そうだん

家族相談支援センター（☎66-0222）

行政書士相談

※事前予約が必要です。

時 3月20日(月) 10時～12時

相談員 埼玉県行政書士会東松山支部

住民法律相談

※事前予約が必要です。１週間前までにお申し込みください。

時 2月17日(金) 13時30分～16時 相談員 町顧問弁護士

人権相談

時 3月1日(水) 10時～15時 相談員 人権擁護委員

ぼうはん

小川警察署（☎74-0110）

地域安全情報

小川警察署から町内の犯罪発生状況をお知らせします。（令和4年12月1日～12月31日）

件数 0件（前年比－5件）

累計 48件（前年比＋9件）※暫定値

主な内容 犯罪の発生はありませんでした。

オレオレ詐欺『誘い出し』に注意

～公園や駅などに誘い出して現金をだまし取る被害～

県内では、息子や孫などの親族になりすましたオレオレ詐欺で、被害者を公園や駅などを指定して誘い出し、現金を手渡しさせる「誘引型」と呼ばれる被害が相次いで発生しています。

【誘引型で犯人が使うセリフの事例】

○会社のお金が入ったバッグを落として、大変なことになっている。至急お金が必要だけど、自分は取りに行けない。部下が近くの公園で待っているから、お金を届けてほしい。

○不倫相手の夫と話をしていて、取りに行けない。代理人が●●駅で待っているから、お金を持ってきてほしい。

親族本人以外には、
絶対に現金を渡さないでください。

かんきょう

建設環境課（☎65-0814）

ごみの減量化

12月分の可燃・不燃ごみの収集量をお知らせします。

	12月分	前年同月比増減
可燃ごみ	134,300kg	4,450kg
不燃ごみ	16,150kg	-620kg
合計	150,450kg	-3,830kg
1人1日あたり排出量	**458g**	**19g**

【目標】

- **1人1日50gのごみの減量を**
  小さな積み重ねが大きな効果につながります
- **生ごみの水切りを徹底しましょう**
  生ごみは約80%が水分。捨てる前にひと絞り
- **紙類は資源回収へ**
  小さな紙でも資源になります

1人1日当たりのごみ排出量の目標値 437g

目標まであと	**21g**

ごみの資源化

12月分の資源回収実績（ステーション回収）をお知らせします。※紙類は、雑がみ・段ボール・新聞・雑誌・紙パックの合計

町の収入になるもの

		12月分	前年同月比増減
資源回収	紙類	22,760kg	-3,955kg
	衣類	3,860kg	-1,105kg
	アルミ缶	953kg	-196kg
資源物売却収入		**331,367円**	**-3,165円**

※皆様のご協力により12月は上記の収入がありました。

ペットボトルはつぶして出しましょう

資源回収は地域のごみステーションに出しましょう。

としょかん

2月のおはなし会

～ 絵本や紙芝居の読み聞かせなどの日程をお知らせします ～

◆町立図書館絵本コーナー　絵本や紙芝居の読み聞かせなど

ちいさい子向け（0～5歳） 時 2月18日(土) 10時30分～

エプロンさんのおはなし会（0歳～） 時 2月21日(火) 10時～

おおきい子向け（5歳～小学生） 時 2月25日(土) 14時～

◆都幾川公民館図書室木質化コーナー

時 2月4日(土) 10時30分～

※2月11日(土)のおはなし会はお休みします。

※新型コロナウイルス感染症の状況により変更または中止になる場合があります。

オススメ本

～ 図書館の担当者がセレクトしたオススメの本をご紹介！ ～

― 心とからだの健康 ―

2月、まだまだ寒い日が続きます。
寒さやコロナ禍で家の中にいる時間も多く、運動不足になったりストレスがたまったりしていませんか。
今月は、心とからだの健康に役立つ本を紹介します。

『60代からの鎌田式ズボラ筋トレ』
鎌田實／著　エクスナレッジ

マスク生活で弱った飲み込む力を強化して誤嚥性肺炎を防いだり、コロナうつや認知症の予防にも効果的な運動、食事術がわかりやすく紹介されています。この１冊で、一生元気なからだと心と脳を手に入れてください。

『おうちストレスをためない習慣』
杉岡充爾／著
クロスメディア・パブリッシング

家にいる時間が増えた現代人に、新たな不調が生まれています。それが「おうちストレス」です。おうち時間を見直し、ストレスを完全リセットできる時間にしましょう。今日からできる「ストレスゼロな家時間」の67のコツを教える１冊です。

『はたらく内臓』
坂井建雄／監修　中央公論新社

内臓の機能と構造、内臓が生み出す病気と不調のメカニズム、健康診断表から読み解く内臓の状態などを、豊富なイラストとともに解説。内臓を整える食生活と習慣、運動・ストレッチ・マッサージなども紹介する１冊です。

電子図書館ご案内

比企広域電子図書館

比企eライブラリ

- 電子図書館では、「新着資料」や「季節を楽しむ暮らしの本」、「食にまつわるあれこれ」などのテーマを設けて紹介しています。是非、ご利用ください。
- 新着図書　◆テウトの創薬 岩木一麻／著　◆きのうの影踏み 辻村深月／著　◆五辨の椿 山本周五郎／著　◆この本を盗む者は 深緑野分／著　◆ラスプーチンの庭 中山七里／著　ほか
- ときがわ町に在住の方の利用登録　ときがわ町立図書館または都幾川公民館図書室でお申込みください。※図書館利用カード、住所確認ができる証明書（運転免許証、マイナンバーカード等）をお持ちください。

としょかんカレンダー

2月の開館日

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

● 図書館・図書室の休館日　▲ 図書館休館(図書室開館)
★ おはなし会　◆ 図書室休館(図書館開館)

町立図書館　【開館時間】 火曜日・金曜日～日曜日９時～17時、水曜日・木曜日９時～18時
【貸出冊数・期間】 ひとり図書・雑誌を10冊、紙芝居を５点、ビデオ・ＤＶＤを２点まで15日間借りられます。
公民館図書室　【開館時間】 火曜日～日曜日９時～17時
【貸出冊数・期間】 ひとり図書・雑誌・紙芝居・ＣＤ（１点まで）をまとめて５冊まで、15日間借りられます。
図書館・図書室が閉まっているときはブックポストをご利用ください。ビデオ・ＤＶＤ・ＣＤ・紙芝居は壊れやすいので、カウンターへ返却をお願いします。
＊町立図書館・公民館図書室では、除籍図書のリサイクル（無料配布）を行っています。