KENKOボディメイク -けんこう-

ミムリン健幸ポイント事業 対象事業
参加で500ポイント

「最近、運動不足だな…」「健康に気をつかわなきゃと思いつつ、後回しになっている…」
そんな風に感じていませんか？
学業や仕事、子育てなどで大忙しの18歳から64歳の皆さま。この時期のちょっとした生活習慣の工夫が、数十年先も元気な自分をつくる大切な投資になります。
今の忙しいライフスタイルを変えずにできる、「無理のない筋トレ」と「手軽でバランスの良い食事」のコツを楽しく学びませんか？

ミムリン健幸ポイント事業
参加申込み先
生涯学習課（コミュニティセンター内）
☎ 76-3431

【対 象 者】 町内在住の18歳から64歳までのかた
（※ミムリン健幸ポイント事業参加者）
【定　　員】 20名（申込み順）
【参 加 費】 無料
【持 ち 物】 筆記用具・動きやすい服装・運動靴・タオル・飲み物
【申込期間】 11月24日㈫午前９時から12月11日㈮まで
電話またはLINEで予約する。
【ポチっと☆みさと（美里町LINE公式アカウント）の
予約 > イベント > 健康イベント > KENKOボディメイク から予約する】

美里町 LINE 公式アカウント

【実施内容】

	日　時	テーマ	会　場
1	令和９年１月16日㈯ 午前10時～11時30分	代謝と体組成を知る １日推定塩分摂取量測定（尿検査） ※約１週間前に尿検査キットをご自宅に送付します。	コミュニティセンター 大ホール
2	令和９年１月30日㈯ 午前10時～11時	塩分・脂質を味方につける	
3	令和９年２月13日㈯ 午前10時～11時	糖とエネルギーコントロール	
4	令和９年２月27日㈯ 午前10時～11時	日常動作を運動に変える	
5	令和９年３月13日㈯ 午前10時～11時30分	運動を続けるコツ	

※全ての日程で運動を行います。

申込み・問合せ＝住民保険課　健康推進係（保健センター内）　☎76-2855

全国瞬時警報システム（Jアラート）緊急地震速報訓練のお知らせ

全国統一の緊急地震速報訓練が下記のとおり実施されます。
町でも防災行政無線から緊急地震速報が流れますが、実際の災害とお間違えのないようご注意ください。ただし、気象・地震活動の状況等によっては、訓練用の緊急地震速報の発表が中止になることがありますので、ご了承ください。

【日　　時】 11月５日㈬　10時頃
【放送内容】（今回の訓練用として、消防庁による自動音声で予定されているものです。）

防災行政無線の放送内容
＜チャイム音＞
こちらは、防災みさとです。
ただいまから、訓練放送を行います。
＜緊急地震速報チャイム音＞
緊急地震速報。おおじしんです。おおじしんです。これは訓練放送です。（３回繰り返します）
こちらは、防災みさとです。
これで訓練放送を終わります。
＜チャイム音＞

問合せ＝総務課　自治防災係　☎76-1115

令和８年度児玉郡市広域市町村圏組合職員採用試験〔二次募集〕

【募集職種等】

募集職種	受験資格	募集人員
技術職（機械または電気）	・平成３年４月２日から平成21年４月１日までに生まれたかた ・大学・短期大学・高等専門学校・高等学校等において、「機械」または「電気」関係の学部、学科を卒業したかた（令和９年３月31日までに卒業見込みのかた）若しくは「第三種電気主任技術者免状取得者」 ※「電気関係の学部、学科」とは、大学・短期大学・高等専門学校・高等学校、またはこれと同等以上の教育施設（経済産業大臣の認定を受けたもの）において、電気工学に関する学科のうち、電気事業法の規定に基づく主任技術者の資格等に関する省令第７条第１項各号の科目を履修	１名

※日本国籍を有しないかた、および地方公務員法第16条に規定する欠格条項に該当するかたは受験できません。

【試験方法】
【１次試験：12月13日㈰】
教養試験・作文試験・適性検査
【２次試験：１月中旬（予定）】　面接試験

【受験案内・申込書】
11月27日㈮まで児玉郡市広域市町村圏組合事務局総務課で配布、組合ホームページからもダウンロードできます。
※郵送請求の場合、封筒の表に「職員採用試験申込書請求」と朱書きし、返信用封筒（角２の封筒に住所・氏名を記入し、180円切手を貼付）を同封してください。

【受付期間】
11月２日㈪～27日㈮（土日・祝日は除く）
午前８時30分～午後５時15分
持参、または郵送（郵送の場合、11月27日㈮必着）

【職場見学会の開催について】
1 開催日時：11月20日㈮まで随時開催
午前９時～午後５時（土日・祝日は除く）
※所要時間については、上記時間内において90分を予定しております。
お申込みの際に希望日時をお伺いします。
2 開催場所：児玉郡市広域市町村圏組合事務所
埼玉県本庄市東五十子151-1
3 申込期間：11月19日㈬まで受付しております。
お電話でお申込みください。
午前８時30分～午後５時15分（土日・祝日は除く）

問合せ＝
〒367-0024　本庄市東五十子151-1
児玉郡市広域市町村圏組合事務局総務課　☎27-2241