

自分らしい生活を取り戻す！

明日が変わる！

“短期集中” 通所サービス

こんなお悩みありませんか。



以前のように趣味を楽しめなくなった

家事がしにくくなった

転ぶことが増えた

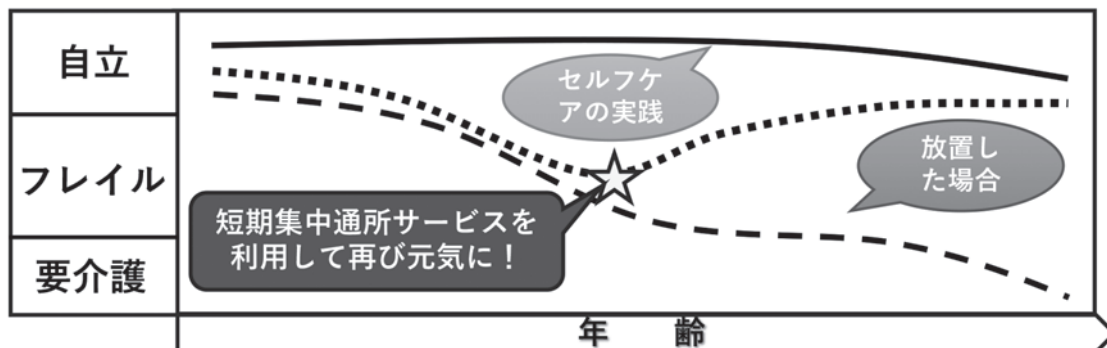
歩くことが不安で外出しなくなった

その症状、フレイルかもしれません！

フレイルとは

病気ではないが、年齢とともに筋力や心身の活力が低下し介護が必要な状態になりやすい健康と要介護の間の虚弱な状態のことです。

高齢者の機能



まだ間に合う！

フレイルでも
生活の見直しと
日々の実践で
元気な状態に
戻れます！

5. 個別プログラム（例3）



3. 個別プログラム（例1）



1. 事業所到着・血压測定



6. 面談・自宅に送迎



4. 個別プログラム（例2）



2. 準備体操



短期集中通所サービスの流れ



対 象

要支援1・要支援2の認定を受けている方
事業対象者（基本チェックリスト該当者）

利用料

月額1,897円（初月は300円が加算されます）

期 間

3か月間（毎週土曜日／月4回／午前9時～正午）

送 迎

あり

問 合 せ

高齢者いきいき課地域包括支援係
（地域包括支援センター）【☎35-1243】

一緒に、元気な生活
を取り戻しましょう



リハビリ専門職による指導！

効果抜群！

ご利用者様の声

健康は日ごろの訓練から

神保原町 井上 功一さん

私は、膝の調子が悪いため、自宅にこもりがちでした。妻が地域包括支援センターに相談に行き、事業対象者の認定を受け、週に1回、土曜日に3か月間リハビリ（短期集中通所サービス）を受けることになりました。

初めのうちは、気持ちを切り替えることができず、戸惑っていましたが、時間が経つにつれ、皆さんと会話も弾み、気持ちが楽になってきました。また、指導者との話を通じて、私に合った運動プログラムを作成していただき、そのプログラムに沿った足の筋肉トレーニングにより柔軟性が少しずつ向上しました。いつの間にか、歩くことが嫌だという気持ちもなくなり、毎日自分でトレーニングを続けることがどれほど大切か、人との会話も大事であることに気づきました。現在では杖を使うことなく歩行ができるようになり、感謝しています。

上里町には楽しく取り組める介護予防支援がありますので、利用して元気な体を作り、老後の趣味を楽しみましょう。



妻の支えがありました。

杖を使用せず散歩できるようになりました！



次は、支え手として活躍！

リハビリスタッフの方と一緒に自宅からスーパーまで電動三輪車で往復し、アドバイスをもらいました。



介護予防はお早めに！

神保原町 小林 千代子さん

私は転びやすくなり骨折を2回しました。2回目の骨折（腰椎圧迫骨折）の後、「このままではいけない！転ばない体づくりをしたい！」と思い、家族や近所の方の勧めもあって短期集中通所サービスに参加しました。

リハビリスタッフの方から丁寧に運動指導をしてもらい、自宅でも運動を続けていくうちに体が楽になりました。友人からも「いい具合だね」と声をかけられました。またリハビリスタッフからも日ごろの取り組みを褒めて頂き、大変励みになりました。

最近は電動三輪車に乗って買物や通院ができるようになり腰椎圧迫骨折をする前の生活に戻ってきたので、とても嬉しく思っています。

私のように体力の衰えを感じている人、このままではいけないと思っている方がいたらぜひお勧めしたいです。



上里町選挙管理委員会からのお知らせ

問合せ

上里町選挙管理委員会事務局 ☎35-1237

《「投票所入場券」が変わります》

投票日までに郵送される入場券の様式が、2月8日(日)執行の衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査から圧着はがき型(1枚のはがきに4人分の入場券付)に変更になります。

ご自分の入場券をミシン目に沿って切り離し、記載されている投票所にお越しください。なお、5人以上の世帯は、2通目を送付いたします。

◆新入場券(圧着はがき型) ※1枚の封書に4名分の入場券

《投票所変更のお知らせ》

七本木児童館と上里町男女共同参画推進センターの改修工事に伴い、2月8日(日)執行の衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査の投票所が変更になります。

投票所		投票所	区域(行政区等)
第4	七本木児童館	第4	七本木小学校体育館
第5	上里町男女共同参画推進センター	第5	七本木小学校体育館

※令和8年4月19日(日)執行の上里町議会議員一般選挙・上里町長選挙では、従来の投票所に戻ります。



令和7年12月のごみの量は…

家庭系ごみ(可燃・不燃・有害・粗大)

排出量 650.0 t

【ひとり1日あたり約690g】

埼玉県内のひとり1日あたりのごみの排出量は約490gです。(令和5年度)

～減らす・分別・再利用を心がけましょう～

前月と比べて89gの増量です



問合せ…くらし安全課生活環境係 ☎35-1226

生ごみ処理機器の購入費を補助します!

燃やすごみの約4割を「生ごみ」、そして、「生ごみ」の約8割を水分が占めるとわれています。町では、家庭から出る「生ごみ」の減量化・資源化対策の一環として、生ごみ処理機器の購入費用の一部を補助しています。

コンポスト容器をはじめ、EM容器・電気式生ごみ処理機・手動式生ごみ処理機も補助対象となりますので、ぜひ、ご利用ください。

ただし、受付は先着順で予算限度に達した時点で終了となります。対象機器をご購入の際は、くらし安全課生活環境係までお問い合わせください。

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!!

ゼロカーボンへの取組 ～事業所編…『日産化学株式会社』～

問合せ
くらし安全課生活環境係
【☎35-1226】

日産化学株式会社はどんな会社なの?

日産化学は1887年に渋沢栄一、高峰譲吉らにより設立された日本初の化学肥料製造会社です。

現在では、化学品、電子材料、農業化学品、医薬品等を広く扱う総合化学メーカーとなっています。ここ埼玉工場では、農薬製剤(除草剤、殺虫剤、殺菌剤等)を生産し、国内はもちろん世界の農業に貢献しています。

ゼロカーボンへの取組はどんなことをしているの?

LED照明化や高効率な空調機器への更新によるエネルギー使用の効率化を進めています。

従業員全員参加の改善活動に取り組んでいます(省資源・省エネの他、安全や品質の向上等)。

今後はどのような取組をしていくの?

乾燥設備のエネルギー効率の向上と再生可能エネルギーの使用を検討しています。

生産工程を見直し、廃棄物の削減やリサイクル率の向上に取り組んでいきます。



▲日産化学株式会社 工場写真

町長コラム

山下 博一



89

上里町の未来を 考える(その5)

上里梨が描く、

農業の新しい未来!

上里町が誇る特産品、「上里梨」を活用したクラフトリキュール「Kamissato」月にあこがれた梨、日本酒仕立て「」が高い評価をいただきました。

埼玉県新商品AWARD 2025の食品カテゴリーにおける大賞の受賞に続き、e in S A I T A M A 優良加工食品大賞2026において、優秀賞を受賞するという、2つの県関連表彰を獲得する快挙を成し遂げました。

本商品は、上里町と町観光協会、そして県内酒造事業者で協賛する権田酒造様との連携により誕生したものです。行政と事業者がそれぞれの強みを生かし、地域資源の持つ可能性を最大限に引き出した取り組みが評価に繋がったものと受けとめています。

上里梨は、町の風土の中で育まれてきた大切な農産物であり、長年の歴史とともにその価値を高めてきた大切な資産です。一方で、傷みやすい梨が生じるという課題も抱えてきました。今回の取り組みは、そうした課題に向き合い、新たな活用之道を切り開くことに成功しました。

規格外となった梨を原料に使用したリキュールは、梨本来の味や香りがよく、上里町の自然や風景への工夫など、細部までこだわった点が、専門家から高く評価されました。商品名やボトルデザインには、上里町の自然や風景への思いが込められています。

香りがよく、味や甘みを感じられる汁や、日本酒の調和、飲みやすさへの工夫など、細部までこだわった点が、専門家から高く評価されました。商品名やボトルデザインには、上里町の自然や風景への思いが込められています。

姿勢を変えても価値を失わず、むしろ新たな魅力として輝いていく。その思いは、農業や地域づくりに通じるものだと感じています。今回の受賞は、単に一つの商品が評価されたというだけでなく、上里町の農業とものづくりが持つ可能性が、確かな形で示された出来事です。

変化の時代にあっても、地域資源を見つめなおし、次の世代に引き継いでいくことが、私たちにとって大切な役割であると改めて感じています。

町はこれからも、生産者や事業者、関係機関の皆さまと力を合わせて、農業の発展と地域経済の活性化に取り組んでまいります。



▲Made in SAITAMA
優良加工食品大賞2026表彰式

申告期間 2月16日(月)～ 3月16日(月)

所得税・復興特別所得税の確定申告



町・県民税(住民税)の申告

▲国税庁
確定申告特集ページ

令和7年分の所得税・復興特別所得税(以下「所得税等」という)の確定申告と、令和8年度の町・県民税(住民税)の申告期間は、2月16日(月)～3月16日(月)です。申告が必要な方は、必要書類等を事前に準備の上、期限内に申告してください。

問合せ 所得税等の確定申告について
本庄税務署【☎22-2111(自動音声案内)】
町・県民税(住民税)の申告について
税務課住民税係【☎35-1220(内線1130～1133)】

■町役場での申告会場の受付方式について


整理券を持参された方、もしくはスマホ等でオンライン予約を確認できる方のみ申告会場へ入場できます。方法は以下の3つのとおりです。現在、①②は配布、予約期間中となっております。

①事前整理券

配布場所	期間	配布時間
上里町役場1階 ⑫番窓口	各申告日の前日まで ※平日のみ	午前8時45分～午後4時30分 (2月13日(金)のみ午後3時まで)

②オンライン予約

事前整理券よりも予約上限が少数となっております。

予約場所	期間	受付時間
オンライン  ▲予約フォーム	各申告日の2開庁日前まで ※予約希望日が月曜日または2月24日(火)の場合は、前の週の木曜日まで。 ※予約希望日が火曜日または2月25日(水)の場合は、前の週の金曜日まで。	24時間 受付可能

③当日整理券

当日整理券が配布終了となった場合、別日の事前整理券(役場1階⑫番窓口)をご案内いたします。

配布場所	期間	配布時間
上里町役場4階 大会議室	2月16日(月)～3月16日(月) ※平日のみ	午前8時40分～午後3時40分

■当日の申告受付・相談

庁舎管理の都合上、午前8時30分以前の入庁はできません。また、整理券記載の時間、予約時間になるまでは申告会場に入場はできませんのでご注意ください。整理券を配布した順番ではなく、申告会場への来場順にご案内する予定です。同じ時間帯に複数の方をご案内しますので、予約時間の後半に相談を開始する場合もあります。また、混雑状況によっては、時間が前後することもありますので、ご了承ください。

会場	期間	受付時間
上里町役場4階 大会議室	2月16日(月)～3月16日(月) ※平日のみ	午前8時40分～正午 午後1時～4時

⚠ 下に該当する方は、町役場で申告できません。本庄税務署で申告してください。

<次の所得を申告する場合>

- ・土地、建物、株式等を譲渡したことによる所得
- ・先物取引に係る所得

<次の控除の適用を受ける場合>

- ・新規または連帯債務の住宅借入金等特別控除
- ・特定増改築等住宅借入金特別控除
- ・住宅耐震改修特別控除 ・住宅特定改修特別税額控除
- ・国外居住親族に係る扶養控除
- ・認定住宅新築等特別税額控除
- ・雑損控除または災害減免 ・外国税額控除

<次の申告をする場合>

- ・青色申告
- ・損失の繰越
- ・仮想通貨（ビットコイン等）
- ・過年分の確定申告
- ・死亡者の確定申告
- ・消費税・贈与税・相続税の申告
- ・申告内容等から判断して税務署での申告が適当と思われる方

申告に必要な書類

対象	必要書類等
申告者全員	・マイナンバーカード（無い場合は、本人確認書類）
該当する場合に 用意するもの	<ul style="list-style-type: none"> ・申告者名義の口座番号の分かるもの（還付申告の場合） ・源泉徴収票や収支内訳書、支払調書など前年の収入が分かるもの ・健康保険や国民年金など社会保険料の支払証明書など ・生命保険料、地震保険料などの支払証明書など ・障害者控除を受ける方は障害者手帳や療育手帳など ・医療費控除または医療費控除の特例を受ける方は医療費等をまとめた明細書など ・控除対象の配偶者や扶養親族、特定親族がいる方はその方の所得および個人番号が分かるもの ・住宅借入金特別控除を受ける方は年末残高証明書など ・その他、申告に必要なと思われるもの ※詳細は町ホームページをご確認ください。



◀町ホームページ
「令和8年度
(7年分) 所得
申告について」

収入がなかった方の住民税申告がオンラインで手続きできます

収入がなかった方の住民税申告がオンラインでお手続きできるようになりました。自宅でスマートフォンやパソコンからいつでも申告ができます。また、確定申告に来庁予定の方も、ご家族の収入がなかった方の住民税申告を済ませていただくと、当日スムーズにご案内できます。

詳しくは町ホームページ(<https://www.town.kamisato.saitama.jp/7143.htm>)をご覧ください、上記URLまたは右記二次元バーコードからぜひ、ご利用ください。



▲オンライン
0円申告

障害者控除・医療費控除で必要となる方に認定書等を発行します

①障害者控除対象認定書

障害者手帳(身体・療育・精神)の交付を受けていない方でも、65歳以上で介護保険の要介護認定2～5を受けている方およびその扶養者は、障害者控除を受けることができます。控除を受ける際には「障害者控除対象者認定書」が必要となります。

②おむつ代の医療費控除確認書

寝たきりの人のおむつ代が医療費控除の対象となるには、医師が発行した「おむつ使用証明書」が必要です。ただし、介護保険法の要介護認定を受けている一定の方は、町が交付する「おむつ代の医療費控除確認書」を「おむつ使用証明書」に代えることができます。

①②の書類が必要な方は高齢者いきいき課高齢介護係【☎35-1243】へ申請してください。