



市役所ではこのような
電話はしません

「この電話で10万円の手続き
ができます」

それ、特別定額給付金の詐欺です！

防犯・交通安全課 ☎224-5721 ☎224-6705

特別定額給付金(10万円)の支給に便乗し、市役所職員に成り済まして ATM の操作を要求したり、手数料の振り込みが必要だといった不審な電話などが報告されています。

怪しいと思ったら、川越警察署 ☎224-0110 または同課にご相談ください。

また、詐欺の被害に遭わないために、留守番電話に設定したり、電話番号表示サービスを利用したりして相手を確認してから電話に出るなど、犯人と話さない対策を取り、「個人情報」「通帳、キャッシュカード」「暗証番号」をだまし取られないようにしましょう。

新型コロナウイルス感染症に関する支援策・相談：2

「特別定額給付金」の郵送申請について：3

こころの不調が続いたら……：6

●「社協だより」が折り込まれています。

川越市公式 SNS



■市民の方向けの情報



給付金	特別定額給付金(3ページをご確認ください)	川越市コールセンター ☎0120-603880	
	マイナンバーカードの電子証明書	マイナンバーコールセンター ☎224-6178	
	子育て世帯への臨時特別給付金(3ページをご確認ください)	こども政策課 ☎224-6278 ☎223-8786	
	川越市子育て応援支援金(3ページをご確認ください)	こども家庭課 ☎224-5821 ☎225-5218 教育財務課 ☎224-6083 ☎224-5086	
	住居確保給付金(家賃の補助)	川越市自立相談支援センター ☎227-9283 (6月8日(月)から ☎293-9413)	
借りる	緊急小口資金・総合支援資金の特例貸付	川越市社会福祉協議会 ☎225-5703	
税金などの支払いに困っている	市税の猶予(9ページをご確認ください)	収税課 ☎224-5691 ☎226-2538	
	国税(所得税、法人税など)の猶予	国税局猶予相談センター(関東信越国税局) ☎0120-948249	
	県税(個人事業税、自動車税など)の猶予	県税=川越県税事務所 ☎242-1801 自動車税=自動車税事務所 ☎050-3786-1222	
	水道料金の基本使用料の免除(14ページをご確認ください)	給水サービス課 ☎223-3071 ☎223-0208	
	水道料金・下水道使用料の減免	川越市上下水道料金センター ☎249-1911 ☎248-2031	
	農業集落排水施設使用料の支払いの猶予	農政課 ☎224-5939 ☎224-8712	
	国民年金保険料の免除(8ページもご確認ください)	川越年金事務所 ☎242-2657	
	育英資金貸付金の返済猶予	教育総務課 ☎224-6074 ☎224-5086	
	保育所等(認可のみ)の保育料減免(4月~5月の利用者負担額(保育料)を登園自粛の日数に応じて減免)	保育課 ☎224-5827 ☎223-8786	
	母子父子寡婦福祉資金貸付金の償還金の猶予	こども家庭課 ☎224-5821 ☎225-5218	
	児童手当、特別児童扶養手当の認定請求等について、新型コロナウイルス感染症を理由に申請が遅れてしまう場合の猶予	こども政策課 ☎224-6278 ☎223-8786	
	川越市ファミリー・サポート・センター事業等利用助成金(4月~5月の預かりにかかる利用分)	こども育成課 ☎224-5724 ☎224-6705	
	相談したい	下記の症状がある方の相談 ●息苦しさ、強いだるさ、高熱等の強い症状のいずれかがある場合 ●高齢者や妊婦、基礎疾患等がある方で、発熱やせきなどの比較的軽い風邪の症状がある場合 ●上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合 *4日以上続く場合は必ずご相談ください。解熱剤を飲み続けなければならない方も同様です。	川越市帰国者・接触者相談センター ☎227-5107 ☎227-5108 午前8時30分~午後5時15分(祝・休日を除く、月~金曜日のみ) 上記受付時間外 埼玉県新型コロナウイルス感染症 県民サポートセンター ☎0570-783-770 24時間(土・日曜日、祝・休日可)
		こころの相談窓口(6ページをご確認ください)	保健予防課 ☎227-5102 ☎224-5108
人権問題に関する相談		みんなの人権110番 ☎0570-003-110 子どもの人権110番 ☎0120-007-110 外国語人権相談ダイヤル ☎0570-090911	
住居の確保が困難となった方への県営住宅の提供		県住宅課 ☎048-830-5564	

川越市中小企業者事業継続緊急支援金

中小企業者事業継続緊急支援金担当
(産業振興課) ☎225-5877

新型コロナウイルス感染症の影響により、2月から5月のいずれか1か月の売上高が、前年同月と比較して15%以上50%未満の割合で減少している市内に事業所のある中小企業者を支援しています。支援金は10万円(1中小企業者当たり1回まで)。申請方法等詳しくは、市ホームページ(右の2次元バーコードからアクセス可)を

確認するか、同担当にお尋ねください。なお、国の持続化給付金の対象者は申請できません。

申請期限…6月30日(当) (当日消印有効)まで
問い合わせ…同担当 ☎225-5877 (午前9時~午後5時。土・日曜日可)



新型コロナウイルス感染症に 関する支援策・相談

5月18日現在の情報で取りまとめています。
5月発行の広報川越もご確認ください。

事業者向けの情報



中小企業・個人事業主向けの支援制度 相談窓口	川越市中小企業者事業継続緊急支援金(2ページをご確認ください)	中小企業者事業継続緊急支援金担当 (産業振興課) ☎225-5877
	持続化給付金	持続化給付金事業コールセンター ☎0120-115-570
	雇用調整助成金	学校等休業助成金・支援金、雇用調整助成金 コールセンター☎0120-60-3999
	埼玉県中小企業・個人事業主支援金	県中小企業等支援相談窓口
	埼玉県業種別組合応援金	☎0570-000-678
	川越市小規模企業者セーフティ融資(新型コロナウイルス特例)	産業振興課 ☎224-5934 ☎224-8712
	新型コロナウイルス感染症対応資金・経営安定資金・経営あんしん資金	県金融課 ☎048-830-3801
	福祉医療機構における融資制度(福祉サービス事業者向け)	独立行政法人 福祉医療機構東京本部 ☎03-3438-9298
新型コロナウイルス感染症による小学校休業等対応支援金	学校等休業助成金・支援金、雇用調整助成金 コールセンター☎0120-60-3999	
農林漁業者・食品関連事業者への支援	関東農政局企画調整室 ☎048-740-0311	
特別労働相談窓口	埼玉労働局相談窓口 ☎048-600-6262	

「特別定額給付金」の郵送申請について

特別定額給付金室 ☎224-6240

「新型コロナウイルス感染症緊急経済対策」(令和2年4月20日閣議決定)を受け、感染拡大防止に留意しつつ、家計への支援を実施します。

世帯主宛に郵送で申請書が届きますので、ご確認の上、申請をお願いします。



■受給対象者(給付金の対象となる方)

令和2年4月27日(基準日)現在、川越市の住民基本台帳に記録されている方

■受給権者(給付金を申請できる方)

受給対象者の属する世帯主

■一人あたりの給付額

受給対象者1人につき10万円

例…世帯主、妻、子ども1人の場合
10万円×3人=30万円

■申請期間

5月28日(休)から8月28日(金)まで(当日消印有効)

■申請方法

受給権者は、申請書に必要事項を記入し、「申請者本人確認書類」と「振込先口座確認書類」の写しを添えて、**返送用封筒で郵送**してください。

*詳細は、申請書に同封されている記入例等をご確認ください。

■その他

●給付は1回のみです。感染症拡大防止の観点から、郵

送またはオンラインの申請となります。

●世帯主でマイナンバーカードを所持する方は、マイナポータルからオンラインによる申請も可能です。

●配偶者からの暴力を理由に川越市に避難している方で、事情により基準日以前に川越市に住民票を移すことができない方は、一定の要件を満たしている場合に申し出をすることで、川越市で給付金の申請を行うことができます。要件や申し出方法等詳しくは、男女共同参画課 ☎224-5723にお尋ねください。

また、配偶者以外の親族からの暴力等を理由に避難している方は、特別定額給付金室までお尋ねください。

■問い合わせ

●川越市コールセンター☎0120-603880(午前8時30分~午後6時。土・日曜日、祝日を除く)

●総務省コールセンター☎0120-260020(午前9時~午後8時。土・日曜日、祝日も可)

*最新情報等は市ホームページや総務省ホームページをご確認ください。

子育て世帯への臨時特別給付金

児童手当を受給している世帯に対して、対象児童1人につき1万円を支給します。申請は不要です。公務員の方は申請が必要となります。詳しくはこども政策課 ☎224-6278 ☎223-8786にお問い合わせください。

川越市子育て応援支援金

児童扶養手当または就学援助を受給している方に対象児童、生徒1人につき1万円を支給します。申請は不要です。詳しくは、児童扶養手当についてはこども家庭課 ☎224-5821 ☎225-5218、就学援助については教育財務課 ☎224-6083 ☎224-5086にお問い合わせください。

*子育て世帯への臨時特別給付金と川越市子育て応援支援金については、対象者に送付した案内をご確認ください。

新型コロナウイルスに負けなび！ おうち時間で健康づくり

健康づくり支援課 ☎229-4121 FAX225-1291

新型コロナウイルスの感染防止のため、自宅で過ごす時間が長くなってきている方も多いのではないのでしょうか。家でできる運動やバランスの良い食事、ストレス対策などにより免疫力を高め、新型コロナウイルスに負けない身体をつくりましょう！

まずは身体を動かそう！

身体を動かすことは、体の健康だけでなく、ストレス解消など心の健康にも効果があり、免疫力を高めることにもつながります。家の中でもできることがたくさんあるので、自分に合った取り組みを実践してみましょう。

親子で楽しむ！ 家での運動あそび

運動遊びは、子どもの基礎的な体力や動きの発達の向上だけでなく、人間関係やコミュニケーション能力が育まれるなど、子どもの心身の発達にとっても効果的です。スポーツ庁の子供の運動あそび応援サイト^①では、子どもから大人までが室内でできる運動などが紹介されています（下の2次元バーコードからもアクセス可）。手押し相撲や親子で協力して行う筋トレなど、家の中でもできる運動あそびを楽しんでみませんか。



家でもできる！ ラジオ体操

「いつでも、どこでも、だれでも」できるラジオ体操は、もちろん家の中でも行うことができます。子どもから高齢者まで、誰でもできるラジオ体操を、家族みんなで習慣にしたいかがですか。

音楽を聴きながら行う場合は、ラジオ放送やテレビ放送をご利用ください。また、全国ラジオ体操連盟のホームページでは、自宅での効果的なラジオ体操の方法など、ワンポイントレッスンを含めた動画が配信されています（下の2次元バーコードからもアクセス可）。



運動が苦手だなあ…と思う人も

日常生活の中でも身体活動量を上げることができます。拭き掃除や階段の上り下り、テレビを見ながらのストレッチなど、動く時間を増やしましょう。また、次に紹介するいもっこ体操もおススメです。いもっこ体操は、バランス・柔軟性・筋力を鍛えるのに効果的です。介護予防にも最適なこの体操。次のページで簡単にできる体操を4つ紹介します。関節などに痛みを感じる場合は、無理をせずに自分のできる範囲で行いましょう。



1日3食しっかり食べて 体力を維持！

毎回の食事の準備が面倒になり、手軽な即席麺や菓子などで済ませていませんか？ バランスの良い食事と共に、野菜を毎食食べるように心掛けましょう。

バランスの良い食事が大事

バランスの良い食事とは、「主食」「主菜」「副菜」がそろった食事です。

- 主食…ご飯、パン、麺類など
- 主に炭水化物の供給源で、エネルギーのもとになります
- 主菜…肉、魚、卵、大豆製品などで、主にたんぱく質や脂質の供給源で、血や筋肉・骨を作ります
- 副菜…野菜、海藻、キノコ、芋など
- 主にビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源で体の調子を整えます

やってみよう！ いもっこ体操！

地域包括ケア推進課 ☎224-6087 ☎229-4382

次の①～③の運動は足腰を鍛えるのに、④の運動はバランス向上に効果があります。それぞれ5回から10回を目標に、できる範囲でやってみましょう。

座位体操(座って行う体操)

①太もも前側(ひざを伸ばす)の運動



足を上げ、ひざを伸ばす。ひざが伸びたらつま先を「クイツ」と上げる。足首の力を抜きながら、足を戻す。3秒で伸ばし、4秒でつま先を上げ、4秒で戻す。

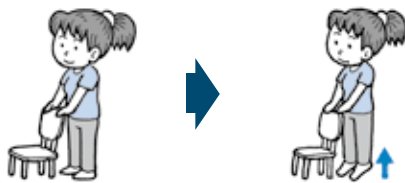
②太もも・お尻(立ち上がり)の運動



胸の前で手を組み、お辞儀をしながらゆっくりと立ち上がり、ゆっくりと座る。4秒でお辞儀、4秒で立ち上がり、8秒で座る。

立位体操(立って行う体操)

③ふくらはぎ(かかとを上げる)の運動



椅子の背もたれをつかみ、足を肩幅に開いて真っすぐに立つ。4秒かけて両足のかかとを上げ、4秒かけて下ろす。

④お尻(足を真横に開く)の運動



椅子の背もたれをつかみ、足を肩幅に開いて真っすぐに立つ。4秒かけて片足を横(外側)に開き、4秒かけて元に戻す。つま先が上に向かないように。

ご家庭で野菜を簡単に食べるための、「時短！お手軽野菜レシピ」。季節ごとのメニューや子ども向けの保育園で人気のメニューを市ホームページに掲載しています(右の2次元バーコードからアクセス可)。



野菜料理をプラス1皿で栄養バランスアップ!

*缶詰と家にある調味料で簡単にできる料理の例として「さば缶と大豆のドライカレー」を紹介いたします。詳しい調理方法は裏表紙をご確認ください。



保存ができる食材(缶詰、乾物、レトルト食品、インスタント食品、冷凍食材など)を上手に活用し、バランスの良い食事を心掛けましょう。

あいうべ体操



①「あー」と口を大きく開く



③「うー」と口を強く前に突き出す



②「いー」と口を大きく広げる



④「べー」と舌を突き出し下に伸ばす

免疫力は口の中から

口の中の状態は、全身の免疫力にも影響します。適切なケアで歯と口の健康を保ちましょう。

口の中を乾燥させない

無意識に口で呼吸していませんか？ 口呼吸は口の中が乾燥するため、細菌などが繁殖しやすく、さまざまな感染症にかかりやすい状態になります。口で呼吸する方は、口を閉じて鼻で呼吸することを意識しましょう。また、うまく鼻で呼吸ができない人は、「あいうべ体操」を実践してみましょう。

口の中をきれいにする

口の中が汚れていると、細菌が増え、ウイルスが侵入しやすくなります。自分に合った歯ブラシやデンタルフロスなどの補助用具を使い、丁寧に磨くように掛けましょう。また、入れ歯を使っている方は、しっかり洗浄し、清潔に保ちましょう。

* 感染症予防のため、歯を磨くときは、飛沫が飛ばないように口を閉じる、うがいをして吐き出すときは勢いよく出さないなど、意識して行いましょう。

睡眠とストレス対策でこころの健康を

睡眠不足やストレスの増加は、免疫力を低下させます。十分な睡眠と併せて、自分に合った方法でストレスを解消しましょう。

ストレスの解消には、睡眠が効果的

睡眠は脳を休め、体力を回復し、エネルギーを補給します。また、免疫力を保つことができます。日々の睡眠の質を高めるために、生活リズムを整えましょう。夜型生活になっている方は、まずは起床時間を決めるなど、できることから始めてみましょう。

ストレスをためない

家の中でできる趣味活動を楽しむ、電話やメールなどで人とのつながりを保つ、家の中でも日の光を浴びるなど、ストレスをためないようにしましょう。

こころの不調が

続いたら…

こころの不調が続く場合は、一人で悩まずにご相談ください。

● こころの相談窓口(保健予防課)
☎ 227・5102(土・日曜日、祝・休日を除く、午前8時30分～午後5時15分)

喫煙者の皆さんへ

たばこについて、改めて考えてみませんか？

たばこが肺に悪いことはよく知られています。呼吸器の病気にかかると治りにくくなり、さらにはウイルスなどに感染しやすくなることも分かってきました。これは、受動喫煙でも同じです。

また、喫煙と新型コロナウイルス感染症の重症化リスクについての指摘もあります。

あなた自身と家族を守るため、喫煙している方は禁煙に取り組みましょう。

暮らし

金婚祝い記念品を贈ります

高齢者いきがい課 ☎224-5809

☎229-4382

今年、金婚(結婚50周年)を迎える夫婦を祝い、9月に祝い状と記念品を贈ります。

対象：昭和45年中に結婚し、9月1

日時点で市内在住の夫婦

申し込み：同課(本庁舎3階)・市



民センター・南連絡所(6月5日(金)まで)・川越駅西口連絡所(6月8日(月)から)で配布する申請用紙に必要事項を記入し、6月26日(金)までに直接配布場所(郵送の場合)は〒350-8601川越市役所高齢者いきがい課)

Jアラートの訓練放送を流します

防災危機管理室 ☎224-5554

☎225-2895

消防庁と気象庁が、全国瞬時警報システム(Jアラート)を使った緊急地震速報の訓練放送を実施しま



す。当日、市内全ての防災行政無線屋外スピーカーから放送が流れます。放送を確認したら、皆さんもいざというときに備えて、頭を保護するなど身を守る行動をしてみましょう。



■放送内容
 防災行政無線チャイム
 「こちらは防災川越です。ただ今から訓練放送を行います」
 緊急地震速報チャイム
 「緊急地震速報。大地震です。大

アライグマの出没に注意!



アライグマ(特定外来生物)は繁殖力が強く国内には天敵がいないため、その数を増やしています。在来の生態系に影響を与え、在来種、植物や農作物、家屋被害等も発生しているため、県と協力して捕獲しています。

アライグマによる被害を受けている等、お困りの方は次の各課までご相談ください。なお、被害内容によって、担当課が異なります。

地震です。これは訓練放送です」
 ×3回
 「こちらは防災川越です。これで訓練放送を終わります」
 防災行政無線チャイム

知っていますか? 「本人通知制度」



市民課 ☎224-5747 ☎225-5371

この制度は、誰かがあなたの戸籍謄本や住民票を取得したときに、登録者本人に、そのことをお知らせするものです。

知らせを受けることで、万一、不正な取得である疑いがあれば、交付請求書の開示請求等により、早期に事実関係を確認するきっかけになります。

*お知らせを希望する方は、事前の登録が必要です。

*この制度は、請求があった場合に交付の可否を登録者本人に確認したり、取得した者の氏名・住所等をお知らせしたりするものではありません。

登録対象…市内に住民登録または本籍がある方

通知対象証明書…本籍入りの住民票の写し▶本籍入りの住民票記載事項証明書▶戸籍の附票の写し▶戸籍謄抄本▶戸籍記載事項証明書

通知内容…交付した証明書の交付年月日、種類、通数、請求者の種別

申し込み…本人確認書類(運転免許証など)を持参の上、直接同課(本庁舎1階)・市民センター・南連絡所(6月5日(金)まで)・川越駅西口連絡所(6月8日(月)から)

被害内容	担当課
農作物	農政課 ☎224-5939
生活環境	環境政策課 ☎224-5866 ☎225-9800

*掲載している内容は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止や内容を変更する場合があります。

詳しくは市ホームページを確認するか、問い合わせ先にお尋ねください。

7月1日(水)から国民年金保険料の免除・納付猶予申請の受け付け開始

市民課 224-5764

☎226-5091



保険料を納めることが経済的に難しい場合などに、本人の申請により、保険料が「免除」または「納付猶予」される制度です。承認期間は7月から来年6月までです。免除が承認された期間は老齢基礎年金や障害基礎年金等の受給資格期間に算入され、納付猶予の承認期間は受給額には反映されません。

7月1日(水)から今年度の国民年金保険料免除・納付猶予申請の受け付けが始まります。今年度分だけでなく、申請時から2年1か月前の過年度の保険料までさかのぼっての申請も受け付けています。

希望する方は、印鑑と年金手帳、マイナンバーカードまたは個人番号が確認できる通知カード等(持っている方)・本人確認書類(運転免許証等)を持参し、同課(本庁舎1階)・市民センター・南連絡所(6月5日(金)まで)・川越駅西口連絡所(6月8日(月)から)・川越年金事務所(6月8日(月)から)で申請してください。後日、日本年金機構

から審査結果通知が送付されます。

免除・納付猶予の審査対象者や承認基準(所得基準)など詳しくは、市ホームページをご確認ください。

免除

本人・配偶者・世帯主のそれぞれの前年所得審査により、国民年金保険料が「全額免除」または「一部免除」となります。一部免除に承認されても、減額された保険料を納付しなかった場合は、その期間の一部免除が無効となり未納期間となりますので、将来の老齢基礎年金の額に反映されません。

納付猶予

50歳未満(学生を除く)で、本人・配偶者のそれぞれの前年所得審査により、保険料の納付が猶予されます。**翌年度以降の継続申請を希望した方**

継続審査により全額免除または納付猶予が引き続き承認されている方は、今年度の申請は必要ありません。

新型コロナウイルス感染症の影響による減収を事由とする特例免除申請

新型コロナウイルス感染症の影響により業務が失われるなどで、収入が減少した場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた免除申請が可能です。手続きには「所得申立書」の提出が必要で、2月からの保険料が対象になります。ただ

し、7月から来年6月分の申請受け付けは7月1日(水)からです。審査対象者や承認基準(所得基準)は一般の免除申請と同様です。学生納付特例申請についても同様に臨時特例による申請が可能です。特例免除申請について詳しくは、市ホームページを確認するかお尋ねください。



追納について

免除や納付猶予が承認された期間は、将来受給する老齢基礎年金額が減額されています。10年以内であれば、追納によりさかのぼって保険料を納めることができます。ただし、承認期間の翌年度から起算して3年度目以降に納める場合には、加算額が上乘せされます。

税金

新築住宅に係る

固定資産税減額制度

資産税課 224-5684

☎226-2539



次の要件を全て満たす家を新築した場合、新築後3年度分(3階建

て以上の耐火・準耐火住宅の場合は、5年度分)、家屋の住宅部分の固定資産税(120㎡を限度)を2分の1に減額します。

なお、手続きは不要です。

要件:①住宅部分の床面積が50㎡以上(二戸建て以外の賃貸住宅の場合は1区画の床面積が40㎡以上)280㎡以下、②住宅部分の床面積が当該家屋の延べ床面積の2分の1以上

認定長期優良住宅の減額

右の①②を満たす「長期優良住宅の普及の促進に関する法律」に規定する認定長期優良住宅を、平成21年6月4日から令和4年3月31日(木)までの間に新築した場合、新築後5年度分(3階建て以上の耐火・準耐火住宅の場合は、7年度分)、家屋の住宅部分の固定資産税(120㎡を限度)を2分の1に減額します。

なお、減額には手続きが必要です。

必要書類:認定長期優良住宅に係る固定資産税の減額申告書▼現在の所有者の氏名等が記載された、認定通知書または変更認定通知書の写し

申請期間:原則として新築した年の翌年1月31日までに申請

*長期優良住宅の認定は、工事着工前の申請が必要です。

市・県民税納税通知書等を発送します

市民税課 ☎224-5640 ☎226-2540

令和2年度市・県民税納税通知書(市・県民税決定通知書)を発送します。

名称	対象	発送日
市・県民税納税通知書 (市・県民税決定通知書)	令和2年1月1日現在、川越市に居住し、市・県民税が課税され、自分で納付または年金から差し引きされている方	6月10日(水)

なお、次の①から③に該当する方には、市・県民税が非課税のため納税通知書を発送しません。

①平成31年および令和元年中の合計所得金額が次の金額以下の方

- 扶養がない場合 315,000円
- 扶養がいる場合 315,000円×(同一生計配偶者+扶養親族数+1)+189,000円

合計所得金額が315,000円以下(扶養がない場合に非課税)となる収入の例	
給与収入のみの場合	給与収入金額 965,000円以下
公的年金等収入のみで令和2年1月1日現在で65歳以上の場合	公的年金等収入金額 1,515,000円以下
公的年金等収入のみで令和2年1月1日現在で65歳未満の場合	公的年金等収入金額 1,015,000円以下

②令和2年1月1日現在、本人が障害者、未成年者および寡婦(夫)のいずれかであって、平成31年および令和元年中の合計所得金額が1,250,000円以下の方

合計所得金額が1,250,000円以下となる収入の例	
給与収入のみの場合	給与収入金額 2,043,999円以下
公的年金等収入のみで令和2年1月1日現在で65歳以上の場合	公的年金等収入金額 2,450,000円以下
公的年金等収入のみで令和2年1月1日現在で65歳未満の場合	公的年金等収入金額 2,166,667円以下

③令和2年1月1日現在、生活保護法の規定による生活扶助を受けている方

徴収猶予の特例制度

収税課 ☎224-5691
☎226-2538



新型コロナウイルスの影響により、事業等における収入において、前年同期比概ね20%以上の減少があった方は、最大で1年間、地方税の徴収猶予を受けることができます。詳しくは市ホームページを確認ください。

対象となる地方税

●2月1日から来年1月31日(日)までに納期限が到来する、個人市・県民税、法人市民税、固定資産税、国民健康保険税など

*既に納期限が過ぎていた未納の地方税についても、6月末までの申請に限り、さかのぼって徴収猶予の特例制度を利用することができます。

固定資産税等の減免

資産税課 ☎224-5645
☎226-2539



面積が明確な私道の固定資産税などは、所有者の申請により減免される場合があります。なお、個人が公道との出入りに利用する敷地内通路は、対象となりません。

*掲載している内容は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止や内容を変更する場合があります。
詳しくは市ホームページを確認するか、問い合わせ先にお尋ねください。

国民健康保険特定健康診査について＝国民健康保険課 ☎224-6147 ☎224-7318
後期高齢者医療健康診査について＝高齢・障害医療課 ☎224-5842 ☎224-7318
個別がん検診について＝健康管理課 ☎229-4126 ☎225-2817

後期高齢者医療健康診査・人間ドックを受けましょう



高齢・障害医療課 ☎224-5842 ☎224-7318

健康の保持・増進のため、年に一度は健康診査・人間ドック等を受診しましょう。

詳しくは、5月下旬に発送しました受診案内および受診券をご確認ください。実施医療機関一覧は、受診案内に記載されています。

対象…市内在住の埼玉県後期高齢者医療被保険者
*後期高齢者健康診査と人間ドックの両方を受診することはできません。どちらか一方を受診してください。

*6か月以上継続して入院中の方、同年度中に国民健康保険の特定健康診査を受診済みの方などは、対象になりません。

受診期間…6月1日(月)～来年1月31日(日)

申し込み…受診券が届いたら、各実施医療機関に直接電話

後期高齢者医療健康診査(無料)

生活習慣病(糖尿病・高血圧症など)の重症化予防に重点をおいた、血液検査や尿検査が中心の健診です。

人間ドック(費用=7,000円)

後期高齢者医療健康診査の内容に、胸部エックス線検査などが追加されます。

■後期高齢者医療歯科健康診査(無料)を受診しましょう

口腔機能低下や肺炎等疾病の予防のため、歯科健康診査も受診しましょう。

詳しくは、後期高齢者医療健康診査・人間ドック受診券に同封してある受診案内をご確認ください。

対象…市内在住の埼玉県後期高齢者医療被保険者で、令和2年4月1日現在77歳(昭和17年4月2日～同18年4月1日生まれ)の方

受診期間…6月1日(月)～来年1月31日(日)

申し込み…受診案内が届いたら、電話で同課。受診券と実施医療機関一覧を送付します

個別がん検診等が始まります

健康管理課 ☎229-4126 ☎225-2817



市内委託医療機関で受診する検診は右記のとおりです。

申し込み方法等、詳しくは3月下旬に配布した「令和2年度版健康づくりスケジュール」または市ホームページをご確認ください。

実施期間…6月1日(月)～来年1月31日(日)

*胃がん検診(内視鏡検査)第1期(6～8月)は新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止します。

検診名	検査内容	対象
胃がん検診	胃部エックス線検査	40歳以上
大腸がん検診	便潜血検査(2日法)	40歳以上
前立腺がん検診	前立腺特異抗原(PSA)検査	50歳以上の男性
乳がん検診	乳房エックス線検査(マンモグラフィ)	40歳以上の女性
子宮がん検診	内診・視診・頸部細胞診・体部細胞診(最近6か月以内に不正性器出血・月経異常・褐色帯下のいずれかの症状があり、本人が同意した方)	20歳以上の女性
肝炎ウイルス検診	HBS 抗原・HCV 抗体検査(血液検査)	20歳以上の未受診の方
歯周病検診	口腔内検査・歯肉の状態・口腔粘膜の状況・口腔清掃状態・歯科保健指導	4月1日 現在、40・45・50・55・60・65・70歳の方

*がん検診無料クーポン事業については、18ページでお知らせしています。

健診・検診を受診する皆さんへ

国民健康保険特定健康診査、後期高齢者医療健康診査、個別がん検診は、例年どおり6月1日(月)から実施します。

新型コロナウイルス感染症のまん延については予断を許さない状況であり、健診・検診の受診時期については、情勢を見ながら判断するようお願いいたします。

緊急事態宣言期間中は特定健康診査・後期高齢者医療健康診査・市のがん検診は受診できません。また、同宣言の期間外においても、受診の可否については医療機関ごとの判断も伴いますので、必

要に応じて受診を希望する医療機関へ事前にご相談ください。

受診する際は必ず外出前に検温を行い、マスクをするなど、感染防止に十分留意してください。また、咳や熱等の症状がある場合は健診・検診の受診を控えてください。皆さんのご協力をお願いします。

*新型コロナウイルス感染症の影響を受け、配布した健康診査・がん検診の案内等の内容が一部変更になる場合があります。詳しくは各担当課へお問い合わせください。

特定健康診査が始まりました

国民健康保険課 ☎224-6147
☎224-7318

令和2年度の特定健康診査が6月1日(月)から始まります。対象の方には、5月下旬に受診券を発送しました。なお、5月以降に国民健康保険に加入した方で、健診を希望する方はご連絡ください。随時、受診券を発行します。



対象…40～74歳の国民健康保険被保険者
*全国健康保険協会(協会けんぽ)・組合健保・共済組合・国保組合などの方は、加入している健康保険にお尋ねください。

受診期間…6月1日(月)～来年1月31日(日)

■受診の流れ

- ①受診券が届いたら、健診実施医療機関へ連絡し、日時を予約します。
- ②当日は、受診券と国民健康保険証を持って受診してください。

■健診内容と費用

	健診内容	費用
セット A	特定健康診査の基本項目+胸部エックス線撮影・血清クレアチニン・尿酸・貧血検査	無料
セット B	セット A +心電図・眼底検査	500円
セット C	セット B +腹部超音波検査・肺活量・視力・聴力・血液検査・尿検査	8,500円

*それぞれ個別がん検診と同時受診が可能です。検査項目など詳しくは、受診券と同時に送付する案内をご確認ください。

特定保健指導を利用しませんか？

特定健康診査を受診した方のうち、生活習慣病になるリスクが高い方を対象に、「特定保健指導」として、個別相談と運動等の教室の案内を送付します。



詳しくは、送付した案内をご確認ください。

70歳から74歳で
国民健康保険に
加入している方へ

保険証と高齢受給者証が 1つになります



国民健康保険課 ☎224-5833 ☎224-7318

国民健康保険に加入している70歳から74歳の方には、有効期限が令和2年7月31日(金)までの国民健康保険被保険者証(保険証)と高齢受給者証を別々に交付していましたが、令和2年8月1日(土)からは2つが1つになった「保険証兼高齢受給者証」を交付します。これまでの高齢受給者証と同様に、世帯の所得状況により、窓口での負担割合が2割または3割と記載されます。

新しい保険証兼高齢受給者証は、7月上旬頃から順次、世帯主宛てに特定記録郵便で郵送します。

*新しい保険証兼高齢受給者証の有効期限は令和3年7月31日(土)です。

*有効期限内に75歳の誕生日を迎える方は、後期高齢者医療制度に加入することになるため、保険証兼高齢受給者証の有効期限は、国民健康保険の資格がなくなる誕生日前日になります。

これまでの保険証と高齢受給者証

姓 名	国保 太郎
生 年 月 日	昭和50年1月1日
性別	男
適用開始年月日	平成15年1月1日
交付年月日	令和元年10月1日
世帯主氏名	国保 太郎
住所	川越市元町3丁目1番地1
保険者番号	110015
交付者名	川越市

保険証

+

姓 名	国保 太郎
生 年 月 日	昭和50年1月1日
性別	男
適用開始年月日	平成15年1月1日
交付年月日	令和元年10月1日
世帯主氏名	国保 太郎
住所	川越市元町3丁目1番地1
保険者番号	110015
交付者名	川越市

高齢受給者証

令和2年8月1日以降の保険証兼高齢受給者証

姓 名	国保 太郎
生 年 月 日	昭和23年1月1日
性別	男
適用開始年月日	平成15年1月1日
交付年月日	令和2年8月1日
世帯主氏名	国保 太郎
住所	川越市元町3丁目1番地1
保険者番号	110015
交付者名	川越市

「兼高齢受給者証」の表記を追加

ここに「負担割合」を追加
*負担割合は右の表のとおりです。

現役並み所得者	3割
一般	2割
低所得者Ⅱ	
低所得者Ⅰ	

- 受診するときは、必ず自分の保険証または保険証兼高齢受給者証を提示してください
- 他人の保険証の使用は法律で罰せられます
- コピーした保険証は使用できません
- 他の健康保険に加入したときは脱退手続きが必要です。新しく加入した健康保険の保険証・国民健康保険の保険証・印鑑を持参し、同課・市民センター・南連絡所(6月5日(金)まで)・川越駅西口連絡所(6月8日(月)から)で手続きをしてください。郵送でも手続きができますので、詳しくはお尋ねください
- 有効期限が切れた保険証は、窓口で返却してください。郵送での返却もできます
- 他の健康保険加入後に国民健康保険の保険証を使用した場合、医療費の返還が必要になる場合があります

障害者医療費支給制度

高齢・障害医療課 ☎224-6195
☎224-7318



市では、心身に重度の障害がある方に、医療機関等で受診した際の医療費の一部負担金などを助成しています。助成を受けるには、受給資格の登録が必要です。登録をしていない方は、必要書類を持参の上、同課(本庁舎2階)で手続きをしてください。

対象…身体障害者手帳1～4級、療育手帳A～B、精神障害者保健福祉手帳1級の方、または後期高齢者医療広域連合による障害認定を受けた方 など

*平成27年4月1日以降に、65歳以上で新たに障害の程度が該当の等級になった方は対象外です。

*受給資格の登録後に所得審査を行います。助成対象となった方には、申請した月の翌月から使用できる「川越市重度心身障害者医療費受給者証」を交付します。

必要書類…障害の程度を証明する物(身体障害者手帳等)、保険証、本人名義の振込先口座が分かる物、印鑑、マイナンバーカードまたは番号確認書類(通知カード等)と身元確認書類(運転免許証等)

登録した方の窓口での支払いについて

市内医療機関の窓口で、保険証と川越市重度心身障害者医療費受給者証を提示してくだ

さい。一部負担金の金額等により、窓口支払いが発生しない場合があります。

窓口支払いが発生した場合は、次の申請方法をご確認ください。後日、登録した口座に助成金を振り込みます。窓口支払いについて詳しくは、下図をご確認ください。

申請方法…川越市重度心身障害者医療費支給申請書と領収書の原本を郵送または直接同課・市民センター・南連絡所(6月5日(金)まで)・川越駅西口連絡所(6月8日(月)から)(郵送の場合は〒350-8601川越市役所 高齢・障害医療課)

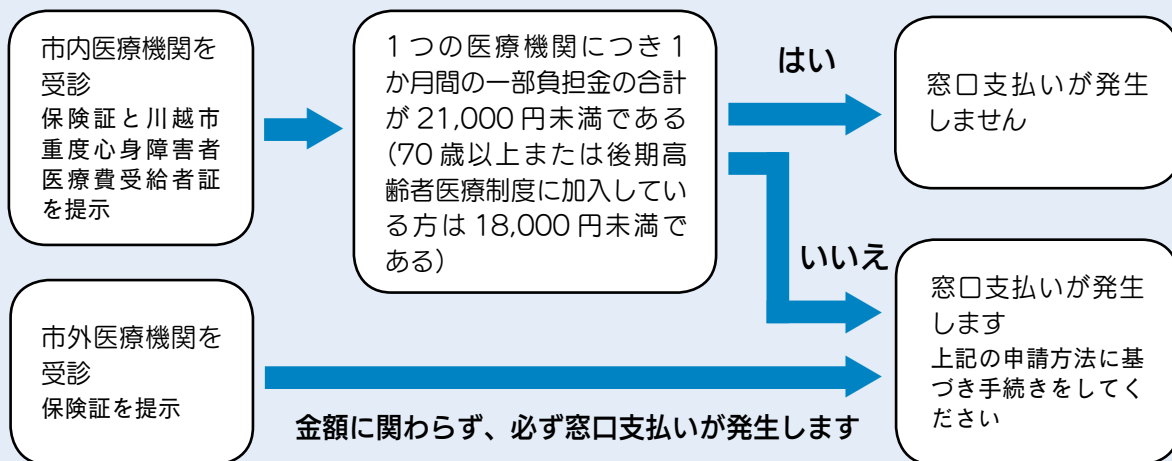
*申請書は、申請場所で配布しています(市ホームページからもダウンロード可。上の2次元バーコードからもアクセスできます)。

*支払日から5年経過すると助成を受けることができなくなります。

受給者証の更新について

毎年7月31日または9月30日の更新時に(令和4年9月30日(金)まで更新がない場合もあります)、市で所得を確認し、基準を満たした方に新しい受給者証を郵送します。なお、所得情報を把握できない場合は支給停止になりますので、所得がない方も住民税申告を行ってください。

〈窓口支払いについての流れ〉



男女共同参画週間

男女共同参画課 ☎224-5723
☎224-6705



国では、毎年6月23日から29日までを「男女共同参画週間」と定めています。
男女共同参画社会の実現に向けた取り組みについて、この機会に考えてみませんか。

市長メッセージ

毎年6月23日から29日までの1週間は、国が主唱する「男女共同参画週間」です。

男女共同参画週間にちなみ、本年度、内閣府が募集したキャッチフレーズは、「そっか。いい人生は、いい時間の使い方なんだ。」と「ワクワク・ライフ・バランス」に決定されました。

市民の皆様には、この「男女共同参画週間」を機に、自分らしい人生の実現をはじめ、あらゆる分野での男女共同参画について、改めて考えていただければ幸いです。

本市では、「第五次川越市男女共同参画基本計画」の将来像である「一人ひとりが生き生きと暮らせる社会の実現」に向けた各種施策に取り組んでいます。

また、本年5月からは、誰もが多様性を認め合いながら自分らしくいきいきと暮らせる社会の実現を目指し、川越市パートナーシップ宣誓制度を実施しております。

男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、市の取り組みはもとより、市民や事業者の皆様一人ひとりの取り組みが不可欠です。皆様方には、今後もお一層のご理解とご協力をお願いいたします。

令和2年6月 川越市長 川合 善明

水道料金の基本料金を免除します

給水サービス課 ☎223-3071 ☎223-0208

新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえて、市民の皆さん等の負担を軽減するため、6月および7月の検針分について、水道料金の基本料金を2か月分全額免除します。なお、申請手続きは不要です。

ヘルプマークを配布しています

障害者福祉課 ☎224-5785 ☎225-3033

ヘルプマークとは、義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方たちが、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせ、援助を得やすくするために作製されたマークです。



ヘルプマークはストラップを使用して、かばん等に着けることができます。このマークを持つことで、援助や配慮を必要としていることを周囲に知らせる効果と、援助や配慮に気付いてもらう効果があります。障害者福祉課(本庁舎1階)と健康管理課(総合保健センター1階)で配布しています。詳しくは、障害者福祉課にお尋ねください。



対象：義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としている方

経費：無料

ヘルプマークは、多くの皆さんが知ることで初めてその効果を発揮し、援助を必要とする方の安心につながります。

ヘルプマークを身に付けた方を見掛けたときは、援助や配慮をお願いします。



食中毒に気を付けて！

食品・環境衛生課 ☎227-5103

☎224-2261

食中毒の主な原因である細菌は、気温や湿度が高くなるこれからの時期に増殖し、活発化します。次のことに注意して食中毒を予防しましょう。



購入・保存

- 生鮮食品や冷蔵・冷凍食品を購入したら、早めに帰宅し、すぐに冷蔵庫・冷凍庫へ
- 冷蔵庫・冷凍庫を過信せず、食材は早めに使い切る
- 冷蔵庫に詰めすぎない。入れるのは7割程度に
- 肉・魚は袋に入れて、他の食品に肉汁等が付かないようにする
- テイクアウトを利用する場合は、保管温度に気を付けて、できるだけ早めに食べる

手荒れや手の傷

● 黄色ブドウ球菌などの食中毒菌が、手から食品を汚染することがあるため、手に傷がある場合はなるべく調理をしない。手荒れが多い場合も、よく手を洗い手袋をするなどの対策をする

下ごしらえ・調理

● 手洗いせっけんを常備し、小まめに手を洗う。生の肉・魚・卵を扱ったら、特に丁寧に洗う。

に洗う

- 生の肉・魚を切った後は、まな板と包丁を念入りに洗う。肉・魚・野菜用と用途別にそろえるとさらに安全
- ラップで包装してある野菜やカット野菜もよく洗う
- 肉や魚を調理するときは、中まで火を通す。中心部の温度75℃で1分以上が目安
- 冷凍や解凍を繰り返し返すと食中毒菌が増殖することがあるため、使う分だけ解凍し、再冷凍は絶対にしない
- O-157等の食中毒菌は室温でも15分程度で2倍に増殖するため、調理前後の食品は、室温で放置しない
- 野菜には、土や虫が付着していることがあるため、野菜はよく洗う

野菜の洗浄・殺菌に関するパンフレットがあります。希望する方は、ご連絡ください。

～ひとくち情報～ ミニ・インフォメーション ～ひとくち情報～

- 斎場の排ガス測定を実施しました 斎場 ☎226-0090 ☎226-7088
斎場における排ガス測定を1月に実施しました。測定結果等詳しくは、市ホームページをご確認ください。
- 斎場市民聖苑利用説明会 斎場 ☎226-0090 ☎226-7088
6月21日(日)午前9時～▶10時30分～。対象は市内在住。各回定員10人。申し込みは電話で斎場。
- 各種証明の郵送等での取得にご協力ください 市民課 ☎224-5742 ☎225-5371
郵送で転出証明書、住民票の写し、戸籍等の証明が取得できます。また、マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書が記録されたもの)を利用してコンビニエンスストア等では住民票の写し、印鑑登録証明書が取得できます。各種手続きについては、市ホームページを確認するかお尋ねください。
- はかりの定期検査の延期について 産業振興課 ☎224-5934 ☎224-8712
市民センター管内の事業者を対象に、はかりの定期検査を実施する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響により、検査時期を延期します。実施時期については、7月以降の広報川越でお知らせします。
- 新型コロナウイルス感染症対策・支援に関する寄附について 財政課 ☎224-5618 ☎225-2895
新型コロナウイルス感染症の予防や拡大防止対策、影響を受けている方や事業者への支援などに活用するため、寄附を受け付けています。詳しくは市ホームページをご確認ください。
- 布類の排出の自粛をお願いします 資源循環推進課 ☎239-6267 ☎239-5054
現在、布類のリサイクルが滞っています。布類の排出については、できる限り控えていただきますようご協力をお願いします。なお、収集は続きます。

東京2020 みんなで盛り上げよう!

世界の国からこんにちは!

第7回 ウズベキスタン編

オリンピック大会室 ☎224-6315 ☎224-8712



ミライトワ

「世界の国からこんにちは!」では、川越にゆかりのある外国の方へのインタビューを通して、さまざまな国の文化やあいさつを紹介しています。



ウズベキスタン出身
イブロヒムジョン・
シュクロヴさん



私はウズベキスタン出身の留学生です。2年前に来日し、市内の大学院で勉強しています。ウズベキスタンは、かつて東西を結ぶシルクロードの要所として栄えました。西側のトルコの影響を受けて、街中には青を基調とした美しい建造物が立ち並びます。日常生活で使われている絹や陶磁器は、東側の中国から伝わったものです。さまざまな文化が混在しているのが特徴です。私の生まれたまち、ブハラは、イスラム世界全体の文化

の中心地でもあり、2,500年以上もの歴史があります。旧市街の小道を歩くと何世紀も昔にタイムスリップしたかのような気持ちになります。

来年のオリンピックでは、サッカーとボクシングの試合を楽しみにしています。川越には、古き良き町並みがあり、一番街では着物や人力車なども体験できるので、日本らしさをたくさん感じることができます。海外の方には、ゴルフ競技の観戦後に、ぜひ川越の観光もしてもらいたいです。特に、私のような中央アジアの人は甘い物好きが多いので、菓子屋横丁にあるお菓子はとても喜ばれると思います。

ウズベク語であいさつしよう!

おはよう、こんにちは、こんばんは アッサロームアレイクム
ありがとう ラフマツト

道路はみんなが使うもの

道路環境整備課 ☎224-6029

☎222-6017



私たちの周りにある道路。安全で快適な通行ができるよう、次のことに気を付けましょう。市民の皆さんのご協力をお願いします。

■ 樹木などが張り出していないませんか?

道路上に樹木や草、生け垣などが張り出していると、見通しを悪くしたり道幅を狭くしたりして、歩行者や車などの安全な通行に支障を来します。



また、風雨による倒木などで事故を招いた場合は、所有者の管理責任を問われることもあります。所有者は樹木の剪定や草刈りなど、適切な管理をお願いします。

■ 物を置いていませんか?

歩道や路肩に、看板・商品・自転車などを置くと、歩行者や緊急車両(救急車・消防車など)の通行の妨げとなります。特に、目の不自由な方も安全に通行できるように、点字ブロックの上と近くには物を置かないでください。



また、段差を解消するためのステップ等の設置により、雨水排水が妨げられたり、転倒事故の原因になったりすることがあります。段差を解消したい場合には、施工承認手続きにより、切り下げ工事等を行ってください。詳しくはお尋ねください。

■ 汚していませんか?

道路上へ泥やごみを落とすと、思わぬ事故の原因や周辺の迷惑になります。また、犬や猫のふんなどは道路上に放置せず、飼い主が適切に処分してください。

催し・募集

新型コロナウイルス感染症の影響により催しの開催が不確定なため、催しは掲載していません。

催しの情報については、市ホームページを確認するか、各施設にお尋ねください。

交通事故発生状況(1~4月・暫定値)

雨の日の自転車は雨衣を着用！
傘差し運転は厳禁！

	令和2年	平成31年	増減数
死者数	1	1	0
人身件数	365	400	-35
物件件数	2,444	2,537	-93

自転車盗を防止するポイント

必ず複数ロックを!!
犯人の嫌がることは、手間取って時間がかかることです。無施錠のまま置いてある自転車は、非常に盗まれやすい状態です。
短時間でも必ず、複数の鍵を掛けるようにしましょう。

防犯・交通安全課 ☎224-5721
川越警察署 ☎224-0110

2020年度全国統一防火標語 その火事を 防ぐあなたに 金メダル

消防局予防課 ☎222-0744

火の元・火の
取り扱いには
十分注意しま
しょう。



災害情報テレフォンサービス
☎0180-994-310
*通話料金がかかります。
*かけ間違いにご注意ください。

公民館・図書館・児童館・美術館・博物館の休館情報や催しについて、各館ホームページに掲載しています。下の2次元バーコードから確認するか、各施設にお尋ねください。



公民館

休館情報=中央公民館 ☎222-1394
催しについて=各公民館にお尋ねください



図書館

中央図書館 ☎222-0559
西図書館 ☎237-5660
川越駅東口図書館 ☎228-7712
高階図書館 ☎238-7550



児童館

こどもの城 ☎225-7289
川越駅東口児童館 ☎228-7719
高階児童館 ☎238-9525



市立美術館

☎228-8080



市立博物館

☎222-5399

ウエスタ川越・(公財)川越市施設管理公社・小江戸蔵里の催しについて詳しくは、下の2次元バーコードから確認するか、各施設にお尋ねください。



ウエスタ川越
各種コンサート
等の情報 ☎249-
3777



(公財)川越市施設管理公社
やまぶき会館・メルト・ジ
ョイフル・川越運動公園
の情報 ☎225-8720



小江戸蔵里
小江戸蔵里の
情報 ☎228-
0855

催しの情報については、「市ホームページ」↓「イベントカレンダー」にも掲載しています(下の2次元バーコードからもアクセス可)。



情報アラカルト

広報室 ☎224-5495



新型コロナウイルス感染症の影響により催しの開催が不確定なため、情報アラカルトは掲載していません。また、8月1日以降開催分の原稿の受け付けなどについて詳しくは、市ホームページを確認するか、お尋ねください(右上の2次元バーコードからもアクセス可)。

日本脳炎予防接種のお知らせ

予防接種担当

予防接種の受け忘れはありませんか。母子健康手帳等で接種履歴を確認し、未接種分があれば、市が委託している医療機関に予約の上、接種を受けてください。なお、標準より接種間隔が空いてしまっている場合でも、前回分を受け直すことはせず、残り回数を対象年齢内に接種するようにしてください。委託医療機関など詳しくは、健康づくりスケジュールを確認するか、お尋ねください。

■第1期接種について

初回接種2回と追加接種1回の計3回を受けてください。

対象年齢…生後6か月以上7歳6か月未満

*標準的な接種年齢は、3歳以上7歳6か月未満です。

接種間隔…初回=1回目を受けた後、6日以上(標準的には6~28日)空け、2回目を受けてください▶追加=2回目の接種終了後、6か月以上(標準的には約1年)空けて受けてください。

■第2期接種について

対象年齢…9歳以上13歳未満

接種間隔…第1期終了後、対象年齢内に1回受けてください。

■特例対象者について

日本脳炎の予防接種は、平成17年度から同21年度にかけて接種の積極的勧奨が差し控えられました。これにより、接種機会を逃した方を特例対象者とし、次に該当する方は、無料で接種を受けることができます。

●平成12年4月2日から同19年4月1日までに生まれた方は、第1期・第2期の未接種分を20歳未満まで接種できます。

●平成19年4月2日から同21年10月1日までに生まれた方で、7歳6か月までに第1期(初回2回、追加1回)を完了していない場合は、9歳以上13歳未満の間に未接種分を受けることができます。

がん検診無料クーポン事業のお知らせ

成人健診担当

令和2年4月19日現在、市内に住民登録があり下表に当てはまる女性を対象に、がん検診無料クーポン券を5月下旬に発送します。

がん検診無料クーポンの対象者

検診名	年齢	生年月日
子宮頸がん検診	20歳	平成11年4月2日~同12年4月1日
乳がん検診	40歳	昭和54年4月2日~同55年4月1日

*表の年齢は、令和2年4月1日現在です。

*受診日以前に転出した場合は、川越市の検診を受けられません。

*4月20日以降に転入し、表に該当する方はお尋ねください。

休日・夜間診療

内科・小児科=川越市医師会夜間休日診療所(小仙波町2丁目53-1 ☎222-3330)

日曜日、祝・休日、年末年始の受付時間…午前9時~11時▶午後1時~3時▶午後8時~10時

月~土曜日の受付時間…午後8時~10時

歯科(急患のみ)=予防歯科センター(三久保町18-3 ☎224-3891)

日曜日、祝・休日、年末年始の受付時間…午前9時~11時30分

6月の休日当番医

受付時間は、午前9時~午後4時です。受診前に当番医に確認してください。

7日(日)	かわごえ駅前整形外科 (整外・リウ・リハ・内)	脇田町103 川越メイン・メディカルセンター川越2階	☎229-3355
14日(日)	レディースクリニック小川医院(婦)	上戸296-2	☎233-0310
21日(日)	片岡耳鼻咽喉科医院(耳)	的場北1丁目3-9	☎231-3941
28日(日)	くりばやし眼科(眼)	旭町1丁目1-23	☎256-7601

広報川越に掲載している内容以外のお知らせやイベント情報については、下の2次元バーコードから！



保健所・保健センター

保健所等からのお知らせ、衛生免許手続き、医事・薬事、精神保健など



健康

母子・成人・高齢者の健康、予防接種、成人・高齢者向け健(検)診など



交流・講座・遊ぶ

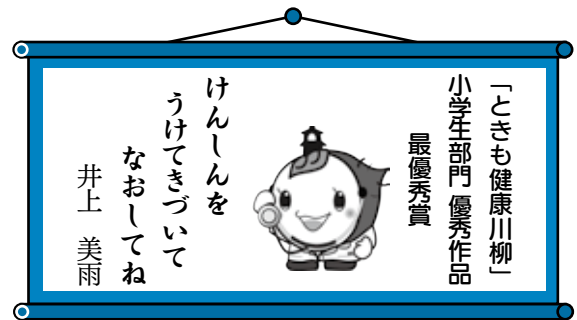
子育ての交流の場、関連講座、子どもの遊びなど
*子育て情報館に掲載していた内容はこちらから。

保健・健康

*新型コロナウイルス感染症の影響により開催が不確定なため、催しは掲載していません。また、掲載している内容は中止や変更になる場合があります。催しの情報などについて詳しくは、市ホームページを確認するか問い合わせ先にお尋ねください。

川越市保健所・総合保健センター 〒350-1104小ケ谷817-1

■川越市保健所	☎227-5101(代表)	☎224-2261
■総合保健センター	☎224-8611(代表)	☎225-1291
健康づくり支援課	健康づくり支援担当	☎229-4121
	地域保健担当	☎229-4125
健康管理課	管理給付担当	☎229-4124
	予防接種担当	☎229-4123
	成人健診担当	☎229-4126



■6月の乳幼児相談

日程等について詳しくは、市ホームページを確認するかお尋ねください。
問い合わせ…地域保健担当



■6月の乳幼児健診

日程等について詳しくは、市ホームページを確認するかお尋ねください。
問い合わせ…地域保健担当



■5月31日は「世界禁煙デー」

5月31日から6月6日は禁煙週間です。この機会に、禁煙してみませんか。
問い合わせ…健康づくり支援担当

■6月は食育月間です

朝食は身体や脳の働きを活性化させ、1日を元気に活動するためにとっても大切です。納豆、卵、チーズ、ミニトマトなど手軽に準備できるものをそろえておき、毎日欠かさず食べましょう。
問い合わせ…健康づくり支援担当

■6月4日から10日は歯と口の健康週間

歯と口の健康は全身の健康状態にも影響し、健康寿命の延伸にも関連が深いことが分かっています。いつまでも元気にいきいきと暮らしていくために、歯と口の健康づくりに取り組みましょう。

●歯ッピーフェスティバルの中止について
歯と口の健康週間事業「歯ッピーフェスティバル2020」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します。

問い合わせ…健康づくり支援担当

■委託医療機関の実施項目の追加

●川越プレストクリニック(脇田本町1-5川越ウエストビル5階) ☎265-5255
特定健康診査および後期高齢者医療健康診査の心電図、個別検診(大腸がん・肝炎ウイルス検診)を追加。

問い合わせ…成人健診担当

■「ダメ。ゼッタイ。」普及運動

6月20日から7月19日は「ダメ。ゼッタイ。」普及運動月間です。覚せい剤・大麻・危険ドラッグ・シンナーなどには、絶対に手を出さないでください。

問い合わせ…保健総務課 ☎227-5101

■不正大麻・けし撲滅運動

6月30日まで不正大麻・けし撲滅運動期間です。不正栽培・自生している大麻や植えてはいけないけしを発見した場合は、保健所または警察署に連絡してください。

問い合わせ…保健総務課 ☎227-5101

■特定の血液製剤によりC型肝炎ウイルスに感染された方へ

フィブリノゲン製剤や血液凝固第Ⅸ因子製剤の投与を受けたことにより、C型肝炎ウイルスに感染した方等に支給される給付金の請求期限が、令和5年1月16日(月)まで延長されました。詳しくは、独立行政法人医薬品医療機器総合機構 ☎0120-780-400(月~金曜日、午前9時~午後5時。祝・休日、年末年始を除く)にお尋ねください。

問い合わせ…保健総務課 ☎227-5101

熱中症に注意！

健康づくり支援担当

暑さに慣れていないこの時期は、前日に比べ急激に気温が上昇する日に熱中症を起こしやすくなります。また、マスクを着用していると、気付かないうちに水分を取るのを避けてしまっている場合があります。日ごろから小まめな水分補給を心掛け、熱中症を予防しましょう。

「埼玉県コバトン健康メニュー」を募集

健康づくり支援担当

食塩の取り過ぎや野菜不足は、「がん」「高血圧」などの生活習慣病につながります。県では、健康づくりの取り組みとして、栄養情報等の提供や、塩分が少なく野菜の多い「健康メニュー」を提供する飲食店、弁当などを販売する店舗を募集します。認定されたメニューは「埼玉県コバトン健康メニュー」として、県ホームページ等でPRします。申し込み方法など詳しくは、県ホームページを確認するかお尋ねください。



コバトン健康メニューの基準

- 食塩使用量3g未満
 - 野菜使用量120g以上
 - カロリー 500~700kcalを推奨
- *メニュー提供時に右のマーク等の表示が必要になります。



おうちごはんを楽しもう

缶詰と家にある調味料で簡単にできる「サバ缶と大豆のドライカレー」を紹介します。

サバ缶と大豆のドライカレー

エネルギー 215kcal 食塩相当量 1.5g
(1人当たり。ごはんは含まない)

●材料：3人分(作りやすい分量)

サバ水煮缶・・・1缶(200g)	サラダ油・・・大さじ1 (12g)	} A
大豆水煮缶・・・1缶(100g)	中濃ソース	
ショウガ・・・1かけ	・・・大さじ1(18g)	
ニンニク・・・1かけ	トマトケチャップ	
タマネギ・・・1/2個(100g)	・・・大さじ1(15g)	
ピーマン・・・1個(40g)	ごはん・・・適量	
ニンジン・・・1/3本(50g)	*ショウガ、ニンニクはチューブを使ってもOK!	
カレー粉・・・大さじ1(6g)		



完成! サラダや和え物などの野菜料理が1品あると、さらに栄養バランスが整います。

●作り方

- ①ショウガ、ニンニクをみじん切りにする
- ②タマネギ、ピーマン、ニンジンを、少し大きめのみじん切りにする
- ③フライパンでサラダ油を熱し、①を入れて香りが出たら②を入れ、中火で5分ほど炒める
- ④カレー粉を加えて炒め、香りが立ったらサバ水煮缶(汁ごと)、大豆水煮缶を加える。サバをほぐしながら1分ほど炒め、Aを加えてさらに1分ほど炒める
- ⑤ごはんを器に盛り、④をかける

市民相談案内

市民のしおり44~50ページに相談窓口の詳しい案内を記載しています▶実施日・相談内容などはお尋ねください▶予約が必要な相談があります▶電話番号などのかけ間違いにご注意ください

相談内容	問い合わせ
日常生活の悩み事▶多重債務▶行政・法律▶税金・社会保険労務▶不動産・登記▶建築・住宅修繕▶マンション管理	広聴課 ☎224-5022
消費生活	消費生活センター ☎224-6162
児童虐待	児童虐待防止 SOS センター ☎0120-283-505
子育て・児童虐待 ひとり親家庭・離婚	こども家庭課 ☎224-5821
育児の悩み	子育て支援センター ☎247-6613
子育て施設サービス等利用支援	子育て支援センター ☎247-5010
教育全般	リベラ ☎234-8333
いじめ	教育センター ☎236-1818
青少年の悩み事	少年指導センター ☎224-5724
性感染症・エイズ▶うつ・アルコール・ひきこもり	保健予防課 ☎227-5102

相談内容	問い合わせ
健康	健康づくり支援課 ☎229-4125
不妊・不育症	健康管理課 ☎229-4124
医療安全に関する相談	保健総務課 ☎227-5101
人権	さいたま地方務局川越支局 ☎243-3824
高齢者(虐待・介護予防・認知症)	地域包括ケア推進課 ☎224-6087
障害のある方	障害者福祉課 ☎224-5785 ☎225-3033
障害のある方への虐待	障害者虐待防止センター ☎227-4330 ☎226-7666
女性の悩み・DV	男女共同参画課 ☎224-5723
結婚・内職・交通事故	市民相談室(ウエスタ川越3階) ☎249-7855
労働トラブル(仕事上の悩み)	雇用支援課 ☎238-6702
就職活動・雇用・若年未就労者	しごと支援センター ☎238-6700
外国人籍市民	国際文化交流課 ☎224-5506

*6月8日(月)の川越市民サービスステーション開設に伴い、問い合わせ先が一部変更になる場合があります。

納期のお知らせ
6月30日(火)まで

■市県民税(第1期) 問い合わせ…収税課 ☎224-5686
(猶予について詳しくは、9ページをご確認ください)