

つながり
見守り
支え合い
元気！いきいき100歳体操



元気！いきいき100歳体操



南阿那志地区の100歳体操

新横公会堂にて
毎週金曜日 午後1時30分～



沼上地区の100歳体操

沼上集会所にて
毎週金曜日 午後1時30分～



関地区の100歳体操

芝田集会所にて
毎週火曜日 午後1時30分～

100歳体操の会場に行ってみよう！
現在、町内6か所で100歳体操を行っています。お近くの会場にぜひ足を運んでみてください。
※開催地区の都合により日程変更やお休みする場合があります。
詳しくは地域包括支援センター（☎761325）へお問い合わせください。



イラスト作成：岡山県津山市

100歳体操とは…
椅子に座り、おもりを使って行う体操です。週1回以上継続して実施することで、筋力やバランス力が向上し、転倒による骨折や寝たきり予防が期待できます。
準備運動、おもりを使う筋力運動、整理体操の3つで構成され、日常生活でよく使う腕や足などの筋肉が鍛えられます。ほとんどが椅子に座った状態で行うので、無理なく気軽に行えます。活動は地域の皆さんが主体で行っており、いきいき100歳体操を学んだ介護予防サポーターが支援しています。



下児玉地区の100歳体操

殿ヶ谷戸観音堂集会場にて
毎週水曜日 午後1時30分～



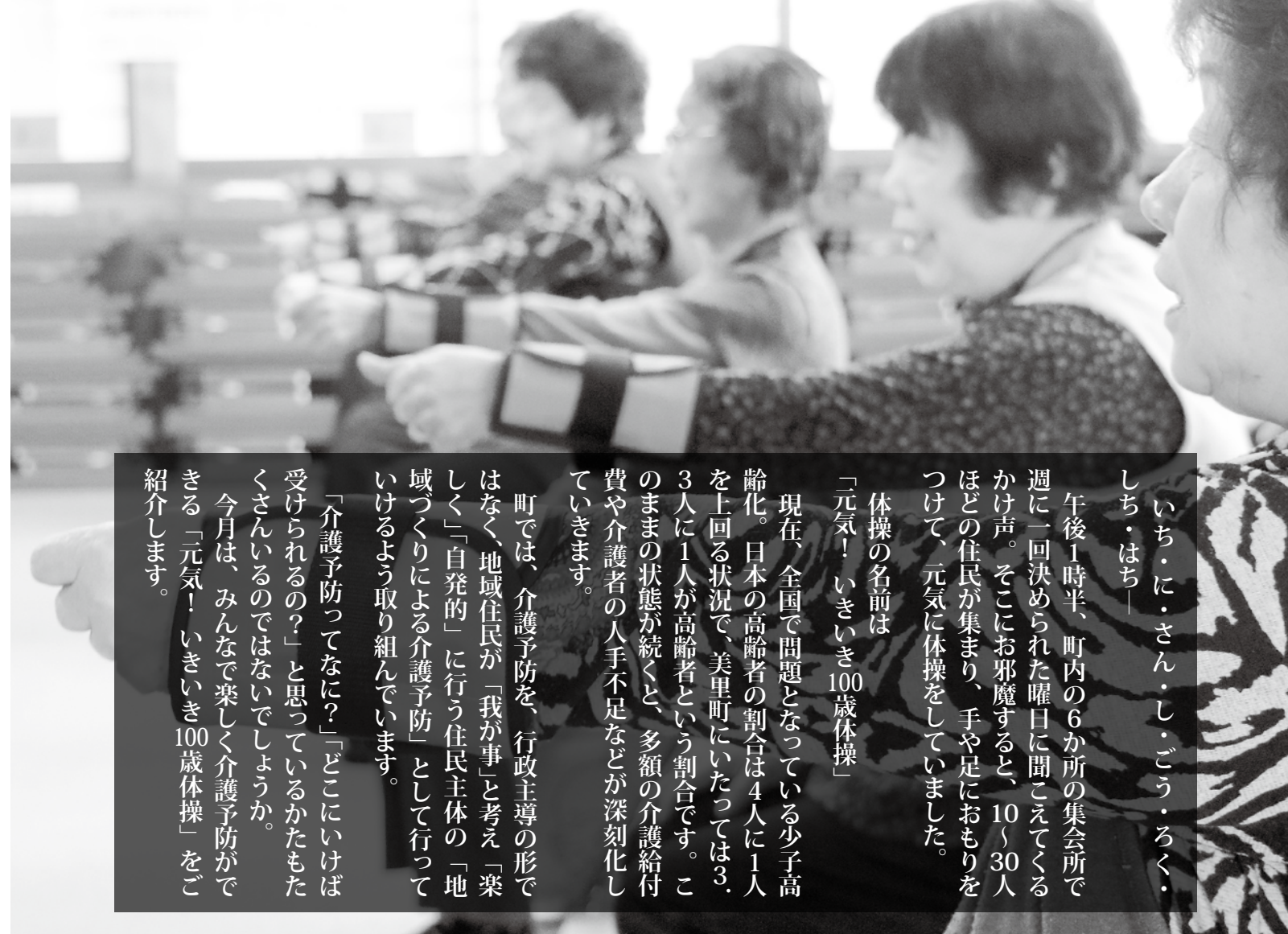
北阿那志地区の100歳体操

元阿那志公会堂にて
毎週月曜日 午後1時30分～



白石地区の100歳体操

白石公民館にて
毎週火曜日 午後1時30分～



いち・に・さん・し・ごう・ろく・しち・はち
午後1時半、町内の6か所の集会所で週に一回決められた曜日に聞こえてくるかけ声。そこにお邪魔すると、10～30人ほどの住民が集まり、手や足にもりをつけて、元気に体操をしていました。
体操の名前は「元気！いきいき100歳体操」
現在、全国で問題となっている少子高齢化。日本の高齢者の割合は4人に1人を上回る状況で、美里町にいたっては3.3人に1人が高齢者という割合です。このままの状態が続くと、多額の介護給付費や介護者の人手不足などが深刻化していきます。
町では、介護予防を、行政主導の形ではなく、地域住民が「我が事」と考え「楽しく」「自発的」に行う住民主体の「地域づくりによる介護予防」として行っているよう取り組んでいます。
「介護予防ってなに？」「どこにいったら受けられるの？」と思っているかたもたくさんいるのではないのでしょうか。
今月は、みんなで楽しく介護予防ができる「元気！いきいき100歳体操」をご紹介します。

介護予防をきっかけに 地域での『つながり』『見守り』『支え合い』 = 元気！いきいき100歳体操
～支え手不足を補うには、要介護者を減らし、支え手を増やす「新しい形の介護予防」が必要！～

◆地域づくりによる介護予防

【みんなと一緒に行う】

みんなで誘い合って活動に参加することで、外にでるキッカケになり、ひきこもり防止になります。また地域の人同士が交流することで、地域での見守りや支え合いが生まれます。さらに、みんなと一緒に活動することで、生活に張り合いが生まれます。

【近くで行う】

歩いて行ける集会所などで実施する事で送迎問題が解消されます。大切なのは、「歩いて通える場所」です。

【楽しみごとを行う】

介護予防の活動だけでなく、茶話会など様々な楽しみごとを追加することが継続のコツです。

◆支え手不足を補うには

①元気な高齢者も支え手に

若者の人口が減少するこれから、元気な高齢者にも、支え手として活躍してもらう必要があります。そこで大切なのは、支え手となる高齢者の健康づくりです。

②要介護者を減らす

介護が必要になる前に、しっかりと健康づくりに取り組み、要介護状態になることを減らすことで、支え手の負担を軽くします。大切なのは筋肉を作って貯めること、「貯筋」です。

あなたも地域の「支え手」に― 地域で活躍するサポーター―

100歳体操は、体操を指導するの地域に広めるのも養成講座を受講したサポーターが主体となって行っています。

サポーターの活動は体操の指導や声掛けだけでなく、参加者の心の支えにもなっています。参加者が体操中に「もう体が動かないね」と気落ちしていると、サポーターのひとりが「無理しなかつたっていいんだよ。顔みせにすればみんな喜ぶんだから、来るだけでもいいんだよ」と元気がでる言葉をかけていました。

また、サポーターとして活躍することで、やりがいや生きがいを感じ自分自身も元気になります。



『元気！いきいき100歳体操』 サポーター養成講座を開催します



町ではボランティアに関心があり、介護予防サポーターとして地域で活動できるかたを対象に、養成講座を開催します。概ね65歳以上で、町内に住所を有し、原則全日程出席できるかた、ぜひご参加ください。

- 【日時】 右表のとおり
- 【場所】 保健センター
- 【定員】 20名（申込順、定員になり次第締切）
- 【申込み】 5月10日(金)から電話受付
- 【その他】 参加無料
- 【問合せ】 地域包括支援センター ☎76-1325

日程	時間
① 6月12日(水)	午後1時30分 ～3時30分
② 6月26日(水)	
③ 7月2日(火)	
④ 7月10日(水)	
⑤ 7月17日(水)	
⑥ 7月24日(水)	
⑦ 7月31日(水)	
⑧ 8月7日(水)	



①②100歳体操後に行われている「唱和会ひまづぶしカフェ」(北阿那志)
③100歳体操後の脳トレの様子(沼上)



100歳体操が終わったあとに、それぞれの地区で行われている活動（楽しみごと）があります。もちろん、100歳体操を行って筋力をつけることを目的に来ているかたもいますが、体操後の活動（楽しみごと）を目的に来ているかたもいます。みんなと一緒に近くで楽しく活動できる。そして、地域でつながり安心感を深められる。それが「元気！いきいき100歳体操」です。



5月は軽自動車税・固定資産税(第1期)の納期です

納期は5月31日(金)
コンビニでも納められます

5月は軽自動車税・固定資産税(第1期)の納期です。忘れずに、5月31日(金)までに納めましょう。

軽自動車税には減免制度があります

身体に障害があるかたなどが所有する軽自動車については、税の減免制度があります。

申請は毎年必要になりますので、減免を受けようとするかたはお早めに総務税務課 税務係へ申請してください。

■申請期限 5月31日(金)まで
■持参するもの

- ①印鑑(認印可)
- ②身体障害者手帳・戦傷病者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれか(コピー不可)
- ③運転者のかたの運転免許証
- ④自動車検査証または軽自動車届出済証

⑤納税通知書
⑥納税義務者のかた(法人を除く)の個人番号確認および身元確認書類

※自動車税の減免は、障害があるかた1名につき1台に限られます。既に普通自動車税の減免を受けているかたは、重複して軽自動車税の減免は受けられません。また、障害の程度によっては減免を受けられない場合があります。

減免申請には
マイナンバーを忘れずに!!

減免申請を行う場合、個人番号(マイナンバー)または法人番号の記入が必要です。



個人のかたが個人番号を記載した申請書を提出する際は、本人確認(番号確認および身元へ実存確認)が必要となるため、運転免許証などの本人確認書類の提示、または写しの添付をお願いします。

軽自動車の廃車・売却をしたが、納税通知書が届いたときは:

4月1日以前に廃車手続きや車を売却したにもかかわらず軽自動車税が課税されている場合は、総務税務課 税務係までご連絡ください。

問合せ〓総務税務課 税務係
☎76-5131

県税事務所からのお知らせ 5月は自動車税の納期です

埼玉県の自動車税は金融機関のほか、コンビニでも納められます。忘れずに、5月31日(金)までに納めましょう。

※自動車税全般に関すること、住所変更、納付書紛失などの連絡、納税状況の確認などについては、自動車税コールセンター(☎050-3786-1222)へご連絡ください。

消費税軽減税率制度 説明会を開催します

本庄税務署では、事業者のかたを対象に、消費税の軽減税率制度に関する説明会を開催します。多くの事業者のかたに関係のある制度です。ぜひ説明会にお越しください。

【日時】 5月15日(水)、6月17日(月)
午後1時30分～2時30分

【場所】 本庄商工会議所 2階
第1会議室

消費税の軽減税率制度は、10月1日からの消費税率の10%への引上げと同時に実施されます。軽減対象品目の取扱いがある消費税の課税事業者のかただけでなく、例えば、会議費や交際費として飲食料品などを購入する事業者のかたや、消費税の免税事業者のかたも、取扱商品の適用税率の確認や適用税率ごとの区分経理など、制度の実施に向けた準備が必要となります。

【問合せ】 本庄税務署 法人課税部門
☎22-2111

保健センターだより 『何』を食べたらいいのかを考える

まずは、食べ過ぎない！

自分の体重や活動量にあった適正エネルギー量を知って、自分に見合った食事をするようにしましょう。カラダを動かしたりすることで消費されるエネルギー量よりも食べたり飲んだりしてとれる摂取エネルギー量が多いと、肥満につながってしまいます。

また、塩分もいくら減塩しても食べ過ぎてしまえば、塩分も摂り過ぎになってしまいます。

特定健診を受ける前に、自分の食生活を見直してみませんか



肥満、脂質異常、高血糖が気になるかた

脂肪はとり過ぎない

肉の脂身・加工品、洋菓子、乳製品など

脂肪はエネルギー量がとくに高く、脂肪分の多い食事は、その分摂取エネルギー量も高くなります。また、血中のコレステロールが増えると動脈硬化を招くため、とり過ぎないようにしましょう。

肥満、脂質異常、高血糖、高血圧、肝臓、腎臓が気になるかた

アルコールを控える

健康に悪影響を及ぼさないアルコール摂取量は1日に20g（ビール500ml）程度までです。ただし、女性と65歳以上の男性はこの半分量となります。飲み過ぎないように注意しましょう。

甘いものをとり過ぎない

和菓子、洋菓子、飲み物、果物など

糖分のとり過ぎは血糖値を上昇させるだけでなく、体内で脂肪になりやすく、また、インスリンの働きに悪影響を及ぼし糖尿病につながります。

高血圧、腎臓が気になるかた

減塩する

漬物、佃煮、塩辛、干し魚など

塩分のとり過ぎは高血圧を招き、動脈硬化のもととなります。

問合せ＝保健センター 健康増進係 ☎ 76-2855

町長コラム 124

新たな元号「令和」万葉集から

いよいよ今月から令和に改元です。元号「大化」から248番目となり、これまで中国の古典からのものが、今回、初めて日本最古の歌集「万葉集」の「初春の令月にして、気淑く風和ぎ、梅は鏡前の粉を披き、蘭は珮後の香を薫す」という一節から取られたとのこと。

「令和」には、人々が美しく心を寄せ合う中で、文化が生まれ育つ、という意味が込められています。平和で人々が幸せに暮らせる世の中でありたいと願うばかりです。

ところで、美里町にも万葉集ゆかりの地があります。

万葉集巻九には「三栗の中に向へる曝井の絶えず通はんそこに妻もが」とうたわれた「さらし井」の遺跡と、巻二十には「まくら太刀腰にとりはきまがなしきせろがまき来む月のしらなく」と、妻である真足女が防人の夫を想い詠んだ歌で、万葉遺跡伝大伴部真足女の歌碑が、いずれも鎌倉街道沿いの大字広木地内にあります。

このため、美里町を万葉の里と呼称し、駅伝などの冠として使っています。

さて、新元号「令和」の典故となった日本最古の歌集「万葉集」がブームになり、書店での関連本が売り切れ、出版社も増刷を決めたとのニュースが流れています。

このブームにあやかり、万葉の歌碑や鎌倉街道を訪れる人が益々増えるものと思います。改めて先人が残した自然や遺構、自然豊かな景観を後世に引き継がねばとの思いを強くしました。

～里親制度をご存じですか～

「里親入門講座」を開催します

私たちの周りには、さまざまな事情で家族と一緒に暮らすことのできない子ども達があります。そうした子どもたちを家庭で受け入れ、育ててくださるのが「里親」です。



そこで、多くのかたに「里親制度」を理解していただくために「里親入門講座」を開催します。里親や子どもの福祉に関心のあるかたなど、どなたでも参加できます。

【日時】 6月9日(日)
午後1時30分～4時（受付：午後1時～）

【場所】 埼玉県熊谷児童相談所

【内容】 ①里親制度について
②里親の子育て体験談等
③質疑応答、意見交換

【費用】 無料

【申込み・問合せ】 埼玉県熊谷児童相談所

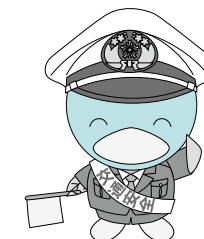
☎ 048-521-4152 ☒ k230967@pref.saitama.lg.jp

※メール申し込みの場合は、①参加希望者氏名、②居住する市町村名、③当日ご連絡できる電話番号（携帯など）を記入してください。

5月11日(土)～20日(月)は 春の全国交通安全運動期間です！

美里町では高齢者の事故が多発しています。交通ルールを守り、皆さんで交通事故ゼロを目指しましょう！

人も車も 自転車も
安心・安全 埼玉県



- ◎車間距離を十分にとり、思いやりのある運転をしましょう。
- ◎すべての座席でシートベルトを正しく着用しましょう。
- ◎夕暮れ時や夜間の外出は、できるだけ控えましょう。

SAITAMA 出会いサポートセンターが行います！

出会いの機会の提供 と 結婚までのサポート

昨年10月にオープンした「SAITAMA 出会いサポートセンター」では会員を随時募集中です。

出会いの機会をお求めのかたは、SAITAMA 出会いサポートセンターホームページからご確認ください。

【センター】 さいたま市浦和区、本庄市、坂戸市
【利用登録料（会員）】 10,800円(税込・2年間)
※町外在住のかたは料金が異なる場合があります。

【対象】

- ・結婚を希望し、自ら婚活の意思がある20歳以上の独身男女
- ・埼玉県内に在住、在勤、または近い将来埼玉県へ移住をお考えのかた
- ・スマートフォンをお持ちのかた

【申込方法・申込期間】

ホームページからご確認ください。

【問合せ】

SAITAMA 出会いサポートセンター事務局
☎ 048-789-7721



ホームページ
QRコード

公民館自主講座

きらきらドーム作り教室

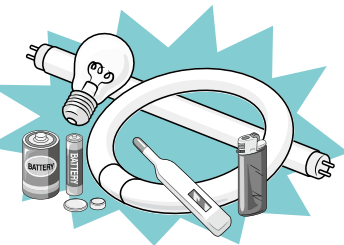
おしゃべりしながら、赤ちゃんのおもちゃを作ってみませんか？
お子さま連れで参加できます。



【日 時】 6月10日(月)・17日(月)
【時 間】 午前10時30分～11時30分
【場 所】 中央公民館 工作室
【参加費】 300円
【募集人数】 10名（親子で参加できます）
【講 師】 山田友美氏
【持ち物】 なし
【申込受付】 5月17日(金) 午前9時から電話受付
※町内在住・在勤のかたに限りです。
【申込み・問合せ】 教育委員会事務局 生涯学習係
☎ 76-3431

ルールを守って出してください。

有害ごみ分別収集の実施について



■収集日 5月22日(水) 午前8時30分～10時30分

使用済み乾電池、蛍光灯などの収集

■収集場所 表のとおり

■収集物

- ◎使用済み乾電池（ボタン電池も可）
- ◎蛍光灯・水銀電球（直管は1.5m未満に限る。）
- ◎水銀体温計・温度計

■注意事項

- ・中に水銀などが入っているものは、割らないよう注意してそのまま出してください。
- ・白熱電球や割れた蛍光灯は対象外です。（不燃ごみで出してください。）
- ・一般家庭で使用したものに限ります。
- ・当日有害ごみを出せないかたは、役場、コミュニティセンターに設置してある回収箱をご利用ください。

バッテリー・プロパンガスボンベの収集

■収集場所 役場西側駐車場

■収集物

- ◎バッテリー
- ◎プロパンガスボンベ

■注意事項

- ・プロパンガスボンベのカートリッジ式は対象外です。
- ・一般家庭で使用したものに限ります。

■使用済み乾電池、蛍光灯などの収集場所

行政区	収集場所
根 木	東児玉公民館
関	関集会所（八幡関）、倉柱集会所
南阿那志	上川輪集会所、新井横手公会堂
北阿那志	北阿那志中央リサイクルセンター
小 茂 田	小茂田リサイクルセンター
下 児 玉	善台寺熊谷公会堂、下児玉公会堂、中山集会所、殿ヶ谷戸観音堂集会所
北 十 条	北十条集会所
南 十 条	南十条集会所
沼 上	沼上集会所
広 木	広木会館
駒 衣	駒衣集会所、駒衣第三集会所
木 部	木部集会所
古 郡	古郡農村集落センター
甘 粕	甘粕集会所
中 里	中里集会所
湯 柄	湯柄集会所
野 中	野中集会所
小 栗	小栗児童センター
猪 俣	猪俣中央会館
湯 本	湯本集会所
大 仏	大仏婦人児童センター
白 石	白石公民館
円 良 田	円良田農民センター

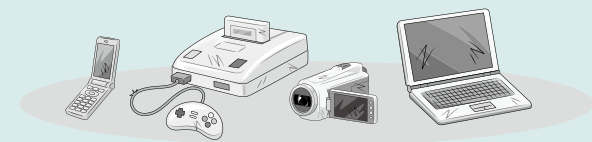
ご不明な点は、担当までお問い合わせください。

小型家電の回収を行います！

◎収集日：5月22日（水）
午前8時30分～10時30分

◎場 所：役場西側駐車場

ご家庭で使用済みとなった小型家電（小型電子機器）の無料回収を行います。



◎注意事項

1. 携帯電話やパソコン内の個人情報などのデータは、事前に必ず削除してください。
 2. 家電リサイクル対象品目（テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機）は回収対象外です。
 3. 電池は取り外して有害ごみで出してください。
- ※開庁時に、住民福祉課 保険年金係前の回収ボックスも利用できます。《常設》
（ボックスの投入口のサイズ15cm×25cm以下のものに限りま。）

問合せ＝建設水道課 開発環境係 ☎76-5134

5月は「家庭ごみ10%減量推進月間」です！

1日1人当たり79gの減量を目指しましょう！！

「クリーン美里」町内一斉清掃を実施します

実施日
5/12
日曜日

「クリーン美里」町内一斉清掃活動を実施しますので、皆さまのご協力をお願いします。

※5月12日(日)が雨天の場合は、5月19日(日)に実施します。
小雨の場合は実施します。実施の有無は、当日の朝、防災無線でお知らせします。
注意：各収集所には、収集運搬業者が午前10時頃から11時30分頃までに伺います。

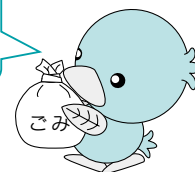
行政区	収集場所
根 木	根木集会所
関	関集会所（八幡関）
南阿那志	上川輪集会所・新井横手公会堂
北阿那志	北阿那志中央リサイクルセンター
小 茂 田	小茂田児童センター
下 児 玉	下児玉公会堂
北 十 条	消防団第2分団車庫前ごみ収集所
南 十 条	県道熊谷児玉線 陶山宅側ごみ収集所
沼 上	沼上集会所
広 木	広木会館
駒 衣	駒衣集会所
木 部	木部集会所

行政区	収集場所
古 郡	関越高速西側 大島宅裏ごみ収集所
甘 粕	甘粕集会所・堀内宅西側ごみ収集所
中 里	中里火の見跡
湯 柄	湯柄集会所
野 中	宮沢歯科前ごみ収集所
小 栗	小栗児童センター
猪 俣	上田商店前ごみ収集所
湯 本	湯本集会所
大 仏	大仏婦人児童センター
白 石	白石公民館
円 良 田	円良田農民センター

生ごみの水切りをしましょう！！

生ごみの約80%は水分といわれています。
水切りをしっかりとすることで大幅なごみの減量につながります。

ごみが軽くなって、
ごみ出しが楽になるよ！
生ごみの嫌な臭いも減るよ！



1 濡らさない

野菜の皮など、使わないところは、洗う前に切り落とし、直接ごみ袋へ捨てましょう！

2 乾かす

水のかからない場所に置くなど、一定時間放置してから捨てましょう！

3 しぼる

生ごみに含まれた水分を「ぎゅっと」しぼってから捨てましょう！

※生ごみ処理容器（コンポスター・電気式生ごみ処理機）の活用で生ごみを堆肥にできます！
町では、生ごみ処理機の購入費を助成しています。詳しくはお問い合わせください。

問合せ＝建設水道課 開発環境係 ☎76-5134

5月30日(木)～6月8日(土)は「埼玉県プラごみゼロウィーク」です

海洋プラスチックごみ問題は、川から海へ流れ込むものが大きな要因となっています。「川の国」埼玉県では、「埼玉県プラごみゼロウィーク」の期間中、プラスチックごみを海へ流さないためにどのようなことができるか、一人ひとりに考えていただくようお願いします。

■陸上での対策が重要です

- ・ポイ捨てをしない
- ・マイバッグやマイボトルを持ち歩き、レジ袋やペットボトルなどの「使い捨てプラスチック」の利用自体を減らす

問合せ＝埼玉県資源循環推進課 ☎048-830-3108

里山・平地林の再生をしませんか

町では、竹やササなどで荒れてしまった里山を再生し、景観の向上や生物多様性の保全などを図ることを目的に「里山・平地林再生事業」を実施しています。

竹の伐採など森林の再生作業を行いますので、希望するかたは農林商工課へお問い合わせください。

※過去に整備を行ったかたへ

森林が以前の荒れた状態に戻らぬよう適切な維持管理をお願いします。

事業実施要件

- ▶ 1箇所あたり3,000㎡以上のまとまりのある森林であること（人家や道路付近で地域森林計画の対象となっている森林）
- ▶ 整備後5年間は、森林所有者などが下刈などの維持管理を行うこと（町と協定書を締結し、協定期間中は森林以外への転用を原則禁止します。）

問合せ＝農林商工課 産業振興係 ☎76-5133

美里町農作業受委託調整委員会からのお知らせ

令和元年度 農作業標準料金をお知らせします

農作業を安心しておまかせできる組織・個人がいますのでご利用ください。

作業名		単位	基本料金	摘要
耕起	耕起（1回）	10a	5,400円	ロータリー使用、未整備地区は2割増
	耕起（2回）	〃	7,560円	ロータリー使用、未整備地区は2割増
	休耕地耕起（1回）	〃	6,480円	3年以上放置農地（現状により加算）
	特殊耕起	〃	7,560円	果樹園地等
水稲	代かき	〃	6,480円	ドライブハロー（整地は別）
	育苗	1箱	648円	10a 当り標準25～30箱
	田植え	10a	7,560円	補植は別
	除草・殺菌・殺虫（散布機）	〃	1,620円	農薬代は別
麦	全面受託	〃	78,840円	農薬代・肥料代等は別
	麦播き	〃	7,560円	ドリル播き
	溝掘り（排水対策）	m当り	22円	
	麦踏み	10a	1,620円	ローラー使用
刈取・収穫	除草・殺菌・殺虫（散布機）	〃	1,620円	農薬代は別
	コンバイン	〃	16,200円	ほ場整備地区 結束は2,160円増 倒伏・湿害等の場合
	コンバイン	〃	21,600円	未整備地区 結束は2,160円増 50%以内の割増あり
	ネギ収穫	1時間	3,810円	専用機械を使用、オペレーター付
管理・その他	乾燥からもみすり調製	10a	14,040円	袋は委託者負担、製品配達料金は別、袋詰めは1袋当り54円増
	もみすり調製のみ	30kg	540円	製品配達料金・袋代は別
	土層改良機（プラソイラー）	10a	4,320円	オペレーター付
	畦畔造り（土手つき）	m当り	86円	
果樹	野菜移植機	1日	5,400円	機械のみ
	肥料撒き（元肥）	10a	1,296円	
	堆肥撒き（マニアスプレッダ）	1日	10,800円	機械のみ 別途走行1kmあたり22円加算、オペレーター代は別料金、堆肥は別
	堆肥積込（ホイールローダー）	1日	10,800円	機械のみ オペレーター代・燃料代・堆肥は別
果樹	除草・防除・剪定・摘果	1時間	972円	機械持込みの場合+1,060円/時間、薬剤・資材代は別
	草刈り（歩行型機使用）	10a	7,560円	オペレーター付

※ほ場・作物により異なりますので農林商工課 産業振興係へお問い合わせください。

※ほ場の条件によっては、若干の加算もあります。

※機械の回送を伴う場合は、別途片道3,240円かかります。

※上記料金には、消費税が含まれています。

※10月1日からの消費税引き上げに伴い、基本料金も変更となります。

問合せ＝農林商工課 産業振興係
☎76-5133

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

5月19日（日）

午前10時～午後2時

開催場所

JA埼玉ひびきの農協旧美里支店駐車場

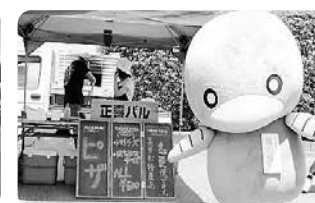
町内の交流の場づくり、町内活動の活性化を目的に「手づくりマルシェ&カフェ」を開催します。



Marche



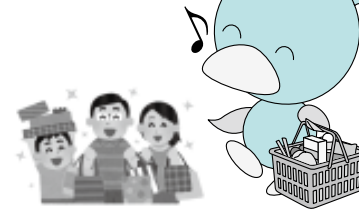
ピザ、焼きそば、フランクフルトなどの食べ物から、オシャレな雑貨の販売など、青空の下でのんびりお買い物タイム！



Flea market



運命の出会いがあるかも！？
掘り出し物が見つかる
フリーマーケットも開催！

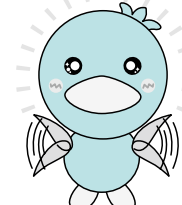


Event & more

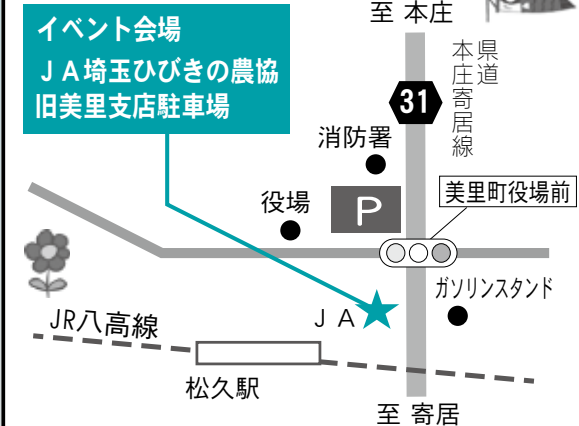
ミムリンとの撮影会、痛車の展示会など、イベント盛り沢山！



ミムリンも遊びに行きましょう！！



Map



- 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・イラストはイメージです。イベント内容と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。

埼玉県北部地域で 『空き家バンク』を行っています

町では、埼玉県北部の6市町（熊谷市、本庄市、深谷市、神川町、上里町、寄居町）と連携して空き家バンク制度を行っています。



◎募集します

お持ちの空き家を売りたいかた、貸したいかたは、ぜひ登録をお願いします。

まずは、建設水道課 開発環境係までご連絡ください。

宅建業者などによる調査を行い、登録可能か判断します。

※登録された空き家は、埼玉県北部地域空き家バンクホームページなどで情報を公開しています。



ホームページ
QRコード

問合せ＝建設水道課 開発環境係 ☎76-5134

結婚新生活支援事業

美里町内で結婚生活をスタートする新婚世帯に、住居費や引越費用などの費用の一部を助成します。



◎補助金額

1世帯あたり30万円（上限）

◎対象経費

- 平成31年3月1日以降に結婚を機に生じた費用
- 新たに美里町内の住宅を取得した際の費用
- 新たに美里町内の住宅物件を賃貸する際に生じた費用で、賃料、敷金、礼金共益費および仲介手数料
- 婚姻に伴う引越に要した経費

◎支給対象者

平成31年3月1日以降に婚姻届を提出し受理された夫婦で、年齢が夫婦ともに34歳以下など要件があります。申請方法なども含め、詳細はお問い合わせいただくか、町ホームページでご確認ください。



ホームページ
QRコード

問合せ＝住民福祉課 戸籍福祉係 ☎76-5132

『美里町空き地バンク』登録に ご協力ください!!

空き地を売りたいかた、貸したいかたは
ぜひ一度ご相談を!

町では、空き地（宅地、雑種地、農地）の有効活用により荒廃防止と町内への定住促進による地域活性化を図ることを目的として、空き地バンク制度を開始しました。

◎募集します

空き地を売却・賃貸したいかた、空き地を利用・購入したいかたは、ぜひ登録をお願いします。また、町と協定を締結した宅建協会による空き地の活用相談も行っています。

まずは建設水道課 開発環境係へご相談ください。



ホームページ
QRコード

問合せ＝建設水道課 開発環境係 ☎76-5134

美里町起業支援事業補助金

産業の振興および活性化を図るため、町内で起業する事業者には補助金を交付します。

◎補助金額・内容

補助限度額 50万円

- 事業所開設に要する経費への補助（町内業者によるものに限る）
- 事業所などの賃借に要する経費への補助
- 事業所の雇用促進を目的とする経費への補助（事業実施に必要な人件費）

◎補助対象者

- 代表者または1人以上の従業員が町内に住所を有するかた（法人にあっては、本店が町内に住所を有すること）
- 町内に事業所を設置し5年以上継続して事業を行う見込みがあるかた
- 代表者が町内に住所を有していない場合は、町内に住所を有しているかたを新規で1年以上雇用する見込みがあるかた



ホームページ
QRコード

問合せ＝農林商工課 産業振興係 ☎76-5133

対象者に最大で50万円の奨励金を交付します

美里町定住促進奨励金制度

町に定住するために、新たに住宅を取得しようとする40歳以下のかたへ奨励金を交付します。町内転居または建替えをされるかたも対象になります。

奨励金の対象者と交付金額

■住宅取得奨励金

◎交付金額…最大20万円

◎対象者

美里町内に住宅を取得し、町内に定住（転入または転居）したかたで、次の要件をすべて満たすかた

- ①定住促進奨励金の交付申請時に、申請者または配偶者の年齢が40歳以下のかた
- ②世帯全員に、町税などの滞納がないかた
- ③過去、定住促進奨励金の交付を受けていないかた など

※町内転居または転入前の市区町村に住民登録していた期間が3年未満のかたは、10万円となります。

交付額の加算措置

■子育て世帯加算

◎加算金額…10万円

※町内転居または建替えのかたは対象になりません。

■土地取得加算

◎加算金額…最大20万円

※町内転居または転入前の市区町村に住民登録していた期間が3年未満のかたは、10万円となります。

交付要件・申請方法など

交付要件・申請方法など、詳細は町ホームページをご覧ください。

交付申請の手続きは、転入・転居日から6か月以内に行ってください。



ホームページ
QRコード

問合せ＝建設水道課 開発環境係 ☎76-5134

新幹線定期券購入費の一部を助成します!

美里町新幹線定期券購入補助

町では、定住人口の増加を図るとともに、将来にわたって活力ある地域社会を実現するため、新幹線を利用して通勤する新たに転入したかたに、「新幹線定期券購入補助事業」を実施します。

◎補助額

新幹線定期券の額から、普通定期券の額および新幹線にかかる通勤手当を差し引いた額の2分の1の額（月額2万円を上限）

◎補助金を受けられる期間

新幹線定期券の有効期間（申請年度の前年度は対象外）の初日から3年間

◎対象者

- ・美里町に平成30年4月1日から令和2年3月31日の間に転入（1年以内の再転入は除く）し、令和2年3月31日までに申請したかた
- ・転入時に40歳未満（同居する配偶者でも可）のかた
- ・継続して5年以上居住する意思があるかた
- ・住宅を取得（新築または購入）したかた
- ・世帯全員に、町税などの滞納がないかた

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たちが故郷を思い出し、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（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う、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、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。

※申請手続きなど、詳細はお問い合わせください。

問合せ＝総合政策課 まち創生係 ☎76-1114

問合せ＝総合政策課 まち創生係 ☎76-1114

令和元年度の

区長さんを紹介します

町民のみなさんと行政のパイプ役としてご尽力いただき、令和元年度各行政区の区長・区長代理さんが決まり、4月24日に開かれた区長会の初会議の席で、町長から委嘱状が手渡されました。

新しい区長・区長代理さんと区長会の会長・副会長さんは次のとおりです。1年間どうぞよろしく願います。

問合せⅡ総務税務課

総務係

☎76

・1115

会 長	岡 田 和 己 (中里)
副会長	柳 沢 章 (関) 鈴木 延 夫 (湯柵)

行政区名	区長氏名	区長代理氏名
根 木	三 澤 隆 司	橋 本 英 和
関	柳 沢 章	町 田 喜 一 ・ 長 谷 川 真 司
南阿那志	平 野 鉄 次	山 崎 進 ・ 柳 沢 秀 明
北阿那志	田 島 省 二	田 島 政 利
小茂田	田 熊 邦 彦	中 村 猛 茂 木 清 一
下児玉	中 澤 啓 二	大 芝 修
北十条	上 山 隆	岡 部 正 美
南十条	津 谷 俊 次	斉 藤 茂
沼 上	小 暮 健 一	堀 越 茂 ・ 福 島 勝 久
広 木	鈴 木 峯 一	林 郁 夫 ・ 小 林 勝
駒 衣	丸 山 浩	小 林 実 ・ 俣 田 富 夫
木 部	古 川 幸 三	小 暮 明 彦
古 郡	飯 島 康 則	田 沼 弘 行
甘 粕	野 口 正 美	池 田 政 喜 ・ 岡 崎 正
中 里	岡 田 和 己	松 木 治 郎
湯 柵	鈴木 延 夫	関 口 勝 己
野 中	栗 原 裕	中 島 敏 典
小 栗	久 保 田 中	小 谷 野 猛
猪 俣	ト 部 利 平	ト 部 敦 夫
湯 本	石 川 正 樹	富 沢 光 男
大 仏	高 橋 務	清 水 仁
白 石	上 田 善 久	原 三 智 男
円良田	相 馬 累 司	小 林 信



命の助け方に関する講習会
普通救命講習会を開催します

■実施日時＝

普通救命講習Ⅰ（公募実施分）
5月11日(土)、6月15日(土)、7月13日(土)、8月17日(土)
午前9時～

普通救命講習Ⅱ（公募実施分）
9月14日(土) 午前9時～

※上記日程以外の普通救命講習Ⅰ・Ⅱ、普通救命講習Ⅲ、
上級救命講習、救命入門コースは団体での申込みにより、
児玉郡市広域消防本部などで開催可能です。

■実施場所＝児玉郡市広域消防本部 多目的ホール

■対 象＝児玉郡市内在住、在勤または在学する中学生以上のかた

○講習は、1週間前まで随時受付し、定員（30名）になり
次第締め切ります。（7名未満の時は、実施を見送ることがあります。）

○団体申込は、実施希望日の2週間前までに事前連絡をお願いします。

○受講申請書は、消防本部警防課および中央消防署で配付、
または組合ホームページからダウンロードできます。

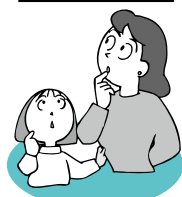
■問合せ・申込み＝

消防本部 警防課 ☎24-8391
（午前8時～午後5時15分 土日祝日を除く）
中央消防署 救急係 ☎24-8395
（上記以外の時間帯）

くらしの110番

消費生活相談Q&A

きれいにしたい…
でも契約、施術の前
によく考えて!!



【事例1】

部分脱毛を希望し、エステ店に行つたところ、「現在、全身脱毛の無料体験キャンペーン中で、体験当日に契約すると1年間24回コースで60万円する施術が半額で受けられ、さらに保湿化粧品もプレゼントする」と勧誘され、その場でクレジット分割払いの契約をした。帰宅後によく考えたら、多忙で毎月2回は通えず、月々の支払いもきびしいので解約したい。

【事例2】

「肌がつるつるになる」「永久保証」という広告を見て、エステ店に行き、2年間35万円の光脱毛の全身コースを契約した。1回目の施術は「手首から肘」であったが、施術の翌日、脱毛箇所全体に発疹と強いかゆみが出た。皮膚科を受診したら、「光脱毛が原因で、痕が一生残るかもしれない」と言われた。エステ店に解約を申し出たら、10万円の解約料を請求された。納得がいかない。

街で勧誘されたり、情報誌やインターネット、電車内のキャンペーン広告を見たりとエステティックサロンに行ったきっかけはさまざまですが、「無料体験だけのつもりが、お得なサービスを説明され、その場で高額な契約をしてし

まった「脱毛等の施術を受けたところ、やけどや炎症などの皮膚トラブルが生じた」といったエステサービスに関する相談が寄せられています。

【消費者へのアドバイス】

①エステサービスの大半は、長期間継続して受けるサービスであり、高額な契約となること
が多くみられます。広告やホームページの情報だけをうのみにせず、サービスの効果やリスクについての説明を求め、自分にとって必要な施術なのか、支払い可能な金額であるかなどを慎重かつ冷静に、よく検討してから契約するようにしましょう。

②施術後、皮膚トラブルが発生した場合は、エステ店に申し出るとともに、必要に応じてすぐに医療機関を受診しましょう。

③契約金額が5万円を超え、かつ契約期間が1か月を超えるエステティック、脱毛など一定の美容医療の契約は、特定商取引法に定める特定継続的役務提供に該当し、契約書面を受領した日を含めて8日間はクーリング・オフができます。また、クーリング・オフ期間を過ぎても法律で決められた解約料を支払えば、中途解約をすることができます。
困った時には、お近くの消費生活センター等にご相談ください。

■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

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

ありがたきもの水空気時と人生
かされ癒され育まれ

丸山 好子

渋滞の橋上の彼方にスカイツリー
暮れる都会の水色侘し

中里 合江

啓蟄にへじもとかげものそのそと
虫がゾロゾロ野菜害あり

清水ミヨ子

石佛のひざに置かれた野の花に
黄羽の蝶来てひらりと遊ぶ

須賀 茂子

野萱草はおひたしに路とクコの芽
蓬は天ぶら春を喰う

原 武久

梅の花道行く人に我見えてと

言わぬばかりに香り豊かに

小林カツ子

芽ぶき時山のささやき聞こえ来る
朧月夜に夢ふくらみて

福島恵美子

明治より平成生きた祖母逝きて
九年目の春「令和」始まる

原田 淳子

年とりて出会い別れの春が来た
落ち込みは敵進化を目指せ

有馬 康博

贈るペン貴女を案じ待つ母に
便りつづりし近況知らせて

有馬 千代

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 194

～牛～

両手の親指と人差し指
で頭に「角」を表わす



（出典：わたしたちの手話（3）
／（一財）全日本ろうあ連盟発行）

新しい本を紹介します。ぜひご来館ください。

一般書

『天命』



岩井三四二/著
光文社

大内、尼子の二大勢力に翻弄される小国人・毛利家の次男に生まれた元就。戦国を駆け抜けた男の、生き方を変えたものは何だったのか。武略名高き西国の雄・毛利元就の戦いの生涯を描く。

『名もなき星の哀歌』



結城真一郎/編
新潮社

裏稼業として人の記憶を取引する「店」で働く良平と健太は、シンガーソングライター・星名の素性を追うことに。彼女の過去を暴く過程で医者一家焼死事件との関わりと、星名のために命を絶った男の存在を知り…。青春ミステリー。

『JAPAN (2019年、人気急上昇の「新名所」カタログ) 外国人がどっと押し寄せる意外な日本の新名所200の地図帳』

Amazing Japan Researchers/著
宝島社

外国人たちの人気を集めている、日本人にとって意外な「新名所」200カ所を、外国人のコメントとともに地図を用いて紹介。「サムライルート」といった旅行ルートや、インバウンド関連企業の斬新な取り組みなども収録。

児童書

『すきです ゴリラ』

アンソニー・ブラウン/作 山下明生/訳
あかね書房



ゴリラが大好きだけど、まだ生きているゴリラを見たことがないハナ。お父さんは忙しくてハナを動物園に連れていってくれない。そんなハナがお誕生日にプレゼントしてほしいものは…。父と娘を心やさしい視点で描いた名作絵本。

『赤川次郎 ホラーの迷宮 お出かけは13日の金曜日』



赤川次郎/著
汐文社

十数人の女子大生が、初秋の湖にキャンプに出かけることに。その日はまさに「13日の金曜日」。彼女たちに、映画を超える恐怖が襲いかかって!?

『おどろいたりす』

イーラ/写真 マーガレット・ワイズ・ブラウン/文
戸澤柊/訳 文遊社

りすとねこの小さな世界。かれらは遊び回るのに大忙し。しかし、ある時、りすは大好きなねこを残して、冒険に出かけ…。著者2人のユニークな才能の出会いが作りだした、愛らしくたのしい写真絵本。

『NHK Eテレ「Q〜こどものための哲学」なんて勉強しなきゃいけないの?』

NHK Eテレ「Q〜こどものための哲学」制作班/編
古沢良太/原作 ほるぷ出版

「勉強なんかしなくて生きていけるじゃん!」と言うQくん。じゃあなんで、おとなは「勉強しなさい」って言うんだろう? いじわるで勉強させてもらったけど…。NHK Eテレ「Q〜こどものための哲学」を書籍化。

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、5月31日(金)【整理日】



ホームページ
QRコード

地域のホットな話題をお寄せください

だいい最前線

雪を満喫!!

第16回広木雪あそびツアー 広木地区



3月2日、広木地区で恒例となっている「広木雪遊びツアー」で、地区の子供とその家族たち総勢37名が、群馬県『たんばらスキーパーク』に行ってきました。

この行事は、今後も広木屋台囃子を継承していくためのきっかけづくりとすることや、地域住民との親睦・交流を図ることを目的として、大字広木の協力を得て屋台囃子保存会が主体となって毎年実施しているものです。

参加者たちは、そりやスキー・スノーボードなど、日常生活ではできない雪遊びに夢中になって楽しい一日を過ごしました。

平成30年度埼玉県体育賞功労賞を
小林彌千代さんが受賞



長年、体育・スポーツの振興に功績があり、団体の発展に貢献されたかたに贈られる「埼玉県体育賞功労賞」を美里町体育協会の小林彌千代さんが受賞されました。

小林さんは、平成12年から美里町民踊連盟の長を務めると共に美里町体育協会の役員を歴任し、積極的に町のスポーツ振興に貢献されています。

「美里町消防防災支援隊員」募集

町では、消防防災力向上のため「美里町消防防災支援隊」制度を新たに始めることとしました。

支援隊の活動は、平時には自主防災組織の活動を支援し、町内に災害が発生したときは、消防団員または、自主防災組織の要請を受けて防災活動を支援するものです。

つきましては、美里町消防防災支援隊員を募集しますので、「自らの地域は自ら守る」の精神で活動いただけるかたのご応募よろしくお願い申し上げます。

■隊員要件＝元消防職員、元消防団員、元自衛隊員、その他ボランティアなどを経験したことのあるかた

■申込方法＝「美里町消防防災支援隊員登録申込書」を総務課 総務係窓口へ提出

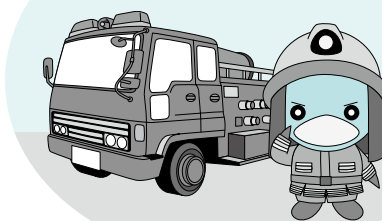
※申込書は町ホームページからダウンロードするか、総務課 総務係窓口でお受け取りください。

■報酬＝無報酬

■貸与品＝ヘルメット、安全靴、作業用手袋

■災害補償＝埼玉縣市町村消防団員等公務災害補償および町が加入する補償保険などにより補償

自らの地域は自ら守る!



問合せ＝総務課 総務係 ☎76-1115

就職希望のかたへ 県北企業の合同説明会の開催について

就職を希望する学生や県北地域に戻って就職を希望するかたなどに向けて合同企業説明会が開催されます。参加企業から様々な情報を直接聞ける機会となりますので、ご参加ください。

日時 6月14日(金)

- ①午前10時～午後12時30分
- ②午後2時～午後4時30分

対象 ①令和2年卒業予定の大学生・短期大学生・専門学校生など

②令和2年卒業予定の高校生など
会場 深谷公民館体育室および大会議室

参加企業 埼玉県北部地域内に本社または事業所を有する企業

※申込みや参加料は、不要です。直接お越しください。

問合せ 埼玉県北部地域合同企業説明会事務局（深谷商工会議所内）
☎048-571-2145

ラグビーワールドカップ2019TM チケットの第三次先着販売が開始されます！

ラグビーワールドカップ2019日本大会の第三次先着販売が開始されます。チケット先着販売の最後のチャンスをお見逃しなく。

申込期間 5月18日(土)午後6時～

※チケットIDの登録が必要で
す。詳しくは、公式チケットサイト (tickets.rugbyworldcup.com) をご覧ください。

問合せ 埼玉県県民生活部ラグビーワールドカップ2019大会課
☎048-830-6870



⑤学校、病院、保育所などで健康診断に使用するはかりなど

■手数料 ひょう量 100kg以下 600円
250kg以下 1,000円
棒はかりと懸垂指示はかり 300円

※なお、分銅・おもり付のはかりは、上記手数料のほか1個につき10円が加算されます。

■その他 電気（デジタル）式はかりとひょう量250kgを超える機械式はかりは、別途検査します。

問合せ＝埼玉県計量検定所 ☎048-652-2171
農林商工課 産業振興係 ☎76-5133



美里町指名競争入札経過および結果

(平成31年3月20日開札)

町道363号線 道路改良工事

工 事 場 所：美里町大字下児玉地内

入札対象額：10,597,000円(消費税除く) 契約額：10,746,000円(消費税含む)

業 者 名	入札価格	落札者・価格等
(有)久米組	9,950,000円	(有)久米組 落札価格： 9,950,000円 (消費税除く)
長谷川建設(株)	9,979,000円	
(有)若山建設	10,000,000円	
(株)清水組	10,220,000円	
(有)島崎建材工業	10,260,000円	
砂永建設工業(株)	10,350,000円	
(有)田島建材	10,445,000円	

道路パトロール業務

履 行 場 所：美里町内全域

入札対象額：674,000円(消費税除く) 契約額：680,400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	630,000円	(有)島崎建材工業 落札価格： 630,000円 (消費税除く)
(株)清水組	650,000円	
(有)久米組	650,000円	
(有)若山建設	670,000円	
(有)田島建材	670,000円	
砂永建設工業(株)	700,000円	
長谷川建設(株)	無効	

水道水水質検査業務委託

履 行 場 所：美里町内全域

入札対象額：2,960,000円(消費税除く) 契約額：2,649,888円(消費税含む)

業 者 名	入札価格	落札者・価格等
(一社) 埼玉県環境検査研究協会	2,453,600円	(一社) 埼玉県環境 検査研究協会 落札価格： 2,453,600円 (消費税除く)
(株)総合環境分析 埼玉営業所	2,548,000円	
(株)江東微生物研究所埼玉営業所	2,550,000円	
内藤環境管理(株)	辞退	
ユーロフィン日本環境(株) 埼玉支店	辞退	

計量器（はかり）定期検査の実施について

『計量法』により、取引や証明に使用する「計量器（はかり）」は、定期検査が義務付けられています。

ひょう量が250kg以下の機械式はかりについては埼玉県計量検定所が次のとおり集合検査を実施します。該当するはかりを使用しているかたは必ずこの検査を受けてください。前回（平成29年度）受検されたかたには、事前に通知を送付します。

■日 時 6月13日(木)
午前10時～正午、午後1時～3時

■場 所 美里町役場東側駐車場

■対 象

- ①商店・スーパーなどで商品の売買に使用するはかり
- ②工場、事業所等が原材料購入、製品の販売出荷に使用するはかり
- ③宅配便等の運送業者が貨物の運賃算定のために使用するはかり
- ④観光農園や農産物直売所で料金算定や量目表記のために使用するはかり

埼玉県立熊谷特別支援学校

令和元年度 「就学に向けた学校公開」のお知らせ

日時＝6月6日(木)

午前9時30分～午後0時20分

内容＝学校概要説明、各学部等説明、授業参観
対象者＝

- ・本校への就学（転学）をお考えのかた
- ・本校の教育に関心をお持ちのかた

申込み＝5月24日(金)までに、電話またはファックス

問合せ＝埼玉県立熊谷特別支援学

☎048-532-3689 FAX 048-530-1089

埼玉土建一般労働組合 本庄支部

ふれあい住宅デー開催

地元で働く住まいづくりの専門家が、ボランティアで住宅相談・耐震相談・包丁研ぎや網戸張替などを行います。

日時＝6月9日(日) 午前10時～午後2時30分
(受付終了)

会場＝JA 埼玉ひびきの農協旧美里支店

問合せ＝埼玉土建一般労働組合本庄支部

☎73-1422

お知らせ

湯かつこ設備改修工事に 伴う臨時休館のお知らせ

余熱利用施設『湯かつこ』では、設備の改修工事に伴い、次のとおり臨時休館となります。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。
閉館期間 9月24日(火)～11月30日(土)

問合せ 余熱利用施設『湯かつこ』
☎22-8126

ご協力をお願いします 住宅用火災警報器の 設置調査のお知らせ

全ての住宅で義務化となっている住宅用火災警報器の設置状況調査を行います。無作為抽出により消防職員が自宅を訪問し、玄関先やインターホン越しで聞き取り調査を行いますので、皆さまのご協力をお願いします。

調査期間 5月11日(土)～24日(金)

午前10時～午後5時

調査内容

- ①住宅用火災警報器の設置の有無
- ②住宅用火災警報器を設置している場合は設置の場所
- ③住宅用火災警報器を設置して

いない場合は設置していない理由

- ④住宅用火災警報器の点検（作動確認）の有無と結果
- ※消防署や市役所、町役場の職員が個人宅を訪問し、住宅用火災警報器や消火器の販売などをを行うことはありません。これらの悪質な業者にはご注意ください。

問合せ 消防本部予防課
☎24-8392

イースタン・リーグ公式戦

「埼玉西武ライオンズ対 読売ジャイアンツ」を開催

プロ野球2019イースタン・リーグ公式戦「埼玉西武ライオンズ対読売ジャイアンツ」を左記のとおり開催します。

日時 5月12日(日)

開場 午前11時

試合開始 午後1時

会場 けいアイスタジアム（本庄総合公園市民球場）

前売りチケットシルクドーム、エコーピア、湯かつこ他で販売中

問合せ 本庄市プロ野球等開催実行委員会（シルクドーム内）
☎25-5677



戸籍の窓口（敬称略）

3月届出分 3月16日～4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
笠原 椿乃 （光 治） 下児玉
蓮 萊騎 （直 樹） 広 木

お悔やみ申し上げます

名 前 （世帯主） 行政区
今井 岩雄 （フミ江） 関
重昆 秋久 （アサ子） 関
田島まさ子 （祥 治） 北阿那志
金井モト女 （孝 治） 広 木
山田 五月 （昭 人） 広 木
寶田十代子 （ - ） 木 部
中里 儀兵 （キミエ） 木 部
戸井田民二 （ 豊 ） 古 郡
野沢 かね （ - ） 甘 粕
小瀬川婦美 （惠 尉） 野 中
持宝 好明 （浩 司） 猪 俣
塩原 たけ （重 信） 湯 本
寺井 公枝 （ - ） 湯 本
榎本 正明 （ - ） 大 仏
堀 ハナ （ - ） 大 仏
野沢 健治 （和 江） 円良田

人口と世帯（ ）内は前月比です
（4月1日現在外国籍のかたも含みます）
人口 11,217人 （ - 4人）
男 5,665人 （ + 2人）
女 5,552人 （ - 6人）
世帯 4,367戸 （ + 20戸）

5月1日(水)～6月30日(日)は
「不正大麻・けし撲滅運動」
期間です

大麻の使用は有害で、不正栽培・所持は犯罪です。また、「けし」には法律で栽培が禁止されている種類があります。特に大麻は「海外では合法化されているから害がない」などといった誤った情報が流布され、若年層への乱用の拡大が懸念されています。正しい情報を知り、自分の身を守りましょう。大麻や栽培してはいけない「けし」を発見したら、本庄保健所までご連絡ください。



問合せ＝本庄保健所 ☎22-6481

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 ※診療は午前中のみです

休日の急患診療は、都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
5月12日(日)	中 沢 皮 膚 科	☎22-1112
5月19日(日)	中 村 外 科 医 院	☎21-6211
5月26日(日)	西 澤 整 形 外 科	☎33-0600
6月2日(日)	根 岸 医 院	☎72-0071
6月9日(日)	服 部 ク リ ニ ッ ク	☎24-4671

※6月9日(日)は耳鼻咽喉科のみ午後5時まで診療します。

○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。



講演会を開催します!!
『地域の医療と健康を
考える会』（GHWの会）
様々ながんに対する疑問や不安の解消に少しでも役立つような総論的な治療の話からがんの

児玉警察署からのお知らせ
元号の改元名目の
詐欺に要注意!!
元号の改元を理由に、銀行協会などを名乗り、電話やハガキなどで「キャッシュカードの変更・更新が必要」、「キャッシュカードの不正操作防止のため」などとうそをつき、キャッシュカードをだまし取る詐欺が行っています。
このような電話やはがきが来たら：それは詐欺です!!
絶対にキャッシュカードを渡してはいけません。
詐欺の被害にあわないよう、必ず警察や家族に相談してください。
また、オレオレ詐欺や架空請求詐欺も多発していますので、合わせて用心してください。
電話やハガキでお金のお話が出たら、それは詐欺です!
問合せ＝児玉警察署
☎72-0110



診療を行っていく上でどうしても必要な緩和ケアまで紹介します。
日時＝5月25日(土)
午後2時～4時
（受付 午後1時40分～）
講師＝伊藤 博 氏（深谷赤十字病院 院長）
演題＝「がん治療の緩和ケア」
会場＝早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター13階レクチャールーム1
定員＝100名程度（事前申込者優先）
費用＝500円
申込み＝5月21日(火)までに住所・氏名・連絡先を明記のうえファックスまたは電話
申込み・問合せ＝（公財）本庄早稲田国際リサーチパーク
☎24-7455
FAX 24-7465
（平日午前9時30分～午後5時のみ連絡可）

お手軽クッキング 217

～減塩レシピ～

サンラータンスープ

1人当たり	
エネルギー	塩分
84kcal	0.9g

材料（4人分）

- トマト……………300g
えのきたけ …… 80g
鶏がらスープ 600ml
酒……………大さじ2
塩……………小さじ2/3
こしょう ……少々
片栗粉 ……大さじ2
水……………大さじ4
卵……………1個
りんご酢または米酢 大さじ4



作り方

- ① トマトはひと口大に切る。えのきたけは根元を落として半分に切り、ばらしておく。
- ② 鍋にAとトマト、えのきたけを加えて軽く煮込む。
- ③ 水溶き片栗粉でとろみをつけ、卵を加えてさっと煮る。
- ④ 器にりんご酢（小さじ1ずつ）を入れておき、熱々のスープを注ぐ。

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

入会歓迎！
こちら「シルバー人材センター」です

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。町内に在住の60歳以上のかたで、働く意欲のある健康な人を歓迎します。くわしい内容を知りたいかたは「入会説明会」にご参加ください。お待ちしております。

入会説明会 日時＝5月15日(水) 午前10時30分～
場所＝遺跡の森館

これからの季節、刈払機を使用した「除草作業」や植木など「剪定作業」の依頼が多くなります。特に、除草作業などができるかたの入会をお待ちしています。

申込み・問合せ＝シルバー人材センター
（遺跡の森館内）☎76-5430

2019年工業統計調査を実施します

工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として活用されます。

調査時点は2019年6月1日です。調査票へのご回答をお願いいたします。

総務省・経済産業省・都道府県・市区町村

おめでとうございます

はじめの誕生日 満1歳

お知らせ

7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。5月31日(金)までに総合政策課へご連絡を！

しらishi こうき
白石 康葵ちゃん (駒衣)

〈平成30年5月28日生〉

こうちゃん。1歳のお誕生日おめでとう。いつもニコニコ穏やかな康葵にみんなメロメロだよ。いつまでもその笑顔でいてね。



こあみ めい
小網 芽依ちゃん (駒衣)

〈平成30年5月12日生〉

笑顔がとってもかわいいめいちゃん！家族みんなの癒しだよ♡兄妹仲良く、芽依の幸せがずっと続きますように...大好き♡



いしかわ そう
石川 蒼ちゃん (湯本)

〈平成30年5月30日生〉

1才のお誕生日おめでとう☆いつもにこにこ笑顔の蒼君が大好きだよ♡これからもお兄ちゃんと仲良くすくすく大きく育ってね！



しまだ ふうが
島田 楓雅ちゃん (猪俣)

〈平成30年5月22日生〉

いつもニコニコ笑顔が可愛いふうちゃん♡お兄ちゃんたちと一緒に遊ぶのが大好き！これからも健やかに成長して行ってね。



えぐろ み の り
江黒未乃李ちゃん (小栗)

〈平成30年5月16日生〉

初めての誕生日おめでとう！みいちゃんのかわいさは、家族を笑顔にしてくれているよ。ありがとう。元気ですくすく育ってね。



ミムリン日記



4月14日 (日) ☀️☁️

今日は広木のみが神社の春の例大祭に行ってきたよ！例大祭は、その神社で行われる最も重要な盛大なお祭なんだって。

去年からは、広木屋台囃子保存会が参加していて、太鼓と笛の演奏をして神さまを祭っているんだって。

地元の神社の例大祭に、子どもたちをはじめこれなにたくさん集まるってステキだね！

地域の「つながい」大切にしたいよね(´▽`)



ミムリンツイッターもみてね！

