

広報みさと

# MISATO

3

Mar.2026  
No.656



## 美里町 2 時間 RUN&WALK リレーマラソン

2月1日(日)、遺跡の森総合公園で開催されました  
(関連2-3ページ)



青空の下で2時間何周できるか走り出す選手たち

### 仮装で盛り上げる！！

お揃いの仮装やメイクで大会を盛り上げる選手たち



町内からのチームも！ 最後は笑顔でゴール！



2年連続！ ベストパフォーマンス賞！  
「田村。タスキつなぐってよ」



ボーダーレスな「野中チーム」仲良くゴール♪



「チームBUBU-TON」も完走♪



ベストパフォーマンス賞！  
「Team CATS」

全チームの結果は、  
町ホームページに  
掲載しています。  
ホームページは  
こちらから ▼



## 成績結果

### ◇RUN男女混合部門◇

### ◇RUN男性部門◇

### ◇RUN女性部門◇



第1位「沼田クラブ父兄+A」



第1位「本庄東高等学校」



第1位「沼田クラブA」



第2位「グリーンパーク」



第2位「やっぱり走るのが好きなんです」



第2位「美里中学校陸上競技部」



第3位「本庄東高等学校附属中学校」



第3位「つきのわRSC馬」

### ◇WALK部門◇



第1位「用土firstミドル」

# 青空の下、タスキで繋ぐ！絆のリレーマラソン！ 「美里町2時間RUN & WALKリレーマラソン」

みんな頑張れ～！



2月1日(日)、遺跡の森総合公園で「美里町2時間RUN & WALKリレーマラソン」が開催されました。今年は4部門54チーム・357人が参加。青空の下、沿道からの温かい声援を受けながら、選手たちは懸命にタスキをつなぎました。その様子を写真で紹介します。



WALK部門の皆さんも健歩で進みます！



ひたすら前へ！  
快走する選手たち

沿道からの温かい声援が選手たちの大きな力になる！



## 思いを繋げるタスキリレー



仲間から受け取るタスキに  
思いを込めて次の選手に繋ぐ！



伴走者とともに走る「みさとの森」



コスプレで盛り上げる  
「廣木駅伝愛好会」



世代を超えて繋ぐタスキ！

## 令和7年度 第2回 遺跡の森 映画劇場

幕末の侍があろうことか時代劇撮影所にタイムスリップ、「斬られ役」として第二の人生に奮闘する姿を描くコメディでありながら人間ドラマ、そして手に汗握るチャンバラ活劇でもあります。  
遺跡の森館で皆さまのご来場をお待ちしております！



©2024 未来映画社

### 上映作品：「侍タイムスリッパ」

- ▶開催日 **3月7日(土)**
- ▶時間 午後1時30分～  
(開場:午後1時～)
- ▶場所 美里町 遺跡の森館ホール
- ▶定員 556名(先着順)
- ▶入場料 無料

※遺跡の森館はホールの空調が一定管理となります。ブランケットなどの用意はありませんので、寒さ対策はご自身でお願いします。

#### [あらすじ]

時は幕末、京の夜。会津藩士高坂新左衛門は暗闇に身を潜めていた。

「長州藩士を討て」と家老じきじきの密命である。名乗り合い両者が刃を交えた刹那、落雷が轟いた。やがて眼を覚ますと、そこは現代の時代劇撮影所。新左衛門は行く先々で騒ぎを起こしながら、守ろうとした江戸幕府がとうの昔に滅んだと知り愕然となる。

一度は死を覚悟したものの心優しい人々に助けられ少しずつ元気を取り戻していく。やがて「我が身を立てられるのはこれのみ」と刀を握り締め、新左衛門は磨き上げた剣の腕だけを頼りに「斬られ役」として生きていくため撮影所の門を叩くのであった。(公式サイトより引用)

問合せ＝教育委員会事務局 生涯学習係（コミュニティセンター内） ☎76-3431

## 参加者募集 「介護者のつどい」を開催します！

参加無料

「認知症・介護者のつどい」では、在宅生活の中で物忘れが気になるかた、介護を受けて暮らしているかた、介護をしているかた、介護をしていたかた、これから介護について知りたいかたが集まり、日頃の思い（喜び・不安・疑問など）をゆったり語り合える交流の場です。

最近物忘れが気になる、介護疲れがたまっている、悩みを打ち明ける場がない…と感じているかた、一緒におしゃべりして、ほっと一息、気持ちを楽にしてみましよう。

- ▶日時 **3月18日(水)** 午後1時30分～3時
- ▶場所 保健センター 検診室
- ▶対象者
  - ・在宅で暮らしている本人やその家族、関係者のかた
  - ・これから介護に関わるかた
  - ・介護をしてきたかた
  - ・介護や認知症について関心のあるかた
- ▶申込み 開催日前日までに電話または窓口で申込み  
※途中参加・退出もできます。



申込先・問合せ＝地域包括支援センター ☎76-1325



毎日

# 今より10分カラダを動かそう！

からだを動かすことが多い人は、少ない人と比較して脳卒中、心臓病、糖尿病、がん、うつ病、認知症などのリスクが低いことがわかっています。

**今よりも少しでも多く身体を動かして、生活習慣病を予防し、健康寿命を伸ばしましょう！**

## 座りっぱなしをブレイク（中断）

- ・ 仕事やテレビ、勉強の合間に、立ち上がり、からだを動かす
- ・ テレビやスマホを見ながら筋トレ

## 生活活動で健康づくり

- ・ 農作業！（全身運動・バランス運動）
- ・ 早歩きや自転車でシャキシャキ通勤
- ・ 歯磨きをしながら、かかとを上げ下げ
- ・ 掃除・洗濯
- ・ 階段の上り下り、こまめに動く

座りっぱなしをやめて  
プラス・テン  
**+10**で  
元気に！健康に！



座りっぱなしの時間が長くなり過ぎないように、  
少しでもからだを動かしましょう。

## よくある疑問

**Q** 1回の身体活動で「最短持続時間」や「最低実施頻度」はありますか？

**A** ありません！ 短い時間の積み重ねでも OK、週に1回でも健康増進効果があります！

## 推奨されている身体活動量を確認してみましょう！

厚生労働省が公表している「アクティブガイドー健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023ー（アクティブガイド 2023）」では、成人・高齢者・子どもそれぞれの対象別に、わかりやすく身体活動・運動の目安が示されています。ご自身の年代に合った推奨されている身体活動量を確認し、できることから始めてみましょう。詳しくはホームページをご覧ください。



厚生労働省  
ホームページ  
QRコード

問合せ＝住民保険課 健康推進係（保健センター内） ☎76-2855

## 令和8年10月から

## 家庭ごみの持ち込み料金が変わります

ごみの排出量に応じた費用負担の公平化、ごみの更なる減量化と資源化を図るため、令和8年10月1日から小山川クリーンセンターへごみを直接搬入する際に掛かる手数料を改定します。小山川クリーンセンターへの直接搬入をご利用される皆さまにはご負担をお願いすることとなりますが、ご理解とご協力をお願いします。

現行（令和8年9月30日まで）

10kgにつき40円



変更後

（令和8年10月1日から）10kgにつき70円

（令和9年10月1日から）10kgにつき100円

問合せ＝児玉郡市広域市町村圏組合 小山川クリーンセンター ☎22-8200



## 引越しの際は、住所の異動手続きを忘れずに！

入学や就職などで引越しをされるかたは、住所異動の手続きをお願いします。

住民票の住所の異動届は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登録などにつながる大切なものです。忘れずに手続きをお願いします。

例年、3月下旬から4月上旬は、窓口が混雑します。余裕をもってのお手続きをお願いします。

日曜開庁日および窓口業務延長日においても、住所異動の手続きを受け付けています。

### 転出届・転入予約は、マイナポータルで手続きを！

マイナンバーカードを所有しているかたは、マイナポータルからオンラインで転出および転入予約（来庁予定の連絡）ができます。

マイナポータルで転出の手続きをしたあとは、マイナンバーカードをお持ちのうえ、転入先市区町村の窓口で転入届等の手続きをしてください。

詳しくは、デジタル庁ホームページをご覧ください。



申請は  
マイナポータルから



デジタル庁  
ホームページ

### 海外への住所異動も手続きが必要です。

海外勤務等で1年以上海外に滞在されるかた、また、生活の本拠地を海外に移すかたについても、転出（海外転出）の手続きをお願いします。マイナンバーカードを海外で利用されるかたは、出国の前日までに窓口で転出の手続きをしてください。

なお、海外転出後、一時的に日本に帰国し、数か月滞在後海外に戻られるかたについては、生活の本拠地が引き続き海外にあるため、転入の手続きは必要ありません。

※なお、住所異動に関連する各種手続き（国民健康保険や介護保険、こども医療費など）については、平日（午前8時30分から午後5時15分まで）に手続きが必要です。予めご了承ください。

問合せ＝住民保険課 住民係 ☎76-1366

## 国民健康保険からのお知らせ

### マイナ保険証利用の際は 電子証明書の有効期限をご確認ください！

電子証明書の有効期限は、年齢問わず発行日から5回目の誕生日までです。※

#### ●電子証明書の有効期限を確認するには？

マイナンバーカードの券面に記載されています。

#### ●更新するにはどうしたら良いの？

有効期限の2～3か月前を目途に国から有効期限通知書が送付されます。

役場住民保険課窓口で更新手続きをお願いします。

（持ち物：有効期限通知書、マイナンバーカード、暗証番号がわかるもの）

有効期限通知書が届いていなくても有効期限の3か月前から更新ができます。

#### ●有効期限が切れたことを忘れて医療機関に行ったら、どうなるの？

有効期限切れから3か月間は、引き続きマイナ保険証で受診できます。

ただし、保険資格情報の提供のみで、診療情報・薬剤情報などの提供はできません。

速やかに役場住民保険課窓口で手続きをしてください。

※マイナンバーカードそのものの有効期限は発行日から10回目の誕生日（未成年者は5回目の誕生日）までです。

医療機関・薬局の受付ではマイナ保険証をご利用ください。

（マイナ保険証をお持ちでないかたは、資格確認書でこれまでどおり医療にかかれます。）

問合せ＝住民保険課 保険年金係 ☎76-1366



## 献血にご協力ください

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。



【日 時】 **3月27日(金)** 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：17～69歳 女性：18～69歳	・18～54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 女性：40kg以上	男女とも50kg以上	男性：45kg以上 女性：40kg以上
採血間隔	男女とも4週間後	男性：12週間後 女性：16週間後	-
年間採血回数	男性：6回以内 女性：4回以内	男性：3回以内 女性：2回以内	-

※65歳～69歳のかたの献血については、60歳～64歳の間に献血経験があるかたに限ります。

問合せ＝住民保険課 健康推進係（保健センター内） ☎76-2855

## みんなで健康マイスター養成講習 オンライン学習実施中！

「みんなで健康マイスター」とは、自分の健康づくりに取組むとともに、御自身が学んだ健康情報を、家族、友人、周りの皆さまに広めていただき、健康づくりの仲間を増やしていただくかたの事です。

養成講習は健康に関する7つの分野があり、お好きな時間に、興味がある分野を動画で受講できます！

健康マイスターとなって、みんなで健康な毎日を過ごしませんか？

### <受講できる分野>

#### ①健康づくり全般

メタボ予防のための特定健診、がん検診等

#### ②食事

野菜の1日の摂取目標、減塩、歯磨き等

#### ③からだを動かす

身体活動量の目安、ロコモティブシンドローム、フレイル等

#### ④その他生活習慣

飲酒・たばこの健康への影響等

#### ⑤女性の健康

生理痛、更年期障害、骨粗しょう症等

#### ⑥熱中症

熱中症予防のポイント、高齢者の熱中症対策等

#### ⑦コロナ・インフル

感染症の基礎知識、予防のポイント等

（「みんなで健康マイスター」は、埼玉県の事業で、公的な資格ではありません）

<以下のURLから受講できます（埼玉県ホームページ）>

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/kenkochoju/kenkochojusupporter.html>

※受講後は「受講者アンケート」へのご協力をお願いします。



県ホームページ  
QRコード



## 令和8年度带状疱疹の予防接種に関するお知らせ

### 高齢者带状疱疹定期予防接種

- ①65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳のかた（年齢は令和9年3月31日基準）※実施期間内であれば、誕生日を迎える前でも接種できます。
- ②60歳以上65歳未満のかたで、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の障害があり、日常生活がほとんど不可能な程度の障害認定（身体障害者手帳1級または同程度）を受けているかた（接種日において満年齢）

上記の対象のかたには、3月下旬に予診票を送付しますので、希望されるかたは指定の医療機関で接種を受けましょう。詳しい内容は、同封の案内通知をご確認ください。

※下記期間中に接種できなかった場合は、以後定期接種の対象となりませんのでご注意ください。

#### 【対象外のかた】

すでに町の助成を受けて接種したかた

#### 【期間】

令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)  
※実施期間を過ぎて接種した場合、全額自己負担になります。

#### 【自己負担額】

生ワクチン 2,000円  
組換えワクチン 5,500円

#### 【接種回数】

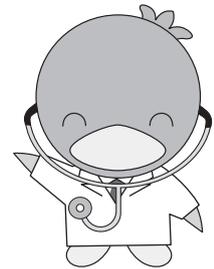
生ワクチン 1回  
組換えワクチン 2回（原則同一医療機関にて接種）※実施期間内に2回とも接種を完了してください。

#### 【受診方法】

指定の医療機関に予約のうえ接種

#### 【持ち物】

- ①予防接種の予診票
- ②健康保険証利用登録済のマイナンバーカードまたは資格確認書
- ③自己負担金



### 带状疱疹予防接種助成事業

高齢者带状疱疹定期予防接種の対象ではないが、50歳以上で予防接種を希望されるかた（年齢は接種日において50歳以上）

#### 【助成金額】

接種費用の2分の1（1回につき10,000円を上限とする）

#### 【助成回数】

生ワクチン 1回  
組換えワクチン 2回

#### 【申請方法】

接種後、申請書に医療機関が発行した領収書の原本を添付し、住民保険課 健康推進係（保健センター）に提出してください。

※申請書は、保健センターや町ホームページから入手できます。

#### 【申請期限】

- ・接種日から180日以内です。
- ・組換えワクチンを接種する場合、2回分の接種費用の申請を同時に行うことは可能ですが、その場合の申請は、1回目を接種した日から180日以内に行ってください。
- ・1回目のみでも申請できます。



町ホームページ  
QRコード



## 令和8年度 乳幼児健診・歯科健診日程

受付=午後0時45分～1時20分

会場=保健センター

持ち物=母子健康手帳、質問票、バスタオル

事前に通知します。日程は、変更になる場合がありますので、通知をご確認ください。

## ■乳児健診

	日程	3～4か月	6～7か月	9～10か月	11～12か月
令和8年	4月21日(火)	R7.12月生	R7.9月生	R7.6月生	R7.4月生
	5月15日(金)	R8.1月生	R7.10月生	R7.7月生	R7.5月生
	6月19日(金)	R8.2月生	R7.11月生	R7.8月生	R7.6月生
	7月7日(火)	R8.3月生	R7.12月生	R7.9月生	R7.7月生
	8月7日(金)	R8.4月生	R8.1月生	R7.10月生	R7.8月生
	9月18日(金)	R8.5月生	R8.2月生	R7.11月生	R7.9月生
	10月20日(火)	R8.6月生	R8.3月生	R7.12月生	R7.10月生
	11月13日(金)	R8.7月生	R8.4月生	R8.1月生	R7.11月生
令和9年	12月18日(金)	R8.8月生	R8.5月生	R8.2月生	R7.12月生
	1月15日(金)	R8.9月生	R8.6月生	R8.3月生	R8.1月生
	2月1日(月)	R8.10月生	R8.7月生	R8.4月生	R8.2月生
	3月19日(金)	R8.11月生	R8.8月生	R8.5月生	R8.3月生

## ■1歳6か月児健診

	日程	対象
令和8年	5月22日(金)	R6.8月～10月生まれ
	8月21日(金)	R6.11月～R7.1月生まれ
	11月17日(火)	R7.2月～4月生まれ
令和9年	2月19日(金)	R7.5月～7月生まれ

## ■2歳児歯科健診

	日程	対象
令和8年	6月12日(金)	【1回目】 R6.3月～5月生まれ
		【2回目】 R5.9月～11月生まれ
	9月11日(金)	【1回目】 R6.6月～8月生まれ
		【2回目】 R5.12月～R6.2月生まれ
	12月4日(金)	【1回目】 R6.9月～11月生まれ
		【2回目】 R6.3月～5月生まれ
令和9年	3月5日(金)	【1回目】 R6.12月～R7.2月生まれ
		【2回目】 R6.6月～8月生まれ



## ■3歳児健診

	日程	対象
令和8年	4月10日(金)	R4.9月～11月生まれ
	7月17日(金)	R4.12月～R5.2月生まれ
	10月9日(金)	R5.3月～5月生まれ
令和9年	1月22日(金)	R5.6月～8月生まれ

## ■5歳児歯科健診

	日程	対象
令和8年	6月5日(金)	R3.3月～5月生まれ
	9月4日(金)	R3.6月～8月生まれ
	12月11日(金)	R3.9月～11月生まれ
令和9年	3月12日(金)	R3.12月～R4.2月生まれ

・就学前のお子さんと保護者のかたを対象に、各広場・相談を行っています。毎月発行の広報みさとでもお知らせしますので、併せてご確認ください。

問合せ=こども未来課 子育て支援係 ☎76-2277/ ☎76-2855 (保健センター)



子どもを望む夫婦に対し、不妊・不育症検査費の負担を軽減するため、費用の一部を助成します。

## 早期不妊検査費・不育症検査費助成事業

### 【対象者】

- 下記①～④の全ての項目に該当するかた
- ①申請時に夫婦（法律上の婚姻をしている夫婦のほか、事実婚も対象）であって、双方または一方が美里町に住民登録があること
  - ②検査開始時の妻の年齢が43歳未満であること
  - ③埼玉県内の他の市町村において、同様の助成金等の交付を受けていないこと
  - ④町税を滞納していないこと

### 【対象検査】

- 医療機関において実施した不妊症・不育症の診断のために医師が必要と認めた一連の検査
- 夫婦が共に受けた不妊検査・不育症検査（検査開始日が同日でなくてもよい）
- ※ただし、不育症検査については妻のみの検査の場合でも助成
- 夫婦が受けた検査開始日のいずれか早い日から1年以内のもの
  - 不妊検査・不育症検査期間の終了日の属する年度内であるもの
  - 医療保険適用・適用外を問わない
- ※補助対象について不明な点がある場合は個別にご相談ください。

### 【助成内容】

夫婦が共に受けた不妊症・不育症（ただし、不育症検査の場合は妻のみでも可）のための検査に係る費用で、4万円を限度（千円未満切り捨て）とし、夫婦1組に対し不妊検査及び不育症検査それぞれ1回限り助成します。

### 【必要書類】

- 申請に必要な書類などは下記①～⑦となります
- ①美里町早期不妊検査費・不育症検査費助成金支給申請書兼請求書
  - ②美里町早期不妊検査費助成事業に係る実施証明書または美里町不育症検査費助成事業に係る実施証明書（医療機関が記入したもの）
  - ③不妊検査または不育症検査を実施した医療機関が発行する領収書の原本
  - ④③の内容が分かる明細書
  - ⑤振込先が分かるもの（申請者名義の金融機関名、支店名、口座番号、口座名義）
  - ⑥夫婦が別世帯の場合は、夫婦であることを証明できる書類（戸籍謄本など）
  - ⑦事実婚夫婦の場合は、事実婚関係に関する申立書

### 【申請期限】

検査期間の終了日の属する年度内に、美里町役場こども未来課または保健センター窓口まで申請してください。

問合せ＝こども未来課 子育て支援係 ☎76-2277/☎76-2855（保健センター）

お手続きは、4月1日までをお願いします！

## 軽自動車などの廃車・名義変更の手続きのお知らせ

軽自動車税種別割は、4月1日現在の所有者に課税されます。  
使用していない車両でも、廃車の手続きをしないと課税されます。  
使用しない車両や所有者が変わった車両は、手続きをお願いします。



- 原動機付自転車、小型特殊自動車  
→ 美里町役場 税務課窓口
- 三輪・四輪の軽自動車  
→ 軽自動車検査協会（熊谷）

- 軽自動車二輪（125cc超～250cc以下）、二輪小型自動車（250cc超）  
→ 熊谷自動車検査登録事務所（熊谷）

問合せ＝税務課 課税係 ☎76-5131



## 母子健康手帳の交付は、予約制です！

妊婦さんをお待たせすることなくスムーズに手続きができるよう、令和6年7月から母子健康手帳の交付の手続きは予約制になりました。事前に予約をお願いします。

### 【手続きについて】

妊娠期から切れ目のない支援を提供できるよう、母子健康手帳交付時に助産師（保健師・看護師）が面談などを行います。所要時間は、1時間程度です。

- ・妊娠届出書の記入・提出・母子健康手帳の交付
- ・助産師（保健師・看護師）の面談
- ・妊産婦健康診査助成券、新生児聴覚スクリーニング検査助成券の交付
- ・妊産婦医療費助成制度の説明・妊婦支援給付金の申請手続きなど

※妊婦支援給付金は、面談を行った妊婦さんご本人が対象となります。原則、妊婦さんご本人の来所をお願いします。

### 【必要なもの】

- ・妊婦さん本人の個人番号が分かるもの（マイナンバーカードまたは通知カード）
- ・妊婦さん本人の身分証明書（運転免許証、マイナンバーカード）
- ・妊婦さん本人の口座番号が分かるもの（妊婦支援給付金の手続きのため）

※代理人が来所する場合は、こども未来課へお問い合わせください。

#### ○母子健康手帳とは

妊娠の経過やお子さんの成長に合わせた発達、健康診査、予防接種の記録など、お子さんと保護者にとって大切な健康記録簿です。

妊娠が確認されたら早めに妊娠の届け出をしましょう。

### 【交付場所・日時】

美里町保健センター・美里町役場 こども未来課

月曜日～金曜日（12月29日～1月3日および祝日を除く）

午前8時30分～午後5時15分

予約・問合せ＝こども未来課 子育て支援係 ☎76-2277/ ☎76-2855(保健センター)

## シルバー人材センター新規会員募集中

シルバー人材センターは、民間企業、一般家庭、官公庁から業務の依頼を受け、会員へ仕事をご紹介している公益社団法人です。地域で働くことを通じて、生きがいの充実や社会参加を促進しています。

**就業には会員登録が必要です。**

**まずは、入会説明会へ！！**



- ・60歳以上で町内在住のかた
- ・健康で働く意欲のあるかた
- ・シルバー理念に賛同いただけるかた

🌸 3月の入会説明会 🌸

【日時】 3月18日(水)、26日(木)  
午前10時30分～

【場所】 シルバー人材センター事務局（遺跡の森館内）

お気軽に  
ご参加ください

※申し込みは不要です。



**Q. 仕事と趣味を両立できるか不安**

**A. シルバー就業は生きがい就労を目的としています。プライベートを優先してください。また複数会員によるローテーション就業を基本としています。**

**Q. 資格を持っていないけれど大丈夫？**

**A. 臨時的で軽易な就業が中心です。就業内容により必要な場合については講習会等のご案内をしています。**

問合せ＝美里町シルバー人材センター ☎76-5430



※この「社協コーナー」は共同募金の配分を受けて掲載しています。



「元気で安心！ふれあいサービス！」（商工会事業）は  
「ちょこっと！お助けサービス」（社協事業）に  
変わります。

令和8年3月まで

名 称：「元気で安心！ふれあいサービス！」  
事務局：美里町商工会



令和8年4月から

名 称：「ちょこっと！お助けサービス」  
事務局：美里町社会福祉協議会  
（遺跡の森館内）

## 「ちょこっと！お助けサービス」とは

普段の生活でちょっと困ったときに、地域のボランティアがお手伝いをする支え合いのサービスです。お手伝いできることは原則1時間の簡単な作業に限ります。サービスを利用した際には、ボランティアに感謝の気持ちとして、美里町商工会が発行する「みさと元気チケット」1枚（500円）を渡してください。

令和8年4月からは、美里町社会福祉協議会（76-3601）が事務局になりますので、お間違えないようお願いいたします。

### サービス例

- ・ 部屋の掃除や洗濯、窓ふきなどの簡単な家事 ・ 買い物代行 ・ 草むしりやゴミ出し
- ・ お話相手、見守り など

※サービスの詳細については4月に改めてお知らせいたします。

## 「おやこ料理教室」を実施しました

1月24日(土)に、おうちごはん研究家「母熊」さんを講師に招き「おやこ料理教室」を開催しました。忙しい中でも子どもとの食事を楽しめるように、作り置きのおかずのポイントを学ぶとともに、子ども自身も調理に興味を持つことで、生活力の向上を図ることを目的としています。

「簡単おいしい朝ごはん」をテーマに、鮭フレークや味噌玉などの調理実習をしました。

参加した子どもから「楽しかったです！家でママと作ろうと思います」「簡単なのにとっても美味しいレシピでした！」などの感想がありました。毎日おいしい朝ごはんを食べて元気いっぱいに過ごしたいですね。





# あたたかい気持ちに感謝します

募金をお寄せいただいた皆さま、ありがとうございました

愛ちゃん と 希望くん



## 赤い羽根共同募金運動

募金総額 1,681,421円 (令和8年2月1日現在)

募金種別	金額	所属
戸別募金	1,062,400円	各行政区(区長)に依頼
職域募金	388,000円	民生・児童委員協議会、福祉施設・団体、役場職員など
法人募金	197,000円	会社・事業所
学校募金	21,424円	町内各小・中学校
街頭募金	12,597円	社会福祉協議会・店舗窓口などに設置の募金箱

赤い羽根共同募金は『つながりをたやさない社会づくり』をテーマとして、令和7年10月から運動を展開しています。これまで、町民の皆さまや会社・事業所・学校などから多くの募金をお寄せいただきました。

- ◎これらの募金を美里町では次の事業に活用しています。
- ◎ひとり暮らし高齢者配食サービス・交流会
- ◎各地域サロンの支援
- ◎フードパントリー事業
- ◎こどもの居場所づくり事業
- ◎子育て世代の生活向上支援
- ◎福祉・ボランティア教材整備
- ◎広報みさと「社協コーナー」作成 など

## 地域歳末たすけあい募金運動

募金総額 1,124,700円 (令和8年2月1日現在)

募金種別	金額	所属
戸別募金	1,060,700円	各行政区(区長)に依頼
職域募金	34,000円	民生・児童委員協議会、役場職員など
個人募金	30,000円	個人

「つながり ささえあう みんなの地域づくり」をスローガンとして、令和7年10月から地域歳末たすけあい募金運動を展開しました。町民の皆さまや各種団体などからお寄せいただいた募金は、配分委員会で審議された結果、町内の生活困窮該当世帯(43世帯)に民生委員さんを通じて配分しました。

### ボランティア活動保険更新のお知らせ



安心してボランティア活動ができるように、ボランティア活動保険の加入をおすすめしています。新年度の加入希望者は手続きをお願いします。

令和8年度 年間保険料  
(補償期間：令和8年4月1日～令和9年3月31日)

- ◆基本プラン 350円
- ◆天災・地震補償プラン 500円

### リサイクル事業収集ボランティア実績報告

回収実績 (R7.4.1～R8.2.1)

#### ①ペットボトルキャップ

個数：208,550個 重量：485kg  
(世界の子どもへワクチン約48人分)

#### ②コンタクトレンズの空ケース

重量：12.43kg (自動車部品などへリサイクルし、売上金を日本アイバンク協会へ寄付)

※リサイクル事業について詳しくはこちらをご覧ください





理学療法士・作業療法士・看護師・歯科衛生士・管理栄養士等の専門職がサポート！

介護予防・生活支援サービス事業（通所型サービスC）

## 「令和8年度シニア健康あっぷ塾」第1クール参加者募集！

体を動かすのにいい季節です！

「歩くスピードが遅くなった」「段差でつまづくようになってきた」「ペットボトルの蓋が開けにくくなった」など思い当たることはありませんか。

内心不安だけど、何をしたらいいのかと悩んでいるかた…。シニア健康あっぷ塾が最適です！！

シニア健康あっぷ塾は、腰痛・膝痛や転倒予防のため、イス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、健康の維持に欠かすことのできない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、介護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。これからも自分らしい生活を続けていくために、ぜひご参加ください。

### 参加者の声



Aさん「椅子を使ってできる体操を自宅でも続けました。テレビを観ながらできるので手軽にできます。足が上がるようになってきたのか、つまづくことが減ってきたように感じます。」

Bさん「体重が減ってきたので、今後どんな食事したらいいのか知りたくて参加しました。管理栄養士さんがわかりやすく歌にしてくれました。すぐに覚えられました。」



■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（申し込み時に包括の職員が実施します）
- 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原則として各クール全日程（12回）参加できるかた

■日 程 右記参照

■時 間 各日 午前9時～11時

■場 所 保健センター

■参加費 無料

■定 員 10名（定員になり次第締切）

■送 迎 車での送迎も相談のうえ決定

■申込み 3月9日(月)から電話または窓口で申込み開始

### 第1クール開催日程

- ① 4月23日(木)
- ② 4月30日(木)
- ③ 5月7日(木)
- ④ 5月14日(木)
- ⑤ 5月21日(木)
- ⑥ 5月28日(木)
- ⑦ 6月4日(木)
- ⑧ 6月11日(木)
- ⑨ 6月18日(木)
- ⑩ 6月25日(木)
- ⑪ 7月9日(木)
- ⑫ 7月16日(木)

※ 第2クール（8月～11月）、第3クール（12月～2月）も予定しています。参加申し込みにつきましてはその都度広報みさとにてお知らせいたします。

申込先・問合せ＝地域包括支援センター ☎76-1325



## 農地の賃借料情報について

農地法により、農地の賃貸借契約を締結する際の目安となるよう賃借料情報を広く提供することとなっています。

そこで、令和7年1月から令和7年12月までに締結（公告）された農地の賃貸借の金額（10aあたりの年額）と件数、使用貸借の件数についてお知らせします。

農地を貸し借りされる際は、当事者間の話し合いにより賃借料を決めていただくこととなります。

### 【算出方法】

※平均値、最高額、最低額を算出するにあたり、平均に比べて著しく高額あるいは低額の賃借料の情報は、特殊な取引に係るデータとして集計から除いています。

※平均額は、算出結果を四捨五入し、100円単位としています。

### 1. 賃貸借

#### ①田（水稻）の部

	10aあたりの年額			件数
	平均額	最高額	最低額	
美里町全域	3,300円	7,500円	1,000円	455件

#### ②畑（普通畑）の部

	10aあたりの年額			件数
	平均額	最高額	最低額	
美里町全域	3,100円	6,000円	1,000円	189件

### 2. 使用貸借（無償の貸借）

	田	畑	合計
美里町全域	28件	43件	71件

問合せ＝農業委員会事務局（農林商工課内） ☎76-5133

## 男女共同参画ニュース

### インターネットによる人権侵害に注意しましょう

パソコンやスマートフォンの普及に加え、掲示板やSNSなどの便利なサービスの広がりによって、インターネットを通じたコミュニケーションはこれまで以上に身近な存在となりました。

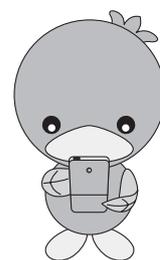
しかしその反面、正しい知識やモラルを身につけないまま利用すると、何気ない投稿や発言が誰かを傷つけてしまうおそれがあります。

トラブルを防ぎ、加害者にも被害者にもならないためには、利用者一人ひとりが個人の名誉やプライバシーの大切さを理解し、ルールやマナーを守って行動することが重要です。

#### インターネット上での人権侵害を防ぐために…

- 他人を誹謗・中傷する内容を書き込まない
- 差別的な発言を書き込まない
- 安易に不確かな情報を書き込まない
- 他人のプライバシーに関わる情報を書き込まない
- 書き込みが不特定多数の人に見られる可能性があるという事を意識する

政府広報「インターネット上の人権侵害に注意！」より



もしも被害にあったら、ひとりで悩まずに専門の相談窓口にご相談しましょう。

#### With You さいたま（埼玉県男女共同参画推進センター）

さまざまな悩み相談 ☎048-600-3800

月～水、金、土 午前9時30分～午後8時30分

インターネットによる人権相談窓口 24時間365日（受付）

【URL】 <https://www.jinken.go.jp/>

・相談フォームより受付後、最寄りの法務局から後日、メール、電話または面談により回答します。

# 消費生活相談



個人情報聞き出す不審な電話にご用心



### 【事例1】

十から始まる番号から電話があり「2時間後に電話が止まる。詳しくは1を押すように」とガイダンスが流れた。1を押したらオペレーターが出て、聞かれるまま個人情報伝えてしまった。

### 【事例2】

携帯電話会社を名乗る電話があり、私の名前でスマホが不正に契約されている、警察に電話を転送すると言われた。転送先で氏名や生年月日を伝えたが本当に警察が不信任が募った。個人情報の扱いが心配だ。

### 【事例3】

警察を名乗る電話がかかってきて、「あなたに、犯罪者集団に関わっている疑いがある」と言われた。数分話をしているうちにクレジットカード情報を聞かれたため不審に思い電話を切った。

実在企業や公的機関を名乗り、個人情報聞き出す不審な電話に関する相談が依然寄せられています。

知らない番号からの電話に出ると、何かしらのトラブルや未納料金の督促、犯罪などをほのめかされ、慌てたところで個人情報を聞き出されてしまいます。

また、先頭に「十」がついている電話番号は国際電話ですが、心当たりのない国際電話は詐欺である可能性が高いようです。なお、固定電話で国際電話を使わない場合は国際電話のみの利用休止もできます。携帯電話でも端末により発信信の設定が可能のほか、携帯電話会社でも迷惑電話防止サービスを提供しています。

### 【消費者へのアドバイス】

- ・知らない番号からの電話には出ない、折り返さないようにしましょう。
- ・うっかり出てしまった場合、不審なら早めに話を打ち切りましょう。また、自動音声ガイダンスが流れた場合、途中でも電話を切りましょう。個人情報は絶対に伝えないようにしましょう。
- ・国際電話を使わない場合は、利用休止を検討しましょう

困った時は、お近くの消費生活センター等にご相談ください。

消費生活センターへのお電話は、消費者ホットライン「188」へおかけください。

### 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

#### 埼玉県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日までに総務課へお届けください

### 短歌

ピリピリと頬をさす風 枯葉舞い下まく我に 大寒と報ず  
清水ミヨ子

「風の花」誰が付けたか 梅の花北風止んで 春よ早く来い  
小林カツ子

新年を穏やかに迎え 寿きぬ 笑顔で交わし 和やかさ知る  
福島恵美子

静寂に 謡の響能の舞 能楽堂にて 天女に出会う  
原田 淳子

高額な 理系費用に 親嘆き 武者ぶりやまぬ 少額助成  
有馬 康博

夜の庭に 彩り添える 照明の しずかな光眺めておりぬ  
有馬 千代

やよいひめまつ 赤な愛をかみしめる 風おだやかな 如月の朝  
丸山 好子

### 俳句

炬燵守 犬にせがまれ 初詣で

吉田 恒市

ひそと開けたり 雛の夜のオルゴール

飯野佳代子

子供等の 隠れ膨らむ 炬燵かな

飯尾 君江

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。



本庄税務署からのお知らせ

国税専門官募集

国税局や税務署において、税のスペシャリストとして働く国税専門官（国家公務員）を募集します。

受験資格

◎平成8年4月2日～平成17年4月1日生まれのかた

◎平成17年4月2日以降に生まれ

次のいずれかに該当するかた

- ①大学（短期大学を除く。以下同じ）を卒業したかたおよび令和9年3月までに大学を卒業する見込みのかた
- ②人事院が①に掲げるかたと同等の資格があると認めるかた

試験区分

Ⅱ 国税専門A（法文系）、国税専門B（理工・デジタル系）

申込期間

Ⅱ 2月19日（木）午前9時～3月23日（月）【受信有効】

試験日

Ⅱ 【第1次試験】5月24日（日）【第2次試験】6月22日（月）～7

月9日（木）のいずれか第1次試験合格通知書で指定する日時

問合せ

Ⅱ ① インターネット申込みに関する問合せ 人事院人材局試験課

☎ 03-35581-5311

（内線2332）午前9時から午後5時（土・日曜日及び祝日

等の休日は除く。）

② 右記以外の問合せ 関東信越国税局人事第二課試験係

☎ 048-600-3111

（内線2097）午前8時30分から午後5時（土・日曜日及び祝日等の休日は除く。）



国税庁ホームページ



人事院採用情報NAVI

児玉郡市広域消防本部からのお知らせ

消防分署の夜間受付対応が変わります

4月1日（水）から、消防分署の夜間受付対応が変わります。

夜間（午後10時から翌日の午前5時まで）美里分署、神泉分署、上里分署の受付員が不在となりますので、御用の際は庁舎備え付けのインターホンを押してください。

夜間の問い合わせ電話についても、美里分署は児玉分署、神泉分署は神川分署、上里分署は本庄分署へそれぞれ転送となりますので、ご了承ください。

問合せ

Ⅱ 児玉郡市広域消防本部 総務課 ☎ 24-0119

児玉郡市広域消防本部からのお知らせ

火災予防条例の改正  
「林野火災防止の強化」

近年の林野火災対策強化を踏まえ、火災予防条例を一部改正しました。住民の皆さまに関係する主なポイントは次のとおりです。

○ 林野火災注意報と林野火災警報の新設

気象状況により林野火災の危険が高まった場合、林野火災注意報・林野火災警報を発令します。

○ 発令時の火気使用制限

注意報・警報が発令されている間は、森林内での火の使用（火遊び、たき火、煙火消費など）が制限されます。（注意報については努力義務）

○ たき火の届出

森林内でたき火を行う場合には、消防署への事前の届出が必要となります。

○ 期間等について

以上の事項について、対象期間は毎年1月1日～5月31日となります。

問合せ

Ⅱ 児玉郡市広域消防本部 予防課 ☎ 24-18392

【広告】内容は直接広告主へ



国を守る、公務員

自衛官募集

自衛隊埼玉地方協力本部では、次の要領で自衛官などを募集します。

一般幹部候補生（飛行含む）（第1回）

応募資格 22歳以上26歳未満の

た（採用予定月の1日現在）

受付期限 4月3日（金）

試験日 1次 4月11日（土）・12

日（日）（12日（日）は海空飛行要員の

み）  
2次試験以降は随時お知らせ

幹部候補生（第1回）

応募資格 20歳以上33歳未満の

た（採用予定月の1日現在）

受付期限 4月3日（金）

試験日 1次 4月11日（土）

2次試験以降は随時お知らせ

自衛官候補生

応募資格 18歳以上33歳未満の

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）  
受付期間 2年間通じて行っており

ます。

試験日 2受付時または地方協力本

部のホームページにてお知らせ

資格発表 試験時にお知らせしま

す。

問合せ 自衛隊埼玉地方協力本部

熊谷地域事務所

048152214855

埼玉司法書士会からのお知らせ

出張法律相談会の開催

埼玉司法書士会は、日常の悩み

やトラブルの相談に応じ、法的解

決を支援するため、「県北総合相

談センター出張法律相談会（無

料）を開催します。

日時 4月21日（火）

午後1時30分～4時30分

※次回は7月に開催予定です。

場所 寄居町中央公民館 会議室B

相談内容 相続、遺言、登記、債

務整理、成年後見、不動産の名

義変更など

相談方法 面談による相談（1組

1時間）※要予約

予約方法 総合相談センターへ電

話（相談日の1週間前に予約締

切）  
048183817472

問合せ 埼玉司法書士会事務局

相談無料！

関東財務局の相談窓口

関東財務局では、金融取引や多

重債務に関するトラブルについ

て、地域の皆さまからの相談を無

料で受け付けています。

詐欺的な投資勧誘に関するご相談

048161313952

ヤミ金融業者などに関するご相談

048160011151

電子マネーや暗号資産に関する

トラブル

048160011152

多重債務相談

048160011113

円満な解決のお手伝いをします

労使トラブルの解決

「解雇・雇止め」「労働条件の

見直し」「パワハラ」など労働者

と会社のトラブルでお困りのこと

はありますか。県労働委員会が

中立・公正な立場であっせんを行

い、トラブル解決をお手伝いしま

す。手続は簡単・無料、秘密厳守

ですので、どうぞご利用ください。

問合せ 埼玉県労働委員会事務局

048183016452

【広告】内容は直接広告主へ

広告募集中！

掲載を希望されるかたは  
お気軽にお問い合わせください！

問合せ＝総務課 自治防災係 ☎76-1115

## 戸籍の窓口（敬称略）

この欄に掲載を希望されるかたは、届出時に住民保険課へお申し出ください。

1月16日～2月15日申出分 ※行政区順

### お誕生おめでとう

名 前 保護者 行政区  
今月号への掲載希望はありませんでした。

### お悔やみ申し上げます

名 前 年 齢 行政区  
齊藤 守 74 小茂田  
飯野 美重子 92 北十条  
黒沢 和子 83 広木  
浅見 津良 64 甘粕  
上田 宗甫 95 甘粕

### 2月1日現在の人口と世帯

( )内は前月比です。  
外国籍のかた253人も含みます。

人口	10,558人	(-13人)
男	5,340人	(-14人)
女	5,218人	(+1人)
世帯	4,613戸	(-1戸)

### 人口増減内訳

出生	転入	死亡	転出
4	36	22	31

### 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。

○小児救急電話相談 #8000  
または ☎048-833-7911

※利用上のごお願い

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
3月8日(日)	よしはら整形外科	☎73-1575
3月15日(日)	飯塚耳鼻咽喉科医院	☎34-2313
3月20日(金・祝)	五十嵐整形外医院	☎24-2313
3月22日(日)	池田レディースクリニック	☎22-2048
3月29日(日)	彩の丘クリニック	☎71-7166
4月5日(日)	あたご山クリニック	☎22-8733

※当番医は変更になる場合がありますので、確認してから受診してください。

### ○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。

☎23-3322 診療科：内科系疾患

診 察 日 日曜日・祝日

診 療 時 間 午前9時～午後4時（正午～午後1時除く）  
※発熱外来も行なっています。

午後7時～10時（受付：午後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 日 時 毎週木曜日 午後8時～10時  
（受付：午後9時45分まで）

※木曜日が祝日にあたる場合の診療時間は、休日診療と同じです。





雨の日など、図書館に来館する際や車から移動する時などに、本・雑誌・資料などが濡れないようにご注意ください。

## 令和7年1月から12月までの森の図書館『貸出しベスト5』をご紹介します！

区分	一般書部門	児童書部門
1位	<b>架空犯</b> 東野 圭吾 / 著 (幻冬舎)	<b>大ピンチずかん2</b> 鈴木 のりたけ / 作 (小学館)
2位	<b>カフネ</b> 阿部 暁子 / 著 (講談社)	<b>2冊同位</b> <b>昆虫最強王図鑑</b> 篠原 かをり / 監修 (学研プラス) <b>大ピンチずかん</b> 鈴木 のりたけ / 作 (小学館)
3位	<b>禁忌の子</b> 山口 未桜 / 著 (東京創元社)	<b>動物最強王図鑑</b> 實吉 達郎 / 監修 (学研プラス)
4位	<b>3冊同位</b> <b>気の毒ばたらき</b> 宮部 みゆき / 著 (PHP 研究所) <b>恋とか愛とかやさしさなら</b> 一穂 ミチ / 著 (小学館) <b>人魚が逃げた</b> 青山 美智子 / 著 (PHP 研究所)	<b>2冊同位</b> <b>異種最強王図鑑</b> 實吉 達郎 / 監修 (学研プラス) <b>いちごりら</b> 麻生 かづこ / 作 (ポプラ社)
5位	<b>3冊同位</b> <b>クスノキの女神</b> 東野 圭吾 / 著 (実業之日本社) <b>成瀬は信じた道をいく</b> 宮島 未奈 / 著 (新潮社) <b>成瀬は天下を取りにいく</b> 宮島 未奈 / 著 (新潮社)	<b>2冊同位</b> <b>おすしがあるひたびにてた</b> 田中 達也 / 作 (白泉社) <b>妖怪最強王図鑑</b> 多田 克己 / 監修 (学研プラス)

### 図書館職員おすすめ本

#### 『失われた貌』 Lost Identity



櫻田 智也 / 著 新潮社  
～図書館職員からのひとこと～  
年末のミステリーランキング3冠を達成！  
ミステリー好きにはたまらない一冊！  
ぜひお楽しみください！

#### 『アイパー滝沢のポウシェット編み物道』

アイパー滝沢 / 著 日東書院本社  
～図書館職員からのひとこと～  
埼玉県出身の芸人が織りなす編み物の世界。  
一風変わった作品の数々。  
楽しめること間違いなし！  
見た目のギャップにもぜひおどろいてください☆

#### 『ミミナシホーイチ』

小泉 八雲 / 原作 円城 塔 / 翻案 長田 結花 / 絵 東 雅夫 / 編 岩崎書店



～図書館職員からのひとこと～  
今話題の小泉八雲作品。皆さんも一度はこの題名を聞いた事があるのでは!?  
いくつになっても何度読んでも楽しめる絵本になっています。

#### 『むじな』

小泉 八雲 / 原作 田辺 青蛙 / 翻案 高島 那生 / 絵 東 雅夫 / 編 岩崎書店



問合せ＝森の図書館 ☎75-2055

[引用] T R C株式会社図書館流通センター

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、3月31日(火)【整理日】



ホームページ  
QRコード

# 3月は自殺対策強化月間です

自殺対策強化月間にあわせて、各種相談窓口をご紹介します。一人で悩まずに、まずは相談してください。また、「いつもと様子が違う」と気にかかるかたが周りにいたときは、優しい声かけをお願いします。

## 電話相談

#いのち SOS (年中無休・24 時間対応) ☎ **0120-061-338** (通話料無料)

よりそいホットライン (年中無休・24 時間対応) ☎ **0120-279-338** (通話料無料)

## 対面相談

公認心理師によるこころの相談 (予約制)

【日 時】毎週月～金曜日 (祝日を除く) 午前9時～午後5時

【予約先】住民保険課 健康推進係 (保健センター内) ☎ 76-2855

## 生きるのがしんどい あなたのための Web 空間 『かくれてしまえばいいのです』

『かくれてしまえばいいのです』は、生きるのがしんどいと感じている子ども・若者向けの Web 空間です。

匿名・無料で24時間いつでも利用することができます。



『かくれてしまえばいいのです』は、  
こちらから入れます

【URL】 <https://kakurega.lifelink.or.jp/>



問合せ = 介護福祉課 社会福祉係 ☎ 76-5132



## ワンポイント 手話講座

ワンポイント手話講座は、動画での紹介にリニューアルしました！

分かりやすく、楽しく手話を学べるよう、YouTubeでご覧いただける動画を配信しています。

ぜひ、下のQRコードから動画をチェックしてみてください！



Youtubeチャンネル  
QRコード

※この動画は、児玉郡市共同で企画・作成したものを本庄市のYoutubeチャンネルに掲載しています。

## お手軽クッキング 299

### 切干大根のはりはり漬け



#### 材料 (4人分)

切干大根…………… 乾50g  
人参…………… 20g  
① ポン酢しょうゆ 大さじ2  
② ラー油…………… 小さじ1/3

#### 1人当たり

エネルギー	塩分
45kcal	0.3g

#### 作り方

- ① 切干大根はたっぷりの水につけてもみ、水をかえて全体がしっとりとなったら水けを絞る。
- ② 人参は千切りにする。
- ③ ボールに①②を入れ、①を加えて混ぜ合わせる。

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】住民保険課 健康推進係 ☎ 76-2855



## 各広場・健診のお知らせ

会場：保健センター ☎76-2855

担当：こども未来課 ☎76-2277

イベント	対象	日程	時間	内容 [持ち物]
マタニティ広場	町内在住の妊婦・夫 (パートナー) (妊婦体験もできます)	4月13日(月)	午後1時30分～ 3時	お産の流れ・妊娠中の栄養 [母子手帳、ママパパ学級テキスト、 水分補給できるもの]
あかちゃん広場 (母乳相談は要予約)	町内在住の生後6か 月頃までのこどもと 保護者	3月19日(木)	午前10時～ 11時30分	ママの簡単バランスボール・絵本 [母子手帳、バスタオル、水分補給できるもの]
		4月23日(木)		ベビーマッサージ・発達を促す遊び [母子手帳、バスタオル、水分補給できるもの]
どれみ広場	町内在住の3歳頃ま でのこどもと保護者 (未就園児も可)	3月2日(月)	午前10時～ 11時30分	親子で音楽にあわせて遊ぶリトミック♪ 簡単なおもちゃ作製や絵本タイムもあ ります！ [汗拭きタオル、水分補給できるもの]
		3月16日(月)		
		4月6日(月) 4月27日(月)		
親子あそび広場	町内在住の3歳頃ま でのこどもと保護者 (未就園児も可)	3月11日(水)	午前10時～ 11時30分	親子で体を動かして遊ぶ教室です。 心も身体もリフレッシュしましょう！ [汗拭きタオル、水分補給できるもの]
		4月24日(金)		
健幸スマイル スタジオ	町内在住の3歳頃ま でのこどもの保護者 (こどもの参加も可)	3月25日(水)	午前10時～ 11時30分	[運動・相談・交流] を組み合わせた教室 [歩数計、汗拭きタオル、水分補給できるもの]
育児・母乳相談 所要時間30分程度 (3日前までに要予約)	町内在住の乳幼児・妊 婦・夫(パートナー)・ 育児協力者	3月5日(木)	午前10時～ 11時30分	計測・栄養・母乳相談など育児に対する 相談。妊娠中のかたの沐浴・オムツ交 換・抱っこデモもできます！[母子手帳、 バスタオル、フェイスタオル2枚(母乳相談時)]
		4月9日(木)		

※広場や相談は予約制です。開催前日までに、担当のこども未来課へお申込みください。

## 乳児健診

日程＝①3月13日(金) ②4月21日(火)

対象児＝①令和7年3月・5月・8月・11月生まれ

②令和7年4月・6月・9月・12月生まれ

内容＝身体計測、内科診察、育児相談など

## 2歳児歯科健診

日程＝3月6日(金)

対象児＝①令和5年12月～令和6年2月生まれ

②令和5年6月～8月生まれ

内容＝身体計測、歯科診察、フッ素塗布、  
ブラッシング指導、育児相談など

## 3歳児健診

日程＝4月10日(金)

対象児＝令和4年9月～11月生まれ

内容＝身体計測、内科診察、目の屈折検査、  
尿検査、歯科診察、フッ素塗布、  
ブラッシング指導、育児相談など

## 5歳児歯科健診

日程＝3月18日(水)

対象児＝令和2年12月～令和3年2月生まれ

内容＝身体計測、歯科診察、フッ素塗布、  
ブラッシング指導、育児相談など



※時間や持ち物などの詳細については、個別にお送りする通知をご覧ください。

健診実施日の1か月前頃に送付します。

★母子健康手帳の交付手続きは、こども未来課(☎76-2277)または保健センター(☎76-2855)へ予約をお願いします。

## 第77回日本消防協会定例表彰式において 「功績章」および「勤続章」を受章

第77回日本消防協会定例表彰式において、美里町消防団長 卜部 正明さんが功績章および勤続章を受章されました。

功績章は、長年にわたり誠実に職務に取り組み、磨き上げた高度な技能と強い責任感をもって消防の使命遂行に尽力された消防団員に授与されるものです。

勤続章は、30年以上にわたり消防の職務に精励された消防団員に授与されるものです。



## 広木万場の道祖神焼き

1月14日(水)、広木万場の道祖神焼きが執り行われました。

この行事は、大字広木字万場地区において、毎年小正月の1月14日に行われている行事で、正月の門松、しめ縄、古いお札や達磨などを飾り供えてお焚き上げる火祭行事です。

美里町周辺では、道祖神は地域や住民を守る神とされており、道祖神焼きの火で繭玉と呼ばれる団子を焼いて食べると病気にかからないといわれています。



## 町内の幼稚園・保育園で 交通安全教室が実施されました

2月中、町内の幼稚園・保育園において交通安全教室が実施されました。

児玉警察署・交通指導員のかたに協力いただき、正しい横断歩道の渡り方や横断歩道のない道路での安全な横断の仕方などを学びました。

実際に道路を横断する体験も行い、交通ルールの大切さをしっかりと身につけている様子が見られました。

春は日が長くなり、子どもたちが道路を歩く機会も増える季節です。皆さんも、交通ルールを守り、安全に注意して行動しましょう。





5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。  
3月31日(火)までに総務課へ☎連絡を！

いわかみ ちひろ  
岩上 千紘ちゃん (北十条)

〈令和7年3月1日生〉

わんぱくで食いしん坊な千紘のことがパパとママは大好きだよ♡ 生まれてきてくれてありがとう。



# ミムリンの町音楽コンサート



美里町マスコットキャラクター「ミムリン」

**日時** 2026年3月15日(日)  
13:00開場 / 13:30開演

**会場** 美里町 遺跡の森館 ホール  
埼玉県児玉郡美里町大字木部574番地  
(JR八高線松久駅徒歩約15分)

入場無料  
定員556席

世界で活躍するピアニストと美里町の小さなピアニストたちによる  
素敵なコンサート♪皆さまのご来場をお待ちしております

## 出演 ピアニスト 森田義史

国内外の数々のコンクールで受賞歴を持つ、熊谷市出身のピアニスト  
熊谷市文化振興財団より文化顕彰を授与される

—演奏予定曲—

ショパン作曲 スケルツォ第2番 op.31

ベートーヴェン作曲 ピアノソナタ第23番「熱情」 op.57 他

## 一般演奏者

### 【ソロ部門】

ト部 晴花  
飯野 光政  
佐藤 百香  
柳沢 美結  
杉田 葵彩  
清水 諒  
大田 怜央

### 【連弾部門】

瓜田 杏奈・柳沢 美結・笠原 柚葉  
蘇 信・蘇 成  
宇都宮 かな・浅香 陽菜  
池田 京香・池田 都子



問合せ = 美里町遺跡の森館自主事業実行委員会事務局 (教育委員会事務局 生涯学習係) ☎76-3431