

かみさと「くらし応援」商品券の 利用期限が迫っています

かみさと「くらし応援」商品券(1人4,000円)の使用期間は、6月30日(火)までとなっています。
お忘れなくご使用ください。

事業内容

- **対象世帯**…令和8年2月1日時点において、町内に住民基本台帳上の住所登録のある方
- **金額**…1冊(1人)あたり額面4,000円(500円券8枚綴)
- **配布方法**…3月下旬頃に世帯主様あてに発送済です。
- **利用期間**…4月1日(水)～6月30日(火)
※利用期間を経過した商品券は無効となりますのでご注意ください。
- **商品券の利用ができる商店等**
町ホームページ、商工会ホームページで利用店舗をご覧ください。



▲町ホームページ



▲商工会
ホームページ

問合せ…地域活力創造課活力創造係【☎35-1235】

「上里町中学生学力アップ教室学習支援員」募集

仕事内容…上里町内中学校に在籍する中学3年生に対して、学校の宿題ならびに学校での学習に係る予習および復習の支援を行う。学習支援で取り扱う教科は、国語、数学、英語、社会、理科。

応募要件…教職を志望している大学生・大学院生または教員免許を取得している方が望ましい。

申込…6月1日(月)から

勤務条件…7月1日から令和9年3月31日の間で、教育委員会が指定する日
※週2日を基本とし、時間は午後5時から7時までの1日2時間
※時給1,500円(交通費の支給なし)

応募方法…希望する方は上里町教育委員会に連絡してください。後日面接を行います。

問合せ…教育委員会教育指導課指導係【☎35-1247】

上里町社会福祉協議会から子育て世帯食糧支援事業のお知らせ

真夏のフードパントリーを開催します

町民や企業の皆さまからのご寄付により集まった食品などを夏休み中の子どもたちの食費軽減のため対象の方へ無料で配布します。

期 日…7月25日(土)、午後1時～3時

会 場…上里町役場1階 町民ホール(上里町大字七本木5518)

対象者…①ひとり親世帯のうち、**児童扶養手当を受給している世帯の方**

②**就学援助を受けている世帯の方**

③18歳以下の子どもが**4人以上いる世帯の方**

町内在住の方のうち、令和8年6月1日現在で①～③のいずれかに該当し、
当日会場に受け取りに来られる方(生活保護世帯は除く)

定 員…80世帯分 **配布物**…レトルト食品・お米・乾麺など

申 込…6月1日(月)午前9時から6月19日(金)午後4時30分までに
右記申込フォームまたは所定の申込用紙にて申込み

申込み者多数の場合は、抽選となります。

問合せ…上里町社会福祉協議会【☎33-4232】

町民および企業の皆さまからの
食品のご寄付も募集しています!
(賞味期限が2か月以上あるもの)



▲申込フォーム



年金からの天引き（特別徴収制度）について

介護保険料・国民健康保険税・住民税・後期高齢者医療保険料を年金から天引きする場合、年金の種類や年金額によって一定の制限があります。

①介護保険料

65歳以上の方のうち、老齢もしくは退職（※1）、障害または死亡を支給事由とする年金受給者であって、年間の支給額が18万円以上の方。

②国民健康保険税（※2）

65歳以上75歳未満の方のうち、老齢もしくは退職（※1）、障害または死亡を支給事由とする年金受給者であって、年間の支給額が18万円以上の方。

なお、国民健康保険税と介護保険料の合計額が、各支払期に支払われる特別徴収対象年金額の2分の1を超える場合、国民健康保険税は特別徴収の対象とはなりません。

③住民税（※2）

65歳以上の方のうち、老齢もしくは退職（※1）を支給事由とする年金受給者であって、年間の支給額が18万円以上の方。

④後期高齢者医療保険料（※2）

75歳以上の方もしくは65歳以上75歳未満で後期高齢者医療保険制度に該当する方のうち、老齢もしくは退職（※1）、障害または死亡を支給事由とする年金受給者であって、年間の支給額が18万円以上の方。

なお、後期高齢者医療保険料と介護保険料の合計額が、各支払期に支払われる特別徴収対象年金額の2分の1を超える場合、後期高齢者医療保険料は特別徴収の対象とはなりません。

（※1）老齢基礎年金もしくは旧法制度による老齢年金・退職年金を指します。また、老齢厚生年金は天引きの対象とはなりません。
（※2）介護保険料が天引きされていることが前提条件となります。

問合せ

年金に関すること

▪ねんきんダイヤル 【☎0570-05-1165】

▪050から始まる電話でおかけになる場合 【☎03-6700-1165】

介護保険料に関すること…高齢者いきいき課高齢介護係 【☎35-1243】

国民健康保険税・住民税に関すること…税務課住民税係 【☎35-1220】

後期高齢者医療保険料に関すること…健康保険課医療年金係 【☎35-1222】



年金についてのお問い合わせ

年金に関する手続きや相談を希望される方は、ぜひ、「ねんきんダイヤル」「ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル」にご連絡ください。なお、ご連絡の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。

「ねんきんダイヤル」

0570-05-1165 (ナビダイヤル)

050で始まる電話でおかけになる場合は

03-6700-1165 (一般電話)

「ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号」

0570-058-555 (ナビダイヤル)

050で始まる電話でおかけになる場合は

03-6700-1144 (一般電話)

受付時間

月曜日 午前8時30分～午後7時

火～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

第2土曜日 午前9時30分～午後4時

受付時間

月曜日 午前8時30分～午後7時

火～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

第2土曜日 午前9時30分～午後4時



※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

ご存知ですか？ 成年後見制度

問合せ
高齢者いきいき課
地域包括支援係【☎35 - 1243】

認知症や障害などで判断能力が十分でない人が、財産管理や日常生活等の契約を行うときに不利益を被ったり、悪徳商法の被害にあったりする場合があります。このように自分で判断して行うことが難しい方を保護・支援する制度として成年後見制度があります。成年後見制度は大きく分けると次の二つがあります。

法定後見制度(判断能力が十分でない場合)

判断能力の程度により「後見」「保佐」「補助」の類型があります。家庭裁判所より選任された後見人等(成年後見人、保佐人、補助人)が本人の意思を尊重しながら、本人の生活に必要な契約の代理、本人のみで行った不利益な契約の取り消し、財産管理を行います。

任意後見制度(判断能力が十分でなくなる前に)

将来、判断能力が十分でなくなったときに備え、本人と頼みたい人との間で何を頼みたいか話し合い、その内容を公正証書にしておきます。判断能力が十分でなくなったときに、家庭裁判所に申立て、任意後見監督人が選任されると任意後見人制度の支援が開始されます。

成年後見相談ダイヤルをご活用ください

フリーダイヤル 0120-162-166 ◎受付時間…平日、午前9時～午後5時まで

※つながらない場合は0495-71-6433にお電話ください。

成年後見制度に関する相談を電話にて受け付けています。

※上里町・美里町・神川町に在住の方、もしくはご家族が在住している方がご利用できます。

※係争中の案件に関するご相談には対応できません。

※ご相談いただいた内容や個人情報は適正に管理いたしますので、第三者に漏れる心配はありません。

相談
無料

いきいきラウンジからのお知らせ

ラウンジジム使い方講座

運動器具の効果的な使い方を指導します。

日 時…6月17日(水)

- ①午前9時30分～9時55分(初心者向け)
- ②午前10時～10時25分(経験者向け)
- ③午前10時30分～10時55分(経験者向け)

講 師…スポーツインストラクター 入 美由紀 氏

持ち物…運動靴、運動しやすい服装、水分補給用飲料、
ラウンジジム利用登録証

定 員…各回10名(先着順)

申 込…6月8日(月)、午前9時から申込フォームまたは
いきいきラウンジ窓口まで



▲申込フォーム

～多世代交流事業～ 高校生軽音部による演奏会

軽音部の高校生による演奏会を行います。どなたでもお楽しみいただけますので、ぜひ皆さまでお誘い合わせのうえお越しください。

日 時…6月17日(水)

午後1時30分から

※申込不要



～明治安田生命保険相互会社協働事業～ 健康マーじゃん教室

脳のさまざまな部位が活性化し、脳トレ効果が期待できると言われている健康マーじゃん。初めて牌に触る方を対象とした講座です。経験がある方・最初の基礎から学び直したい方も歓迎です！

日 時…7月1日(水)、午後1時30分～3時30分

定 員…24名(先着順)

申 込…6月12日(金)、午前9時から
申込フォームまたは
いきいきラウンジ窓口まで



▲申込フォーム

イスヨガ&アロマセラピー講座

認知症予防に注目される「ラベンダー」の香りとともに、イスヨガで無理なく心身をケアしましょう！

日 時…7月6日(月)、午前10時から

講 師…ヨガ講師 小笠原汰樺子 氏
アロマセラピスト 常木あかね氏

定 員…15名(先着順)

持ち物…ヨガマット、水分補給用飲料、タオル

費 用…500円(アロマオイル代・当日集金)

申 込…6月15日(月)、午前9時から
申込フォームまたは
いきいきラウンジ窓口まで



▲申込フォーム

問合せ…高齢者いきいき課高齢介護係【☎35 - 1243】

地域包括支援センター 通信

難聴と認知症について ～60歳後半で3人に1人。75歳以上で半数が難聴に悩んでいます！～

難聴があるとコミュニケーションに支障が出たり、車の音が聞こえない等の生活の中で危険が生じる可能性があります。また、言葉を聴き理解して対応する行為は、脳のさまざまな機能を利用しています。難聴があるとそれがスムーズに行われなくなるため、近年、難聴は認知症の危険因子として注目されています。

～そのままにしない！加齢性難聴のリスク～

- ◎人とのコミュニケーションが図りにくくなり、自信が低下し、孤立してしまう心配！
 - ◎車の音や災害時の緊急警報などが聞き取れず、危険なことも！
 - ◎難聴を放置することで、脳の機能が低下し、認知症のリスクも！
- ※軽度難聴でも認知症リスクは 1.2 倍、中度以上では 1.6 倍になると言われています。
(日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会より)



～聞こえのセルフチェックをしてみよう～

聞こえチェック (一般社団法人日本補聴器販売店協会より)	結果説明
①会話をしているときに聞き返すことがよくある	【0個】 現在、聞こえの問題はなさそうです。 【1～2個】 実生活でお困りのことがあれば、耳鼻咽喉科を受診しましょう。 【3～4個】 耳鼻咽喉科で相談してみましょう。 【5個以上】 早めに耳鼻咽喉科を受診することをおすすめします。
②後ろから呼びかけられていると気づかないことがある	
③聞き間違いが多い	
④見えないところからの車の接近に全く気づかないことがある	
⑤話し声が大きいといわれる	
⑥電子レンジなどの電子音が聞こえない	
⑦耳鳴りがある	

～加齢性難聴を予防するために～

加齢性難聴は老化現象の一つであるため誰にでも起こりえます。しかし、進行を遅らせる、加齢以外の原因を避けるという意味での予防は可能です。

★耳に優しい生活を！

- ・大音量でテレビを見たり音楽を聴いたりしない
- ・騒音下で仕事をしている方は耳栓をする
- ・騒音などの大きな音が常に出ている場所は避ける
- ・静かな場所で耳を休ませる時間を作る

★老化を遅らせるための生活習慣の見直し！

- ・生活習慣病の管理
- ・適度な運動
- ・栄養バランスの取れた食事
- ・規則正しい睡眠
- ・禁煙

★早期発見、早期治療のために定期的に耳鼻咽喉科の受診を！

- ・あれと思ったら耳鼻咽喉科で聞こえの検査
- ・早期に補聴器で聞こえをサポート



※補聴器購入補助事業も実施しています。詳しくは町ホームページまたは広報4月号をご確認ください。

上里町地域包括支援センター(高齢者いきいき課内) ☎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】

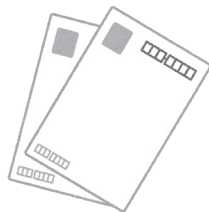
◆5月7日からがん個別検診が始まっています！

受診希望の方は、いずれかの方法で申込みをしてください。

- ①検診申込フォーム (24時間受付可能)
- ②健康ガイドブック巻末はがき (広報3月号と同時配布済み)



▲検診申込
フォーム



／ 検診費用は無料です ／

(胃内視鏡検査は除く)

- ①または②のお申込みが難しい場合は
電話でも受け付けます。
(午前8時30分～午後5時15分)



【本庄市児玉郡内指定医療機関で受けられる個別検診】 ※年齢基準日：令和9年3月31日

検診の種類	対象者	検査内容	実施期間
胃がん ※自己負担 (3,000円)あり	50～74歳の偶数年齢の男女	胃内視鏡検査	令和8年5月～ 令和9年3月
子宮頸がん	20歳以上の女性	問診・診察・細胞診	
乳がん	40歳以上の女性 (30～39歳の方も可) (30～39歳の方は医師診察があります)	問診・マンモグラフィ (30～39歳の方は医師の診察もあり)	
大腸がん	40歳以上の男女 (30～39歳の方も可)	問診・便潜血反応	
前立腺がん	40歳以上の男性 (30～39歳の方も可)	血液検査	
胃がんリスク (ABC検査)	40～70歳の5歳刻みの男女 ※申込不要。 対象者の方には受診券を送付します。	血液検査	

「からだ改革塾2026」 スタート講座&体力測定会 ～マンスリーチャレンジでさらなる私へ～

日時…6月25日(木) 午前の部：10時～正午
午後の部：1時30分～3時30分
会場…上里町保健センター (こむぎっちテラス1階)
対象…上里町在住の運動制限のない方
※原則、11月20日(金)の体力測定会にも
ご参加いただける方を条件とします。
内容…①講座「からだ改革塾2026」スタート講座
②マンスリーチャレンジ～食事編～
③体力測定「自分のからだを知ろう」
申込…6月19日(金)までに電話申込
各部先着30名(計60名)でメ切。
健康ポイント…100ポイント
申込先…上里町保健センター
【☎33-2550】
※録画配信はありません。



～もぐもぐ×のびのびウェルネスひろば～ 親子健康教室

日時…7月11日(土) 午前10時～正午
会場…上里町保健センター (こむぎっちテラス1階)
対象…未就学児 (3歳～6歳) と保護者
内容…①食育ミニゲーム
②楽しく親子でエクササイズ
講師…スポーツインストラクター入 美由紀 氏
保健センター職員
定員…先着20組 (定員になり次第メ切)
持ち物…動きやすい服装・靴、水分補給用の飲料、
フェイスタオル2組
※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…7月3日(金)までに下記申込フォームから申込
健康ポイント…100ポイント
申込先…上里町保健センター
【☎33-2550】



▲申込フォーム



◆小児慢性特定疾病医療費支給継続申請の受付を開始します

対象…現在、受給者証をお持ちで引き続き治療が必要な20歳未満の方の保護者

期間…6月8日(月)～7月31日(金) (土・日・祝日は除く)

場所…各県保健所

持ち物…申請書、医療意見書、加入医療保険の資格確認書等の写し、受給者の加入する公的医療保険(健康保険)の被保険者の市町村・県民税課税(非課税)証明書(税額・所得金額が記載されたもの)など
 ※お持ちの受給者証に記載の住所地を管轄する保健所から、申請に必要な書類についてのご案内が郵送されます。(医療意見書は同封しません。指定医に依頼してください)

問合せ…本庄保健所【☎22-6481】



上里町国民健康保険 埼玉県後期高齢者医療制度ご加入の方へ 今年度の健康診査【集団】の 受付は終了しました

40歳以上の国民健康保険加入者および埼玉県後期高齢者医療制度加入者を対象に町で実施している健康診査【集団】は、全ての日程において定員に達したため、受付を終了しました。6月から健康診査【個別】を各受託医療機関において実施していますので、ぜひご利用ください。(詳細は広報5月号をご覧ください)

対象の方へ5月中旬に健康診査【個別】受診券を発送しています。受診券がお手元にない方は、ご連絡ください。

問合せ
健康保険課医療年金係
【☎35-1222】



令和8年度健康長寿歯科健診を受けましょう!

埼玉県後期高齢者医療広域連合では、今年度中に76歳または81歳になられた被保険者を対象として、健康長寿歯科健診を実施します。

お口の健康は、全身の健康につながります。疾病の予防や健康増進のため、ぜひ受診してください。

■対象者

次のいずれかに該当し、後期高齢者医療資格確認書をお持ちの方

- ①昭和25年4月2日から昭和26年4月1日までに生まれた方
- ②昭和20年4月2日から昭和21年4月1日までに生まれた方

■実施期間

7月1日から令和9年1月31日まで

■その他

申込手続等の詳細は、6月下旬に送付する受診案内をご覧ください。

■問合せ

健康長寿歯科健診コールセンター【☎0120-982-865】

休日^①の医療機関はこちらへ

6月 保健センター予定表 ☎33-2550

- 15日(月) 赤ちゃん相談、ベビーマッサージ&ヨガ講座
- 15日(月) 2歳6か月児歯科検診
- 22日(月) 3・4か月児健康診査
- 23日(火) 7・8か月児健康診査
- 24日(水) 5歳児健康相談
- 26日(金) 1歳6か月児健康診査
- 29日(月) 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。

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。

6月 7日(日)	高山整形外科	☎22-3245
6月 14日(日)	田所医院	☎22-3445
6月 21日(日)	辻クリニック	☎35-1116
6月 28日(日)	寺坂医院	☎22-3343
7月 5日(日)	本庄脳神経外科・脊椎外科	☎22-3245