

民生委員・児童委員に高橋清樹氏

1月1日付けで民生委員・児童委員として本郷二地区に高橋清樹氏が委嘱されました。地域福祉の現場を支える身近な相談相手です。悩みごとや心配ごとがありましたら、お気軽にご相談ください。
問合せ…町民福祉課社会福祉係【☎35-1224】

担当地区	氏名	電話番号
本郷二	高橋 清樹	33-5076

国民年金コーナー

No.366

国民年金保険料の納付は 口座振替が便利でお得です

申込方法

「口座振替申出書」に必要事項を記入・押印（金融機関への届出印）し、熊谷年金事務所または金融機関の窓口へ提出してください。申出書は健康保険課にもありますのでお問い合わせください。

前納の割引額

保険料を早割や前納で口座振替にすると、下表のように保険料が割引されます。（割引額は平成26年度の保険料15,250円を元に計算）

	1か月分	6か月分	1年分	2年分
	割引額	割引額	割引額	割引額
翌月末振替	—	—	—	—
当月末振替	50円	300円	600円	1,200円
6か月前納	—	1,040円	2,080円	4,160円
1年前納	—	—	3,840円	7,680円
2年前納	—	—	—	14,800円

前納の申込期限

口座振替による1年前納と2年前納は平成27年2月末日までに届出が必要です。

問合せ…熊谷年金事務所【☎048-522-5012】
健康保険課医療年金係【☎35-1222】

納税相談窓口

夜間開庁・休日開庁のお知らせ

◆2月の開庁日

- 休日（午前8時30分～正午） **2月8日(日)**
- 夜間（午後8時まで） **2月25日(水)**

※夜間は庁舎西入口（夜間入口）からお入りください。

◆窓口・問合せ…税務課収税係
【☎35-1221内線1121～1125】

国民健康保険税第8期の納期限は3月2日(月)です。税金のお納めには便利な口座振替をご利用ください。

4月5日(日)

第3回 かみさと桜まつり開催

町民の皆さんにお花見を楽しんでいただくため、堤調節池運動公園グラウンドで桜まつりを開催します。
※詳細は広報3月号に掲載します。

フリーマーケットコーナー出店者大募集!

資格…児玉郡市内または近隣市町村に在住、在勤の18歳以上の方

※営業の方（プロ）は参加できません。

出店料…1区画につき500円（1人2区画まで）

※荒天等で中止の場合は、社会福祉協議会への寄付金とします。出店料の返金はしませんのでご了承ください。

区画数…60区画程度（1区画3m×3m）

※応募多数の場合は抽選

場所…堤調節池運動公園グラウンド

申込…2月12日(木)～27日(金)まで

※申込書は産業振興課にあります。

申込先・問合せ…産業振興課農政商工係

【☎35-1232】

納税推進コールセンターを開設しています

町では、町県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税が未納の方に対し、委託民間会社から電話で未納のお知らせを行い、早期の納付を呼びかけています。コールセンターでは、必ず「上里町納税推進コールセンターの〇〇です」と名乗り、納め忘れの税目、期別、税額などを確認します。

注意!

コールセンターでは
次のようなことは決して行いません

- ①直接現金を取りに伺う
- ②金融機関や口座を指定し、振込みを依頼する
- ③ATMによる振込み操作を指示する

納付のご相談や納付書の再発行などは、税務課収税係で対応します。不明な点がありましたら、税務課収税係までお問い合わせください。

問合せ…税務課収税係【☎35-1221内線1121～1125】

出前講座「いのちの大切さ」

各小中学校で実施中

上里町では、地域少子化対策強化事業として、町内の小学校5年生・6年生、中学校1年生を対象に、「いのちの大切さ」を伝える出前講座を実施しています。

この講座では、助産師が子どもたちに妊娠・出産の正しい情報といのちの成り立ち、生まれてきたことの

素晴らしさを伝え、「自分は大切な存在」であることを感じてもらうことを狙いとしています。

講座を受講したお子様のご家庭では、子どもたちへ感想をたずねたり、どんな内容だったかなど振り返りたりする時間をぜひお持ちください。

問合せ：保健センター【☎33-25501】



▲上里東小学校、七本木小学校、神保原小学校、長幡小学校は12月～1月に実施し、とても好評でした。ほかの小中学校は2月以降に実施予定です。

今後の予定

賀美小学校	5年生	2月4日(水)
	6年生	2月2日(月)
上里北中学校	1年生	2月9日(月)、13日(金)
上里中学校	1年生	2月18日(水)、25日(水)、3月4日(水)



▲講演後にはグループワークが行われ様々な感想や意見が交わされました。



大人も「いのちの大切さ」学んでいます
11月30日(日)、男女共同参画推進センターで群馬県助産師会長の鈴木せい子氏を招き、子育て講演会「いのちの大切さ講座」あなたがいってしあわせ」を開催。
幅広い年齢層の方々が参加し、鈴木先生から「いのちの授業」をとおして、いのちの大切さやいのちの現場からのメッセージを伝えていただきました。

ご意見をお寄せください

パブリックコメントを実施

第6期上里町高齢者福祉計画・介護保険事業計画(案)

高齢者福祉および介護保険に関する総合的な計画です。3年を1期とし、第6期は平成27年度～29年度が対象です。町民の皆さまのご意見をお聞かせください。

- 閲覧および意見募集期間…2月16日(月)まで
- 閲覧場所…町ホームページおよび
高齢者いきいき課高齢介護係⑩番窓口
問合せ…高齢者いきいき課高齢介護係
【☎35-1243】

「第4期上里町障害福祉計画(案)」

障害者総合支援法に基づき、3年を1期とし、各種障害福祉サービス等に関することを定めた「第4期上里町障害福祉計画(案)」を作成しましたので、町民の皆さまのご意見をお聞かせください。

- 閲覧および意見募集期間…2月13日(金)～
3月16日(月)
- 閲覧場所…町ホームページおよび
町民福祉課社会福祉係⑤番窓口
問合せ…町民福祉課社会福祉係【☎35-1224】

「ひざ・腰らくらく体操教室」

参加者募集!

加齢とともにひざや腰の痛みを抱える人が増えてきます。町で65歳以上の方900人に実施したアンケート結果からも足腰の痛みが原因で外出を控える方が多くいることが分かりました(表1、2)。また、介護が必要となった主な原因として骨折・転倒、関節疾患があります(表3)。足腰の痛みが原因で外出で

きなくなる、また、転倒・骨折して介護保険利用につながっていることが分かりました。そこで、町ではひざ痛・腰痛を予防・改善するための教室を開催します。リハビリ専門職員からストレッチや体操、日常生活の工夫を学べます。ひざ痛・腰痛でお悩みの方、ぜひご参加ください。

「ひざ・腰らくらく体操教室」概要

日時…3月12日(木)・19日(木)

午前10時～11時30分

会場…男女共同参画推進センター
セミナーホール

講師…かみさとナーシングホーム
リハビリ科職員

対象…65歳以上の方で医師から
運動を止められていない方

※ひざや腰に痛みのある方でも、かかりつけ
から運動の許可が得られれば参加できます。

定員…40名(先着順)

費用…無料

準備…運動しやすい服装

飲み物(水分補給のため)など

申込先・問合せ…地域包括支援センター
(高齢者いきいき課内)

【☎35-1243】



表1 外出について

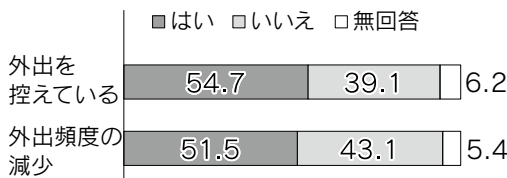
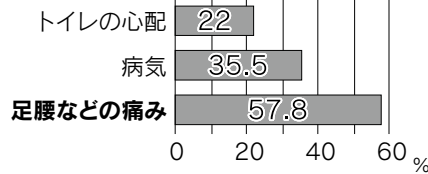
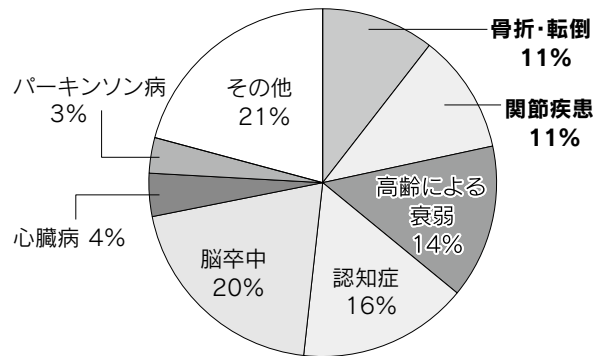


表2 外出を控える理由



平成26年
上里町日常生活圏域ニーズ調査より

表3 介護が必要となった主な原因



平成22年国民生活基礎調査より

身近なことから地震対策を

高齢者・障害者宅家具転倒防止対策事業のお知らせ

地震が起きた際、転倒した家具等の下敷きになる、また、室内が散乱状態のために避難が遅れるなど、被害が大きくなることが予想されます。

町では、災害時の安全対策を向上させるため、家具等の転倒防止器具の取り付けが困難な町民を対象に、補助事業を行います。

対象…町内在住の65歳以上の一人暮らし高齢者世帯および一人暮らしの障害者(手帳保持者)世帯で、住民税の非課税世帯

実施期間…平成29年3月31日まで

補助内容…寝室または居室(居間・居間兼台所)にある家具等3台まで(テレビは除く)

補助金額…器具代、工賃含め1万円以内

(1万円を超えた場合、超過分は自己負担)

申込先・問合せ…高齢者いきいき課【☎35-1243】



取り付け器具の種類

- ①壁にネジ止めするチェーン等
 - ②天井との隙間に挟む伸縮棒
 - ③家具の下に敷くストッパー
 - ④ガラス飛散防止フィルム
- (④は①～③との併用可)

健康・子育てインフォメーション

保健センター予定表 ☎33-2550

2月	16日(月)	3歳6か月児健診(平成23年7月生)
	17日(火)	1歳6か月児健診(平成25年7月生)
	18日(水)	3・4か月児健診(平成26年10月生)
	19日(木)	5歳児健康相談 ※対象児あて通知
	20日(金)	7・8か月児健診(平成26年6月生)
	24日(火)	赤ちゃん相談・離乳食の話 2歳児歯科検診(平成25年1月生)

※赤ちゃん相談の「個別相談」は予約制です。

休日の医療機関はこちらへ

①休日急患診療所

【本庄市保健センター内 ☎23-3322】

診察科目…内科系疾患

診察時間…午前9時～ 正午

午後1時～ 4時

午後7時～10時

※健康保険証を持参してください。

②在宅当番医療機関

◆診察は午前中のみとなります。また当番医は変更になる場合もありますので、確認してからお出かけください。

2月 1日(日)	恵南クリニック	☎24-0008
2月 8日(日)	児玉清水クリニック	☎72-7543
2月 11日(水)	本庄皮膚科形成外科医院	☎22-3233
2月 15日(日)	したら眼科クリニック	☎33-8333
2月 22日(日)	彩の丘クリニック	☎71-7166
3月 1日(日)	関口外科医院	☎33-8208

新人ママさん必聴!

離乳食のお話を開催します

保健センターでは、これから離乳食を始める方や始めたばかりの方を対象に離乳食のお話を実施します。事前のお申し込みは不要ですので、ぜひご参加ください。



日時…2月24日(火)、

午前10時30分～11時30分

会場…保健センター

対象…生後4～6か月児の保護者

内容…栄養士による離乳食の進め方についての講話

準備…母子手帳・離乳食づくりきほんの「き」(3・4か月児健診で配布した資料)

問合せ…保健センター【☎33-2550】

定期的にからダの点検を

各種がん検診 個別検診実施中!

受診希望の方は保健センター【☎33-2550】へお申し込みください。

実施期間	平成27年3月31日(火)まで	
対象	(大腸がん) 40歳以上の方 (乳がん) 40歳以上の女性 (子宮頸がん) 20歳以上の女性 (前立腺がん) 40歳以上の男性 (胃がんリスク) 40・45・50・55・60・65・70歳の方	[年齢基準日] 平成27年3月31日
検診場所	本庄市児玉郡内の指定医療機関 ※指定医療機関の一覧は申込後、受診券と一緒に通知します。	
内容	(大腸がん) 問診・便潜血反応検査 (乳がん) 問診・視触診・マンモグラフィ (子宮頸がん) 問診・診察・細胞診 (前立腺がん) 血液検査 (胃がんリスク) 血液検査	
費用	(大腸がん) 500円 (乳がん) 1,600円 (子宮頸がん) 1,300円 (前立腺がん) 250円 (胃がんリスク) 男性650円(前立腺がん検診同時実施のため) 女性400円	※70歳以上は無料

周りをまきこんだ健康づくりを

『健康長寿サポーター養成講座』を開催します



「健康長寿サポーター」とは、自らの健康づくりを実践するとともに家族や友人、周りの皆が健康であることにチャレンジしていく方です。この講座を受講して、あなたも「健康長寿サポーター」の仲間になりませんか。

日時…3月6日(金)、午前10時～11時30分

会場…男女共同参画推進センター・セミナーホール

内容…生活習慣病・ロコモティブシンドローム予防などの健康づくり全般に関する講習

※講座修了後は、埼玉県知事認定の修了証が交付されます。

講師…保健センター職員

対象…町内在住の方

定員…50名

準備…筆記用具

申込…2月27日(金)まで

申込先・問合せ…保健センター【☎33-2550】

