

フォーメーション

◆令和8年8月から資格確認書の交付要件が変わります

現在、埼玉県後期高齢者医療制度に加入されている方は、令和8年7月末までの間、マイナ保険証の有無に関わらず、全員一律に資格確認書が交付されています。令和8年8月以降、次のとおり変更になります。

- ・85歳以上（令和8年8月1日時点）の被保険者の方には、資格確認書が届きます。
- ・84歳以下（令和8年8月1日時点）の方には、マイナ保険証の保有状況に応じ資格確認書または資格情報のお知らせが届きます。

ただし、マイナ保険証をお持ちの84歳以下の方でも、申請により資格確認書が取得できます。詳しくは、下記担当までお問合せください。

問合せ…健康保険課医療年金係【☎35-1222】

◆令和8年度かみさと「たまる健★幸マイレージ」事業が始まります！

5月1日から令和8年度かみさと「たまる健★幸マイレージ」事業が始まります。

詳細は広報5月号と一緒に配布されるリーフレットをご確認ください。

スマートフォンアプリの参加申し込みは随時行っていますので、ご家族や友人とお誘いあわせのうえ、多くの方のご参加をお待ちしています。

※ポイントカードでの新規申し込みは終了しています。ただし、すでに発行されているポイントカードは、そのまま使用できますので破棄されないようご注意ください。



令和7年度健幸ポイントの交換について

6月中旬までにポイント交換対象者ご本人へお知らせを郵送します。
(スマートフォンアプリ参加者で、上里町民であることが確認できなかった方には、通知を郵送することができません。通知が届かなかった場合は、保健センターへお問い合わせください)

問合せ…保健センター【☎33-2550】

◆歯周疾患検診を無料で受けられます！

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9年3月31日）

期 間…令和9年3月31日(水)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

実施場所…指定歯科医院
(健康ガイドブックやホームページ等をご覧ください)

受診方法…指定歯科医院に直接予約をし、受診する。

問合せ…保健センター【☎33-2550】



◆熱中症予防

暑くなる前の体づくり（暑熱順化）

暑熱順化（しょねつじゅんか）とは、身体が暑さに慣れることです。暑い日が続くと身体は次第に暑さに慣れて、暑さに強くなります。暑さに慣れていないと熱中症になる危険性が高くなるので、本格的に暑くなる前から、運動や入浴を通じて汗をかくなど、身体を暑さに慣れさせることが大切です。

暑熱順化には個人差がありますが、数日から2週間程度かかりますので、余裕をもって備えましょう。

【効果的な運動】

(屋外) ウォーキング、ジョギング、サイクリング など
(屋内) 筋トレ、ストレッチ、入浴 など

【注意】

実施時は個人の体質・体調、その日の気温や室内環境に合わせて無理のない範囲で行いましょう。

水分や塩分を補給して、熱中症に十分注意してください。

問合せ…保健センター【☎33-2550】

上里町国民健康保険または埼玉県後期高齢者医療制度にご加入の方へ 特定健康診査等(個別健診)のお知らせ



個別健診が6月から実施されます！

対象となる方には5月中旬に受診券を発送予定です(申込不要)。

特定健康診査等(集団健診)を受診できなかった方も、ご自身の健康管理のため、ぜひこの機会にご利用ください！

【個別健診受診の流れ】

- ①受診券が届いたら、実施期間内で健診希望日を決め、ご本人が受託医療機関へ直接ご予約ください。
(役場への連絡は不要です。受託医療機関の一覧は、受診券に同封しています。)
- ②健診当日、必ず受診券とマイナ保険証または資格確認書を持参し、予約した医療機関で受診してください。
※マイナ保険証…健康保険証の情報をひも付けしたマイナンバーカード
- ③約1か月後、役場から健診結果が送付されます。
※受診券が届かない場合は、健康保険課にお問合せください。

■対象者

- ①令和9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8年度集団健診(会場：こむぎっちテラス)を受診予定の方、または受診済の方
- ②令和8年度に予防検診(人間ドック)の費用補助を受けた方、または申請予定の方
- ③特定健康診査等の受診を希望しない旨のご連絡をいただいた方
- ④健診受診日時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、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

■日程 6月1日(月)～令和9年2月27日(土)

※一部の医療機関では開始日が異なる場合がありますので、ご注意ください。

■場所 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(身長・体重・腹囲)・診察・問診

■健診費用 無料

■持ち物

受診券(個別健診用)、マイナ保険証または資格確認書

■問合せ…健康保険課医療年金係 ☎35-1222



休日(日)の医療機関はこちらへ

5月 保健センター予定表 ☎33-2550

- 18日(月) 2歳6か月児歯科検診
- 18日(月) 赤ちゃん相談、ベビーマッサージ&ヨガ講座
- 19日(火) 1歳6か月児健康診査
- 20日(水) 3歳6か月児健康診査
- 25日(月) 3・4か月児健康診査
- 26日(火) 7・8か月児健康診査
- 27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。

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)

※マイナ保険証または資格確認書を持参してください

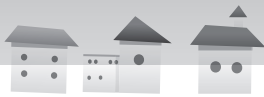
※夜間の診療は午後9時45分までに受付をしてください。

※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。

5月10日(日)	関根内科外科医院	☎77-7667
5月17日(日)	千田医院	☎76-0041
5月24日(日)	はにぼんクリニック	☎22-3596
5月31日(日)	昭和産婦人科	☎22-2025
6月7日(日)	高山整形外科	☎22-3245



長幡公民館

申込先・問合せ【☎ 34 - 1725】

料理教室

「ふんわり！ シフォンケーキ作り教室」

日 時…5月14日(木) 午前9時から
場 所…長幡公民館 創作活動室
参加費…800円
定 員…6名
持ち物…エプロン、三角巾、マスク、飲み物
申 込…電話にて長幡公民館へ

長幡公民館・児童館共催事業

長幡こどもクッキング 「おまんじゅうを作ろう」

日 時…5月19日(火) 午後3時30分から
場 所…長幡公民館 創作活動室
対 象…小学生 参加費…無料
定 員…8名
持ち物…エプロン、三角巾、マスク
申 込…5月7日(木)、午前9時から電話にて
長幡児童館へ【☎ 35 - 3541】



第1回グラウンドゴルフ大会

日 時…6月12日(金) 午前8時30分から
※予備日6月19日(金)
場 所…宮多目的広場サッカー場
※現地集合になります。
参加費…200円
持ち物…クラブ（無くても大丈夫です）
飲み物、汗拭きタオル等
申 込…電話にて長幡公民館へ

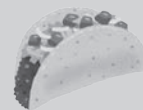
賀美公民館

申込先・問合せ【☎ 34 - 1724】

料理教室

「メキシコ料理 タコス」

日 時…5月29日(金) 午前10時から
場 所…賀美公民館 給食室
参加費…1,000円
講 師…坂西 ロレナ 氏 定 員…12名
持ち物…エプロン、三角巾、マスク、飲み物
申 込…電話にて賀美公民館へ



学びとふれあい教室

パッチワーク教室（全5回）刺繍ポーチ ～刺繍で彩る私だけのお気に入り～

日 時…6月5日、12日、19日、26日、
7月3日の毎週金曜日 午前10時から
場 所…賀美公民館 2階集会室A
材料費…3,000円
講 師…湯本 晴枝 氏 定 員…12名
持ち物…裁縫道具、筆記用具、飲み物
申 込…電話にて賀美公民館へ



元気教室

「関節の動きをなめらかにする運動」

日 時…6月9日(火) 午前10時から
場 所…賀美公民館 2階集会室A
参加費…無料 講 師…新井 恵子 氏
定 員…20名
持ち物…飲み物、タオル、室内用シューズ
申 込…電話にて賀美公民館へ

七本木公民館

申込先・問合せ【☎ 34 - 1726】

山の名前、花の名前

日 時…5月19日(火) 午後2時から
場 所…七本木公民館 ホールA・B
参加費…無料 講 師…岡村 英樹 氏
定 員…20名
申 込…電話にて七本木公民館へ

せせらぎ大学

第1回グラウンドゴルフ大会

日 時…6月9日(火) 午前8時から
(予備日：6月11日(木))
※役員の方は午前7時45分
場 所…堤調節池グラウンド
持ち物…飲み物、タオル、帽子、道具
申 込…各地区老人クラブ役員または直接公民館へ
※メンバー表の提出は5月29日(金)まで

上里東公民館

申込先・問合せ【☎34-1041】

八べえさんの昭和トークショー せいたろうさんのサックス演奏

日時…6月3日(水) 午後1時30分から
場所…上里東公民館 学習室
参加費…無料
講師…呑気亭八べえ氏 せいたろう氏
定員…30名
申込…5月29日(金)までに電話にて上里東公民館へ

親子体験学習「さつまいも苗植え」 (上里東地域児童対象：保護者同伴)

日時…6月20日(土) 午後3時から
雨天の場合6月21日(日) 午後3時から
場所…地図は東公民館にて配布します。
参加費…300円 定員…15名
持ち物…タオル、軍手、長靴、飲み物など
申込…6月5日(金)までに電話にて上里東公民館へ

神保原公民館

申込先・問合せ【☎34-1727】

毎日の暮らしを快適にする片付け講座

思わず試したくなる実践アイデアがいっぱい！
プロ目線の片付け術で暮らしがもっと快適に。

日時…5月29日(金) 午前10時から
場所…神保原公民館 ふれあいホール
参加費…無料 講師…大塚 高男氏
定員…20名 申込…電話にて神保原公民館へ

3B体操見学・体験会

運動が苦手な方や体力に自信がない方でも安心して
楽しめる健康体操です。

日時…6月1日(月) 午前10時から
場所…神保原公民館 ふれあいホール
参加費…無料 講師…岡本 幸代氏
定員…20名(先着順)
持ち物…タオル、飲み物、運動靴
申込…電話にて神保原公民館へ

まちのわだい

～春の上里路を力走～ 第32回上里町乾武マラソン大会を開催

3月29日(日)、第32回上里町乾武マラソン大会が神保原小学校を主会場として開催されました。町内外より837名のランナーがエントリーし、汗ばむほどの陽気の中、菜の花が咲くコースを駆け抜けました。

ゲストランナーには、バラエティ番組で活躍されご存じの方も多い、ノッチ(デンジャラス)さんを迎え、10kmの部に参加していただきました。

また、区長会や地元住民の皆さまの温かい声援をはじめ、恒例のオフクロ汁・麦茶の無料サービスコーナーや、出店ブースも好評でした。

なお、今大会の開催にあたり、ボランティア役員をはじめ、ご協力いただきました多くの皆さまに感謝申し上げます。



第36回上里町チャリティーゴルフ夏の大会

日時 6月17日(水)

会場 上里ゴルフ場

問合せ・申込先

競技方法 新ペリア方式

定員 45組 180名(先着順)

上里町ゴルフ協会事務局
(生涯学習課内)

参加費 6,500円(18歳未満3,000円)
(プレー費・食事代含む、大会当日受付にて支払)

※会員以外の方は、別途入会金1,000円が必要になります。

【☎35-1245】

申込

【一斉受付】5月24日(日) 午前10時～午後2時 上里町役場町民ホール
【随時受付】5月29日(金)までに生涯学習課へ



おしらせ コーナー

教室・講座・催し

第30回レクリエーションフェスティバル

民踊・ダンスの披露を見て楽しみ、皆さんも一緒に参加してみよう。
ご家族やお友達をお誘いあわせの上、ぜひお越しください。

日時：6月6日(土)、午後1時30分から

会場：多目的スポーツホール

内容：レッツダンス大会
(民踊・社交ダンス)

費用：無料

問合せ：レクリエーション協会事務局(生涯学習課内)

☎35-1245



上里町シルバー人材センター「お仕事説明会」

60歳を過ぎてからの生活を豊かに過ごすために、シルバー人材センターの会員

になりませんか。健康で、働く意欲のある方を大募集しています。

『お仕事説明会』では、どのような仕事があるのか、会員になるための手続きはどうか、どうすればよいのか等、わかりやすくご説明いたします。まずはお気軽に、ご参加ください。

日時：5月12日(火)、午後1時30分から

会場：上里町シルバー人材センター(上里町大字神保原町1401)

問合せ：上里町シルバー人材センター ☎33-4231



生活

5月12日は

「民生委員・児童委員の日」
「支えあう住みよい
社会地域から」

民生委員は、「民生委員法」により、地域福祉を推進する無報酬のボランティアで、厚生労働大臣の委嘱を受けた県の非常勤特別職の地方公務員です。児童福祉法により児童委員を兼ねることが定められており、一般的には民生委員・児童

委員または民生児童委員とも呼ばれています。

住民の生活上のさまざまな相談に応じ、行政をはじめ適切な支援やサービスへの「つなぎ役」としての役割を果たすとともに、高齢者や障害者世帯などの見守りや安否確認などを行います。

なお、民生委員・児童委員の中に、子どもや子育てに関する支援を専門に担当する主任児童委員がいます。相談内容の秘密は固く守られますので、悩みごとや心配ごとなどがありましたら、お気軽にご相談ください。

問合せ：町民福祉課社会福祉係 ☎35-1224



賀美小学校PTA資源回収のお知らせ

日時：5月16日(土)、午前8時30分から(小雨決行)

※延期の場合は5月17日(日)

回収品：新聞、雑誌、段ボール

回収方法：PTA役員が回収に伺います。

※回収品は、午前8時までに道路に面したわかりやすい場所に出しておいてください。

※金下、堀込、原、黛地区の方は回収場所をごみ収集所に掲示してありますのでご確認ください。

問合せ：賀美小学校 ☎33-0026



七本木小学校資源回収のお知らせ

日時：5月9日(土)・10日(日) 午前8時～午後4時(雨天決行)

場所：七本木小学校校庭(出入口は南東門)

※搬入の際は、交通事故等に十分注意してください。

回収品：新聞、雑誌、段ボール、アルミ缶、牛乳パック

※スチール缶、空きビン、古布等は回収できません。

回収方法：自家用車等で校庭へ直接搬入し、所定のコンテナへお入れください。

※PTA役員等による回収はありません。

問合せ：七本木小学校 ☎33-0544



上里町の皆様へ ちようたい

泊まる埼玉

温泉マーク発祥地

列車でらくらく乗換1回 車でお気軽アクセス

会いに来て! あつた

シークレット限定プラン
◀こちらからお申し込みください

軽井沢東 磯部温泉 名切雀のお宿

ホテル磯部ガーデン

TEL.027-385-0085 群馬県安中市磯部 1-12-5

JR/高崎駅 ▶乗換 磯部駅徒歩5分【送迎要連絡】車/松井田妙義ICより10分

いつか、その時のために

無料
事前相談

さいれい聖苑

神川ホール/神川町植竹647-1
本庄ホール/本庄市見福2-18-7
TEL.0495-77-7310

広告

5月1日から6月30日
は「不正大麻・けし撲滅運動」期間です

大麻の不正な栽培、所持や乱用は犯罪です。また、「けし」には法律で栽培が禁止されている種類があります。特に大麻は「海外では合法化されているから害がない」などといった誤った情報が流布され、若年層への乱用の拡大が懸念されています。正しい情報を知り、自分の身を守りましょう。

大麻や栽培してはいけない「けし」を発見したら、最寄りの県保健所までご連絡ください。

問合せ：本庄保健所【☎22-6481】

埼玉県内市町村職員採用合同説明会を開催します

彩の国さいたまづくり広域連合では、より多くの方に市町村職員採用試験等を受験してもらうことを目的に「埼玉県内市町村職員採用合同説明会」を開催します。

日時：6月30日(火)、7月1日(水)、午後1時30分～5時30分

会場：さいたまスーパーアリーナ 展示ホール(さいたま市中央区)

申込：事前申込制、6月23日(火)までに広域連合ホームページの「SAITAMA

市町村職員採用NAVI(採用ナビ)から申込

問合せ：(彩の国さいたまづくり広域連合) 人材開発グループ 市町村職員担当【☎0481-6641-6684】

▲SAITAMA 市町村職員採用NAVI

県立熊谷高等技術専門学校
(自動車整備科・建築科・機械科) オープンキャンパス

日時：5月23日(土)、午前9時から正午

場所：熊谷高等技術専門学校

対象：当校に興味のある方、家族や友人との参加可。

内容：実習体験、概要説明

申込：実施日前日までに左記二次元コードから申込

問合せ：熊谷高等技術専門学校【☎0481-5321-6559】

▲申込二次元コード(県HP)

埼玉県立本庄特別支援学校 学校説明会

日時：6月15日(月)、午前9時40分から11時55分

場所：埼玉県立本庄特別支援学校

対象：本校への就学、入学

または転学を希望する幼児児童生徒およびその保護者・関係者、地域や関係機関の方々

内容：学校説明および授業参観

申込：事前申込制、左記二次元コード「学校説明会」をご覧ください。お申込みください。

問合せ：埼玉県立本庄特別支援学校【☎241-3747】

「本庄早稲田塾」ISO9001基礎研修

日時：6月18日(木)、午前9時30分～午後4時30分

会場：早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター

講師：菅生 雅臣 氏

対象：ISOに携わる方、ISOの全体概要をつかみたい方など

定員：30人(先着順)

費用：9000円(テキストト代含む)

申込：6月15日(月)までに、電話または左記二次元コードから申込

問合せ：(公財)本庄早稲田国際リサーチパーク【☎241-7455】

▲本庄早稲田国際リサーチパークHP

自衛官等採用試験

募集種目：技術曹(第1回)

受付期間：5月15日(金)まで

受験資格：20歳以上の者で国家免許資格取得者(採用予定月の1日現在)

試験期日

- 【陸】6月8日(月)・9日(火)
- 【海】6月12日(金)または15日(月)
- 【空】6月15日(月)

合格発表：7月23日(木)

募集種目：2等陸・海・空士(任期制自衛官)

受付期間：年間通じて行っています。

受験資格：18歳以上33歳未満の方(32歳の方は採用予定月の末日現在、33歳に達していない方)

試験期日

受付時または地方協力本部のホームページにてお知らせします。

合格発表

試験時にお知らせします。

※一部期日等変更がある場合がございます。詳細はお問い合わせください。

問合せ：自衛隊埼玉地方協力本部熊谷地域事務所【☎0481-5221-4855】

▲自本部衛隊埼玉地方協力公 式HP

シニア活躍中!!
☆パート社員の募集です☆

仕事 賃貸物件(リフォーム)のサポート業務

資格 高卒以上、要普通運転免許

給与 1,300円(時給) **待遇** 交通費規定内支給

時間 9:00~17:00(週3日程度) **応募** お気軽にお電話ください

休日 水・日・祝他・年末年始・GW・お盆 (採用係)

株式会社大橋 埼玉県知事免許(8)第16352号 ☎0495-33-2266

上里町七本木2368-4 営業時間 10:00~18:30(水曜定休)

キリン不動産

植村学習塾 (小5~中3) ★上里北中エリア限定

- ・新年度生募集(新小5・6、新中1・2・3) 3月開講
- ・北中で上位を目指したい方に最適・5教科総合指導
- ・小学：算数・国語(読解力養成) 充実!
- ・小6英語(書き・基礎文法)を習得!

「塾ナビ」、「エキテン」サイトに掲載中

Twitter #植村塾

TEL 090-4922-1060 (ショートメール対応可)

教室：神保原町 433-4 おかげさまで 35周年

広告