

挑戦×原動力×輪



特集：挑戦×原動力×輪

～エゴマがもたらしたもの～

- ・乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症健診（集団検診）の予約受付中（6ページ）
- ・舞の海秀平さんがやって来る!!（8ページ）

挑戦 Challenge

地域活性化のために
新たな特産品を生み出し
遊休農地対策を



美

里町では、地域活性化のため、ブルーベリーに続く新たな特産品の生産を考えていました。そんな中、様々な健康効果があると言われる「エゴマ」に出会います。

遊休農地対策

町内では、農業を営む世帯の高齢化や後継者不足により、使われなくなった田や畑（遊休農地）の増加という問題を抱えています。その中でも中山間地にある円良田地区は、高齢化や後継者不足に加え、イノシシやシカなどの獣害の問題も深刻であり、遊休農地は増加の一途をたどっていました。

町では、シソ科の植物でイノシシやシカなどの獣害を受けにくい「エゴマ」に着目し、平成27年5月に栽培講習会を開催しました。その翌年4月、円良田地区の住民により「円良田EGOMAクラブ」が発足され、地区内で20年以上手付かずだった遊休農地が再生され、エゴマの共同生産が始まりました。



エゴマとは？

一年草のシソ科植物で、青シソ（大葉）と良く似た葉をしています。エゴマの実に含まれるα-リノレン酸は、生活習慣病（高血圧、心筋梗塞など）の予防に効果があるといわれ、注目されています。

エゴマの活用

エゴマの実…

◎ごはんやおかず振り掛けて食べる。

※すり潰して振り掛けるとより風味を楽しめます。

◎エゴマの実をすり潰し、搾油したものの（エゴマ油）を毎日小さじ1杯程度、そのまま飲む。または、サラダやおかずなどにかけて食べる。

エゴマの葉…

◎焼き肉などを巻いて食べる。

1日小さじ一杯の習慣

エゴマ油からは、現代の食生活で不足しがちなα-リノレン酸を少量で摂取することができます。

まずは、1日小

さじ一杯のエゴマ油を習慣にしてみたいかがでしようか！



豊

かな自然や強くて優しい人とのつながりがある一方、高齢化や獣害といった深刻な問題も抱えている円良田地区。その地域を大切に想いだだひたむきに向き合う人たちがいます。

次の世代に渡せるものを!!

それが原動力

「自分たちが子どもだったころは円良田地区にも多くの水田がありお米を作っていた。世代交代のタイミングで辞める世帯が増え、畑はシノや樹木が茂るジャングルのような状態だった」と語るのは円良田EGOMAクラブ代表の田島國利さん。

田島さんは、生まれ育った円良田地区の様子が変わっていくのを見て「仕方がない」と思う反面、何もできないことに歯がゆさを感じていました。

4年前、町が開催したエゴマの栽培講習会に出席した際に、「獣害を受けにくく遊休農地を活用できるなら」と地域住民と協力して共同でエゴマの生産を行うことを決意したそうです。

今、以前のジャングルのような畑

がきれいなエゴマ畑になった様子を見て「この畑をきれいなまま次の世代に渡したい。それが今の私の原動力のひとつ」と力強く語る田島さん。

加工品などの

アイデアを生み出す

「エゴマとブルーベリーとあんずのアイスができたよ!」

まだ梅雨の明けない7月のある日、そう言って嬉しそうに役場を訪れた田島さん。円良田EGOMAクラブ代表とは別に円良田特産センターの運営にも携わっている田島さんは、「特産センターで販売するものを増やし、地域が元気になる方がいい」とエゴマなどを使用したアイスを作ったそうです。今は特産センター内に加工場を作る手続きに追われています。

これから

「テレビや新聞などで美里町産のエゴマが取り上げられ、想像してないほど人気となった。今後は円良田地区だけでなく美里町全体でエゴマを栽培する人が増えればいいな」と目を輝かせながら語ってくれました。

原動力

次の世代に

渡せるものを残したい

「きれいな畑と元気なまち」



円良田EGOMAクラブ
代表 田島國利さん

新たに生まれた輪を
大切にしたい



森田カツ江さん

健康にいいと聞いて、町のエゴマ栽培講習会が開催されるより前からエゴマを栽培していました。こんなに美里町産のエゴマが有名になるとは思いませんでした。エゴマは私に貴重な経験と新たな仲間をくれました。円良田EGOMAクラブに入ったことで、同じ地区に住んでいても今まであまり話したことのない人と交流を持つことができました。新たに生まれた地域の輪の中に居ることが幸せです。

楽しみ・喜びを分かち合いながら 健康に



相馬純子さん

円良田EGOMAクラブに入って、エゴマの栽培やエゴマ油の製造で体を良く動かすようになったので前より健康で元気になりました。草むしりや収穫作業など、手間がかかり大変な作業ばかりですが、強制ではないので気を張らずにでき、これまで辞めようと思ったことは一切ありません。みんなと試行錯誤しながら笑い合って喜び合ってこれからも円良田EGOMAクラブで活動していきたいです。

栽培の大変さや
収穫の喜びを若い人に



小林 米さん

エゴマは、栽培から加工の作業がほとんど手作業で大変なんです。夏は猛暑の中、メンバーで協力して草むしりを行います。しかし、熱中症予防のため短時間の作業を心がけているので全ての畑に手が回らず除草できない畑もあります。それでも苦勞して育てたエゴマを収穫したとき「ザラザラ」と実が沢山採れた音がするととてもうれしいです。若い人にもこの収穫の喜びを体験してもらいたいです。



地域のつながりが生まれ
手を取り合って
円良田地区にできた新たな輪

輪

強い想い ―みんながずっと健康でいられれば―

「エゴマを栽培してみないか？」

平成14年3月、仕事を退職するときに職場の同僚にそう勧められ、以来16年間エゴマの栽培を続けている岡田和巳さん。

栽培を始めてからの9年間はエゴマの実を油に加工するということ知らず、エゴマの実をそのままおかずやごはんに振り掛けて食べていたそうです。その後、栃木県茂木町を訪れる機会があり、その時に茂木町でエゴマを「エゴマ油」として加工し販売していることを知った岡田さん。黄金色に輝くエゴマ油を自分で栽培・収穫したエゴマでも作りたいと、茂木町のエゴマの会に搾油を依頼。「最初に自分産のエゴマ油が出来たときは本当に感激した」とうれしそうに当時のことを語ってくれました。

そして今から4年前、町から、エゴマの栽培講習会を開きたいので講師をお願い



岡田和巳さん

いしたいと依頼をしたとき、岡田さんは「最初は私なんかというはずかしい思いだったが、自分が経験したことが何かの役に立つなら」との思いで講師を引き受けてくれたそうです。

今、円良田地区で円良田EGOMAKラブの皆さんがエゴマの生産に取り組んでいるのを見て、「地域が元気になるっていいこと。そして自分の経験が少しでも役に立っているのかなと思うとうれしい限り」と胸を張って語ってくれました。

岡田さんは最後に「みんながエゴマを栽培して、みんなが健康でいられる町になったらいいな」と語ってくれました。

ブランド

昨年、円良田EGOMAKラブが栽培から収穫・搾油までを行った「美里町産えごま油『輝』―KAGAYAKI―」が埼玉県の「埼玉県ふるさと認証食品プレミアム」に認証されました。また、ふるさと納税の返礼品としても人気を集めています。

新たに生まれた地域ブランド――。

エゴマ油を販売している円良田特産センターでは、収穫の時期が近づくこれらの時期、埼玉県南部や県外に住む遠方のかたからの問い合わせも増えてくるそうです。



地域活性化



エゴマがもたらしたものの。人と人との「つながり」。

遊休農地の「復活」。新たな「特産品」。美里町の「ファン」。「エゴマ」とそこに住む人たちの「なんとかしたい」という気持ちが交わったとき、地域活性化が起きました。それは、外から見ると一見気づかないような小さな地域活性化かもしれないかもしれません。しかし、その場所に行くと楽しそうに過ごす人や復活した畑、地域の人が集まる円良田特産センターがあります。10月から今年もエゴマの収穫作業が始まります。円良田地区から「ザラザラ」とエゴマの実が採れる地域活性化の音が聞こえてくるはずです。

新たな挑戦

町では、新たな特産品の振興と町の農産物のさらなるイメージアップを図ることを目的に、新たな挑戦の提案にむけて進めています。現在着目しているのが「機能性農産物」と呼ばれ、品種改良により他の品種よりも栄養価が優れる農産物です。

アントシアニンを多く含むサツマイモやジャガイモ、リコピンを多く含むトマト、水溶性食物繊維を多く含むもち麦などです。

新たな美里ブランドで地域活性化を図るのに行政だけでは不可能です。町の将来を一人ひとりが考え協力していくことが大切です。



乳がん・子宮頸がん・

骨粗しょう症検診（集団検診）の予約受付中！



下記の日程で集団検診を実施します。

なお、各検診日に定員がありますので、必ず保健センターに予約をしてください。

対象者 _____ 定員（先着順） _____

■乳がん検診：40歳以上の女性

■乳がん検診：各日100名

■子宮頸がん検診：20歳以上の女性

■子宮頸がん検診：各日100名

■骨粗しょう症検診：20歳から80歳の女性

■骨粗しょう症検診：各日 午前：80名 午後：100名

検診日程および予約状況（9月20日現在） 「○」は予約できます。

日 程	11月1日(金)			11月5日(火)			11月6日(水)		11月28日(木)		
健診名	乳がん	子宮頸がん	骨粗しょう症	乳がん	子宮頸がん	骨粗しょう症	乳がん	骨粗しょう症	乳がん	子宮頸がん	骨粗しょう症
受付時間											
午前 9時30分～ 10時30分	実施なし	実施なし	○	実施なし	実施なし	○	実施なし	○	実施なし	実施なし	○
午後 0時30分～ 1時30分	○	○	○	○	満員	○	○	○	○	○	○

子育て中の
ママ世代へ

妊娠・授乳期は母体の骨密度が低下しやすい!!

妊娠・授乳期はカルシウムを大量に消費します。
また出産後は、一時的に骨密度が低下し、産後骨粗しょう症を招くおそれがあります。この機会に検診を受け、ご自分の骨の状態を知りましょう！

検診を受けてポイントゲット！

乳がん検診・子宮頸がん検診・骨粗しょう症検診は、ミムリン健幸ポイント事業のポイント項目です。
(各200ポイント)

問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855 電話または窓口でお申し込みください

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高齢者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、予防票（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】

① 65歳以上のかた（昭和29年12月31日以前に生まれたかた）
※令和元年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。

② 60歳以上65歳未満のかた（昭和30年1月1日～昭和34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(火)～令和2年2月29日(土)

【接種回数】 期間中1回のみ

【自己負担金】 1,000円（生活保護世帯は無料）

※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、自己負担1,000円で接種できます。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、10月20日(日)から令和2年1月31日(金)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。

※対象のかたには9月末に予防票などを発送しています。詳細は送付したものをご覧ください。

※転入など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。

問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855

「何だか体が重い」「慢性的な肩こりに悩まされている」など、運動不足が要因のひとつになっている症状があります。毎日適度に体を動かすことは、生活習慣病やうつ、認知症などのリスクを下げ、健康寿命をのばすことにつながります。

運動の3本柱

有酸素運動

スタミナづくり
(全身持久力)

体内に酸素を取り込んで脂肪を燃焼させ、心肺機能を高め「疲れにくい体質」にします。

◎ウォーキング ◎ジョギング
◎サイクリング ◎水泳 など

筋トレ

体力づくり
(筋肉・骨)

筋肉に刺激を与え、たるみを引き締め、基礎代謝をアップさせ「太りにくい体質」にします。

◎スクワット ◎腹筋運動
◎腕立て伏せ など

ストレッチ

体調不良改善
(全身)

体とところの緊張状態をほぐし、柔軟性が高まり、血液やリンパの流れをよくします。

◎前屈 ◎からだひねり
◎肩甲骨寄せ・広げ など

ウォーキングで運動の3本柱を実行しよう！

point ① ウォーキング前はウォームアップと筋トレをしよう

ウォームアップ（準備体操）はケガ予防のために必ずしましょう。足や腕を大きく動かしましょう。筋トレ（スクワットなど）をしてから有酸素運動を行うと運動効果がアップします。

point ② 正しい姿勢で歩く

背筋を伸ばし、お腹に力を込めてへこませると、正しい姿勢になります。お腹を意識することで、お腹引き締め効果もあります。

point ③ 慣れてきたら、速く歩く

ややきつと感じる速度で、できるだけ大腿で歩くと運動効果がアップします。また、坂道や階段がある場所をウォーキングすることで筋トレ効果もあります。

point ④ ウォーキングの後にはクールダウンと牛乳を！

運動後に牛乳（または豆乳など）をコップ1杯飲むとたんぱく質が含まれているので筋肉量や血液量を増加させ、ウォーキングの効果がアップします。クールダウンはその日の疲れをとって、ケガや故障を予防します。



問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎76-2855

ファミリーサポートセンター

この制度は、「急に子どもを預かってほしい」「保育園へ迎えに行けない」「病児・病後児の預かり」「保護者が仕事や急な用事で普段は近くに住む両親や友人にお願いしていたがこの時は誰も頼めない」など、共働きが標準世帯となっている現代、このことで会社を辞めたいと悩んだり、非正規の時短勤務を選んだりしなくて済むよう、数年前に緊急サポートセンター埼玉に委託して運営しています。現在、サポート会員は17名、利用会員は23名の登録しかありません。ほとんどの市町にこの制度はあり、町外に住む私の娘2人は正規職員として働いています。子どもを見ている、お迎えに行けない、休みに出勤があるなど、夫もダメ、親族も都合がつかないと母親はパニックになります。

この制度は、一種の保険だと考えています。いざという時この制度があつて良かったと言う人が必ずいます。

依頼の連絡は、朝7時から夜8時まで、土日も受け付けています。利用するためには、事前登録が必要です。サポート会員さんのマッチングも事前に行っておきます。「自宅に人が入るのは……」と思うかたはサポート会員宅での援助も可能です。利用しやすいよう料金も軽減しています。お試しもできます。

また、サポート会員も常時募集しています。友人同士でサポート会員になれば賠償保険に加入しており、安心です。まず、登録を！

舞の海秀平さんがやって来る!!

講演テーマ 小よく大を制す

10月20日(日)、遺跡の森館ホールにて「舞の海秀平さん」による講演「小よく大を制す」が行われます。

入場は無料! さらに、小中学生による人権標語・作文の発表もあります。
ぜひ、足をお運びください。お待ちしております。



入場無料!

定員 556 名 (先着順)
手話通訳あり

10月20日(日) 遺跡の森館ホール

午後0時45分～ 受付開始
午後1時15分～ 人権標語・作文の発表
午後2時～ 講演

問合せ＝教育委員会事務局 生涯学習係 ☎76-3431

ミムリン郷土をふりかえる 同窓会開催補助金

町では、他市町村に生活拠点を築いた美里町出身者が故郷を思い出し、郷里との交流を再開するきっかけづくりを目的として、同窓会費用の一部を助成します。

◎補助金額 最大 5 万円

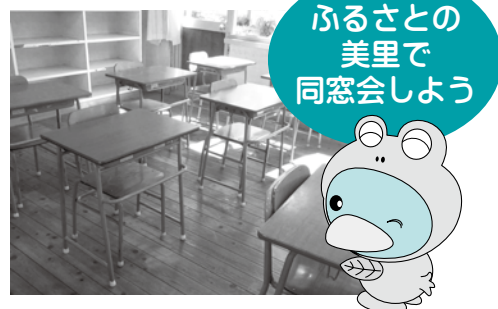
(同窓会当日の出席者 1 名につき 1,000 円)

◎補助対象となる同窓会

- ①原則として町内の中学校を卒業したかたたちが行く、学年単位または学級単位(複数の学級で行うものを含む。)での同窓会
- ②20名以上の参加で開催されるもので、かつ、町外居住者が10名以上参加する同窓会

◎補助金を受けるために

補助金を受け取るためには、同窓会開催時に、



ふるさとの
美里で
同窓会しよう

町が進める定住・移住・交流などの施策について、参加いただいたかたへ情報提供することが必要です。

※同一の同窓会への補助金の交付は、同一年度内に一回限りです。

※同窓会開催補助金は、今年度末をもって終了となります。

※補助金申請手続きなどの詳細は、ホームページをご確認ください。

問合せ＝総合政策課 まち創生係 ☎76-1114

献血と同時に骨髄バンクのドナー登録ができます。

献血は身近にできるボランティアです。皆さまの温かいご協力をお願いします。

【日 時】 10月31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 東側駐車場

【問合せ】 保健センター 健康増進係 ☎76-2855

骨髄バンクのドナー登録も同時にできます。

ドナー登録だけでも受け付けておりますので、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。

美里町青少年相談員 ペットボトルロケット大会

自分だけのペットボトルロケットを作って、飛ばしてみませんか？



- 日 時＝11月9日(土)
午前9時～11時30分(予定)
- 会 場＝体育広場(東児玉小学校隣)
- 対象者＝町内の小学3～6年生(15名程度)
- 申込期間＝10月16日(水)～31日(木)
- 参加費＝無料

申込み・問合せ＝住民福祉課 戸籍福祉係
☎76-5132

健康まつりの
恒例イベント

はいはい・よちよち・ 親子ペンギンレース!!



健康まつりで、乳幼児とその保護者を対象とした「はいはい・よちよち・親子ペンギンレース」を開催します。

ふるってご参加ください。

みんな集まれ☆

日 時＝10月27日(日)

受付時間 : 午前11時15分

レース開始: 午前11時30分

会 場＝保健センター「ホール」

対象児＝はいはいレース: 1歳頃まで

よちよちレース: 1歳8か月頃まで

親子ペンギンレース:

2歳までのお子さんとその保護者

申込み＝10月21日(月)までに電話で申し込み

申込み・問合せ＝保健センター 子育て支援係
☎76-2855

令和元年度 本庄市児玉郡在宅医療・介護連携推進事業 講演会

「1%の科学と99%の思いやり ～在宅医療の現場から～」

講師 在宅療養支援診療所 HAPPINESS 館クリニック管理者

齋 木 実 先生

あなたの人生の最期の過ごし方を考えてみませんか。

埼玉県内初のホスピスカー(緊急往診車)に乗って、いち早く患者のもとへ駆けつける医師の講演会です。当日、ホスピスカーの展示があります。



日時＝11月16日(土) 午後1時30分～3時30分
(受付: 午後1時から)

会場＝セルディ(本庄市児玉文化会館) ホール
料金＝無料

対象＝本庄市児玉郡に在住・在勤のかた、在宅医療に関心があるかた

定員＝600名(車椅子席あり、手話通訳あり)

申込期限・方法＝11月13日(水)までに電話またはFAX

申込み・問合せ＝地域包括支援センター ☎76-1325

第36回 美里町民祭

町の各団体が一堂に集まる文化の祭典「美里町民祭」が行われます。

当日は楽しいイベントが目白押し！ ぜひご来場ください。

会場＝遺跡の森総合公園（10月26日・27日）

埼玉ひびきの農協旧美里支店（11月9日）

時間＝午前9時～午後4時

（イベント会場により終了時間は異なります）

10月26日土・27日日
11月9日土

内 容

■10月26日・27日

会場＝遺跡の森総合公園

- ◆文化祭：26日・27日（町民体育館）
- ◆公民館まつり：27日（コミュニティセンター）
- ◆芸能まつり：26日・27日（遺跡の森館）
- ◆歴史文化財講演会：27日（遺跡の森館）
- ◆健康まつり：27日（保健センター）
- ◆第20回コミュニティまつり：27日（遺跡の森総合グランド東側入口）

■11月9日

会場＝埼玉ひびきの農協旧美里支店

- ◆農業祭 ◆商工祭 ◆くらしのコーナー



※詳しくは、町の各施設に置いてあるチラシか、
毎戸に配布されるチラシをご覧ください。

問合せ＝総務税務課 総務係 ☎76-1115

公民館まつり

親子対象
先着15組

『親子で作ろう ハーバリウム作り教室』

- 日時 10月27日(日) 午後1時～2時
(受付 午後0時30分～)
- 場所 コミュニティセンター
大ホール

10月27日(日)

問合せ 教育員会事務局 生涯学習係
☎76-3431

『腹話術・紙芝居・読み聞かせ』

- 日時 10月27日(日)
午前11時30分～正午
午後1時40分～2時10分
- 場所 コミュニティセンター ロビー
- 協力団体 読書会九輪草



新しい本を紹介します。ぜひご来館ください。

一般書

『スズメの事ム所 駆け出し探偵と下町の怪人たち』

朱川湊人/著 文藝春秋



町のあちこちで空き缶と一緒に置かれたレモンが見つかり…。なりゆきで探偵になった黒葛原涼、通称“スズメ”が、下町で起きた6つの怪事件に挑む。

『途中下車はできません』

山本巧次/著 小学館



黒歴史を持つ紅茶専門カフェの美人オーナー、行方不明になった祖母を探す大学生、偽装自殺を企てて落石岬の崖っぷちをさまよう男…。北海道の5つの駅をめぐる出会いと別れと謎解き。ハートフル・北海道トレイン・ミステリー。

『高齢者施設

お金・選び方・入居の流れがわかる本』

太田差恵子/著 翔泳社

切羽詰まる前に施設の情報を得ませんか？親の入居する施設選びに悩んでいる子世代に向け、希望にあう施設を探す方法や、入居にかかる費用の考え方、契約の前に確認しておくことなどを紹介します。

『眼科医がすすめる

目の不調を感じたら毎日食べたい料理』

平松類/監修 KADOKAWA

目のケアでいちばん効果的なのは、目にいい食事をとること。老眼、ドライアイ、緑内障といった目の不調を改善するために効果的な栄養素と、その栄養素を豊富に含む食材のメニューを紹介します。

児童書

『にんじんかりかりがじったら』

石津ちひろ/文 柴田ケイコ/絵 金の星社



うさぎさん、にんじんかりかりがじったら、かりかりおえかきはじめたよ。ページをめくると、同じ音をもつ2つの言葉のちがいがわかる。チャーミングで愉快的な絵がいっぱいの、楽しいオノマトペ絵本

『おしっこもらスター』

田中六大/作 あかね書房



よしおは教室でおしっこをもらした。落ち込んでいると、ねこが「そんなときは歌にするんだ」と言った。しかたなくでたらめに歌うと、よしおは人気者になって…。恥ずかしい失敗を歌って乗り越えるお話。

『ほんとうのおおきさでみてみよう！

だれのあし？』

今泉忠明/監修 ひさかたチャイルド

どんな動物のあしかな？ どうしてこんな形なのかな？ ししまの模様があるあし、人間の手に似たあし…。迫力のある実物大の写真で、動物たちのいろいろな形のあしを紹介。動物たちの多様性が見えてきます。

『こどもしょくどう』

足立紳/原作 ひろはたえりこ/文 汐文社

満足な食事をとれない子どもたちの拠り所となる“子ども食堂”が、全国に広がっている。「なぜ今“子ども食堂”が必要とされるのか？」というテーマを、子どもの視点から描き出す。同名映画のノベライズ。主題歌の楽譜付き。

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6日(日)【町民体育祭】・31日(木)【整理日】



ホームページ
QRコード

みさと手づくりマルシェ&カフェ

～美里からまちおこし～

開催日時

10月14日(月・祝)

午前10時～午後2時

開催場所

埼玉ひびきの農協旧美里支店駐車場

町内の交流の場づくり、町内活動の活性化を目的に
「手づくりマルシェ&カフェ」を開催します。



Marche



ピザ、焼きそば、フランクフルトなどの食べ物から、オシャレな雑貨の販売など、青空の下でのんびりお買い物タイム！

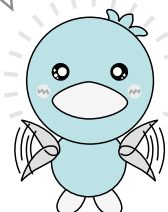


Event & more

“結び太鼓 響”による太鼓演奏やフォークソング演奏など、イベント盛り沢山！



ミムリンも遊びに行くよ!!



Map

イベント会場
埼玉ひびきの農協
旧美里支店駐車場



Flea market



運命の出会いがあるかも！？
掘り出し物が見つかる
フリーマーケットを開催！



- 主催：ミムリン手づくりイベント実行委員会
- 後援：美里町
- 問合せ：ミムリン手づくりイベント実行委員会
会長（島崎） ☎090-3349-3892

※写真・イラストとイベント内容が異なる場合、またはイベント内容が変更になる場合がありますので予めご了承ください。

※強風・豪雨などの場合には、一部イベントを中止する場合があります。

ご存知ですか 行政相談員

10月7日(月)～13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」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18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1・2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 FAX048-600-2336



ホームページ

消費税率の改定に伴う 水道料金などに関するお知らせ

このたび消費税法等の一部が改正され、10月1日から消費税率が8%から10%に変更となりました。

改正に伴い、水道料金などについて下記の請求分から消費税率10%で計算した金額にて請求をさせていただきます。

ご理解のほどよろしくお願いいたします。

水道料金

奇数月請求の場合…令和2年1月請求分から

偶数月請求の場合…令和2年2月請求分から

公共下水道使用料

奇数月請求の場合…令和2年1月請求分から

偶数月請求の場合…令和2年2月請求分から

※水道料金と公共下水道使用料は一緒に請求させていただきます。

農業集落排水使用料

令和元年11月請求分から

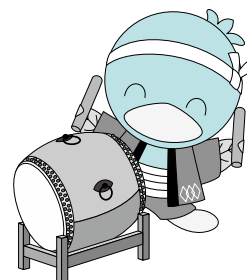
問合せ＝建設水道課 上下水道係 ☎76-1118

郡市コミュニティ協議会共催

ふれあい芸能まつり開催

11月10日(日)、「県民の日」の協賛行事として児玉郡市のコミュニティ協議会の共催で「ふれあい芸能まつり」を開催します。当日は郡市内の18団体のみなさんによる舞台での披露や、豪華景品が当たるお楽しみ抽選会もあります。

美里町からは、「美里町民踊連盟」、「結び太鼓 響」の2団体が出演します。大勢のみなさまのご来場をお待ちしています。



日時＝11月10日(日)

午前11時～（開場 午前10時30分）

会場＝本庄市民文化会館

問合せ＝美里町コミュニティ協議会（総務税務課内）
☎76-1115

美里町民幸福度に関する 町民アンケート調査にご協力ください



町では幸福度を測る指標を用いて、町民の皆さんが今よりもっと幸福を感じられるようになるには何が必要か、地域の課題を解決するにはどうすればよいかを考え、政策の立案・改善などを行いながら、より良い町民サービスを実現していくためのアンケート調査を実施します。

アンケートにご協力をお願いします。

調査期間＝10月31日(木)まで

対象＝町内在住の18歳以上のかた、1,000人（無作為抽出）

回答方法＝送付された調査票に記入し、同封の返信用封筒で郵送

問合せ＝総合政策課 まち創生係 ☎76-1114

で優秀賞を受賞しました！

予算の概要

平成26年度の事業開始当初から県や国の補助金を利用しています。

事業への取組評価を受けて、国民健康保険保険

給付費交付金の優先的な配分を受けています。

その結果、少ない予算で事業を実施することが可能となっています。

年度	事業内容	表彰結果	補助額（補助事業名）	使った金額
H26	運動教室（糖尿病・高血圧予防）	賞金 1,000,000円	2,000,000円 (ふるさと創造資金)	4,153,000円
H27	めざせ！ 毎日1万歩運動 生活習慣病予防運動教室	0円	5,000,000円 (埼玉県健康長寿埼玉モデル普及促進事業)	5,084,000円
H28	めざせ！ 毎日1万歩運動 生活習慣病予防運動教室	賞金 5,000,000円	3,000,000円 (埼玉県健康長寿埼玉モデル普及促進事業)	6,023,000円
H29	ミムリン健幸ポイント事業 生活習慣病予防運動教室	賞金 2,500,000円	22,148,000円 (埼玉県健康長寿埼玉モデル普及促進事業)	22,149,000円
H30	ミムリン健幸ポイント事業 生活習慣病予防運動教室 ウォーキングマップ作成、健康づくり川柳 など	賞金 9,700,000円	3,097,000円 (ふるさと創造資金)	6,047,000円
R1	ミムリン健幸ポイント事業 e-wellnessを活用した運動教室 事業評価・医療費分析 ※「飛び地連携型大規模ヘルスケア事業」へ参画	未定	20,477,000円（予定） (地方創生推進交付金)	41,021,000円 (予定)

事業の効果

健康づくり事業の効果として、ミムリン健幸ポイント事業の参加者と不参加者の医療費を比較したところ、参加しているかたの健康度が高まり、2年間で一人あたり約4万円の医療費が減少したことがわかりました。

また、運動教室に参加しているかたの状況を分析したところ、下半身の運動機能の向上がみられ、血圧についても改善が見られました。



今後に向けて

今年度からはタニタおよび筑波大学の協力を得て、山口県宇部市ほか3市と共同で「飛び地連携型大規模ヘルスケア事業」へ参画し、町民の皆さんがより『健幸』になるよう、取り組んでいきます。

事業の内容を分かりやすく紹介する「クイックガイド」の作成や「チーム対抗ウォーキング大会」の企画、健幸アンバサダー養成講座の開催などモチベーションを高め、楽しく参加できるような工夫など親しみやすい事業にしていきます。

町の事業をご利用いただき、ご自身の健康増進に役立てていただけたらと思います。



タニタ社長、筑波大学久野教授、山口県宇部市長ほか3市の首長と記者発表（6月12日）

『健康長寿優秀市町村表彰式』

平成30年度に健康長寿に関する優秀な取り組みを行った市町村を表彰する『健康長寿優秀市町村表彰式』が7月に行われ、美里町の「ミムリン健幸ポイント事業」が優秀賞を受賞しました。

そこで、今回は美里町における今までの健康づくり事業への取り組みを紹介します。

取り組みの背景

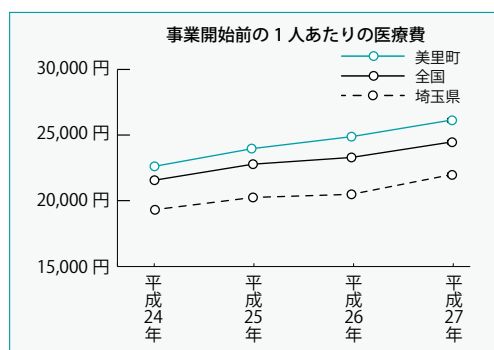
美里町では、特定健診の受診者のうち、高血圧や糖尿病で指導や医療の必要な割合が増加しています。また、国民健康保険の医療費の内訳をみると、人工透析や脳血管疾患の割合が増加しています。

その結果、一人あたりの医療費が国や埼玉県の平均より高くなっています。

取り組みの経緯

平成26年度に高血圧と糖尿病予防教室を開始しました。平成27年度には「めざせ！毎日1万歩運動」としてウォーキングに取り組んでもらう事業も併せて開始しました。

平成29年度からは「ミムリン健幸ポイント事業」として、歩数だけでなく健診や講演会などの参加により町民の皆さんがポイントを獲得でき、獲得したポイントを商品券に交換できる事業を開始しました。



ポイント交換会では、町の特産品が当たる抽選会などを行い、楽しみながら継続して参加できる工夫をしています。

また、「ウォーキングマップ」の作成や「健康づくり川柳」の募集など、町民の皆さんが主体的に事業に参加できることも心がけました。

その結果、事業への参加者は今年8月で2,555人となり、人口の22.8%のかたが健康づくりに取り組んでいる状況です。



令和元年度

飛び地連携型大規模ヘルスケア事業の実施

平成30年度

ミムリン健幸ポイント事業の普及
ウォーキングマップの作成、健康づくり川柳など

平成29年度

ミムリン健幸ポイント事業の実施

平成27年度

めざせ！毎日1万歩運動
生活習慣病予防教室の実施

平成26年度

高血圧および糖尿病予防教室を実施



だ最前線



国指定重要無形民俗文化財 「猪俣の百八燈」



8月15日(木)、猪俣地区で、400年以上続く伝統行事である国指定重要無形民俗文化財の「猪俣の百八燈」が行われました。

猪俣地区に住む青少年たちにより、百八の塚に火が灯され幻想的な光景を見ることができました。

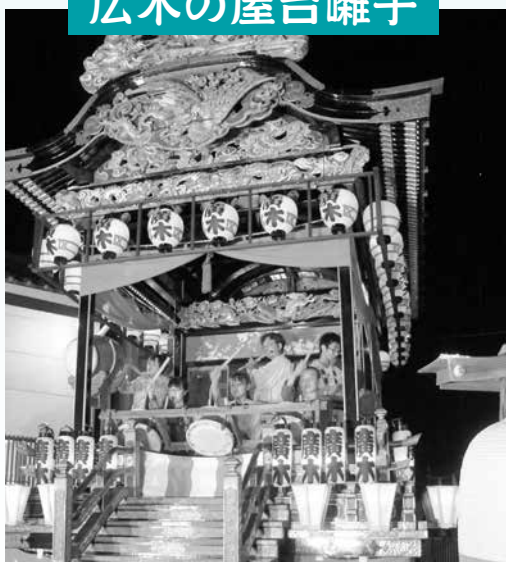
美里の夏祭り



駒衣の伊勢音頭



広木の屋台囃子



今年も、美里の夏の風物詩である、八坂神社のお祭りが、各地で行われました。

7月27日(土)、駒衣夏祭りが駒衣の稲荷神社で開催され、「駒衣の伊勢音頭」「駒衣の屋台囃子」が演じられました。

7月28日(日)、夏の日差しが照りつける中、広木夏祭りが開催され、広木地区に住む子どもたちにより「広木の屋台囃子」が演じられました。また、歴史ある屋台の曳き回しが行われ、広木の街中にお囃子の音が響きました。

どちらのお祭りも、たくさんの方で賑わっていました。



走り方教室が行われました！

8月31日(土)、遺跡の森総合グラウンドにて「走り方教室」が行われました。

町内の未就学児と小学生が、短い時間の中で、運動会に向けて早く走れるように一生懸命練習をしていました。

講師の小林先生は、参加していた子どもたちに分かりやすいように説明をし、それをみんな真剣に聞いていました。楽しく遊びながらの練習や友達と競っての練習でみんな少しの時間で早く走るコツを学べたようです。



講師：小林 健治 氏



小栗児童センターで交流会が行われました！

8月3日(土)、小栗児童センターにて地域の子どもからお年寄りまでが集まった交流会が行われました。

昨年に比べ参加者の数が少なかったそうですが、みんなでたこ焼きやドーナツなどを作り、「おいしいね！」「上手にできたね！」と言い合いながら和気あいあいと楽しんでいました。

夏休み中の子どもたちにとって、世代を超えたこの交流会は、貴重な体験となったようです。



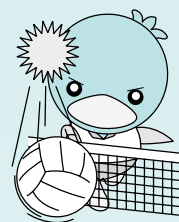
令和元年美里杯Jr バレーボール大会開催！



7月21日(日)、令和元年美里杯Jrバレーボール大会が開催されました。大会には9チームが参加し、チームの仲間と一生懸命に声を掛け合いボールを追いかける、そんな熱い戦いが全試合で繰り広げられました。昼食時には、参加チーム同士や指導

者間で交流する様子も見られました。

最後は、優勝チームの監督から全チームへ労いの言葉が贈られ、参加チーム全員で記念撮影を行い今大会が終了しました。



美里Jrバレーボールスポーツ少年団では、楽しくバレーが出来る仲間を募集しています。いつでも気軽に見学に来てください。



高齢者施設で利用者と交流

「高校生ワークキャンプ」

8月5日(月)から7日(水)まで、2泊3日間の日程で社会福祉協議会と特別養護老人ホーム「美里敬愛ホーム」とデイサービスセンター「けいあい」の共催による高校生ワークキャンプが開催されました。

ワークキャンプは、福祉への理解と関心を深めてもらうことを目的として毎年実施しているもので、今年は6名の高校生が参加しました。

高校生は、食事介助など職員の仕事を見学した後に実際に体験をし、また施設で行った夏祭りの手伝いを通して施設利用者と交流を深めました。

ワークキャンプを終えた参加者は、「高齢者のかたとたくさんお話ができたことが本当に楽しかったです」「笑顔で“ありがとう”と言ってもらえたことが何よりも嬉しかったです」と感想を話してくれました。

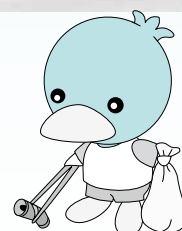
「クリーン美里」町内一斉清掃を実施！

9月8日(日)、美里町内全域で「クリーン美里」町内一斉清掃が実施されました。

毎年5月と9月に行われているこの行事は、子どもからお年寄りまで多くのかたが参加し、空き缶などのごみ拾いや除草作業、カーブミラーの清掃や道路側溝の清掃などが行われました。

今回の清掃活動の結果、可燃ごみ2,360kg不燃ごみ680kgのごみが集まりました。

ご協力ありがとうございました。



消費生活相談Q&A

インターネット通販の
定期購入にご注意を！



【事例1】

スマートフォンで、痩せるサプリメントが「初回限定価格300円、2回目からは割引価格の6,000円、解約保証等」という広告を見て、定期購入契約だがいっつも解約できると思い気軽に申し込んだ。1回目を送られてきて試したが解約しようと思い、事業者に連絡すると「単品購入価格の15,000円を支払えば2回目からの解約に応じる。このことは解約保証に書いてある」と言われた。そのような記載があったか覚えがない。

【事例2】

ネット通販で6回の定期購入コースで初回限定980円の脱毛クリームを注文した。解約は次回商品発送日の10日前までに電話でするよう記載があった。2回目からは解約しようと思業者者に電話し続けているが一向につながらない。

インターネット通販に関して、定期購入契約だが途中で簡単に解約できると思っていたところ、「実は解約に様々な条件が設けられていた」「解約可能期間に事業者と連絡が取れない」などで、思うように解約できないという相談が寄せられています。

通信販売では、法律によるクーリング・オフ制度がなく、事業者が広告に表示する返品や解約の条件に従うこととなります。

広告の表示について、事業者には広告に「定期購入契約である旨、支払総額、契約期間、解約条件などの主な契約内容の全て」を「消費者に分かりやすいように」表示する義務があり、特定商取引法の改正や※ガイドラインにより強化されています。しかし、いまだに問題のある表示が散見され、事業者には改善が求められます。

※「インターネット通販における『意に反して契約の申込みをさせようとする行為』に係るガイドライン」

【消費者へのアドバイス】

- ①注文申し込みを確定する前に、定期購入か単品購入か、解約・返品条件はどうなっているかを、小さな文字や面倒であっても必ず確認しましょう。
- ②一方的に受取拒否や返品、支払いを放棄しても解約になりません。事業者と解約の合意が必要です。
- ③万が一のトラブルに備えて、広告や最終申込確認画面、受注メール、納品書といった事業者とのやり取りなどの記録は残しましょう。
- ④電話がつながらない場合、つながるまでかけることになりませんが、念のためメールやファックスで解約の意思を伝えておきましょう。

■困ったときの相談窓口は…

消費者ホットライン

☎188（「188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

短歌

秋の風頬にうけつつ種を蒔く
大根たちよ育てと願う

小林カツ子

仁和寺の木漏れ日浴びて参道を
進むに連れて蝉の音さやか

福島恵美子

友の死を知りたる夜の空暗く
雲間の月も悲しく暗し

堀内 英子

旧姓と下の名前前で呼ばれると
気持ちは一気に学生時代

原田 淳子

我が昔昼もそこそこ川遊び
孫たちの避暑ビニールプール

有馬 康博

ハムスターカサカサもぐもぐクルクル目
小さな命家族をむすぶ

有馬 千代

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



カラカラと転がる葉音は秋なれど
日傘さしゆく首筋に汗

丸山 好子

蒼穹を自由に羽ばたき飛びたいな
火食することに吾は疲れて

中里 合江

田のあぜを草刈る人の清しくて
残る草根に先祖見守る

清水ミヨ子

夢の中妻とは違う女のかお
純な昔に一夜の旅路

原 武久

紫陽花と傘の花咲く長谷寺に
詣でて心の憂いながせり

飯島美智子

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。

ワンポイント 手話講座①99

～ 狸 ～

両手で交互に腹をたたく

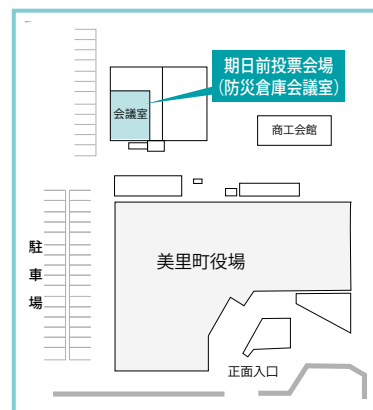


（出典：わたしたちの手話（3）
／（一財）全日本ろうあ連盟発行）

投票日 **10月27日(日)**

参議院埼玉県選出議員補欠選挙が行われます

参議院埼玉県選出議員補欠選挙が下記のとおり行われます。
貴重な一票をムダにすることなく、投票日にはみんなそろって投票しましょう。



- 告示日 10月10日(木)
- 投票日時 10月27日(日)
午前7時～午後8時
- 投票場所 町内11投票所
- 期日前投票
日時 10月11日(金)～26日(土)
午前8時30分～午後8時
場所 防災倉庫会議室
(役場庁舎北側)

期日前投票の場所は 「役場庁舎北側の防災倉庫会議室」です！

投票できる人
選挙日当日に18歳以上で、引き続き3か月以上美里町に住
所を有している人

- 開票日時 10月27日(日) 午後9時～
- 開票場所 美里町役場 201会議室

問合せ＝美里町選挙管理委員会 ☎76-1115

美里町指名競争入札経過および結果 (令和元年8月26日開札)

町道2級14号線 歩道検討業務委託

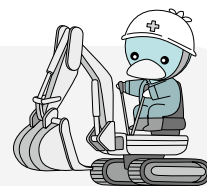
履行場所：美里町大字甘粕地内
入札対象額：4,691,000円(消費税除く)
契約額：4,752,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(株)上武測地	4,400,000円	(株)上武測地 落札価格： 4,400,000円 (消費税除く)
(有)石井測量	4,420,000円	
(株)協同測地開発	4,450,000円	
(株)間正測量設計事務所	4,450,000円	
井田起業(株)	4,480,000円	
本庄測量設計(株)	4,500,000円	

町道2級10号線 歩道整備工事

工事場所：美里町大字阿那志地内
入札対象額：6,630,000円(消費税除く)
契約額：6,750,000円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(株)sunakenn	6,250,000円	(株)sunakenn 落札価格： 6,250,000円 (消費税除く)
(有)田島建材	6,400,000円	
(有)島崎建材工業	6,600,000円	
(有)久米組	6,900,000円	
(有)若山建設	7,050,000円	



美里町民幸福度に関するアンケート調査

履行場所：美里町内全域
入札対象額：1,920,000円(消費税除く)
契約額：1,058,400円(消費税含む)

業者名	入札価格	落札者・価格等
(株)アイアールエス	980,000円	(株)アイアールエス 落札価格： 980,000円 (消費税除く)
地域計画(株) 埼玉事業部	1,080,000円	
(株)ワイズマンコンサルティング さいたま支店	1,200,000円	
(株)まち研	1,500,000円	
(株)地域総合計画 関東事業所	辞退	

污水处理施設管渠接続実施設計業務委託

履行場所：美里町大字小茂田地内外
入札対象額：21,873,000円(消費税除く)
契約額：22,140,000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	20,500,000円	日本水工設計(株) 関東事務所 落札価格： 20,500,000円 (消費税除く)
(株)コーセツコンサルタント 関東支店	21,300,000円	
中日本建設コンサルタント(株) 北関東事務所	21,900,000円	
大日本コンサルタント(株) 関東支社	22,550,000円	
オリジナル設計(株) 埼玉事務所	22,640,000円	

情報ネットワーク

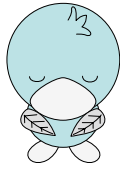
ご理解とご協力をお願いします

遺跡の森館・コミュニティセンター・保健センター省エネ改修工事のお知らせ

遺跡の森館、コミュニティセンター、保健センターの省エネ改修工事を行います。

工事に伴い、左記の期間、施設の利用に制限がかかります。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



【施設利用に制限がかかる期間】

◎コミュニティセンターおよび

保健センター

10月1日(火)～令和2年1月31

日(金)

◎遺跡の森館

11月1日(金)～令和2年3月31

日(火)

問合せⅡ教育委員会事務局 生

涯学習課 ☎76・3431

入居者募集

子育てハッピー県営住宅

若い子育て世帯を支援するため、県営住宅に専用枠を設け、入居者を募集します。



対象Ⅱ夫婦がともに39歳以下の世帯（子どもの有無は問いません）

※収入などの各種条件があります。

募集案内配布場所Ⅱ

・美里町役場 建設水道課

・埼玉県住宅供給公社

・埼玉県住宅課（第2庁舎1階）

（階）

申込方法Ⅱ埼玉県住宅供給公社

に郵送

申込期間Ⅱ10月1日(火)～21日(月)

（消印有効）

入居予定日Ⅱ12月23日(月)以降

問合せⅡ埼玉県住宅供給公社

☎048・829・2875

美里町ゴルフ連盟

チャリティゴルフ大会開催のご案内

日程 11月14日(木)

場所 美里ロイヤルゴルフクラブ (☎76-3911)

募集人数

アウト・イン8組ずつ16組
(先着64名)

会費 3,000円

プレー費 7,800円
(食事込、税別)

申込期限 10月31日(木)

申し込み・問い合わせ

美里町ゴルフ連盟事務局
(松久保育園内) ☎76-2306



10月は3R推進月間です！

ごみの減量・リサイクルにご協力をお願いします。

- ◎生ごみの水切りをしましょう。
- ◎外食時は食べられる分だけ注文し、食べきるようにしましょう。
- ◎買い物にはマイバッグを持参し、レジ袋をもらわないようにしましょう。
- ◎買う前に、本当に必要かどうかもう一度考えましょう。

- ◎不要になったものでも、それを必要としている人がいるかもしれません。大きくなって着られなくなった子供服は、友人や親せきに譲ったり、リサイクルショップに売ったりしましょう。

- ◎ごみをしっかり分別することがリサイクル品質の向上につながります。びん、かん、ペットボトル（ラベルをはがし、中を洗う）、新聞紙や段ボールなどは資源ごみで出しましょう。
- ◎家電を正しくリサイクルしましょう。

Reduce

～減量～



Reuse

～再利用～



Recycle

～再生～



本庄税務署からのお知らせ
消費税の軽減税率制度
の説明会

日時 10月10日(木)、11月7日(木)、
12月3日(火)

午後2時～3時30分

場所 本庄市民文化会館 第
五会議室

問合せ 本庄税務署

2112 22

児玉郡市広域消防本部からのお知らせ

住宅用火災警報器の設置
率等調査結果について

消防法により設置が義務付けられている住宅用火災警報器について、6月1日時点での全国調査結果が左記のとおり公表されました。

設置がお済みでないかたは、早期の取付けをお願いします。

【全国】 設置率 82・3%

条例適合率 67・9%

【埼玉県】 設置率 77・5%

条例適合率 65・2%

【児玉郡市】 設置率 52%

条例適合率 43%

※「条例適合率」：市町村の火災予防条例で設置が義務付けられている住宅の部分全てに

設置されている世帯の全世帯に占める割合

問合せ 児玉郡市広域消防本部 予防課 24・8392

60歳以上のかた

「シルバー人材センター」で働きませんか？

シルバー人材センターでは、年間を通じて新規会員を募集中です。町内在住で60歳以上の健康で働く意欲のあるかたをお待ちしています。詳しくは「入会説明会」にご参加ください。

入会説明会

日時 10月16日(木) 午前10時30分

場所 美里町遺跡の森館

問合せ 美里町シルバー人材センター 76・5430



歩いた後は天然温泉でリフレッシュ!!

温泉トレッキング

秋の鐘撞堂山

歴史や自然に触れながら、ガイドとゆっくり歩くハイキングです。

お手軽クッキング 222

～減塩レシピ～

カジキマグロのトマト煮

材料 (4人分)

カジキマグロ……4切
小麦粉……………適宜
にんにくのすりおろし……小さじ1
④ バター……………20g
玉ねぎ……………200g
エリンギ……………100g
オリーブ油…小さじ2

1人当たり

エネルギー	塩分
234kcal	1.1g

⑤ ホールトマト缶 400g
コンソメ ……1粒
トマトケチャップ ……大さじ2
⑥ 塩 ……小さじ1/2
水 ……200ml
砂糖 ……少々
こしょう ……少々



作り方

- ①カジキマグロは一口大に切り、小麦粉をまぶす。
- ②玉ねぎは薄切り、エリンギは縦半分に切り薄切りにする。
- ③フライパンにAを入れ、①を両面焼き、とり出す。
- ④同じフライパンにオリーブ油を入れ、②を炒めBを加える。煮立ったら③を加えさっと煮る。

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

対象 50歳以上の一般のかた
日時 11月20日(水) 午前10時
午後4時
ハイキングコース 鐘撞堂山
(寄居町)
集合場所 寄居町役場
費用 2,500円
申込期間 10月8日(火)～16日(水)
申込方法 電話またはファクス、メールのいずれかの方法

※ファクスまたはメールの場合、「事業名」「参加者氏名」「ふりがな」「年齢」「性別」「住所」「連絡先」を明記ください。
※詳細はお問い合わせください。
申込み・問合せ 児玉県立神川げんきプラザ
77・3442
77・4907
FAX 77・4907
kamikawa@tokyu.com.co.jp

戸籍の窓口（敬称略）

8月届出分

8月16日～9月15日届出分

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。

お誕生おめでとう

名 前 （世帯主） 行政区
 小林 朝陽（靖典） 関
 海野 夏寧（正樹） 小茂田
 関根 維佑（拓） 小茂田
 山村 叶翔（隼人） 下児玉

お悔やみ申し上げます

名 前 （世帯主） 行政区
 田島 文子（-） 根本
 清田 イト（-） 関
 中沢 節男（タケ子） 関
 松田 キヨ（-） 南阿那志
 井上 克己（文子） 小茂田
 関口 喜男（賢司） 北十条
 小島 義男（裕一） 広木
 平岡 富子（-） 駒衣
 上田 波江（君江） 甘粕
 高橋 功（紀久子） 甘粕
 上田百合子（敏夫） 白石

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 11,214人（-1人）
 男 5,674人（+3人）
 女 5,540人（-4人）
 世帯 4,397戸（+4戸）

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

※利用上のご留意

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。

ちょっと困ったときに
利用してみませんか？

元気で安心！

ふれあいサービスをご利用ください

この事業は、日頃抱えている不便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

サービスを利用したら… 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と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

○在宅当番医療機関 ※診療は午前中のみです

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6日(日)	上 武 病 院	☎21-0111
10月13日(日)	はにぼんクリニック	☎22-3596
10月14日(月・祝)	千 田 医 院	☎76-0041
10月20日(日)	高 橋 外 科 整 形 外 科	☎22-6211
10月22日(火・祝)	昭 和 産 婦 人 科	☎22-2025
10月27日(日)	高 山 整 形 外 科	☎22-3245
11月3日(日)	田 所 医 院	☎22-3445
11月4日(月・祝)	辻 ク リ ニ ッ ク	☎35-1116
11月10日(日)	寺 坂 医 院	☎22-3343

○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。



おめでとうございます

はじめての誕生日 満1歳

やない りこ 矢内 莉子ちゃん (野中)

〈平成30年10月1日生〉

お誕生日おめでとう。いつも可愛い笑顔で癒してくれてありがとう♡これからもお姉ちゃんと元気いっぱい遊んでね！



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31日(木)までに総合政策課へ☎連絡を！

はせがわ ゆあ 長谷川 優彩ちゃん (関)

〈平成30年10月6日生〉

はじめてのお誕生日おめでとう！この1年でとても大きくなったね。これからも、笑顔と幸せいっぱいの日々を過ごせますように！



あきやま なお 秋山 和穂ちゃん (猪俣)

〈平成30年10月8日生〉

なおくんおたんじょうびおめでとう。お姉ちゃんとたくさん遊んで、ごはんをたくさん食べて大きくなってね！



あらい なぎ 新井 凧ちゃん (駒衣)

〈平成30年10月18日生〉

1歳のお誕生日おめでとう！凧のニコニコ笑顔が大好きだよ♡元気にすくすく育ってね。



せきぐち つむぎ 関口 紡ちゃん (沼上)

〈平成30年10月14日生〉

紡ちゃん、お誕生日おめでとう！いつもニコニコ、みんなを幸せにしてくれます。これからも、笑顔いっぱい、健やかに育ってね！



やました ふうま 山下 楓真ちゃん (根木)

〈平成30年10月28日生〉

お誕生日おめでとう！いつもニコニコ笑顔をありがとう。最近はまねっこが上手になったね。笑顔を忘れずに優しい子に成長してね。



ミムリン日記

8月29日 (木) ☀️☁️

今日は、保健センターでやっていた「子どものお口の健康教室」にいったよ！

講師の先生が、参加したママたちに哺乳瓶やおしゃぶりの選び方、フッ素による丈夫な歯のつくり方を説明していたよ☆ ママたちは子どものために熱心に聞いていたよ！

いっぱいの愛情をもらって、元気にあくあく大きくなってね(^^)

ミムリンツイッターもみてね♪



講師



本庄市児玉郡歯科医師会
会長 飯塚能成 先生



深町歯科医院
院長 深町元秀 先生

