

# フォーメーション

## 保健センターからのお知らせ 問合せ【☎33-2550】

### ♥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？

対象…町内在住で糖尿病予防に関心のある方

日程・内容等…糖尿病に関する講話や簡単な体操など

	日 程	時 間	ミニ講話	運動
1	2月4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18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25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

定員…60名（先着順） 会場…上里町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（脱ぎ着しやすいもの）、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

※たまる健★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（2月25日(水)のみ）

健幸ポイント…100ポイント（全3回出席した方のみ2月25日(水)に付与します）

申込…1月26日(月)までに電話等で保健センターへお申込みください。

### ♥からだ改革塾2025 報告会

2025年度からだ改革塾で行った事業の総まとめを報告します。各事業に参加できなかった方も必見です！

日 時…2月9日(月) 午前10時30分～正午

会 場…上里町役場4階大会議室

講 師…日本女子体育大学 古泉 佳代 教授

持ち物…筆記用具、たまる健★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

申 込…1月30日(金)までに電話で保健センターへお申込みください。

定 員…60名（先着順）

講座終了後アンケート提出で、健★幸ポイント：100ポイント



### ♥かみさと たまる健★幸マイレージ事業からのお知らせ

#### ◇令和6年度健幸ポイント分の「上里町共通商品券」について

令和6年度分健幸ポイントの交換がお済みでない場合は、6月に対象の方へ送付した書類とスマートフォンまたはポイントカードを持参して保健センターへお越しください。

上里町共通商品券との交換期限…1月30日(金)

#### ◇アプリの不具合等の対応について

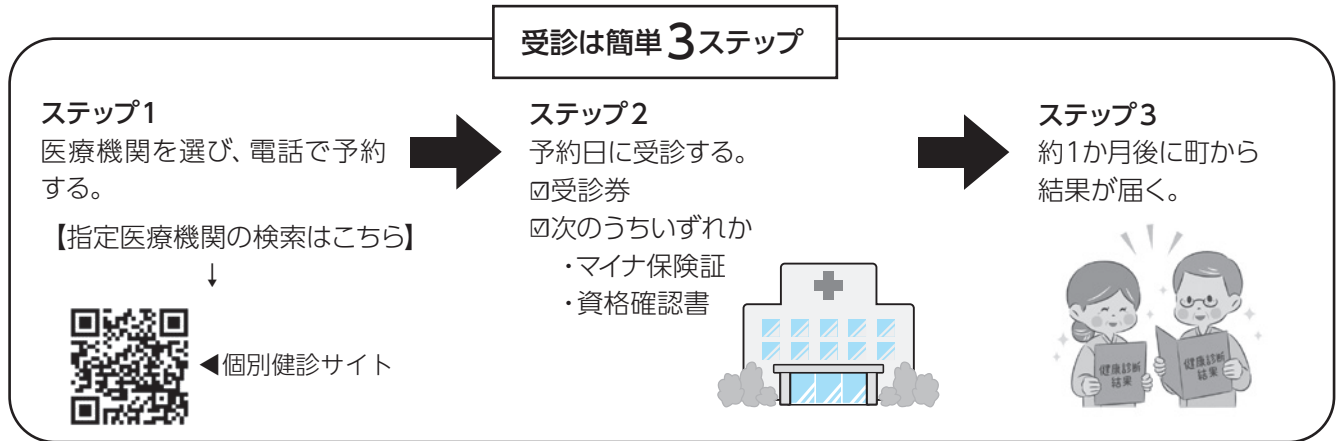
アプリの不具合等のご相談に来所される際には、事業の状況により対応できかねる場合がございますので、事前にご連絡をお願いいたします。また、下記コールセンターでもご相談いただけますので、ぜひご利用ください。

問合せ…カラダライブコールセンター【☎0570-077-122】

## 上里町国民健康保険加入者または埼玉県後期高齢者医療制度に加入の方へ 特定健康診査(個別)の受診期限が迫っています!

個別健診実施期間: **令和8年2月28日(土)まで**

**終了間近は大変混み合いますので、ご予約・受診はお早めに!**



※5月中旬に対象の方へ受診券(個別健診用)を発送しています。お手元がない方は、再発行が可能ですのでお問合せください。

▶ **健診費用**

約11,000円かかる検査が、**無料**で受診できます。

▶ **対象者**

- ①令和8年3月31日現在で満40歳以上の上里町国民健康保険に加入されている方
- ②町内在住の埼玉県後期高齢者医療制度に加入されている方

▶ **対象とならない方**

- ①令和7年度特定健康診査・健康診査(集団)を受診済の方
- ②予防検診(人間ドック)の助成を受けた方(受ける予定の方)    ③健診を希望しない旨のご連絡をいただいた方
- ④受診日時点で上里町国民健康保険・埼玉県後期高齢者医療制度に未加入の方  
(受診券が届いた場合でも、受診日にさかのぼって資格喪失した場合は対象となりません)
- ⑤その他除外理由に該当する方

▶ **実施医療機関**

本庄市児玉郡内の受託医療機関

▶ **検査項目**

血液検査 血圧測定 尿検査 心電図検査 身体測定 診察・問診

問合せ…健康保険課医療年金係  
**【☎35-1222】**

### 休日<sup>①</sup>の医療機関はこちらへ

#### 1月 保健センター予定表 ☎33-2550

- 19日(月) 赤ちゃん相談、ベビーマッサージ&ヨガ講座
- 19日(月) 2歳6か月児歯科検診
- 20日(火) 3歳6か月児健康診査
- 21日(水) 1歳6か月児健康診査
- 23日(金) 7・8か月児健康診査
- 26日(月) 3・4か月児健康診査
- 28日(水) 5歳児健康相談

※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」になりました。

#### 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…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)  
※マイナ保険証など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11日(日)	中村外科医院	☎21-6211
1月12日(月)	本庄脳神経外科・脊椎外科	☎23-9156
1月18日(日)	中沢皮膚科	☎22-1112
1月25日(日)	寺坂医院	☎22-3343
2月1日(日)	西澤整形外科	☎33-0600

## 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】

### 癒しの「ほっこり」



こども家庭センターコラム⑦ 支援員 天野喜代美

あけましておめでとうございます。

楽しかったことも大変だったことも含めて、一年を振り返ると、子育ての毎日はあっという間に過ぎていくものですね。昨年も多くの子育て世代の皆さまとお話をさせていただきましたが、それぞれの家族の物語があり、その都度、大事に伺わせていただきました。

たくさんの方とお話している中で、たびたび出てきた「完璧な成功か、完全な失敗」。中間が無く、両極端な二者択一で判断しようとする白黒思考がありました。

子どもの見方、家庭のルール、夫婦・パートナー間のこと。どれもが、白黒思考では歪みが生じることばかりです。実は、ほとんどの方がこれに気づいているのですが、位置の取り方が分からずに疲れ果ててしまう。子育てが、まさにそうだと思います。お子さんの成長状況だけでなく、関わる大人たちの考え方、周りの雰囲気によっても状況は変わります。難しくも微調整をしながら毎日生活し、子育てをしているのです。子育て世代は、膨大なエネルギーを必要とする大仕事を日々頑張っているのですから、時間の経過を早く感じるものなのです。

日々のお子さんとの生活のなかで、ちよつとした「ほっこり」を見つけたとき、笑えたり、幸福感を感じたりしませんか。

私は、生後10か月の孫が、毎回食事やおやつのときに両手を合わせてお辞儀する姿や、3歳の孫が私の娘であるママに文句を言われているのに、「ママ、大変だね」と他人言のように話したときなど、このような場面を見ると、「ほっこり」として思わず笑顔になってしまいます。気がつくのと、娘であるママも大笑いしているものです。こんな何気ない日常の場面ですが、「ほっこり」気分が白黒思考を柔軟にさせることもあり、日々の子育てには必要なひと時だと感じていきます。

さて、今年も白黒思考ばかりではなく、「ほっこり」に癒されながら、子育ての日々を楽しく過ごしていけるといいですね。こども家庭センターでは、皆さまとの何気ないお話しや相談など、いつでもお待ちしております。今年もよろしくお願いたします。

## 「若者の未来応援給付金」を支給します

町では、中学校卒業にあたる年齢と高等学校卒業にあたる年齢の若者に1万円を支給します。これから新しい生活を始める若者への応援と切れ目ない子育て支援の推進のため、実施している事業です。

### 支給対象

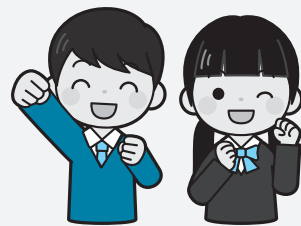
- ①中学校卒業にあたる(15歳になる)年度(平成22年4月2日～平成23年4月1日に生まれた方)
  - ②高等学校卒業にあたる(18歳になる)年度(平成19年4月2日～平成20年4月1日に生まれた方)
  - ①または②に該当し、令和7年12月1日に町に在住している方
- ※学生であるかどうか、また、保護者・本人の所得は問いません。

### 申請方法

対象者には、町から申請書類を郵送します。必要事項を記入し、申請者の証明書等のコピーを添付のうえ、下記までご提出ください。  
※郵送の場合は、封筒や切手をご用意ください。

### 支給方法

上記支給対象の①は保護者(児童手当の振込口座等)に支給します。  
②は本人の口座に支給します。  
※口座をお持ちでない場合はお早めにご用意ください。



### 申請期限

令和8年2月27日(金) (消印有効)

※詳しくは、申請書に同封した案内をご覧ください、下記までお問合せください。

問合せ…〒369-0392 埼玉県児玉郡上里町大字七本木5518  
子育て共生課子育て支援係【☎35-1236】

## 〇〇〇 上里町緊急ファミリーサポートセンター事業 〇〇〇

### 緊急サポートセンター事業とは？

前日や当日など、急な育児の援助を受けたい方（利用会員）と行いたい方（サポート会員）が会員となり、緊急サポートセンターが仲介して行う事業です。

※一般のファミリーサポートセンターとの違いは、病児・病後児の預かり、面談なしの緊急的な利用が可能であるなどの点です。

### 「利用会員」「サポート会員」を募集します！

#### ◇利用会員

「子どもが急に熱を出してしまったけど、仕事は休めない!!  
そんなときに、子育てのお手伝いをしてほしいという方

#### ◇サポート会員（有償ボランティア）

子どもの預かりをお手伝いしてくださる方

サポート会員は単発の活動が中心になります。空き時間でできる新しい子育て支援をお手伝いください。また、サポートに入る前に保育のことや病気の子どもの対応について実践的な知識を4日間の講習で学んでいただきます。

### サポート会員の講習会日程（全日 午前9時30分～午後4時30分）

日程	場所	内容
1月26日(月)	上里町役場 301 会議室	緊急サポートの活動・新生児の保育と昨今のお母さん事情など
1月28日(水)		子どもの心と発達・子どもの世話（最近の保育グッズ）と遊び
2月2日(月)		小児の病気と特性・病児の観察とケア・感染予防
2月4日(水)		子どもの事故と安全管理・応急措置・リスクマネジメント

※この事業は、上里町から委託を受けて「NPO法人病児保育を作る会」が運営します。

※保育士・看護師の資格をお持ちの方、子育て支援に関わる活動をされている方は、免除できる日がありますのでご相談ください。

申込・問合せ…緊急サポートセンター埼玉【☎048-297-2903】

## 上里町奨学資金の

### 貸付受付を行います

学習意欲がありながら、経済的な理由により高等学校以上の学校へ進学が困難な生徒または学生に対し、その才能を育成するために奨学資金を貸付けます。ただし、学校長の推薦、所得による制限、保証人の選任などいくつかの条件があります。

貸付額：①高等学校等に在学…月額2万円以内（特別支援学校の高等部を含む）

②高等専門・専修学校に在学…月額3万円以内（専門課程で修業年限2年以上の方に限る）

③短期大学・大学に在学…月額4万円以内（大学院は除く）

貸付利率：無利率  
返済：卒業の6か月後から貸付月額の2分の1以上を月額として、10年以内に返済をする

申込：3月31日(火)までに奨学資金貸付申請書・推薦調書を添えて教育総務課へ申し込む

申込先・問合せ  
教育総務課教育庶務係

☎35-11246



## 〇●〇● 町内小・中学校入学説明会 〇●〇●

4月に小・中学校へ入学する児童生徒の保護者を対象に、下表のとお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
神原原小学校	1月21日(水)	午後1時30分から	午後2時から	体育館	33-3074
賀美小学校	1月29日(水)	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22日(水)	午後1時から	午後1時30分から	体育館	33-0907
七本木小学校	1月23日(木)	午後1時50分から	午後2時から	体育館	33-0544
上里東小学校	1月27日(日)	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16日(金)	午後2時30分から	午後2時55分から	体育館	33-2974
上里北中学校	1月16日(金)	午後2時50分から	午後3時15分から	体育館	33-7749



## 児童手当・児童扶養手当等のご案内

### 児童手当

家庭等の生活の安定に寄与するとともに、次代の社会を担う児童の健やかな育ちを応援するための手当です。

支給対象…18歳になる年の年度末までの児童を養育している方

支給月…2か月に1回、毎偶数月

支給額

児童の年齢	月額
3歳未満	15,000円
3歳～18歳（18歳到達後の最初の年度末まで）	10,000円
第3子以降（一律）	30,000円

### 児童扶養手当

離婚、死亡等によりひとり親となった父または母、もしくは父母に代わりその児童を育てている方や、父または母に障害がある場合に支給される手当です。

支給対象

- ①父または母のない18歳になる年の年度末までの児童（一定の障害がある場合は20歳まで）を養育している方
- ②父または母に重度の障害がある方

支給月…2か月に1回、毎奇数月

支給額（所得に応じて全部または一部支給）

児童数	月額	
	全部支給	一部支給
1人	46,690円	46,680円～11,010円
2人目以降加算額	11,030円	11,020円～5,520円

※申請者や配偶者、また同居等生計を同じくする方の所得が一定額以上あると支給されません。

### 特別児童扶養手当

精神または身体に一定の障害（政令で定める程度以上）のある児童を育てている方に支給される手当です。

支給対象…精神または身体に一定の障害（政令で定める程度以上）のある20歳未満の児童を育てている方

支給月…4月・8月・11月  
（11月の支給は同月分も含む）

支給額

障害の状態	月額（児童1人につき）
1級（重度）	56,800円
2級（中度）	37,830円

※申請者や配偶者、また同居等生計を同じくする方の所得が一定額以上あると支給されません。

### ひとり親家庭等医療費支給事業

ひとり親家庭や父または母に一定の障害がある家庭等に対し、医療費が支給される制度です。

令和8年1月診療分から支給方法が変わりました。

- 主な変更点
- ・埼玉県内の医療機関で窓口支払いなし（条件あり）
  - ・全ての受給者の自己負担金廃止
  - ・本庄市児玉郡内医療機関の申請代行廃止

支給対象

- ・母子、父子家庭または、父母に代わりその児童（18歳になる年の年度末まで）を育てている養育者家庭
- ・父または母に一定の障害がある家庭

支給額…保険適用された医療費の自己負担金

支給開始…申請を受け付けた日から

支給方法

- 埼玉県内の医療機関…窓口支払いなし（現物給付）
- 埼玉県外の医療機関…窓口支払いあり（償還払い）

- ※埼玉県内の医療機関を受診する場合は、窓口で受給者証と健康保険が確認できるものを必ず提示してください。
- ※1つの医療機関で自己負担金が月額21,000円を超える場合は、埼玉県内でも窓口でお支払いが必要です。
- ※柔道整復（接骨院等）・あんまマッサージ・鍼灸を受診する場合は、埼玉県内でも窓口でお支払いが必要です。
- ※窓口でお支払いした場合は、診療月の翌月以降に申請書に領収証の原本を添えて医療費の申請をしてください。（提出先：健康保険課）

※この制度を利用するには、事前に申請をし、受給者証の交付を受ける必要があります。詳しくはHPをご覧ください。



### 申込先・問合せ

子育て共生課子育て支援係 ☎35-1236



## 福原幸一さん、「瑞宝単光章」受章

令和7年度秋の叙勲で福原幸一さん（宮本町・78歳）が、瑞宝単光章を受章されました。福原さんは、臨床検査技師として昭和43年4月から平成18年6月まで永きにわたり医療業務に従事されました。その功績が称えられ、この度の受章となりました。誠にありがとうございます。

## 中島美晴さん、「埼玉県知事表彰」受賞

中島美晴さんが「埼玉県知事表彰」を受賞されました。中島さんは、長年にわたり、上里町議会議員として地方自治の振興発展に尽力され、文教厚生常任委員会委員長、総務常任委員会副委員長、議会運営委員会副委員長等の要職を歴任し、教育環境の充実などに努め、住民福祉の向上と町政発展に大きく貢献されました。これらの功績が称えられ、この度の受賞となりました。誠にありがとうございます。



## 五丁目花だよりの会、「シラコバト賞」受賞

11月14日（金）、県民の日記念式典において、五丁目花だよりの会が第57回シラコバト賞を受賞されました。長年にわたり、安心して住みよいまちづくり、地域コミュニティの活性化の推進のために、草花苗等を植える美化整備活動の功労が讃えられ、この度の受賞となりました。誠にありがとうございます。

## 第11回上里町「図書館を使った調べる学習コンクール」表彰式

11月7日（金）、上里町立図書館主催による第11回上里町「図書館を使った調べる学習コンクール」の表彰式が開催されました。当事業は、「身近な疑問や不思議に思うこと、興味があること」を、学校図書館や公共図書館の資料・情報を活用し、調べまとめることにより、児童・生徒が自ら考え、判断し、表現する力をはぐくむことを目的に開催されています。今年度は、町内小学校から14点の応募があり、上位4作品には、町長・教育長・校長会会長・図書館賞が授与されました。



賞名	学校名	氏名(敬称略)	題名
町長賞	上里東小3年	塚本 莉央	めざせお米博士～わたしの大好きなお米の問題とは～
教育長賞	上里東小3年	大城 馨	江戸時代の子どものくらしについて
校長会会長賞	長幡小3年	清水麻音斗	おもしろいぼくのあいぼうたち
図書館賞	賀美小6年	入澤 蒼太	車の〇〇って何?～車の不思議～

※ 12月号のお詫びと訂正 12月号広報 P21 「スポーツ大会の結果」 第48回大泉町総合ダブルスバドミントン大会藤田恭矢さんの成績に誤りがありましたのでお詫びして訂正します。【誤】 3位 → 【正】 優勝