

『第12期元気ちゅっくらサポーター養成講座』を開催します

町では、介護予防を普及し高齢者が地域で元気に暮らしていけるようにサポートする元気ちゅっくらサポーターを養成しています。

元気ちゅっくらサポーターは、介護予防の体操である「こむぎっち ちゅっくら健康体操」を習得し、地域で高齢者が楽しく体操に参加できるように主体的・積極的に担うボランティアです。

日 時…全8回（欠席は2回まで）

①8月29日(木) ②9月6日(金) ③9月13日(金) ④9月20日(金)
⑤9月27日(金) ⑥10月4日(金) ⑦10月11日(金) ⑧10月18日(金)

午後1時30分～3時30分

会 場…上里町役場 4階大会議室

定 員…30名（先着順）

受講費…無料

申 込…8月16日(金)までに電話で申し込み

申込先・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】

初回のみ
木曜日開催です



▲第11期元気ちゅっくらサポーター養成講座受講生（令和5年度撮影）

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	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80万円以下の方	650万円以下 (1,650万円以下)
第3段階 ①		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	550万円以下 (1,550万円以下)
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	500万円以下 (1,500万円以下)

※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	880円	550円	550円 (380円)	0円	300円	300円
第2段階	880円	550円	550円 (480円)	430円	390円	600円
第3段階 ①	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円	650円	1,000円
第3段階 ②	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430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】

認知症への理解を深める講演会 「ボケ日和～わが家に認知症がやってきた！どうする？どうなる？～」

ベストセラー『ボケ日和』の原作者である認知症専門医の長谷川先生が、認知症についての知識をお伝えします。本人も周りの人も心が楽になるヒントが盛りだくさんです。ぜひ、ご参加ください。

日 時…9月29日(日)、午前10時30分～正午

会 場…ワープ上里

講 師…長谷川 嘉哉 氏

定 員…500名

※申込不要・先着順

費 用…無料

問合せ…高齢者いきいき課

【☎ 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。

問合せ…上里町地域包括支援センター

【☎ 35 - 1243】

フ ォ メ ー シ ョ ン

保健センターからのお知らせ 問合せ【☎33-2550】

◆からだ改革塾2024 『体力測定』

日 時…9月9日(月)、午後1時30分～3時30分

会 場…多目的スポーツホール

講 師…日本女子体育大学 古泉 佳代 教授

内 容…体力測定（項目：身体組成・握力・柔軟性等）

対象者…65歳以上で運動制限のない男女各20名

日本女子体育大学の研究に測定結果を提供できる方

持ち物…運動しやすい服装、室内用運動靴、タオル、水分補給用の飲料、筆記用具

申 込…8月20日(火)までに保健センターへ電話申込（先着順）

※定員になり次第、受付終了

※たまる健★幸マイレージポイントの対象事業ではありません。



◆歯周疾患検診を実施しています

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…20・30・40・45・50・55・60・65・70・75・80歳の方（年齢基準日：令和7年3月31日）

期 間…令和7年3月31日(月)まで

持ち物…マイナ保険証等（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ことがありますので、健康ガイドブックやホームページ等を予約の際にご確認ください。



◆肝炎ウイルス検診のご案内（予約制）

日 時…10月7日(月)～12日(土)、午後2時30分～2時45分

会 場…ワープ上里

内 容…BおよびC型肝炎ウイルス検査（血液検査）

対象者…40歳以上の方（年齢基準日：令和7年3月31日）

※過去に肝炎ウイルス検診を受診済みの方、または肝炎の治療中の方を除く

費 用…無料

申 込…9月2日(月)までに保健センターへ電話申込

※定員になり次第、受付終了



◆熱中症を予防しましょう！

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。

屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

○特に注意したい方々

- ・子どもは体温の調節能力が十分に発達していないので、気を配る必要があります。
- ・高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能がからだの調整機能も低下しているので、注意が必要です。
- ・障害のある方も、自ら症状を訴えられない場合があるため、特に配慮しましょう。

○熱中症を防ぐためには

- ・室内では、扇風機やエアコンで温度を調節しましょう。
- ・屋外では、日傘や帽子の着用、こまめな休憩、日中の外出をできるだけ控えましょう。
- ・からだの蓄熱を避けるため、通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用し、保冷剤、氷、冷たいタオルなどでからだを冷やしましょう。
- ・室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給しましょう。

○こんな症状があったら熱中症を疑いましょう

- 軽** めまい、立ちくらみ、こむら返り(筋肉痛)、手足がしびれる、汗がとまらない、気分が悪い、ぼーっとする
- 中** 頭痛、吐き気、体がだるい(倦怠感)、虚脱感、意識が何となくおかしい
- 重** 意識がない、けいれん、体が熱い、呼びかけに対し返事がおかしい、まっすぐに歩けない

○熱中症が疑われたら？

熱中症にはⅠ度からⅢ度までの重症度の分類があります。それぞれの重症度に合わせた対応を取りましょう。また、意識がない、呼びかけに反応しない、けいれんを起こしている等で一つでも当てはまる場合は速やかに救急車を要請しましょう。救急車の到着を待の間、体(脇の下、両側の首筋、足の付け根など)を積極的に冷やしましょう。

判断に迷ったら埼玉県救急電話相談(#7119)に電話しましょう。

※詳細は埼玉県ホームページにてご確認ください。



◀県HP

「熱中症が疑われるときの対応」

休日医療機関はこちらへ

8月 保健センター予定表 ☎33-2550

- 19日(月) 2歳6か月児歯科検診
- 19日(月) 赤ちゃん相談、ベビーマッサージ&ヨガ講座
- 21日(水) 5歳児健康相談
- 23日(金) 7・8か月児健康診査
- 26日(月) 3・4か月児健康診査
- 27日(火) 1歳6か月児健康診査
- 28日(水) 3歳6か月児健康診査

※健診対象者へ個別で通知いたします。
※赤ちゃん相談は「完全予約制」です。

休日・夜間急患診療所

【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…①午前9時～正午
②午後1時～4時、③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。

※①、②の診療時間は発熱外来あり
(人数制限あり)

在宅当番医療機関

◆診療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。

8月 4日(日)	寺坂医院	☎22-3343
8月11日(日)	中村外科医院	☎21-6211
8月12日(月)	中沢皮膚科	☎22-1112
8月18日(日)	たにかわ眼科クリニック本庄早稲田の杜	☎24-1121
8月25日(日)	西澤整形外科	☎33-0600
9月 1日(日)	服部クリニック	☎24-4671

こども家庭センターからのお知らせ 問合せ…子育て共生課子育て支援係【☎35-1236】

子どもと向き合う

子どもと向き合うということは「大人目線ではなく、子どもと同じ目線、気持ちになり、お子さんに寄り添うこと」とはわかつてはいるけれど、簡単なことではないですよ。

大人と子どもの違いは、身体の大きさだけではなく、大人になるまでに培ってきた経験や知識の差もあります。何よりも大きな違いの一つは、視線の先にある世界の大きさかもしれません。

知識や経験の浅い子どもは、目に映るたくさんの新しい出来事に全力でぶつかっていきます。例えば、お菓子袋から小さなクッキーをつまむのに全身全力で挑んでみたり、紙パックジュースにストローを差し込もうと最大限の集中力を注ぎます。さらにドングリ拾いともなれば、たとえ虫に食べられているドングリでも、ひたすらビニール袋に入れていきます。

一方、私たち大人はどうでしょうか。この後の夕食作りのために、明日の仕事のために、少し余力を残して行動することはありませんか。余力を残して動くことが悪いということではなく、まさにこの部分が子どもと大人の違いの一つではないでしょうか。「子どもは無駄に動いているな」と思うのですが、リスベクトの部分でもあります。

子どもと接する際に、子ども時代に戻り、子どもと同じ目線で一緒に物事に取り組みたいのですが、固定観念が邪魔して、新しい出来事にわくわくできないことがあります。もちろん、子どもと向き合うときは、携帯は持たずテレビなどは消して、子どもと二人の空間を確保して、子どもの様子を見守るところからスタートしています。

ある瞬間だけでも、子どもと同じ目線になった時の子どもの様子は、「同じ気持ちだ！」とすぐ嬉しそうです。でも、子ども以上に私の方が嬉しくなり、楽しい時間を共有できます。子育て世代は毎日多忙ですが、1日5分でもよいのでお子さんと向き合ってみてはいかがでしょう。お子さんの事だけでなく、自分自身の新しい発見もあるかもしれません。



こども家庭センターコラム ⑤⑥ 支援員 天野喜代美

七本木児童館幼児教室(いちごちゃんくらぶ)

「親子ピラティス」

日 時… 9月9日(月)、午前10時30分から
会 場… 七本木児童館
内 容… 親子で楽しくピラティス体験
対 象… 乳幼児と保護者
講 師… 町田 桑子 氏
定 員… 8組 (先着順)
参加費… 無料
申 込… 8月19日(月)、
午前9時から
電話または直接児童館へ
問合せ… 七本木児童館 【☎35-1356】



七本木児童館土曜親子事業

「歯磨き指導」

日 時… 8月31日(土)、午前10時から
会 場… 七本木児童館 キッズルーム
内 容… 歯磨き指導 (個別あり)
対 象… 乳幼児と保護者
講 師… 公益社団法人埼玉県歯科衛生士会
林 美津子 氏
定 員… 8組 (先着順)
参加費… 無料
申 込… 8月5日(月)、
午前9時から
電話または直接児童館へ
問合せ… 七本木児童館 【☎35-1356】



全国一斉「こどもの人権相談」強化週間の実施について

期 間…8月21日(水)～27日(火)

時 間…午前8時30分～午後7時

※ただし、8月24日(土)および25日(日)は、
午前10時～午後5時

電話番号…0120 - 007 - 110 (全国共通・無料)
(IP電話からは接続できません)

相談担当者…法務局職員、埼玉県人権擁護委員
連合会こども人権委員会委員
(秘密は厳守します)

問合せ…さいたま地方法務局人権擁護課
【☎048-851-1000】



学習支援ボランティアを募集します



小・中学生のための学習支援教室で、一緒に遊んだり勉強を教えていただけるボランティアを募集します。

無償ですが、交通費とボランティア保険の加入費は負担します。

対象…学生 (大学生、専門学校生、短期大学生、通信大学生)、社会人

活動日

- ・小学生教室：金曜日午後4時～6時30分
- ・中高生教室：月曜日午後6時～8時30分
金曜日午後6時～8時30分

問合せ

一般社団法人彩の国子ども・若者支援ネットワークアスポート学習支援本部

【☎048-831-2688】

Mail : shiennet-honbu-vo@pony.ocn.ne.jp

中・高校生用の学習スペースを利用してみませんか？

七本木児童館および神保原児童館では、中学生・高校生の学習スペースを設置しています。集中して勉強したい方等、夏休み期間中の利用也大歓迎です。ぜひ、ご利用ください。

【利用日および時間】月～土曜日 (休館日：日曜、祝日、年末年始)
午前9時～午後5時30分 (正午から午後1時は除く)

【利用方法】利用するには、児童館登録票 (初回のみ、当日記入可) の提出および児童館利用簿に記入をお願いします。

【その他】飲食不可 (ただし、水分補給は可能)

【問合せ】七本木児童館 【☎35-1356】
神保原児童館 【☎33-3621】



▲七本木児童館
学習スペース



▲神保原児童館
学習スペース

～里親制度～

知ってますか？

里親制度のことご存じですか？

埼玉県には、何らかの理由で自分の家庭で生活できない子どもたちが現在、約1,800人います。そのような子どもを家庭の一員として迎え、温かい愛情と家庭的な環境で育てていくための制度が「里親制度」です。

里親の現状

埼玉県では、自分の家庭で生活できない子どものうち、425人が里親のもとで生活し、1,318人が乳児院、児童養護施設で生活しています（令和6年5月1日現在）。現在、里親登録している方の数は不足しており、大きな課題となっています。

里親になってみませんか？

将来ある子どもたちの健やかな成長を支援するために、養子縁組を目的とした里親、数日～数か月など短期間で子どもを預かる里親、長期間で子どもを預かり養育していく里親、中学生や高校生等の大きな子どもと一緒に暮らす里親など、幅広く里親を募集しています。

知識や経験がない方でも里親登録ができます。里親に興味をお持ちの方は、児童相談所や児童養護施設の里親支援専門員へお気軽にご相談ください。

里親入門講座に参加してみませんか？

里親制度の説明、里親さんからの体験談を直接聞くことができます。ぜひ、ご参加をお待ちしております。



◀埼玉県里親制度について（県HP）

相談先…埼玉県熊谷児童相談所里親推進担当【☎048-521-4152】

児童養護施設さんあい里親支援専門相談員【☎048-585-0605】

児童養護施設上里学園里親支援専門相談員【☎33-0506】

里親制度のこと、どれくらい知っていますか？

里親制度パネル展示を開催します

期 間…8月13日(火)～22日(木) ※土・日は除く

場 所…上里町役場 1階 町民ホール

問合せ…子育て共生課子育て支援係【☎35-1236】

