪よりふくらはぎが細い → サルコペニアの可能性ががあります

「フレイル」予防の3つのキーワード

1 運動

日常生活で「動く」を増やす



歩いて買い物へ行く、エレベーター利用を階段利用に変える、大きな動作で家事を行うことを心掛けるなど

2 栄養

バランスよく食べる

肉・魚・卵・大豆製品などを摂ることを心掛ける。また、食べるためにも口腔ケアを大切に



3 社会参加

地域とのつながり

地域の活動に参加するなど、外出の機会を増やして活発な毎日に



介護予防教室・フレイル予防教室のご紹介



やさしい計算と音読が脳を活性化させる

すこやか脳クラブとは？

東北大学・川島隆太教授（医学博士）の研究により、開発された教材を使用した教室です。難しい計算や複雑な考えごとをするよりも簡単な計算や読み書きをテンポよく行うことで脳が活性化します。

また、知的機能を活発に使っている人は認知症になりにくいことが分かっています。

週1回の教室でボランティア（^{がくしゅう}楽習サポーター）や受講仲間との「楽習と会話」を楽しみ、最終日には介護予防の取り組みの証として修了証を交付します。元気なうちから認知症予防に取り組んでみませんか？

令和3年度は市内5会場で開催予定です。詳しくは、広報さかど4月号及び8月号をご覧ください。



地域の皆さんが主役！さかどお達者体操

さかどお達者体操とは？

さかどお達者体操は手首・足首に重りをつけたままゆっくりとしたテンポで上げ下げの動作を行う、体力に自信がないという方にもおすすめできる体操です。

現在、39のさかどお達者体操の団体ができています。また、コロナ禍でもご自宅でできるよう、埼玉県理学療法士会協力のもと介護予防体操の動画を作成し、YouTube 坂戸市公式チャンネルにて公開中です。



さかどお達者体操自主グループへの支援

「さかどお達者体操」を始めたい地域やグループに対し次の支援を行っています。

- 発足に関するアドバイス
- 理学療法士による体力測定の実施
- 介護予防サポーター派遣（約3か月）
- 活動で使用する重りを配付

さかど「はっする」クラブ

フレイル予防に取り組んで健康寿命を延ばしましょう！

日時 11月（全3回・先着順）

内容 運動・栄養・口腔を一体的に学ぶ教室及び健康相談

※詳しくは、広報さかど10月号に掲載予定

フレイル相談会 ウエルシア薬局

市と包括連携協定を締結している（株）ウエルシア薬局の店舗で相談会を実施します。

※詳しくは、9月以降に市ホームページ、チラシ等をご覧ください。

介護予防サポーター養成講座

「自分の力を地域貢献のために使いたい！」という方には、介護予防サポーターとして活躍できるよう、養成講座を実施しています。今年度も秋にサポーター養成講座を開講予定です。

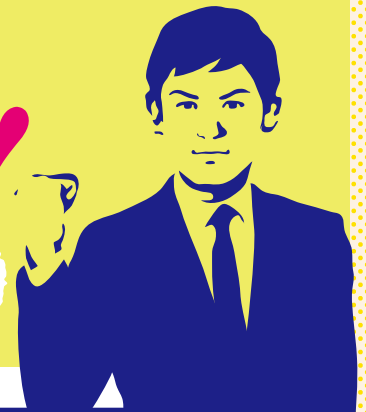
認知症チェックをしたい方はこちら
認知症簡易チェックサイト



消費者トラブル対策について

「自分は大丈夫」は通用しない!

ご相談は『坂戸市消費生活センター』へ



最近の消費者被害

相談事例 1

気をつけて! ネット通販の落とし穴

相談内容

インターネット通販で、代金を支払ったが商品が届かない、海外から粗悪な模倣品(偽物)が届いた、事業者と連絡が取れないなどのトラブルが発生しています。



アドバイス

被害に遭わないためには慎重にサイトを見分けることが一番です。SNS*などのリンク先や検索結果、広告の内容をうのみにせず、少しでも不安を感じた場合は購入をやめるなど冷静に判断しましょう。



SNS…登録された利用者同士が交流できるwebサイト

相談事例 2

身に覚えのない請求トラブルに注意



相談内容

メールやSMS*を使って事業者を装い「訴訟する」などと画面に表示することで慌てさせて連絡を取らせ、銀行口座への振り込みやコンビニでプリペイドカードを購入させてカード番号を伝えるように指示し、代金を支払わせようとしています。

アドバイス

身に覚えのない場合は絶対に連絡しないようにしましょう。相手とのやり取りの中で、自分の情報を知られ、さらに金銭を請求される可能性があります。



SMS…電話番号を宛先に指定してメッセージを送受信できるサービス



だまされないためには…

1 「誰でもだまされる」という認識をもつ

詐欺や悪質商法の手口には限りがなく、日々新たに巧妙な手口が登場します。信じる気持ちの裏をかかれると、誰でも心に隙ができてだまされることがあるという認識をもつことが重要です。



2 冷静な判断を意識する

必要ないものは「いいません」「必要ありません」「今後、電話は一切しないでください」とはっきり断りましょう。また、最新の手口を知ることや、契約前には慎重に調べ、信頼できる人や機関に相談することも大切です。



3 消費生活センターにすぐ相談

被害に遭ってしまった、遭ってしまったかもしれない、怪しい業者が近所を訪問している、知り合いの人が悪質な業者と契約してしまったようだなど、坂戸市消費生活センターへご相談ください。解決のための助言やあっせん、情報提供を行います。



5月は消費者月間

令和3年度 統一テーマ | “消費、で築く新しい日常”

自分の事だけでなく

社会全体の事を考えた消費行動が求められています

より良い消費行動について考え、社会情勢の変化に適切に対応できるきっかけとなるよう、消費者庁では『“消費、で築く新しい日常”』を統一テーマとしました。

くらしの豆知識

くらしに役立つ幅広い分野の知識・情報を分かりやすくまとめた小冊子です。市役所で配布しています。



高齢者を守る お助けかわらばん

高齢者の消費者被害等を防止するため、悪質商法や消費者事故の内容を紹介する啓発用チラシを市役所、公民館、中央図書館等で配布しています。



高齢者対象

「消費生活講座」へ講師を派遣します

「消費者被害に遭わないための知識を習得したい」「今のうちに終活について勉強しておきたい」「食品表示の基礎知識を勉強したい」など、普段の生活の中で不安なことや気になることを勉強したい、知識として知っておきたいなどありましたら、市民生活課へご連絡ください。消費生活コンサルタント等の講師を派遣します。



対象 市内の団体等が企画する高齢者を対象とした消費生活講座(おおむね20名以上)

開催場所 市内施設(会場は申込団体で確保)

開催時間 原則2時間以内

経費 講師謝金は市が負担(上限15,000円)。ただし、会場等の施設借上料、有償資料代等は申込団体が負担。

申込み 開催月の1か月前までに市民生活課へ申込み。

一人でも悩まず、まずはご相談ください

消費者被害の相談はこちら

坂戸市消費生活センター
(市役所内)

相談日 毎週月曜日から金曜日(祝休日、年末年始を除く)

相談時間 午前10時から正午、午後1時から3時30分

多重債務に陥ってしまい、どこへ相談して良いか分からないなどの相談も受け付けています。

新型コロナウイルスワクチン接種に関するお知らせ



対象者の方へは、市から「クーポン券(接種券)、予診票、接種のお知らせ」を送付します。事前に、接種のお知らせと折り込みのパンフレットをよく読み、接種当日に備えてください。



ワクチン接種に関する Q & A

Q1 クーポン券の発送時期は？

65歳以上の方

発送 **5月10日(月)**



64歳以下の方

発送予定 未定



配達には数日
かかることが
あります。



Q2 接種予約開始時期は？

！接種できる医療機関の一覧は、送付するクーポン券に同封しています。

75歳以上の方

予約開始 **5月14日(金)**から

65歳以上 74歳以下の方

予約開始 **5月31日(月)**から

64歳以下の方

予約開始 未定



坂戸中央病院、菅野病院、若葉病院、明海大学歯学部附属明海大学病院、鶴ヶ島在宅医療診療所、鶴ヶ島池ノ台病院は医療従事者の接種が終了してからとなります。

Q3 接種開始時期は？

75歳以上の方

開始日 **5月19日(水)**から

65歳以上 74歳以下の方

開始日 **5月31日(月)**から予約
に応じて順次

64歳以下の方

開始日 未定



接種当日の持ち物

接種当日医療機関窓口へお持ちください



1 クーポン券(接種券)

シールをはがさず台紙のままお持ちください

接種券		予診のみ		接種券(接種券)	
氏名	山田太郎	氏名	山田太郎	氏名	山田太郎
生年月日	1234567890	生年月日	1234567890	生年月日	1234567890
性別	男	性別	男	性別	男
住所	〒1234567 東京都1234567890	住所	〒1234567 東京都1234567890	住所	〒1234567 東京都1234567890
接種券番号	00000000000000000000	予診番号	00000000000000000000	接種券番号	00000000000000000000

接種を受ける方へ
●シールは剥がさず、台紙ごと接種会場へお持ちください。
●接種券の予診接種履歴は接種が終わった後も大切に保管してください。

2 予診票

予防接種を受けてよいか医師が判断をする重要なものとなります。特に病気の治療中の方や、投薬を受けている方は**主治医と事前によくご相談**ください。



事前に記入しておいてください

3 本人確認書類

マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証、年金手帳、身体障害者手帳等のいずれか1点をお持ちください。

コロナ禍でも、 がん検診を受けましょう

がんはだれもがかかる可能性があり、死因第一位の病気です。早期発見し、適切な治療をすることで90%以上のがんが治ります。早期がんは自覚症状がほとんどなく、1年から2年で進行していくと言われているため、自覚症状がない頃から定期的ながん検診を受けることが大切です。65歳以上の方は肺がん・結核検診を無料で受診することができます。

検診の会場では換気や消毒を実施し、感染防止対策に努めています。

問 市民健康センター ☎ 284・1621



受診を控えている皆さんへ

新型コロナウイルス感染拡大の影響でがん検診の受診者が減少しています。新型コロナウイルス感染症は防いだけれど、がんが進行していた、では本末転倒です。定期的な検診で健康状態をしっかりとチェックしましょう。検診受診時はマスクの着用・検温・手指消毒にご協力ください。



検診は心も救います

検診に行かなかった方は、がんになったショックに加え、「検診を受けていれば早期に見つかったかもしれない」という後悔を抱きがちです。自身を責めないためにも定期的に検診を受けましょう。



個別検診は？

各検診の対象年齢に到達した方、前年度又は前々年度に市の検診を受診した方には、5月下旬に受診券を送付する予定です。

成人検診日程表(事前申込制・集団検診は定員制) 申込み 5/24月~

- 1 自覚症状のある方、検診に関する疾患で治療又は経過観察中の方は、医療機関の診療を受けてください。
- 2 妊娠中及びその可能性のある方は、胃がん・肺がん・乳がん検診は受けられません。
- 3 市民税非課税世帯又は生活保護受給世帯等の方は無料になりますので、申込み時にお問合せください。
- 4 令和2年度に送付された乳がん検診及び子宮頸がん検診無料クーポン券は、令和3年度も使用できます。

検診名	対象者	内 容	自己負担金	実施期間・実施日	場 所
大腸がん検診	40歳以上の方	免疫便潜血検査(2日法)	600円	6月1日(火)~ 令和4年1月31日(月)まで	個別検診 坂戸市・鶴ヶ島市・ 毛呂山町・越生町 内の指定医療機関
肝炎ウイルス検診	40歳以上の方 (過去に市の肝炎ウイルス検診を受けたことのない方)	B型・C型肝炎ウイルス検査(血液検査)	無 料		
胃がん検診	50歳以上の方 (2年に1回)	胃内視鏡検査(胃カメラ) 胃部X線検査(バリウム)	3,300円 800円	6月26日(土)、 7月21日(水)、 9月1日(水)・16日(木)、 12月6日(月)・7日(火)	個別検診 坂戸市・鶴ヶ島 市内の指定医療機関 集団検診 市民健康センター
肺がん・結核検診	40歳以上の方	①胸部X線検査 ②喀たん検査(対象者)	①300円 (65歳以上無料) ②500円		
乳がん検診	40歳以上の女性 (2年に1回)	マンモグラフィ (乳房X線撮影) 視触診	個別検診 1,700円 集団検診 1,300円	個別検診 6月1日(火)~令和4年1月31日(月)まで 集団検診 7月27日(火)、8月19日(木)、 11月26日(金)、12月14日(火)	個別検診 坂戸市・鶴ヶ島市内 の指定医療機関 集団検診 市民健康センター
子宮頸がん検診	20歳以上の女性 (2年に1回)	内診・細胞診	1,200円	6月1日(火)~令和4年1月31日(月)まで	個別検診 坂戸市・鶴ヶ島 市内の指定医療機関
女性検診 (肺がん・結核検診、 乳がん検診)	40歳以上で肺がん・ 結核検診と乳がん 検診を受ける女性 (乳がん検診は2年 に1回)	①胸部X線検査 ②喀たん検査(対象者) ③マンモグラフィ (乳房X線撮影) 視触診	①300円 (65歳以上無料) ②500円 ③1,300円	7月26日(月) 8月18日(水) 11月25日(木)	集団検診 市民健康センター



個別検診及び集団検診

受診を希望する場合は市民健康センターへご連絡ください。



気づいてください それ、DVかも。

問 人権推進課（内線372）

DV ドメスティック バイオレンス とは

配偶者や恋人など親密な関係にある（あった）2人の間で起こる暴力です。

新型コロナウイルス感染症に伴う生活不安、ストレスなどからDVの増加や深刻化が懸念されています。また、DVは男性から女性への暴力に限りません。

殴る・蹴るだけが暴力ではありません

身体的暴力

殴る、蹴る、物を投げつける、突きとばす等

精神的暴力

暴言、怒鳴る、無視をする、バカにする等

性的暴力

性行為の強要、避妊に協力しない等

経済的暴力

生活費を渡さない、金銭的自由を与えない等

子どもを利用した暴力

子どもへの加害をほのめかす等

デートDVとは

恋人間で、暴力により相手を思いどおりにすることです。

暴力には、殴る・蹴るなどのほか、言葉の暴力、メールを勝手にチェックするなど様々な形があります。また、インターネットでの画像流出被害も増加しています。公開されたら困る写真や動画は、絶対に撮らない・撮らせない・送らないことが大切です。

DVについて相談されたら

DVの被害に、家族や周りの人が気づいてあげることも重要です。相談されたときには、暴力は決して許されないことだと伝え、相談窓口を紹介してください。

一人で悩まず相談してください

相談窓口（秘密厳守・無料相談）

緊急の場合は、迷わず110番！



一人で悩んでいても、解決することはほとんどありません。ささいなことでも相談窓口にご相談してください。専門の相談員があなたと一緒に考えます。

● DV 相談+（プラス）

☎ 0120・279・889（24時間受付）

● 勤労女性センター ☎ 281・3595

月～金 午前8時30分～午後5時15分
（祝日・年末年始を除く）

● 埼玉県配偶者暴力相談支援センター （With You さいたま）

☎ 048・600・3800

月～土 午前10時～午後8時30分
（祝日、第3木曜日、臨時休館日、年末年始を除く）

● 男性のための電話相談（With You さいたま）

☎ 048・601・2175

毎月第3日曜日 午前11時～午後3時

● 埼玉県配偶者暴力相談支援センター （婦人相談センター）

☎ 048・863・6060

月～土 午前9時30分～午後8時30分
日・祝日 午前9時30分～午後5時
（年末年始を除く）

“緑と花と清流基金・環境保全”に関する補助金等

問環境政策課(内線365)



緑と花と清流保全等 活動事業補助金

対 象 市内で活動し、営利目的でない団体

**補助対象
経 費**

- 地域の樹木の植栽や緑地の管理に要する経費等
- 新たな花壇の設置に要する経費
- 河川の水質調査や河川の清掃に要する経費等

補助金額

1 団体 10万円以内
(年1回、同一事業は3年限度)



花いっぱいのもち 推進地区補助金

対 象

多くの人の目につく所におおむね20m以上花を植栽する地域団体

**補助対象
経 費**

- 花苗や球根、培養土等消耗品の購入に要する経費
- 花の植栽のための機材等の購入や借り上げに要する経費

補助金額

経費の合計額の3分の2以内の額
(限度額3万円)



住宅用太陽光発電システム・ 省エネルギー機器設置費補助金

地球温暖化防止、エネルギーの安定供給及び分散型のエネルギー源の確保を目的としています。

対 象

次の全てを満たす方

1 自ら居住する市内の住宅に設置する方又は自らが居住するために機器が設置された市内の住宅(建売住宅)を購入する方

2 過年度の市税を滞納していない方

3 ◇太陽光発電システム
設置完了日又は建売住宅の引渡しを受け、電力受給契約の完了日から30日以内又は当該年度の3月10日までに完了報告書及び請求書の提出が可能な方

◇省エネルギー機器
設置完了日又は建売住宅の引渡しから30日以内又は当該年度の3月10日までに完了報告書及び請求書の提出が可能な方

補助金額

◇太陽光発電システム1件 5万円
(うち2万円は商品券で交付)

◇省エネルギー機器

・家庭用燃料電池(エネファーム)1件 5万円
(うち2万円は商品券で交付)

・定置用リチウムイオン蓄電池
1kWhあたり1万円
(うち4千円は商品券で交付)
上限5万円(うち2万円は商品券で交付)

※商品券は坂戸市商工会が発行する、市内で使用できる「さかど街おこし応援券」です。

申請方法

工事着工前又は建売住宅の引渡し前に申請書を環境政策課へ提出



保存樹木等の指定制度

一定基準に達した樹木や樹林などを保存樹木として指定し、樹木の保存と緑化に努めています。

なお、保存樹木補助金及び生け垣設置奨励補助金は、3月31日をもって、制度を終了しました。



市民花壇ボランティア募集

市民花壇を管理するボランティアグループを募集しています。花苗等は市から提供します。興味のある方は気軽にご相談ください。

実施場所

泉町ヤオコー前交差点、元町坂戸小学校東側交差点、三芳野小学校前など



申請方法等詳しくはお問合せください。全ての補助金は、予算の範囲内で先着順です。

さかろんグッズ作りませんか

市のイメージキャラクター「さかろん」のイラストを使用したオリジナルグッズを作りませんか？

様々な表情のさかろんを使って、制作物を展示したり、製品を作って販売することができます。



イラスト使用例

商品のパッケージ、クッキーやサブレ等の食品、ストラップやぬいぐるみ等の立体物、アニメなど
※制作した商品を市が販売したり、第三者に仲介することはできません。

イラストの使用方法

イラストを営利で使用する場合は事前に申請が必要です。イラスト一覧や使用方法等、詳しくは、市ホームページ内「さかろんの部屋」をご覧ください。



さかろんのマカロン



商品説明：さかろんの好物の
マカロンです。
販売価格：1個243円（税込）
販売業者：株式会社PAOP
住所：坂戸市にっさい花み
Tel：049-282-8080
販売業者のホームページは

制作物を、市ホームページ内「さかろんの部屋」で紹介したり、商品ページへリンクすることができます。

イラストは
現在 98種類



自転車に関する交通事故の多くは、自転車側に違反があると言われています。交通ルールを守り、交通マナーを意識し、安全運転を心がけましょう。

自転車を利用するために

◇交差点が危険
自転車事故の多くは、交差点で発生しています。信号や一時停止は必ず守りましょう。見通しの悪い交差点では、一旦止まって安全確認を徹底しましょう。

◇車道の左側、歩道は例外
自転車は車両です。車道の左側端を走行しましょう。やむを得ず歩道を通行する場合は徐行し、歩行者の通行を妨げる場合は一時停止をしましょう。

◇危険運転は絶対にしない
飲酒・二人乗り・傘差し運転、スマートフォンやイヤホンの使用などは絶対にやめましょう。

◇ヘルメットで身を守ろう
自転車乗用中の交通事故の約5割は、頭部の損傷が原因です。ヘルメットの正しい着用で頭部損傷による死亡の割合は、3分の1に低減すると言われています。

5月は九都県市一斉 自転車マナーアップ強化月間



ヘルメットの購入費補助

市では、市内在住の中学生以下の子ども及び65歳以上の高齢者を対象に、自転車ヘルメット購入費用の一部を補助しています。

対象品 S Gマーク付きの新品の自転車乗用ヘルメット

※（一財）製品安全協会が定めた安全基準に適合した商品に表示されます。

補助額 ヘルメット1個につき2千円

※補助による購入は、対象者1人につき3年で1回までです。

補助申請方法 指定の販売店でヘルメットを購入する際、置いてある補助券へ必要事項を記入し、補助券と身分証明書を提示することで補助が受けられます。

問 交通対策課（内線3119）

公共下水道へ接続しましょう

下水道が使用できる区域の方は早期の接続をお願いします

問坂戸、鶴ヶ島下水道組合業務課

☎ 288・3361

下水道への接続にご協力ください

下水道は、台所、トイレなどから出る汚水を衛生的に処理し、住環境を良好にする施設です。

しかし、せっかく整備した下水道も接続しなければ効果が発揮されません。下水道法では、下水道が使用できるようになったら、浄化槽は速やかに下水道へ接続すること、くみ取りトイレは3年以内に水洗化することが義務付けられています。

水洗便所改造資金貸付金制度

新築や建替え以外の下水道への接続工事で上限40万円を無利子で貸し付けする制度です。

未接続世帯へ普及活動に伺います

早期の下水道接続にご協力をお願いします。

下水道への接続は指定工事店で

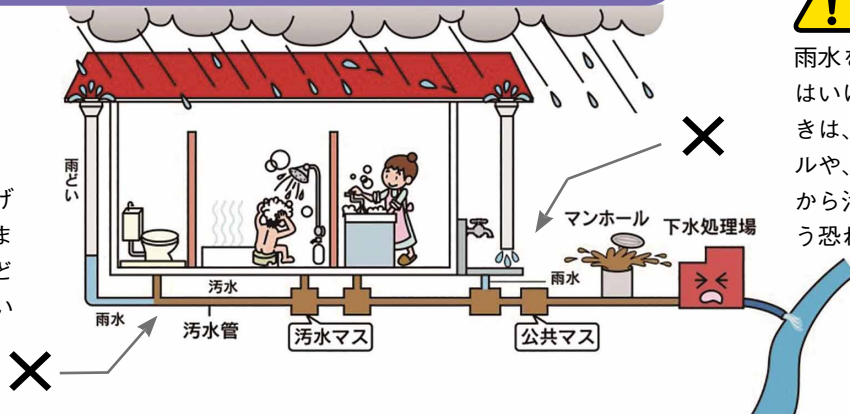
指定工事店でないと工事ができませんので、ご注意ください。

雨どいは污水管へつなぐことができません

悪い例



雨どいを污水管につなげて雨水を流してはいけません。宅地内の雨水(雨どい等)が污水管に流れていないか確認しましょう。



雨水を外の流しで流してはいけません。大雨のときは、道路上のマンホールや、宅地内の汚水ますから汚水があふれてしまう恐れがあります。

① ひよこちゃんのおはなし会
時間 午前10時～10時20分
対象 0～2歳児と保護者
定員 5組
② おはなし玉手箱
時間 午前10時50分～11時40分



5月16日(日)開催

春の図書館まつり

③ おりがみクラブ
時間 午後2時～3時
対象 幼児～小学校低学年
定員 15名
④ 本のクイズに挑戦
時間 午前10時～午後3時
対象 幼児～小学生
費用 無料
申込み ①～③ 5月9日(日)～電話又は直接窓口 ④ 不要
問中央図書館 ☎ 281・6369

日時 6月6日(日) ① 午前10時～10時30分 ② 午前10時30分～11時 ③ 午前11時～11時30分 ④ 午前11時30分～正午 ⑤ 午後1時～1時30分 ⑥ 午後1時30分～2時



ミツバチからのプレゼント
春のハチミツ搾り会

内容 ハチミツ搾りの実演及びハチミツ販売(1瓶約200g 500円、試食用)
定員 各回15人(申込み多数の場合は抽せん、ハチミツの収量で変更の場合があります)
申込み 5月20日(木)までに直接窓口又は電話
※1人1回までの申込みです。
※試食、見学のみの場合も申込みが必要です。
問環境学館いずみ ☎ 284・7115

坂戸2号車(消防ポンプ自動車)、 鶴ヶ島救急2号車(高規格救急自動車)を配備



坂戸・鶴ヶ島消防組合では、坂戸消防署に坂戸2号車を更新配備、鶴ヶ島消防署に鶴ヶ島救急2号車を新規配備しました。坂戸2号車は、今回から600ℓの水槽及びCAFS(圧縮空気泡消火装置)を搭載しています。

CAFSとは
水と消火薬剤を混ぜ、その混合液にコンプレッサーで空気を送り込むことにより、消火泡を生成し放射するシステムです。更に、混合液を消火泡化して使

用するため、消火水量を節約でき、より効果的な活動が期待されます。



左からさかぼう、つるぼう

鶴ヶ島救急2号車には、前年度から当組合のイメージキャラクターとなったさかぼう・つるぼうが車両に描かれています。坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部 警防課 ☎ 281・3119

防火管理者資格取得(新規)講習会

消防法施行令に基づき、防火管理資格(甲種)を取得する講習会を行います。

多数の人が利用する事業所では、防火管理者の資格を有する人の中から防火管理者を定め、消防本部に届出が必要です。

資格者がいない事業所は必ず受講し、防火管理者を選任してください。

日時 6月10日(木)・11日(金) 午前8時30分～午後4時30分
場所 坂戸・鶴ヶ島消防組合

消防本部

※駐車場はありません。

対象 坂戸市又は鶴ヶ島市内

在住・在勤で、各事業所の管理監督的な地位にある方

定員 30名程度(先着順)

費用 3千750円

申込み 5月27日(木)午前8時30分～午後4時に坂戸・鶴ヶ島

消防組合消防本部予防課へ電話

坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部予防課 ☎ 281・3117

防火管理者を選任すべき防火対象物

老人短期入所施設、養護老人ホームなどで収容人員が10人以上

飲食店、マーケット、保育園、幼稚園、病院、老人デイサービスセンターなどで収容人員が30人以上

共同住宅、学校、図書館、工場、倉庫、事務所などで収容人員が50人以上

選任すべき防火管理者
甲種 甲種又は乙種

延べ面積に
関係なく全て

延べ面積
300㎡以上

延べ面積
500㎡以上

春のごみゼロ運動



5月に各自治会等の実情に応じて清掃活動をお願いします。

実施の後、ごみの収集は指定日に集積所に出してください。

活動日 5月1日(土)～1か月間

活動内容 地区内の道路・公園

等の清掃活動

実施手続 「令和3年度坂戸市春のごみゼロ運動活動計画書」を提出してください。この活動計画書に基づき、坂戸市指定収集袋等を配布します。清掃活動は自主的な活動です。各自治会等で、実施の有無を判断してください。

※清掃活動を実施する際は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を行ってください。

支えあう 住みよい社会 地域から 5月12日(水)は民生委員・児童委員の日

全国民生委員児童委員連合会

では、5月12日を「民生委員・児童委員の日」と定めています。

委員は高齢者などの見守りや担当区域の福祉課題を把握するため、訪問活動を実施しながら、地域住民の身近な相談相手として、専門機関へのつなぎ役を担っています。

また、委員は法に基づいた守秘義務を有しており、相談内容の秘密は守られますので、安心してご相談ください。

厚生労働大臣の委嘱により次の方々が新たに任命されました。

氏名(敬称略) 担当区域

菅井智代子 関間1丁目1～9、10の一部、11、13、千代田1丁目2の一部

辻裕子 千代田3丁目1～8、21若葉駅前ハイツ

山本初江 末広町12～19、12～18

宮路陽子 森戸(上中下)

関福祉総務課(内線412)

民生委員・児童委員が新たに委嘱

環境政策課(内線384)

家族介護教室



① 介護者のための月イチヨガ

日時 6月から令和4年2月
までの毎月第3火曜日(全9
回) 午後1時30分～2時30分
実施方法 Zoom
内容 ケアラー(介護者)の
ための健康維持、ストレス発
散、深い呼吸をすることで心
と身体がリラックスした状態
を作る

定員 20名(先着順)
参加費 無料

申込み 5月8日(土)～NPOワー
カーズコープ坂戸いきいき(☎
227・3136 ✉stiki@ro
ukyoku.gr.jp)へ件名「ヨガ
教室参加申し込み」名前、電
話番号を書いてメール送信
※インターネット環境が用意で
きない方はお問合せください。
**② 介護する人もされる人も笑
顔になる脳活性ゲーム「みつ
つのお」講習会**
日時 6月2日(水)午前10時～
11時20分

認知症地域学習会、認知症出張相談会、 認知症サポーター養成講座

認知症地域学習会及び 認知症出張相談会

専門職の話を聞ける機会です
ので、ぜひご参加ください。

日時 ①地域学習会 6月10
日(木)午後2時～3時 ②出張相
談会 6月11日午後3時～3時30分
会場 塚越南区集会所(塚越
1255-13)

内容 認知症の病気の理解や
薬、予防など

対象 市内在住・在勤の方
定員 ①15名(先着順) ②3

名(先着順)
参加費 無料

講師 丸木記念福祉メデイカ
ルセンター(認知症疾患医療
センター) 医療福祉相談室
福島雄大氏
申込み 5月8日(土)～東部地域
包括支援センター(☎284・7
775)へ電話

認知症サポーター養成講座

日時 5月22日(土)午後2時～
3時30分

場所 勤労女性センター
内容 講師を招いた講話、認
知症予防の脳活性化ゲーム体
験、参加者同士の交流や情報
交換等

定員 10名(先着順)
参加費 200円(お茶代)
申込み 5月10日(月)～ボランティア
ア団体みつつのあ研究所(☎
080・8122・4496)へ
電話
※新型コロナウイルス感染症の
感染拡大状況により、実施方
法をZoomに変更する場合
があります。

問 高齢者福祉課(内線436)



場所 大家公民館
内容 認知症についての学び
対象 市内在住・在勤の方
定員 10名(先着順)
参加費 100円(テキスト代)
申込み 5月8日(土)～西部地域
包括支援センター(☎282・4
592)へ電話
問 高齢者福祉課(内線436)

坂戸市人事異動(4月1日付)

次長以上の異動は次のとおり
です。(職名は主な職名)

〈市長部局〉

▽部長級
▽議会事務局 清水満夫▽農
業委員会事務局 大澤淳一
▽次長級
▽総務部次長兼職員課長 三田
耕治▽市民健康部副参与兼市
民健康センター所長 有田さ
おり▽環境産業部副参与兼農
業振興担当副参与 鈴木経順
▽会計管理者 近藤猛▽監査

▽職員課(内線223)

委員事務局 蔵西章一

〈教育委員会〉

▽部長級
▽教育部長 宮崎勝
▽退職者
3月31日付、(一)内は前職
▽部長級
▽鈴木光一(会計管理者)▽田
隣佳秀(農業委員会事務局長)

▽次長級
▽雨宮克行(環境産業部副参与
兼埼玉県へ帰任)
▽職員課(内線223)

環境影響評価調査計画書の縦覧及び説明会

川越都市計画事業(仮称)川
島インターチェンジ南側地区土
地区画整理事業に係る環境影響
評価調査計画書の縦覧及び説明
会を行います。

縦覧期間 5月21日(金)～6月21
日(月)(土日を除く)

縦覧場所 坂戸市環境政策課、

埼玉県環境政策課、埼玉県東

松山環境管理事務所、川島町

まち整備課、川越市環境政策

課、東松山市環境政策課

《意見書の提出》 縦覧場所

配布する意見書に必要事項を
記入のうえ、7月5日(月)(必
着)までに川島町まち整備課
(〒350-0192 比企郡川
島町下八ツ林870-1)窓口又は郵送
は郵送

《説明会》
日時 6月14日(月)午後1時30
分

会場 勝呂公民館

問 埼玉県環境政策課 ☎048・830・

3041、川島町まち整備課
☎299・1763

INFORMATION
暮らしに役立つ情報

日日時	場場所
内内容	対対象
定定員	費費用
持持ち物	申申込み
問問合せ	

お知らせ

NEWS



愛のプレゼント

庶務課（内線214）

◇市民健康センターへ 窓付き段ボールパテーション50セット〓明治安田生命保険相互会社川越支社

◇学校教育課へ 50型テレビ4台、

USBケーブル35本、ジャンピングボード材料一式10台分、サッカーボール20個、バスケットボール10個〓

入西小学校PTA 黄色いワッペン830個〓（株）みずほフィナンシャルグループ、損害保険ジャパン（株）、明治安田生命保険相互会社、第一生命保険（株） 光るトラック型防犯ブザー840個

〓（一社）埼玉県トラック協会会長 鳥居伸雄 安全笛1千個〓日本マクドナルド（株）

◇寄附をいただき、ありがとうございます。ございました。（敬称略）

〓（一社）埼玉県トラック協会会長 鳥居伸雄 安全笛1千個〓日本マクドナルド（株）

◇寄附をいただき、ありがとうございます。ございました。（敬称略）

〓（一社）埼玉県トラック協会会長 鳥居伸雄 安全笛1千個〓日本マクドナルド（株）

Ｊアラート全国一斉情報伝達試験

防災安全課（内線219）

5月19日（水）11時頃に、Ｊアラートを使い、全国一斉の情報伝達試験を

実施します。この試験では、国からの緊急情報に基づき、市の防災行政無線が自動起動し、放送されます。

【放送内容】

チャイム音＋「これはＪアラートのテストです」×3回＋「こちらは防災坂戸です」＋チャイム音

課税証明書・非課税証明書の発行

課税課（内線278）

令和3年度（令和2年分）市・県民税課税証明書・非課税証明書は、6月11日（金）から発行します。

ただし、市・県民税の全額が給与から徴収されている方（その他の収入分の市・県民税を納税通知書や年金からの特別徴収により納める方を除く）については、5月14日（金）から発行します。

※コンビニ交付サービスは、6月11日（金）から新年度分に切替わります。

アライグマ及びイノシシに注意

住宅被害・環境政策課（内線386）

農作物被害・農業振興課（内線334）

市はアライグマによる被害を防ぐため、埼玉県アライグマ防除実施計画に基づき、捕獲を行っています。昨年度の市内の捕獲頭数は150頭を超えました。

また、近年ではイノシシの目撃情報も増えてきています。イノシシを目撃したら①近づかない②刺激しない③餌を与えないように注意してください。アライグマによる被害やイノシシを目撃したらご連絡ください。



オンライン子育て相談

坂戸児童センター ☎283・4378

日5月21日（金）・27日（木）①13時30分～13時50分②14時～14時20分③14時30分～14時50分④15時～15時20分 内保育園や幼稚園などの利用、子育て支援事業、子育て全般に関する相談費無料（通信料は参加者負担） 参加方法 Zoom（接続環境が必要） 申相談日の2日前までに保護者の氏名、希望日時、相談内容、電話番号を記入のうえ、坂戸児童センター ☎283・4378 kadoso@city.sakado.lg.jp へメール

就職支援セミナー

商工労政課（内線344）

日6月17日（木）14時～16時 場坂戸市ウィークプラザ 内就職に役立つ書類（履歴書等）の作成・面接対策など 定30名（先着順） 費無料 申5月10日（月） 坂戸市ふるさとハローワーク ☎284・0038 窓口又は電話

水道企業団各種お知らせ

◇漏水調査のお知らせ

水道企業団では、水道管を適正に維持管理するため、漏水調査を次の地区で実施します。ご協力をお願いします。

調査員（委託会社）は水道企業団が発行する身分証明書を携帯しています。

〔調査地区〕

三芳野地区 紺屋、小沼、横沼 勝呂地区 栄、島田、塚越 坂戸地区 浅羽、芦山町、伊豆の山町、泉町、片柳、鎌倉町、上吉田、坂戸、清水町、末広町、関間、千代田、仲町、中富町、日の出町、本町、溝端町、緑町、南町、元町、薬師町、柳町、八幡、山田町 入西地区 金田、小山、沢木、善能寺、長岡 大家地区 厚川、多和目、西坂戸、鶴舞、森戸、四日市場 間坂戸、鶴ヶ島水道企業団施設課 ☎285・8178

◇水道メーターの交換

水道水の適正な使用量を測定するため、計量法に基づき水道メーターの交換を行います。

該当する方には、はがきで通知します。メーターボックス内やメーターが入っているパイプシャフト内を清掃し、作業しやすいようにご協力をお願いします。

実施予定期間 5月～12月 施工業者 第一環境（株） 坂戸、鶴ヶ島水道企業団 給水課 ☎283・1953

広告



笑顔でつなぐ 躍動のまち、さかど

経済センサス活動調査

庶務課（内線214）

総務省と経済産業省は、6月1日を基準日として、令和3年経済センサス活動調査を実施します。この調査は、全国の全ての事業所及び企業が対象となる大規模な統計調査です。調査へのご理解ご協力をお願いします。

調査書類の配布（5月下旬頃）

調査員が非接触の方法等で調査の説明をし、インターネット回答用IDや調査票等の関係書類をポスティング※対面が必要な場合は、新型コロナウイルス感染症対策を講じた調査員が直接確認・配布します。

◇調査への回答（5月下旬～6月上旬） パソコン、スマートフォン等からのインターネット回答又は郵送回答

催し



中央図書館各種催し

中央図書館 ☎281・6369

◇おはなし本棚

日5月12日（水）10時30分～10時50分 場

入西つどいの広場（入西地域交流センター内） 内絵本や紙芝居など 対就学前の乳幼児と保護者 申不要※

◇ちいさい子のおはなし会

日5月20日（木）11時～11時20分 内絵本

や紙芝居など 対0～2歳児と保護者 定5組程度（先着順） 申5月13日（木）9時30分～直接窓口又は電話※

◇映画鑑賞会

日5月23日（日）①10時～②14時 内パはわるものチャンネル（120分） 対児童以上 定名15名（先着順） 申5月13日（木）9時30分～直接窓口又は電話※

◇おはなしはらっぱ

日5月29日（土）①10時30分～11時②14時30分～15時 内絵本や紙芝居の読み聞かせ 対3歳児～小学校低学年 定12名程度 申5月22日（土）9時30分～直接窓口又は電話※

※《共通事項》 費無料

児童センターサロン

《共通事項》 時間 10時30分～11時30分 内親子のふれあい、保護者のコミュニケーション 費無料 申不要

◇5月の赤ちゃんサロン

対1歳未満の乳児と保護者 持ミルク、飲物、おむつ

場所	日曜	電話番号
坂戸児童センター	21（金）	283・4378
千代田児童センター	25 11（火）	282・3099
大家児童センター	20 13 6（木）	284・1425
三芳野児童センター	25 18 11（火）	284・4813

◇5月のにこちゃんサロン 対1歳～2歳未満の幼児と保護者 持飲物、おむつ

場所	日曜	電話番号
坂戸児童センター	14（金）	283・4378
千代田児童センター	18（火）	282・3099
大家児童センター	19（水）	284・1425
三芳野児童センター	24 10（月）	284・4813

坂戸児童センター各種催し

坂戸児童センター ☎283・4378

◇オンラインにこちゃんサロン

日5月14日（金）14時～約30分間 内親子ふれあいあそび、絵本、紙芝居 参加者の自己紹介等 費無料（通信料は参加者負担） 定5組（先着順、市内在住の方優先） 参加方法 Zoom（接続環境が必要） 申5月12日（水）までに保護者の氏名、お子さんの氏名、月齢、住所、電話番号を記入のうえ、坂戸児童センター（sakado@city.sakado.lg.jp）へメール

◇星空の音楽会

日5月15日（土）19時～ 内30分間の音楽会のあと、ヘラクレス座球状星団M13としし座アルギエバ（二重星）を天体望遠鏡で観望※音楽会は雨天決行 対一般（小・中学生は保護者同伴） 楽曲 タップダンス、ピアノ、アニソン、パーカッションによる JAZZ 出演 タップダンスユニット NaNo

Ha 費無料 申不要

子育て支援センター各種行事

子育て支援センター ☎288・2141

◇あそぼう会

日5月18日（火）10時30分～11時30分 内お外で遊ぼう 対市内在住の1歳～就学前の幼児と保護者※

◇たまひよサロン

日5月26日（水）10時30分～11時30分 内妊婦や赤ちゃんと一緒に遊んだり、お話をしながら楽しいひとときを過ごす 対市内在住の妊婦と家族、1歳までの乳児と保護者※

◇おひさまタイム

日5月31日（月）10時30分～11時30分 内保育士とお子さんと一緒に遊びながら子育てについてお話ししてみませんか 対市内在住の1歳～就学前の幼児と保護者※

※《共通事項》 定5組程度（先着順） 費無料 申5月10日（月）電話

5月の森林公園見頃のお花

時間 9時30分～17時 場 国営武蔵丘陵森林公園（滑川町山田1920） 内約4万本のルピナス（5月中旬まで）、約3千株のデルフィニウム（5月下旬まで）、約300本のアリウム・ギガンチウム（5月下旬）、 費 高校生以上450円、65歳以上210円、中学生以下無料、駐車料金普通車1日650円 問 同園 ☎0493・57・2111

広告



笑顔でつなぐ 躍動のまち、さかど

教室・講座



手話講習会

障害者福祉課（内線417）

◇手話講習会（基礎課程）

日 6月17日～12月16日 毎回木曜日19時～21時 全25回 対市内在住・在勤・在学で、手話講習会（入門課程）等を修了した方定8名（申込み多数の場合は抽せん）※

◇手話通訳者養成講習会（準備コース）

日 6月21日～令和4年1月31日 毎回月曜日19時～21時 全30回 対市内在住・在勤・在学で、手話講習会（基礎課程）を修了した方又は同等レベルの方定8名（面接により選考） 面接日

粘土教室

大家公民館 ☎285・2002

日 5月27日、6月3日・10日 毎回木曜日13時30分～15時30分 全3回 内超軽量粘土で作る「ミモザのディフューザーリース」 対市内在住・在勤で全3回出席可能な方定10名（先着順）

5月31日（月）19時～※
※《共通事項》場文化施設オルモ費無料（テキスト代有料） 講師 坂戸市聴力障害者の会 申5月10日（月）24日（月）に申込書を障害者福祉課（〒350-0292 坂戸市千代田1-1-1）窓口又は郵送

※申込書は、障害者福祉課又は福祉センターにて配布又は市ホームページに掲載しています。

環境学館いずみ6月の講座

日(曜)	時 間	内 容	対 象	定 員	参加費
3(木)	9時～14時30分	廃食油リサイクル粉石けんづくり いずみの手作り粉石けんは、汚れ落ちが良いと評判です！参加者は、粉石けん2kgを持ち帰れます。	一般	5名	無料
16(水)	10時～11時	パックde石けん（えひめAI入り） ～牛乳パックでリサイクル固形石けん作り～ えひめAIを使用し、幅広く利用できる石けんを作ります。	一般	15名	無料
19(土) 26(土)	13時～15時30分	クラフト講座 再生紙で作るおしゃれな買い物かご ※2日間の講座です。両日とも受講できる方が対象	一般	12名	400円
23(水)	10時～正午	えひめAIを作ってみよう！ ～自宅からはじめる環境浄化～ 環境浄化微生物をつくり、暮らしの中で活用し環境を改善します！	一般	10名	無料
27(日)	13時30分～15時30分	理科教室「酸性雨のなぞ」 草や木を枯らせてしまうこともある酸性雨がなぜ降るのか実験で調べてみよう。	※	16名	無料

※小学4～6年生

各講座の持ち物は、受付時にお伝えします。

申 5月11日（火）9時30分～環境学館いずみ ☎284・7115）へ

費2千400円（材料費） 講師 伊達敬子
氏申5月10日（月）～参加費を添えて直接窓口

すじ編みのマスクカバーづくり教室

入西地域交流センター ☎281・0044

日 6月11日（金）13時～17時 内かぎ針で不織布のマスクの上に着けるマスクカバーを編む 対かぎ針の経験者で市内在住・在勤の女性定15名（先着順）
費150円 持ち物かぎ針（4号）、とじ針、メジャー、糸切りばさみ、不織布マスク 講師 有村奈緒美氏 申5月10日（月）～直接窓口又は電話

まちかど伝言板



掲載を希望する団体は広報広聴課（内線165）窓口へ申込みください。

出かけませんか

ボーイスカウト坂戸第一回説明会・ワークショップ

日 5月30日（日）10時～正午 場入西地域交流センター 対年長・小学生男女費無料 申不要 問同団那須 ☎284・0028

バレエボール体験会

日 5月15日（土）9時～正午、13時～16時 場坂戸小学校 対年長・小学5年生 費無料 申不要 問坂戸ジュニアバレエ

ボールクラブ小倉 ☎090・9801・7911

仲間になりませんか

恵坂戸太極拳教室

日 毎月第1・2・3・4金曜日14時～16時 場中央公民館 対成人費月2千600円 問松田 ☎282・2749

坂戸棋友会

日 毎週木曜日9時～16時 場北坂戸公民館 費半年3千円 問岡棟 ☎070・5457・6130

岳精流日本吟院

（鶴舞教室）

日 毎月3回金曜日13時30分～15時30分 場鶴舞集会所 費月3千円 問栗田 ☎090・3904・2233

入西水墨画会

日 毎月第3金曜日13時30分～15時30分 場入西地域交流センター 問根本 ☎281・7277

English mates

（英会話）

日 毎月2回程度月曜日13時～14時30分 場千代田公民館 対成人女性 費月2千500円 問熊田 ☎090・6510・6221



笑顔でつなぐ 躍動のまち、さかど

永源寺

3月31日 水

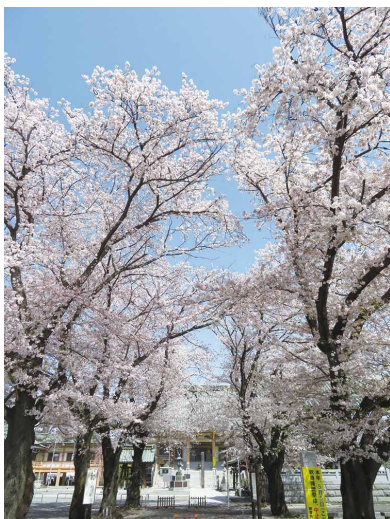
春の息吹を堪能

各所で桜が満開に

北浅羽桜堤公園の安行寒桜、永源寺、東坂戸団地のソメイヨシノの桜並木など、市内各所の桜が例年通り満開になり、3月中旬から4月にかけて長い期間、まちをきれいに彩りました。

新型コロナウイルスの影響で外出等の自粛が続き、各地の桜まつりも中止になり、花見に行くことができなかったと思いますので、紙面でお楽しみください。

市民カメラマン 秋山清志さん撮影



東坂戸団地桜並木

3月23日 火



北浅羽桜堤公園

3月16日 火



市民カメラマン 平野克洋さん撮影

交通安全母の会

3月22日 月

「緑十字銀章」を受章



坂戸市交通安全母の会副会長の山崎恵子さんが、交通安全啓発活動の功績が認められ、交通栄誉章「緑十字銀章」を受章し、市長へ報告に訪れました。

この章は、警察庁長官と(一財)全日本交通安全協会会長の連名で、多年にわたり地域での交通安全活動に多大な功績等があった方に贈られる、大変名誉ある章です。

伝統ある神楽を奉納

4月4日 日

大宮住吉神社例大祭



市民カメラマン 荘司和則さん撮影

塚越の大宮住吉神社で例大祭が執り行われ、坂戸の大宮住吉神楽が奉納されました。

今回は、新型コロナウイルス感染症の対策として午前中のみの実施となりました。

訪れた方々は静かに見守りながら、優美な舞にユーモラスな無言劇が加わった神話の世界を堪能していました。



市民相談



原則相談日の一週間前から開始。詳しくはお問合せください。

※各相談とも祝休日を除く。相談時間／正午～午後1時を除く 市役所 ☎283・1331

相談名・相談内容	日程・曜日	時 間	会 場	問 合 せ
法律(弁護士)☎…金銭・不動産トラブル、夫婦・親子・相続等の法律問題	4日(金)・10日(木) 22日(火)	10:00～16:00	市 役 所	市民生活課 (内線 314)
法律(司法書士)☎…多重債務・離婚・相続・成年後見等	1日(火)	10:00～ 正午		
相続・登記(司法書士)☎…相続手続、土地建物の登記手続(贈与・売買等)	1日(火)	13:00～15:00		
行政書士 …遺言書・契約書・離婚・相続手続等	8日(火)	10:00～ 正午		
行政(なんでも) …行政機関に対する意見・苦情等	15日(火)	13:00～16:00		
不動産(宅地建物取引士)☎…土地・建物の売買や賃借トラブル等 ※借主のみ	24日(木)			
不動産(不動産鑑定士)☎…土地・建物の適正価格算定、不動産の有効活用等	11日(金) ※予約の締め切りは、 9日(水)17時	10:00～ 正午		
消費生活 …契約やサービスに関するトラブル等	毎週月～金	10:00～15:30		坂戸市消費生活センター (内線 188)
女性☎…女性としての様々な悩み、夫や恋人からの暴力、LGBT 等	7日(月)・21日(月)	13:00～17:00	坂戸市勤労女性センター	坂戸市勤労女性センター (内線372) ※電話相談有り
人権 …プライバシー、様々な差別(障害のある人、女性等)、同和問題、家庭・近隣トラブル等	14日(月) 毎週月～金	9:00～16:00 8:30～17:15	市 役 所 さいたま地方司法局川越支局 (川越市豊田本1-19-8)	人権推進課 (内線 233)
税務 …相続・贈与・マイホーム取得等に関わる税のしくみ	17日(木)	10:00～15:00	市 役 所	課税課 (内線 274)
内職 …内職を希望する市民を対象にした相談及び紹介	毎週火・金	10:00～16:00	坂戸市内職相談室 (商工労政課内)	坂戸市内職相談室 ☎ 284・5872
職業 …求人情報の提供及び相談員による職業相談・紹介	毎週月～金	10:00～17:00	坂戸市ふるさとハローワーク (市役所内)	坂戸市ふるさとハローワーク ☎ 284・0038
ふれあい・福祉総合 …福祉に関する総合相談	毎週月～金	8:30～17:15	市 役 所	福祉総務課 (内線 507)
生活困窮者自立支援 …生活困窮者の自立に向けた相談	毎週月～金	8:30～17:15	坂戸市自立生活サポートセンター (市役所内)	坂戸市自立生活サポートセンター ☎ 283・1112
家庭児童 …子どものしつけ・性格・ことばの遅れ等、子どもの育児上の悩み	毎週月～金	9:00～17:00	家庭児童相談室 (子育て支援課内)	子育て支援課 (内線 484)
子育て支援利用 …保育園・幼稚園等の施設や、地域の子育て支援事業の利用の案内・相談	毎週火・木・金	9:00～16:00	子ども・子育て支援相談室 (子育て支援課内)	子育て支援課 (内線 490)
	8日(火)・15日(火)		千代田児童センター	
	10日(木)・18日(金)	10:00～11:45	大家児童センター	
	11日(金)・24日(木)		坂戸児童センター	
	14日(月)・22日(火)		三芳野児童センター	
	1日(火)・17日(木)		坂戸つどいの広場	
母子・父子自立支援 …経済的な自立に向けた就業及び生活面の相談	3日(木)・21日(月)	9:00～16:00	入西つどいの広場	子育て支援課 (内線 429)
	毎週火・木(その他の曜日 も電話等で随時予約受付)		子ども・子育て支援相談室 (子育て支援課内)	
子育て …就学前の乳幼児に関する子育ての不安・心配・悩み	毎週月～金	9:00～ 正午	坂戸市子育て支援センター	坂戸市子育て支援センター ☎ 288・2141 ※面談は予約制
教育 …小・中学生の生活や学習、性格、行動、心や体に関する相談	毎週月～金	9:00～16:30	坂戸市立教育センター	坂戸市立教育センター ☎ 283・7301 ☎ 289・9661
心配ごと …悩みの解決に向けた助言や情報提供等	1日(火)	9:30～12:30	東坂戸団地公団集会所	坂戸市社会福祉協議会 ☎ 283・1597
	9日(水)		坂戸市福祉センター	
	14日(月)	9:00～ 正午	大家公民館	
	15日(火)		西坂戸自治会館	
	17日(木)		文化施設オルモ	
	25日(金)		入西地域交流センター	
マンション管理☎…分譲マンションの維持・管理に関する相談等	24日(木)	10:00～ 正午	市 役 所	住宅政策課 (内線 543)
住まいのリフォーム …困りごとや修理、リフォームに関するアドバイス		13:00～16:00		

広告



笑顔でつなぐ 躍動のまち、さかど

目指せ!

1日
400 マイクログラム μg

Vol.05

葉酸で健康ライフ

問 市民生活課
(内線316)

今月のレシピ recipe 8 豆腐入りずんだもち

材料 [2人分]

枝豆(さやなし)・・・150g
はちみつ・・・大さじ 1
無調整豆乳・・・大さじ 1
白玉粉・・・50g
絹ごし豆腐・・・75g

作り方

1. 枝豆は柔らかめに茹でてさやから出し、薄皮をむく。フードプロセッサー(すり鉢でもよい)に入れて、はちみつを加え、細かくつぶす。
2. 白玉粉と豆腐をよく混ぜ、耳たぶくらいの固さになるよう豆乳で調整する。
3. 2を一口大に丸めて、沸騰した湯に入れ、浮き上がってきたら冷水にとる。水気を切って器に盛り、1をかける。

1人分 葉酸：123 μg エネルギー：183kcal 食塩：0.0g



今月のレシピ recipe 9 豆苗ともやしのナムル

材 料
[2人分]

豆苗・・・1袋
もやし・・・1/2袋
にんじん・・・1/4本
しょうゆ・・・大さじ 1/2
A みりん・・・小さじ 1/2
砂糖・・・小さじ 1/4
ごま油・・・小さじ 1/2
酢・・・大さじ 1/2
白ごま・・・少々

- 作り方
1. 豆苗は3等分の長さに切り、にんじんは細切りにする。Aは合わせておく。
 2. 材料を全て、さっと茹でて水切りし、熱いうちにAの調味料で和える。

1人分 葉酸：81 μg エネルギー：50kcal 食塩：0.7g



プレゼント企画 毎月3名様に記念品をプレゼント!

5月31日月まで

広報に掲載したレシピを実際に作り、写真と感想をメールで送っていただいた方の中から、抽選でハウスウェルネスフーズ(株)製品及びさくらんオリジナルグッズをプレゼント!

当せん者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

送信先



sakado31@city.sakado.lg.jp



メールタイトルは「広報さかど葉酸レシピ感想」とし、本文には、料理の感想・氏名・住所・年齢を記載し、写真を添付してください。

BOOKS

オススメ 図書案内

※図書館流通センター「新刊全点案内」より引用
中央図書館 ☎ 281・6369



ロサリンドの庭

エルサ・ベスコフ/作 菱木 晃子/訳 植垣 歩子/絵 あすなろ書房
からだは弱く、病気がちの少年エリック。ある日、ベッドで横になりながら壁紙を眺めていると、小さなドアがで、そこからふしぎな女の子ロサリンドがやってきて…。北欧で読みつかれてきたエルサ・ベスコフの知られざる名作。

コドモ向け



Story for you

ファンタジー、青春、歴史、BL、ミステリ、SF…。大切な人に贈りたいショート・ショート集。柏葉幸子「魔女のパフェ友」、森見登美彦「花火」など、心がおどる物語全62編を収録する。『tree』掲載を単行本化。

オトナ向け

講談社/編 講談社

令和2年4月～令和3年3月分
ごみ・資源物排出量

28,396トン

前年同時期比 469トン増

ごみ分別へのご協力、ありがとうございます



令和2年度は、資源物の排出量が増加しました。引き続き、分別の徹底をお願いします。

人口と世帯数の動き

人口 100,373人 (前月比 -83人)
男性 50,093人 女性 50,280人

世帯数 46,827世帯(前月比 +78世帯)
※4月1日現在の人口です