

交通事故被害者の ご家族への援護金

埼玉県交通安全対策協議会では、埼玉県内在住の交通遺児等を対象に、援護一時金を給付しています。
※「交通遺児等」とは、交通事故（陸海空全ての交通機関の運行により生じた事故）により、死亡または重い障害を負った保護者に養育されている18歳以下の子どもをいいます。

給付対象者

令和4年4月1日以降に交通遺児等となった県内在住の18歳以下の方

給付額…子ども1人につき10万円（1回のみ）

給付時期…令和5年11月または令和6年5月

提出期限

令和5年11月給付分…8月31日(木)まで

令和6年5月給付分…令和6年2月29日(木)まで

申請書類…各市町村、学校等で配布します。

提出先…みずほ信託銀行浦和支店（さいたま市浦和区高砂2-12-10）に郵送またはご持参ください。【☎048-822-0191】

問合せ…埼玉県交通安全対策協議会

【☎048-825-2011】

埼玉県県民生活部防犯・交通安全課

【☎048-830-2955】

電動キックボードは ルールを守って 安全に利用しましょう

令和5年7月1日から、原動機付自転車は車体の大きさや構造などに応じて「一般原動機付自転車」と新区分「特定小型原動機付自転車」に区分されます。いわゆる電動キックボードのうち、基準を満たしたものは、区分に応じた新しいルールで走行できるようになりました。

免許が不要な電動キックボードは、道路運送車両の保安基準に適合した「特定小型原動機付自転車」に限られます。

走行は車道通行が原則で、歩道を通行できるのは、例外的な場合に限られます！装備が保安基準を満たしているのかチェックし、これから電動キックボード等に乗る人はルールを確かめ、これまで乗っていた人は、ルールを改めて確認し、安全に走行しましょう。



問合せ…くらし安全課生活環境係

【☎35-1226】

ごみゼロつうしん

令和5年6月のごみの量は…

家庭系ごみ（可燃・不燃・有害・粗大）

排出量 626.1 t

【ひとり1日あたり約685g】

（前月と比べて19gの減量）

埼玉県内のひとり1日あたりのごみの排出量は約526gです。（令和3年度）



ゴミゼロくん

～減らす・分別・再利用を心がけましょう～

問合せ…くらし安全課生活環境係【☎35-1226】

『マイクロプラスチック』を知っていますか？

5mm以下の小さなプラスチック片を『マイクロプラスチック』といいます。ポイ捨てなどにより、正しく処理をされなかったプラスチックが、風雨によって川などに運ばれて海に流れ込み、紫外線や波の影響で細分化され、『マイクロプラスチック』になると考えられています。

海洋生物がプラスチックごみを誤って食べたり、からだに絡ませる事例もあります。このままいくと2050年までに、プラスチックごみの方が海に住む魚の重量を上回るかも知れません。

皆さんも、日頃からプラスチックごみを減らす行動（ポイ捨てをしない、マイバッグ・マイボトルの利用、ごみの持ち帰りなど）を、実践しましょう。



防災豆知識

問合せ…暮らし安全課防災安全係【☎ 35 - 1226】

災害は、いつ・どこで起こるかわかりません。そのため、災害が起こる前の備えが非常に重要です。

今回紹介するのは、「ポリ袋で調理」です。簡単なのでみなさんも、ぜひ試してみてください。

また、備蓄食料と一緒に「カセットコンロ・ガスボンベ」も備えておきましょう。災害時、電気やガスが利用できなくなってしまう可能性があり、復旧するまでの調理時の熱源として必需品となります。温かい食事は心と体に元気を与えてくれます。

ポリ袋で調理（ポリ袋でお米を炊いてみよう）

【材 料】

- ・お米1合 (180cc)
- ・水200cc



【作り方】

- ①お米1合と水200ccをポリ袋に入れる。
- ②できるだけ空気を抜いてポリ袋の口を結ぶ。
- ③鍋に水を入れ、水を沸騰させる。
- ④沸騰させた鍋に①のポリ袋を入れ、そのまま20～25分加熱する。(中火)
- ⑤ポリ袋を取り出し、10分蒸らせばでき上がり。



こむぎっちに聞いてみよう おしえて!ゼロカーボンのこと!!

～今回は、『ゼロカーボンがなぜ大切か…』についてのお話です～

問合せ

暮らし安全課生活環境係
【☎ 35 - 1226】



上里町も『ゼロカーボンシティ宣言』をしたよね。最近、テレビや新聞で『ゼロカーボン』って見たりするけど、そもそも、どういうことなの？



それって大変なことだよな！これから私たちにできることって、何だろう？



私たちの暮らしからは、二酸化炭素などの温室効果ガスが出ているんだよ。この温室効果ガスを森林などで吸収して、全体の量をゼロにすることを『ゼロカーボン』と言うよ。『ゼロカーボン』は、『地球温暖化対策』につながる重要な取り組みだよ。



ガンバろう！

地球温暖化を防ぐためには、新しい技術の活用も必要だけど、私たちの毎日の生活から二酸化炭素を減らしていくことが重要だよ。例えば…

- ★省エネ・節電・節水
 - ★食事を残さない・必要な分だけ購入する
 - ★マイバックやマイボトルを使う、ごみの分別をする
 - ★植栽やごみ拾いなどの活動に参加する など
- 「やっているよ」っていうものもあると思うけど、できることを少しずつ増やしていこうね。



『地球温暖化』がそのまま進んでいくとどうなるの？



地球温暖化の影響は、すでに世界中で起きているよ。このまま地球温暖化が進むと、異常気象の増加、海面の上昇、伝染病の増加、食料不足…など、今よりもっと大きな環境問題につながってしまうよ。

『ゼロカーボン』が大切なことが少しでもわかってもらえたかな？このコーナーでは、今後も『ゼロカーボン』の情報や、『ゼロカーボン』への取組を頑張っている、みなさんと事業所をどんどん紹介していきます！

地域包括支援センター通信 ④

包括支援センターの
事業を紹介します!

「低栄養」という言葉を知っていますか? 高齢になると病気や歯の不具合など身体の不調や活動量の低下から食事が減り、栄養不足に陥ることがあります。この「低栄養」の状態になると、免疫や筋力が低下しフレイル(虚弱)の原因となってしまいます。

● 栄養・口腔の状態をチェックしよう! (厚生労働省 高齢者の特性を踏まえた保健指導ガイドライン第2班)

栄	一日3食きちんと食べていますか	はい	いいえ	網掛けに該当した方は、下のポイントをもとに食事を見直しましょう。 口腔は、6月広報の包括通信をチェック!
養	半年間で2~3キロの体重減少がありましたか	はい	いいえ	
□	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ	
腔	お茶や汁ものでむせることはありますか	はい	いいえ	

* 回答結果に、網掛けになった質問が1つでもあると低栄養のリスクが高まります!

低栄養予防のポイント

体重をチェック

65歳以上の目標BMI
21.5 ~ 24.9kg/m²

BMI: 体の大きさを表す数値
= 体重kg ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

21.5未満は要注意

3食しっかり食べる

主食、主菜、副菜を組み合わせる(2回以上/日)

【主食】
ごはん
パン・麺

【主菜】
肉・魚・卵
大豆料理

【副菜】
野菜・きのこ
芋・海藻類

いろいろな食品を食べる

さかな (魚) あぶら (油) にく (肉) ぎゅうにゅう (牛乳) やさい (野菜) かいそう (海藻)

いも (芋) たまご (卵) だいち (大豆) いずせいひん (いすせいひん) だもの (だもの)

目標は7つ/日以上!

上里町地域包括支援センター(高齢者いきいき課内)【☎35-1243】

上里町徘徊高齢者家族支援サービス事業

G P S を利用した24時間365日対応の位置情報探索システムにより、介護している家族等からの依頼に基づき、G P S 専用端末機を持つ徘徊高齢者の現在位置を提供します。

対象者

認知症の徘徊行動が認められる者、または徘徊のおそれがある者を在宅で介護している家族等

費用(自己負担額)

- ①専用端末機のレンタル料: 3,410円/月
- ②端末を取付け可能な専用靴を購入する場合は靴の購入費(金額は靴の種類による)
- ※亡失・き損等した場合は別途19,635円かかります。
- ※加入料金(一名につき11,000円)は町が負担します。

問合せ…上里町地域包括支援センター
(高齢者いきいき課内)【☎35-1243】



▲GPS専用端末



▲GPS専用端末装着靴

施設入所時の食費と居住費の負担を軽減

町民税非課税世帯の方が、介護保険施設（特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護療養型医療施設・介護医療院）へ入所（ショートステイを含む）している場合、本人や配偶者の所得状況などに応じて、食費や居住費（滞在費）が軽減されます。軽減を受けるには、認定申請書および添付書類の提出が必要となりますので、下記までお問い合わせください。

【認定要件】

負担段階	所得要件	預貯金（夫婦の場合）
第1段階	生活保護受給者等	1,000万円以下 (2,000万円以下)
第2段階	合計所得金額 + 課税年金収入額 + 非課税年金収入額が80万円以下の方	650万円以下 (1,650万円以下)
第3段階 ①	世帯全員が町民税非課税※	合計所得金額 + 課税年金収入額 + 非課税年金収入額が80万円超120万円以下の方
第3段階 ②		合計所得金額 + 課税年金収入額 + 非課税年金収入額が120万円超の方

※別世帯に配偶者がいる場合は、別世帯の配偶者も町民税非課税である必要があります。

【負担限度額（1日当たり）】

負担段階	居住費（滞在費）				食費	
	ユニット型 個室	ユニット型 個室的多床室	従来型個室 ※	多床室	施設サービス	短期入所 サービス
第1段階	820円	490円	490円 (320円)	0円	300円	300円
第2段階	820円	490円	490円 (420円)	370円	390円	600円
第3段階 ①	1,310円	1,310円	1,310円 (820円)	370円	650円	1,000円
第3段階 ②	1,310円	1,310円	1,310円 (820円)	370円	1,360円	1,300円

※特別養護老人ホームと短期入所生活介護を利用した場合は（ ）内の金額です。

問合せ…高齢者いきいき課高齢介護係【☎35-1243】

上里町見守りネットワークをご存じですか？

上里町では、「高齢者見守りネットワーク」を整備しています。高齢者見守りネットワークとは、普段のあいさつなどの交流を通じて、地域の高齢者の方をさりげなく見守っていただくものです。現在は新聞配達業者や郵便局、タクシー事業者や地域の商店の方にも見守りにご協力いただいています。日々の生活の中で、身近な高齢者の方が「いつもと違うな?」「ちょっと気がかりだな?」という違和感を感じたときは、お気軽に上里町地域包括支援センターへご相談ください。

【違和感の例】

- ①同じ洗濯物が何日も干しっぱなしになっている。
- ②最近、知らない業者が出入りしている様子がある。
- ③長時間同じ場所で立ち止まっている、同じ場所を歩き回っている。
- ④髪や衣服が乱れ、季節に合わない服を着ている
- ⑤同じ話を何度もするようになり、話がかみ合わなくなった。

問合せ…地域包括支援センター【☎35-1243】

「見守り協力事業者を募集しています」

見守りネットワークの一員として、業務中の地域の高齢者の見守りにご協力いただける事業者を募集しています。見守り協定を締結していただいた事業所には、上里町見守りネットワーク協力事業者の目印を配布しています。また、1年に一度、地域の見守りや消費者被害に関する情報共有のためのネットワーク会議を開催しています。

詳細につきましては、上里町地域包括支援センターへご連絡ください。



◀ 「見守りポップ」

見守り協定を締結していただいた事業所に配布します