



ちらかしちゃったお部屋、  
いつも片づけてくれてありがとう

いつもおいしいごはん作ってくれて  
ありがとう



いつも頑張ってくれてるママ  
もし、ボクのこと悩んだら絶対、  
誰かに相談してね



子育てを応援する♪

## 子育て包括支援センター

子育てを応援する♪

# 子育て包括支援センター

☎ 76-2855

～ひとりで悩まないで

どんなささいな悩みでも一緒に考えていきます～

## 「子育て包括支援センター」って？

『妊娠期から子育て期までの相談窓口』です。

妊娠生活をすこやかに過ごし、安心して出産を迎え、楽しく子育てができるようにご家族を支援するため、令和元年7月に保健センター内に設置しました。

妊娠期から子育て期にわたる不安や悩みに対し、保健師などが気持ちに寄り添いながら、窓口や電話などで対応しています。

また、妊娠8か月ごろに経過の確認や必要に応じた個別相談を実施しています。ぜひお気軽にご相談ください。



## 「妊娠」したらどうすればいいの？

医師または助産師の診察を受けて妊娠が確認されたら、早めに子育て包括支援センターへお越しください。

- 母子健康手帳と妊婦健康診査助成券を交付します
- 全ての妊婦のかたと面談を行います

妊娠中の過ごし方や母子健康手帳と妊婦健康診査助成券の説明をします。

また、安心して出産を迎えることができるようサポートします。

## 「あかちゃん」が生まれたら？

以下の手続きが必要になります。わからないことがあればいつでも相談してください。

### ●出生届などの提出

町役場（戸籍福祉係）に出生届を提出します。それにかかる手続きが必要となります。なお、出生地または本籍地の市町村に提出することもできます。

### ●あかちゃん訪問

生後1か月前後のあかちゃんとお母さんを対象に保健師・助産師などが家庭を訪問し、育児などについてアドバイスや情報提供を行います。





## わたしたちにご相談ください

子育てって体力も神経も使うから大変ですよ。なんで泣いているのか分からないときもあれば、せっかく作ったご飯を食べてくれないときもある。部屋を掃除してもすぐにちらかして元通り…。思い描いていた子育てをするのはなかなか難しいですよ。ママだってパパだってイライラしたり、落ち込んだり、悩んだりすることがあって当たり前です。ミルクや離乳食、夜泣きや指しゃぶり、子どもの成長のことなど、どんなささいなことでもご相談ください。お医者さんではないので、風邪や病気は治せませんが、皆さんに寄り添いながら皆さんの悩みごとについて一緒に考えていきます。

▲子育て包括支援センターの皆さん

子育て  
していると

たとえばこんな悩みが…

### Q 妊娠中の体や心はどう変化するの？

赤ちゃんはママからの栄養で成長し、妊娠10か月には約3kgに達します。おなかの赤ちゃんを育てるために体重は自然に増えること。また、ホルモンバランスも変化するのでママの気持ちが不安定になることも。

悩みや心配事は子育て包括支援センターに相談してください。

### Q あかちゃんの体重が増えているのか心配

授乳間隔が2～3時間毎で、いつも通りうんちやおしっこが出ている、機嫌が良く、ぐっすり眠れていれば大丈夫。

体重がどのくらい増えたか測定を希望のかたは、子育て包括支援センターに連絡してください。



### Q 母乳をやめるのはいつ頃？

離乳食が1日3回食べられ、十分栄養がとれるようになったり、母乳やミルク以外で水分がとれるようになったらそろそろ卒業かしら？

お子さんのペースに合わせて自然にやめられるといいですね。



### Q 泣き止まなかったり、言うことをきかないとイライラしてしまう

赤ちゃんは泣いてコミュニケーションをとります。

抱っこかな？ オムツかな？ おなかすいているのかな？ はじめは手探り状態ですよ。

1歳半から2歳ごろには自我が芽生え、やりたいことが上手にできず、困ってしまうことも。ことばで伝えられるようになってくれば減ってきます。

それでも…

ママが大変になってしまったら、ママ1人で頑張らないで、パパや祖父母に預けてみることも。子育て包括支援センターに相談してください。(話すことでスッキリ) ママの気分転換も必要ですよ。

預け先がなくてどうしよう…。

ファミリーサポートセンターの利用ができます。

リフレッシュしたい 急な仕事が入った  
保育園の送迎が間に合わない

## ファミリーサポートセンター・ 緊急サポートセンターを ご利用ください

ファミリーサポートセンター・緊急サポートセンターは、子育てのお手伝いをして欲しいかた(利用会員)とお手伝いをしたいかた(サポート会員)が会員となり、センターの仲介を通して、会員同士が支え合う活動です。



詳しくはコチラ

# オンライン「あかちゃん広場」を実施します

あかちゃんとスキンシップをしながらオンラインでつながりましょう。  
ご参加お待ちしております。



**10月15日(木)** 午前10時～10時30分

- ▶ 内容 あかちゃん体操・おはなし会
  - ▶ 対象 町内在住 6か月までのあかちゃんとママ
  - ▶ 人数 先着5組
  - ▶ 申込期間 10月7日(水)～9日(金)  
午前9時～午後5時(先着順)
  - ▶ 申込方法 保健センターに電話
- ※お申込み後、詳しい参加方法をお知らせします。

インターネット環境と  
「Zoom」のインストールが  
必要です

ご自宅のパソコンやタブレット、スマートフォンを活用し、「Zoom」によるオンラインで行います。

詳しくはお問い合わせください。

申込み・問合せ＝保健センター 子育て支援係 ☎76-2855

保健センター 健康増進係からのお知らせ

10月1日から

## 『ロタウイルスワクチン』が 「定期接種」になります

10月1日(木)から『ロタウイルスワクチン』が  
予防接種法に基づく「定期接種」になります。

重症胃腸炎の予防のためロタウイルスワクチン  
を接種しましょう。

### ▶対象者

令和2年8月1日以降に生まれた子ども

### ▶接種方法

対象者のかたには、予診票を郵送またはあか  
ちゃん訪問の際にお渡しします。

教育委員会事務局 生涯学習係からのお知らせ

## 七つの祝

来年度就学児を対象とした「七つの祝」  
の式典をとり行います。

▶ 期日 **11月7日**(土)

▶ 開式 午前10時

▶ 会場 遺跡の森館ホール

※当日は、座席の間隔を空けるなど、新  
型コロナウイルス感染症拡大防止の対  
策を講じたうえで式典を実施します。

11月は「児童虐待防止推進月間」です ～体罰などによらない子育てのために～

### しつけと体罰はどう違うの？

しつけとは、子どもの人格や才能などを伸ばし、自律した社会生活を送れるよう  
にサポートしていくことです。そのためには、体罰ではなく、どうすればよいの  
かを言葉や見本を示すなど、本人が理解できる方法で伝える必要があります。

虐待かもと思ったら  
児童相談所虐待  
対応ダイヤル

いち はや く  
**189**

参加者  
募集



対象事業

健幸ポイント事業

# 減塩チャレンジ

「塩分を控えている」かたは多いと思います。

しかし、本当に塩分を控えられているのでしょうか？ おうち時間でできる減塩に取り組む教室です。

全日程参加で健幸ポイント700ポイント+改善ポイント



減塩に取り組む

チャレンジ  
すること

塩分測定器（貸与）でおうちの汁物を測定する

尿検査で自分の1日推定塩分摂取量を確認する

【対象者】 20歳以上の町内在住のかた

【定員】 20名（先着順）

【参加費】 無料

【申込方法】 電話または直接保健センター窓口へ

【申込期間】 10月19日(月)～30日(金)（土日を除く） 午前8時30分～午後5時

【日程】



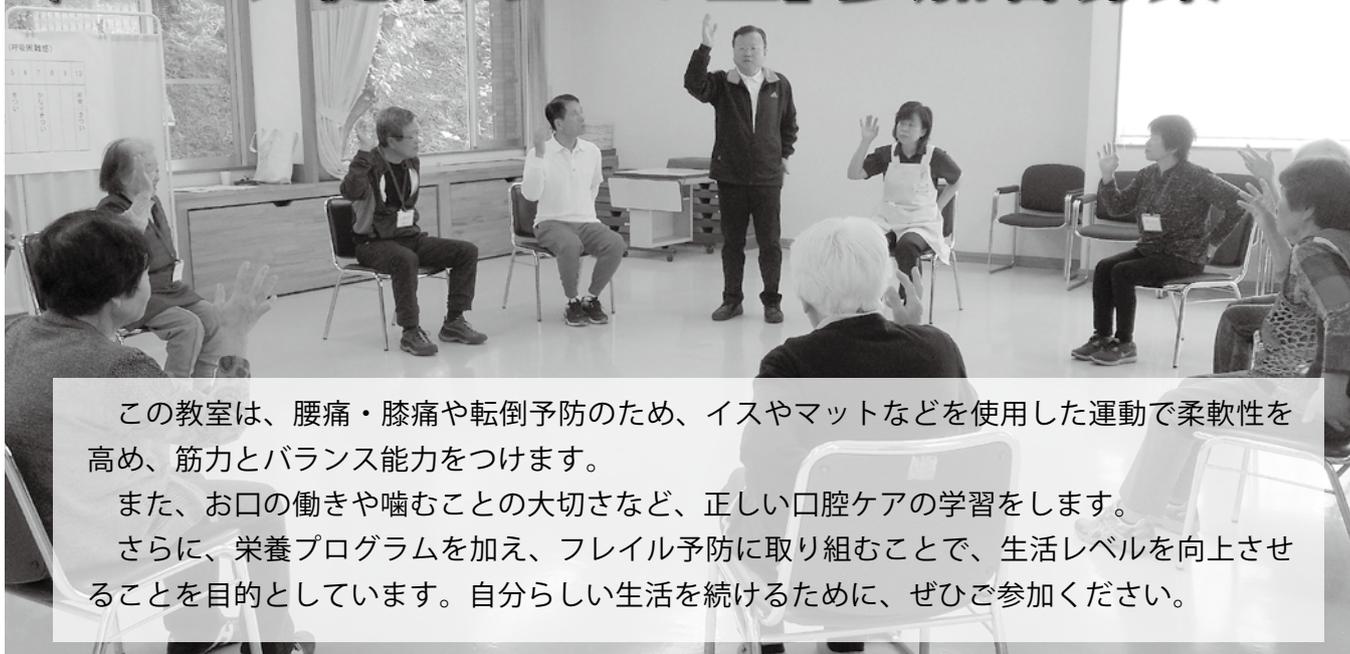
日時	内容	会場
11月5日(木) 午後1時30分～2時30分	オリエンテーション	コミュニティセンター 大ホール
11月9日(月) 午前8時30分～11時	1日推定塩分量検査 (尿検査提出)	保健センター
11月30日(月) 午後1時30分～2時30分	講演会「減塩について」 講師：女子栄養大学	コミュニティセンター 大ホール
1月18日(月) 午前8時30分～11時	1日推定塩分量検査 (尿検査提出)	保健センター
2月2日(火) 午後1時30分～2時30分	修了式	コミュニティセンター 大ホール

申込み・問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855

理学療法士・歯科衛生士・管理栄養士がサポート！

介護予防・生活支援サービス事業（通所型サービスC）

## 「シニア健康あっぷ塾」参加者募集！



この教室は、腰痛・膝痛や転倒予防のため、イスやマットなどを使用した運動で柔軟性を高め、筋力とバランス能力をつけます。

また、お口の働きや噛むことの大切さなど、正しい口腔ケアの学習をします。

さらに、栄養プログラムを加え、フレイル予防に取り組むことで、生活レベルを向上させることを目的としています。自分らしい生活を続けるために、ぜひご参加ください。

## ■対象者 次の①から④までの条件をすべて満たすかた

- ①町内在住のおおむね65歳以上のかた
- ②「基本チェックリスト」を実施し運動機能などに低下が認められたかた（ケアプランを作成します）
- ③医師から運動を禁止、もしくは運動の制限を受けていないかた
- ④原則として全日程（13回）参加できるかた

## ■日 程 下記参照

■時 間 午前9時～11時

■場 所 保健センター

■参加費 無料

■定 員 5名程度

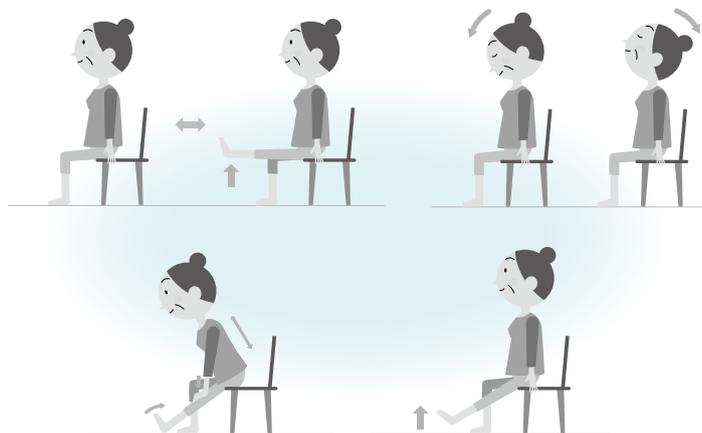
■送 迎 車での送迎は相談のうえ決定

■申込み 10月12日(月)から電話申込み開始（定員になり次第締切）

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大時は中止となる場合があります。

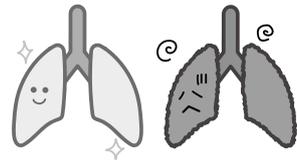
## 開催日程

- |             |            |
|-------------|------------|
| ① 11月19日(木) | ⑧ 1月14日(木) |
| ② 11月26日(木) | ⑨ 1月21日(木) |
| ③ 12月3日(木)  | ⑩ 1月28日(木) |
| ④ 12月10日(木) | ⑪ 2月4日(木)  |
| ⑤ 12月17日(木) | ⑫ 2月18日(木) |
| ⑥ 12月24日(木) | ⑬ 2月25日(木) |
| ⑦ 1月7日(木)   |            |



申込み・問合せ＝地域包括支援センター（保健センター内） ☎76-1325

# 肺がん・結核検診のお知らせ



6月に特定健診と同時実施していた肺がん検診が中止となったため、下記日程で追加の検診を実施します。肺がんや結核は早期発見、早期治療が重要です。この機会にぜひ受診してください。

【対象者】 40歳以上のかた

【検診内容】 問診、胸部エックス線検査および喀痰検査(該当者のみ)

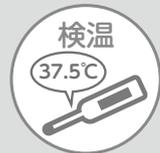
【予約受付】 10月26日(月)～11月6日(金) 午前8時30分～午後5時15分(土日・祝日を除く) 電話または保健センター窓口にて受付 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、受診人数を制限しています。

【持ち物】 肺がん・結核検診受診券(5月に発送済)

実施日	受付時間	定員	会場
12月8日(火)～10日(木)	午後1時30分～2時	各25名 (予約先着順)	保健センター
	午後2時～2時30分		
	午後2時30分～3時		

## 受診する際の注意事項

- ・マスクの着用をお願いします。
- ・受診当日、来所前に体温を測定していただき、37.5℃以上の発熱や風邪症状のある場合は受診をご遠慮ください。
- ・新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況によっては、中止する場合があります。



申込み・問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855

## 高齢者インフルエンザ予防接種を実施します

予防接種法に基づき、下記のかたを対象に、インフルエンザ予防接種を実施します。希望されるかたは、予診票(9月末に発送済み)をご持参のうえ、指定の医療機関で接種を受けてください。

### ■対象者

①65歳以上のかた(昭和30年12月31日以前に生まれたかた)

※令和2年10月1日以降に65歳になるかたは、65歳の誕生日の前日から接種ができます。

②60歳以上65歳未満のかた(昭和31年1月1日～昭和35年12月31日生まれ)で心臓、じん臓、呼吸器または免疫機能に障害がある身体障害者手帳1級相当のかた

※接種日に満60歳以上65歳未満のかたでないと受けられません。

### ■接種期間

10月1日(木)～令和3年2月27日(土)

### ■自己負担金

無料

※本庄市児玉郡内の医療機関または、埼玉県内で契約を結んでいる医療機関に限り、無料で接種できます。本庄市児玉郡を除く埼玉県内の医療機関で実施する場合は、令和2年10月20日(火)～令和3年1月31日(日)まで接種を受けることができます。詳細は保健センターにお問い合わせください。

■接種回数 期間中1回のみ

■書類 対象のかたには9月末に予診票等を発送しております。

詳細は送付したものをご覧ください。

※転入等により通知が届いていないかたは、保健センターへお問い合わせください。

申込み・問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855

新型コロナウイルス感染症拡大に伴う

# 美里町独自の対応策

第3弾



SUPPORT

新型コロナウイルス感染症拡大に伴う影響を受けている町民を支援し、公共施設の感染防止対策を図るため、町独自の対応策（第3弾）を実施します。

※令和2年第3回美里町議会定例会において、9月18日(金)に美里町一般会計補正予算が成立しました。町独自の対応策には、国からの地方創生臨時交付金などを活用しています。

## 災害対策事業

【予算額 2,609万8千円】

災害時の避難者などへの備えとして、感染防止対策を考慮した消耗品や備品の充実を図ります。併せて、分散避難にも対応するため、自主防災組織避難所にAEDなどの備品の充実を図ります。

## 公衆無線LAN整備事業

【予算額 296万7千円】

災害時に避難先となる施設にて、避難者などが無料で利用できるインターネット接続環境を確保するため、役場や各公民館などに公衆無線LANを整備します。

## 保健センター改修事業

【予算額 310万円】

保健センター来庁者の接触感染を防止するため、南側の出入口を自動ドアに改修します。また、トイレの洋式化やおむつ交換台の設置などを行います。

## 役場の感染防止対策事業

【予算額 153万6千円】

感染防止を図る目的として、旧農林商工課のトイレを洋式化する改修を行うとともに、Web会議に参加するための機材を購入します。

## 子ども・子育て関連事業

【予算額 360万円】

感染防止対策を実施する保育園および放課後児童クラブに補助を行います。また、子育て支援センターおよび子育て包括支援センターの感染防止対策を強化します。

## 小中学校トイレ改修事業

【予算額 275万円】

感染防止を図る目的として、大沢小学校および美里中学校の体育館トイレを洋式化する改修を行います。

## 小学校特別教室エアコン整備事業

【予算額 2,000万円】

感染防止を踏まえた分散授業に対応するため、3小学校の特別教室にエアコンを設置します。

## 小中学校の夏休み短縮に伴う対応

【予算額 82万7千円】

小中学校の夏休み短縮に伴い、学習支援員やスクール・サポート・スタッフなどの勤務日数が増加したため、人件費などを確保します。

## 中学3年生インフルエンザ予防接種費助成事業

【予算額 30万4千円】

中学3年生に対し、インフルエンザ予防接種費用を助成することで、重症化を防ぐとともに保護者負担の軽減を図ります。

### ■対象者

町内に住民登録のある中学3年生の生徒

### ■申請に必要なもの

- ・美里町中学3年生インフルエンザ予防接種費用助成金交付申請書兼請求書
- ・助成対象予防接種を受けたことを証明する書類
- ・助成対象予防接種にかかる領収書

### ■申請期限

令和3年3月10日(水)まで

### ■助成額

接種費用の全額（1回限り）

### ■申請・問合せ

保健センター 子育て支援係 ☎76-2855



## 健康二次被害予防 エンジョイホーム応援事業

【予算額 36万1千円】

自宅などで気軽に運動ができるようにするため、運動に関するDVDの配布および再生機の貸出を行い、健康二次被害の予防を図ります。

## 社会教育施設の感染防止対策事業

【予算額 896万円】

感染防止を図る目的として、町民体育館や地区公民館などのトイレを洋式化する改修を行います。

また、中央公民館来庁者の接触感染を防止するため、正面玄関を自動ドアに改修します。

## 新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う町民への協力のお願い

新型コロナウイルスの感染者が身近なところで確認されています。引き続き、「うつらない、うつさない行動」を心がけましょう。

- ・発熱の症状があるなど体調の悪い人の外出自粛（医療機関への受診などは除く）
- ・夜の繁華街に限らず、感染症対策が十分にとられていない施設の利用回避
- ・国および県の接触確認アプリの活用

### 新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)のインストールについて

- ・Androidのかた  
→Google Playからインストール
- ・iPhoneのかた  
→Apple Storeからインストール



### 埼玉県LINEコロナお知らせシステムについて

- ・不特定多数の人が利用する施設や店舗、イベントで、新型コロナウイルス陽性者と濃厚接触した可能性のあるかたにお知らせするシステムです。
- ・詳しくは、埼玉県のホームページをご覧ください。



美里町の事業所を応援しよう!!

## プレミアム付商品券

# (美里町ふるさと応援チケット) について

美里町商工会では、新型コロナウイルス感染症の全国的な広がりにより影響を受けた町内事業者への支援のため、美里町民を対象に、プレミアム付商品券（美里町ふるさと応援チケット。通称「さとチケ」）を販売しました。

◎好評につき、予定枚数販売終了しました。

1枚（500円券）から利用でき、小売業、サービス業、建設業、製造業、飲食業など様々な用途に利用可能です。

一部商品券が利用できないものもございますので、ご注意ください。（各種商品券やたばこの購入、電子マネーのチャージなど）

ぜひこの機会に、美里町の店舗をご利用ください。

◎美里町ふるさと応援チケット取扱事業者を募集しています。

詳細は美里町商工会へお問合せください。

**【注意事項】** 商品券の返金（換金）ならびに譲渡・転売はできません。

※利用期限は令和3年2月28日(日)まで

好評につき、完売しました



さとチケが使用できる店舗や、取扱している商品・サービスの情報など、美里町商工会ホームページで公開しています。

ぜひご覧ください。



商工会  
ホームページ

問合せ＝美里町商工会 ☎76-0144

## 事業の中止について

### 【令和2年度 美里町戦没者追悼式】

11月12日(休)に予定していた美里町戦没者追悼式は、新型コロナウイルス感染症拡大防止と参列者の皆さまの安全を考慮し中止します。

ご理解のほど、よろしく願いたします。



問合せ＝住民福祉課 戸籍福祉係 ☎76-5132

## 「埼玉三偉人たちの物語 モバイルスタンプラリー」の実施が延期となりました

広報みさとお知らせ版9月15日号の2ページに掲載した「埼玉三偉人たちの物語 モバイルスタンプラリー」につきましては、諸般の事情により、実施が延期となりました。

なお、スタンプラリーの開始日につきましては、専用サイトでご確認ください。

ご理解のほど、よろしく願いたします。

【問合せ】 埼玉県観光課 ☎048-830-3955

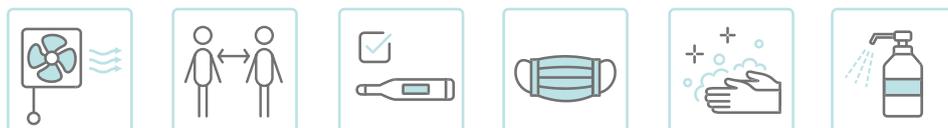


専用サイト

新型コロナウイルス感染症について、気を緩めず『新しい生活様式』を参考に、うつらない、うつさない、命を守る行動にご協力をお願いします。

## 日常生活での基本的な新しい生活様式

- ◇ まめに手洗い・手指消毒
- ◇ 外出時や屋内ではマスクの着用
- ◇ こまめに換気
- ◇ 人との間隔はできるだけ2 m（最低1 m）
- ◇ 「3密」（密集、密接、密閉）は避ける
- ◇ 毎朝体温、体調チェック、症状があれば自宅療養



## 各場面での新しい生活様式

### 【買い物では…】

- ・ 一人またはすいた時間で
- ・ 計画を立てて素早く済ませ
- ・ 通販も利用
- ・ 電子決済の利用
- ・ レジに並ぶときは前後にスペース
- ・ 展示品への接触は少なめに

### 【スポーツ、娯楽では…】

- ・ ウォーキングは少人数で、距離をとって
- ・ 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ・ 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- ・ 歌や応援は十分な距離かオンライン
- ・ 狭い部屋での長居は無用

### 【食事では…】

- ・ 対面でなく横並びで
- ・ 大皿は避けて、料理は個々に
- ・ 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- ・ お酌、グラスやおちょこの回し飲みは避けて
- ・ 持ち帰りや出前、デリバリーも

### 【冠婚葬祭などでは…】

- ・ 多人数での会食は避けて
- ・ 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない



## 仕事の場面での新しい生活様式

- ◇ テレワークやローテーション
- ◇ 時差通勤でゆったりと
- ◇ 会議、名刺交換はオンライン
- ◇ 対面での打ち合わせは換気とマスク





集団健診を受診できなかった

10月から

# 個別健診が始まります

## 年に1回は、健診を受診しましょう！



### 個別健診の3つのポイント！

1

#### 受診料無料



美里町では無料で受診できます！

2

#### 都合に合わせて 選べる受診日



実施期間は約5か月！  
期間中ならいつでも受診できます！

3

#### 選べる多くの 医療機関



49か所！

#### 診療受付

実施医療機関は、全部で49か所！  
自分に合った病院を自由に選べます！

## ～個別健診（特定健康診査等）を受診するには～

今年度も個別健診を実施します。対象となるかたには受診券を郵送しました。この機会にぜひ受診してください。

#### 対象者

- 今年度中に40歳～75歳になる美里町国民健康保険加入者
- 埼玉県後期高齢者医療制度の被保険者

#### 対象とならないかた

- 集団健診（8月実施）を受診したかた
- 予防検診（人間ドック、または併診ドック）の助成制度を利用したかた
- 受診時に美里町国民健康保険、埼玉県後期高齢者医療制度に未加入のかた

#### 実施期間

10月1日(木)～令和3年2月27日(出)

#### 実施医療機関

本庄市児玉郡内の指定医療機関  
(受診券と同封の一覧表記載の医療機関)

受診料  
無料

#### 受診までの流れ

- ①受診する日を決めてください。
- ②医療機関へ直接電話して申し込んでください。
- ③当日「受診券」と「保険証」を持参し受診してください。

問合せ＝住民福祉課 保険年金係 ☎76-1366

# 献血と同時に 骨髄バンクのドナー登録ができます

献血は少しの時間でできる、命を救うボランティアです。皆さまの温かいご協力をお願いします。

また、骨髄バンクのドナー登録が同時にできます。ドナー登録だけでも受け付けています。1人でも多くの患者さんの生命を救うため、併せてご協力をお願いします。

【開催日時】 10月29日(木) 午前9時30分～正午、午後1時15分～4時

【場 所】 美里町役場 防災倉庫西側駐車場

	200ml全血献血	400ml全血献血	骨髄ドナー登録
年 齢	16～69歳 男性：年間6回以内 女性：年間4回以内	男性：17～69歳 (年間3回以内) 女性：18～69歳 (年間2回以内)	・18歳～54歳 ・骨髄、末梢血幹細胞の提供の内容を十分理解しているかた
体 重	男性：45kg以上	50kg以上	男性：45kg以上
	女性：40kg以上		女性：40kg以上

※400ml全血献血をした場合、次回献血できるのは、男性は12週間後、女性は16週間後からです。

200ml全血献血をした場合、次回献血できるのは、男性・女性とも4週間後からです。

※65歳以上のかたの献血については、60～64歳の間に献血経験があるかたに限ります。

問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855

## 令和3年4月1日から スプレー缶（廃エアゾール製品など）の 排出方法が変わります。



スプレー缶（廃エアゾール製品など）は、不適切な場所（火気のある場所、風通しの悪い場所、屋内など）で穴をあけると危険な事故を招く恐れがあるため、現在の「使い切り穴をあける」方法から、「使い切り穴をあけない」方法へ変更します。

	出し方	分別	収集日	収集場所
現 状	内容物を使い切り <u>穴をあける</u>	不燃ごみ	月2回	不燃ごみ収集所
変更後	内容物を使い切り <u>穴をあけない</u>	収集ボックスに入れる	月2回	資源ごみ収集所

問合せ＝建設水道課 生活環境係 ☎76-5134



無料

## 「就労相談会」を実施します

就労に悩みをお持ちのおおむね50歳未満のかたや、そのご家族の無料相談会を開催します。

【相談日】 10月29日(木)・12月17日(木)

令和3年 1月28日(木)

【相談時間】 午後1時30分～3時30分

【場所】 美里町保健センター

【料金】 無料

【対象】 町内に在住しているおおむね50歳未満のかたおよびその家族

【事前予約】 無料相談を受けるには、事前予約が必要となりますので問合せ先までご連絡ください。

就職しても  
人間関係が  
うまくいかない

何から  
始めていいか  
わからない

自信がない



また、電話での就労相談も行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

※事前予約・電話相談の受付時間は、土日・祝日を除く午前9時から午後5時までです。

予約・問合せ＝企業組合労協センター事業団 ☎080-3759-6756

## 高齢者・障害者施設で 働きたいかたの 地域就職相談会を実施します

本庄市周辺の福祉施設が集まる就職相談会を開催します。

無資格・未経験で働ける職場もありますので、ぜひこの機会にご参加ください。



【相談日】 11月11日(木)

【相談時間】 ①正午～1時

②午後1時15分～2時15分

③午後2時30分～3時30分

【場所】 本庄市民文化会館 2階  
第2～4会議室

【料金】 無料

【申込み】 完全予約制、ご予約はホームページ（福祉人材センター）または電話

※電話での予約受付は、土日・祝日を除く午前10時から午後5時までです。

予約・問合せ＝社会福祉法人  
埼玉県社会福祉協議会福祉人材センター  
☎048-833-8033

10月19日(月)～25日(日)は行政相談週間

## ご存知ですか？ 行政相談委員

10月19日(月)～25日(日)は行政相談週間です。

町では、総務大臣から委嘱された行政相談委員が行政相談所を開設して、皆さまからの相談をお待ちしています。

役場の手続きなどについて、「分からない」「説明に納得できない」「処理が間違っているのではないか」などの苦情や要望を受け付けています。

### ■行政相談委員

関口富司男さん、井古田悦男さん

### ■行政相談日時（心配ごと相談）

10月16日(金) 午前10時～正午

※毎月第3金曜日に実施しています。

### ■費用＝無料

■場所＝美里町役場1階 第2・3会議室

■問合せ＝住民福祉課 戸籍福祉係

☎76-5132

総務省関東管区行政評価局でも相談を受け付けています。

### 「行政苦情110番」

☎0570-090110 FAX 048-600-2336





## 町長コラム

第141号

N H K が阪神・淡路大震災から25年後の2019年に実施した全国世論調査によると、建物の耐震化や家具の転倒を防ぐ対策は進んでおらず、飲み水などの家庭の備蓄は後退していること、大雨の際、レベル4に当たる避難勧告や避難指示が出されても「すぐには避難しない」が45%とのことです。

埼玉県から新たに示された想定しうる最大の雨量(24時間636mm)での浸水想定区域図を9月中旬に全戸に配布しました。予想はしていましたが、こんなにも浸水想定区域が増えるとは思いませんでした。

今年の台風19号では、多くのかたが避難所を利用しました。この時の雨量が444mmです。636mmでは河川の越水や決壊も想定されます。1時間当たりの平均雨量にすると約27mmに相当します。このような雨が長時間続くなれば、浸水想定区域にお住まいのかたで、特に、避難に時間がかかる高齢や障害のあるかたは、雨風が強くなる前の避難をお考えいただくようお願いいたします。

## あなたはその時、避難しますか？

毎年のように発生する河川の氾濫や土砂くずれにより、洪水ハザードマップで浸水が想定される区域で亡くなるかたが後を絶ちません。避難が遅れると家から出られません。大雨の予報で避難準備をし、避難情報で早めの避難をお願いします。

その際、このコロナ禍です。三密を避けるため、町の避難所を利用する前に、近くのお子さんや親戚、友人の家など、避難ができる場所を事前に確保しておきましょう。

ところで、そろそろインフルエンザの流行期に入ります。65歳以上のかたには、予防接種のご案内をいたしました。今年は、県の補助もあり無料接種となります。早めに、かかりつけのお医者さんなどで接種をお願いします。そして、気を緩めず、新型コロナにも「うつらない、うつさない」行動をお願いします。

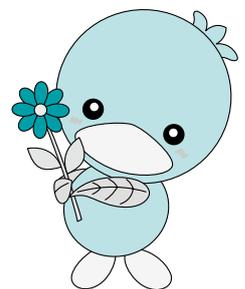


## 【相談無料】生活の困りごとをご相談ください！

### 秘密厳守

「生活が苦しい」「なかなか仕事が見つからない」「ひきこもりの家族のことが心配で…」など、生活に不安を抱えているかたは、一人で悩まず、まずは相談してください。

「どこに相談したらいいかわからない」かたも、まずは相談してみませんか。専門の相談員と一緒に課題を整理し、あなたと一緒に困りごとの解決に取り組みます。



### 電話相談

電話番号 048-577-6883 アスポート相談支援センター埼玉北部

開所時間 午前8時30分～午後5時

毎週月～金曜日（祝日、年末年始を除く）

### FAX／メール相談

FAX 048-577-6883   ✉ [jiritsu-kita@mirror.ocn.ne.jp](mailto:jiritsu-kita@mirror.ocn.ne.jp)



## 美里町指名競争入札経過および結果 (令和2年8月24日開札)

### 農業用排水路改修工事 (古郡地区)

工事場所：美里町大字古郡地内  
入札対象額：9,200,000円(消費税除く)  
契約額：9,790,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(株)sunakenn	8,900,000円	(株)sunakenn 落札価格： 8,900,000円 (消費税除く)
(有)久米組	8,940,000円	
(有)田島建材	8,950,000円	
長谷川建設(株)	9,015,000円	
(株)清水組	9,050,000円	
(有)島崎建材工業	9,100,000円	
(有)若山建設	9,260,000円	

### 農業用排水路改修工事 (南阿那志地区)

工事場所：美里町大字阿那志地内  
入札対象額：8,290,000円(消費税除く)  
契約額：8,965,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(有)島崎建材工業	8,150,000円	(有)島崎建材工業 落札価格： 8,150,000円 (消費税除く)
(有)田島建材	8,190,000円	
(株)sunakenn	8,305,000円	
(有)若山建設	8,440,000円	
(有)久米組	8,500,000円	

### 農業用排水路改修工事 (やぼり川)

工事場所：美里町大字下児玉地内  
入札対象額：4,960,000円(消費税除く)  
契約額：4,895,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(有)久米組	4,450,000円	(有)久米組 落札価格： 4,450,000円 (消費税除く)
(有)若山建設	4,730,000円	
(有)田島建材	4,800,000円	
(株)sunakenn	5,000,000円	
(有)島崎建材工業	一抜け	

### ため池 (4箇所) 耐震点検調査 (測量・地質調査) 業務委託

履行場所：美里町大字阿那志地内外  
入札対象額：15,370,000円(消費税除く)  
契約額：15,620,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(株)地研コンサルタンツ	14,200,000円	(株)地研コンサルタンツ 落札価格： 14,200,000円 (消費税除く)
(株)ジー・アイ・シー	14,370,000円	
川崎地質(株)北関東支店	14,424,000円	
東洋測地調査(株)本庄支店	14,600,000円	
光洋土質調査(株)桶川支店	14,900,000円	

### ため池 (摩訶池) 耐震点検調査 (測量・地質調査) 業務委託

履行場所：美里町大字広木地内  
入札対象額：9,280,000円(消費税除く)  
契約額：9,680,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(株)ジー・アイ・シー	8,800,000円	(株)ジー・アイ・シー 落札価格： 8,800,000円 (消費税除く)
東洋測地調査(株)本庄支店	9,000,000円	
光洋土質調査(株)桶川支店	9,000,000円	
川崎地質(株)北関東支店	9,023,000円	
(株)地研コンサルタンツ	一抜け	

### 町道1600号線外 道路復旧調査業務委託

履行場所：美里町大字白石地内  
入札対象額：5,567,000円(消費税除く)  
契約額：5,852,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(有)石井測量	5,320,000円	(有)石井測量 落札価格： 5,320,000円 (消費税除く)
(株)協同測地開発	5,350,000円	
(株)上武測地	5,390,000円	
井田起業(株)	5,400,000円	
(株)間正測量設計事務所	5,400,000円	
本庄測量設計(株)	5,440,000円	

### 町道1611号線 土砂流出防止調査業務委託

履行場所：美里町大字白石地内  
入札対象額：4,257,000円(消費税除く)  
契約額：4,422,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(株)協同測地開発	4,020,000円	(株)協同測地開発 落札価格： 4,020,000円 (消費税除く)
(株)間正測量設計事務所	4,100,000円	
(株)上武測地	4,100,000円	
井田起業(株)	4,150,000円	
本庄測量設計(株)	4,150,000円	
(有)石井測量	一抜け	

### 美里町下水道事業等地方公営企業法適用業務委託

履行場所：美里町内全域  
入札対象額：23,934,000円(消費税除く)  
契約額：21,780,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
日本水工設計(株)関東事務所	19,800,000円	日本水工設計(株) 関東事務所 落札価格： 19,800,000円 (消費税除く)
朝日航洋(株)埼玉支店	22,400,000円	
オリジナル設計(株)埼玉事務所	24,100,000円	
(株)日本インシーケ 埼玉支店	32,900,000円	
(株)東京設計事務所 関東事務所	41,000,000円	

### 町道1254号線 配水管布設工事

工事場所：美里町大字木部地内  
 入札対象額：5,310,000円(消費税除く)  
 契約額：5,555,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(有)市川電気商会	5,050,000円	(有)市川電気商会 落札価格： 5,050,000円 (消費税除く)
(有)鈴木水道工業所	5,100,000円	
(株)坂井住設	5,160,000円	
(有)へんみ設備	5,200,000円	
内田設備工事(株)	5,230,000円	

### 町道2463号線 配水管布設工事

工事場所：美里町大字木部地内  
 入札対象額：5,180,000円(消費税除く)  
 契約額：5,434,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(有)鈴木水道工業所	4,940,000円	(有)鈴木水道工業所 落札価格： 4,940,000円 (消費税除く)
(株)坂井住設	5,010,000円	
内田設備工事(株)	5,040,000円	
(有)へんみ設備	5,060,000円	
(有)市川電気商会	一抜け	

## 令和3・4年度 「競争入札参加資格審査申請」の受付について

物品・印刷・業務委託等の  
 「競争入札参加資格審査申請」  
 について

令和3・4年度に(本庄市・美里町・神川町・上里町)が発注する物品・印刷・業務委託等に係る入札に参加するには、入札参加資格審査申請を行い、「物品等競争入札参加資格者名簿」に登載される必要があります。登載を希望する事業者は次のいずれかの方法により申請を行ってください。

#### ●児玉郡市合同受付

1回の手続きで、本庄市、美里町、神川町及び上里町の4団体に申請することができます。

※児玉郡市広域市町村圏組合および本庄上里学校給食組合は、合同受付に含まれません。

#### 【郵送による申請受付】

申請方法Ⅱ郵送  
 ※会場を設けての持参による受付は行いません。

受付期間Ⅱ10月26日(月)～11月30日(月)  
 (当日消印有効)

送付先Ⅱ〒367-8501 本庄市本庄3-5-3 本庄市役所 財政課  
 ※封筒の表に「令和3・4年度児玉郡

市合同受付」と朱書きしてください。  
 ※「申請の手引」は、10月1日(木)から美里町役場総合政策課まち創生係窓口で配布します。(美里町ホームページからダウンロードもできます。)

#### ●単独受付

美里町のみ申請を希望する事業者は、次の日程で申請してください。  
 申請方法Ⅱ郵送または持参

郵送受付期間Ⅱ令和3年1月4日(月)～31日(日)

送付先Ⅱ〒367-0194 児玉郡美里町大字木部323-1 美里町

役場 総合政策課 まち創生係

※封筒の表に「令和3・4年度入札参加資格審査申請」と朱書きしてください。

持参受付期間Ⅱ令和3年2月1日(月)～3日(水) 受付時間は午前9時～午後5時 美里町役場 総合政策課 まち創生係窓口

※書類提出のみとなります。その場で書類不備などの審査は行いません。

※「申請の手引(単独受付分)」は、美里町役場総合政策課まち創生係窓口で配布します。(美里町ホームページからダウンロードもできます。)

問合せⅡ総合政策課 まち創生係  
 ☎76-1114

## 児玉郡市広域市町村圏組合 「競争入札参加資格審査申請」 の受付について

児玉郡市広域市町村圏組合では、令和3・4年度発注分に係る競争入札参加資格申請【建設工事、設計・調査・測量、物品・印刷・業務委託等】の受付を行います。

埼玉県電子入札共同システムおよび児玉郡市合同受付には参加していません。登録を希望する事業者は、次のとおり申請を行ってください。

#### 申請方法Ⅱ郵送

※会場を設けての持参による受付は行いません。

受付期間Ⅱ11月2日(月)～30日(月)(当日消印有効)

送付先Ⅱ〒367-0024 本庄市東五十子151-1 児玉郡市広域市町村圏組合 総務課

※封筒の表に「競争入札参加資格審査申請【申請業種(建設工事、設計・調査・測量または物品・印刷・業務委託等)】と朱書きしてください。

※申請の手引きなどは、10月1日より児玉郡市広域市町村圏組合総務課で配布します。(組合ホームページからダウンロードもできます。)

問合せⅡ児玉郡市広域市町村圏組合 総務課  
 ☎27-2241

# 消費生活相談Q&A

定額サービスなどの  
加入申請は慎重に！



### 【事例1】

久しぶりに、ここ数か月分のクレジットカードの明細を見ると、毎月2千円の引き落としがされていた。動画配信サービスの月額料だ。半年前に「31日間視聴無料」という広告を見て会員登録したが、無料期間終了前に解約したはずだ。

### 【事例2】

2週間無料の電子漫画サービスに登録申請をしたが、登録完了のメールが届かなかつたので、もう一度申請しなおした。後日、解約したはずなのに何か月も請求があり、調べると、初めの登録申請はメールアドレスの入力ミスのため完了メールは届かなかつたが登録はできていた。解約できていたのは、やり直しをした2回目の申請分だけで、初めの申請分の契約は継続していた。

### 【事例3】

ポータルサイトの有料会員を解約したいが、IDを忘れてしまった。そのサイトにログインできないので、解約も相談もできない。どうしたらよいか。

事例のように月額料金などの定額を支払うことにより、契約期間中、商品やサービスの利用が可能となるサービスをサブスクリプション・サービスといいます。商品の種類も増えつつあ

るサービスですが、契約や解約についての相談が寄せられています。

解約したはずなのに請求が続く理由として、

「二度の契約手続きで複数のサービスに同時加入していて、解約はサービスごとにするとは知らなかった」「登録時の入力ミスや以前に登録していたことを忘れ、多重に契約（IDやアカウントを取得）していたが、解約は1つしかしていなかった」「専用アプリを削除すれば解約になると思っていた」など、解約が正しくできていなかったことがあげられます。

契約内容・解約方法が分かりにくいほか、解約しようにも事業者と連絡が取れないといったトラブルも起きており、事業者の対応の改善が求められる一方で、消費者の確認不足によるトラブルも散見されるので注意が必要です。

### 【消費者へのアドバイス】

- ・ 契約の内容、解約方法、事業者の連絡先などを契約前に確認しましょう。
- ・ ユーザー情報の入力には慎重に行い、IDやパスワード、登録した情報（住所やメールアドレスの変更など）はしっかり管理しましょう。
- ・ まめに引き落とし口座の履歴やクレジットカードの明細を確認しましょう。

### ■困ったときの相談窓口は…

消費者ホットライン

☎1888（「1888泣き寝入り」と覚えてください）

消費生活支援センター熊谷

☎048・524・0999

役場『消費者相談窓口』

☎76・5133（農林商工課内）

## みさと文芸

俳句と短歌を募集中！毎月5日まで  
に総合政策課へお届けください

### 短歌

つかの間の晴日になける蟬達の 儂くせつない雨の七月

清水ミヨ子

血圧体重体温温朝はかり 家に籠ったコロナ禍の夏

原 武久

雲間よりいでし太陽力の強し 早朝散歩心地良きかな

小林カツ子

残暑なりセミの合唱夕べには 虫のすだく音初秋忍びぬ

福島恵美子

再会の喜びありて声かけしは 旧姓なりし我もあなたも

堀内 英子

「慶んで出席させていただきました」 その日を想い返信送る

原田 淳子

今何歩さわやか挨拶気分よし めげず続くか猛暑のなか

有馬 康博

たらたらと流れる汗をぬぐいどり いざ！断捨離まだまだ続く

有馬 千代

夜9時に喧しくて虫時雨 蜜のことは気にしないのね

丸山 好子

夕立の通りしあとの暮れ方を ほおずき色に染める空あり

中里 合江

俳句・短歌の投稿には、住所・氏名・連絡先・ふりがな等を必ず明記してください。



## お知らせ

「募集イベント」「お知らせ」など  
暮らしに役立つ情報をお届けします。

本庄市と早稲田大学の共同開設

## 本庄早稲田の杜ミュージアム開館

本庄早稲田の杜ミュージアムは、本庄市と早稲田大学が所蔵する豊富な資料を活用し、共同で開設するミュージアムです。

ミュージアムでは、本庄市内出土の考古資料や早稲田大学が所蔵するオセアニア民族造形美術品をはじめとする文化財を最新の研究成果とともに公開します。

子どもから大人まで楽しめるミュージアムです。ぜひご来館ください。

開館日 10月15日(木)から

開館時間 11時前9時～午後4時30分

※10月15日の開館日は午後3時から7時まで一般公開。

休館日 11月曜日(休日の場合は翌日)・年末年始(12月28日～1月3日)

入館料 無料

場所 11早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター1階

歴史展覧会の開催

## 地域連携展覧会2020 同時開催

本庄市・美里町・神川町・上里町・深谷市・早稲田大学が連携し「室町・戦国期の児玉・深谷地域」と題し、各地域から出土した考古資料を展示します。

開催期間 10月15日(木)～12月20日(日) ※開館時間・休館日は本庄早稲田の杜ミュージアムと同じ。

入館料 無料

会場 11早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター2階 情報資料室

※新型コロナウイルス感染症への感染対策をしてご来館ください。また、状況により入場をお待ちいただく場合があります。

問合せ 11本庄早稲田の杜ミュージアム ☎71・6878



手話通訳者試験対策講座の開催

## 『手話通訳者全国統一試験』受験のための試験対策講座

本庄社会福祉協議会では、児玉郡市内在住で聴覚障害者福祉活動に携わり、次のいずれかに該当するかたを対象に試験対策講座を開催します。

対象 ①手話通訳者養成講座を修了したかた、または同等の技術・知識を有するかたで、児玉郡市手話通訳者として活動する意思のあるかた

②児玉郡市手話通訳者として活動しているかた

定員 10名

日時 11月5日(木)～26日(木)の毎週木曜日(全4回) 午前10時～正午

場所 11本庄市市民活動交流センター(はにぼんプラザ)

講師 11本庄市児玉郡広域聴覚障害者福祉協会会員および本庄市児玉郡広域手話通訳問題研究会会員

申込期限 10月21日(木)まで

申込方法 11本庄社会福祉協議会に

電話または直接窓口へ

問合せ 11本庄社会福祉協議会

☎22・7275

国家を守る、公務員

## 2020年度 自衛官募集案内

自衛隊埼玉地方協力本部では防衛医科大学校医学科学生および自衛官候補生を募集します。

募集職種 ①防衛医科大学校医学科学生

②自衛官候補生

受付期限 ①10月7日(木)まで

②10月22日(木)まで

受験資格 ①18歳以上21歳未満のかた。

②18歳以上33歳未満のかた(32歳のかたは、採用予定月の末日現在、33歳に達していないかた)。

試験日 ①10月24日(土)・25日(日)

②10月30日(金)または31日(土)

※②はいずれか1日を指定します。

入隊時期 ①令和3年4月上旬

②令和3年3月下旬～4月上旬

※②は右記の他に設定する場合があります。

その他 11自衛官候補生の募集については、一部期日などで変更がある場合があります。詳しくは、

お問合せください。

問合せ 11自衛隊埼玉地方協力本部

熊谷地域事務所

☎048・522・4855



こだまの空を飛ばぼう

## ドローンフィルムコミッション開催

ドローンを活用し、上空交通の要衝として発展した地域の未来予想動画を作成・配信します。また、ドローンでの空撮を駆使したこの地域の魅力を伝える動画作品を公募し、芸術性や広報力を競い合う動画コンテストを併せて開催します。

配信期間 11月8日(日)～15日(日)

問合せ 〓(公社)こだま青年会議所

特別事業実行委員会 目黒

☎090・6145・8356

令和2年10月1日から

## 埼玉県最低賃金の改正のお知らせ

10月1日から埼玉県最低賃金は時間額928円(引上げ額2円)となりました。

埼玉県最低賃金は、賃金の最低限度を定めるもので、年齢や雇用形態に関係なく、パートや学生アルバイトを含め、県内の事業場で働く全ての労働者に適用されます。使用者も、労働者も、最低賃金が1時間当たり928円以上かどうか

か必ず確認しましょう。

※一部の産業には、特定(産業別)最低賃金も適用されます。

問合せ 〓埼玉県労働局労働基準部賃

金室

☎048・600・6205

熊谷労働基準監督署

☎048・533・3611

ちょっと困ったときに

利用してみませんか?

元気で安心!

ふれあいサービス

ご利用ください

この事業は、日頃抱えている不憫なことをボランティアさんにお手伝いをしていただくことにより解消し、いつまでも元気で安心した生活が送れるように、支援するものです。例えば:ごみ出し・窓ふき・掃除・買物・話し相手など

サービスの利用をしたら:ボランティアさんへ感謝の気持ちとして「みさと元気チケット(商工会商品券)」を渡していただきます。

1時間程度の利用でチケット1枚(500円)が目安です。

※ボランティアの募集もしています。

◎簡単なお手伝いが中心です。あなたに出来る支援をお願いします。

◎ボランティアをする感謝の気持ちとして「みさと元気チケット(商工会商品券)」が受け取れます。

問合せ 〓美里町商工会

☎76・0144

申請が必要です

## 地域歳末たすけあい援助金

社会福祉協議会では、新年を迎えるにあたり、支援を必要とする人たちが安心して暮らすことができるよう、地域と連携を図りながら、支援活動を実施します。

支援(援助金)を希望するかたは申請が必要です。

対象者 〓美里町内に居住し、次の

- ① 〓③のいずれかに該当するかた(世帯)

① 住民税非課税世帯。ただし、生活保護を受けているかた(世帯)および施設等入所者は除く。

② 災害被災(火災など)されたかた(世帯)

③ 課税世帯ではあるが、事故や病気などの具体的理由により、所得が皆無となったため、生活が著しく困難となったかた(世帯)

申請方法 〓 申請書は、社会福祉協議会・役場住民福祉課 戸籍福祉係の窓口や民生委員宅にあ

ります。申請書に必要事項を記入・押印のうえ、地区の担当民生委員へ提出してください。担当民生委員がわからない場合は、社会福祉協議会に確認してください。なお、申請内容を調査した結果を通知します。

申請期間 10月19日(月)～11月13日(金)  
援助金額 〓 今年度の募金額と申請件数を考慮のうえ、配分委員会で決定し、12月下旬に配付する予定です。

問合せ 〓美里町社会福祉協議会

☎76・3601

## 戸籍の窓口

(敬称略)

この欄に掲載を希望されないかたは届出時に窓口または総合政策課へお申し出ください。

人口と世帯 ( )内は前月比です

(9月1日現在外国籍のかたも含みます)

人口 11,117人 (-18人)

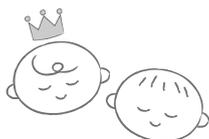
男 5,625人 (-9人)

女 5,492人 (-9人)

世帯 4,461戸 (-3戸)

## 8月届出分 お誕生おめでとう

名前	(世帯主)	行政区
深田 昂聖	(和也)	関
沢野 蒼介	(建太)	南阿那志
古宇田 翠	(聡)	北阿那志
清水 知那	(浩)	駒衣



## 8月16日～9月15日届出分 お悔やみ申し上げます

名前	(世帯主)	行政区
井上 廣光	(春江)	根木
荻野 せひ	(廣治)	北阿那志
櫻澤 實	(福子)	南十条
関根 忠彦	(サヨ子)	南十条
藤野 幸吉	(今朝男)	南十条
安齋 礼子	(沙織)	沼上
町田 安茂	(充)	沼上
新井 富壽雄	( - )	広木
加藤 正一	(雄司)	広木
齊藤 住子	( - )	広木
鈴木 茂	(薫)	広木
関口 正一	(康雄)	中里
小笠原 静江	( - )	小栗

### 警察とみんなを結ぶ2つの「ホットライン」

1つは、皆さんがよく知っている「110番」。もう1つが「警察相談専用電話『#9110』」です。

緊急ではないが警察に相談したいことがある、という場合は『#9110』へ。

\*24時間受付(夜間および土曜日・日曜日・祝日・年末年始は当直対応となります。)

■プッシュ回線：#9110

■ダイヤル回線：☎048-822-9110

### ○大人の救急電話相談・小児救急電話相談 (全国共通ダイヤル#7119で365日、24時間実施)

急な病気やけがに関して、看護師の相談員が医療機関を受診すべきかどうかなどをアドバイスしますので、判断に迷ったときはお気軽にお電話ください。

■相談時間=毎日24時間

■電話番号=#7119 ☎048-824-4199

(ダイヤル回線、IP電話、PHSをご利用の場合)

※次の番号からも電話をかけられます。

○大人の救急電話相談 #7000

○小児救急電話相談 #8000

または ☎048-833-7911

※利用上お願い

この電話相談は医療行為ではなく、電話でのアドバイスにより、相談者の判断の参考としていただくものですので、あらかじめご理解のうえご利用ください。

■問合せ=埼玉県保健医療部医療整備課

☎048-830-3559

### ○医療機関情報の問い合わせ(24時間)

救急車を呼ばなくても病院へ行くことができる場合は、児玉郡市広域消防本部指令課(☎24-1119)で医療機関の情報をご案内します。

### ○在宅当番医療機関 ▶診療時間 午前9時～正午

休日の急患診療は、郡市内医療機関が輪番で行っています。

月日	医療機関名	電話番号
10月4日(日)	恵南クリニック	☎24-0008
10月11日(日)	したら眼科クリニック	☎33-8333
10月18日(日)	本庄皮膚科医院	☎22-3233
10月25日(日)	児玉清水クリニック	☎72-7543
11月1日(日)	上武病院	☎21-0111
11月3日(火祝)	鈴木外科病院	☎72-1235
11月8日(日)	関根内科外科医院	☎77-7667
11月15日(日)	はにぼんクリニック	☎22-3596

※当番医は変更になる場合がありますので、確認してからお出かけください。

### ○休日診療

休日の軽症の内科系診療は、本庄市児玉郡医師会医師により本庄市保健センター内の休日急患診療所で行っています。受診するときは健康保険証をお忘れなく。

☎23-3322 診療科：内科系疾患

診療時間 午前9時～午後4時(正午～午後1時除く)  
午後7時～10時(受付：9時45分まで)

住所 本庄市北堀1422-1(本庄市民文化会館隣)

### ○平日夜間診療

毎週木曜日に、休日急患診療所で内科系疾患の夜間診療を行っています。

☎23-3322 診療科：内科系疾患

診療時間 毎週木曜日 午後8時～10時

(受付：9時45分まで)

※木曜日が祝日・年末年始(12月30日～1月3日)にあたる場合の診療時間は、休日診療と同じです。



## 新しい本を紹介します。

### 一般書

#### 『漣のゆくえ とむらい屋岷太』



梶よう子/著  
徳間書店

ここに集まった者は、なにかを抱え持っている。それは苦しみであり、胸が張り裂けるほどの悲しみである。死者が残した未練や無念、生者が抱えた哀惜や苦悩を描くとむらいの物語、第2弾。

#### 『いのちを長持ちさせるひとさじの油』



オメガ3と子/著 守口徹/監修  
アスコム

毎日スプーン1杯の油が体や脳の不調を改善し、いのちを長持ちさせる! えごま油、アマニ油、チアシードオイルなど、オメガ3系の油の効能と摂り方を解説。オメガ3を取り入れたレシピや、油についてのQ&Aも収録する。

#### 『夜の向こうの蛹たち』

近藤史恵/著 祥伝社

美人作家として話題の新人・橋本さなぎの処女作に衝撃を受けた、小説家の織部妙。だが、文学賞のパーティで対面した橋本の完璧すぎる受け答えに、なぜか幻滅してしまい…。

#### 『おべんとうの時間がきれいだった』

阿部直美/著 岩波書店

家族なんてくそくらえ、湿っぽいお弁当なんて開けたくない…。お弁当ハンター・阿部了との夫婦コンビで、文を担当する著者がANA機内誌『翼の王国』の人気連載「おべんとうの時間」が誕生するまでの家族の軌跡をたどる。

### 児童書

#### 『はなげせんぱい』

杉江勇吾/ぶん 花田栄治/え 文芸社



小学生の男の子「けいごさん」の鼻の穴の中を守るのは、たくさんの鼻毛たち。ベテランの鼻毛・ゲンさんは、後輩たちに鼻毛のあるべき姿を教えているが、ある日けいごさんがデートをすることになり…。

#### 『魔女のうらないグミ』

草野あきこ/作 ひがしちから/絵 PHP研究所



弟のリユウタに大切なキーホルダーを失くされて怒ったタケルは、リユウタが嫌がることばかりでくる「うらないグミ」をつくりました。リユウタが箱をふると「病院にいくよ」というグミが出てきて…。

#### 『ぞうのエルマー さがしえブック』

デビッド・マッキー/さく 文溪堂

さあ、ぞうのエルマーといっしょに、探し絵で遊ぼう! 簡単なものから大人もちょっと手こずるものまで、デビッド・マッキーの鮮やかな色彩を楽しみながら、親子で遊べる探し絵絵本。クイズも収録。

#### 『ペンダーウィックの四姉妹4 春の嵐』

ジーン・バーズオール/著 代田亜香子/訳 小峰書店

リディアが生まれて、8人家族となったペンダーウィック家。パーティは家族に特別なサプライズをしようと計画していた。ところが嬉しくない驚きのせいで、計画はガラガラと崩れ去り…。家族の絆を描くシリーズ第4弾。

問合せ＝森の図書館 ☎75-2055

開館時間 平日：午前10時～午後6時 土日祝日：午前10時～午後5時

※休館日…毎週月曜日、10月30日(金)【整理日】

※詳しい運営などについては、町ホームページをご確認ください。



ホームページ  
QRコード



健康ポイント事業

対象事業

## 行政区別 推奨歩数達成率

行政区別の推奨歩数達成率は以下のとおりです。  
引き続き、健康維持に努めましょう。

(集計期間：7月1日～31日)

行政区	参加者数	推奨歩数達成率
根木	94	35.1%
関	216	28.7%
南阿那志	124	32.3%
北阿那志	118	28.8%
小茂田	235	35.3%
下児玉	134	26.1%
北十条	102	43.1%
南十条	75	28.0%
沼上	193	32.1%
広木	174	23.6%
駒衣	204	26.5%
木部	143	23.1%

行政区	参加者数	推奨歩数達成率
古郡	133	26.3%
甘粕	140	33.6%
中里	62	27.4%
湯柘	48	33.3%
野中	100	21.0%
小栗	37	24.3%
猪俣	118	28.8%
湯本	82	31.7%
大仏	108	22.2%
白石	70	28.2%
円良田	50	32.0%

推奨歩数 65歳以上 7,000歩  
65歳未満 8,000歩

問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855



ワンポイント  
手話講座 ②11

～気持ち～

腹を指した人差し指を回転させる



(出典：わたしたちの手話(5)  
／(一財)全日本ろうあ連盟発行)

## お手軽クッキング 234

### 白身魚のきのこマヨネーズ焼き



#### 作り方

- ①白身魚はAで下味をつける。
- ②きのこは石づきを除く。しめじは小房に分け、えのきたけは長さを半分に切ってほぐし、しいたけと玉ねぎは薄切りにする。
- ③鍋にバターを入れて熱して②をいため、とり出す。さまして、マヨネーズを加えて混ぜる。
- ④①を天板に並べ、③をのせて180℃のオーブンで10分焼く。
- ⑤にんじんは厚めの輪切りにし、鍋に入れて⑥とひたひたの水を加えてつやよく煮る。仕上げにバターを加える。
- ⑥器に④を盛り、⑤を添える。

協力：美里町食生活改善推進員連絡協議会

※食改会員さんを募集しています。  
詳しくはお問い合わせください。

[問合せ] 保健センター  
健康増進係 ☎76-2855

#### 材料 (4人分)

白身魚(1切れ80g) … 4切れ  
 塩 …… 2つまみ  
 A [ こしょう …… 少々  
     酒 …… 小さじ1  
 しめじ …… 60g  
 えのきたけ …… 40g  
 しいたけ …… 20g  
 玉ねぎ …… 40g  
 バター …… 小さじ1/2  
 マヨネーズ …… 大さじ4  
 にんじん …… 120g  
 B [ 塩 …… ひとつまみ  
     砂糖 …… 小さじ1  
 バター …… 小さじ1/2  
 オープンシート

各地区公民館にて毎月1回運動の

# 個別指導 & 体組成測定を実施します!



## 対象者



膝の痛みがとれない



眠れない



階段上り下りが大変



運動のやり方がわからない

健康であるために、どのような運動をすればいいのかを学び、個人ごとに運動の目標を立てて半年間、運動をしてみませんか？

- ▶ 対象者 町内在住で運動制限のないかた
- ▶ 定員 30人 (A・Bコース各15名)
- ▶ 場所 コミュニティセンター 第1会議室
- ▶ 申込方法 保健センターへ電話申込み (先着順)
- ▶ 申込期間 10月5日(月)から
- ▶ 持ち物 タオル、飲み物、ヨガマット
- ▶ 日程 下記のとおり

※申込みの際はコース名と時間をお伝えください。

	10月	11月	12月	1月	2月	3月
Aコース	19日(月)	16日(月)	24日(木)	28日(木)	25日(木)	25日(木)
Bコース	26日(月)	27日(金)	25日(金)	29日(金)	26日(金)	26日(金)

### 【午前】

- ① 9時～
- ② 9時20分～
- ③ 9時40分～
- ④ 10時～
- ⑤ 10時20分～
- ⑥ 10時40分～
- ⑦ 11時～
- ⑧ 11時20分～
- ⑨ 11時40分～

### 【午後】

- ⑩ 1時～
- ⑪ 1時20分～
- ⑫ 1時40分～
- ⑬ 2時～
- ⑭ 2時20分～
- ⑮ 2時40分～

## ミムリン 健幸ポイント

1回参加で  
**100ポイント!!**  
最大**600ポイント!!**

参加費  
無料

体組成測定  
(毎月測定)

おうちで  
運動

個別指導  
(毎月15分)



講師 菅野 隆氏  
健康運動指導士  
ヘルスケアトレーナー  
心理相談員

## ミムリン健幸ポイント事業参加者の皆さまへ

令和元年度分のポイントの交換および抽選会については、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため中止といたします。なお、11月上旬に令和元年度分のポイントに応じた景品(みさと元気チケット)を郵送にて送付させていただきます。

申込み・問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855

## 災害時における電動車両等の支援 に関する協定の締結

埼玉三菱自動車販売株式会社  
三菱自動車株式会社



7月27日(月)、埼玉三菱自動車販売株式会社、三菱自動車株式会社と「災害時における電動車両等の支援に関する協定」を締結しました。

この協定は、町内で災害が発生した際に、電動車両の貸与を受け、非常用電源として活用するなど、有効に活用するためのものです。

## 立て看板の設置ならびに 安全パトロールを実施しました 美里町地域防犯推進委員連絡会



7月27日(月)、美里町地域防犯推進委員連絡会では、児玉警察署と本庄地方防犯協会の協力のもと、防犯用立て看板の設置と安全パトロールを行いました。池や川の付近には危険を知らせる看板を設置しました。

美里町地域防犯推進委員連絡会は、これからも地域の安心、安全のために活動していきます。

## 災害時における応急対策の協力 に関する協定の締結

埼玉土建一般労働組合本庄支部



8月26日(水)、埼玉土建一般労働組合本庄支部と「災害時における応急対策の協力に関する協定」を締結しました。

この協定は、町内で災害が発生した際に、被災した建物等の補修などの災害応急業務に、迅速かつ的確に対応することを目的としています。

## 有効に活用させていただきます 町内小中学校に雑巾の寄付 美里町商工会女性部



9月7日(月)、美里町商工会女性部から、町内小中学校に手作り雑巾200枚の寄付をいただきました。

町内小中学校を代表して、大沢小学校の関口校長に手渡され、その後、各小中学校に50枚ずつ配布されました。

誠に、ありがとうございました。

おめでとうございます

# はじめの誕生日 満1歳

**お知らせ** 12月に満1歳の誕生日を迎えるお子さんの受け付けをしています。10月30日(金)までに総合政策課へご連絡を！

えはら ゆうき  
**江原 夢輝ちゃん (関)**

(令和元年10月1日生)

ゆーくん1才のお誕生日おめでとう♡お兄ちゃんと一緒に元気に笑顔いっぱい楽しく成長してね！



なかざと しゅう  
**中里 秀ちゃん (木部)**

(令和元年10月29日生)

ニコニコ笑顔のしゅう君。毎日幸せな気持ちにさせてくれてありがとう♡これから元気にいっぱい健やかに成長してね♡



## 中止・延期が決まった10月の行事

9月25日(金)現在

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
<p>10月に予定されていた行事の中で、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止・延期が決まったものをお知らせします。</p> <p>※中止・延期の旨が記載していない事業につきまして、今後の状況で中止または延期になる可能性があります。</p>				<p>1</p> <p>美里中学校開校記念日</p>	<p>2</p> <p>3歳児健診</p>	<p>3</p>
<p>4</p> <p>森の図書館休館 第37回美里町民体育祭 <b>中止</b></p>	<p>5</p> <p>森の図書館休館 遺跡の森館休館 松久小学校就学時健康診断 大沢小学校就学時健康診断</p>	<p>6</p> <p>無料法律相談 脳の元気度チェック &amp; 相談会 東児玉小学校個人面談 (~14日)</p>	<p>7</p> <p>大沢小学校6年生修学旅行 (~8日) 10月8日に変更 ひとり暮らし高齢者配食サービス <b>中止</b></p>	<p>8</p> <p>窓口業務延長日(19時15分まで) 大沢小学校6年生修学旅行(日帰り)</p>	<p>9</p> <p>松久小学校生活科・社会科見学(1~5年生) 大沢小学校生活科・社会科見学(1~4年生)</p>	<p>10</p>
<p>11</p>	<p>12</p> <p>森の図書館休館 遺跡の森館休館 東児玉小学校就学時健康診断</p>	<p>13</p> <p>脳の元気度チェック &amp; 相談会</p>	<p>14</p>	<p>15</p>	<p>16</p> <p>乳児健診 東児玉小学校生活科・社会科見学(1~5年生) 大沢小学校生社会科見学(5年生) 心配ごと相談</p>	<p>17</p> <p>関の獅子舞(予定) <b>中止</b></p>
<p>18</p> <p>関の獅子舞(予定) <b>中止</b></p>	<p>19</p> <p>森の図書館休館 遺跡の森館休館 民生・児童委員定例会</p>	<p>20</p> <p>脳の元気度チェック &amp; 相談会</p>	<p>21</p> <p>粗大ごみリクエスト収集受付締切 ひとり暮らし高齢者配食サービス</p>	<p>22</p> <p>小学校芸術鑑賞会 <b>中止</b> 小学校6年生スポーツ交流会 <b>中止</b></p>	<p>23</p> <p>農業委員会総会 東児玉小学校学校公開日 <b>中止</b></p>	<p>24</p> <p>第37回町民祭 <b>中止</b> 文化祭 東児玉小学校学校公開日 <b>中止</b></p>
<p>25</p> <p>窓口業務日曜開庁日(午前中) 第37回町民祭 <b>中止</b> コミュニティまつり 健康まつり 文化祭・芸能まつり</p>	<p>26</p> <p>森の図書館休館 遺跡の森館休館 農業委員会総会(新農業委員) 粗大ごみリクエスト収集 東児玉小学校振替休業日 <b>中止</b></p>	<p>27</p> <p>脳の元気度チェック &amp; 相談会</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p> <p>森の図書館休館 美里中学校合唱コンクール <b>中止</b></p>	<p>31</p> <p>松久小学校学校公開日 日程・内容変更 大沢小学校花咲祭り学校公開日 <b>中止</b></p>