

「上里ゴルフ場いきいきフェスタ」開催!



ゴルフ場で
遊べるよ!

親子でゴルフ教室!

健康セルフケア体験!

お弁当を持ってピクニック!

10月17日(土)(雨天中止)

午前9時(開会式)～午後3時

上里ゴルフ場を一般開放し健康増進イベントやゴルフイベントを開催します。
多くの皆様のご来場をお待ちしております。

健康増進イベント

○健康講座 ①番ホール (当日受付・先着各回20名)

[第1回] 午前10時30分～11時30分

[第2回] 午後1時30分～2時30分

疲れにくい歩き方・セルフケア体験教室を行います。 ※動きやすい服装でご来場ください。

○ピクニックフリースペース ①番ホール(自由使用) 午前9時～午後2時30分

お弁当を持参して芝生でのピクニックなどお楽しみください。やきそばなどの軽食販売もあります。

※火気は厳禁です。また、ペットの連れ込みはご遠慮ください。

○ターゲットバードゴルフ体験教室 ③番ホール(当日受付・先着20名) 午前10時～午後2時

上里町ターゲットバードゴルフ協会による体験教室を行います。 ※クラブ貸出可能

ゴルフイベント

○ワンオンチャレンジ ⑬番ホール(当日受付・先着30名) 午前10時～午後2時

見事ワンオンできた方には記念品を差し上げます。 ※クラブ貸出可能

【ほかにも多数のイベントを用意しています。
詳しくは下記にお問い合わせいただくか、町ホームページをご覧ください。】



問合せ…上里ゴルフ場 上里町大字黛95番地【☎33-1155】 まち整備環境課都市計画係【☎35-1227】

勝場地区で

「こむぎっち ちよっくら健康体操」が

始まりました！



勝場地区では出前講座（同ページ下の記事参照）を実施し、地域で元気に暮らしていくための取り組みとして、9月12日から勝場公会堂で「こむぎっち ちよっくら健康体操」に取り組みことになりました。

初回は理学療法士と町の養成講座を修了した「元気ちよっくらサポーター」で参加者の体力測定を行いました。参加者は今後、「元気ちよっくらサポーター」と一緒に毎週体操に取り組み、元気なからだづくりを目指します。

高齢者いきいき課は高齢になっても元気に暮らせる地域づくりのお手伝いをしています。今年度、勝場地区に続き内出、西原町、五丁目も地域で「こむぎっち ちよっくら健康体操」に取り組みます。

「こむぎっち ちよっくら健康体操」に興味がある方は、高齢者いきいき課へぜひご連絡ください。

「こむぎっち ちよっくら健康体操」とは…

筋力をつける体操です。筋力がつくことで体を楽に動かすことができます。また転倒しにくくなり、骨を折って寝たきりになることを防ぎます。椅子に腰かけたまま、ゆっくり動かす体操ですので、体力に自信のない方や押し車をお使いの方も参加できます。



「こむぎっち ちよっくら健康体操」体験者に聞きました



普段、体操はしませんがやってみたら気持ち良く、参加してよかったです。体力測定では、片足立ちが思ったよりできずバランスが悪いことがわかりました。今は、腰が痛くて腰を曲げるのが大変ですが、これから毎週体操に取り組んで改善していきたいと思えます。やはり継続することが大切だと思います。ここでは地域の人と顔もあわせられるので続けられそうです。

【参加者】清水常雄さん

参加者の皆さんは楽しそうにわきあいあいとやっていて良い雰囲気だったので、このまま続けていけると感じました。これから正しい体操の仕方を、わかりやすく伝えられるように工夫していきたいです。今後も地域の皆さんが気軽に参加できる、楽しい雰囲気づくりに努めていきたいです。参加者をもっと増やして、勝場のみんなで元気になれば良いと思っています。



【元気ちよっくらサポーター】
（左から）赤沼三枝子さん
松田喜代子さん・塚越友江さん

高齢者が元気で暮らせる町を目指して

「元気度アップ大作戦（出前講座）実施しています」

「自分の健康は自分で守る！～上里町元気度アップ大作戦～」をテーマに地域の公会堂や集会所で出前講座を実施しています。高齢者を取り巻く状況について説明後、地域で元気に暮らしていくためにどうしたらいいかを地域の皆さんと一緒に考えています。

すでに町内11行政区で出前講座を実施しています。あなたのお住まいの地域にもお伺いします。講座を希望される方はご連絡ください。



出前講座の様子

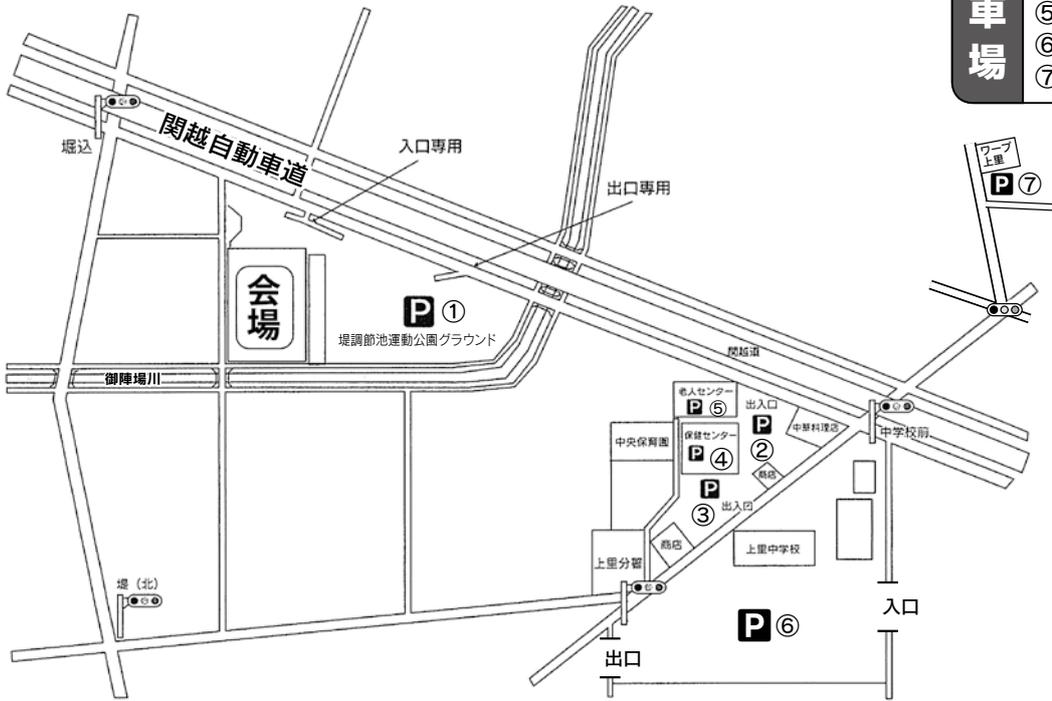
問合せ…高齢者いきいき課地域包括支援係 ☎35-1243

11月1日(日)
開 催

2015 かみさとふれあいまつり

(時間)午前10時～午後3時 (会場)堤調節池運動公園グラウンド

ふれあいまつり当日駐車場ののご案内



駐 車 場

- ①…堤調節池駐車場
- ②③④…保健センター駐車場
- ⑤…老人センター駐車場
- ⑥…上里中学校駐車場
- ⑦…ワープ上里駐車場

※⑥上里中学校および⑦ワープ上里と会場付近間でシャトルバスを運行します。①堤調節池駐車場は大変混み合いますので、できるだけ⑥上里中学校駐車場、⑦ワープ上里駐車場をご利用ください。

※⑥上里中学校駐車場の車両出入口は東側、出口は西側です。正門からは出入りできません。

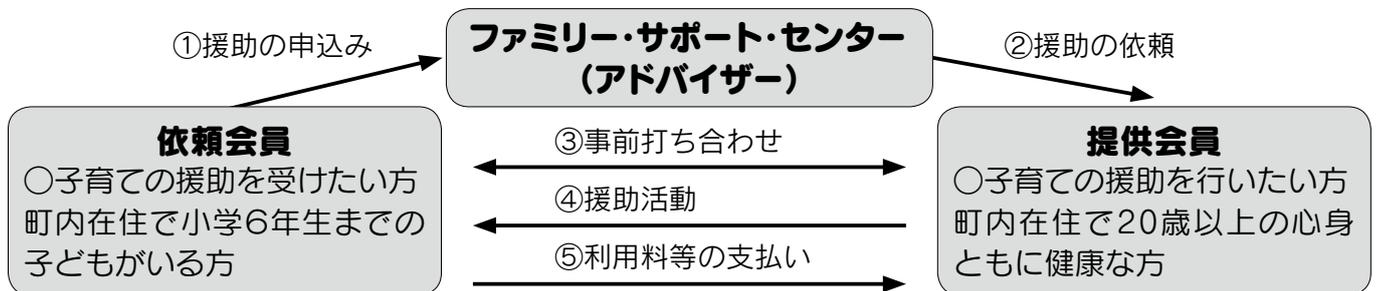
※雨天時は⑥上里中学校駐車場が上里町役場駐車場に変更となります。

- 【注意事項】会場付近での路上駐車は絶対にしないでください。
- 【お願い】駐車場の混雑が予想されますので、できるだけ徒歩・自転車でお越しください。また、車でお越しの場合は、乗り合わせにご協力ください。

問合せ…上里町コミュニティ企画実行委員会事務局(総合政策課内)【☎35-1238】

ファミリー・サポート・センター会員募集中

ファミリー・サポート・センターは、「子育ての手助けをして欲しい」「子育ての応援をしたい」という人たちが会員となり、一時的な育児の援助活動を有償で行うシステムです。ご利用には、会員登録が必要です。随時募集していますのでお気軽にご相談ください。



※依頼・提供会員の両要件を満たす方は「両方会員」となることもできます。

◆サービス利用料金

- ・平日午前7時～午後7時【1時間700円】
- ・平日午前7時～午後7時以外の時間【1時間800円】
- ・土日祝日および年末年始【終日1時間800円】

◆活動内容

- ・保育所や幼稚園、学校や塾等の送迎や、その前後の預かり
 - ・保護者の通院や冠婚葬祭の時など、一時援助が必要なときの預かり
- ※お子さんを預かる場合、原則として提供会員の自宅で預かります。また、宿泊を伴う活動は行っておりません。

問合せ…上里町社会福祉協議会【☎33-4232】

資源ごみの分別収集にご協力ください

上里町では、廃棄物の資源化、減量化をはかるため、行政区および資源ごみの集団回収を実施している団体に対し奨励補助金を交付しています。生活環境の保全のため、資源ごみの分別収集にご協力をお願いします。

10月8日(木)～23日(金)は 違反建築なくそう運動期間です

～ルール守って明るく住マイル～

○建築に関する法令等の説明会を開催します

日時…10月21日(水)、午後2時～4時

会場…本庄市役所6階・大会議室

対象…埼玉県民、建築関係者、行政職員など

内容…建築基準法の改正、空き家対策ほか

※参加費無料、事前申込不要

問合せ…熊谷建築安全センター監察担当

【☎048-533-8776】

使用済み小型家電の 回収を行います

日 時…10月25日(日)

午前9時～午後3時

会 場…町役場・東側駐車場

回収方法…利用者持参による

回収品目…調理家電・生活家電・AV機器・電話
パソコン・ゲーム機等



※小型のものについては、町役場・町民ホールに常設の回収ボックスでも回収を行っております。(30cm×15cmの投入口に入る物)

×回収できないもの

- ・家電リサイクル法対象機器
(テレビ・エアコン・冷蔵庫・洗濯機・衣類乾燥機)
- ・電球、蛍光灯、電池
- ・布や木製部分が含まれるもの(例:こたつ、木製枠のCDコンポ、電気カーペット等)

問合せ…まち整備環境課生活環境係【☎35-1226】

歳末慰問金配布を希望される世帯は 申請書の提出をお願いします

社会福祉協議会では、毎年12月歳末たすけあい運動の一環として、歳末慰問(慰問金の配布)を行っております。対象世帯で配布を希望される世帯は申請書の提出をお願いします。

対象…町内に住所を有する生活保護世帯を除く低所得世帯(町県民税非課税世帯)で、慰問金配布を希望される世帯

申請…申請書を11月16日(月)までに地区担当民生委員または社会福祉協議会へ提出

※申請書は、民生委員または社会福祉協議会で配布しています。

※慰問金の配布は配分委員会での決定後、12月下旬を予定しています。

問合せ…社会福祉協議会【☎33-4232】

生活困窮者自立支援制度

平成27年4月から生活困窮者の支援制度が始まりました。誰もが安心して自立した生活を送ることができるように、上里町に住んでいる人については「アスポート相談支援センター埼玉北部」が支援します。ひとりで悩まずに相談をしてください。また、生活困窮者は自らSOSを出すことができない場合があります。周りに困っている人がいたら相談先に情報提供をしてください。

対象…生活に困っている方、収入が少なく家計が厳しい方、将来が不安な方、仕事や住むところがない方、家族のことで悩んでいる方、社会に出るのが怖い方など

支援内容…自立相談支援、家計相談支援
就労準備支援、住宅確保給付金
学習支援

※相談無料、秘密厳守

相談先…アスポート相談支援センター埼玉北部

【☎048-577-6883】

問合せ…町民福祉課社会福祉係【☎35-1224】



平成28年度4月の保育所入所申込を受付します！

保育所の利用には、児童の保護者が「保育を必要とする事由」に該当し、町の認定を受ける必要があります。詳しくは「保育所入所申込のてびき(10月1日から配布)」をご覧ください。

認定・申込の手続きは？

配布・受付…10月1日(木)～30日(金)、午前9時～11時30分・午後1時15分～4時30分(土・日・祝日は除く)

提出先…子育て共生課子育て支援係(町役場1階)

提出書類…支給認定申請書兼保育所入所申込書、保育の必要性を証明する書類、そのほか状況に応じて必要な書類

入所の決定は？

保育の必要性があるかどうかを審査・認定した上で利用調整を行い、2月中旬ごろに決定します。希望者が多数の場合、希望の保育所に入所できない場合があります。

保育料の決定は？

保育料は、4～8月分は前年度の住民税額をもとに、9～3月分は当年度の税額をもとに算定します。詳細は町ホームページをご覧ください。

平成27年度途中入所の申込受付について

平成27年度途中入所(12月～平成28年3月)を希望する方についても、この受付期間中に申込をお願いします。

問合せ…子育て共生課子育て支援係【☎35-1236】

保育所名	定員	住所	電話番号
長幡保育園	60名	藤木戸145	33-0946
中央保育園	60名	七本木292	33-0004
萌美保育園	90名	金久保1560	33-0430
ひまわり保育園	130名	七本木3316-3	33-0352
安盛保育園	150名	神保原町263	33-8877
めぐみ保育園	90名	神保原町1016	33-3543
れいんぼー保育園※	30名	七本木3706-22	34-1951

※平成27年10月1日から開園となります。

長幡児童館 「親子体操教室」

日時…10月26日(月)・11月13日(金)

午前10時30分～11時30分【全2回】

会場…長幡児童館 **定員**…親子20組(先着順)

内容…親子でリズム体操やマット、手遊びなど

対象…幼稚園や保育園に入園前の幼児とその保護者

講師…立石明子氏 **費用**…無料

準備…動きやすい服装、上履き(素足でも可)、飲み物

申込…10月5日(月)から

申込先・問合せ…長幡児童館【☎35-3541】

～里親制度をご存じですか？～

10月は里親月間です

親の病気や死亡、育児放棄などにより家庭を失った子どもたちを家庭で受け入れ、育てているのが「里親」です。子どもたちの笑顔のために、あなたの力を貸してください。

◆里親入門講座

日時…11月1日(日)、午後1時30分～4時(午後1時から受付)

会場…羽生市民プラザ2階・206研修室

内容…①里親からの体験談②里親になるには?

申込先・問合せ…熊谷児童相談所【☎048-521-4152】

生涯骨太クッキング料理講習会

日時…11月11日(水)、午前10時～午後1時

会場…保健センター・調理実習室

内容…生活習慣病とロコモ予防

講師…中澤玲子氏(管理栄養士、食生活改善推進協議会)

費用…無料 **定員**…30名(先着順)

準備…筆記用具、エプロン、三角布(バンダナ)

申込…10月30日(金)まで

申込先・問合せ…保健センター【☎33-2550】

健康診査日程のお知らせ

日時…10月26日(月)・27日(火)、午後1時～2時まで受付

会場…ワープ上里(上里町総合文化センター)

対象…40歳以上の上里町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

費用…無料

申込先・問合せ…健康保険課医療年金係【☎35-1222】

国民年金についてお知らせ

「5年の後納制度」が開始されます

「5年の後納制度」は過去5年間に納め忘れた国民年金保険料を納付することができる仕組みです(本来、国民年金保険料は2年を経過すると時効により納付することができません)。

将来の年金額を増やすことができるこの後納制度は、平成27年10月1日から3年間限りの特例として開始されました。

なお、老齢基礎年金を受給している方などは、後納制度の利用はできません。

後納制度を利用するには申し込みが必要ですので、下記へお問い合わせ下さい。

申込先・問合せ

国民年金保険料専用ダイヤル【☎0570-011-050】

熊谷年金事務所【☎048-522-5012】

健康・子育てインフォメーション

保健センター予定表 ☎33-2550

10月	15日(木)	5歳児健康相談 ※対象児あて通知
	16日(金)	1歳6か月児健診(平成26年3月生まれ)
	19日(月)	3歳6か月児健診(平成24年3月生まれ)
	20日(火)	3・4か月児健診(平成27年6月生まれ)
	21日(水)	7・8か月児健診(平成27年2月生まれ)
	22日(木)	赤ちゃん相談 2歳6か月児歯科検診(平成25年3月生まれ)

※赤ちゃん相談の「個別相談」は予約制です。

休日の医療機関はこちらへ

① 休日急患診療所

【本庄市保健センター内 ☎23-3322】

診察科目…内科系疾患

診察時間…午前9時～ 正午
午後1時～ 4時
午後7時～ 10時

※健康保険証を持参してください。

② 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。

10月 4日(日)	鈴木外科医院	☎72-1235
10月 11日(日)	関根内科外科医院	☎77-7667
10月 12日(月)	はにぼんクリニック	☎22-3596
10月 18日(日)	千田医院	☎76-0041
10月 25日(日)	田所医院	☎22-3445
11月 1日(日)	昭和産婦人科	☎22-2025
11月 3日(火)	高山整形外科	☎22-3245

肝炎ウイルス検診のご案内

(予約制)

日時…10月26日(月)・27日(火)

午後2時30分～2時45分まで受付

会場…ワープ上里

対象…40歳以上

(平成28年3月31日現在)

※過去に肝炎ウイルス検診を受診されていない方、または肝炎の治療中ではない方が対象です。

内容…BおよびC型肝炎ウイルス検査

(血液検査)

費用…500円

※70歳以上・生活保護世帯の方は無料となります。

※町県民税非課税世帯の方は、事前(1週間前まで)の手続きで無料となります。

申込…10月16日(金)まで

申込先・問合せ…保健センター

【☎33-2550】

高齢者等の『インフルエンザ予防接種』

実施期間…10月1日(木)～平成28年2月29日(月)

対象…①65歳以上の方(昭和25年12月31日以前に生まれた方)

②60歳以上65歳未満の方(昭和26年1月1日～昭和30年12月31日に生まれた方)で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害を認定された身体障害者手帳1級の方

※対象の方には9月下旬に予診票等をお送りします。(①、②に該当する方で、実施期間中に65歳、60歳の誕生日を迎える方には順次通知していきます。)

会場…指定実施機関(通知に一覧表を同封)

費用…自己負担額1,000円(生活保護受給の方、東日本大震災被災者の方は無料)

回数…実施期間内に1回

申込…指定実施機関に申し込む

問合せ…保健センター【☎33-2550】

胃がん・大腸がん検診を行います(予約制)

日程…11月24日(火)・25日(水)

会場…保健センター

内容…[胃がん検診]問診、胃部X線検査

[大腸がん検診]問診、便潜血検査

費用…胃がん検診 500円・大腸がん検診 400円

※次に該当する方は検診費用が無料となります。①70歳以上の方②生活保護受給の方③65歳以上70歳未満で後期高齢者医療制度に加入している方④町県民税非課税世帯の方(④に該当される方は、検診の1週間前までに保健センターで手続きをお願いします。)

申込…11月9日(月)まで

申込先・問合せ…保健センター【☎33-2550】

骨粗しょう症検診・乳がん検診・肺がん検診

を行います

日程…11月30日(月)～12月2日(水)

(骨粗しょう症検診・乳がん検診同時実施)

12月3日(木)～12月4日(金)

(骨粗しょう症検診・肺がん検診同時実施)

会場…保健センター

費用…[骨粗しょう症検診] 400円

※40・45・50・55・60・65・70歳の女性は無料

(上記対象者には10月上旬にハガキを送付します)

[乳がん検診] 視触診300円・マンモグラフィ800円

[肺がん検診] エックス線検査 200円・喀たん検査 500円

※70歳以上の方、生活保護世帯の方は無料となります。

※町県民税非課税世帯の方は、事前(1週間前まで)の手続きで無料となります。

申込先・問合せ…保健センター【☎33-2550】

