



お知らせ

<市営プールの営業開始について>

7月21日(土)から、中央公園プールと運動公園プールの2つの市営プールがオープンします！
どちらのプールも児童用プールを設けておりますので、ぜひご家族で出掛けてみてはいかがでしょうか！

- ◇開設期間 : 7月21日(土)～9月2日(日)
- ◇開設時間 : AM10:00～PM5:00(入場はPM4:00まで)
- ◇ところ : 運動公園プール 豊岡 4-2-1 (市民体育館そば)
中央公園プール 扇町屋 1250-1 (圏央道入間インターそば)
- ◇入場料 : 小学生100円 中学・高校生200円 大人300円
- ◇入場について : 小学3年生以下は、保護者の同伴が必要。乳幼児の入場料は無料
障害者1名につき介助者1名まで無料
- ◇プールについて : 運動公園プール…50mプール、9コース。児童用プールあり
中央公園プール…50mプール、7コース。児童用プールあり

【問】スポーツ推進課 内線4212

<児童扶養手当現況届をお忘れなく！>

8月分以降の児童扶養手当を受ける場合には現況届が必要になります。
現況届は、毎年8月1日の状況を把握し、8月分以降の児童扶養手当等を引き続き受ける要件を満たしているかどうか確認するために必要なお手続きとなります。8月上旬に書類をお送りいたしますので、必要事項をご記入のうえ、窓口へお持ちください。必要書類についてはお送りする書類にてご案内します。お手続きを忘れてしまいますと、8月分以降の児童扶養手当が受けられなくなってしまいますので、忘れずにお手続きください。

【問】こども支援課 内線2351・2352・2353



その他情報

○相談窓口のご案内 ～ひとりで悩むの、もうやめよう！～

◇入間市家庭児童相談室

心配なこと、困ったこと、何でもご相談ください

入間市役所 こども支援課内 TEL 内線2354～2358

月曜日～金曜日 9:00～16:00 (祝日、年末年始を除く)

◇入間市教育相談・青少年相談

いじめ、不登校、学校、勉強、友達など悩みごと全般について

入間市教育センター TEL 04-2964-8355

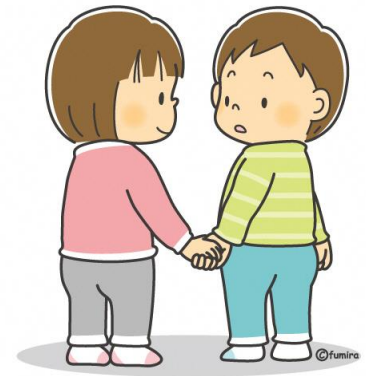
月曜日～金曜日 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)

◇所沢児童相談所

子どもの養育、性格行動、しつけなどの様々な相談について

所沢市並木 1-9-2 TEL 04-2992-4152

月曜日～金曜日 8:30～18:15 (祝日、年末年始を除く)



旬

のあやしさい



「トマトが赤くなると医者が青くなる」と言われるほど栄養たっぷりなトマト。鮮やかな赤色は食欲をそそりますよね。トマトの赤色はリコピンという栄養素によるもので、紫外線によるメラニンの発生を抑制するはたらきがあります。また、暑さでたくさん汗をかいてしまった時には、トマトなどの野菜や果物をたべると夏バテ予防になります。これらの食材に多く含まれるカリウム

は、身体活動を行う上で重要な役割を果たしますが、汗をかくと水分と一緒に排出されてしまうため、夏は特に意識的に摂取するとよいでしょう。

夏はトマトを食べ、暑さに負けず元気に過ごしましょう！



お子さんと一緒に楽しく作れるようなレシピを紹介します。

<中華風トマトスープ 2～3人分>

トマトジュース	200cc	卵	1個
砂糖	3g	水	200cc
しょうゆ	10g	鶏がらスープの素	10g
トマト	2個	塩こしょう	適量
レタス	2枚	ごま油	適量

- 1 小鍋にトマトジュース、砂糖をいれ、よく混ぜながら火にかけて水分を飛ばします。(しっかり水分を飛ばしておく、トマトジュース特有の青臭さが抜けます)
- 2 水分がある程度飛んだらしょうゆを入れ軽く混ぜます。
- 3 水、1口サイズにカットしたレタス、トマトを入れ、沸騰するまで火にかけます。
- 4 沸騰したら鶏がらスープの素と塩こしょうを入れ、味を調えます。味が整ったら卵を回し入れます。
- 5 最後に香りづけとしてごま油を好みの量入れてください。多めに入れるとトマトの酸味が和らいでマイルドな味わいになります。

～いるまこども応援情報紙～

かわんぼん



4年 もといくん



2年 るなちゃん



2年 ゆなちゃん



1年 さやちゃん



1年 なこみちゃん



1年 りほちゃん

表紙：藤沢南学童保育室のこどもたちが描いた テーマ「お祭り男いるティー」



すくすく子育て応援ページ

平成30年7月 発行：入間市こども支援部

入間市役所 TEL04-2964-1111 (代表) <http://www.city.iruma.saitama.jp/>





H30 夏のイベント情報

みんなであそびに行こう!



	日 時	イベント	場所 (地図位置)	備 考
7月	7/5~7/8	いるバル	市内各店舗で実施	チケットは、市役所の商工観光課と1階売店、入間市駅・武蔵藤沢駅内、いるバル対象店等で販売中です。
	7/7	西洋館オープニングイベント	旧石川組製系西洋館 A	申込み不要
		はたおり体験	博物館 ALIT B	小学生以上対象、申込み不要
		七夕まつり (13時30分~)	児童センターアイクス C	
	7/14~7/16、7/28~7/29 (10時~16時)	西洋館公開日	旧石川製系西洋館 A	中学生以下：無料
7/27~7/29 (10時~15時)	キッズ・アート・ギャラリー	博物館 ALIT B	申込み不要 ※7/29の定員制ワークショップのみ事前申し込みが必要です。	
8月	7/31~8/10	夏休み親子で楽しむ遊びの広場 (手作り遊具・紙芝居・はたおり体験)	博物館 ALIT B	対象：小学生以下 参加費：無料 ※詳細は博物館へお問い合わせください。
	8/11~8/12、8/25~8/26 (10時~16時)	西洋館公開日	旧石川組製系西洋館 A	中学生以下：無料
	8/12 (10時~16時)	むささびひろば夏祭り3	青少年活動センター D	申込み不要
	8/15 15時~出店 18時~盆踊り 19時45分~セレモニー 20時~花火打ち上げ (約30分間)	入間納涼花火大会 ※同時開催：西武地区納涼盆踊り大会	西武市民運動場 E (西武公民館前運動場)	約1,200発の花火が、夏の入間の夜空を照らします。 ※当日、駐車場はありません。お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。
9月	9/1	はたおり体験	博物館 ALIT B	小学生以上対象、申込み不要
	9/8	三井アウトレットパーク入間観光キャンペーン	三井アウトレットパーク入間 F	各市のキャラクター出場、観光パンフレットの配布などをおこないます。
	9/8~9/9、9/22~9/24 (10時~16時)	西洋館公開日	旧石川組製系西洋館 A	中学生以下：無料
	9/9 (9時15分~16時)	いるま太鼓セッション	博物館 ALIT B (市民広場)	小雨決行

熱い体験事業が満載!

「真夏に学ぼう! 今日から君もいるまなびと!」

夏休みの小学生向け(1~6年生)の社会体験応援事業として、「真夏に学ぼう! 今日から君もいるまなびと!」(A5版)を発行しました。

上記イベントでは紹介できなかった、夏休みの詳しい体験情報が満載です。熱い夏、いろいろな体験にチャレンジしてみたいかがでしょうか?

なお同紙は、市内小学校を通して全小学生に配付した他、公民館や博物館などの各施設、こども支援部各課窓口でも手に入れます。また、市公式ホームページで閲覧することもできますので、どうぞご覧ください。

(教育委員会 社会教育課)

ホームページQRコード





夏にオススメ! 市内納涼スポット



夏になりましたね♪

暑くて外に出たくない!とか、熱中症になったらどうしよう…とか、夏場のお出掛けは何かと大変ですよ。そこで今回は入間市内の納涼スポットをまとめてみました!ぜひご活用下さい!

5 青少年活動センター P

(所在地)入間市小谷田1681-1
(アクセス)仏子駅より徒歩約20分

自然豊かな敷地に小中高生向けの野外活動等の施設を完備しています。木工やキャンプなど親子でも楽しめます!



1 運動公園フール P

(所在地)入間市豊岡4-2-1
(アクセス)入間市駅より徒歩15分

体育館も併設しており、駐車場も広くて便利です。

2 児童センターアイクス P

(所在地)入間市向陽台1丁目1番地6
(アクセス)入間市駅より徒歩15分

屋内に広々とした遊び場があって、雨の日にピッタリです。

6 中央公園フール P

(所在地)埼玉県入間市扇町屋1250-1
(アクセス)入間市駅より車で10分

国道16号沿いに位置し、コストコ、アウトレットからも近いです。

7 博物館 AUIT P

(所在地)二本木100
(アクセス)金子駅より車で13分

涼しい館内で歴史を感じたら、喫茶店で一服。芝生の広場もあります。

8 さいたま緑の森博物館 P

(所在地)入間市宮寺889-1
(アクセス)金子駅より車で18分

加治丘陵の自然を存分に堪能できます。7~8月は里山ようちえん、里山キャンプ等のイベントがあります。

3 県営彩の森公園 P

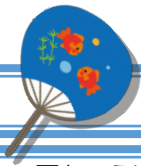
(所在地)入間市向陽台2丁目
(アクセス)入間市駅より徒歩17分

市内最大級の公園です。木陰のBBQ場や小川も流れています。

4 富士見公園 P

(所在地)入間市東町1-15
(アクセス)入間市駅より徒歩25分

ゾンゾンタウンに隣接した緑豊かな公園です。ローラー滑り台や木製アスレチック、芝生の広場があります。



夏の風物詩 花火

夏といえばお祭り!お祭りといえば花火!入間市でも毎年8月15日の入間納涼花火大会では盛大な花火を見ることができます。花火は日本の風物詩と思われがちですが、実は花火は海外にもあります。しかし、海外の花火の多くは打ち上げ時に円を描きません。いわゆる花火大会で想像するような打ち上げ花火は日本特有です。

日本における花火の歴史は、種子島に伝来した鉄砲と火薬から始まるといわれ、江戸時代には現在のような花火が存在していたといわれています。また派手なものが好きな江戸っ子に花火はとても人気があり、幕府は消防上の理由から度々禁止令を出していたようです。

現代でも公園のルール等で禁止されている場所があります。花火をする際には周囲の環境や火元の管理に十分に配慮して楽しみましょう。



熱中症にご注意を!



子どもは大人に比べ、体温の調節機能が発達しておらず、汗をかき能力が弱い。熱中症になりやすいと考えられています。対策として、次の5つのポイントを押さえて、熱中症からお子さんを守りましょう。

- ①栄養の取れた食事と十分な睡眠による、体力づくり
 - ②赤い顔や大量の汗は熱中症のサインです。そういった症状が見られた場合は、涼しい場所で休みましょう。
 - ③こまめな水分補給をしましょう。利尿作用の低い麦茶やそば茶がおすすめです。また、スポーツドリンクなどの吸収が早いものも有効です。
 - ④日頃から外遊びをすることで、熱さになれさせることも有効です。
 - ⑤速乾性の高いインナーを着ることで、服が体温の放熱を妨げないのでおすすめです。
- ※この他にも、冷汗タオルやスプレーなどで暑さを緩和させることも有効です。