



広報

みさと

MISATO

9

Sep.2017
No.554

明日、 もし晴れたら 公園へ行こう



緑園町マスコット

ミムリン

空がだんだん遠くを感じるようになる9月、暑さもおさまり、お出かけしやすい季節になりました。

どこか外にお出かけしたいけど、どこに行ったらいいか分からないー。そんな時は、近くの公園に出かけてみませんか。

青空の下、公園でぶらぶら歩くだけで心も体もリフレッシュできます。また、ミムリン健幸ポイント事業（2～3ページ）に参加すれば、歩くだけでポイントを獲得することができ、いいことづくしです！



ミムリン健幸ポイント事業スタート！

ポイントを貯めて「みさと元気チケット」と交換しよう！

事業スケジュール

各ポイント項目に取り組み、
ポイントを獲得

9月1日～12月31日

獲得したポイントの合計が記載された
通知をもって、美里町商工会が発行す
る「みさと元気チケット」と交換
(5,000ポイントが上限)

平成30年 2月中旬～3月上旬

歩数計で参加する場合の注意点

歩数のポイントを獲得するためには、30日に
1回歩数計をリーダーライターにかざし、歩数の
データを送信してください。

■リーダーライターの設置場所

- ①美里町役場
- ②保健センター
- ③コミュニティセンター

※設置場所は今後増設する予定です。
広報などでお知らせします。



*アプリで参加した場合には、
自動でポイントを獲得できます。

ポイント項目

項 目	ポイント獲得条件	ポイント数
歩 数	1日の歩数が年齢別に設定された目標歩数を達成	1～10Pt/日
特定健診など	特定健診または人間ドックを受診	1,000Pt/年 1回
	受診後、結果が健康な人（すべての項目が基準値以内）	1,000Pt/年 1回
がん検診など	胃がんリスク・前立腺がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症・歯周疾患検診を受診	50Pt/各 1回
高齢者いきいき 対策事業	高齢者いきいき対策事業に参加	500Pt/回 (年 2回まで)
事業・イベントに 参加	めざせ！毎日1万歩運動、 元気！いきいき100歳体操サポーター養成講座に参加	1,000Pt/回 (年 2回まで)

歩数によるポイント

年 齢	1ポイント	4ポイント	7ポイント	10ポイント
30歳～44歳	2,000歩	4,000歩	6,000歩	8,000歩
45歳～64歳	2,000歩	3,000歩	5,000歩	7,000歩
65歳～74歳	1,000歩	3,000歩	5,000歩	6,000歩
75歳～	1,000歩	2,000歩	4,000歩	5,000歩

※年齢は平成29年度末の年齢です。

ミムリン健幸ポイント事業 Q&A

- Q** 9月からの4か月間、どんなことをすればいいの？

A 毎日の運動や各種健診（検診）を受診し、健康づくりに取り組んでください。
- Q** ミムリン健幸ポイント事業に参加した場合、運動教室などに参加しなければいけないの？

A その必要はありません。上記のポイント項目に取り組むことでポイントを獲得できます。
- Q** 9月1日以降でも途中から参加できるの？

A 参加することができます。アプリによる参加の場合は、利用登録するだけです。歩数計による参加の場合は、参加申込書を保健センターへ提出してください。その後歩数計を配布します。
- Q** 歩数計を紛失したり壊してしまった場合はどうすればいいの？

A 歩数計を購入していただく必要がありますので、保健センターへご連絡ください。
- Q** 獲得したポイントはいつ「みさと元気チケット」と交換できるの？

A 交換期間は2月中旬から3月上旬を予定しています。なお、2月上旬に交換期間と獲得したポイントの合計が記載された通知を送付します。
- Q** 獲得したポイントはいつでも「みさと元気チケット」と交換できるの？

A 保健センターで複数回、交換会を実施します。また、交換期間内であれば美里町商工会でも交換することができます。
- Q** この事業は平成29年12月31日で終わるの？

A 平成30年1月1日以降も継続して実施します。詳細については決まり次第お知らせします。
- Q** 獲得したポイントは平成30年1月以降に引き継げるの？

A ポイントは引き継ぐことはできません。ポイント交換期間内に必ず「みさと元気チケット」と交換してください。また、交換期間内に交換しなかった場合、すべてのポイントが無効となります。

問合せ 保健センター
☎ 76 - 2855

各種証明書の手数料と 請求方法について

～10月 1 日から手数料が変わります！～

証明書などの交付手数料の改定について

交付事務処理に要する経費と受益者負担の適正化を図るため、次のとおり住民票などの交付手数料の一部を改定します。10月 1 日からの交付手数料が変わりますので、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

※戸籍全部(個人)事項証明、除籍謄抄本など、料金に変更のないものについては掲載していません。

対象となる証明書など		改定後	対象となる証明書など		改定後
住民関連	住民票（個人）	1 通 200円	税務関連	完納証明書	1 枚 200円
	住民票（世帯）	1 通 200円		所在証明書	1 枚 200円
	住民票記載事項証明書	1 通 200円		営業証明書	1 枚 200円
	住民票除票	1 通 200円		評価証明書(土地・家屋)	1 枚 200円
	印鑑証明書	1 通 200円		公課証明書(土地・家屋)	1 枚 200円
	戸籍の附票	1 通 200円		資産所有証明書	1 枚 200円
	身分証明書	1 通 200円		名寄帳	1 枚 200円
	住民基本台帳の閲覧	1 時間 1, 200円		地籍図（A 3 まで）	1 枚 200円
税務関連	納税証明書	1 枚 200円	他	〃（A 3 を超えるサイズ）	1 枚 400円
	所得証明書	1 枚 200円		固定資産台帳の閲覧	1 冊 200円
	課税証明書	1 枚 200円		その他の証明書	1 通 200円
	非課税証明書	1 枚 200円			

窓口での各種証明書の請求について

窓口で証明書を請求するときは、必ず本人確認できる書類をお持ちください。運転免許証、マイナンバーカード、パスポートなど顔写真が貼付されているものは1点、顔写真が貼付されていない健康保険証、介護保険証、年金手帳などの書類については2点以上お持ちください。

★本人確認一覧

1 点確認	運転免許証、マイナンバーカード、パスポート、身体障害者手帳、療育手帳、在留カードなど
2 点確認	健康保険証、介護保険証、年金手帳、医療費受給者証、児童扶養手当証、預金通帳、学生証、社員証など

また、証明書によって、請求できるかたが異なりますので、下記を参考にしてください。

証明書を請求できるかた

【住民票・住民票記載事項証明書・住民票除票】⇒本人または同一世帯のかた
※親族でも住民票が別（別世帯）の場合や、代理人の場合は委任状が必要です。

【印鑑証明書】⇒本人

◎必ず印鑑登録証（カード）が必要です。

※代理人が請求する場合も印鑑登録証が必要です。委任状、実印は不要です。

【戸籍の附票】⇒本人、配偶者、直系尊属（両親や祖父母）または直系卑属（子や孫）

◎美里町に本籍のあるかたが請求できます。

※本人、配偶者、直系尊属（両親や祖父母）または直系卑属（子や孫）以外のかたが請求する場合は委任状が必要です。

◎戸籍全部(個人)事項証明、除籍謄抄本、原戸籍謄抄本などについても同様です。

【身分証明書】⇒本人

◎美里町に本籍のあるかたが請求できます。

※本人以外のかたが請求する場合は、委任状が必要です。

【税務関連証明書】⇒本人または同居の親族(個人)、法人の代表者(法人)

※本人または同居の親族以外のかたが請求する場合は、委任状が必要です(個人)。

※代表者以外のかたが請求する場合は、委任状が必要です(法人)。

問合せ＝住民福祉健康課 住民福祉係 ☎76-5132
総務税務課 税務係 ☎76-5131

マイナンバー
に関する
お知らせ



通知カードの再交付申請について

通知カードを紛失してしまった場合などは、役場で通知カード再交付の申請ができます。役場で申請を受け付けたのち、地方公共団体情報システム機構から郵送で通知カードが届きます。申請からお手元に届くまでに2～3週間程度かかりますのでご了承ください。

- 本人が申請する場合に必要なもの……本人確認書類（コピー不可）★本人確認一覧参照
※本人以外のかたが申請する場合や、本人が15歳未満の場合は追加の必要書類があります。事前に担当までお問い合わせください。
- 手数料…… 1 件 500円

急ぎでマイナンバー（個人番号）を知りたいかた

住民票でもマイナンバーを確認することが出来ます。通常の住民票にはマイナンバーは記載されていません。窓口でお申し出ください。

- 請求できるかた…本人または同一世帯のかた
- 必要なもの……本人確認書類 ★本人確認一覧参照
- 手数料……… 1 通 200円
※同一世帯以外のかたが申請する場合は委任状が必要です。マイナンバー入りの住民票は、代理人のかたに窓口でお渡しできませんので、本人宛に郵送します。

郵送でマイナンバーカードの申請をお考えのかた

通知カードと一緒に送付された、マイナンバーカード申請用の封筒はこれまで切手不要でしたが、有効期限が「平成29年10月4日」までとなっています。この日以降に郵送にてマイナンバーカードを申請するかたは、封筒に切手を貼って出してください。

※パソコンやスマートフォンでのマイナンバーカード申請はこれまでと変わりません。

問合せ＝住民福祉健康課 住民福祉係 ☎76-5132

職場の健康保険に加入するとき、 やめるときは必ず届出を！

国保に加入するとき、やめるときには14日以内に届出が必要です。



	こんなとき	届出に必要なもの
国保に加入するとき	ほかの市区町村から転入してきたとき	転出証明書、印鑑
	職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をやめた証明書、印鑑、マイナンバーカードまたは通知カード
	職場の健康保険の被扶養者からはずれたとき	被扶養者でない理由の証明書、印鑑、マイナンバーカードまたは通知カード
	子どもが生まれたとき	保険証、母子健康手帳、印鑑
	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書、印鑑
	外国籍の人が加入するとき	在留カード、パスポート
国保をやめるとき	ほかの市区町村に転出するとき	保険証、印鑑
	職場の健康保険に加入したとき	国保と職場の両方の保険証、印鑑、マイナンバーカードまたは通知カード
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	国保と職場の両方の保険証、印鑑、マイナンバーカードまたは通知カード
	国保の被保険者が死亡したとき	保険証、死亡を証明するもの、印鑑
	生活保護を受けるようになったとき	保険証、保護開始決定通知書、印鑑
	外国籍の人がやめるとき	保険証、在留カード

◎加入の届出が遅れると…

保険税は加入の資格を得た月までさかのぼって納めなければなりません。

◎やめる届出が遅れると…

保険税を二重に支払ってしまうことがあります。保険証が手元にあるため、うっかり使って診療を受けると、国保が負担した医療費をあとで返還していただくことになります。

※お届けの際は、上記のものに加えて、下記のものがが必要です。

- ・窓口に来るかたの本人確認書類（運転免許証やマイナンバーカードなど）
- ・委任状（別世帯のかたが窓口に来る場合）

国民健康保険被保険者証の更新について

現在お持ちの被保険者証の有効期限は平成29年9月30日となっています。
新しい被保険者証（茶色）は、9月中に送付します。

10月以降、病院などにかかる時は新しい被保険者証をご使用ください。
一世帯ごとにまとめて世帯主様宛にお送りします。
加入しているご家族皆さまの分が届いたか、ご確認ください。

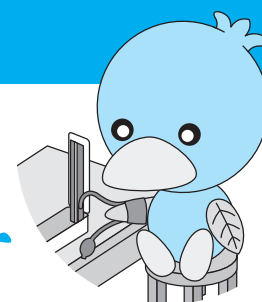


美里町国民健康保険のお知らせ

問合せ 〓 住民福祉健康課 保険年金係
☎ 76・1366

国民健康保険制度の改革について

平成30年4月から 国民健康保険制度が変わります



「持続可能な医療保険制度を構築するための国民健康保険法の一部を改正する法律」が平成27年5月27日に成立し、国民健康保険制度が大きく変わることになりました。

安定的な財政運営と効率的な事業運営を目指し、 都道府県が財政運営の責任主体へ

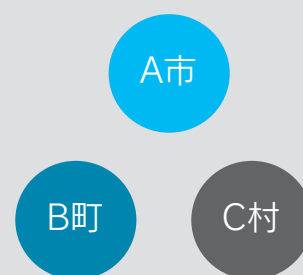
現在、国民健康保険の運営は市町村それぞれが保険者となって運営していますが、「高齢者が多い」「医療費が増加している」「所得の少ないかたが多い」「小さな町村は財政運営が不安定になりやすい」など、構造的な課題を抱えています。こうした状況を解消するため、平成30年度からは、都道府県が財政運営の責任主体となり、安定的な財政運営や効率的な事業運営の確保など、国保運営の中心的な役割を担い、制度の安定化を図ることになりました。

これにより平成30年4月1日からは、埼玉県と美里町が共同保険者となって運営していくことになります。保険税の賦課・徴収や保険証の資格管理、特定健康診査などの保健事業は、町民の皆さまに身近な業務として、引き続き町が行います。

現在、国民健康保険に加入されているかたには、平成29年10月からの新しい国民健康保険被保険者証と一緒に国保制度改正のチラシも送付しますので、ぜひご覧ください。

現 在

各市町村が個別に 運営の責任主体

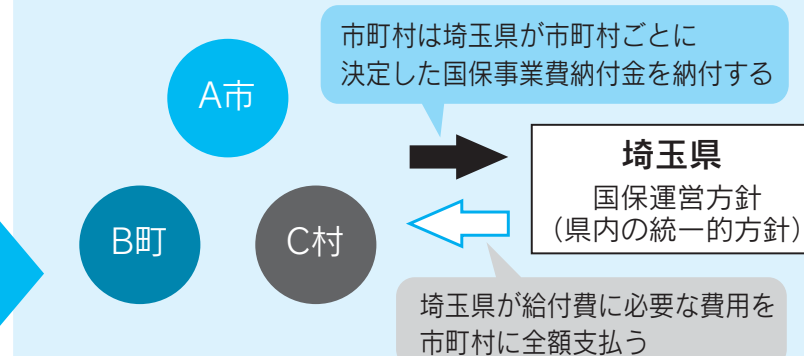


【市町村】

- ◎資格管理（被保険者証など発行）
- ◎保険税率・額の決定、賦課・徴収
- ◎保険給付
- ◎保健事業 など

平成30年度～

都道府県が財政運営の責任主体



【市町村の役割】

- ◎資格管理（被保険者証など発行）
- ◎保険税率・額の決定、賦課・徴収
- ◎保険給付
- ◎保健事業 など

【埼玉県の役割】

- ◎市町村ごとの納付金を決定
- ◎市町村ごとの標準保険税率を算定・公表
- ◎給付に必要な費用を市町村に全額交付 など

地域包括支援 センターからの お知らせ



9月是世界アルツハイマー月間です

9月21日は世界アルツハイマーデーです。認知症の人やその家族への施策の充実を目的に国際アルツハイマー協会が制定しました。

そこで、9月を世界アルツハイマー月間とし、世界各国で様々な啓発活動が行われています。

美里町でも、認知症に対する正しい理解をすすめ、本人やその家族が住み慣れた町で暮らし続けることのできるまちづくりを目指して、様々な取り組みを行っています。

「認知症サポーター養成講座」を 開催しませんか？

認知症の人と家族を支援する『認知症サポーター養成講座』（出前講座）を開催しています。

「認知症サポーター」とは、何か特別なことをする人ではなく、認知症の正しい知識やつきあい方を理解し、認知症の人や家族に対して温かい目で見守る応援者として、自分のできる範囲で活動します。

講座を受講されたかたには、認知症のかたを支援する「目印」として、オレンジリングをお渡しします。開催を希望する場合には地域包括支援センターまでご連絡ください。

■講座時間＝90分程度

■講師＝キャラバン・メイト

（認知症に関する特別研修を修了したかた）

■開催要件＝・5名以上の団体

・町内で会場を用意できる団体

※電話または来所にてお申し込みください。日程や時間などの調整をさせていただきます。

「脳の元気度チェック＆相談会」を 実施しています

「最近、もの忘れがひどくなった」「家族が認知症ではないか」などの悩みを抱えてはいませんか？

美里町では、認知症の早期発見・診断を目的として「脳の元気度チェック＆相談会」を実施しています。

認知症ではないかと心配されているかた、またはご家族のかた、気軽にご相談ください。

■対象者＝町内在住の認知症の心配があるかた、またはご家族

■実施日＝毎週火曜日（祝日は除く）

■時間＝午前9時30分～11時30分

■場所＝保健センター

■申込み＝電話か来所での事前予約



申込み・問合せ＝地域包括支援センター ☎76-1325

健康ポイント③ 健康寿命

今月から健康ポイント事業を開始します。毎日の歩数、各種健診、いきいき事業参加などでポイントが貯まります。貯まったポイントは町内で使える商工会みさと元気チケットと交換ができます。さて、平均寿命と健康寿命をご存じでしょうか？

平均寿命は0歳児が平均何年生きられるかです。健康寿命は健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間です。埼玉県と美里町の平均寿命と65歳からの健康寿命を比較すると、男女とも県平均を下回っており、特に男性の差が顕著です。

また、40歳から74歳の死因は悪性新生物が1位で半数近くを占めています。75歳以上になると脳血管疾患が1位に上がり、年齢階層を問わず、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患、肺炎が4位までを占め、割合はその4つの死因で全体の約70%となっています。

加齢により複数の病気を抱えることはやむを得ません。しかし、生活習慣を見直すことで医療や介護の期間を少なくできると考えます。健康は何ものにも代えられません。特に男性にはこの健康ポイント事業にぜひとも参加いただきたい。ご家族や友人、できれば奥様や子供さんからの口コミが大変効果があります。無関心なお父さんの代理申請もできます。保健センターか保険年金係にご相談ください。

始めるまでが大変、その後は結構継続しているようです。

町長コラム

104



運転免許の自主返納をお考えの高齢者のかたへ

1 高齢者運転免許証自主返納支援事業について

町では、高齢者のかたの運転による交通事故の防止を図るため、運転免許の自主返納を推進し、支援を行っています。

【対象となるかた】

運転免許の自主返納を行った日において満70歳以上のかたで、町内に住所を有するかた

【支援内容】

みさと元気チケット（商品券）1万円分を交付します。（1回限りの交付）

＊みさと元気チケットの利用方法

みさと元気チケットは、みさと元気チケット取扱店で使用が可能です。また美里町公共交通タクシー券を使用し、残りの自己負担分を支払う際に、使用することが可能です。

【申請方法】

運転免許を自主返納した際、埼玉県公安委員会から交付を受けた「運転経歴証明書」の写しと印鑑を持参のうえ、申請してください。

【問合せ】

住民福祉健康課 住民福祉係
☎76・5132

2 運転免許の自主返納申請 手続について

この制度は、高齢などにより身体機能の低下を自覚し、自らの安全と道路交通に与える影響を考慮して、保有している運転免許の全部または一部を、自らが申請して、運転免許の自主返納を行うものです。

なお、保有している免許の全部を自主返納した際、希望により「運転経歴証明書」の交付申請を行うことができます。

【対象者】

有効な運転免許を保有し、埼玉県内に居住するかた

【申請場所】

鴻巣警察署を除く各警察署または運転免許センター

【受付時間】

午前8時30分～11時、午後1時～3時30分

【持参するもの】

現在お持ちの運転免許証
※運転免許の自主返納は、本人の意思を確認するため、本人以外の代理申請はできません。

【問合せ】

児玉警察署 ☎72・0110

【イメージ図】

児玉警察署または運転免許センター
運転免許の自主返納申請手続

児玉警察署または運転免許センター
運転経歴証明書の交付申請手続

運転経歴証明書の発行
※手数料 1,000 円かかります。

住民福祉健康課 住民福祉係
高齢者運転免許証自主返納支援事業の交付申請

みさと元気チケット（1万円分）の交付

◎シルバー・サポート制度について

運転免許を自主返納した高齢者が、サービス店として登録しているお店や事業所など（シルバーサポート制度のロゴマークの提示店舗など）で「運転経歴証明書」を提示するとさまざまな特典（料金割引など）が受けられる制度です。



シルバーサポート制度の
ロゴマーク



町では5月と9月をあいさつ・ありがとう重点推進月間として、
あいさつ・ありがとう運動を推進します。

さあ今こそ！ 元気なあいさつで 明るい社会をつくろうよ 地域で！ 学校で！ 職場で！

人とのつながりも、子どもの教育も、地域の安全も、全てはあいさつ
からはじまるよ。



美里町マスコット
ミムリン

「ありがとう！」は魔法の言葉



美里町マスコット
ミムリン

お母さんに ありがとう！
お父さんに ありがとう！
家族に ありがとう！
お友だちに ありがとう！
みんなに ありがとう！

「ありがとう運動」は家庭、学校、地域、大人とこどもの心をつなぐ運動です。

主唱：美里町・美里町教育委員会・区長会

問合せ＝住民福祉健康課 住民福祉係 ☎76-5132

就業構造基本調査を 実施します

総務省統計局では、10月1日現在で、「就業構造基本調査」を実施します。

この調査は、ふだん仕事をしているかどうかや、就業に関する希望や就業異動、育児・介護の有無などについて調査をします。

9月下旬から、調査員が調査対象世帯に伺いますので、ご回答をお願いします。

また、パソコンやスマートフォンを使って回答することができます。

ご協力をお願いします。

問合せ＝農林商工課 産業振興係
☎76-5133

浄化槽の維持管理について

浄化槽をお使いのかたは、「保守点検」「清掃」「法定検査」の3つの維持管理が義務付けられています。

地域の生活環境や河川をきれいに保つためにも、正しい利用と適切な維持管理をお願いします。

○保守点検

年3～4回、機器の点検・調整や消毒液の補充を行うことです。

○清掃

年1回、浄化槽の内部にたまった固形物などを引き抜くことです。

○法定検査

年1回、浄化槽からの放流水などをチェックして浄化槽が十分に機能を発揮しているかを検査するものです。

法定検査については（一社）埼玉県浄化槽協会に直接お申し込みいただくか、ご契約されている保守点検業者・清掃業者へご相談ください。

法定検査の申込み

（一社）埼玉県浄化槽協会法定検査部（知事指定検査機関）

☎048・501・5707

問合せ＝建設水道課

建設環境係 ☎76・5134

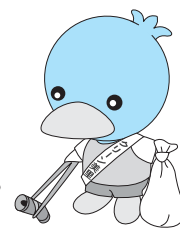
9月10日（日）

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

※9月10日が雨天の場合は、9月17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
古 郡	関越高速西側 大島宅裏ごみ収集所

行政区	収集場所
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 柝	湯柝集会所
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

問合せ＝建設水道課 建設環境係
☎76-5134

家庭ごみは、正しく分別して

指定日にごみ収集所に出しましょう

野焼きは禁止されています。

「近所の人が庭でごみを燃やして

いて、煙がすぐ近くで困っている。」

「洗濯物に臭いが付いてしまう。」

といった苦情が多く届いています。

ごみを燃やすと、煙や悪臭が発生

します。こうした行為は住民トラブ

ルを招くだけでなく、ダイオキシン

類などの有害物質を発生させ、健康

に害を及ぼします。

家庭から発生したごみは、正しく

分別し、指定日にごみ収集所に出

してください。

違反すると

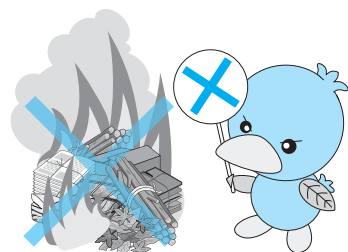
罰則があります！

「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」に違反する焼却行為を行った場合、行為者に対して5年以下の懲役または1,000万円以下の罰金、またはその両方が科せられます。

野焼きとは…

◎ドラム缶などを使用しての焼却

◎地面に穴を掘っての焼却 など



※農業、林業、漁業を営むために行う野焼きは、法律上例外として認められていますが、少量の焼却を心がけ、煙や臭い、風向きなど近隣の迷惑にならないよう、配慮してください。

※周辺のかたから苦情が寄せられた場合、認められている焼却行為についても注意などを行うことがあります。

問合せ＝建設水道課 建設環境係

☎76・5134

保健センターだより

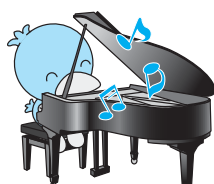
よく楽しみ、よく休もう！

「休養」には、「休む」と「養う」という2つの面があります。リラックス（休）により、心身の疲れをとり、活力ある状態に戻ったり、健康な体を維持します。リフレッシュ（養）により明日への英気を養い、意欲的に活動できるようになります。

ストレス解消にリフレッシュいろいろ



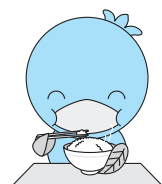
●没頭できる
趣味をもつ



●音楽を聴く・
演奏する



●スポーツや
旅行を楽しむ



●食事を楽しむ



●大掃除をする

睡眠は「休」「養」どちらも担う

睡眠中は成長ホルモンが分泌されて、全身のメンテナンスが活発に行われます。また、脳は1日の情報を処理して記憶を定着させて、休息もとります。良質な睡眠をとるには、昼間活動的に過ごし、適度に疲れることが必要です。

よい睡眠のための生活習慣と環境

朝

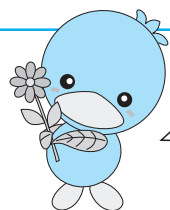
- ◎毎朝同じ時間に起きて、朝日を浴び体内時計をリセットしましょう
- ◎体の目覚めのために、朝食を食べましょう

昼

- ◎朝食後や夕方に散歩などの軽い運動をしましょう
- ◎日中の眠気は短時間の昼寝で解消しましょう

夜

- ◎入浴はぬるめのお風呂に、就寝2時間前までにしましょう
- ◎寝る1時間前からはパソコンや携帯電話の青い光、カフェインを避けましょう



夏バテや熱中症予防のためにも、十分な休養をとみましょう！

問合せ＝保健センター ☎76-2855

あの大河ドラマで話題の遠州へ！

美里町民号のおしらせ

今年の美里町民号は、「直虎ゆかりの地を巡る遠州味覚の旅」として、町民号ボランティアアスタツフが、見所・食べ所・買い物所、盛り沢山の内容で企画しました。



■開催日 11月28日(火)～29日(水)
■宿泊地 静岡県館山寺温泉
■旅行費用 25,000円
詳しくは10月1日から配布する募集チラシをご覧ください。
皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

旅行企画・実施

近畿日本ツーリスト(株)熊谷支店
観光庁長官登録旅行業 第1944号

問合せ＝総務課 総務係

☎76-11115

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 9月18日(月・祝) 午前10時～午後2時

開催場所 美里町役場西側駐車場

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。
町内の知られざる逸品などを紹介します！

Marche & Cafe

《食べ物・飲み物などの販売》



【ブルーベリー加工品】

ファームてんとうむし

【ダチョウの皮革、クリーム】

美里オーストリッチファーム

【生花】

KEN FLOWER

【地元産新鮮野菜】



【和菓子】

菓子処たかはし

【コーヒー】

cafe TsuMuGi

【窯焼きピザ】

正喜バル

※その他出店あり

Goods & Quiz

《フリーマーケット》

日用雑貨、メダカなど販売！掘り出し物があるかも！

《クイズラリー》

クイズに答えて町の魅力を知ろう！

Event

《目玉イベント》

ダチョウ卵の目玉焼き

実演・試食会

第1回 正午～

第2回 午後1時～

試食もできます！
この大きさ
見に来てください！

Bingo

《ビンゴ大会》

午後1時30分～

景品：ミムリンググッズなど

※ビンゴカードは、正午～配布予定

(なくなり次第終了)

参加無料！

《美里町歴史紹介イベント》

埴北歴史研究会



History

歴史を動かした
美里三大ヒストリー

第1回

午前10時30分～

第2回

午前11時30分～

第3回

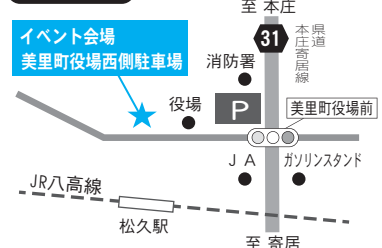
午後0時30分～

Mimurin

ミムリンも
来るから
遊びに来てね！



会場案内



■主催：ミムリン手づくりイベント実行委員会
■後援：一般財団法人地域活性化センター、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

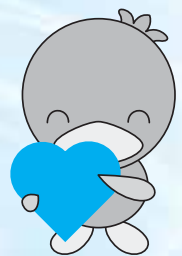
※イベント内容は変更になる場合があります。
また強風・豪雨などの場合には、一部イベントを中止する場合があります。
このイベントは、公益財団法人地域社会振興財団の交付を受け、長寿社会づくりソフト事業として実施しています。

仕事が長続きしない... 人とのコミュニケーションに自信が無い... 感情がコントロールできない...

発達障害者就労支援センター（ジョブセンター） をご利用ください！

ビジネスマナーがわからない... 人の指示が理解できない... 思いとおりにならないと混乱してしまう...

埼玉県では、発達障害に特化し、就労相談から職業能力評価、就労訓練、就職活動支援、職場定着支援までをワンストップで提供する「発達障害者就労支援センター（ジョブセンター）」を運営しています。



【会場・問合せ】

- ①ジョブセンター川口
川口市本町4-1-8 川口センタービル4階
☎048-227-3400 (川口駅東口下車徒歩3分)
- ②ジョブセンター草加
草加市氷川町2101-1 シーバイオビル3階
☎048-929-7600 (草加駅西口下車徒歩1分)
- ③ジョブセンター川越
川越市協田本町13-5 川越第一生命ビル5階
☎049-249-8772 (川越駅西口下車徒歩5分)
- ④ジョブセンター熊谷
熊谷市桜木町1-137 サンライズ桜木・堀口第二ビル4・5階
☎048-501-8917 (熊谷駅南口下車徒歩1分)

同センターでは、発達障害のために就労が困難な方を支援し、それぞれの得意な分野でこれまでに200人以上が就職しています。

【対象】

医師の診断や障害者手帳の有無にかかわらず、発達障害の特性を持ち、その自覚があるかたで企業などへの一般就労（障害者雇用枠での就労を含む）を希望しているかた。ただし、障害福祉サービスの就労移行支援を利用して訓練を受ける際には、医師の診断および市町村による障害福祉サービスの受給決定が必要です。

「第12回花いっぱい運動」 参加団体・グループ募集中

美里町コミュニティ協議会では、花いっぱい運動に参加してくださる団体・グループに花の苗を配付しています。



花いっぱい運動は、地域みなさんに花を植えていただき、町内を明るく美しく彩る運動です。花の苗は公民館や道路沿いの用地などの公共性の高い場所に植栽してください。

参加を希望する団体・グループは、9月29日(金)までに美里町コミュニティ協議会事務局へお申し込みください。

花の苗は、パンジー、ビオラ、ノースポールを予定しています。苗のみの配付ですので、プランターなどに植栽する場合は、各団体でご用意ください。

苗の配付日などについては、協議会で取りまとめ調整後に申請者へ連絡します。

■問合せ＝美里町コミュニティ協議会事務局(総務税務課内)
☎76-1115

地域でお祝い「長寿の集い」 事業の対象者の年齢引き上げ について

70歳→75歳に
引き上げました

長寿をお祝いし、健康でいきいきと暮らし続けていただけるよう、行政区が主体となり実施している地域でお祝い「長寿の集い」事業の対象者の年齢を、今年度から、75歳に引き上げました。

地域でお祝い「長寿の集い」事業の開催については、行政区から案内がありますので、ご参加いただきますようお願いいたします。

■問合せ＝住民福祉健康課
住民福祉係 ☎76-5132

これまで料理なんてできないと思ってたそのあなた！
立派な料理を作らなければならないと思っていたそのあなた！
最初からうまくできる必要なんてありません！
簡単に、手間をかけず、多少見た目が悪くても美味しければいいんです！
美味しいと言ってくれる、家族の笑顔をみてみませんか！！
自分自身にも新しい発見があるかも…

◎おかあさんの帰りが遅いとき、自分が子どもたちに料理を作っておあげられれば…
◎なにか新しいことをはじめてみたい…
◎こんな風に考えたことはありませんか？
◎エプロン姿のおとうさんカッコいい！
◎おとうさんも料理できるんだ！
こんな風に思ってもらえるかも…！

まずは始めてみませんか？



ご注意ください

若い女性が性的な被害を受ける問題が発生しています。

■どんな被害があるの？

AV強要問題の被害事例

「モデルになりませんか」と声をかけられ、ついていったらアダルトビデオへの出演を強要され、断れずに撮影にに応じてしまった。

JKビジネスの被害事例

「簡単なアルバイトで高収入」という広告につられて応募したら、面接で服を脱ぐよう要求され、写真まで撮られた。

■被害にあわないためには？

まずは落ち着いて考えましょう。うまい話かとも思っても、すぐに飛びつかないようにしましょう。

個人情報などは安易に出さないようにしましょう。脅される、拡散されるなどの危険があります。

■もしも被害にあってしまったら

もし被害にあってしまった場合は、ひとりで悩まないで、ご相談ください。

その契約、 そのアルバイト、 大丈夫ですか？



主な相談窓口

◎女性の人権ホットライン

0570・070・810

最寄りの法務局・地方法務局につながります。

◎警察相談専用電話

#9110

最寄りの都道府県の警察本部などの総合窓口につながります。

問合せ＝総務税務課 総務係

☎76・1115

公民館だより



やさしいヨガ教室

もう一度、見つめ直そう心と身体。ヨガを通して心と身体を整えて腰痛や肩こり・ストレスなどを解消してみませんか。

- ◎期日 9月12日(火)・19日(火)・26日(火)、10月3日(火)
- ◎時間 午後7時30分～9時
- ◎場所 中央公民館 大ホール
- ◎参加費 無料
- ◎募集人数 15名
- ◎持ち物 ヨガマットまたは大きなバスタオル
- ◎主催団体 美里町ヨガクラブ
- ◎申込受付 9月4日(月)午前9時から電話受付

森の図書館だより

新しい本を紹介します。ぜひご来館ください。

【一般書】

- 1934年の地図
- あなたならどうする
- 外反母趾はゆりかご歩きで治る！
- バランスごはん

堂場瞬一/著
井上荒野/著
古屋達司/著
有元葉子/著

【児童書】

- いえすみねずみ ジョン・バーニンガム/作・谷川俊太郎/著
- いただきます図鑑 山本謙治・ほうずコンニャク/監修
- こんとんじいちゃんの裏庭 村上しいこ/作
- 学校で知っておきたい著作権 小寺信良/著

休館日 毎週月曜日 9月29日(金)【整理日】 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

問合せ＝森の図書館 ☎75-2055 HPアドレス＝<https://www.lib100.nexs-service.jp/misato/webopac/index.do>



読書手帳
配布中！

図書利用カード登録

【受付時間】火～金：午前10時～午後5時30分
土日祝日：午前10時～午後4時30分

【登録に必要なもの】

- ・本人確認書類（免許証、保険証など）
…氏名・生年月日・住所確認のため。
- ・個人利用申込書（カウンターに設置）
ご来館の際、カウンターに本人確認書類を提示してください。
職員が登録情報を確認し、カードを交付します。
作業にはお時間をいただく場合がありますので、ご了承ください。

第34回

町民体育祭

スポーツの祭典

今年も、町民体育祭を開催します。
当日は、字別対抗種目や自由参加による種目を行います。
また、開会式ではミムリン体操を行いますので、おぼえて一緒に踊りましょう。

プログラム

種 目	参加対象者
スポーツ少年団対抗 2人3脚リレー	スポーツ少年団
ジャンケン3連勝	字別対抗
デカパンリレー	親子自由参加
台風の目	字別対抗
ぼほよせ風船はこび	身体障害者福祉会 美里会 福祉関係団体
輪投げリレー	字別対抗
なわとび	字別対抗
1,500mを走ろう	自由参加
小学生対抗リレー	各小学校
アトラクション	各団体
玉入れ	字別対抗
むかで競走	字別対抗
人間知恵の輪	字別対抗
字別リレー	字別対抗

10月1日(日)

時間＝午前8時40分（開会式）

会場＝遺跡の森総合グラウンド

※駐車場は限りがありますので、乗り合わせでお越しください。

問合せ＝教育委員会事務局 社会教育係
☎76-3431

オータムジャンボから衣替え！

ハロウィンジャンボは 1等・前後賞合わせて5億円！

発売期間 10月11日(水)～10月31日(火)
抽せん日 11月9日(木)

1等 3億円×10本
前後賞各 1億円×20本
2等 1,000万円×20本

当せん本数は発売総額300億円
10ユニットの場合

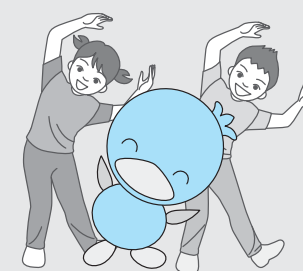
ハロウィンジャンボミニ
1等・前後賞合わせて
5千万円も同時発売！

※この宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

ミムリン体操を
覚えよう！！

町民の健康な体づくりに役立てるため、ミムリン体操講習会を開催します。
この体操は美里町のマスコットキャラクターである「ミムリン」をイメージした体操です。
曲調はサンバ調で明るい曲の覚えやすい体操となっています。

町民体育祭の準備体操でも行いますので、覚えてみんなで踊りましょう！



■日時 9月14日(木)・21日(木)・28日(木)
午後7時～8時

■会場 美里町民体育館

■講師 美里町スポーツ推進委員

■その他 1回のみの参加でも構いません。当日は体育館シューズ持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。

■問合せ 教育委員会事務局
社会教育係 ☎76-3431

消費生活相談Q&A

タレント・モデル契約
のトラブルに注意しま
しょう



【事例1】

SNSに女優になりたいと書きこんだところ、芸能関係の仕事をしているという人からメールが来て、芸能事務所を紹介されて契約した。仕事をするために演技のレッスンを勧められ、30万円以上の契約を結んだ。3か月レッスンを受ければ仕事ができると説明されていたが、いまだに仕事がない。ほかの受講者もほとんど仕事を紹介されていない。だまされたと思い、解約を申し出ると事務手数料8万円を請求された。

【事例2】

インターネットで芸能事務所のオーディション募集を見て応募した。面接を受けて登録したが、俳優としての登録費、2週間後に再登録費、モデルとしての登録費とそれぞれ約13万円を支払った。契約書類はなく、SNSでやり取りしている。ボイスドラマに2つ出演したが、だんだんと不審に感じるようになった。

10代、20代の若者を中心にタレント・モデル契約の様々なトラブルが発生しています。従来からの街中でのスカウトだけでなく、インター

ネットで検索したオーディションに申し込んだり、SNSでタレント事務所の募集広告を見て連絡をとったことをきっかけにトラブルに遭うケースもみられます。中には、芸能事務所とタレント契約を結んだ女性が、事務所からアダルトビデオへの出演を強要されるなどの事例も見られます。十分に注意してください。

【消費者へのアドバイス】

- ① 契約をする際には、どのような活動をするのか、費用は掛かるのかといった内容を十分に確認しましょう。
- ② 業者はタレントやモデルに憧れる気持ちに付け込むように甘い言葉をかけてきますが、金銭の負担を求められる場合は特に注意が必要です。その場での契約は避け、家族に相談するなどして冷静に判断しましょう。
- ③ 状況によってはクーリング・オフなどができる場合もあります。被害に遭ったら、1人で悩まずに消費生活センターに相談してください。また、アダルト関連の出演を強要されたような場合は警察にも相談しましょう。

■困ったときの相談窓口は…
消費者ホットライン

☎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）

美里町指名競争入札経過および結果

町道1級2号線鷺山橋外 橋梁点検業務委託

履行場所：美里町大字下児玉地内外

入札対象額：17,598,000円（消費税除く） 契約額：17,604,000円（消費税含む）

業 者 名	入札価格	落札者・価格等
開発虎ノ門コンサルタント株式会社 埼玉事務所	16,300,000円	開発虎ノ門コンサルタント株式会社 埼玉事務所 落札価格：16,300,000円（消費税除く）
株式会社橋梁コンサルタント さいたま事務所	17,100,000円	
株式会社中央技術コンサルタント 北関東支店	17,250,000円	
株式会社千代田コンサルタント 埼玉営業所	17,500,000円	
株式会社長大 さいたま事務所	17,700,000円	
三井共同建設コンサルタント株式会社 北関東事務所	17,840,000円	
株式会社エイト日本技術開発 北関東支店	17,900,000円	

（平成29年7月24日開札）

町道1級2号線十条河原橋外 橋梁補修設計業務委託

履行場所：美里町大字北十条地内外

入札対象額：9,282,000円（消費税除く） 契約額：9,504,000円（消費税含む）

業 者 名	入札価格	落札者・価格等
株式会社橋梁コンサルタント さいたま事務所	8,800,000円	株式会社橋梁コンサルタント さいたま事務所 落札価格：8,800,000円（消費税除く）
株式会社千代田コンサルタント 埼玉営業所	9,000,000円	
開発虎ノ門コンサルタント株式会社 埼玉事務所	9,100,000円	
株式会社中央技術コンサルタント 北関東支店	9,200,000円	
三井共同建設コンサルタント株式会社 北関東事務所	9,590,000円	
株式会社長大 さいたま事務所	9,620,000円	
株式会社エイト日本技術開発 北関東支店	9,920,000円	

水道メーターの交換実施のお知らせ



皆さんの家庭などに設置してある水道メーターは、計量法により8年の有効期限が定められています。そのため、有効期限の近い水道メーターについては、新しい水道メーターに交換します。

交換対象の家庭などには、身分証明書を携帯した交換業者が伺い、次のとおり実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。

- 期 日 9月25日(月)～11月30日(木)
- 交換業者 美里町管工事協同組合
- 交換費用 無料
- そ の 他 各家庭などが留守でも交換作業を行う場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- 問 合 せ 建設水道課 上下水道係 ☎76-1118

正社員化推進月間キャンペーン

埼玉県では、10月を「正社員化推進月間」とし、推進月間および前後の9月・11月にキャンペーン事業を行うことで、正社員になりたいかたや正社員転換・採用に取り組む企業を応援します。

◆フォーラムの開催

日時＝10月19日(木) 午後 1時30分～ 4時30分
会場＝さいたま市文化センター 小ホール（JR南浦和駅西口徒歩7分）
対象＝事業者、勤労者、その他関心があるかた
内容＝非正規雇用者の正社員転換や処遇改善などによる企業の人材確保・育成

◆セミナーなどの開催

県内各地で、非正規雇用者の正社員化や処遇改善、働き方改革などをテーマにしたセミナーなどを開催します。

◆情報発信

ラジオCM・ホームページ・SNS・小冊子の配布などを通じて、企業の先進事例など正社員転換や働き方改革に関する情報を発信します。
詳しくは、下記ホームページをご覧ください。
<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0808/seishain-top.html>

問合せ＝埼玉県産業労働部勤労者福祉課 ☎048-830-4516

ワンポイント 手話講座 174

～玄関～

①「家」を示し、②両手で戸を開けるしぐさをします



（出典：わたしたちの手話
／（一財）全日本ろうあ連盟発行）

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

御佛は暑さ寒さもないものか
三十五度の日も同じ顔

遅咲きの紫陽花空を見上げれば
白南風吹きて梅雨が明けたる

加齢かな業病なかつぎつきと
健診結果に気分転がる

ピカゴロ稲妻走る右左
迫る暗雲豪雨にハンドル

夏山をリフトで登る熟年の
キョートなベアの赤のシューズ

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。

有馬 康博
有馬 千代
丸山 好子

労せずし青田になりぬ東の間に
横一列の手植えなつかし

来年もまたきておくれつばめたち
六羽の家族となりて飛び立つ

生業の努力をはじいたソロバンの
五玉は今も書棚に休む

旧姓で呼びし君との陸奥の旅
わが生涯の宝ものです

梅雨明けと気象予報士宣言し
暑さ増したりきたえの夏ぞ

須賀 茂子
原 武久
福島恵美子

7月18日から30日にトルコで開催された、聴覚障害者の国際スポーツ大会「第23回デフリンピック夏季大会」で、女子バレーボール日本代表が16年ぶりに優勝し、見事『金』メダルを獲得しました。平岡早百合さんは美里町在住の高校3年生で、昨年末に代表に初選出されました。今大会では、アタッカーとしてチー

ムを金メダル獲得へ導く、大きな原動力として大活躍しました。また、平岡さんは高校でもバレーボール部に所属しており、エースとして活躍しています。大会を終えて「高校では対戦しないような高さのある相手ばかり。緊張もしたけど、バレーが楽しくてしょうがない」と話していました。



安全運転をお願いしました 夏の交通事故防止運動街頭キャンペーン



7月24日、県道本庄寄居線の志戸川交差点で夏の交通事故防止運動街頭キャンペーンが行われました。夏の交通事故防止運動期間中に行われたこのキャンペーンでは、交通安全母の会、交通安全協会、交通指導員の皆さんが赤信号で止まったドライバーたちに交通安全啓発グッズを手渡して、安全運転をお願いしました。

防犯用立て看板を設置しました 美里町地域防犯推進委員連絡会



7月31日、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、不審者が現れやすい所にはチカン注意の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。

地域のホットな話題をお寄せください

広木の屋台囃子



美里の夏祭り

駒衣の伊勢音頭



今年も、美里の夏の風物詩である、お祭り、各地で行われました。7月22日、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。翌23日には、広木夏祭りが開催され、「広木の屋台囃子」が演じられました。山車の上では、子ども達がお囃子を演じ、山車は大勢の参加者によって曳き回され、広木の街中をねり歩きました。どちらのお祭りも、すごしやすい天候の中行われ、たくさんの方で賑わっていました。



広木チームが優勝！投手戦制す 美里町ソフトボール夏季大会

7月24日・26日、遺跡の森総合グラウンドにて、夏季ソフトボール大会が開催され、夏の暑さより熱いスポーツマン達の試合が行われました。26日の決勝戦は、広木チームと駒衣チームで行われ、決勝戦にふさわしい白熱した戦いの末、見事、広木チームが優勝の栄冠を手に入れました。



戸籍の窓口（敬称略）

7月届出分

7月16日～8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
柴田 姫有	（拓 哉）	小茂田
逸見 新菜	（清 志）	沼 上
山田 純千	（拓 朗）	広 木
俣田 愛菜	（富 夫）	駒 衣
小林 大輝	（一 平）	駒 衣
飯塚 彩文	（和 典）	駒 衣

お悔やみ申し上げます

名 前	（世帯主）	行政区
鈴木 實	（和 子）	南阿那志
石川 幸夫	（京 子）	北十条
坂本 正義	（千 穂）	北十条
平岡きま江	（ - ）	駒 衣
青柳 明	（克 彦）	甘 粕
井上 隆史	（た つ）	中 里
関口 京子	（克 也）	中 里
関口 晴夫	（ - ）	中 里
大澤 キミ	（ 勝 ）	湯 本
衣袋 梅子	（建 吉）	大 仏
野沢 市郎	（定 子）	円良田

人口と世帯（ ）内は前月比です （8月1日現在 外国籍のかたも含みます）		
人口	11,283人	（-11人）
男	5,678人	（-8人）
女	5,605人	（-3人）
世帯	4,223戸	（+8戸）

埼玉県救急電話相談の24時間化および全国共通ダイヤルの導入について

10月から埼玉県の救急電話相談を365日、24時間で実施します。

全国共通ダイヤル#7119*を導入し、大人や子供の相談に対応するとともに医療機関の案内をします。

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。

*国が全国へ普及を目指す救急電話相談ダイヤルです。

■相談時間＝毎日24時間（平成29年10月1日（日） 午前9時開始予定）

■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）

※従来と同様に、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、あらかじめご理解のうえ利用ください。

■問合せ＝埼玉県保健医療部医療整備課 ☎048-830-3559

○大人を対象とする救急電話相談

『大人の救急電話相談』は大人を対象とした救急電話相談です。

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

☎#7000（携帯電話もOK）または

☎048-824-4199（IP電話などの場合）

受付時間 午後6時30分～10時30分（毎日）
日曜、祝日、年末年始 午前9時～午後10時30分



○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
9月3日(日)	中 村 外 科 医 院	☎21-6211
9月10日(日)	西 澤 整 形 外 科	☎33-0600
9月17日(日)	根 岸 医 院	☎72-0071
9月18日(月・祝)	服 部 ク リ ニ ッ ク	☎24-4671
9月23日(土・祝)	春 山 眼 科 医 院	☎21-2160
9月24日(日)	ヒ グ チ ク リ ニ ッ ク	☎25-5300

※9月18日(月・祝)のみ午後5時まで診療します。

○休日急患診療所(本庄市保健センター内)

休日の初歩的な急患診療は、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。

☎23-3322 診療科：内科系疾患

受付時間 午前9時～午後4時（正午～午後1時除く）
午後7時～10時

※7月2日(日)から、新保健センター内で診療しています。

住所 本庄市北堀1422-1（本庄市民文化会館隣）

○小児救急電話相談

休日・夜間にお子さんの具合が悪くなったときには、「小児救急電話相談」をご利用ください。

小児科経験のある看護師が、病気への処置方法や救急病院へ行くべきか、などの相談に乗ってくれます。

☎#8000（携帯電話もOK）または

☎048-833-7911（IP電話などの場合）

受付時間 月～土曜日 午後7時～翌朝7時
日曜、祝日、年末年始 午前7時～翌朝7時

○病院等の問い合わせ（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、診療可能な病院を案内します。 ☎24-1119

○平日夜間診療

毎週木曜日に、本庄市児玉郡医師会医師による内科系疾患の夜間診療を行っています。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

受付時間 毎週木曜日 午後8時～10時

※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、左記の診療時間と同じです。

期限内に納めましょう

10/2（月） 固定資産税（第3期）、国民健康保険税（第3期）
介護保険料（第3期）、後期高齢者医療保険料（第3期）

本庄税務署からお知らせ

消費税軽減税率制度等説明会

日時 10月17日(火)・18日(水)

午後1時30分～3時

会場 本庄商工会議所 第一会議

室(本庄市朝日町3-1-35)

問合せ 本庄税務署 法人課税部

門 ☎22-2112

婚活パーティー開催

良縁祈願付き！

「お寺で婚活♡お寺コン」

由緒あるお寺の住職が縁結びのお手伝いをします。良縁祈願やオリジナルのお香づくりも行います。素敵なご縁を結んでみませんか？
日時 10月21日(土)
午後1時30分～5時

会場 慈恩寺(本庄市中央1-2-22)

対象 結婚を希望する30代～40代の独身の男女(応募多数の場合は抽選)

定員 男女各12名

会費 男性2,500円

女性1,500円

申込期間 9月1日(金)～10月4日

(水)

申込方法 応募フォーム、電子

メール(住所・氏

名・年齢・電話番

号を明記)、電話

のいずれか。

※件名に「パーティー申込」と明記

問合せ 本庄市社会福祉協議会

☎24-2755

✉konkatsu1710@catnet.jp

本庄早稲田国際リサーチパーク

『川の生きものみつけ隊』を開催

本庄市に流れる「男堀川」の生物調査や清掃活動に親子で参加してみませんか？
日時 10月7日(土) 午前8時30分～正午

会場 男堀川(本庄早稲田駅付近)

内容 実際に川に入つて、川の生き物を捕まえたり、川をきれいにして、里川の自然について学びます。

対象 小学3年生以上の児童と保護者

※児童のみの参加の場合は、小学5年生以上

定員 20組(先着順)

費用 無料

申込み 9月11日(月) 9時～

住所・氏名・年齢・電話番号を明

記のうえファックスまたは電話

問合せ (公財)本庄早稲田国際リ

サーチパーク

☎24-7455 FAX 24-7465

本庄早稲田国際リサーチパーク

『地域の医療と健康を考える会』

子宮頸がんの現状と予防策、乳がんや女性特有の病気について、正しい知識を持つていただくことで、大切な命を救うことにつながります。

日時 9月30日(土) 午後2時～4

時30分(受付 午後1時40分)

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

講師 福田小百合氏(産科婦人科

館出張 佐藤病院 経営企画室室長)

演題 男性にも知ってほしい女性

のがんについて 検診率向上

のために

定員 100人程度(事前申込者優先)

費用 無料

申込み 9月26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

問合せ (公財)本庄早稲田国際リサーチパーク

☎24-7455 FAX 24-7465

お知らせ

県北地域障害者就職面接会

日時 10月20日(金) 午後1時～4時

(受付 午後0時15分～3時)

会場 熊谷スポーツ文化公園

(彩の国くまがやドーム内体育館)

申込み 最寄りのハローワークまで

持参するもの 障害者手帳(写)、

履歴書、スリッパ

※応募企業数に応じて書類は複数

枚用意してください。

問合せ ハローワーク本庄 障害



ミムリン日記



8月2日 水曜日 ☁

今日はミムリンあてにみんなから届いた暑中見舞いのお返事を送ったよ〜♪

毎日みんなからたくさん暑中見舞いが届くからミムリンうれしくて何回も何回も読み返してたんだ。そのあとテーブルに広げてジッと眺めてうっとりしてた。そしたらお返事がくの遅くなっちゃった(˘˘;)ごめんね。。

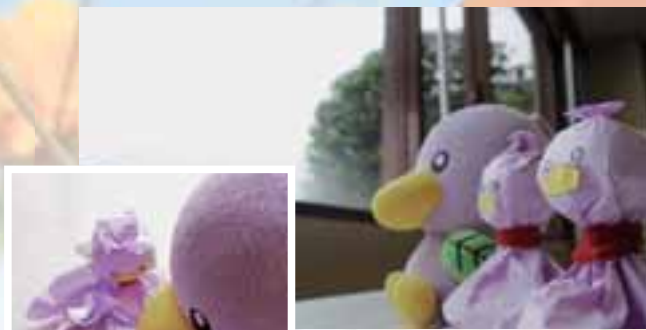
8月15日 火曜日 ☔

今日は美里夏まつり花火大会の日なんだけど、朝から雨がザーザー。てるてる坊主さんと一緒に一生懸命太陽さんを応援したけど・・・応援が足りなかったのかな。次の日に順延になっちゃったよ(˘˘;)

8月16日 水曜日 ☔

今日も朝から雨がシトシト。てるてる坊主さんと太陽さんの応援頑張ったけど、今年の花火大会は中止になっちゃった。でも、百八燈行事はやったよ!! 花火が見れなかったのは残念だけど、てるてる坊主さんと一緒に過ごした時間がミムリンのこの夏の宝物!

来年の花火大会はてるてる坊主さんを誘って一緒に見るんだ♪



ミムリン
ツイッターもみてね♪

お手軽クッキング 198

レンジなすのめかぶあなかけ



～減塩レシピ～

1人当たり

エネルギー	塩分
26kcal	0.6g

材 料 (4人分)

なす 4本
きざみめかぶ 45g

だし ... 1/2カップ
酒 大さじ2
しょうゆ... 小さじ2

作り方

- ①なすはへたをとる。ラップで包み、電子レンジで1分30秒ほど加熱する。あら熱がとれたら2cm厚さの輪切りにし、器に盛る。
- ②めかぶにたれを混ぜて①にかける。

※食改会員さんを募集しています。詳しくは、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 ☎76-2855

(協力: 美里町食生活改善推進員連絡協議会)

おめでとうございます

はじめでの誕生日
満 1 歳

こいずみ ゆうや
小泉 結也ちゃん(駒衣)

〈平成28年9月5日生〉

お父さん=智之さん お母さん=美穂さん

1歳のお誕生日おめでとう♡

元気いっぱい、暴れん坊な結也!

お姉ちゃん、お兄ちゃんと仲良く元気に育ってね!!



お知らせ

8月号から、このコーナーに掲載するお子さんの敬称を、全て「ちゃん」とさせていただきます。ご理解くださいますようお願いいたします。

11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。9月29日(金)までに総合政策課へ☎連絡を!