

# 子育てインフォメーション

今月からは、子育て世代包括支援センターの「天野 喜代美」支援員による子育てに関するコラムを毎月お届けします。

子育て世代包括支援センターコラム



いただきます！「ごちそうさま！」

「いただきます」「ごちそうさま」普段何気なく言っている言葉。言葉の出る前の乳児でも、周りが言う頭をぺこりと下げたり、小さな手を合わせる等のしぐさが見られませんか。

実は、この2つの言葉には「人」として大切な意味があります。

私たちが生きて行くためには、肉・魚・野菜・果物などバランス良く食べて栄養をつけなければいけません。ですが、そのために何らかの動物・植物の尊い命が犠牲になっています。食事前の「いただきます」には「あなた方の命をいただき、私の命にさせていただきます。」という意味が込められています。また、私たちの前にお料理が配膳されるまでの過程には、たくさんの方々が関わりあって出来上がってきます。そんな私たちの食事に関わってくれた全ての方々に感謝をする意味でもあります。

「ごちそうさま」の馳走(ちそう)とは「へ走り回る」という意味があります。日々の献立を考え、買い物をし、調理して食卓を整える事は大変な労力です。食事をいただく時は、その一皿にかげられた手間を思っ「ごちそうさま」と食後の挨拶をします。

この2つの言葉の意味を再確認して使うことで、自分自身や子どもたちの心の栄養にしてみたいかがでしょうか。

## ♥上里町東児童館親子体操

日時…2月6日(木)、午前10時30分から

会場…上里町東児童館

内容…親子で体操やマット、手遊びなど

講師…立石明子氏

対象…幼児と保護者

定員…20名(先着順)

費用…無料

準備…動きやすい服装・上履き・飲み物・タオル

申込…1月6日(月)から

問合せ…上里町東児童館 ☎35-3451



## ～訂正とお詫び～

広報12月号13頁中で、児童扶養手当の2人目加算額を「10,840円」と記載しておりましたが、正しくは「10,140円」です。

訂正してお詫び申し上げます。

## パブリックコメントを実施します

子育て支援制度の更なる充実を図る「第2期上里町子ども・子育て支援事業計画」の策定にあたり広く意見を聴取するため、パブリックコメントを実施します。

対象	町内に在住、在勤、在学している方 町内に事務所または事業所を有する方 本町に対する納税義務を有する方 利害関係を有する方
募集期間	12月27日(金)～令和2年1月27日(月) ※郵送の場合は令和2年1月27日(月)必着
公開場所	①町ホームページ ②子育て共生課(役場1階⑥番窓口) ③総合案内
提出方法	「意見提出用紙」に必要事項を記入のうえ、下記のいずれかにより提出してください。 ※意見提出用紙は町ホームページからダウンロードできます。また、様式の内容を項目順に全てご記載いただければ、任意のもの(A4サイズのみ)でも提出できます。 ①直接提出…子育て共生課窓口へ ②郵送…〒369-0392 上里町大字七本木5518 上里町役場子育て共生課子育て支援係 宛 ③FAX…0495-33-2429 ④メール…kosodatekyousei@town.kamisato.lg.jp

問合せ…子育て共生課子育て支援係 ☎35-1236

## 🕒 町内小・中学校入学説明会

4月に小・中学校へ入学する児童生徒の保護者を対象に、右記の通り入学説明会を実施します。

なお、詳細・不明な点は各学校へご確認ください。

学校名	実施日	受付	説明会等	場所	連絡先
神保原小学校	1月29日(木)	午後1時30分から	午後2時から	家庭科室	33-3074
賀美小学校	1月30日(金)	午後1時30分から	午後1時45分から	生活科室	33-0026
長幡小学校	1月28日(火)	午後1時から	午後1時30分から	生活科室	33-0907
七本木小学校	1月31日(金)	午後1時20分から	午後1時30分から	体育館	33-0544
上里東小学校	1月24日(金)	午後1時15分から	午後1時30分から	体育館	33-1621
上里中学校	1月17日(金)	午後3時から	午後3時20分から	体育館	33-2974
上里北中学校	1月17日(金)	午後2時50分から	午後3時15分から	体育館	33-7749

# フォーメーション

## 保健センターからお知らせ 問合せ…健康保険課健康推進係(保健センター)【☎33-2550】

### ♥からだ改革塾～チャレンジ！体力測定～のお知らせ

元気で過ごせる身体づくりをめざして、  
自分の体力や体型の変化を知ることからはじめてみませんか？

日時…2月7日(金)、午前10時～午後4時(測定時間は、60分程度の見込み)

混雑を避けるため、申込順に受付時間を指定します。

- ①午前9時50分～10時 ②午前10時20分～10時30分 ③午前10時50分～11時  
④午前11時20分～11時30分 ⑤午後1時20分～1時30分 ⑥午後1時50分～2時  
⑦午後2時20分～2時30分

会場…多目的スポーツホール 対象…20歳以上の町民(運動制限のない方)

定員…各回20名程度(申込時先着順)

測定項目(予定)

- \*握力、10m歩行・立ち上がり・2ステップテスト \*体組成計測(体脂肪率や筋肉量など)  
\*形態計測(ふくらはぎの周径囲および皮下脂肪厚) \*簡単なアンケート

準備…運動できる服装、室内用運動靴、タオル、水分補給用飲料、筆記用具

※健康マイレージ参加者はポイントカードまたはスマートフォン

健康ポイント…100ポイント 協力…日本女子体育大学 古泉研究室

申込…1月6日(月)～1月27日(月)の期間に保健センターへ

※申込者には、後日ハガキで受付時間や体組成測定日などをお知らせします。



### ♥糖尿病予防教室 ～血糖値改善！できることから始めよう～参加者募集

糖尿病は進行するまで自覚症状がほとんどない病気です。

糖尿病や合併症の予防のためには、健診などで血糖値の状態を知り、血糖値をコントロールするために生活習慣の改善が大切です。

日ごろの習慣を振り返り、できることから始めてみませんか？

日時

	日程	時間	ミニ講話	運動
1	2月12日(水)	午前10時～正午	糖尿病の基礎知識	運動はなぜ必要？
2	2月19日(水)		糖尿病を防ぐ食生活	かんたん筋トレで血糖値改善
3	2月26日(水)		糖尿病と気をつけたい病気	ちょっとした工夫で活動量アップ

対象…上里町在住で糖尿病予防に関心のある方

会場…多目的スポーツホール

講師…スポーツインストラクター 入 美由紀氏

準備…筆記用具、運動しやすい服装、室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオル、水分補給用飲料

※健★幸マイレージ事業参加者はポイントカードまたはスマートフォン

健幸ポイント…100ポイント

申込…2月5日(水)までに電話等で保健センターへ



### ♥「誰かを思う 誰かを救う はたちの献血」

厚生労働省、各都道府県及び日本赤十字社では、1月から2月にかけて「はたちの献血」キャンペーンを実施しています。

埼玉県では、成人式を中心に「埼玉県オリジナルあぶらとり紙」を配布し、献血の呼びかけを行います。

冬季は風邪などで体調を崩す方が多いこと等から、献血にご協力いただける方が減少します。

皆さまの温かいご協力をお願いいたします。

## ♥歯周疾患検診を実施しています

歯周病は、初期の自覚症状がほとんどないので、自分では気づかないうちに症状が悪化してしまいます。歯を失う原因の多くは、ムシ歯と歯周病です。

また、歯周病が糖尿病などの全身の病気へ影響することもわかってきています。

生涯自分の歯で食べる楽しみと健康を保つために、ぜひ歯と口の健康チェックを受けてみましょう。

**対象者**…40・45・50・55・60・65・70・75・80歳の方  
(年齢基準日：令和2年3月31日)

**期間**…3月31日(火)まで

**持ち物**…健康保険証(年齢・住所の確認のため)

**費用**…無料

### 受診方法

本庄市児玉郡内の指定歯科医院に直接予約をし、受診する。  
※指定歯科医院は変更となる場合があります。  
予約の際にご確認ください。



## ♥風しんの追加的対策を実施します

平成30年7月以降、30代から50代の男性を中心に風しんの患者数が増加しています。

風しんの発生及びまん延を予防するため、追加的対策を実施しています。

**対象者**…昭和37年4月2日から昭和54年4月1日  
生まれの男性

**内容**…①風しんの抗体検査

②検査の結果、「十分な量の風しんの抗体がない」と判明した場合に、風しんの予防接種を受ける

**料金**…無料

※対象の方へは、令和元年5月にクーポン券等の通知を送付しています。詳細については通知をご覧ください。



## ♥がん検診(個別検診)実施中です “検診費用はすべて無料”

受診希望でまだ申込みをしていない方は、保健センターへ電話等で申込みをしてください。

**期間**…3月31日(火)まで

**実施機関**…本庄市児玉郡内受託医療機関

### 【検診種目、対象者、検査内容】

種目	対象者
子宮頸がん	20歳以上の女性
乳がん	30歳以上の女性 ※30～39歳の方は医師の診察を行います。
大腸がん	30歳以上の男女
前立腺がん	30歳以上の男性
胃がんリスク	40～70歳の5歳刻みの男女 ※申込不要。対象者の方には受診券を送付済み。 ※男性には前立腺がん検診、女性には子宮頸がん個別検診、乳がん個別検診の受診券も送付済み。

※年齢基準日は令和2年3月31日です。

## ♥食事教室「ミルククッキング」の開催

**日時**…2月5日(水) 午前10時～午後1時

**会場**…保健センター

**内容**…牛乳・乳製品を使用した調理実習

**対象**…町内在住の方

**定員**…20名(先着順。定員になり次第締切)

**講師**…上里町食生活改善推進協議会

**準備**…エプロン、三角巾(バンダナ)、タオル、筆記用具

※健★幸マイレージ参加者は、ポイントカードまたはスマートフォン

**参加費**…無料

**健幸ポイント**…100ポイント

**申込**…1月27日(月)までに保健センターへ



## 休日(休)の医療機関はこちらへ

### 1月 保健センター予定表

☎33-2550

- 15日(水) 5歳児健康相談(平成27年1月生まれ)
- 16日(木) 3・4か月児健康診査(令和元年9月生まれ)
- 17日(金) 7・8か月児健康診査(令和元年5月生まれ)
- 21日(火) 1歳6か月児健康診査(平成30年6月生まれ)
- 22日(水) 3歳6か月児健康診査(平成28年6月生まれ)
- 27日(月) 2歳6か月児歯科検診(平成29年6月生まれ)
- 27日(月) 赤ちゃん相談、ベビーマッサージ&ヨガ講座  
※赤ちゃん相談の「個別相談」は予約制です。

### 休日急患診療所

【本庄市保健センター内☎23-3322】

**診療科目**…内科系疾患

**診療日**…日曜・休日・年末年始  
平日木曜日夜間

**診療時間**…午前9時～正午  
午後1時～4時、午後7時～10時  
(平日木曜日夜間は午後8時～10時)

※健康保険証を持参してください  
※夜間の診療は午後9時45分までに受付を  
してください。

### 在宅当番医療機関

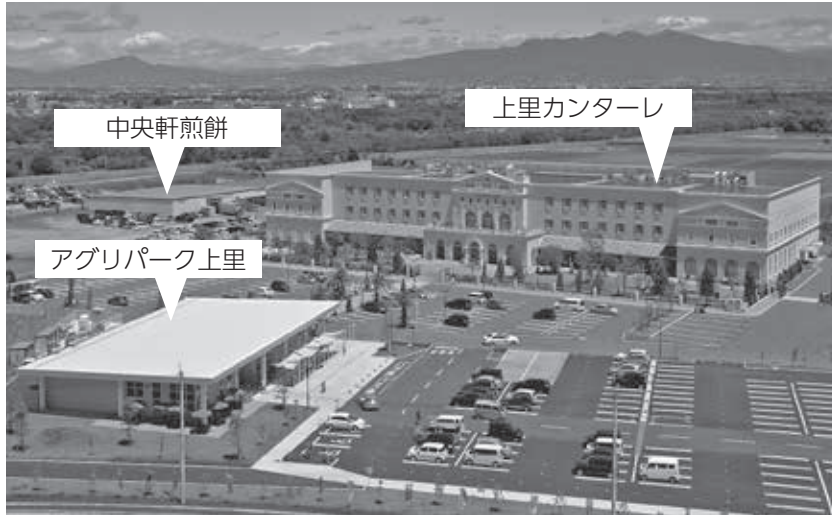
◆診察は午前中のみとなります。また当番医は変更になる場合もありますので、確認してからお出かけください。

1月 5日(日)	たにかわ眼科クリニック本庄早稲田の辻	☎24-1121
1月12日(日)	堀川病院	☎22-2163
1月13日(月)	松本産婦人科医院	☎24-3377
1月19日(日)	森田整形外科クリニック	☎23-1610
1月26日(日)	よしはら整形外科	☎73-1575
2月 2日(日)	飯塚耳鼻咽喉科医院	☎34-2313

上里サービスエリア周辺地区の愛称が

# 「このはなパーク上里」に決定！

『「このはな」は、花が咲き、葉が落ちて土に還り、またそれが栄養となって花が咲くという循環を意味し、一年を通して実り・充実・潤いのある場所となってほしい』という地域の皆さんの思いが込められています。愛称は、町内の小中学校の児童・生徒と地域の皆さんから計500件以上のご応募・ご意見をいただき決定しました。



美味しいお菓子や新鮮野菜がいっぱい！  
お出かけにも便利だよ！



## 【このはなパーク上里（上里サービスエリア周辺地区）とは】

町では、平成27年12月に開通した関越自動車道上里スマートICを含む上里サービスエリア並びに周辺地区産業団地等を中心とした「上里サービスエリア周辺地区」を、「町の中心的な観光拠点」「人・もの・仕事が充実した広域交流拠点」と位置づけ、周辺道路の整備や集客イベント実施等を行っています。

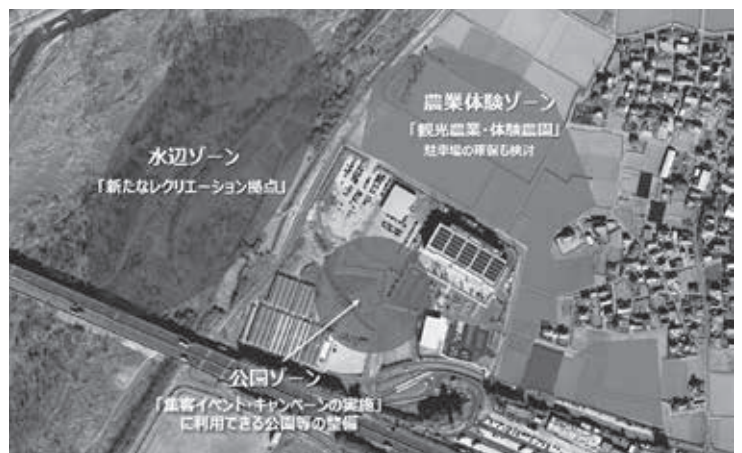
この地区は、毎日約6万台の交通量のある関越自動車道と、毎月6万台を超える町内外から利用のある上里スマートICの利便性を通じて、新産業の創出やサービス産業を活性化させることはもとより、町の都市力や魅力を向上させることにより、町全体の発展を担う重要拠点です。

地区の更なる発展を目指すとともに、この地区が町内外を問わず、より多くの皆さんに親しみをを持っていただくことを願い、地区の愛称を決定しました。

## ～「上里サービスエリア周辺地区」の整備方針～

令和元年6月、町では『「上里サービスエリア周辺地区」の整備方針』を策定し、この地区を大きく3つのゾーンに分けて、計画的な整備等を進めていくことを決定しました。

- ◆**水辺ゾーン**…水辺を活用した新たなレクリエーション拠点の整備を検討します。
- ◆**農業体験ゾーン**…農家・関係機関と協力して観光農業・体験農園などを推進するとともに、多彩なイベント等を開催します。
- ◆**公園ゾーン**…町有地を活用し、多彩なイベントに活用できる公園の整備を検討します。



「このはなパーク上里」の情報は町のホームページもご覧ください。  
<https://www.town.kamisato.saitama.jp/2102.htm>



問合せ…総合政策課政策調整係 【☎35-1238】

今月のおすすめ新刊本



『ルイジニョ少年』  
ブラジルをたずねて  
(児童書)  
かどの えいこ／文  
福原 幸男／絵  
ポプラ社／出版

【請求記号】 915カ

【あらすじ】

ポルトガル語を覚えてくれたルイジニョ少年、多様な人々との生き生きした交流…。1959年に自費移民としてブラジルに渡航し、2年間滞在した経験を、みずみずしい筆致で描く。書き下ろしエッセイも収録。

みんなできてね!

◆子どもシアター

日時…1月11日(土)  
1回目 午前11時  
2回目 午後3時

作品名…『おおきなかぶ』(21分)

◆絵本の読み聞かせ

□くまさんのポケット

日時…1月8日(水)、22日(水)  
午前11時

□おはなし会 (カッコーの会)

日時…1月18日(土)、午後2時

□のはらタイム (のはらくらぶ)

日時…1月25日(土)、午後2時

図書館カレンダー 1月

(●印は休館日)

日	月	火	水	木	金	土
			● 1	● 2	● 3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	● 14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	● 30	31	

開館時間…午前9時～午後7時



大人の映画上映会

『NORIN TEN』

“農の神”と呼ばれた男稲塚権次郎物語

日時…2月2日(日)、午後2時～4時 (上映時間110分)

会場…上里町立図書館2階視聴覚室

定員…50名

あらすじ

1960年代、世界の食糧危機を救った小麦があった。その小麦の基となったのは『NORIN TEN』(小麦農林10号)と呼ばれた、日本人が育種した小麦だった。大正から昭和にかけて稲と小麦の育種に捧げた稲塚権次郎の生涯と妻イトとの愛の物語を描く感動のドラマ。

監督…稲塚 秀孝／監督、脚本

出演…仲代 達矢ほか

受付開始日…1月4日(土)から

定員になり次第、終了となります。

※申込みは図書館カウンターまたは、電話にてお願いいたします。

問合せ…上里町立図書館 【☎34-0455】

かみさと文芸

車窓より穂田<sup>ひつじだ</sup>わたるこの年の木枯し一号の姿を見たり  
おーい おいと庭より夫の呼ぶ声に下駄突っかけて  
見る茜空 大塚 眞智子  
鎌を振り働くわれへのプレゼント暁よりの天空の  
シヨ 並木 美代子  
甘藷掘る馬鹿でかいのが出てくると嬉しさ半分恐さ  
半分 飯塚 和一  
打ち水のごとく日照<sup>そばえ</sup>雨の過ぎし道車の窓を開いて  
走る 横尾 みよ子  
陽焼けしたかの面影の今は無し施設に暮らし五年  
目の父 大井田 道子  
自己主張しているようにぎりぎりと言する自<sup>チ</sup>転<sup>チャリ</sup>車で  
ゴミ出しに行く 鈴木 せき  
齒科医院の待合室は静かなり誰もが治療室を見て  
いる 木村 光子