

地域の身近な相談窓口

シニアサポートセンターを
ご利用ください

シニアサポートセンター(地域包括支援センター)は、高齢者などのための総合相談窓口です。
保健師、主任ケアマネジャー、社会福祉士、地域支え合い推進員など、専門知識を持ったスタッフが
協力し、必要な機関と連携・調整して、問題解決のお手伝いをします。

ご本人はもちろん、ご家族や近所の方も相談できます

独居で家族もいないので、
今後、病気などになったとき、
生活に不安がある。

近所に住む高齢の
方が様子が気になる。
虐待かもしれない。

家族の介護の
相談をしたい。

最近ものの忘れが
多くなってきた。
認知症が心配。

いつまでも健康でいたい。
運動できる教室などを
教えてほしい。



利用方法

直接又は電話で、お住まいの地域のセンターへ。

※状況に応じ、自宅への訪問も行います。お住まいの地域のセンターは、市ホームページでご覧になれます。

受付時間▶ 9時～17時 ※受付時間はセンターによって異なります。

土・日曜日、祝日
も受け付け

※年末年始を除く

費用無料

気軽に参加できる交流の場などがあります

介護者サロン

介護をしている方同士が悩みや疑問などを
情報交換できます。

オレンジカフェ(認知症カフェ)

認知症の方やその家族、地域の方など、
互いに交流できます。

詳しくは、各区高齢介護課、又はいきいき長寿推進課(☎829・1257、FAX 829・1981)へ。

PTAや自治会の
学習会に

地域での
勉強会に

職場での
研修に



出前講座を利用しませんか？

市民の皆さんの集会や会合などに職員が出向いて、市の施策や制度、事業などについてわかりやすくお話しします。防災、健康、環境など、全部で142テーマあります。

Q 誰が利用できるの？

市内在住、在勤又は在学の団体・グループ、サークルなどで、20人以上の方が参加する集会・会合等が対象です。

Q いつ利用できるの？

月～金曜日 10時～21時
土・日曜日、祝・休日 10時～17時
※日時は希望に添えない場合があります。

Q どこで開催できるの？

市内であれば、基本的にどこでも開催可能です。
会場は、申込者が用意してください。

Q 費用は掛かるの？

職員の派遣は無料です。会場の使用料や有償の資料などは、申込者が負担してください。

Q 申込方法は？

①出前講座のテーマ集から、希望するテーマを選びます。

※テーマ集は、各区情報公開コーナー、各図書館、各公民館、各コミュニティセンターで配布しています。また、市ホームページでもご覧になれます。

②直接、郵送又はファクスで、テーマの担当課に申し込みます。

※生涯学習情報システムでも申し込めます。



二次元コード

③テーマの担当課と打ち合わせします。

④職員が伺い、出前講座を実施します。

詳しくは、広報課(TEL 829・1039、FAX 829・1018)



絆をつなぐ

日本一スポーツで笑顔あふれるまちへ

本市では、民間力を活用して「日本一スポーツで笑顔あふれるまち」づくりを進めようと、さいたまスポーツコミッションを一般社団法人として立ち上げました。会長には、横浜DeNAベイスターズの初代社長をつとめた池田 純氏に就任していただきました。

この組織では、複数の民間企業に参画いただき、そのノウハウや人材、ネットワークをフルに活用することで、ツール・ド・フランスさいたまクリテリウムの開催や、ス



スポーツ施設と研修・宿泊施設などをつなぐスポーツシュール事業などを実施します。今年度は、IT企業や大学、Jリーグのクラブなどが参加して、スポーツ医学、栄養学、メンタルヘルスやビッグデータを活用し、科学的に女子選手の育成等に取り組めます。

トップスポーツだけでなく、子どもたちのスポーツ振興、人材育成、スポーツの産業化に取り組むとともに、健康、教育、地域コミュニティづくりなど、さまざまな分野にスポーツの力を活かしてまいります。

さいたま市長 清水 勇人

テレビ広報番組



のびのびシティ さいたま市

さいたま市の情報をお届けしています

毎週日曜日 10時45分～11時
テレビ埼玉で放送中！

※第5週を除きます。第2・4日曜日は前の週の再放送です。

今後の放送テーマ(予定)

- さいたま市の伝統工芸 ●市内の美術館巡り
- イタリアの食文化が根づくまち ●市内の歴史巡り ●インバウンド特集 など

ボビー・オロゴンさん、
石澤美和さんが
番組制作会社の社員に扮して
さいたま市の魅力取材！



さいたま市民
ならではの目線でお届けします！

過去の放送をYouTubeで配信しています。

さいたま市 YouTube 検索

詳しくは、広報課(☎829・1039、FAX 829・1018)へ。

さいたまコールセンターをご利用ください

市のサービス内容や手続き、施設案内やイベント情報などさまざまな問い合わせにオペレーターがお答えします。



8時～21時 年中無休

TEL 835・3156

24時間受け付けます
※対応は8時～21時

FAX 827・8656

メール 市ホームページの「さいたまコールセンター」の専用フォームから
<https://callcenter.city.saitama.jp/saicall.html>

市役所などの代表電話の対応もさいたまコールセンターで行っています

対象施設 市役所、各区役所、北部・南部建設事務所

英語、中国語、韓国・朝鮮語による電話応対も行っています。

詳しくは、広聴課(☎829・1931、FAX 825・0665)へ。

10月1日～

消費税法の改正に伴い

公共施設の使用料等を改定します

使用料等を改定する主な施設など

- コミュニティ施設(コミュニティセンターなど)
- 文化施設(市民会館など)
- スポーツ施設(体育館、運動場、プールなど)
- 保養施設
- 葬祭施設(斎場など)
- 自転車等駐車場、自動車駐車場
- 上下水道料金 など

対象となる施設や
使用料等の詳細は、
市ホームページを
ご覧ください



詳しくは、各施設等へ。

ペットは大切に、 責任を持って飼いましょう

ペットは命ある大切な家族です。愛情と責任をもって面倒をみましょう。



最後までその命に責任を 持てるのか、よく考えましょう

動物を飼うと、毎日さまざまな世話が必要になります。適切な知識のもと、運動、えさやり、病気や怪我の治療・予防などによりその健康を守らなければなりません。動物を飼う前に一度、その意味をしっかりと考えましょう。

不妊・去勢手術をしましょう

手術をするのはかわいそうと思うかもしれませんが、新たに産まれる命に責任を持てるかどうか、考えましょう。野良猫などへ餌をあげるときも同様で、不幸な命を増やさないようにしましょう。

動物の遺棄・虐待は
法律により処罰されます

- ・捨てたり虐待した場合は100万円以下の罰金
- ・殺傷した場合は2年以下の懲役または200万円以下の罰金

遺棄・虐待を見つけたら、動物愛護ふれあいセンターと警察署にご連絡ください。

詳しくは、動物愛護ふれあいセンター(☎840・4150、FAX 840・4159)へ。