

蕨 2 広報WARABI

2015/平成27年
わらび・765

- 平成27年2月1日発行 / 発行所・蕨市役所
- <http://www.city.warabi.saitama.jp/>
- 蕨市の面積 5.10km²
- 1月1日現在人口：72,288人 前月比 -33人
男 36,720人 女 35,568人
世帯数：36,003
人口密度：14,174人/km²



地域や学校への愛着を深める 中央東郷土資料室オープン！

再来年(平成29年)に創立50周年を迎える中央東小学校。その歴史を学ぶ郷土資料室が、1月14日にオープンしました。校内で保存していた机やテレビのほか、地域のかたからいただいた機織り機や農具などに触れながら、児童たちは当時の蕨に思いを馳せています。

～今月の特集～

- 地域包括
支援センター

わ
WARABI

蕨田市医師会
 福田 幸子 看護師 飯野 朗子 医師



医療



生活支援



歯科・口腔

蕨田歯科医師会 金子 直司 歯科医師(中央)
 羽根田 高洋 歯科医師(左) 山岡 昌彦 歯科医師(右)



地域の高齢者



介護予防

地域包括支援センター
 伊東 光枝 看護師 荒井 敏江 保健師



介護

地域の介護事業者
 金子 道子さん 森田 喜代美さん



住まい



相談

支えあい 安心して ずっと暮らせるまちに

～地域包括支援センター(南町2丁目)を増設～

高齢化が進むなか、高齢者が安心して暮らせるよう、市ではサービスの充実に取り組むとともに地域全体で支えあえるまちづくりを進めています。その一つとして、4月には地域包括支援センターを増設します。今月は同機関の役割や増設に伴う変更点などを紹介します。

<地域包括支援センター>

業務内容は大きく以下の4つ

- ①総合相談・支援（高齢者に関する生活全般の悩み・相談への支援）
- ②権利擁護（成年後見制度の紹介や高齢者虐待への対応など）
- ③包括的・継続的ケアマネジメント（ケアマネジャーへの支援や関係機関との連携のサポートなど）
- ④介護予防ケアマネジメント（要支援者・今後、要介護状態となるおそれのある人への介護予防の支援）

**安心して暮らせる社会目指し
 地域包括ケアシステム整備**

皆さんは「地域包括ケアシステム」という言葉をご存じですか。これは、「高齢者がいつまでも住み慣れた地域で、安心して自分らしい生活を続けるために必要な支援体制」のことです。

急速な高齢化が進行している我が国では、今後も高齢者人口の増加が予想されることから、行政と地域の医療や介護、福祉などが連携し、必要なサービスを切れ目なく提供していく地域包括ケアシステムの整備を進めています。

そうした取り組みを推進していく上で連携の調整役や高齢者の相談窓口、介護予防の拠点としての役割を担っているのが「地域包括支援センター」です。平成18年の介護保険法の改正に伴い設置され、主に左記の業務を実施しています。

計画的に介護予防の取り組みを推進



身近で高齢者の心強い味方
蕨の地域包括支援センター

蕨市の地域包括支援センターは、現在、錦町3丁目の総合社会福祉センター内にあり、市から委託を受けた蕨市社会福祉協議会の主任ケアマネジャーや社会福祉士、保健師などが中心にチームとなり、業務に取り組んでいます。具体的には、高齢者とその家族からの年間約3000件に及ぶ相談や介護保険の要支援者の介護予防サービス計画（ケアプラン）の作成のほか、びんしゃん教室や認知症予防講座といった介護予防に関する事業などを展開し、市民の皆さんからも「身近で頼りになる存在」という声があがっています。

しかし、いっそうの高齢化の進行や介護保険法の改正に伴う新たな事業展開などにより、地域包括支援センターの果たす役割が更に

困ったらまずはお電話を
 (☎434・6721)

高齢者の皆さんやその家族の介護・心配ごとに関するご相談をお受けします。どこに相談しているかわからないときは



まずは地域包括支援センターへ。

※第二地域包括支援センターの連絡先は決まりしだい、お知らせします

錦町3-3-27（総合社会福祉センター内）運営＝蕨市社会福祉協議会 詳細＝同センター（☎434・6721）



まつおか ゆうめい
松岡 佑明さん
 中央4丁目・80歳

介護予防教室で楽しく運動

地域包括支援センターのびんしゃん教室(介護予防)に3年ほど前から通っています。自分のペースで運動できるし、他の参加者ともお話ができて、毎回楽しみにしています。ぜひ皆さんにもお勧めしたいですね。

頼れる地域包括の増設歓迎

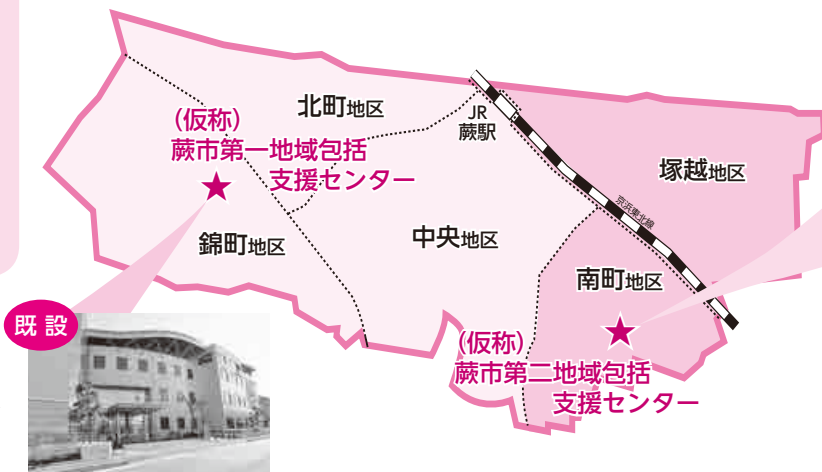
骨折をしたのがきっかけで地域包括支援センターを利用し始めました。介護保険の手続きの相談や、身の上の話までいろいろと聞いてくれて頼りになります。新しい施設が南町に出来ると聞き、とても心強いです。



みやざわ あやこ
宮澤 綾子さん
 南町1丁目・90歳

4月以降、南町・塚越地区を担当する
 地域包括支援センターが変わります

- 南町・塚越地区＝仮称・蕨市第二地域包括支援センター（新設）
- 錦町・中央・北町地区＝仮称・蕨市第一地域包括支援センター（既設）



新設

南町2-32-20（特別養護老人ホームいきいきタウン蕨内）運営＝社会福祉法人ばる 詳細＝介護保険室（☎433・7756）

大きくなっていくことから、このほど市では、地域包括支援センターを増設することとしました。

**4月に市内2か所目が開設
 より細やかな施策の推進へ**

市内2か所目となる地域包括支援センター（以下第二包括）は、南町2丁目の特別養護老人ホーム「いきいきタウン蕨」（4月開設）内に設置され、事業者は公募により決定した「社会福祉法人ばる」です。今後、2つの地域包括支援センターが連携して、高齢者支援の強化や認知症対策、介護予防などについて、より細やかに施策を推進していきます。

なお、増設に伴い、4月から南町と塚越にお住まいのかたは第二包括が担当することになります。介護認定の要支援1・2でサービスを利用中のかたにはケアマネジャーが順次、ご説明します。

高齢者が健康で安心してずっと暮らせるまち。そうしたまちを目指し、市では今後も「コンパクトシティ蕨」将来ビジョンや次期高齢者福祉計画・介護保険事業計画などに基つき施策を展開し、市民の皆さんといっしょに高齢者を地域で支えあえる優しいまちづくりを進めていきます。

詳細Ⅱ介護保険室（433・7756）



レポート そここが知りたい

<106>

所得税、市・県民税 申告受付は今月中旬～3月16日

今月中旬から、税の申告受付が始まります。皆さんの税金は、住みよいまちづくり
に欠かせない貴重な財源です。そこで今月は、税金の申告についてご紹介します。

Pシティで、12日から3月16日まで開設されます(図1参照)。

市・県民税の申告は市内の各受付会場へ

皆さんが暮らす地域のために負担していただく、市・県民税の申告は、16日から3月16日まで、自治会館にて受け付けます(図2参照)。このほか、東・下蔵・南の3つの公民館に出張申告会場を設置します(日程は表1参照)。

この申告が必要な人は、今年1月1日現在、蔵市に居住していた人、または、市内に事務所・事業所・家屋敷のあった人です。ただし、確定申告をした人や、収入が給与のみ、公的年金のみの人のうち、支払者から支払報告書が提出済みで、所得控除の追加がない人は、申告は

国に納める所得税及び復興特別所得税の申告を確定申告といえます。個人事業主や給与を2か所以上から受けている人などはこの申告が必要です。また、医療費控除や住宅ローン控除など、所得税の還付を受ける場合も確定申告をしてください。会場は川口市のSKIP

不要です。また、税法上で同居の親族の扶養になつていない人は、本来、申告書の提出義務がありませんが、国民健康保険税や介護保険料の算定などに影響するため、申告をお願いする場合があります。なお、単身赴任や就学などにより、離れて暮らす家族に対して常に生活費を送金しているなど、一定の要件を満たせば、同居していない親族も扶養控除の対象となります。

自宅で作成し郵送でも申告が可能

申告には、印鑑、源泉徴収票などの昨年中の収入や所得を証明できる書類、控除対象となるもの(国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、国民年金保険料、生命保険料、地震保険料、医療費など)の領収書や証明書が必要となります。身体障害者手帳や療育手帳、学生証などをお持ちの人は控除を受けられる場合がありますので、必ず提示してください。

また、医療費控除を受ける場合は、支払金額の合計と、保険金等で補填された金額の事前の集計が必要となります。各申告会場は混雑が予想されますので、ご自分で申告書の作成ができるかたには、郵送での提出をお勧めしています。なお、確定申告書については、国税庁のホームページ(<http://www.nta.go.jp>)でも、作成・印刷が可能です。画面の案内に従って入力を進めると、自動で税額が計算されます。ぜひご利用ください。詳細は確定申告は西川口税務署(☎253・4061)、市・県民税の申告は税務課(☎433・7707)へ。

図1 所得税及び復興特別所得税の確定申告受付会場と日程

SKIPシティ (川口市上青木3-12-18)

川口総合高校

国道122号線

産業道路

蕨駅

京浜東北線

日程=2月12日～3月16日
※土・日曜日は休み
(2月22日・3月1日は受付可)
時間=午前9時～午後4時

図2 市・県民税申告受付会場と日程

自治会館=2月16日～3月16日
※土・日曜日は休み
(2月22日・3月1日は受付可)
時間=午前9時～午後4時

表1 出張申告会場と日程

2月25日 26日	東公民館	午前9時～午後4時
3月4日	下蔵公民館	午前9時～正午
3月5日	南公民館	午前9時～午後4時

市役所通り

市民会館

長泉院

自治会館 (中央5-13-2)

中山道本町通り

蕨駅

駅前通り

情報ダイヤル

掲載は無料。申し込みは秘書広報課(☎433・7703)へ。

(譲ります)

▼木製洋風テーブル 幅65cm×高さ38cm×奥行き110cm 使用感あり 価格応相談 取りに来てくれる人へ篠原・☎080・6818・0753

▼ABCキッズ(幼児英会話) 月3回水曜日 午前10時 中央公民館か旭町公民館 月2300円 未就園児△安部・☎080・3758・4017

▼和楽備ラジオ体操の会 月・水・金曜日 午前6時15分 火・木曜日(男性のみ) 午前7時 城址公園△平田・☎090・3131・9399

▼ねこのみみ(市民交流・談話) 月1回水曜日 正午市内 500円△北田・☎432・8501

▼竹紫館剣道教室 3月の毎週土曜日 午前9時半 同館 満5歳以上△浅野・☎080・9660・1946

▼蔵北町サッカースポーツ少年団 土・日曜日・祝日 北小学校 月1500円～2000円(未就学児は年間1000円) 年中△小学生△小泉・☎090・4948・5936

▼彩友会(油絵・デッサン) 金曜日 午前10時 北町公民館 月2000円 初心者歓迎△新井・☎431・5117

→から新保和生さん(中央4丁目)が新たに人権擁護委員に就任しました 詳細=市民活動推進室(☎433・7745)

年初めに誓う安全安心



1月11日、消防本部で「蕨市消防出初式」が開かれました。火災時を想定した消防職員による救出訓練や消防団員の放水訓練が行われたほか、小学生防火ポスター展の表彰式などを実施。参加した277人は、この一年の安全安心なまちづくりへの決意を新たにしました。

門出祝う蕨発祥の祝典



20歳の門出を祝う「第69回成年式」が、1月12日、市民会館で開催され、414人(対象669人)が出席しました。式典では新成人が「青年の主張」や「20歳の誓い」などを発表したほか、旧友や恩師などとの再会を喜び合っている。大人としての自覚を深めていきました。

ノーベル化学賞 白川博士が講演



ノーベル化学賞受賞者の白川英樹博士をお招きし、「蕨サイエンス・スペース」が1月15日、市民会館で開かれました。市内3中学校の2年生に博士は化学に興味を持つきっかけや研究、開発などのエピソードを紹介し、訪れた560人は熱心に耳を傾けていました。

蕨市社協で新春餅つき



1月15日、総合社会福祉センターで「新年・新成人を祝う会」が開かれました。同施設に通う障害者の皆さんが、一年の健康を願って元気にきねを振り、ついたお餅は6白12結。参加者100人は、新成人4人の門出をお祝いしながら、おいしいお餅に頬を緩めていました。

生協と見守り協定締結



高齢者の見守りなどを目的に、1月21日、生活協同組合コープみらいと協定を結びました。これにより、同事業者の配達時に商品や郵便物がポストに堆積するといった異変を察知した際、市のほか、緊急性に応じて警察署や消防署への通報など、必要な措置が図られます。



クリバリー スンバさん マリ 中央6丁目・22歳

このまちに暮らして

ま・ち・の・話・題

3年前に来日したスンバさんは西アフリカのマリ出身です。蕨には結婚を機に1年半前から越えてきて、昨年10月から中央公民館の日本語ボランティア教室に通っています。現在、平仮名の読み書きを勉強中ですが、「点々(濁点)が付くと分からない

くなっちゃうの」と、日本語特有の表現に苦戦中。でも、「早く漢字も習いたい」と、意欲満々です。理由を伺うと、「言葉を学べばみんなの気持ち分かるでしょ!」と、にっこり。持ちこたえの陽気さで、教室にたくさんの笑顔を広げているスンバさんです。

5月31日に投開票

～市長選・市議選を同時に実施へ～

蕨市選挙管理委員会が先月9日に開催され、今年予定されている蕨市長選挙(任期満了6月4日)、蕨市議会議員一般選挙(同7月19日、定数18)を過去3回(平成15年・19年・23年)と同様に、同時に実施すること



とし、5月24日告示、5月31日投開票に決定しました。

詳細 = 選挙管理委員会 (☎433・7759)

- ▼北町アートアトリエ(工作) 幼児 月曜日 午前11時 市内 1回800円 小学生 金曜日 午後4時半 北町公民館 月3800円 大矢・☎090・9952・7658
- ▼英書を読む会 金曜日 午前10時 中央公民館 月500円 住谷・☎432・4165
- ▼合気道無為会 月・木曜日 午後7時 市民体育館 第二中学校 月1000円 壺内・☎441・1072
- ▼(参加しませんか) 日帰り倶楽部 築地居留地と築地場外市場巡り 3月14日 1500円 説明会あり 岩本・☎090・3431・4295
- ▼江戸あるき 原宿・明治神宮を経てNHKスタジオパーク見学 7日・12日・14日 選択 いずれも午前9時 蕨駅改札口集合 700円 富山・☎090・2764・1342
- ▼セピアのダンスパーティー 17日 午後1時15分 文化ホール 600円 菊池・☎080・8896・2975
- ▼ダンスパーティー 7日・19日・25日 午後1時 文化ホール 499円 犬塚・☎441・7373
- ▼剣道体験教室 2月・3月の土曜日(3月21日を除く) 午後5時 市民体育館 100円程度(スポーツ保険代) 飲み物・タオル持参 かわらび 剣友会・鍛冶畑・☎090・9848・1754

歯と口の健康づくりで 健康密度も 日本一のまちへ

市では、地域ぐるみでの歯科口腔の健康づくりに向けて、蕨市歯科医師会と連携し、さまざまな取り組みを進めています。4月からは、「蕨市歯科口腔の健康づくり推進条例」が施行されます。皆さんも日頃の習慣や予防について考えてみませんか。



両親学級の妊婦歯科健診で赤ちゃんのむし歯も予防

親と子の ニュースの 小窓

元気な歯や口があなたの体の活力源に

お母さん ワラビ、ちゃんと歯を磨いた？
ワラビ もちろんだよ。
僕はむし歯ゼロだもん。

お母さん その調子ね。口の健康は、全身の健康に深く関係していて、たいせつなのよ。

ワラビ へえ。なんだか興味が湧いてきたよ。お母さん 私詳しく知りたいから保健センターで話を聞いてみましょう。

保健師 こんにちは。今日はどうしましたか？
ワラビ 歯や口の健康について聞きにきました。

保健師 8020運動は

ワラビ じゃあ、歯も口も健康でいるにはどうしたらいいの？

保健師 年齢や状況などに応じた継続的な予防が大事なんですよ。

お母さん 保健センターでも、乳幼児対象の歯科健診やフッ化物塗布を実施していますよね。

ワラビ 毎年、学校にも

ご存じですか？
ワラビ 80歳まで、自分の歯を20本以上残すことを目指す運動だよ。

お母さん 自分の歯で、しっかりとんで食べることは、栄養面にも脳の活性化にもいいですよ。

保健師 はい。口腔の健康は、肥満・糖尿病といった生活習慣病や認知症の予防にもなるなど、全体の健康を保つための重要な要素になっています。

お母さん により食生活が充実すれば、いきいきとした毎日にもつながりますもんね。

歯医者さんが来て、歯を診てくれてるよ。でも、大人はどうしてるの？

保健師 市でも、30歳・40歳・50歳・60歳・70歳のかたなどに、歯周疾患検診の受診券を配布するといったサポートをしています。やはり一人ひとりが意識を持つことがたいせつです。

口腔保健を推進する条例が4月に施行



歯ッピーわらびでは毎年、歯磨き指導や各種測定などを実施

お母さん 「健康まつり」と同時開催の「歯ッピーわらび」でも、積極的に啓発をしていますよね。
保健師 こうした取り組みとともに、保健事業をいっそう推進させようと、4月から「蕨市歯科口腔の健康づくり推進条例」が施行されます。
ワラビ そうなんだ。
保健師 最近、妊婦さんの「マイナス1歳」からのむし歯予防が子どもにもよいといわれています。そのため、この条例では、妊娠期及び乳幼児期から高齢期までの健康づくりについて掲げています。
ワラビ なるほど。
お母さん ライフステージに合わせた取り組みで、健康密度も日本一のまちを目指しましょうね。

問い合わせ〓保健センター (☎431・5590)

ほっと・エッセイ

地域資源を活かした 蕨ブランドの創出

市長 頼高英雄



蕨は、かつて機織りのまちとして栄えていました。そのことは、文献や書物などにも記されていますが、今回、蕨市が34件目の「指定文化財」として指定した「機織図絵馬」は、双子織と思われる反物の糸染めから販売までの主要工程が4分割で描かれているたいへん珍しい絵馬で、蕨の歴史を今に伝えてくれます。温故知新といわれますが、今、この機織りという

蕨の地域資源を活用したまちづくりが進められています。昨年の宿場まつりでは、双子織をPRするマスコットキャラクター「ふたコ」が誕生し、それと並行して、双子織の名刺入れが「彩の国優良ブランド品」の認定を受けました。そうした双子織商品を販売しているのは、中仙道蕨宿や市内のブティックなどですが、新たに民間企業とのコラボレーションによるバッグなども製作されており、今後、反響を見ながら販路の拡大を予定しています。今年の夏には、現在開発中のわらびりんごサイダーも販売を計画するなど、蕨市では、全国に発信できるような魅力ある蕨ブランドの創出に向けた取り組みを進めていきます。

市民と市長の面会日

面会日は毎月第1木曜日。今月は5日です。ただし、3月は12日です。時間は午後1時～5時を予定しています。ご希望のかたは秘書広報課(☎433・7701)へ

わが家のアイドル



まほちゃん
真歩ちゃん
(1歳5か月)

いわさわ 岩澤 こうすけ 拓介さん
ゆき 祐紀さんの

長女

錦町1丁目

-514-

「最近、いやいや期が始まった真歩。少しでも気に入らないと、『や!』と、洋服の着替えてさえも嫌がります。そんなときは、『かわいい!』と、褒めてあげるんです。すると、満面の笑みで私や夫の手を引き鏡の前へ。

「最近、いやいや期が始まった真歩。少しでも気に入らないと、『や!』と、洋服の着替えてさえも嫌がります。そんなときは、『かわいい!』と、褒めてあげるんです。すると、満面の笑みで私や夫の手を引き鏡の前へ。



子どもクラブ

巨大ボールに膨らむ好奇心

南小学校区
放課後子ども教室

4人一組で直径122センチ、重さ1キログラムのボールを落とさずにサーブやレシーブを繰り返す「キンボール」。チームワークが重要なこの競技に、放課後子ども教室の子どもたちが挑戦中です。1月19日、南小の児童21人はルールの説明を聞いた後、巨大な球体に触れた瞬間、その魅力のとりこに。本来の楽しみ方はもちろん、目いっぱい高く投げたり思い切り転がしたりと、オリジナルの遊び方も見つけ心を弾ませました。すっかり夢中になった児童たちにとって、新定番のレクリエーションになりました。

め メラトニン

脳から分泌されるホルモンで、睡眠と覚醒のリズムをつかさどる働きを持ちます。最近では強力な抗酸化

かるた DE ヘルスケア



蕨市立病院
柴田 優子 医師

作用を持つことが分かっています。不妊治療や癌治療などにも応用が期待されています。主に睡眠中に分泌され、起床時に陽の光を浴びるとともにリセットされパッと目覚めるリズム。これが加齢や就寝前のパソコンやスマートフォンの使用で減少し、分泌を妨げてしまいます。規則正しい生活とサプリメントの利用が効果的であることが分かっています。

柴田医師の健康増進外来は木曜日午後。詳細は市立病院ホームページでご確認ください。



メロンやスイカが鮮やかな装飾品に

輝いています

ひと

おおむらひさえ
大村久恵さん

カービング教室 講師

カービングの楽しさ伝えたい

果物や野菜、せっけんに刃渡り5センチほどのナイフ一本で彫刻を施していくタイの伝統工芸の一つ「カービング」。爽やかな香りと笑顔に包まれた教室で、カービングの魅力を広めているのは大村久恵さん（南町2丁目）です。10年前、仕事で訪れたタイで、料理の飾りつけとして花やチョウの模様が施された野菜を目にした大村さん。その美しさに一目ぼれし、早速、現地の体験教室に参加しました。すると、トマトの皮にバラの花、ニンジンには葉っぱの模様、ズッキーニには愛らしいウサギの姿が……。こうして自身の手で身近な素材が一つの作品として仕上がるカービン

グに瞬く間に魅了されました。「一から技術を学びたい」と、心に決めると、毎年、本場タイに渡って修行を重ねるとともに、国内の第一人者に師事し、腕を磨きます。その後、タイ有数のカービング教室で講師の認定を受けたことを機に、地元・蔵で活動を始めました。カービングの魅力は思わずつたえがなくなるほどの繊細な美しさ。大村さんが滑らかにナイフを動かすと果物が鮮やかなグラデーションが描き出されます。「無心になって集中することが私の癒やしの時間です」と、笑顔で語る大村さんは現在市内の教室で月5回、20代から70代まで幅広い世代の指導に当たっています。「誰もが気軽に楽しめる空間」をモットーに、素材が生まれ変わる驚きや上達する喜びを伝える大村さん。「皆さんが楽しむ姿が私の栄養です」と、同じ時間を共有できる幸せを日々、実感しているそうです。そんな大村さんは、「知識や経験が生かせれば」と、旭町公民館のカルチャー講座で講師を務めるなど地域活動にも意欲的です。「新たな出会いが楽しみなんです」と、これからくさんの笑顔を刻み続けます。

紹介します！皆さんの市民活動

メッセージ



たかはしちさこ 高橋知紗 代表

鍛錬重ねながら広げる
交流と健康づくりの輪

「蔵中東カンフークラブ」は、平成16年に設立された中国武術のクラブです。現在、小学生から60代まで、会員30人がそれぞれの年齢やレベルに合わせて、毎週土曜日（5歳以上）午前11時 市民体育館 小学生以上 午後1時 同館 小学生 18歳 午後5時 中央東小学校）に練習に励んでいます。カンフーというと、格闘技のイメージが強いかもしれませんが

キラリ!! みんなの力

～蔵中東カンフークラブ～



世代も国籍も越えて活動を楽しんでいます

このコラムでは、わらび ネットワークステーション（☎45・7256）の市民活動登録団体を紹介しています。

が、私たちが取り組んでいるのは形に合わせて技を披露する演舞です。親子で参加して触れ合いを深めたり運動不足やストレスを解消したりと、目的はさまざまですが、毎年秋に開催される「蔵市武術太極拳交流大会」などの発表の場を共通の目標に、楽しみながら活動しています。カンフーはどなたでも心身ともに健康になれるスポーツです。興味のあるかたは高橋（☎080・6690・2121）までご連絡ください。また、14日には無料体験「はじめてのカンフーレッスン」（午前11時 市民体育館）を行います。申込不要です。いっしょに爽やかな汗を流しましょう。