

『神保原駅北まちづくり町民ワークショップ』参加者を募集します

町では、神保原駅周辺を町の中心拠点として位置づけ、「町の中心地として賑わいの創出」や「ゆとりある住宅地の形成」を目標に現在、『神保原駅北まちづくり』を推進しています。

町民ワークショップでは、神保原駅北まちづくり基本構想により必要となる施設の検討や賑わいを生み出す仕掛けづくりなどについて、町民の皆さまから幅広くご意見やアイデアをお伺いし、「選ばれる町」「住み続けたい町」の実現に向け、神保原駅北の将来の姿を一緒に考えていきます。

高校生、大学生など学生の皆さまのご参加もお待ちしております。

開催内容

テーマ 『将来の駅北をみんなで描こう!』

第1回 期日：4月10日(日)、午前9時～正午
～駅北を歩こう～
現地を歩き、今の駅北を確認します。

第2回 期日：5月15日(日)、午前10時～正午
～駅北を話そう～
駅北でどのように過ごし、どのように暮らしたいか話し合います。

第3回 期日：5月29日(日)、午前10時～正午
～駅北を描こう～
将来の駅北を話し合います。

会場…町役場4階大会議室

募集内容

❖募集定員…15名程度

※申し込み多数の場合は、先着順となります。

❖募集期間…3月18日(金)まで

❖応募資格…まちづくりに関心のある町内在住および在勤の方

❖応募方法

下記申込フォームよりお申し込みいただくか、応募用紙を記入のうえ、ご提出ください。

<https://www.town.kamisato.saitama.jp/5883.htm>

QRコードからもお申し込みいただけます。



❖その他

- ・他の参加者の方とグループワークをしていただきます。
- ・つながりのある内容となりますので原則3回の参加をお願いいたします。

❖申込先・問合せ…まち整備課都市整備係【☎35 - 1227】

町長コラム

山下 博一



42

新型コロナウイルス感染症の拡大が続いています

国は新型コロナウイルスワクチン3回目接種について、「1日100万回達成は2月後半」との見通しを表明しました。ワクチン3回目接種は、1、2回目接種の効果を持続し、免疫力を高めるのが目的です。町では、3回目接種を積極的

1月31日(月)、ラジオ番組の収録に参加しました

川越市を拠点にミニFMやYouTubeで番組を配信しているFMルピナスが制作するラジオ番組「埼玉を歌って語る令和サンデー」の収録に参加し、柴山昌彦代議士(第24代文部科学大臣・自由民主党埼玉県支部連合会長)と三芳町の林伊佐雄町長と「立春日談」を行ってまいりました。上里町は、令和元年10月に三芳町と「災害時相互応援協定」を締結しており、今回の「立春会談」もその縁で実現しました。

収録ではまず、司会者の楠本氏(本庄経済新聞)から最初のテーマとして上里町の「国際化」へ意見を求められました。

上里町は、英語力への強



▲ラジオ番組収録時の記念写真

写真中央：柴山昌彦代議士
写真左：林伊佐雄三芳町長

化・向上に取り組んでおり、令和元年度から中学生に対して英語検定の費用の一部を町が補助する事業を実施しています。新型コロナウイルスの影響もあつてか、利用者数が伸びているとは言えませんが、英語力を身につけることは、国際化の第一歩でもあると思います。ので、新型コロナウイルスが落ち着いてきましたら、多くの方に活用していただきたいと思います。

その後、テーマは「観光」「危機管理」など、技術立国・日本の再生」などと続き、多岐にわたるお話をさせていただきました。生かすことができました。柴山町長も、林町長も、それぞれ経験に基づいた非常に貴重なお話を伺うことができました。今後のまちづくりについて、今後は何をしたいのか、ことごとく示唆をいただけた。終わりが来たように感じました。40分は短く感じました。多岐にわたるお話を伺うことができました。ありがとうございました。



命をつなぐ非常食

問合せ…暮らし安全課防災安全係【☎35 - 1226】

近年、全国で多発・激甚化している自然災害。最近では地震が多く、いつ巨大地震が起きてもおかしくないとされています。想定外の事態が発生することが多いため、日頃から災害への備えに関心を持ちましょう。ここでは、災害時の食事についてご紹介します。備蓄の参考にしてください。

<非常食に慣れておきましょう！>

災害時の避難生活では、普段食べているものが食べられない日が続くことがあります。そんな時、いざ非常食を食べようと思っても、食べたことのない味に抵抗を感じ、満足のいく食事ができない場合があります。特に小さい子どもがいる場合、子どもが非常食を食べてくれず、栄養面や体力面などで不安を覚えることもあります。普段の食生活の中で、非常食を取り入れ、味に慣れておきましょう。



※「少し多めに買っておく」⇒「保存する」⇒「古いものから消費する」を繰り返す「ローリングストック」を活用し、無駄を省いて食べ慣れたものを備蓄しましょう。

災害食レシピ

～災害時でも知識や工夫で美味しく食べよう～

ここではアルファ化米の調理方法を工夫して、栄養バランスが良くなるレシピをご紹介します。

アルファ化米+野菜ジュース=トマト風味リゾット

【材料】

- ・アルファ化米 (わかめ・ひじき・五目など) …1袋
- ・野菜ジュース…1本 (170～190ml)

【作り方】

- ①アルファ化米を開け、防腐剤を取り除く。
- ②野菜ジュースを入れてよくかき混ぜ、ふたを閉める。
- ③80分経ったらできあがり。
※温めるとさらにおいしく食べられます。



問合せ…暮らし安全課生活環境係【☎35-1226】

ごみ0つうしん

令和4年1月のごみの量は…

家庭系ごみ (可燃・不燃・有害・粗大)

排出量 585.0 t

【ひとり1日あたり約615g】

埼玉県内のひとり1日あたりのごみの排出量は約528gです。(R元年度)



～減らす・分別・再利用を心がけましょう～

海の生き物に危険が迫っています

近年、プラスチックごみで海が汚れているということをよく耳にします。埼玉県は海がないから関係ないと思っている方もいるのではないのでしょうか。

ところが、ポイ捨てされたプラスチックごみは川を下り、海まで流れ着くこともあります。

このプラスチックごみを海の生き物が餌と間違えて食べたり、絡まって傷ついてしまう事例が数多く報告されています。

このまま何も対策を講じず、2050年を迎えると、海は魚よりプラスチックごみの方が多くなるといわれています。

ポイ捨て・不法投棄は犯罪です。

海を守るためにも、プラスチックごみはもちろん、どんなごみもルールを守って処分しましょう。

基礎年金番号通知書が 発行されます

令和4年4月1日以降に初めて年金制度へ加入する方(20歳に到達した方、20歳前に厚生年金保険の被保険者になった方等)に対し、年金手帳に代わり、基礎年金番号通知書を交付します。

既に年金手帳を交付されている方には、基礎年金番号通知書の交付はありません。

再交付について

年金手帳の再交付を希望する方に対し、令和4年4月1日以降は基礎年金番号通知書を交付いたします。令和4年4月1日以前に再交付の申請をいただいても、公布日が4月1日以降となる場合基礎年金番号通知書の交付となります。

問合せ

健康保険課医療年金係【☎35-1222】

熊谷年金事務所【☎048-522-5012】

農地の利用権設定

農地の貸借は、「農地の利用権設定」が便利です。

5月1日からの貸借には3月中旬までの申請が必要です。また、耕作できない農地を所有している方は農地の貸借についてご検討いただき、農業委員会までご連絡ください。

問合せ

農業委員会事務局

【☎35-1235】



農薬は適正に使用しましょう

農薬を使用する際は、使用方法や注意事項を厳守し、散布区域外に飛散しないよう十分注意してください。できるだけ農薬以外の防除方法を検討し、やむを得ず農薬を散布するときは、事前に周辺住民や施設利用者等に周知するとともに風向きなどに十分注意して、事故防止に努めてください。

問合せ

県薬務課【☎048-830-3633】

県農産物安全課【☎048-830-4053】

県大気環境課【☎048-830-2986】

令和4年度 狂犬病予防集合注射のお知らせ

狂犬病予防注射は毎年1回、犬の登録は生涯1回行うことが義務づけられています。

日程

月 日	午前 10 時～ 11 時 30 分	午後 1 時 10 分～ 2 時 30 分
4月20日(水)	神保原公民館	賀美公民館
4月21日(木)	上里東公民館	上里町コミュニティセンター
4月22日(金)	七本木公民館	長幡公民館

費用

登録済の方	3,500円 (注射諸費用)
新規登録の方	6,500円 (登録手数料3,000円、注射諸費用3,500円)

登録済みの方…はがきが届きますので、裏面に必要事項を必ずご記入のうえ、会場へ持参してください。はがきを紛失された方は会場受付でお申し出ください。

未登録の方…直接会場にお越しいただき、受付でお申し出ください。

問合せ…暮らし安全課生活環境係
【☎ 35 - 1226】



町営住宅入居者募集

場 所	四ツ谷住宅
戸 数	6戸
間取り	3DK
家 賃	17,800円～29,200円
通学区域	上里東小・上里北中

受付期間

3月1日(火)～15日(火)(土・日を除く)

※申込用紙は3月1日(火)からまち整備課で配布します。

入居予定日

令和4年4月下旬以降から可

※募集戸数を超える場合は抽選となります。

(抽選日：3月24日(木))

※入居者の条件や選考方法等の詳細はお問い合わせください。

問合せ…まち整備課公園管理係【☎35-1227】

ひとりで悩まないで！ 家族介護者相談窓口をご利用ください

お気軽に
ご相談
ください



〔相談例〕

- ・介護保険でどんなことをしてもらえる？
- ・介護をしながら仕事を続けられるか心配。
- ・認知症の介護、自宅でみるのは限界かも…
- ・介護と育児、介護と学業で、自分の時間が持てない。
- ・離れて暮らす親のことが心配。



時間内相談…平日：午前8時30分～午後5時15分（祝日、振替休日、年末年始は休み）

時間外相談…平日：午前7時～8時30分、午後5時15分～8時

土日：午前9時～午後4時

※時間外の相談は予約が必要です。必ず事前のご連絡をお願いいたします。

対象者…①町内にお住まいの方 ②介護が必要な親族等が町内にお住いの方

相談方法…電話、面談、メール

問合せ…上里町地域包括支援センター（上里町役場高齢者いきいき課内）

【☎35-1243】 【FAX33-2429】

【メール】下記の町ホームページフォームメールから

<https://www.town.kamisato.saitama.jp/2364.htm>



▲高齢者いきいき課
フォームメール

ちよつくら講座

おうちで出来る

フレイル予防 ⑫

いつまでも元気な体を維持することができるように
ちょっとしたストレッチや簡単にできる運動を紹介していきます!!

ふくらはぎ
伸ばし

- ①椅子の背もたれにつかまり、足を前後に開いて、胸を張る。
- ②両足のつま先を正面に向け、前足の膝を少し曲げる。
- ③後ろ足を伸ばして、後ろの踵をゆっくりと床に押し付ける
- ④左右それぞれ30秒を、体調に合わせて1～3セットを行う。

==得られる効果==

歩行機能の向上、転倒予防

【筋トレ時の注意点】

ゆっくりと行う！息を止めない！無理をしない！

*フレイルとは加齢により心身が老い、衰えた状態のことで、「健康」と「要介護」の間にある状態のことをいいます。



痛みのある方や、関節の硬い方は無理をせず行いましょう!

上里町地域包括支援センター（高齢者いきいき課内）【☎35-1243】

3月は自殺対策強化月間です

日本の自殺者数は、これまで減少傾向にありましたが、令和2年には、前年を上回る自殺者数となっており、かけがえのない多くの命が日々、自殺に追い込まれているという非常事態が続いています。

現代社会では、誰もが心の健康を損なう可能性があります。一人ひとりが「自殺が特別なことではない」・「自殺は防ぐことができること」を認識し、共に支えあうことが望まれています。

問合せ…町民福祉課社会福祉係 【☎35-1224】

「こころの体温計」で心の状況をチェック

町のホームページから、セルフメンタルチェックシステム「こころの体温計」をご利用いただけます。気になる心の状況をチェックすることができます。



大切な命を守るためにできること

周囲の人たちが共に支えあい、自殺を予防し大切な命を守りましょう。

<自殺を予防するポイント>

気づき・傾聴

周りの人の悩みに気づき、耳を傾ける

家族や仲間の変化に気づいたら、自分出来る声かけをしていきましょう。

悩みなどを話してくれたら、時間をかけてできる限り傾聴しましょう。

つながり

早めに専門家に相談するよう促す

プライバシーに配慮した上で、本人のことを理解してくれる家族、友人、上司といったキーパーソンと連携して、医師などの専門家へ相談につなげましょう。

見守り

温かく寄り添いながらじっくりと見守る

心の状態が回復するまでには時間がかかります。

心の病気に対する正しい知識をもち、身体や心の健康状態について、あせらずに温かく見守りましょう。

困りごと出張相談会の開催

借金や支払いが多く生活に不安を抱えている、仕事がなかなか見つからない、ひきこもりの家族が心配など、生活上の困りごとをご相談ください。

埼玉県から委託を受けた専門の支援員が、相談者と一緒に考え、困りごとと解決に向けて一緒に取り組み支援します。秘密は厳守します、安心してご相談ください。

相談をご希望の方は、事前に電話でお申し込みください。相談は無料です。

日時…3月10日(木)

午後1時30分～3時30分

会場…中央公民館

申込み・問合せ

アスポーツ相談支援センター埼玉北部

【☎048-577-6883】

月～金曜日（祝日・年末年始除く）

午前8時30分～午後5時

社会福祉協議会からのお知らせ

まだまだ
使える

生活家電を お譲りください

社会福祉協議会では、困窮されている方を支援するため、家庭でご不要になった生活家電を募っています。「買い換えたいけれどもまだ使える」、「引っ越し先には持って行かない」等、ご不要になりました下記の対象家電がありましたらお譲りください。皆さまのご協力をお待ちしております。

日時…午前8時30分～午後5時15分まで

（土日祝日を除く）

場所…上里町社会福祉協議会（七本木5591番地）

対象の家電

炊飯器・電子レンジ・電気ポット・掃除機・
電話機

※問題なく使用できるものに限りです。

問合せ…上里町社会福祉協議会

【☎33-4232】



新型コロナウイルス感染症の影響による申告期限の延長に係る対応等について

令和3年分の所得税・復興特別所得税(所得税等)の確定申告について、新型コロナウイルス感染症の影響により申告等が困難な方については、令和4年4月15日(金)までの間、簡易な方法により申告・納付期限の延長を申請することができるようになりました。

簡易な方法による延長とは？

別途「延長申請書」を作成して提出する必要はなく、申告書を提出する際に、その余白に「新型コロナウイルスによる申告・納付期限延長申請」といった文言を付記するか、e-Taxをご利用の方は所定の欄にその旨を入力するなどの方法をいいます。

※詳細は国税庁ホームページをご確認ください。

(<https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/kansensho/index.htm>)



◀ 国税庁ホームページ

なお、町役場会場における所得税等の確定申告の申告受付・相談については、期間の延長はいたしませんので、ご注意ください。

■町役場会場での申告受付・相談期間

会場	期間	受付時間
上里町役場4階・大会議室	3月15日(火)まで ※平日のみ受付	午前9時～午後4時 (お昼時間も受付します)

※外出せず利用できるe-Tax・スマホ申告が便利です。特に、マイナンバーカードを使用したスマホ申告は自動入力機能の拡大により簡便に申告できます。

※3月16日(水)以降に住民税の申告書を提出する場合は税務課窓口(1階⑩番)に提出してください。

問合せ…税務課住民税係【☎35-1221 内線1803・1804 (3月15日(火)まで)】

【☎35-1221 内線1131～1133 (3月16日(水)から)】

軽自動車・バイク等の廃車手続きを忘れずに！

令和4年4月1日現在、軽自動車・バイク・農耕用トラクター等を所有している場合は、令和4年度の軽自動車税の対象になります。乗らなくなった軽自動車等を所有している方は、**3月31日(木)までに廃車手続き**をしてください。



種類	届出先
バイク(125cc以下) 農耕用トラクター 小型特殊自動車	税務課資産税係【☎35-1220】 (ナンバープレートと 本人確認書類を持参してください)
バイク(126cc以上)	熊谷自動車検査登録事務所 【☎050-5540-2027】※
軽自動車(三輪・四輪)	軽自動車検査協会熊谷支所 【☎050-3816-3112】※

※手続きに必要なものは事前にお問い合わせください。

納め忘れにご注意ください

令和3年度の町税(町県民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税など)はすでに納期眼が過ぎているものがあります。納め忘れていた方は大至急お納めください。このまま納付せず放置していると延滞金が加算されるだけでなく財産(給与・預貯金・生命保険・自動車・不動産等)を調査し、差押などの滞納処分を進めることとなります。

納付が困難な場合には、早急にご相談ください。

納税相談窓口

～休日開庁・夜間開庁のお知らせ～

◆3月の開庁日

【休日】(午前8時30分～正午) **3月13日(日)**

3月27日(日)

【夜間】(午後8時まで)

3月25日(金)

※夜間は庁舎西入口(夜間入口)からお入りください。

◆相談窓口の問合せ…税務課収税係

【☎35-1221(内線1121～1125)】

※納税相談の場合は、あらかじめお電話でご連絡ください。