



上里梨「梨の花」

今月の相談等
詳しくは担当課へ
ご確認ください

消費生活相談	火・金曜日	地域活力創造課
行政相談	3日	町民福祉課社会福祉係
心配ごと相談	17日	社会福祉協議会（要予約）
児童相談	17日	町民福祉課社会福祉係（要予約）
人権相談	17日	男女共同参画推進センター
女性のための悩みごと相談	9・23日	男女共同参画推進センター（要予約）
女性のための法律相談	16日	男女共同参画推進センター（要予約）
認知症・成年後見制度相談	木曜日	高齢者いきいき課（要予約）

お役立ちインフォメーション

がん個別検診がはじまります！費用は無料です！（※胃内視鏡検査は除く。）

種 目	対 象 者	検 査 内 容	実施期間	実施機関
胃がん ※自己負担(3,000円)あり。	50～74歳の偶数年齢の男女	問診・胃内視鏡検査	令和7年 5月～ 令和8年 3月	本庄市 児玉郡内 受託医療 機関
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歳の女性も可)	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歳も可)	問診・便潜血反応検査		
前立腺がん	40歳以上の男性(30～39歳の男性も可)	血液検査		
胃がんリスク (ABC)	40～70歳の5歳刻みの男女 (対象年齢の方には受診券を送付予定)	血液検査		

※受診希望の方は、Webまたは健康ガイドブックの「健診申込書」や電話等でお申込みください。
※年齢基準日：令和8年3月31日

問合せ 保健センター ☎33-2550



【検診ネット申込】

特定健康診査等を受けましょう！費用は無料です！

以下の方を対象に、生活習慣病の早期発見・予防を目的とした特定健康診査等を無料で実施します。
健診の結果、生活習慣病のリスクの高い方に対して特定保健指導も実施しますので、ぜひ利用ください。

	対 象	・ 上里町国民健康保険に加入している40歳以上の方 ・ 埼玉県後期高齢者医療保険に加入している方
集 団 健 診	申 込 方 法	対象の方へあらかじめ送付してある「特定健診等(集団)」申込はがきに希望日をご記入の上、期日までに返送してください。受付後、健診日のお知らせと受診券等を送付します。 ※申込者数が定員を超える場合、抽選となります。 ※申込状況や抽選結果によっては、ご希望に沿えない場合がありますので、あらかじめご了承ください。
	健 診 日	・6月2日(月)～6日(金) ・9月1日(月)～6日(土) ・10月6日(月)～11日(土)
	健 診 場 所	ワープ上里
	検 査 項 目	身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図検査、眼底検査、問診、診察 (※肺がん結核検診、大腸がん検診、肝炎ウイルス検診を同日程で受診できます)
個 別 健 診	申 込 方 法	対象の方へ町から受診券を送付しますので(申込不要)、希望する受託医療機関へご自身でご予約の上、受診してください。
	健 診 日	令和7年6月から令和8年2月まで(予定) ※一部医療機関は開始時期が異なりますので、ご注意ください。
	健 診 場 所	本庄市児玉郡内の各受託医療機関
	検 査 項 目	身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図検査、問診、診察

※集団健診と個別健診は、どちらか一方のみ受診可能です。

※人間ドックの受診費用の補助を受ける予定の方または受けた方は、特定健康診査等は受診できません。

問合せ 健康保険課医療年金係 ☎35-1222

告 白

広告の内容については、広告主にお問い合わせください。

日	SUNDAY	月	MONDAY	火	TUESDAY	水	WEDNESDAY	木	THURSDAY	金	FRIDAY	土	SATURDAY
4月1日～6月2日 固定資産税課税台帳の閲覧 及び土地・家屋等縦覧帳簿閲覧期間				1 ●広報かみさと4月号発行 ●入園式(空の杜保育園・萌美チェリッシュこども園) ●入園・進級お楽しみ会(上里町かがやき保育園) 可燃 七・東・神	2 資源 賀・長 有害ごみスプレー品 七・東	3 可燃 賀・長 不燃 七・東	4 ●入園式(めぐみ保育園) 可燃 七・東・神	5 ●入園式(上里幼稚園)					
6 ●春の全国交通安全運動(～15日)	7 可燃 賀・長 不燃 神	8 ●入学式・1学期始業式(小・中学校) 可燃 七・東・神 不燃 賀	9 ●入園式(神保原幼稚園) 資源 七・東・神 有害ごみスプレー品 長	10 可燃 賀・長	11 可燃 七・東・神 不燃 長	12							
13 ●日曜開庁(町民係・収税係) AM8:30～12:00	14 可燃 賀・長	15 可燃 七・東・神	16 ●狂犬病予防集合注射 AM10:00～11:30(神保原公民館) PM1:10～2:30(賀美公民館) 資源 賀・長 有害ごみスプレー品 神	17 ●狂犬病予防集合注射 AM10:00～11:30(上里東公民館) PM1:10～2:30(上里町商工会東側駐車場) 可燃 賀・長 不燃 七・東	18 ●狂犬病予防集合注射 AM10:00～11:30(七本木公民館) PM1:10～2:30(長幡公民館) 可燃 七・東・神	19							
20 ●町民ゴルフ大会	21 可燃 賀・長 不燃 神	22 可燃 七・東・神 不燃 賀	23 資源 七・東・神 有害ごみスプレー品 賀	24 可燃 賀・長	25 ●農業委員会 ●夜間開庁(収税係) PM5:15～8:00 可燃 七・東・神 不燃 長	26 ●開校記念日(神小)							
27	28 可燃 賀・長	29 昭和の日 可燃 七・東・神	30	1	2	3							

ごみ収集日	可燃 可燃ごみ	賀…賀美地区
	不燃 不燃ごみ	長…長幡地区
	資源 資源ごみ	七…七本木地区
	有害ごみスプレー品	東…上里東地区
	有害ごみスプレー品	神…神保原地区

納期のお知らせ

25日(金) ▶上・下水道料金等(北・西部2・3月分)

かみさと『たまる健★幸マイレージ』参加しませんか!?

対象事業への参加やウォーキングの歩数がスマートフォンに健幸ポイントとして付与され、たまったポイント数に応じた上里町共通商品券と交換できます。
詳しくは、上里町ホームページをご覧ください。保健センターにお問合せください。



2025
5
MAY

20254APRIL

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3 4 5

6 7 8 9 10 11 12

13 14 15 16 17 18 19

20 21 22 23 24 25 26

27 28 29 30

20256JUNE

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21

22 23 24 25 26 27 28

29 30



カントリーエレベーター

今月の相談等

詳しくは担当課へ
ご確認ください

消費生活相談	火・金曜日	地域活力創造課
心配ごと相談	15日	社会福祉協議会(要予約)
児童相談	15日	町民福祉課社会福祉係(要予約)
人権相談	15日	男女共同参画推進センター
女性のための悩みごと相談	14・28日	男女共同参画推進センター(要予約)
認知症・成年後見制度相談	木曜日	高齢者いきいき課(要予約)

お役立ちインフォメーション

出前講座のお知らせ

地域のサロンや町内会等の集まりに講師が出向き、各種講座を行います。
ご希望の場合は、下記問合せ先までご連絡ください。

【講座内容】

- ◎認知症ミニ講座
- ◎成年後見制度講座(年度3団体まで対応可。1団体1回まで。)
- ◎介護予防講座
- ◎認知症サポーター養成講座
(上里町在住・在勤の15人以上のグループ対象)

- *費用は無料です。
- *実施日時は原則、開庁時間内での対応となります。
- *申込多数の場合は、ご希望に沿えない場合があります。
- *会場(町内に限ります)の手配、準備、片付け、会場使用料などの負担は主催者側でお願いします。
- *各種講座は理解を深めるためのものであり、具体的な介護方法を学ぶためのものではありません。



問合せ 上里町地域包括支援センター(高齢者いきいき課内) ☎35-1243

地域支え合い活動の推進

～あなたのちょっとした手助けでまちに笑顔を～

高齢者が安心して生活するために、町民のみなさんの支え合いによる地域づくりを推進しています。
現在、賀美小学校地区にて「賀美安心サポートの会」、神保原小地区にて「支え愛とおせっ会」という住民主体の
地域支え合い組織が、日常生活のちょっとした困りごと(ごみ出しや庭の草むしり等)をお手伝いしています。
社会福祉協議会と町で連携し、今後は他の小学校区でも地域支え合い組織の立ち上げ・活動を支援していきます。

問合せ 上里町社会福祉協議会 ☎33-4232
上里町地域包括支援センター ☎35-1243
(高齢者いきいき課内)



広告

広告の内容については、
広告主にお問い合わせください。

日 SUNDAY	月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	土 SATURDAY
27	28	29	30	1 ●広報かみさと5月号発行	2	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9	10 ●第1回PTA資源回収(神小・長小・七小・東小) ※期間・予備日等は学校ごとに異なります
11 ●日曜開庁(町民係・収税係) AM8:30～12:00	12	13	14	15	16	17 ●第1回PTA資源回収(賀小) ※期間・予備日等は学校ごとに異なります
18	19	20	21	22	23	24
25 ●クリーンの日	26 ●農業委員会 ●夜間開庁(収税係) PM5:15～8:00	27	28	29	30	31 ●小型家電・製品プラスチック回収

ごみ収集日

可燃	可燃ごみ	賀美地区
不燃	不燃ごみ	長幡地区
資源	資源ごみ	七本木地区
資源	資源ごみ	東上里地区
資源	資源ごみ	神保原地区

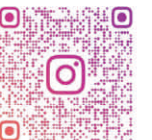
納期のお知らせ

- 26日(月)▶上・下水道料金等(南部3・4月分)
- 6月2日(月)▶固定資産税(第1期) 軽自動車税(種別割)
下水道受益者負担金

上里町公式まちづくり Instagram

@MACHIDUKURI_KAMISATO

まちづくりに関する情報をお届けします!



上里町ホームページアドレス
http://www.town.kamisato.saitama.jp



行事には日程変更等がありますので、担当まで確認してください。
また、広報かみさと、上里町ホームページもご利用ください。



小麦畑

今月の相談等

詳しくは担当課へ
ご確認ください

消費生活相談	火・金曜日	地域活力創造課
行政相談	5日	町民福祉課社会福祉係
心配ごと相談	19日	社会福祉協議会(要予約)
児童相談	19日	町民福祉課社会福祉係(要予約)
人権相談	19日	男女共同参画推進センター
女性のための悩みごと相談	11・25日	男女共同参画推進センター(要予約)
女性のための法律相談	18日	男女共同参画推進センター(要予約)
認知症・成年後見制度相談	木曜日	高齢者いきいき課(要予約)

上里町の水質

上里町の主な水源は地下水で、良質なため浄水処理は塩素消毒のみで水質基準を十分満たしており、安全で良質な水道水を供給しています。

水源及び給水栓で定期的な水質検査を行っており、水質が悪化した兆候は認められず、水質基準値を超えて飲用不適になったことはありません。

しかし、硬度が高いため、蛇口やヤカンに白いものが付着したり、氷を作った時に中央部に白い浮遊物が発生することがあります。

白いものはカルシウムやマグネシウム等のミネラル分ですので、安全性に問題はありません。

硬度は水の味に影響し、硬度によって軟水や硬水と呼ばれており、世界保健機関の基準では以下のように分けられています。

軟水	0 - 60(mg/L)未満
中程度の硬水	60 - 120(mg/L)未満
硬水	120 - 180(mg/L)未満
高度な硬水	180(mg/L)以上

上里町の水の硬度は、これまでの水質検査で概ね130~170(mg/L)となっています。

また、上里町の水道水は、PFOS及びPFOAによる健康への心配はなく安心してお飲みいただけます。

問合せ 上下水道課水道施設係 ☎33-4161

水道水のトラブル

アルミニウム製容器の内面に白い斑点が発生する

●原因・対処法

アルミ素地が露出したため空気や水道水の酸素と結合し、白い水酸化アルミニウムが形成されたことによるもの。スポンジ等のやわらかい物で洗って下さい。水酸化アルミニウムは水に溶解しませんので安全性には問題ありません。

浴槽、トイレ、タイルがピンク色になる

●原因・対処法

空気中の雑菌が汚れや湿気の多い浴室等で繁殖する場合に起こるようです。湿気の多い浴室等の水周りの清掃、換気を十分に行ってください。

水が白く濁っている(数秒で透明になる場合)

●原因

水道水をコップに入れた時、徐々に透明になる場合は空気によるものです。安全性の上で問題はありません。

氷の中に白い物が発生する

●原因

水の中に溶けている空気やミネラル分が氷の中央部に濃縮され、白い浮遊物となって残ることがあります。ほとんどは空気やミネラル分であり、安全性に問題はありません。

児童手当の手続きはお早めに

児童手当は家庭等における生活の安定と、次代の社会を担う児童の健やかな成長に資するため、18歳になる年の年度末までの児童を養育している方に支給します。受給するには、申請手続きが必要です。手続きが遅れると遅れた月分の手当は受けられなくなりますのでご注意ください。



問合せ 子育て共生課子育て支援係 ☎35-1236

その悩み、打ち明けてみませんか。
～人権の日特設相談～

6月1日は「人権の日」。これにあわせて、「人権の日特設相談」を男女共同参画推進センターで開設いたします。皆さんのどんなお悩みも、人権擁護委員がお聞きします。ぜひ、ご利用ください。

- 日 時 / 令和7年6月2日(月) 午後1時30分～
- 会 場 / 上里町男女共同参画推進センター

問合せ 子育て共生課人権・男女共同参画係 ☎35-1236

日 SUNDAY	月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	土 SATURDAY
1 ●広報かみさと6月号発行 ●水道週間(～7日)	2 可燃 賀・長 不燃 神	3 可燃 七・東・神	4 資源 賀・長 有害ごみ スプレー缶 七・東	5 可燃 賀・長 不燃 七・東	6 可燃 七・東・神	7 ●上里町レクリエーションフェスティバル
8 ●日曜開庁(町民係・収税係) AM8:30～12:00	9 可燃 賀・長	10 可燃 七・東・神 不燃 賀	11 資源 七・東・神 有害ごみ スプレー缶 長	12 可燃 賀・長	13 可燃 七・東・神 不燃 長	14
15	16 可燃 賀・長 不燃 神	17 可燃 七・東・神	18 資源 賀・長 有害ごみ スプレー缶 神	19 可燃 賀・長 不燃 七・東	20 可燃 七・東・神	21
22	23 可燃 賀・長	24 可燃 七・東・神 不燃 賀	25 ●農業委員会 ●夜間開庁(収税係) PM5:15～8:00	26 可燃 賀・長	27 可燃 七・東・神 不燃 長	28
29	30 可燃 賀・長	1	2	3	4	5

ごみ収集日

可燃 可燃ごみ	賀…賀美地区
不燃 不燃ごみ	長…長幡地区
資源 資源ごみ	七…七本木地区
	東…上里東地区
有害ごみ スプレー缶	神…神保原地区

納期のお知らせ

- 25日(水) ▶上・下水道料金等(北・西部4・5月分)
- 30日(月) ▶町県民税(第1期)

6月4日は「虫歯予防デー」

～生涯のお口の健康はこどものころから～

健康で豊かに生きるための基本は、毎日の食事をおいしく食べられること。そのために大切なのは歯の健康です。生涯にわたって健康な歯でいられる生活習慣の基礎をつくるのはこどもの時期です。町では1歳6か月児健診で虫歯は0人でしたが3歳6か月児健診では10人に1人の割合で虫歯となっています。虫歯になるのは、歯磨きしないからだけではなく、生活リズム、特に食生活と大きく関係しています。規則正しい食生活と、歯磨き習慣、フッ化物物の利用などで虫歯を予防していきましょう。

◎町では、1歳6か月児健診と2歳6か月児歯科検診、3歳6か月児健診で希望者にフッ素塗布を実施しています。





2025	6	JUNE
日	月	火
1	2	3
4	5	6
7	8	9
10	11	12
13	14	15
16	17	18
19	20	21
22	23	24
25	26	27
28	29	30

2025	8	AUGUST
日	月	火
1	2	3
4	5	6
7	8	9
10	11	12
13	14	15
16	17	18
19	20	21
22	23	24
25	26	27
28	29	30
31		



福昌寺の大使蓮

今月の相談等

詳しくは担当課へ
ご確認ください

消費生活相談	火・金曜日	地域活力創造課
心配ごと相談	17日	社会福祉協議会(要予約)
児童相談	17日	町民福祉課社会福祉係(要予約)
人権相談	17日	男女共同参画推進センター
女性のための悩みごと相談(要予約)	9・23日	または子育て共生課
認知症・成年後見制度相談	木曜日	高齢者いきいき課(要予約)

お役立ちインフォメーション

上里町地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、こんなことを行っています

困りごと相談

高齢者の生活全般にわたって幅広く相談を受け、必要なサービスや機関につなげます。



専門職が揃っております。
皆様の相談を
お待ちしております。

私たちが相談をお受けします

主任ケアマネジャー

社会福祉士

保健師(看護師)

権利を守ること

認知症等により判断力が低下した方の財産管理や契約に関する相談・支援をしています。また、虐待の防止や早期発見・対応に取り組みます。

認知症・成年後見制度の相談日

毎週(木)午後1:30~(要予約)
*「認知症カフェ」、
「認知症サポーター養成講座」も
行っています。



自立した生活を支援

筋力アップにつながる
“ちょっくら健康体操”に
取り組む地域の支援を
行います。



地域の繋がりを強化

高齢になっても安心
して生活できるよう、
ボランティア団体、民
生委員、介護保険事
業所、医療機関との
連携を進めます。



問合せ 上里町地域包括支援センター(高齢者いきいき課内) ☎35-1243

成年後見相談ダイヤル

高齢者や障害者の成年後見制度に関連したお金、不動産、相続などの電話相談をお受けしています。
自分のこと、ご家族のことなどお気軽にご相談ください。

フリーダイヤル 0120-235-833

受付時間：平日、午前9時から午後5時まで

※係争中の案件に関するご相談には対応できません。

※相談内容や個人情報等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。

対象者：児玉郡内(上里町、美里町、神川町)に在住の方
ご家族、ご親族が児玉郡内に在住の方

費用：無料

問合せ 上里町地域包括支援センター(高齢者いきいき課内) ☎35-1243



日	SUNDAY	月	MONDAY	火	TUESDAY	水	WEDNESDAY	木	THURSDAY	金	FRIDAY	土	SATURDAY
29		30		1	●広報かみさと7月号発行 可燃 七・東・神	2	資源 賀・長 有害ごみ スプレー缶 七・東	3	可燃 賀・長 不燃 七・東	4	●開校記念日(上中) 可燃 七・東・神	5	
6		7	可燃 賀・長 不燃 神	8	可燃 七・東・神 不燃 賀	9	資源 七・東・神 有害ごみ スプレー缶 長	10	可燃 賀・長	11	可燃 七・東・神 不燃 長	12	●烏川・神流川クリーン作戦(宮グラウンド)
13	●日曜開庁(町民係・収税係) AM8:30~12:00	14	可燃 賀・長	15	●夏の交通事故防止運動(~24日) 可燃 七・東・神	16	資源 賀・長 有害ごみ スプレー缶 神	17	可燃 賀・長 不燃 七・東	18	●1学期終業式(小・中学校) 可燃 七・東・神	19	
20		21 海の日	可燃 賀・長 不燃 神	22	可燃 七・東・神 不燃 賀	23	資源 七・東・神 有害ごみ スプレー缶 賀	24	可燃 賀・長	25	●農業委員会 ●夜間開庁(収税係) PM5:15~8:00 可燃 七・東・神 不燃 長	26	
27	●烏川・神流川クリーン作戦(忍保バブリック)	28	可燃 賀・長	29	可燃 七・東・神	30		31	可燃 賀・長	1		2	

可燃 可燃ごみ	賀・賀美地区
不燃 不燃ごみ	長・長幡地区
資源 資源ごみ	七・七本木地区
有害ごみ スプレー缶	東・上里東地区
資源 資源ごみ	神・神保原地区

納期のお知らせ

25日(金) ▶上・下水道料金等(南部5・6月分)
31日(木) ▶固定資産税(第2期) 国民健康保険税(第1期)
介護保険料(第1期) 後期高齢者医療保険料(第1期)

上里町公式 LINE アカウント

@kamisato

上里町のイベントや観光情報、
災害情報などを随時お届けします。



上里町ホームページアドレス
<http://www.town.kamisato.saitama.jp>



行事には日程変更等がありますので、担当まで確認してください。
また、広報かみさと、上里町ホームページもご利用ください。

2025
8
AUGUST

20257JULY

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3 4 5

6 7 8 9 10 11 12

13 14 15 16 17 18 19

20 21 22 23 24 25 26

27 28 29 30 31

20259SEPTEMBER

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3 4 5 6

7 8 9 10 11 12 13

14 15 16 17 18 19 20

21 22 23 24 25 26 27

28 29 30



このはなパーク上里「ひまわり畑」

今月の相談等

詳しくは担当課へ
ご確認ください

消費生活相談	火・金曜日	地域活力創造課
行政相談	7日	町民福祉課社会福祉係
心配ごと相談	21日	社会福祉協議会(要予約)
児童相談	21日	町民福祉課社会福祉係(要予約)
人権相談	21日	子育て共生課
女性のための悩みごと相談	13・27日	子育て共生課(要予約)
女性のための法律相談	20日	子育て共生課(要予約)
認知症・成年後見制度相談	木曜日	高齢者いきいき課(要予約)

お役立ちインフォメーション

こども家庭センターについて

すべての妊産婦や子育て世帯、子どもへ切れ目のない相談支援を行います。
子育て共生課ではこども家庭支援員等が中心となって行うとともに、保健センター
では保健師が対応します。いつでも気軽にお声がけください。

相談窓口 上里町役場 子育て共生課内 ☎35-1236
上里町保健センター内 ☎33-2550



忘れないで! 児童扶養手当・特別児童扶養手当

1日～31日……児童扶養手当現況届受付

12日～9月11日……特別児童扶養手当所得状況届受付



児童扶養手当のお知らせ

父母の離婚、死亡等により、父または母と生計を同じくしていない子どもや、父または母に一定の障害のある子どもを育てている方に支給される手当です。

申請を受け付けた翌月分から手当の対象となります。(所得制限あり)

特別児童扶養手当のお知らせ

精神または身体に一定の障害のある子どもを育てている方に支給される手当です。申請を受け付けた翌月分から手当の対象となります。(所得制限あり)

問合せ 子育て共生課子育て支援係 ☎35-1236

がん患者アピアランスケア助成事業

がん治療と社会生活を両立できるよう、がん治療による外見(アピアランス)の変化に対して、がん患者の心理的及び経済的負担の軽減をはかるため、ウィッグや補整具等の購入費用の一部を助成します。詳細は、町ホームページをご覧ください。



◆対象となる補整具と助成額

種 類	ウィッグ等	胸部補整具等
	ウィッグ、頭皮保護用ネット、 ウィッグ付き帽子	補整パッド、補整下着(ノンワイヤーソフトブラを含む。)、 人工乳房、人工乳頭、専用入浴着、 その他の胸部補整具
助成額(上限額)	30,000円	20,000円
助成回数	2回	2回

問合せ 上里町保健センター ☎33-2550

日	SUNDAY	月	MONDAY	火	TUESDAY	水	WEDNESDAY	木	THURSDAY	金	FRIDAY	土	SATURDAY
27		28		29		30		31		1	●広報かみさと8月号発行	2	
										可燃 七・東・神			
3		4	可燃 賀・長 不燃 神	5	可燃 七・東・神	6	資源 賀・長 有害ごみ スプレー缶 七・東	7	可燃 賀・長 不燃 七・東	8	可燃 七・東・神 不燃 長	9	
10	●日曜開庁(町民係・収税係) AM8:30～12:00	11 山の日 ●サマーフレッシュウィーク (～16日)(小中学校)	可燃 賀・長	12	可燃 七・東・神 不燃 賀	13	資源 七・東・神 有害ごみ スプレー缶 長	14	可燃 賀・長	15	可燃 七・東・神	16	
17		18	可燃 賀・長 不燃 神	19	可燃 七・東・神	20	資源 賀・長 有害ごみ スプレー缶 神	21	可燃 賀・長 不燃 七・東	22	可燃 七・東・神 不燃 長	23	
24		25 ●農業委員会 ●夜間開庁(収税係) PM5:15～8:00	可燃 賀・長	26	可燃 七・東・神 不燃 賀	27 ●第35回上里町 チャリティゴルフ大会夏の大会	資源 七・東・神 有害ごみ スプレー缶 賀	28	可燃 賀・長	29	可燃 七・東・神	30	
31		ごみ収集日 可燃 可燃ごみ 不燃 不燃ごみ 資源 資源ごみ 有害ごみ スプレー缶 賀…賀美地区 長…長幡地区 七…七本木地区 東…上里東地区 神…神保原地区 納期のお知らせ 25日(月)▶上・下水道料金等(北・西部6・7月分) 9月1日(月)▶町県民税(第2期) 介護保険料(第2期) 国民健康保険税(第2期) 後期高齢者医療保険料(第2期) 下水道受益者負担金											





上里梨「彩玉」

今月の相談等

詳しくは担当課へ
ご確認ください

消費生活相談	火・金曜日	地域活力創造課
心配ごと相談	18日	社会福祉協議会(要予約)
児童相談	18日	町民福祉課社会福祉係(要予約)
人権相談	18日	子育て共生課
女性のための悩みごと相談	10・24日	子育て共生課(要予約)
認知症・成年後見制度相談	木曜日	高齢者いきいき課(要予約)

お役立ちインフォメーション



あなたの地域の「こむぎっち ちょっくら健康体操」参加してみませんか

住み慣れた上里町で元気に暮らしていくために、公会堂や集会所に週1回集まって「こむぎっち ちょっくら健康体操」を始める地域が増えていきます。町の養成講座を修了した「元気ちょっくらサポーター」が毎週来て、体操の方法を教えてください。参加者からは「体が軽くなる」「みんなで集まっておしゃべりが楽しい」などの声を頂いています。

「こむぎっち ちょっくら健康体操」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。

【体操実施地区】

地 区	会 場	日 時	地 区	会 場	日 時
黨	黨集会所	火曜9時～	堤	堤コミュニティセンター	木曜10時～
金 久 保	金下公会堂	火曜9時～	三 町	三町公民館	月曜10時～
西 金	西金公会堂	金曜10時～(雨天中止)	嘉 美	上里学園 3階集会室	木曜9時半～
内 出	内出集落センター	水曜10時～	本 郷	本郷公民館	木曜10時～
勝 場	勝場公会堂	土曜10時～	京 塚	上里東公民館	木曜9時半～
原	原公会堂	金曜10時～	古 新 田	古新田集会所	木曜10時～
天神真下	天神公民館	金曜13時半～	三 田	三田公会堂	木曜13時半～
帯 刀	帯刀集落センター	月曜10時～ 9時～(夏季)	三 軒	三軒会館	木曜10時～
五 明	南五明公会堂	月曜10時～	四 ツ 谷	四ツ谷公民館	金曜9時半～
下 郷	下郷地区集落センター	月曜10時～	西 原 町	西原会館	金曜10時～
大 御 堂	西大御堂集落センター	木曜9時半～ 9時～(夏季)	一 丁 目	一丁目公会堂	木曜10時～
藤 木 戸	藤木戸公会堂	木曜10時～	三 丁 目	三丁目公会堂	月曜10時～
八町河原	神保原婦人児童センター	土曜10時～	四 丁 目	四丁目会館	水曜13時半～
			五 丁 目	五丁目交流センター	月曜13時半～
			忍 保	忍保センター	火曜9時半～

問合せ 上里町地域包括支援センター(高齢者いきいき課内) ☎35-1243

日 SUNDAY	月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	土 SATURDAY
31	1 ●広報かみさと9月号発行 ●2学期始業式(小中学校)	2 ●開校記念日(賀小)	3	4	5	6
	可燃 賀・長 不燃 神	可燃 七・東・神	資源 賀・長 有害ごみ スプレー缶 七・東	可燃 賀・長 不燃 七・東	可燃 七・東・神	
7	8	9	10 ●下水道の日 ●開校記念日(長小)	11	12	13
	可燃 賀・長	可燃 七・東・神 不燃 賀	資源 七・東・神 有害ごみ スプレー缶 長	可燃 賀・長	可燃 七・東・神 不燃 長	
14 ●日曜開庁(町民係・収税係) AM8:30～12:00	15 敬老の日	16	17	18	19	20 ●運動会 (上里町かがやき保育園)
	可燃 賀・長 不燃 神	可燃 七・東・神	資源 賀・長 有害ごみ スプレー缶 神	可燃 賀・長 不燃 七・東	可燃 七・東・神	
21 ●秋の全国交通安全運動 (～30日)	22	23 秋分の日	24	25 ●農業委員会 ●夜間開庁(収税係) PM5:15～8:00	26 ●就学時健康診断(神小)	27
	可燃 賀・長	可燃 七・東・神 不燃 賀	資源 七・東・神 有害ごみ スプレー缶 賀	可燃 賀・長	可燃 七・東・神 不燃 長	
28	29 ●就学時健康診断(長小) ●運動会(神保原幼稚園)	30	1	2	3	4
	可燃 賀・長	可燃 七・東・神				

可燃 可燃ごみ	賀…賀美地区
不燃 不燃ごみ	長…長幡地区
資源 資源ごみ	七…七本木地区
有害ごみ スプレー缶	東…上里東地区
	神…神保原地区

納期のお知らせ

25日(木)▶上・下水道料金等(南部7・8月分)
30日(火)▶固定資産税(第3期) 国民健康保険税(第3期)
介護保険料(第3期) 後期高齢者医療保険料(第3期)

下水道の使い方

- 紙おむつ等は流さないで
水に溶けない紙(おむつ等)を流すと詰まってしまいます。
- 油類は流さないで
排水口に付着し、固まって詰まってしまいます。
古紙等に染み込ませてから可燃ごみとして捨てましょう。
- 髪の毛は流さないで
排水管の中で絡まり、詰まってしまいます。
- 洗剤は適量に
環境にやさしい石鹸や無リン合成洗剤を選び、
適量を使用しましょう。

