

八潮高校生が編集しました

ご飯を食べYO！

～みんな健康気にしてルゥ？～

八潮高校は、「子どもの食育」をテーマに、保健センターで行われた「おやこ料理教室」の取材および栄養士の方にインタビューをしました。

栄養士の方へのインタビュー

- Q 子どもの成長に必要な栄養素を教えてください。
- A すべてが必要です。ただし、ビタミン、ミネラルは人間の体では作ることができないので食事から摂取する必要があります。また、日本の食生活ではカルシウムが不足しがちなので、カルシウムを意識して摂ることも大事です。
- Q 食育の観点から子どもの食事の際に気を付けた方が良いことは何ですか？
- A まずは、食事の時間は楽しいものであってほしいです。また、全部食べられたという達成感を感じてほしいです。そして、会話を通じて、おいしい、酸っぱい、苦い、甘い、辛い、しょっぱいなどの話をすると良いですね。最後に、将来の健康のため「よく噛むこと」「薄味にすること」ですね！
- Q 家庭でできる食育について教えてください。
- A 食に関するすべてのことが食育になります。一緒に食事をするのが、「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶や「お箸の持ち方」など、食事のマナーを学ぶ場になります。家族と一緒に買い物に行くことや、野菜や果物を育て料理やおやつを作ることも良いですね。
- Q 保育所での食育で気を付けていることを教えてください。
- A 難しい言葉を使わず、触る・聞く・見るなど五感を使うようにしています。
- Q 保育所で喜ばれるメニューは何ですか？
- A から揚げ、春雨サラダ、いかのかりん揚げ、カレーライス、スパゲティミートソースが人気ですね。逆に新作メニューは、食べ慣れていないせいか人気がないです。でも月に2回程同じメニューを出すようにしているので、段々食べられるようになります。
- Q 食育に関係する行事はどんな活動があるのですか？
- A 公立保育所では、ハッピーこまちゃん会、月ごとの食育、野菜を種から育てるなどしています。収穫した野菜は給食で食べます。
- Q 好き嫌いをさせない方法を教えてください。
- A 「会話をしながら楽しく食べること」「一緒に食べる人がおいしそうに残さず食べること」「苦手なものを少しでも食べることができたらほめること」「自分で野菜を育て、収穫し、食べること」などが効果的です。



大川 「おやこ料理教室」では、お母さんと一緒にお子さんもお母さんと一緒に調理していただきました。幼稚園、保育園くらいの子も野菜を切ったり、ナンを作ったりお手伝いをしていて包丁が使えることに驚きました。

佐藤 子どもの成長のために、食材独特のえぐ味や、苦みなどを軽減してあげたり、必要な栄養素の吸収率を上げる組み合わせを出してあげたりと工夫が必要なのだなと思いました。

浅海 子どもは、玉ねぎや湯気が苦手なことが分かりました。玉ねぎは大人でも苦手な人がいるから分かるけど、湯気が苦手なことには驚きました。また、食に関するすべてのことを食育ということも初めて知り、食育



左から、大川沙彩、佐藤蒼惟、浅海理奈、加藤里菜

と言っても広い範囲のことを言うのだと思いました。

加藤 食育は食べることでだけではなく、一緒に野菜を育てたり料理をしたりすることで、ご飯を作るまでの位大変なことを身をもって体験することも食育だということを知りました。

八潮高校

編集後記

おやこ料理教室

〈メニュー〉夏野菜を使ったカレー、ナン、サラダ

今日はカレーを作った。
お家であんまり作らないけど
楽しい！！



じゃがいもを切るのは難しい
けど楽しい！！



* 栄養ワンポイントアドバイス *

(含有量の多いものを表示)

人間の体で作れない

日本人が不足しがちな

ビタミン

カルシウム

ビタミンA (レバー・にんじん・にら)
ビタミンB1 (豚肉・玄米・そば)
ビタミンB2 (乳類・レバー・卵)
ビタミンC (ブロッコリー・オレンジ)
ビタミンD (干し椎茸・ちりめんじゃこ)
ビタミンE (ひまわり油・アーモンド)

牛乳・チーズ・ヨーグルト
魚介類(特に骨ごと食べられる小魚)
海藻・大豆製品・小松菜

A …油と一緒に食べる
B1・B2・C …新鮮なうちに食べる
D …日光に当たる
A・C・E は一緒に食べると免疫力もUP!

マグネシウム(大豆・ピーナッツ)
ビタミンC (パプリカ・ブロッコリー)
ビタミンD(干し椎茸・木くらげ・舞茸)

吸収率up!

高校生考案！コーンとエリンギの肉ロール！

材料

鶏肉、缶詰コーン、エリンギ、チーズ、ソース、ケチャップ、砂糖、塩・コショウ



作り方

- 鶏肉の中央に包丁を入れ、左右に開く。火が通りやすくなるように切り込みを入れる。
- 両面に塩・コショウを振り、細く切ったエリンギ・コーンをたっぷりのせる。
- 隙間ができないように巻いていく。
- つなぎめを楊枝で刺すか、紐でしばる。
- フライパンに、④とコップ1杯の水を入れて蓋をし、弱めの中火で蒸し焼きにする。
- 火が通ったら蓋を開けて、表面に焦げ目をつける。
- ソースとケチャップを1:1でタレを作る。砂糖をスプーン1~2杯入れる。⇒熱をしっかりと入れて、甘みを出す。
- 肉にタレをからめる。
- チーズをまぶして蓋をしたら、火を止め、予熱でチーズがとけたら完成！

おしらせHOTコーナー 催し

ストップ!滞納 県税・市町村税 滞納整理強化期間

税金の滞納は、納期内に納付している方との公平を欠くものです。埼玉県と県内全市町村では、「ストップ!滞納」を合言葉に『滞納整理強化期間』を設け、徴収を強化することとしています。

市では、10月から12月までを滞納整理強化期間として定め、徹底した滞納整理(差押えなど)を進めています。未納の方は、早急に納付してください。

なお、特別な事情により納付できない方は、必ず納税相談を受けてください。

※差押えは、給与、預貯金、生命保険、不動産、自動車のほか、動産(貴金属類、腕時計など)、売掛金など、換価が有効と判断される財産を対象とします。

【平成30年度差押え実績(延滞金のみ差押えを除く)】

給与	預貯金	生命保険	不動産	所得税還付金	自動車	売掛金など
249件	361件	189件	44件	36件	8件	43件

問納税課 ☎330

プラ板でオリジナルグッズをつくろう

※本のお渡しは、11月30日から12月6日までです。期間中に八條図書館カウンターへお越しください。

12月1日(日) 午後3時～4時
場八幡公民館第一会議室
対小学生以下(未就学児は保護者同伴)
内透明なプラスチックに絵を描き、アクセサリーやストラップなどを作る
定20人(申込順)
費無料
申11月15日から、窓口または電話で八幡図書館(☎995・6215)へ

記念口圖書

対八潮市立図書館の利用者カードをお持ちの方
内誕生日、卒業、結婚など、記念日にちなんだ圖書を図書館員が選び提供貸出カードに1～2冊の空きをご用意ください。
定15人(申込順)
費無料

八潮市ジュニアリーダー養成研修会(第1期)

①令和2年1月13日(祝)②令和2年2月23日(祝) 午前9時30分～正午
③令和2年6月14日(日) 午後1時～4時30分(全3回、受付は各回15分前)
場①文化スポーツセンター講堂②ゆまにて軽運動室
対市内在住の小学校5年生
内ジュニアリーダーの意義や役割についての講義、レクリエーション実習など
持飲み物、筆記用具、室内用靴、タオル、運動できる服装(スポン着用)
定30人(申込順)
※12月中旬までに、参加決定通知にて連絡します。
費無料
申11月14日から29日までに、申込書(社会教育課または市ホームページで入手)を窓口またはファクスで社会教育課(☎365、FAX98・0828)へ

青少年アニメ・アフレコ体験講座

12月14日(土) 午後1時～4時
場八潮メセナ集会所
対市内在住・在学の小学生から20歳までの方
内アフレコの体験、オリジナルキャラクターの作成
講師 武藤裕治さん(アニメ「クレヨンしんちゃん」監督、アニメーション声優)
定40人程度(申込順)
費無料
申11月14日から、窓口または電話で青少年育成八潮市民会議事務局(社会教育課内☎365)へ

蕨細工(亀)

11月30日(土) 午後1時30分～3時30分
場資料館
対中学生以上
内蕨を使って、お正月飾りになる縁起物の亀を作る
定20人(申込順)
費300円(材料費、11月29日までに資料館へ)

意見募集

①第2期八潮市子ども・子育て支援事業計画(案)

市では、安心して子どもを生み育てられるまちを目指すため、令和2年度から6年度までの5年間を計画期間とする「第2期八潮市子ども・子育て支援事業計画」を策定するにあたり、意見を募集します。

問子育て支援課 ☎839
メールアドレス kosodate@city.yashio.lg.jp

②八潮市地域防災計画修正案

市では、発生が想定される自然災害に備えるため、災害対策本部体制の見直しなど、「八潮市地域防災計画」を修正するにあたり、意見を募集します。

問危機管理防災課 ☎339
メールアドレス k-bosai@city.yashio.lg.jp

案の公表
市役所、市内公共施設および市ホームページをご覧ください。

募集期間
①11月25日～12月24日(必着) ②12月5日(必着)まで

意見の提出方法
①は「第2期八潮市子ども・子育て支援事業計画(案)」に対する意見 ②は「八潮市地域防災計画修正案」に対する意見」と明記(メールの場合は件名に)し、住所、氏名を記入のうえ、窓口、郵送、ファクスまたは電子メールで各担当課へ

歴史講座

①潮止村の面影をたずねて〜二丁目・南川崎の史跡めぐり
11月30日(土) 午前9時～正午
※集合は恩田家ふるさとの森バス停
解散は潮止小学校
内潮止村の当時の面影をたずねる(徒歩3キロメートル程度)
費無料
②栃木市の史跡めぐり
11月22日(金) 午前8時20分～午後5時15分
※集合・解散は資料館
内渡良瀬遊水地や栃木市嘉右衛門町伝統的建造物群保存地区などをバスおよび徒歩で見学
定26人(申込順)
費1500円(保険料・昼食代など、11月19日までに資料館へ)

資料館開館30周年記念講演会

11月23日(祝) 午後2時～4時
場資料館視聴覚講座室
内潮止村を模範村へと導いた村長田中四一郎のまちづくりを出発点として、これからのまちづくりを考える
講師 白戸伸一さん(明治大学教授)
定50人(申込順)
費無料
申11月14日から、窓口または電話で資料館(☎997・6666)へ

八潮市郷土研究会創立50周年記念講演会

12月1日(日) 午前10時40分～正午
場八潮メセナ集会所
内「日本資本主義の父」と呼ばれた実業家、渋沢栄一と埼玉の関わり
講師 井上潤さん(渋沢栄一史料館長)
費無料
問資料館 ☎997・6666

人権週間―12月4日～10日―

人権週間に伴い、記念行事を開催します。

上級救命講習会

12月7日(土) 午前9時～午後6時
場草加消防署青柳分署
対八潮市または草加市に在住・在勤・在学の中学生以上
内救命に必要な応急手当(成人・小児・乳児の心肺蘇生法および異物除去、自動体外式除細動器(AED)の取り扱い、止血法、保温法、搬送法など)
定20人(申し込み多数の場合、抽選)
費無料
申11月28日までに、窓口または電話で草加消防署青柳分署(☎931・3973)へ

11月は、国民健康保険税、介護保険料の各第6期、後期高齢者医療保険料第5期の納期です。安全・確実・便利な口座振替で納付をお願いします。

シティセールスPR動画配信中

問秘書広報課 ☎423

動画の視聴方法
市ホームページまたは左の2次元コードからアクセス



やしお840メール配信中

問秘書広報課 ☎423

2次元コード
空メール画面になるので何か一文字入れて送信してください。



Facebook、Twitterでも同時配信中

おしらせHOTコーナー

特定健診を受けましょう

特定健診の受診期間は 11月30日まで!

今年度の特定健診の受診はお済みでしょうか。
受診期間も残りわずかですので、まだ受診していない方は、健康管理のために忘れず受けましょう。

受診期間終了間際になると、予約状況などにより受診できない場合があります。
時間に余裕を持って、受診してください。



問国保年金課 ☎825

ふれあい福祉コーナー

母子・父子・寡婦 福祉資金貸付制度

母子家庭の母や父子家庭の父、または寡婦の方の経済的自立や扶養しているお子さんの福祉増進のために、必要な資金をお貸しする制度です。

貸付資金の種類

就学支度、修学、修業、就職支度、技能習得、医療介護、生活、転宅、住宅、事業開始、事業継続、結婚

は身体の障がいにより長期にわたって働けない方▼配偶者が法令により拘禁され、その扶養を受けることができない方▼婚姻によらずに母または父となり、現に結婚していない方
(2) 父母のない20歳未満の子
(3) 寡婦(母子家庭の母であった方で、現在も(1)のいずれかに該当する方)
(4) 離婚などで配偶者のいない40歳以上の女性で、(1)または(3)以外の方
(5) (1)および(3)に該当する方の子(修学資金・就学支度資金・修業資金・就職支度資金のみ)
※(1)または(3)の方が連帯保証人の要件(収入、資産など)を満たしている場合に限りです。

▼配偶者が死亡、または配偶者と離婚し、現に結婚していない方▼配偶者の生死が不明、または配偶者から1年以上遺棄されている方▼配偶者が外国におり、その扶養を受けることができない方▼配偶者が精神または

子育て支援課で受け付け後、埼玉県中部中央福祉事務所(☎048・737・2359)で調査・審査して決定します。

法律相談コラム

法律相談などで多い事例とそのアドバイス

未成年取り消し

質問

未成年の息子が私に無断で高価なバイクを購入する契約をしました。息子は、契約の際に兄の免許証を使って成人しているとうそをついたようです。契約を取り消すことができますか。

回答

1. 今回の契約については、取り消すことができない可能性があります。
法律上、未成年者が契約をするには、原則として法定代理人の同意を得なければなりません。法定代理人とは、未成年者の場合、普通は親(親権者)であり、親権者のいないときは未成年後見人が選任されます。そして、法律上、原則として法定代理人の同意を得ない契約は取り消すことができます。この法律は、まだ判断能力が十分ではないとされている未成年者を守るために定められています。
今回の相談の場合、「未成年の」息子が私に「無断で」バイクを購入しているの、原則に従い契約を取り消すことができると思います。
2. しかしながら、今回は、息子が「兄の免許証を使って成人しているとうそをついた」ところに問題があります。
未成年者であっても、自身が成年であるとうそをついた場合にまで契約を取り消せるとすると、相手方は想定外の損害を被る恐れがあります。
そこで、未成年者と相手方の保護のバランスから、法律上、未成年者が成年であると信じさせるためにうそをつき、相手方がこれを信じて契約した場合には、契約を取り消すことができないとされています。なお、未成年者が法定代理人の同意を得ているとうそをついた場合にも、同じく相手方を保護する必要があるため契約は取り消せなくなります。
もっとも、未成年者保護の要請から、単に成年であると告げただけというケースで取消しを認めた判例があります。取り消せるかどうかは、契約の内容、うそをついた経緯、どんなうそをついたのかなどを確認する必要がありますので、不安な場合はお近くの弁護士までご相談ください。
問埼玉弁護士会越谷支部 ☎962-1188 太田恭平(弁護士)

教育訓練・高等職業訓練促進給付金

ひとり親家庭を対象に、就業促進のための給付事業を実施しています。

教育訓練給付金

雇用保険制度の一般教育訓練給付金の指定教育訓練講座を受講し修了した場合、経費の60パーセント相当額を支給します(上限20万円。1万2000円以下は不支給)。

高等職業訓練給付金

看護師など国家資格等取得のため、1年以上養成機関などで修業する場合に給付金を支給します。

給付の要件

▼市内在住の方▼児童扶養手当受給者または同等所得水準の方▼過去に給付金を受けたことがない方▼資格取得が就業のために必要な方▼仕事または育児と、修業の両立が経済的に困難な方(高等職業のみ)

問子育て支援課 ☎841

行ってみたいな となりまち

草加市

国際ハーブフェスティバル2019
メインコンサート
11月16日(土) 午後5時~17日(日) 午後1時30分~
午後5時~
場草加市文化会館

さまざまな楽器とハーブのアンサンブル、ハービストなどによる演奏
費一般1000円、学生500円(全席指定、未就学児入場不可)
問草加市文化会館 ☎931・9325

吉川市

第24回吉川市民まつり
11月17日(日) 午前9時45分~午後3時、交通安全パレード11月19日(月) 午前9時~11時
問小学校出発(雨天中止)

越谷市

こしがや産業フェスタ2019
11月30日(土) 午前10時~午後4時
12月1日(日) 午前10時~午後3時
場総合体育館およびその周辺

内商工業と農業のPR、模擬店、こしがや鴨ネギ鍋販売(12月1日のみ、数に限りあり)など
費無料
問こしがや産業フェスタ2019実行委員会事務局(越谷商工会議所内) ☎96・6111

三郷市

産業フェスタ2019
11月16日(土)・17日(日) 午前10時~午後4時(17日は午後3時まで)
場市役所南側市民広場・勤労者体育館など

松伏町

第46回松伏町農業収穫祭
11月24日(日) 午前10時~午後3時(雨天決行)
場まつぶし緑の丘公園

内野菜の展示および販売、松伏町推奨特産品などの販売、新米の無料配布(数量限定)、お米の計量大会などのイベント(一部有料)
問松伏町農業収穫祭実行委員会事務局(松伏町環境経済課内) ☎991・1853

図書館 だより

新しく入った両館所蔵の図書の一部を紹介いたします。
八幡 ☎995-6215
八條 ☎994-5500

一般書

「アスリート」 あさのあつこ 著

「絶望スクール」 石田衣良 著

「楽園の真下」 荻原浩 著

「たそがれダンサーズ」 桂望実 著

「スナック墓場」 嶋津輝 著

「児童書」

「宇宙の終わりってどうなるの?」 佐藤勝彦 監修

「モノクロームの不思議」 齊藤洋 作 森田みちよ 絵

「たたんたんたん」 内田麟太郎 文 西村繁男 絵

「グリンドグリン」 宮西達也 作・絵

「かぜがふくふく」 田島征三 作

「12月の上映会の日」

「八條図書館」

「児童向け」8日(日) 午前11時~、22日(日) 午後2時~

「一般向け」1日(日)・8日(日) 午後2時~

「八幡図書館」

「児童向け」8日(日)・22日(日) 午後2時~

※上映内容など、詳しくは図書館ホームページをご覧ください。

12月、年末年始の休館日
八幡・八條図書館
毎週月曜日
12月29日(日)~令和2年1月4日(土)
駅前出張所図書窓口
毎週土・日曜日
12月28日(土)~令和2年1月5日(日)

12月子育て情報コーナー



子育てひろば

名称	場所	日時	主な事業		
			身体測定	講習など(1)	講習など(2)
①やわた 子育てひろば ☎998-7421	保健センター	月～木 午前10時～ 午後3時	19日(木) 午前10時～ 11時30分	5日(木) 午前11時30分～正午 ボランティアお話し会	18日(木) 午前11時～正午 クリスマスリース づくり
②はちじょう 子育てひろば ☎949-6887	八條公民館	火～金 午前10時～ 午後3時	5日(木) 午前10時～ 11時30分	13日(金) 午前11時～正午 クリスマス飾りづくり	18日(木) 午前11時30分～正午 ボランティアお話し会
③ゆまにて 子育てひろば ☎070-3350 -1297	ゆまにて	火～金 午前10時～ 午後3時	18日(木) 午前10時～ 11時30分	4日(木) 午前11時～正午 クリスマスツリー づくり	25日(木) 午前11時～正午 年賀状づくり
④楽習館 子育てひろば ☎995-3035	やしお 生涯楽習館	月・水・木・金 午前10時～ 午後3時	2日(月) 午前10時～ 11時30分	6日(金) 午前10時～11時 タッチケア	12日(木) 午前11時～正午 クリスマス会
⑤だいばら 子育てひろば ☎996-3839	だいばら 児童館	月・火・木・金 午前10時～ 午後3時	5日(木) 午前10時～ 11時30分	3日(火) 午前11時～午後1時 子どもの発達相談	19日(木) 午前11時～11時40分 クリスマス会
⑥駅前 子育てひろば ☎951-0285	やしお子育て ほっと ステーション	毎日 午前10時～ 午後4時	19日(木) 午前10時～ 11時30分	12日(木) 午前11時～正午 バルーンアート	17日(火) 午前11時～正午 クリスマス会
⑦おおげのもり 子育てひろば ☎951-3216	みつもり 保育園	月～金 午前10時30分 ～午後3時30分	20日(金) 午前11時～ 正午	4日(木) 午前11時～正午 お話し会	11日(木) 午前11時～正午 クリスマス飾りづくり

子育てひろばは、おおむね3歳未満の児童と保護者の「子育て親子」の交流の場です。
各ひろばへのご来場は公共交通機関をご利用ください。
*12月、年末年始の休館日：12月29日(日)～令和2年1月3日(金)＝①～⑦

だいばら児童館 (わんぱる) ☎999-0321

時間 午前9時～午後5時
12月、年末年始の休館日…毎週水曜日、12月29日(日)～令和2年1月3日(金)
▼毎週月・火・金曜日 午前11時 28日 ターゲット
30分～ちゅうりっぷリズム (冬休みイベント)
▼24日(火) カレンダーづくり
▼26日(木) 蓄光スライム
▼27日(金) トランプ&ビンゴ大会
▼毎週土・日曜日、祝日 午前
中＝電車で遊ぼう
時間 午後2時30分～
(小学生向けイベント)
▼小学生、保護者同伴の幼児
定各15人(要予約)
▼毎日午後4時～チャレンジ
ランキング「紙ちぎりのぼし」
▼毎週土曜日、午後2時30分～
＝なかよしひろば
7日 キッカーボード
14日 ビンゴゴルフ
21日 キッカーボード

やしお子育てほっとステーション ☎951-0285

●利用者支援 午前9時30分～午後4時30分
対妊産婦の方、子育て親子 対生後おおむね6カ月から小学
対子育て相談や保育施設、子育て 生までのお子さんがいる方
対支援サービスの紹介など 対保育施設までの送迎、外出時
のお子さんのお預かりなど
●ホームスタート ①入会説明会
対市内在住の就学前のお子さんの 対12月7日(土) 午後1時～2時
のいる子育て親子 対お子さんがいて援助を希望する
対子育ての不安や悩みを聞く、 方、援助ができる方
対一緒に食事を作るなど 対援助活動の仕組みの説明
※ベビーシッターや家事代行は ②提供会員講習会
行っていません。 対12月7日(土) 午後2時～4時
対援助ができる方
対お子さんを預かるための心構
えなどの説明
①②共通
●ファミリー・サポート・セン 対窓口または電話でやしお育
ター 対月～土曜日(年末年始を除く) てほっとステーションへ

保健センターからのお知らせ

申問 ☎995・3381

以上69歳までの後期高齢者医療被
険者(保険証の提示)の方は無料
※受診できる回数は、年度内1回

●歯周疾患検診
歯周疾患予防および早期発見のた
め、歯周疾患検診を実施しています。
受診期間は11月30日までです。まも
なく終了となりますので、受診して
いない方は、早めに受診してください。
●がん検診無料クーポン券事業
宮頸がん・乳がん無料クーポン券
無料クーポン券による子宮頸がん
・乳がんの検診期間が12月20日で終
了します。女性特有のがんの早期発
見のため、早めに受診してください。
●子育てメンタルサロン
子育てに対する不安や困難さを感じ
ている方たちが集い、日ごろ感じ
ている困りごとなどを自由に話して
交流できる場です。
対月1回 午前10時～11時30分
対子育てに不安を感じている母親ま
たは妊婦
無料
※利用には登録が必要です。詳しく
は、保健センターへお問い合わせせ
ください。

①健康づくりの料理教室
対12月19日(木) 午前10時～午後1時
対市内在住で64歳以下の方
対「食べて免疫力をUPしよう」を
テーマに調理実習と講話
対エプロン、三角巾、ハンドタオル
定20人(申込順)
費500円(食材料費)
②胃がん(バリウム検査)・肺がん
検診
対12月15日(日) 午前8時30分～11時
対市内在住で40歳以上の方
対内問診、胸部エックス線検査(バリウム)
検査、胸部エックス線検査(必要に
応じて喀たん細胞診検査)

③乳がん検診(集団検診)
対12月17日(火)・18日(水) 午後1時～
1時45分
対市内在住で40歳以上の方(平成30
年度に受診した方を除く)
対視触診・乳がんの自己検査法の指
導および乳房エックス線検査
※希望者は、同日に「骨粗しょう症
検診」を受けることができます。
対各日80人(申込順)
費1740円(骨粗しょう症検診
を受ける方は別途200円)

④骨粗しょう症検診
対12月8日(日) 午前10時～10時45分
結果説明会 令和2年1月21日(火)
午前10時～11時30分(初回の受診者
のみ)
対市内在住で20歳以上の女性
対内問診、骨密度測定
定50人(申込順)
費200円

⑤ヘルシーエック健康診査
対12月8日(日) 午前9時～9時45分
結果説明会 令和2年1月19日(日)
午前9時～9時45分
対市内在住で20～39歳の方
対内問診、身体測定、血圧測定、尿検
査、血液検査(貧血検査含む)、診察
骨密度測定(女性のみ)
定60人(申込順)
費500円

①共通
対保健センター
申②～⑤は、電話または電子申請
①は電話で保健センターへ
②～⑤共通
費八潮市国民健康保険被保険者(補
助金申請書兼同意書提出※喀たん検
査を除く)、生活保護受給世帯(受

①乳幼児相談(当日受付)
対12月5日(木) 午前9時30分～10時
30分
対満2カ月～未就学児
②ママのこころの相談(予約制)
対12月5日(木) 午前9時30分～11時
(1人45分)
対乳幼児の保護者、妊婦
対臨床心理士による子育て上の悩み、
不安などの相談
定2人
③パパ・ママ学級(予約制)
対12月8日(日) 午後1時～4時
対妊娠5～7カ月の初妊婦および夫

④離乳食(初期)教室(予約制)
対12月11日(水) 午前10時30分～正午
対5～6カ月児
⑤離乳食(後期)教室(予約制)
対12月12日(木) 午前10時30分～正午
対10～11カ月児
⑥すこやか相談(予約制)
対12月19日(木) 午後1時30分～4時
対お子さんの発育・発達やことばの
遅れ、夜尿症、落ち着きがないなど
の心配がある方
共通
対保健センター
申③は電子申請または電話、②④⑤
⑥は電話で保健センターへ

①救急電話相談(24時間365日)
☎7119または☎048・824
・4199
対急な病気やけがについて、受診の
必要性など看護師によるアドバイス
《利用方法》自動音声のガイダンス
に従って、相談内容(番号)を選択
①「子どもの救急電話相談」(中
学生まで)※つながらないときは#
8000もしくは☎048・833・7911
②「大人の救急電話相談」※つな
がらないときは#7000
③「医療機関案内(子ども・大人に
対応)」
※歯科、口腔外科、精神科の案内は
していません。
●埼玉県A1救急相談
対利用者がスマートフォンやパソコ
ンから入力した内容をもとに、可能
性のある症状や家庭での対処法につ
いて案内します。

次のURLまたは2次元コードか
らアクセスしてください。
https://www.pref.sai
tama.lg.jp/a0703/ai
kyukyuh.html
●八潮市立休日診療所(内科・小児
科) ☎995・3383
対日曜・祝日 午前10時～正午、午
後2時～4時
対保健センター(公園側)
●草加市子ども急病夜間クリニック
☎954・6401
対月～金曜日 午後7時30分～10時
30分 土・日曜日、祝日 午後6時
30分～10時30分
対草加市立病院内
対0～15歳の患者で内科系の症状
(発熱、腹痛、おう吐など)
●財日本中毒情報センター 大阪中
毒110番(24時間) 大阪中
毒 ☎072・727・2499

対市内在住で40歳以上の方
対内問診、胸部エックス線検査(バリウム)
検査、胸部エックス線検査(必要に
応じて喀たん細胞診検査)

八潮市役所 ☎048-996-2111 日日時・期間 場場所 対対象 内内容 持持ち物 定定員 費費用 申申し込み 問問合わせ

教育委員会

図書館ホームページのリニューアル

10月8日から図書館システムを刷新し、それに伴い、ホームページのリニューアルを行いました。次のサービスを開始したので、ぜひご利用ください。

▼ホームページのリニューアル
子ども向け検索サービス「ほんナビキッズ」

本の題名や、作者などが分からなくても、視覚的なアイテムなどからキーワードを選ぶことで、おすすめの図書を紹介しします。

・資料検索での表紙画像表示



ホームページトップ画面

検索した本の表紙画像を見ることができ、一部対応しないものがあります。
▼利用者端末でのスムーズな検索
館内の利用者端末にキーボードを設置しました。スムーズに検索ができるようになりました。

問 八幡図書館 ☎95・6215

くらしの豆知識

投資用教材の購入にご注意!

【事例】大学の友人から「投資を一緒にやらないか。月に5万円は稼げる」と誘われ、友人と会社の代表者という人に会った。「投資の方法を教えるUSBがある。セミナーに参加すればうまくいく」とUSBを5万7千円で購入するよう勧められた。「学生ローンで借りればよい」と指示され、USBを購入した。数ヶ月セミナーを受けたが全く儲けなかった。その後「友人を紹介するとお金をもらえて、投資資金稼ぎができる」と言われたが、最初の話と違う。解約して返金してほしい。

友人を通じて高額な投資用USBなどの情報教材の勧誘が広がっています。また、商品などの契約をした後に「友人を誘えばマージンを得られる」と勧誘するのは「後出しマル

チ」と呼ばれる手段で、業者はマルチ商法に関する法規制から逃れるためにこのような手段を使います。また、消費者を借金返済などで困窮させ、人を紹介せざるを得ない状況に陥らせようとする意図もあると思われる。

【消費者へのアドバイス】

- ① 投資で確実に儲かる、簡単に大金を稼げるというものはありません。
- ② 親しい人、断りづらい人から勧誘を受けても、必要のない契約は断りましょう。勧誘の場からすぐに離れる、契約前に家族などに相談することも大切です。
- ③ 安易に借金をしないようにしましょう。
- ④ 被害を拡大させないためにも安易に人を勧誘しないようにしましょう。
- ⑤ 困ったときは、すぐに市や県の消費生活相談窓口にご相談しましょう。

問 八潮市消費生活センター（受付は 商工観光課） ☎336、埼玉県消費生活支援センター春日部 ☎048・734・0999

12月各種無料相談 ☎996-2111

★①⑧⑫⑮⑯の予約は、電話で受け付けます。
★相談日が祝日および年末(12月29日(日)～31日(火))の場合は、お休みです。

① 法律相談 問秘書広報課 ☎373
法律上の諸問題についての相談(弁護士が対応)
※2日前の水曜日午前9時から電話予約
日 毎週金曜日 午後1時20分～4時
場 市民相談室 定8人(事前予約制)

② 税理士相談 問秘書広報課 ☎373
相続税など税金全般についての相談(税理士が対応)
日 12月2日(月) 午後1時～4時
場 市民相談室

③ 不動産相談 問秘書広報課 ☎373
マンションおよび不動産取引全般についての相談(宅地建物取引士が対応)
日 12月9日(月) 午後1時～4時
12月23日(月) 午前9時～正午
場 市民相談室

④ くらしの相談 問秘書広報課 ☎373
日常生活の問題や国・県・市の行政サービスについての相談(行政相談委員が対応)
日 12月11日(水) 午後1時30分～3時30分
場 市民相談室

⑤ 行政書士相談 問秘書広報課 ☎373
官公庁へ提出する書類・申請書の作成、離婚・相続などについての相談(行政書士が対応)
日 12月16日(月) 午後1時～4時
場 市民相談室

⑥ 司法書士相談 問秘書広報課 ☎373
土地・建物の所有権移転登記、相続、会社設立、成年後見人制度などについての相談(司法書士が対応)
日 12月19日(木) 午後1時～4時
場 市民相談室

⑦ DV相談 問人権・男女共同参画課 ☎811
DV被害(配偶者からの暴力)について電話・面談による相談(女性相談員が対応)
日 毎週月・金曜日 午前10時～正午 午後1時～4時
※面談の場合は要予約
☎996-3955(DV相談支援室専用電話)

⑧ 女性相談 問人権・男女共同参画課 ☎811
女性が抱えるさまざまな悩みについての相談(女性相談員が対応)
日 毎週火～木曜日 午前10時～正午 午後1時～4時
場 駅前出張所内相談室 定5人(事前予約制)

⑨ 人権相談 問人権・男女共同参画課 ☎811
プライバシーの侵害など基本的人権についての相談(人権擁護委員が対応)
日 12月12日(水) 午前10時～正午、午後1時～4時
場 第2会議室
※12月は特別人権相談です。時間を拡大します。

⑩ 心配ごと相談 問社会福祉協議会 ☎995-3636
日常生活における心配ごとや悩みごとについての相談(心配ごと相談員が対応)
日 12月4日(水)・18日(水) 午後1時～4時
場 身体障害者福祉センターやすらぎ ☎998-7616 (心配ごと相談専用電話)

⑪ 生活困窮者自立相談 問社会福祉課 ☎493
経済的な問題などの心配ごとについての相談(生活困窮者自立相談支援員が対応)
日 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
場 社会福祉課 ☎949-6317(生活困窮者自立相談支援専用電話)

⑫ こころの健康相談 問保健センター ☎995-3381
不眠・不安などによるこころの病気やひきこもり、高齢者の認知症などについての相談(専門医が対応)
日 12月2日(月) 午後1時～2時30分
場 保健センター 定2人(事前予約制)

⑬ 消費生活相談 問商工観光課 ☎336
悪質商法などに関する問題や借金問題など消費生活全般についての相談(消費生活相談員が対応)
日 毎週月～金曜日 午前10時～正午 午後1時～4時
場 消費生活センター ※受付は商工観光課

⑭ 内職相談 問商工観光課 ☎274
内職の求人、求職のあつせん、および相談(内職相談員が対応)
日 毎週火曜日 午前10時～正午 午後1時～3時30分
場 市民相談室

⑮ 若年者就職相談 問ゆまにて ☎996-0123
若年者(40歳未満、学生・生徒可)の就職、転職、職業能力などについての相談(キャリアカウンセラーが対応)
日 12月4日(水)・18日(水) 午前10時～正午 午後1時～4時
場 勤労青少年ホームゆまにて 定5人(事前予約制)

⑯ 教育相談 問教育相談所 ☎995-0077
児童・生徒の言動やいじめ・不登校に関する事など教育についての相談(専任教育相談員が対応)
日 毎週月～金曜日 午前9時30分～正午 午後1時～4時
場 教育相談所(八条小学校西隣)

⑰ 家庭児童相談 問子育て支援課 ☎472
子どもの家庭での養育上の心配や悩みごとについての相談(家庭児童相談員が対応)
日 毎週月～金曜日 午前9時～正午 午後1時～4時
場 家庭児童相談室

⑱ 子育て相談 問だいら児童館 ☎999-0321
子育ての不安や悩みごとについての相談(家庭教育アドバイザーが対応)
日 12月19日(水) 午前10時～午後1時
場 だいら児童館(わんぱる) 定3人(事前予約制)

⑲ 子育て電話相談 問南川崎保育所 ☎998-7711
就学前の子どもの子育ての不安や悩みごとなどを電話で相談(保育士が対応)
日 毎週月～金曜日 午前10時～午後3時

⑳ 休日・夜間納税相談 問納税課 ☎330
市税・国民健康保険税の納付についての相談
日 12月1日(日) 午前9時～午後4時
毎週木曜日 午後5時15分～7時
場 納税課

840 伝言板

第3回方言漢字サミット

～文字から地域の文化を考えよう!～

日 11月17日(日) 午後2時～4時30分

場 八潮メセナ・アネックス 内漢字の

地域差と使用例を考察し、身近な地名

や地域文化の意義とまちづくりを考

える 講師＝笹原宏之さん(早稲田大学

教授)ほか 費無料 問八潮の地名から

学ぶ会・昼間 ☎090-4389-4895

まちかど音楽祭

日 12月14日(土) 八潮中学校吹奏楽部＝

①午前11時～11時30分②正午～午後0

時30分、八幡中学校吹奏楽部＝①午後1

時30分～2時②午後2時30分～3時 場

フレスポ八潮イベント広場 内吹奏楽

演奏会 費無料 問NPO団体連絡協

議会・篠田 ☎080-5092-3782



840伝言板の掲載について

こちらのコーナーは、市民の皆さんから寄せられた情報を掲載しています。

掲載を希望する方は、広報やしお840伝言板掲載依頼書(秘書広報課または市ホームページで入手)を窓口、郵送、ファクスまたは電子メールで提出してください。

※営利または、宣伝・広告を目的とするもの、指導者などが生徒を募集するもの、求人に関するものなどは掲載できません。

また、掲載基準を満たしていても、紙面の状況によっては掲載できない場合がありますので、ご了承ください。

なお、掲載にあたっては事前に内容の確認をお願いしています。名称などに誤りがないか、必ず確認してください。連絡がとれないなど、確認ができない場合は掲載できませんので、ご了承ください。

申込期限 掲載希望月の前月5日まで

問秘書広報課 ☎373

第45回 八潮市農業祭



11月30日(土) 午後5時～9時
12月1日(日) 午前9時～午後2時

場やしお生涯学習館、みどりの広場
 因▼30日＝地場農産物・野菜の宝船の展示、一般公開▼1日＝地場農産物展示品予約販売(完売次第終了)、農産物の即売、つきたて餅、焼きそばなどの販売、各種アトラクションなど
 問都市農業課 ☎②99



同時開催 第10回 八潮市特産品・推奨品フェア(12月1日のみ)

因特産品・推奨品の販売、豪華商品が当たる大抽選会など(完売次第終了)
 問八潮市商工会 ☎996-1926

第8回

八潮朝市

日11月16日(土) 午前10時～午後1時※小雨決行、荒天中止

場やしお駅前公園内
 因八潮産農産物、花・園芸品、飲食類、和洋菓子、手工芸品などの販売、ワークショップ、ステージイベントなど
 ※詳しくは、(一社)八潮市観光協会

ホームページ (<http://www.840kankou.jp/>) をご覧ください。
 ※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。
 問(一社)八潮市観光協会 ☎951-0323



やしお八つの野菜de健康レシピ

レシピ30

こまちゃんの鶏肉じゃが

やしおの八つの野菜(こまつな・枝豆・ねぎ・ほうれんそう・トマト・ナス・山東菜・天王寺かぶ)を使用したレシピを毎月ご紹介しています。

今月は、学校給食で人気のあった「こまちゃんの鶏肉じゃが」をご紹介します。

問学務課 ☎③366

●作り方

- ①じゃがいもは、半分に切り、さらに4分の1に切る。にんじんは厚さ5ミリメートル程度のいちよう切り、たまねぎは縦半分に切り、さらに縦半分に、厚さ1センチメートル程度のスライス、鶏もも肉は1口大に切る。しらたきとこまつなは、長さ3センチメートル程度に切る。
- ②こまつな以外の材料を鍋に入れ、かつおだしと水を材料がかぶるぐらいまで入れ、調味料を入れて30分煮る。野菜が柔らかくなっていたら、こまつなを入れ混ぜて火を止める。

●材料 (4人分)

じゃがいも	240グラム (中2個)	鶏もも肉	120グラム
にんじん	40グラム (10センチメートルぐらい)	しらたき	120グラム
たまねぎ	160グラム (中2分の1個)	こまつな	40グラム
		砂糖	大さじ2
		しょうゆ	大さじ2
		みりん	大さじ1
		かつおだし	100cc



やしお de まなぶ

小松菜 江戸時代から江戸川区の小松川付近を中心に栽培されたので、小松菜と呼ばれています。昭和30年代から栽培され、現在、八潮の主要野菜です。

やしお文芸特集

短歌 沖 ななも 選

なぜ其処に君がいるのを見つめあう
 アシダカグモとの深夜の逢い 種村幸子

(評) 深夜にアシダカグモがいると嫌がる人が多いと思うが、この作者は単純に嫌というのとは違う。不意の出会いを楽しんでいるようである。生物同士として見つめあう瞬間なのである。

毛筆の字をほめられて頼ゆるむ
 孫がわたしを認めてくれたり 富田啓子

(評) 最近では毛筆で書く機会が少なくなった。学校の授業でも短期間で終わってしまう。そこへいくと年配者は昔取った杵柄ということか。孫の尊敬を受ける。面映しくも嬉しい瞬間だ。

立ち上がる妻の苦しき顔を見つ
 流るる涙こらえて押さう 杉山正巳

夕暮れの戸を操るときにそこはかと
 いま亡き君のあたたかき気配 田中祐子

サクランボは季を知らせる贈りもの
 総りは乙女の雫のごとし 平原由美

俳句 落合 水尾 選

ふらここの揺られ揺れつつ一人ぼち澤田洋子

(評) ぶらんこにのって、ぶらんこのゆれるままになっている一人ぼちの境地。孤独感を達観した天にもいるような気持ち。ささやかな幸福感がうかがえる。

帰り来て月の差し入る通し土間 谷川聚一

(評) 昔のままの通し土間。帰って来た自分の影よりも先に、月光がさしこんでいる。うしろからさす月の光に包まれて、しばし茫然としている感じ。詩的な美しさの句である。

友は云ふ今が一番日向ぼこ 小金丸美智子

片恋の文投入れて夕焚火 孤柳庵抱川

青北風や一点となる無人駅 小林栄子

〈 告 白 〉

ふじさき歯科

FUJISAKI DENTAL CLINIC
 歯科 小児歯科
 矯正歯科 歯科口腔外科
 ☎048-999-3233



落ち着いた雰囲気の中で快適な治療を目指します
 【住所】八潮市八潮3-3-6 【診察時間】9:00～13:00、15:00～20:00
 【休診日】木曜日・祝日(水曜日はインプラント学会の為、休診の場合あり)
 【駐車場】有(10台)
 ※インプラントは自由診療となります(保険適用外)標準300,000円～(税抜)

土地有効活用 店舗・倉庫

(株)シバエ若 不動産 ☎048-998-5678
 埼玉県知事免許(7)第16039号 〒340-0822 八潮市大瀬3-1-1



モンテールは「おやつの時間のワクワク」をお届けします

モンテール

八潮直売店では豊富なラインナップのスイーツを取り揃えております
 八潮市大瀬3-1-8/フリーダイヤル ☎0120-46-8823

この広報紙は、再生紙と植物由来インクを使用しています。

◆広報やしおは、毎月1回、10日(新聞休刊日を除く)に新聞折り込みで配布しています。届いていない世帯の方は、最寄りの公共施設、金融機関、一部のコンビニエンスストア、八潮駅などでお受け取りになれます。なお、次回の新聞折り込みは、12月10日(火)です。