

「広報あげお」は、毎月1日に発行。戸別配布でお届け
しています。配布のお問い合わせは、上尾市シルバー
人材センター ☎779-5525・☎776-1074まで。

みんなで作る みんなが輝くまち あげお



広報 あげお

2021
令和3年

No.1047

6

月号



オーストラリア・
ロッキンバレー市の生徒と



オンラインで国際交流





● 今月の表紙

今月の表紙は、3月にICT環境を活用し東中学校で実施された、オーストラリア・ロッキャー高校の生徒とのオンラインでの国際交流です(いずれも撮影当時中学1年生)。上尾の中学生は英語で、ロッキャー高校の生徒は日本語で、それぞれが自己紹介をしました。実際に会話をすることで、言語を伝える難しさや伝わる喜びを感じる貴重な機会となりました。

コロナ禍で現在「中学生海外派遣事業」は中止となっていますが、オンラインでの国際交流は、今後も積極的に実施します。

スポットライト



定年後からの駄菓子屋経営 健康的で充実した第2の人生 島正さん(P.17)

市の人口・世帯



(令和3年5月1日現在)

22万9,762人
男/11万3,862人
女/11万5,900人
※前月より33人増

10万4,558世帯
※前月より154世帯増

市役所の位置



北緯 35度58分38秒
東経139度35分37秒

市の面積



45.51km²

3 今月のイチ面

新型コロナウイルスワクチン
65歳以上高齢者全員分の
量を確保
ワクチン接種の
予約可能期間を拡大



4 市政ニュース

令和3年市議会第2回臨時会補正予算などの議案を審議/7月から「充電式小型家電」の回収方法を変更/事業者を応援! 中小企業サポート/東京2020オリンピック聖火リレー開催に伴う交通規制/11月21日(日)2021上尾シティハーフマラソン参加者募集他

16 市民のひろば

まちかど特派員だより「カッコウとミツバチを探しに!」/アップーNET/スポットライト【島正さん】/読者の声/未来へすすく! わが家のアイドル/見て魅て! 私のミュージアム/小学校給食レシピ【チーズタッカルビ】

19 シティ情報

大雨に対する対応/スキルアップ講習受講生/親子基礎運動講座~親子で楽しく学ぼう~他

29 図書館へようこそ

30 みんなあつまれ いっしょにあそぼ!

アップーランド/こどもの城/
ももっこルーム/子育て拠点/
イベントカレンダー

32 保健センター通信

一步ふみ出す健康づくり

34 7月の相談

ハイライツ

35 Highlights 外国語情報コーナー

36 65歳未満への新型コロナウイルスワクチン接種
基礎疾患のある60歳未満の人の優先接種申し込み開始

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、本誌に掲載している催しなどは、中止・変更する場合があります。各催しの開催状況などご不明な点は、問い合わせてください。また、各催しに参加する際は、マスクや手洗いなど新しい生活様式を徹底してください。

クイズ

アップーを探そう!



右のアップーが登場するのは? ページ?

正解者の中から抽選で5人に粗品を差し上げます。

応募方法

はがきかメールにクイズの答え、『広報あげお』の感想、住所、氏名、年齢、電話番号を記入して、6月21日(月)まで(必着)に広報広聴課へ。

宛先/〒362-8501本町3-1-1
メールアドレス/s55000@city.ageo.lg.jp

発表

賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。正解は7月号のこのコーナーに掲載します。前号の答えは「29」でした。

◆土曜日開庁窓口/市役所本庁舎1階・2階(市民税課、納税課、障害福祉課、高齢介護課に限る)・5階(子ども支援課、子ども家庭総合支援センター、保育課に限る)、尾山台出張所、上尾駅出張所

新型コロナウイルスワクチン 65歳以上高齢者全員分の 量を確保 ワクチン接種の 予約可能期間を拡大

今月の
イチ面



健康増進課 TEL 774-1411・FAX 776-7355
市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター TEL 0570-002-203

5月中はワクチンの供給量が限られていたため予約が取りにくい状況が続き、大変ご心配をお掛けいたしました。また、市内医療機関での個別接種予約を開始した5月10日には予約システムに不具合が発生し、一時的に受け付けを中止するなどご迷惑をお掛けしました。心からお詫び申し上げます。

現在、市では65歳以上の皆様全員分のワクチンを確保していますので、ご安心ください。また、5月17日には「上尾版コロナワクチンもったいないバンク」を開設しました。その他にもワクチン接種の予約可能期間を拡大しました。一日でも早く、ワクチンを希望する皆様が接種いただけるよう、引き続き全力を尽くしてまいります。

上尾市長 畠山 稔

**コールセンター・予約サイトで
予約できる期間を拡大**

予約開始日	接種日(1回目)
5月31日9:00～ ※一部の医療機関では5月24日から 予約可能期間を拡大しています。	6月14日(月)～ 7月25日(日) ※2回目も同時予約できます。

※コールセンターで受け付けていない医療機関は、直接医療機関へ問い合わせてください。

**上尾市新型コロナウイルスワクチン接種
コールセンター**

TEL **0570-002-203**

※ナビダイヤルです。通話料金は、オペレーターに接続されるまで料金は発生しません。

※いずれも1回目と2回目の接種の同時予約ができます。

予約サイト

コロナワクチンもったいないバンク

接種予約の急なキャンセルなどで余剰が生じた際、ワクチンの廃棄を最小限に抑えるためにすぐに接種を受けられる市民を募集します。 ※登録後、ワクチンに余剰が発生した場合だけ連絡します。接種予約とは異なるので、登録しても必ず接種できるものではありません。

対65歳以上の高齢者で予約をしていない人
申次のいずれかの方法で申請してください。

- ①市ホームページの入力フォームへ入力
- ②申込書に必要事項を記入して、郵送またはファクス(776-7355)で西保健センター(〒362-0074春日2-10-33)へ

※電話での申し込みはできません。

※申込書は東・西保健センター、市公共機関、JR上尾駅・北上尾駅、市内商業施設にあります。

市
ホームページ

上尾市以外の医療機関での接種

新型コロナウイルスワクチン接種は、原則として住民票のある市区町村で接種を受けますが、やむを得ない事情がある場合はその限りではありません。ただし手続きが必要な場合があるため、**接種する医療機関のある自治体と医療機関へ確認**してください。 対下記のいずれかに該当する人

- ・基礎疾患を持つ者が主治医の下で接種する
- ・入院・入所者
- ・副反応のリスクが高いなどのため、体制の整った医療機関での接種が必要
- ・市外の医療機関からの往診で在宅で接種を受ける
- ・出産のために里帰りしている妊産婦
- ・単身赴任者、遠隔地へ下宿している学生
- ・勾留または留置されている、受刑者

**①国が実施する集団接種
自衛隊 東京大規模接種センター**

時6月7日(月)～13日(日) 所大手町合同庁舎3号館(東京都千代田区大手町1-3-3) 申5月31日～6月6日(日)に防衛省ホームページまたはLINEで

防衛省
ホームページ

【①②共通】対65歳以上の高齢者で今回が1回目のワクチン接種で接種予約をしていない人 ※市の接種との併用はできません。 ※電話での申し込みはできません。

**②県が実施する集団接種
県高齢者ワクチン接種センター**

時6月1日(火)～7月31日(土) 所県浦和合同庁舎(さいたま市浦和区北浦和5-6-5) 申5月25日、6月9日(火)から県ホームページで

県
ホームページ

時とき 所ところ 内内容 対対象 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ



**令和3年市議会第2回臨時会
補正予算などの議案を審議**

総務課 ☎77514963
☎77519819

令和3年第2回臨時会が4月23日に開催されました。この議会では、低所得のひとり親世帯に対して、子育て世帯生活支援特別給付金を支給するための費用を計上した補正予算案などの議案が審議されました。このうち市長提出の3議案については、全て原案のとおり可決または承認されました。

**市民税・県民税の納付は
6月から**

市民税課 ☎77515131
☎77519846

令和3年度の市民税・県民税(住民税)額を6月に決定します。課税される人には、次の①～③の各通知書で年税額などをお知らせします。

また、昨年分の申告内容や収入の種類などにより、年税額を複数の方
法で納付する場合がありますので注
意してください。なお、申告期限を
4月15日まで延長したことに伴い、
申告書の内容が年税額の算定に間に
合わなかったものは、確認ができ次
第反映します。※非課税となる人

には通知書は送付しません。

■通知書、納付方法

①給与所得等に係る市民税・県民税特別徴収税額の決定通知書(勤務先から配布)／6月～令和4年5月の毎月の給与から市民税・県民税を12回に分けて特別徴収(天引き)します。

②公的年金等所得に係る特別徴収税額の決定通知書(市から郵送)／4月～令和4年2月までの各支給月に支給(6回)される公的年金から市民税・県民税を天引きします。なお、4・6・8月は、前年度に通知した仮徴収税額を天引きします。②に加え①の方法でも納付する人は、②の通知書に内訳が記載されています。

③市民税・県民税納税通知書(市から郵送)／年税額のうち、①②以外の税額を4回に分けて納付書または口座振替で納付します。③に加え①または②の方法でも納付する人は、③の通知書の1枚目に内訳が記載されています。

行政相談委員を委嘱

市民協働推進課 ☎77544597
☎77500007

行政相談委員は、民間の有識者の中から総務大臣が委嘱し、住民の皆さんから、国の行政に対する苦情・

おめでとうございます

秘書政策課 ☎775-3849・☎775-9861

令和3年春の叙勲、第36回危険業務従事者叙勲の市内の受章者を紹介します(敬称略)。

令和3年春の叙勲

旭日双光章

田中 元三郎(地方自治功労)

瑞宝小綬章

紀伊 和憲(防衛功労)
栗原 実(消防功労)
清水 泰司(警察功労)
高橋 伸夫(郵政事業功労)
松本 晴朗(防衛功労)

第36回危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章

宇佐美 幸悦(消防功労)
北爪 常夫(警察功労)
西田 守(警察功労)

瑞宝単光章

石井 實(警察功労)
江端 敏幸(警察功労)
杉本 一郎(警察功労)
栴宗 敬治(警察功労)

ごみ収集カレンダーを配布

西貝塚環境センター ☎78119141
☎78119166

令和3年度「上尾市ごみ収集カレンダー」(7月1日～令和4年6月30日分)を6月中に配布します。ルールを守り、必ずカレンダーの日程に従ってごみを出してください。ご協力をお願いします。



年金振込通知書の郵送

大宮年金事務所 ☎65213399
ねんきんダイヤル ☎0570051165

年金振込通知書は、金融機関などの口座振り込みで年金を受け取っている人に、毎年6月に1年分の年金支払額などをお知らせするものです。年金支払額に変更があったときは、その都度、当月と次回以降の年金支払額などを記載した通知書を郵送します。

年金から特別徴収(天引き)されている保険料(税)額と個人住民税額については、左表の担当課に問い合わせてください。

保険料(税)	担当課	電話	ファクス
介護保険料	高齢介護課	775-5127	776-8872
国民健康保険税	保険年金課	782-6471	775-9827
後期高齢者医療保険料		775-5125	
個人住民税	市民税課	775-5131	775-9846

7月から「充電式小型家電」の回収方法を変更

西貝塚環境センター ☎781-9141・☎781-9166

小型家電の中には、充電式電池が内蔵されるものがあります。このような「充電式小型家電」は、他のごみにまざれると破砕処理などによる衝撃で、急激に発熱し、火災の原因になります。

そのため、下記のとおり回収方法を変更します。「上尾市ごみ収集カレンダー」の内容を確認し、ごみの分別にご協力ください。

変更前	電池を取り外して「金属・陶器」の日に集積所へ出す
変更後	他のごみに混ざらないよう、充電式小型家電だけを透明な袋に入れて「金属・陶器の日」に集積所へ出す

充電式電池が内蔵される充電式小型家電の例

電子タバコ、携帯電話、スマートフォン、充電バッテリー、ゲーム機、ビデオカメラ、デジタルカメラ、電気シェーバー、コードレス掃除機(本体の大きさによっては粗大ゴミ)



※市役所、各支所・出張所にある小型家電回収ボックス(間口15×30センチ)でも回収します。

「ごみ分別アプリ」のご利用を ～英語、中国語、ベトナム語にも対応～

ごみ分別アプリ「さんあ〜る®」は、ごみの分別方法の検索や、資源やごみの収集日をお知らせする機能が付いています。スマートフォンなどにインストールすれば、無料で利用できますので、ぜひ利用してください。

スマートフォンなどの言語設定を変更すれば英語、中国語、ベトナム語でも使えます。

西貝塚環境センター
☎781-9141
☎781-9166



利用手順

- ①App StoreやGoogle Playでダウンロード
- ②「新規登録」から地域を設定
※ごみ集積所がある位置で設定してください。

令和3年度軽自動車税 減免申請期限延長

市民税課 ①7755130
②77519846

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、令和3年度分軽自動車税(種別割)の減免申請期限を7月30日(金)まで延長します。納納期限までに申請ができない令和3年度からの減免希望者で、障害者手帳などを持っている人または公益・福祉のために車両を所有している人 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

令和3年度教科書展示会

指導課 ①77519672
②77515633

公立小・中学校で使用する教科書の見本などを展示します。時6月11日(金)～24日(木)11～18時(予定)、24日は14時まで) ①文化センター



事業者を応援!

中小企業サポート



上尾商工会議所
ホームページ

専門家相談(訪問型)

上尾中小企業サポートセンター ①779-2520・②779-2521

業種を問わず、あらゆる事業の悩みに対し、専門家が何度でも無料で相談に応じます。専門家が企業を訪問し、課題の発見から解決策の提案、改善活動まで、寄り添いながら徹底的にサポートします(窓

口相談も可)。

①上尾商工会議所(二ツ宮750) ②下表のとおり
③電話(平日だけ)で上尾中小企業サポートセンターへ

項目	内容
経営総合相談	頑張る事業者サポート補助金、持続化補助金、経営革新計画、事業展開、新サービス、資金繰りなど経営全般
販売促進相談	POPデザイン、チラシ作成、ホームページ、販路拡大、顧客開拓など
IT活用相談	決済・会計IT化推進事業補助金、IT導入補助金、オンラインサービス、テレワークなど
労務相談	雇用調整助成金、就業規則改定(テレワーク対応など)、労務管理、人材育成など
その他	ものづくり企業販路開拓支援事業補助金、現場改善、事業承継、事業継続力強化計画、BCP策定など

よろず支援拠点出張相談会(窓口型)

県よろず支援拠点事務局 ①0120-973-248

コロナ禍の各種支援策の他、売上回復、事業展開などの経営課題について、専門家が無料で相談に応じます。③・④右表のとおり ⑤埼玉県感染防止対策協力金、一時支援金、頑張る事業者サポート補助金、経営革新計画、資金繰り、顧客拡大、新サー

ビス、IT活用など経営全般 ⑥電話(平日だけ)で県よろず支援拠点事務局へ

とき	ところ
6/2・16	県央地域振興センター(南239-1)
6/9・23	上尾商工会議所(二ツ宮750)

※いずれも(水)9～17時(1回60～90分)

頑張る事業者サポート補助金

商工課 ①777-4441・②775-5024

⑦申請日の6カ月以上前から、市内で事業を継続して営んでいる中小・小規模事業者(個人事業者を含む) 【対象事業】コロナ禍における事業の継続や経営課題の解決に向けた積極的な取り組みを計画的に実施し、次の①～③の全てに該当する事業①市が指定する専門家に相談している②申請中または令和2年4月7日以降に承認された経営革新計画に基づいた取り組み③令和4年2月28日(月)までに実施し完了する 【補助金額】上限50万円(対象事業の2/3) ※実施す

る取り組みが審査の結果、「地域課題解決事業」に認定された場合、上限80万円(対象事業の4/5)に増額します。 ※先着順で受け付けし、申請額が予算額に達した時点で締め切ります。 ⑧6月1日(火)～7月30日(金)に申請書(商工課、市役所1階にある。市ホームページからダウンロードも可)に記入し、必要書類を添付して直接、商工課へ ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

市長通信 輝く!
あげお



センター職員と



市ホームページ

子ども家庭総合支援センターを開設

5月1日、市役所5階に「子ども家庭総合支援センター」を開設しました。

これまで、子ども支援課、子ども・若者相談センター、発達支援相談センターの3つの所属に分かれて行っていた相談業務を一元化し、妊娠期・子育て期の相談から、30代の子ども・若者の相談に至るまで、切れ目のない支援をワンストップで行うことができるようになりました。

開所初日も、早速、母子健康手帳の交付を受けに訪れた妊婦さんに、母子保健コーディネーターが寄り添い、不安や悩みなどがなく丁寧に対応していました。

一言に子育てに関する相談と言っても、妊娠期から子育て期まで、その時々で様々な悩みや不安があると思います。そのため、センターでは、幅広い相談に対応できるよう、専門の資格を持つ職員が、それぞれの状況に応じた支援を行っています。

現在、新型コロナウイルス感染症の影響により、外出する機会が減り、周囲の人と接する機会が少なくなる中で、子育てに関する不安や悩みをひとりで抱え込むようなことはないでしょうか。

しばらく前のことになりますが、私も父親として子育てで壁にぶつかったとき、周囲の皆様からアドバイスをいただき、気持ちが楽になった経験があります。

また、長年、子どもたちの空手の指導に関わる中で、ちょっとした声掛けをきっかけとして、俄然やる気になった子もいました。

子育てには多くの人が関わることが大切です。

妊娠や子育てのことでお困りのことがある時は、決してひとりで悩むことなく、気軽にご相談ください。

市長 山岡 稔

東京 2020 オリンピック
聖火リレー開催に伴う
交通規制

上尾市スポーツ振興課
☎781-8112・☎775-6608
桶川市スポーツ振興課
☎788-4972

東京2020オリンピック聖火リレーが、7月8日(木)に上尾市と桶川市の間で開催されます。聖火リレー開催に伴い、コース周辺で交通規制を行います(右図参照)。交通規制中は一般車両の通行はできません。また、安全と事故防止のため、現場の警察官や警備員の誘導に従ってください。当日は、コース周辺道路の混雑が予想されますが、ご協力をお願いします。

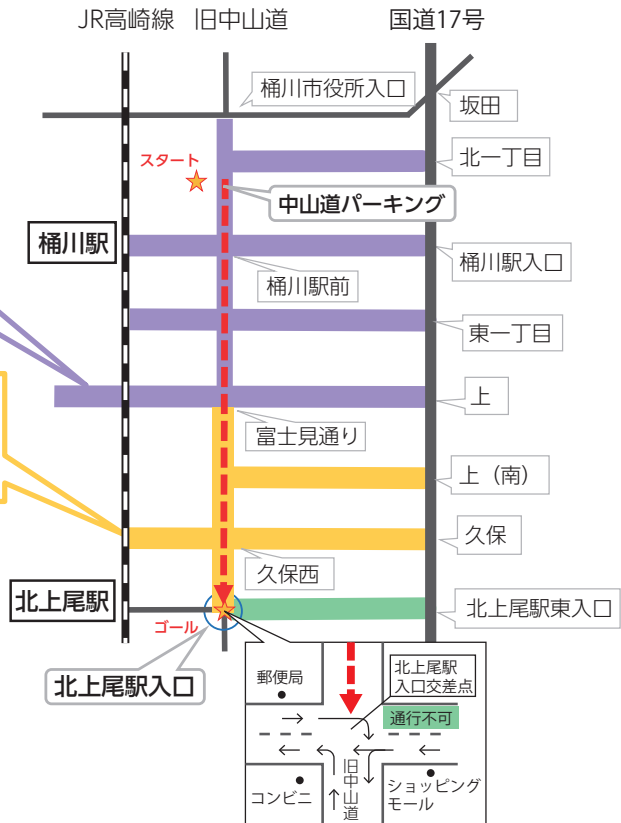
7/8
(木)

富士見通り
アンダーパスは
通行できません

県道上尾環状線踏切を
通過することはできません

交通規制時間(予定)

- > 聖火リレーコース
- 16:30~17:55
- 16:30~18:10
- 17:20~18:30



考えて みませんか 空き家のこと

交通防犯課 ☎775-5138・☎775-9927

全国的に少子高齢化や人口減少が進む中で、空き家の数が年々増加しています。十分な管理がされないまま放置された空き家は、防災・衛生・景観などの面で周辺の生活環境に悪影響を及ぼし、全国的に大きな社会問題となっています。

空き家の所有者などが適切な管理を行わず、周囲の建物や通行人などに損害を与えた場合には、被害者に対する賠償責任を負うことがあります。所有者は、適切に対応してください。



市ホームページ

市では、市民の皆さんからの相談に対応するため、上尾市シルバー人材センター、県宅地建物取引業協会彩央支部と協定を締結しています。

また、「上尾市空き家バンク」を開設し、空き家所有者と利用希望者との橋渡しをするための仕組みを整えています。詳しくは、下記に問い合わせてください。

■除草や見回りなどの軽作業の受託(有料)
シルバー人材センター ☎779-5525

■空き家の利活用に関する相談
県宅地建物取引業協会彩央支部☎778-3030

■空き家バンク、その他の相談
交通防犯課 ☎775-5138

空き家を放置すると
こんな問題が



【令和2年度相談件数】 (令和3年1月末時点、受付総数/138件)

1	樹木・雑草の繁茂	72件
2	害虫・害獣(ハチ・ハクビシンなど)の発生	24件
3	家屋部材の破損・飛散	8件
4	その他	34件

最も相談の多い「樹木・雑草の繁茂」は害虫や害獣が発生する原因にもなっています。

埼玉県後期高齢者医療 健康長寿歯科健診

保険年金課 ☎775-5125
(高齢者医療担当) ☎775-9827
県後期高齢者医療広域連合
給付課 ☎833-3130

県後期高齢者医療広域連合では、健康長寿歯科健診を実施します。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。時7月1日(木)〜令和4年1月31日(月) 所県歯科医師会加入の実施医療機関 対令和2年度に75歳(昭和20年4月2日〜昭和21年4月1日生まれ)と80歳(昭和15年4月2日〜昭和16年4月1日生まれ)になった後期高齢者医療制度の加入者 後期高齢者医療被保険者証、お薬手帳、県後期高齢者医療広域連合からの歯科健診に関する郵送物(6月下旬に対象者へ郵送) 甲直接、希望する実施医療機関へ ※市外の歯科医院でも受診可能です。今年度の市成人歯科健診は受診できませんのでご注意ください。 ※対象者以外の加入者は市成人歯科健診を受診してください。詳しくは『令和3年度版上尾市健康カレンダー』18ページをご覧ください。

児童手当現況届の提出を

子ども支援課 ☎775-5120
☎774-1534

児童手当を受給している人は、毎年6月に現況届の提出が必要です。現況届は6月1日現在の状況(児童の養育状況、所得、加入している年金の種類)を確認し、引き続き手当を受けられるかを審査するものです。該当者には6月初旬に現況届を郵送するので、必要事項を記入後、提出してください。提出がないと、6月分以降の手当が受けられませんので注意してください。

【提出期間】6月1日(火)〜30日(水)

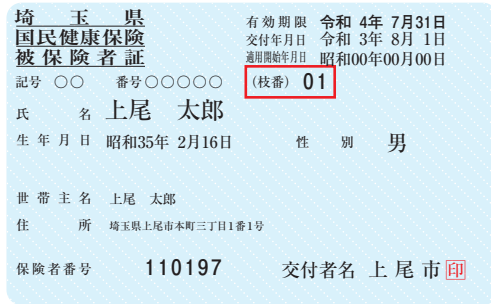
【提出方法】同封の返信用封筒で、郵送または直接、子ども支援課または各支所・出張所へ ※必要に応じて健康保険証の写しなどの書類を添付してください。 ※市ホームページから電子申請することもできます。電子申請にはマイナンバーカードと、マイナンバーカードに対応するスマートフォンまたはICカードリーダーが必要が必要です。



国民健康保険
被保険者証を更新

保険年金課 ㊧78216471
(国保資格・課税担当) ㊧77519827

8月1日(日)から1年間使える国民健康保険(国保)被保険者証を更新します。新しい被保険者証(青色)は、6月下旬から順次、簡易書留で郵送します。また、今年度から保険証番号(記号・番号)に枝番が追加されます。



新しい保険証(イメージ)

■勤務先の健康保険に変更した人

国保を脱退する手続きが必要で、**【必要書類】**国保被保険者証、勤務先の被保険者証、本人確認ができる物、脱退者と世帯主のマイナンバーが分かる物 **【受付窓口】**保険年金課または各支所・出張所

■70歳以上の国保加入者

70歳の誕生日の翌月(1日生まれの人は誕生日)から75歳の誕生日の前日までは、国保被保険者証兼高齢受給者証を医療機関などの窓口で提示することで、負担割合が2割または3割になります。負担割合を判定する所得基準は**左表**のとおりです。負担割合の判定は、同一世帯に属する70〜74歳の国保加入者の所得を基準に行うため、同一世帯の70〜74歳の人は同じ負担割合になります。

自己負担割合 (世帯単位)	判定基準(対象者/同一世帯の70〜74歳国保加入者)
2割	①対象者全員の市・県民税課税標準額が145万円未満 ②対象者全員の旧ただし書き所得(※)の合計額が210万円以下
3割 (現役並み所得者)	上記②に該当せず、市・県民税課税標準額が145万円以上の対象者が1人でもいる

(※)総所得金額、山林所得金額、株式・長期(短期)譲渡所得金額などの合計から基礎控除額43万円(前年の合計所得金額が2,400万円を超える場合は減額)を控除した額(雑損失の繰越控除額は控除しない)

上尾市学校施設更新計画基本計画に関する

地域説明会の開催

教育総務課
㊧775-9469
㊧776-2250

上尾市学校施設更新計画基本計画の策定に伴い、地域説明会を開催します。説明会では、計画の目的や持続可能な教育環境づくりなど、計画の内容について説明します。時・所・定右表のとおり
持上履き 申6月7日(月)9時から住所、氏名、電話番号、希望する回を電話、ファクスまたはメール(㊧s721000@city.ageo.lg.jp)で、教育総務課へ ※参加を希望する本人が申し込んでください。

とき	ところ	定員(先着順)
7/3(土) ①10:00 ②13:30 ③15:30	上尾公民館	各40人
7/10(土) ①10:00 ②13:30	平方公民館	各60人
7/11(日) ①10:00 ②13:30	原市公民館	各60人
7/17(土) ①10:00 ②13:30	上平公民館	各60人
7/18(日) ①10:00 ②13:30	大石公民館	各60人
7/25(日) ①10:00 ②13:30	大谷公民館	各60人

※各回同じ内容です。

防災行政無線を用いた
緊急地震速報の伝達訓練

危機管理防災課 ㊧775-5140 ㊧775-9927

地震や武力攻撃などの災害時に「全国瞬時警報システム(Jアラート)」を通じて送られてくる緊急情報を防災行政無線を用いて確実に皆さんにお伝えするため、情報伝達訓練を行います。これは、全国一斉に行われる訓練です。時6月17日(休)10時ごろ 内下表のとおり

防災行政無線による試験放送

市内に設置してある防災行政無線から、最大音量で一斉に次のように放送されます。

【放送内容】

- ①「こちらは、防災上尾です」
- ②「ただいまから訓練放送を行います」
- ③(緊急地震速報チャイム音)
- ④「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です」を3回
- ⑤「これで訓練放送を終わります」
- ⑥「こちらは、防災上尾です」

11月21日(日) 雨天 決行

2021大会は、ハーフ(世界陸上競技連盟公認・日本陸上競技連盟公認)の部だけ行います。新型コロナウイルスの感染拡大により中止となる場合があります。

参加者募集

2021 上尾シティハーフマラソン

会場・コース▶公道(原市川越線)スタート・上尾運動公園陸上競技場フィニッシュの市内折り返しコース

参加資格▶健康で制限時間内に完走できる人

申込期間▶6月15日(火)~7月31日(土)

※定員になり次第、締め切ります。

支払期間▶8月6日(金)~18日(水)

※支払方法は、クレジット決済またはコンビニ払い込みです。主催者都合で中止の場合は、クオカードなどで返金します(中止の判断時期により、返金額は異なります)。自己都合によるキャンセルは返金しません。

【スタート時間】 大学生・陸連登録者/9:00 一般/9:10
関大学生・陸連登録者/大学生男子の部(学連登録者)、日本陸連登録者(男女)、一般/一般男女(高校生以上、年代別) ※いずれも日本国内に在住の人だけです。

※ハーフに参加する日本陸上競技連盟登録者は、記録が公認されます。

【制限時間】2時間30分(関門制限時間は15*₀地点/1時間55分) 賞7,500円 定5,000人

※選手駐車場は事前申し込みが必要です(先着500台、1台1,500円)。

申込方法▶スポーツエントリー(☎<http://www.sportsentry.ne.jp/>)で申請 ※詳しくは、開催要項(市内公共施設内などで配布)や上尾シティハーフマラソンホームページ(☎<http://ageocity-marathon.com/>)をご覧ください。※参加料を払い込んだ時点で申し込み完了となります。11月上旬に参加通知書を郵送します。

表彰▶各種目1~8位に賞状と賞品、完走記録証

競技規程▶日本陸上競技連盟競技規則と本大会規則による

コースマップ
COURSE MAP

スタート
スタート位置
陸上競技場

折り返し
折り返し地点

拡大図
中分グラウンド
中分スポーツ公園

マラソンコース
変更区間

問い合わせ先
申込方法/上尾シティハーフマラソンエントリーセンター ☎778-5880・☎778-5889(月)~(金)(祝、8月11日(水)~16日(月)を除く)10~17時
大会内容/大会事務局(スポーツ振興課内) ☎781-8112・☎775-6608(月)~(金)(祝を除く)9~17時

令和2年度 情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況

総務課 TEL775-4963・FAX775-9819

市民の知る権利を尊重し、市民に信頼される開かれた市政の発展を目的に情報公開制度を設けています。また個人の権利利益の保護と、公正で信頼される市政を推進するため個人情報保護制度を設けています。

■情報公開制度

市が保有している行政文書を請求または申し出に基づいて公開する制度です。令和2年度の公開の請求・申し出の処理件数は、763件でした(表1)。

公開の請求または申し出を受けた行政文書は、原則として全てを公開することになっていますが、特定の個人が識別される個人情報や法令などの規定により公にすることができない情報などが含まれる行政文書は、非公開になる場合があります。

●**対象の行政文書** 市職員が職務上作成または取得した文書、図画、写真、磁気テープ、磁気ディスクなどです。

【表1】行政文書の公開についての運用状況 (令和3年3月末現在)

実施機関	受付区分	受付件数	処理件数						未処理件数
			公開	部分公開	非公開 (文書不存を含む)	適用除外	取り下げ	計	
市長	請求	358	79	222	53	4	0	358	0
	申出	88	19	65	4	0	0	88	0
	合計	446	98	287	57	4	0	446	0
教育委員会	請求	187	42	31	114	0	0	187	0
	申出	16	10	2	4	0	0	16	0
	合計	203	52	33	118	0	0	203	0
選挙管理委員会	請求	0	0	0	0	0	0	0	0
	申出	11	1	8	2	0	0	11	0
	合計	11	1	8	2	0	0	11	0
監査委員	請求	20	10	2	8	0	0	20	0
	申出	0	0	0	0	0	0	0	0
	合計	20	10	2	8	0	0	20	0
農業委員会	請求	2	1	1	0	0	0	2	0
	申出	0	0	0	0	0	0	0	0
	合計	2	1	1	0	0	0	2	0
水道事業の管理者の権限を行う市長	請求	60	0	60	0	0	0	60	0
	申出	12	1	11	0	0	0	12	0
	合計	72	1	71	0	0	0	72	0
消防長	請求	2	0	2	0	0	0	2	0
	申出	2	0	2	0	0	0	2	0
	合計	4	0	4	0	0	0	4	0
議会	請求	5	0	3	2	0	0	5	0
	申出	0	0	0	0	0	0	0	0
	合計	5	0	3	2	0	0	5	0
合計	請求	634	132	321	177	4	0	634	0
	申出	129	31	88	10	0	0	129	0
	合計	763	163	409	187	4	0	763	0

※「請求」とは市内に在住か在勤または在学の人などが、平成12年4月1日以後に市が作成または取得した行政文書の公開を求めることをいい、「申出」とは請求権のない人が行政文書の公開を求めること、または平成12年4月1日以前の行政文書の公開を求めることをいいます。
※上記以外の実施機関は実績がありません。

●**請求または申し出の方法** 情報公開コーナー(市役所1階)または各担当課で、請求書または申出書を用いています。市は請求または申し出があった日から起算して15日以内に公開・非公開の決定をし、請求者または申出人に文書で公開の日時を、非公開の場合はその理由をお知らせします。

●**審査請求** 請求した人が非公開または部分公開とした決定に納得できない場合には、審査請求をすることができます。弁護士などの専門家で構成された審査会に内容の調査・審議を諮問し、その答申に基づいて裁決します。

■個人情報保護制度

市が保有する個人情報の取り扱いの基本的なルールを定めたものです。これにより個人情報を保護する措置を徹底するとともに、自分の個人情報の開示・訂正などを請求する権利を保障しています。令和2年度の個人情報の開示請求の処理件数は75件で、個人情報の訂正などの請求はありませんでした(表2)。

収集する個人情報は、事務を行うに当たって必要な範囲内の個人情報です。思想、信条など内心の自由についての個人情報や社会的差別の原因となる可能性のある個人情報は、原則として収集していません。

【表2】個人情報の開示などの運用状況 (令和3年3月末現在)

実施機関	受付件数	処理件数						未処理件数
		開示	部分開示	不開示	不存在	取り下げ	計	
市長	72	33	27	0	12	0	72	0
教育委員会	2	0	2	0	0	0	2	0
消防長	1	0	1	0	0	0	1	0
合計	75	33	30	0	12	0	75	0

※上記以外の実施機関は実績がありません。

■会議公開制度

市が設置する各種の審議会・委員会・協議会などの会議を原則として公開するものです。

「会議開催のお知らせ」を情報公開コーナーと各支所・出張所、市ホームページに掲載します。

令和2年度の運用状況は表3のとおりです。

【表3】会議の公開の運用状況 (令和3年3月末現在)

区分	公開	審議事項によっては非公開となる	非公開
開催件数	114	14	28
傍聴人数	60	39	—

財政事情を公表

財政課 ☎775-4247・☎776-8873

毎年6月と12月に財政事情を公表しています。これは市民の皆さんが納めた貴重な税金や国・県からの支出金などが、どのように使われているかをお知らせし、市政について理解を深めていただくためのものです。

今回の収支状況などは令和3年3月31日現在のもので、4月1日～5月31日の出納整理期間の収入・支出は含まれていません。その分を含めた令和2年度決算は『広報あげお』12月号でお知らせします。

引き続き上尾市財政規律ガイドラインに基づき、財政基盤の強化を図り、健全な財政運営に努めてまいります。

■会計別の収支状況

(単位:億円)

会計名	予算現額	収入済額	収入率(%)	支出済額	執行率(%)
一般会計	942.3	851.1	90.3	839.4	89.1
国民健康保険	209.1	194.8	93.2	191.8	91.7
介護保険	175.2	173.2	98.9	156.5	89.3
後期高齢者医療	30.1	29.0	96.3	27.9	92.7
合計	1,356.7	1,248.1	92.0	1,215.6	89.6

■水道事業会計の収支状況

(単位:億円)

会計名	予算現額	収入・支出済額	収入・執行率(%)
収益的収入	48.3	48.6	100.6
収益的支出	45.8	41.9	91.5
資本的収入	7.5	5.4	72.0
資本的支出	27.1	14.5	53.5

■一般会計の収支状況明細

令和3年3月31日現在の市民1人当たりの支出額は、約36万5,398円です。

●歳入

(単位:億円)

款	予算現額	3月末 収入済額	収入率 (%)
国庫支出金	387.7	368.2	95.0
市税	309.9	305.0	98.4
市債	55.8	4.2	7.5
県支出金	53.0	40.6	76.6
地方消費税交付金	44.8	44.7	99.8
地方交付税	27.6	29.8	108.0
繰越金	21.6	21.6	100.0
諸収入	13.9	9.0	64.7
使用料及び手数料	6.9	6.1	88.4
地方譲与税	4.0	4.2	105.0
その他	17.1	17.7	103.5

■国庫支出金…国と市が共同で行う事務・事業に交付されるお金

■市税…個人や法人が市に納める税金

■市債…道路や学校などの整備を行うために銀行などから借りるお金

■県支出金…県と市が共同で行う事務・事業に交付されるお金

■地方消費税交付金…消費税のうち一定割合が人口などに応じて全国の市町村に交付されるお金

■地方交付税…一定水準の行政サービスを提供するため、国から交付されるお金

■繰越金…前年度の会計から持ち越されたお金

■諸収入…市の預金利子や貸付金の元金収入など、他の収入には含まれないお金

■使用料及び手数料…施設の使用料や住民票などを取得する時にかかる手数料

■地方譲与税…国税として徴収される自動車重量税などのうち、市に譲与されるお金

●歳出

(単位:億円)

款	予算現額	3月末 支出済額	執行率 (%)
民生費	571.6	537.5	94.0
衛生費	85.3	51.8	60.7
総務費	70.3	56.9	80.9
公債費	64.2	64.2	100.0
教育費	55.0	46.7	84.9
土木費	46.4	36.5	78.7
消防費	28.2	27.1	96.1
商工費	11.9	11.5	96.6
議会費	4.3	4.1	95.3
災害復旧費	3.3	1.7	51.5
農林水産業費	1.6	1.4	87.5
予備費	0.2		

■民生費…保育所の運営、高齢者や障害のある人へのサービス提供などの費用

■衛生費…ごみ・し尿の処理、環境対策、健康推進などの費用

■総務費…選挙、戸籍、徴税、庁舎管理などの費用

■公債費…借り入れたお金の返済などの費用

■教育費…学校、図書館、公民館などの管理・運営、文化・スポーツ振興の費用

■土木費…道路、河川、公園の整備・管理、都市整備などの費用

■消防費…消防施設の整備や救急活動、災害対策などの費用

■商工費…商工業の推進や振興などの費用

■議会費…議会運営などの費用

■災害復旧費…災害によって生じた被害の復旧の費用

■農林水産業費…農林水産業の推進や振興などの費用

■市債の状況

令和3年3月31日現在の市民1人当たりの市債残高は、30万8,843円です。

区分	金額
一般会計	505億2,444万円
水道事業	30億5,040万円
公共下水道事業	173億7,535万円
合計	709億5,019万円

※市債とは学校や道路、上下水道などの公共施設を整備するために国や県、金融機関などから借り入れたお金です。

■市有財産の状況

市が保有する主な財産は、以下のとおりです。

(単位:㎡)

	土地	建物
行政財産	1,777,115	376,721
普通財産	112,063	6,271
合計	1,889,178	382,992

※行政財産とは、庁舎、消防施設など市が直接使用する財産や学校、公民館、公園など、市民が共同利用する施設です。

※普通財産とは、貸し付けなどができる特定の使用目的を持たない財産です。



高齢者が自立し、生きがいをもって生活が送れるように支援するとともに、その家族の介護負担を軽減するためのサービスです。詳しくは、高齢介護課に問い合わせてください。※サービスはいつでも市内に住所がある人が対象です。

高齢介護課 ☎775-5124・☎776-8872

ご利用ください

高齢者サービス

手当・給付など

●要介護高齢者手当の支給

☑年3回(8・12・4月)、月額1万円(申請月から)を支給
 ☑65歳以上で、介護保険で要介護4・5の人(施設や医療機関などの入所・入院者を除く) ※世帯を構成する全員が市民税非課税であることが条件です。 ※要介護高齢者介護者慰労金の支給を受けている人を除きます。

●要介護高齢者介護者慰労金の支給

☑年3回(8・12・4月)、月額1万円(申請月から)を支給
 ☑65歳以上の介護保険で要介護4・5の人(施設や医療機関などの入所・入院者を除く)と同居し、常時介護している人 ※要介護高齢者手当の支給を受けている人を除きます。

●紙おむつの給付

☑申請月から月1枚(4,690円)の紙おむつ券を交付し、次の①②のいずれかの方法で紙おむつを給付①市指定の薬局・薬店で紙おむつ券と紙おむつを交換②償還払い(市指定の薬局・薬店以外で紙おむつを購入した場合に、領収書またはレシートを添付して申請すると、購入代金を指定口座に振り込む) ☑65歳以上で、介護保険で要介護4・5の人(施設や医療機関などの入所・入院者を除く) ※世帯の生計中心者(所得の最も多い人)が所得税非課税(8月からは、世帯を構成する全員が市民税非課税)であることが条件です。

●住替家賃の助成

☑民間賃貸住宅に住み、取り壊しにより転居を求められた高齢者世帯に、転居後の家賃の一部を1年間助成(転居先は市内の民間賃貸住宅に限る) ※立ち退き請求があった時点での相談が必要です。【助成金額】転居後の住宅の月額家賃から転居前の住宅の月額家賃を減じた額(月1万円を限度) ☑市内に引き続き1年以上居住する65歳以上の一人暮らしの世帯または65歳以上の人を含む60歳以上で構成する世帯(世帯の生計中心者(所得の最も多い人)の前年度分の市民税所得割が非課税の世帯) ※生活保護を受けている人を除きます。

●日常生活用具の給付

☑火災警報器、自動消火器、電磁調理器を給付(事前に防災の配慮が必要かどうかの調査あり、種目ごとに1個まで) ☑おおむね65歳以上の在宅で寝たきりまたは一人暮らしの人 ※世帯を構成する全員が市民税非課税であることが条件です。 ☑給付内容ごとの基準額を超えた場合は、自己負担あり

生きがいづくり

●いきいきクラブ

☑自治会などを単位に活動している自主的組織のクラブ

☑時とき ☑所ところ ☑内内容 ☑対対象 ☑費用・金額 ☑申請申込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 ☑問問い合わせ

で、新しい仲間づくりや生きがいづくり、健康づくりを目的に、スポーツ、レクリエーション、趣味活動、ボランティアや地域活動を実施 ☑おおむね60歳以上の人

●老人だんらんの家

☑地区集会所など ☑健康維持と介護予防を目的として、高齢者同士が気軽に集い交流 ☑該当自治会などのおおむね60歳以上の人

●老人福祉センターことぶき荘(☎776-2265)

☑健康増進とレクリエーションの施設(無料入浴あり) ☑60歳以上の人 【開館日】(月)~(金)9時30分~16時(敬老の日を除く(祝)と12月28日~1月4日は休館) ※詳しくは、ことぶき荘に問い合わせてください。

あんしんサービスなど

●徘徊高齢者等探索サービス

☑徘徊高齢者が所在不明になった時に居場所を確認できる位置探索端末機を貸与 ☑おおむね65歳以上の、在宅で認知症による徘徊症状のある人または初老期認知症の人を介護している人 ☑月額165円(開始時負担2,750円)

●緊急通報システム

☑緊急通報機を貸与 【機器使用料】月額1,320円 ※世帯の生計中心者(所得の最も多い人)が所得税非課税(8月からは、世帯を構成する全員が市民税非課税)の世帯は無料です。【通話料】自己負担 ☑市内に住所があり、おおむね65歳以上で、日常生活上、常時注意が必要な人または外出困難な在宅の重度身体障害者

●配食サービス

☑栄養バランスの取れた食事を自宅まで配達 ※市が指定した「あげお配食サービス協力店」から希望の店を選択してください。 ☑食事の支度が困難な高齢者や障害者 ☑各あげお配食サービス協力店 ※パンフレットは、高齢介護課、各支所・出張所・公民館・地域包括支援センターで配布しています。

●ヘルプカード

☑高齢者や障害のある人(難病患者を含む)などが、災害時や緊急時、日常生活の中で困った時に、必要な支援や配慮を周囲の人をお願いするためのカード

●ヘルプマーク

☑外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている人が、周囲の人にそのことを知らせ、援助を得やすくするためのマーク

●あんしん証

☑顔写真入りで、公共施設の料金割引時の年齢確認や、外出時の緊急連絡用カードとして利用可能なカード ☑60歳以上の人 ※公的証明には使用できません。



フレイルを予防し、健康寿命を延ばそう！



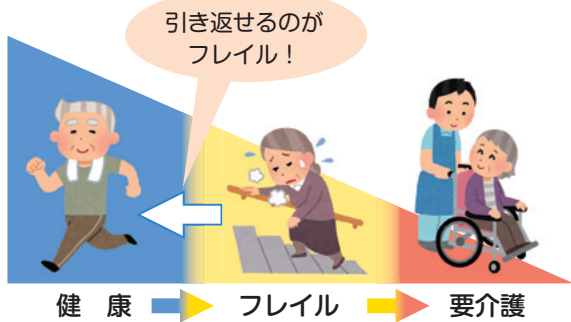
そもそも

「フレイル」って何？

フレイルとは、加齢に伴い体のさまざまな機能低下が進み、それにより健康障害が起こりやすい状態のことで、健康な状態と介護が必要な状

態の間です。要介護状態になると、元の状態に戻ることは難しくなりますが、フレイルの段階で対策を行えば健康な状態を取り戻すことができるといわれています。大切なことは、早めに気付いて、適切な取り組みを行うことです。

健康増進課	774-11411	776-17355
高齡介護課	775-14190	776-18872
保険年金課	782-6494	775-19827



健康 → フレイル → 要介護

✓ フレイルチェック

下記の5つをチェックしてみましょう。

チェックの数が多いほど「フレイル」の可能性が高い状態です。

- 体重の減少**…意識して減量しているわけではないのに6カ月で2〜3kg以上体重が減った。
- 疲労感**…以前より疲れたような感じがする。
- 身体活動の低下**…外出しなくなった、人との交流が減った。
- 筋力の低下(握力の低下)**…ペットボトルのふたが開けにくくなった。
- 歩行速度の低下**…以前より歩くのが遅くなったと感じる。

フレイル予防の食事 語呂合わせで簡単チェック

「さあにぎやか」にいただく

10の食品群をチェック + 主食(ごはん・パン・麺類など)



10の食品群を毎日7つ以上食べましょう。

少量でも食べたら、1つに数えます。

いきなり7つを目指すのではなく、足りないものを1つずつ追加していきましょう。

※食事療法を受けている方は主治医や管理栄養士に相談してください。

自立して元気に過ごす活動源は日々の食事です。毎日1日3食、主

その1 **栄養と口腔機能**

「さあにぎやかにいただく」は、東京都健康長寿医療センター研究所が開発した食品摂取多様性スコアを構成する10の食品群の頭文字をとったもので、ロコモチャレンジ推進協議会が考案した合言葉です。

《口の機能を鍛える発声練習》「パタカラ体操」(できるだけ大きな声で)

食べ物をしっかりかんで飲み込むためには、歯、舌、唇、そしゃく筋をうまく動かす必要があります。かんでのどの奥に食べ物を送ることは、発声することと同じように舌や唇、そしゃく筋を使っているため、発声練習をすることでかむ力を鍛えることができます。

破裂音の「パ」は唇をしっかりと開けて発音します。

パ

「タ」は舌を上あごにしっかりとつけて発音します。

タ

「カ」はのどの奥に力を入れて発音します。

カ

「ラ」は舌を丸め、舌尖を前歯の裏につけて発音します。

ラ

- ・「パパパ・タタタ・カカカ…」と3回繰り返します。
- ・「パタカラ・パタカラ…」と5回繰り返します。

出典：東京都老人総合研究所 いきいき生活をつくる介護予防 口腔機能向上プログラム、2006

食・主菜・副菜をそろえて、いろいろな食品を食べ、栄養不足にならないことが大切です。主食(ごはん、パン、麺類など)と10食品群を毎日食べることを心掛けましょう。

その二
運動

フレイル予防の取り組み

家の中にいて「動かないこと」生活不活発が続くと、心身の生活機能が衰えて、フレイルが進行します。寝たり座ったりしたままで動かないという時間をなるべくなくし、積極的に体を動かしましょう。
(撮影協力 リハビリデイサービス アクテイ)

- 持病がある人は医師の許可を得て行いましょう。
- 転倒に十分注意し、何かつかまれるものがあるところで行いましょう。

● 壁を使った腕立て伏せ (10~20回)



〈方法〉

- ①腕が地面と水平になるように、まっすぐ伸ばした状態で壁に手をつきます。
- ②3~5秒程度かけて壁に向かって腕立て伏せを行うように前方に倒れます。

● スクワット (10回を1セットで1日3回)



呼吸を止めず、数を数えながら行いましょう

ひざがつま先よりも前に出ないようにしましょう

〈方法〉

- ①両足を肩幅に開き、まっすぐ立ちます。
- ②ひざを半分曲げながら体も前へ倒します。
- ③ゆっくりと元の姿勢に戻します。

周囲への関心が薄れると知的活動が減少し、認知機能の低下につながります。日常の生活習慣を見直して、いきいきと過ごしましょう。



生活見直しポイント

- ①服装…朝起きたら着替える。
- ②身だしなみ…歯磨き、化粧やひげの手入れなどをする。
- ③生活リズム…朝決まった時間に起きて、しっかり朝食を食べる。
- ④家庭での役割…家事、ゴミ出しなど家庭での役割を持つ。

● 足踏み (10~30秒を3回)



〈方法〉

その場でなるべく早く腕振りと足踏みを行います。

できるだけ早く大きく意識して数を数えましょう

その三
人とのつながり

フレイル予防の取り組み

新型コロナウイルスの感染拡大防止のために不要不急の外出を控えることで孤立しないよう、家族や友人と交流するなどして、心身の健康を保つために、お互いに支え合ひましょう。

また、買い物や生活の支援、困ったときに助けを呼べる相手をあらかじめ考えておきましょう。電話やメール、手紙の活用や、オンラインでの交流など、新しい交流の仕方を考えてみましょう。

交流方法を工夫しましょう!



時とき 所ところ 内容 対対象
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」

費費用・金額 ※記載のないものは「無料」
問問い合わせ

定定員 持持ち物

地域密着、
身近な話題を
体験取材!

まちかど

特派員だより

カッコウとミツバチを探しに！

晴れた日、荒川近くに行く
と、おなじみのウグイスと、
特定外来生物でにぎやかなガ
ビチョウ(写真①)に出会える。
大石地区では5月下旬から
6月にかけてカッコウ(写真
②)に出会える。カッコウは
減少傾向というが、目撃例や
鳴き声を聞くとなぜかうれし
い。以前は電線やテレビアン
テナなどに止まっていたが、
この数年、宮前公園のコナラ
や近くのケヤキのてっぺんで
鳴いている。ことしもそろそ
ろカッコウの出番だ。カッコ
ウが鳴いているコナラの高木
に近づき、撮影しようと息を
殺してじっと見上げている
と、オーストラリアでコアラ
を探しに出掛け、ユーカリ林
を歩き回った時のように首筋
が痛い。

市内の畑や空き地では花盛
りを過ぎたコマツナ、ダイコ
ン、土手のセイヨウカラシナ、
半日陰のシヨカツサイ、今頃
はハブ類も加わり、その中
で多様な昆虫が求蜜している。
それに混じってミツバチが羽
音を立て、花粉蜜を集めてい
る。よく見ると、全身が黄赤
色のミツバチ(写真③)とやや
細身で黒っぽいミツバチがい
ることに気付く(写真④)。

前者は明治初期に持ち込ま
れたセイヨウミツバチ、市内
でも家畜として養蜂に利用さ
れている。多様な花蜜植物で
花粉蜜を集め、水田や水槽な
どでは吸水に集まる蜂群が観
察できる。セイヨウミツバチ
に刺されると、普通10日余り
で治るが、アナフィラキシー
ショックが心配な人は要警戒
である。

後者の野生のニホンミツバ
チはおとなしく、私は刺され
たことがない。市内では公園
や雑木のサクラやエノキの
洞穴、住宅地では薄暗い木樽
内や井戸の蓋下、床下、墓石
の間などで巣を見た。蒸し
暑い日には巣別れし、近くの
雑木や梅の古木に、女王を囲
んで働き蜂が蜂球をつくるこ
とがある。古くから養蜂に利
用されていて、セイヨウミツ
バチの蜜に比べ流れるように感
じる。

時節柄、遠出しなくても市
内にはまだまだ多様な生き物
や自然に出会えるチャンスが
ある。安全に楽しみたいと思
う。

大石地区
ひらい
平井 一男さん



写真1 ガビチョウ



写真2 カッコウ



写真3 セイヨウミツバチ



写真4 ニホンミツバチ

市民の情報交流スポット



アッピーNET掲載団体募集

アッピーNETは市民の皆さんの交流の場として、
催しなどへの参加者募集「おいでください」と、各団体の
サークル会員募集「いきいきサークル」を掲載してい
ます。観客を増やしたい・会員数を増やしたい団体は
気軽に申し込んでください。申し込み方法など、詳しく
は市ホームページをご覧ください。



おいでください

■第44回ふれあい住宅デー 6月13日(日)
10:00~12:00、愛宕公民館・西上尾第
一団地・他市内4カ所 当日 埼玉土建
富江圏773-9863 **ひと言!** 住まいの相談、
リフォーム相談なら埼玉土建の住宅デー。

いきいきサークル

●大石色鉛筆画の会 毎月第3(金)13:00~
16:00、大石公民館 費月額500円(入会金
1,000円) 甲横村圏080-6786-8403(18:00
まで) **ひと言!** 色鉛筆で絵を描いてみま
せんか。初心者歓迎見学に来て。

●ミハニーズ(ヒップホップダンス) 毎
週(金)キッズ(3歳~小学1年生)15:45~
16:45・ジュニア(小学2~6年生)16:50~
17:50、大谷公民館 乙3歳~小学6年生
費月額4,500円 甲高橋圏080-3709-3820
ひと言! 見学・体験実施中。ダンス始めて
みませんか?

●詩吟 薫教室 毎月2回(水)9:30~11:30、
上尾公民館 費月額2,000円 甲野水圏
080-6739-1316 **ひと言!** 声の武道詩吟を
朗々と吟ずれば心豊かに、長息で長生き。



定…定員 乙…対象 費…費用 持…持ち物 当日…当日、直接会場へ 申…申し込み

スポットライト

～人・仲間～



しま 島

ただし 正さん
(瓦葺在住)

SPOT LIGHT
The life of a great person

「駄菓子屋をやるのは『生きがい』です」。そう笑顔で話すのは平成23年4月にオープンした駄菓子屋「島じいの店」の店主、島正さんです。

島さんは、現在70歳。健康的で充実した日々を過ごしています。平成23年3月末まで警視庁に勤める警察官でした。警察官時代は、機動隊を経て犯罪捜査や鑑識などを歴任し、大きな事件の鑑識にも携わってきたそうです。

平成に入り懐かしく親しみのある駄菓子屋は大きく減少しました。警察官からの第2の人生として、駄菓子屋をオープンしたきっかけは、「子どもが好きだから」。警察で培った経験を活かしながら、学校の先生や親以外の目線で、何か子どもたちに伝えることはできないかと考えた結果、駄菓子屋を開くことを決意したと振り返ります。

定年を迎える前から、少しずつ準備を進め、なんと定年を迎えた日の翌日には、駄菓子屋「島じいの店」をオープンさせました。

駄菓子屋での買い物を通じて、初めてお金に触れたり、計算を身に付けたりする子どもも多いそうで、島さんは、買物をする子どもに対して、自ら考えて買



接客する島さん

定年後からの駄菓子屋経営

健康的で充実した第2の人生

い物ができるように問い掛けます。また島さんが警察官時代の経験から、いたずらをしてしまった子どもを見つけた時には、ただ一方的に叱るのではなく、子どもの真意を聴くために「じっくり話す」とを心掛けているそうです。子どもの成長を願って、アドバイスを自分の経験談を話しながら子どもたちと接しています。駄菓子屋をやっている中で嬉しかったことを尋ねると、昔、買い物に来ていた子どもが大人になり「島じい！元氣？」と遊びにきてくれることや、「警察官になりたいんだ」といった進路の相談を受けられることだそうです。

「駄菓子屋をやるのは『生きがい』です」と語り、その今まで培ってきた経験を存分に活かしながら、子どもたちの成長を見守る島さんは、とても健康的で、充実した表情をしていました。

閑静な住宅街の中にポツンと見付けた駄菓子屋は、大人には懐かしくもあり、子どもには新しくもある。そんな温かい空間がありました。そこには子どももの笑い声と、島じいの優しい笑顔があふれています。



店内で買い物する親子

読者の声

「クイズ アッピーを探そう！」(2ページ参照)で寄せられた『広報あげお』への感想・意見を紹介します。今月は5月号です。

⇒ 広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873 ※内容は一部要約しています。

表紙 2020-21 V.LEAGUE DIVISION1 WOMEN V Cup 祝 優勝埼玉上尾メディックス表敬訪問

- 埼玉上尾メディックスの皆さんのさわやかで晴れやかな笑顔、とてもすてきでした。(60代・女性)
- 埼玉上尾メディックス、おめでとう!(40代・男性)

優勝おめでとうございます。これからも埼玉上尾メディックスと選手を応援しましょう。



特集 高齢者(65歳以上)への新型コロナウイルスワクチン接種開始

- ワクチン接種開始の事に関して大変分かりやすく助かりました。(80代・男性)
- コロナワクチンの情報、これからも期待しています。(50代・女性)

これからも新型コロナウイルスワクチン接種に関する情報を分かりやすくお伝えしていきます。



『広報あげお』は、読者の皆さんの感想を参考にし、より良い誌面作りを目指しています。これからも皆さんの感想をお寄せください。





未来へ すくすく! わが家の アイドル



パパもママもお兄ちゃんも
お姉ちゃんもすずずにメロ
メロ♡

さとう すずな
佐藤 涼楠ちゃん
R2.5.27生 (1歳)

西宮下

市内に在住の未就学児の写真(画像データ可)に、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、保護者の一言、
申し込み 住所、電話番号を添えて、郵送(〒362-8501本町3-1-1)またはメール(✉s55000@city.ageo.lg.jp)
で広報広聴課へ ※掲載は1人1回限り。写真は返却しません。



もうすぐお兄ちゃんになる
ね♡りんちゃん
の笑顔が大
好きだよ♡

いずみ さわりん
出澤 凜くん
R2.1.17生 (1歳)

浅間台



この笑顔にいつも癒やされ
ています♡一緒に過ごす毎
日がとっても幸せだよ!

いとう かなめ
伊藤 要くん
H30.11.28生 (2歳)

原市



いつも癒やしと笑顔があり
がとう♡元気にすくすく
育つてね★

いとう こうのすけ
伊藤 滉之助くん
R2.1.1生 (1歳)

瓦葺

小・中学生の皆さんの絵や工作、書、好きな本など、さまざまな作品を紹介します!
⑧(書) **ミニバス団員の今年の目標 早くみんなとバスケットがしたい!!**



年始に各メンバーの目標を書き初めに書きました。ことしは思うように練習や試合もできていま
せんが、目標に向かって個人練習に励んでいます!!
もりた りく
森田 陸さん (大谷小6年)

見て魅て!!
私のミニバスケット

応募作品を大募集

『広報あげお』に自分の作品を載せてみませんか? 絵や工作、好きな本の紹介など自分の好きなもので応募してみよう!
⑨市内に在住の小・中学生 【募集部門】①絵・工作・書・写真②俳句・標語(テーマ/学校)③作文(400字以内、テーマ/趣味や、夢中になっているもの)
④好きな本の紹介 ⑤保護者を通じて、作品(①は撮影した電子データが写真プリント)、作品名(絵・工作・写真だけ)、作品のコメント(100字以内)、住所、
氏名(ふりがな)、保護者氏名、電話番号、学校名、学年を直接か郵送、またはメールで広報広聴課(〒362-8501本町3-1-1、✉s55000@city.ageo.lg.jp)へ
※①の現物は受け付けできません。

小学校 給食レシピ 104



チーズタッカルビ 159*_{100g}

- 材料1人分 分量(2人)
- 1 炒め油.....2
 - 2 鶏もも肉皮無し (食べやすい大きさに切る).....60
 - 3 根ショウガ(みじん切り).....0.6
 - 4 ニンニク(みじん切り).....0.3
 - 5 酒.....0.2
 - 6 上白糖.....0.5
 - 7 濃口しょうゆ.....0.2
 - 8 ニンジン(いちょう切り).....10
 - 9 タマネギ(スライス).....25
 - 10 キャベツ(2割).....50
 - 11 清酒.....1.2
 - 12 上白糖.....0.5
 - 13 濃口しょうゆ.....3
 - 14 コチュジャン.....0.9
 - 15 食塩.....0.3
 - 16 白こしょう.....0.01
 - 17 ニラ(3割).....8
 - 18 細切りチーズ.....8.5
 - 19 でんぷん.....1.2
 - 20 水.....2.4

*分量は、給食(大量調理)で作る量です。家庭で調理する際は、適宜調整してください。

- 作り方
- ①鶏肉に3~7で下味をつける。
 - ②鍋に油を熱し、①の鶏肉を炒める。
 - ③鶏肉に火が通ったら、ニンジン・タマネギ・キャベツの順に炒め、11~16で調味する。
 - ④野菜がやわらかくなったら、ニラ・チーズを加え、水溶きでんぷんでとろみをつける。
- 学校保健課 ☎775-9683・☎775-5633

暮らし

求人企業合同面接会

④ 6月22日(火)13～16時(受け付け/12時～15時30分) 所 大宮ソニックシティビル(さいたま市大宮区桜木町1-7-5)

⑤ ① 企業の採用担当者と面接 ② 令和4年3月に大学・短大・専門学校卒業見込の人または3年以内の既卒者 ③ 履歴書(複数枚) ※参加企業名は、県雇用対策協議会ホームページ(<http://www.kotaikeiyou-saitama.ne.jp/>)をご覧ください(6月初旬に掲載予定)。 ④ 県雇用対策協議会 ⑤ 647-4185・FAX 647-6150

優良運転者の表彰

10月2日(土)にイコス上尾で優良運転者表彰式を行います。 ① 無事故無違反の期間が① 5～10年未満(職業運転者は3年以上) ② 10～15年未満 ③ 15～20年未満 ④ 20～25年未満 ⑤ 25～30年未満 ⑥ 30～35年未満 ⑦ 35～40年未満 ⑧ 40年以上 ※過去の受賞年数より

短いか同年数の人、過去に県警本部長か交通部長以上の表彰を受けた人を除きます。⑤～⑧は交通部長以上の表彰を受けた人も対象です。 ※過去に40年以上の表彰を受けている人は、申請方法が異なりますので、無事故無違反証明書の申請手続きをする前に、交通安全協会事務局に問い合わせ

てください。 ④ 6月1日(火)～7月30日(金)(平日だけ)8時30分～17時(12～13時を除く)に申請書に必要事項を記入し、無事故無違反証明書(令和3年6月1日以降に自動車安全センターで発行された物)、職業運転経歴証明書(職業運転者3年以上5年未満の人だけ)、上尾地方交通安全協会

会員証(写しも可)を用意して直接、同協会事務局(上尾警察署内)または各支所へ ※申請書は事務局、各支所にあります。受賞者には9月上旬に郵送で通知します。 ⑤ 上尾地方交通安全協会 ⑥ 771-4176・FAX 778-9299

176・FAX 778-9299



あったか手話教室

障害福祉課 ☎775-5315・FAX776-8872

日常生活で使える手話を一緒に学びませんか。市ホームページでは手話動画を公開中です。今月は「上手・うまい」を紹介します。



左腕を右手でなで下ろす

上手・うまい

協力 上尾市聴覚障害者協会

あげお観光情報

市観光協会 ☎775-5917・FAX775-5024

2021-2022市観光協会推奨土産品 新商品紹介(第3弾)

市観光協会推奨土産品に認定された新商品12品を『広報あげお』4月号から3回にわたって紹介してきました。今回で最後の紹介となります。あげお お土産・観光センターで購入できる商品もあるので、普段の購入やお土産としてご利用ください。



【第2ぷちとまと】
薬膳ジンジャーパウンドケーキ
所南13-3
☎788-2692

日本薬科大学と市が共同研究した商品です。オリジナルのパウンドケーキにジンジャーとカルダモンを絶妙にブレンドしています。



【橋矢島園】
エキナセア(粉末)
所上野241-1
☎725-2055

上尾産エキナセア100%使用。体の免疫を強化すると話題の健康茶をパウダー状で飲みやすく作りました。



【キムチショップあげお】
いろいろ使いたくなっちゃうキムチのたれ
所ニツ宮904-12
☎775-5311

上尾の野菜を使用し、無添加で作っています。いろいろな料理に利用できる便利なキムチのたれです。



【上尾らぁめん】
上尾らぁめんの食べるラー油
所愛宕1-27-28
☎779-8489

ラーメン以外の料理にも使える調味料として作りました。鍋や野菜炒めにも使用してもおいしいです。

あげお お土産・観光センター
所宮本町3-2 A-GEOタウン2階 ☎780-2266
営業時間: 10:30～18:30(月定休)





ツイッター・インスタグラムも更新中!
#上尾市観光協会

市観光協会ホームページ

時とき 所ところ 内容 対象 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定員 持ち物
申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問い合わせ

19 Ageo 広報あげお 2021.6 No. 1047

**行政書士による
無料相談会**

■6月12日(土)13時30分～16時
 所文化センター 〇終活全般
 と成年後見・相続・遺言 ※
 エンディングノートを差し上
 げます。 〇6月11日(金)まで
 に電話で、コスモス成年後見
 サポートセンター埼玉県支部
 の小杉へ 〇コスモス成年後
 見サポートセンター埼玉県支
 部の小杉 〇71-7508

**6月23～29日は
男女共同参画週間**

毎年6月23～29日を「男女
 共同参画週間」と定め、市や
 県ではさまざまな啓発事業を
 実施しています。今年度の

**次回の税などの納付期限
6月30日(水)**

◇市・県民税 ……………第1期

便利で確実な口座振替をご利用ください。

納税課 〇775-5135

キャッチフレーズは「女だか
 ら、男だから、ではなく、私
 だから、の時代へ。」です。

男性と女性が職場・学校・
 地域・家庭で、それぞれの個
 性と能力を発揮できる「男女
 共同参画社会」を実現するた
 め、この機会に男女のパート
 ナーシップについて、考えて
 みませんか？ 〇人権男女共
 同参画課 〇778-5111・〇
 778-5112

6月は環境推進月間

私たちの生活の中から余分
 なエネルギー消費を抑え、無
 駄のない生活「エコライフ」を
 送ることで地球温暖化の原因
 となる二酸化炭素(CO₂)を
 少なくすることができます。

●市の節電 5～10月に本庁
 舎、各出先機関で、室温が28
 度になるよう冷房を調整し、
 軽装で執務する「クールビズ」
 を実施しています。また節電
 対策の一環で公共施設の一部
 消灯なども行っています。
 ●夏の節電 夏に向けた節電
 への取り組みを始めましょ
 う。室温が28度になるよう
 冷房を調整する／すだれやよ

しず、グリーンカーテン(市
 の奨励金制度あり)などを活
 用する／家庭用電気製品を買
 い替えるときは、省エネラベ
 ルの表示がある物など、消費
 電力の小さい物を選ぶ／冷蔵
 庫の詰め込み過ぎに注意し、
 扉の開け閉めは少なくする

●夏のエコライフDAY 簡
 単なチエックシートを使用し
 て、定められた取り組み項目
 をチエックし、削減したCO₂
 の量を計算する取り組みで
 す。 〇環境政策課 〇75-69
 25・〇75-9872

**児童を狙った不審者対策
四つの約束を家族で確認**

児童を狙う不審者は、子ど
 もに対し、「お菓子あげる」「〇
 〇はどこにある?」などと声
 を掛けて、近づいてきます。
 子どもの安全のために、家族
 で次の①～④の四つの約束を
 確認しておきましょう。①一
 人にならない②知らない人
 について行かない③大きな声で
 助けを呼ぶ④誰とどこで何時
 まで遊ぶかを家の人に話す
 〇上尾警察署 〇773-01
 10

庭木 1本から承ります!

営業時間 9:00～17:00

生垣の剪定
幅1m×高さ2m
通常2,200円を
先着10名のみ (※税込)
1,100円!

見積無料

- 〇庭木1本より明瞭料金
- 〇土日でもOKです
- 〇トイレはお借りしません
- 〇お茶はご遠慮します

御用の方はお電話にてご連絡ください
 株式会社ガーデンエクスプレス
048-652-2855
 本社受付センター
 上尾支店/上尾市大谷本郷 339-21-201 埼玉支店/さいたま市北区本郷町 1576

塗装工事、「ちょっと待った!」

知らないと損をする小冊子「絶対に失敗しない塗装工事8つの対策」を30名様無料進呈

国民生活センターの調べによると、住宅リフォームに関する相談件数は昨年度10,550件。コロナ禍で前年より減少しましたが、依然として多くの被害相談が寄せられています。訪問販売・点検商法の上、ベンギを薄めたり、工程を省いた手抜き工事など、塗装工事のトラブルも相変わらず多いです。「大手だから」「知り合いだから」など、安心して頼んだのに失敗した、損をした、などの声もよく耳にします。これらの被害は正しい情報を知るだけで、簡単に防ぐことができます。

そこで当会では、トラブルに巻き込まれないためのポイントをもとめた小冊子「絶対に失敗しない塗装工事8つの対策」を作成、内容は、①見積書の比較の仕方②確実な工事をさせるための魔法の一言③価格のからくりなど、業界の掟破りの裏情報満載です。今回は、本誌読者様先着30名様にはプレゼント致します。(同業者の請求は固くお断り)

ご希望の方は、郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記の上、
 〇048(788) 6699
 24時間録音FAX
 〇048(729) 4741
 又はハガキ・メール
 (info@assishan.biz)へ
 簡単に応募できます。
 お問い合わせ
 住まいの長寿リフォ
 ーム研究会
 〇048(729)
 4740
 さいたま市見沼区
 東大宮4-2-6-13
 アシストプラン(担当 廣瀬)

多文化共生ボランティア講習会

災害時の外国人市民支援を学びます。 時 7月17日(土) 13時

17時 所 市役所7階大会議室

内 災害時の外国人支援方法、

多言語情報センターの運営

【講師】高橋伸行さん(地域国際化推進アドバイザー)

35人(先着順) 申 7月9日(金)

までに氏名、電話番号、メールアドレスをメールで市民協働推進課へ

※新型コロナウイルスの状況によっては、オンラインで開催

します。 閩市民協働推進課

7・☎53300@city.ageo.lg.jp

☎75-4597・☎75-0000

令和2年度

コミュニケーション助成事業

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に、コミュニケーション助成事業を実施しています。令和2年度コミュニケーション助成事業の一環として、次の物を整備しました。 原市五区町内会/集会所備品(テーブル、

椅子など) 閩市民協働推進課 ☎75-4539・☎75-0007



原市五区町内会に整備した集会所備品

雨水貯留施設(雨水タンク)設置費補助金

雨水流出の抑制と雨水の有効利用を促進するため、予算の範囲内で補助金を交付します。 閩市内に住所があり、自己の家庭用として雨水貯留施設を設置し、維持管理ができる人 【補助対象となる雨水貯留施設】既製品で貯留容量が100リットル以上のもの 【補助金額】購入・設置に要した費用の2分の1の額で上限3万円



雨水タンク

【申請書(河川課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、必要書類を用意して直接、河川課へ ※雨水貯留施設の購入前に申請し、補助金交付決定後に、購入・設置することになります。 閩河川課 ☎75-9381・☎75-9906

令和2年版『統計あげお』を市ホームページに掲載

統計調査(国勢調査、経済センサス、工業統計調査など)の結果や、人口・環境・福祉・教育・行財政などの統計資料を収録しています。冊子版は情報公開コーナー(市役所1階)、図書館本館・分館、情報提供スポット(平方・原市・大石・上平・大谷公民館)で閲覧できます。 閩総務課 ☎75-4989・☎75-9819

ピカピカのお家で過ごしましょう! 広告

外壁塗装専門店佐藤塗装の市民セミナー開催

塗り替えをお考えの方へ

日時 2021年6月5日(土) & 6月12日(土)

曜日 10時受付/10時30開始 13時受付/13時30開始

会場 上尾市文化センター 6/5 ▶305集会所 千362-0017 埼玉県上尾市二ツ宮750 6/12 ▶204集会所

外壁塗装 株式会社 佐藤塗装 上尾市緑丘1-1-44 無料通話 0120-119-929

屋根工事、屋根、外装塗装、リフォーム全般 広告

悪徳業者撲滅宣言!

私設助成金・火災保険金有効活用で自己負担を軽減できる!!

大きな名刺しもくん通信でおなじみの!!

地域密着でお店の場所はスーパーバリュー上尾小泉店の前、是非お店にお越しください

お申込みは「リフォーム工房」フリーダイヤル 0120-983-465 つながらない場合は 080-5423-4388 上尾市小泉2-1-3

公益財団法人 青葉園

〒331-0052 さいたま市西区三橋5-1505

「墓地」購入は

048-623-2111 まで

宗旨・宗派:宗教不問です 開園:1952年(昭和27年) 墓地経営許可:埼玉県・32指令公衛取第1043号

緑豊かな公園墓地に お墓を 持ちませんか

埼玉・東京に200式場以上のネットワーク 広告

青葉園提携葬儀社 青葉葬祭株式会社

安置室完備 家族葬対応 24時間365日受付

青葉メモリアルホール 0120-048-999

〒331-0052 さいたま市西区三橋5-790-10

時とき 所ところ 内内容 対対象 費費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物 申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ

自転車防犯無料登録

自転車の防犯登録は義務化されています。防犯登録は、盗難に遭った場合に所有者の捜索に役立ちます。☎6月17日(木)、7月12日(月)、8月5日(水)、9月13日(月)のいずれも9～12時 所市役所玄関前 ☎各日30台(先着順) 閩県自転車防犯協会上尾支部の須田 ☎71-030301



大雨に対する対応

大雨が予測される場合には、テレビなどの気象情報や、市ホームページ・メールマガジン・LINE、危機管理防災課ツイッターなどで情報を収集してください。大雨警報が発令された場合には、次の点に注意して行動しましょう。不要不急の外出を控える／河川には近づかない／車両を安全な場所へ避難する／

6月1～10日は 電波利用環境保護 周知啓発強化期間

浸水して困る物を高い所に移動する／外への避難が危険な場合は、自宅の2階に移動する ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

なお、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、避難所が過密状態になることを防ぐため、可能な場合は親戚や友人の家などへの避難も検討してください。 閩危機管理防災課 ☎75-5140・ ☎75-9927

チカン被害0運動！ 夏は特にご注意ください

薄着になる夏は、女性は狙われやすくなります。ちょっとした心掛けで、被害を防ぐことができます。夜道では人通りが多い、明るい道を通る／歩行中はスマホの操作やイヤホンで音楽を聴くのをやめる／玄関前では自宅に入る前に周囲を確認／自宅では玄関や窓の鍵をかける

詳しい防犯対策は、埼玉県警ホームページ(☎https://www.police.pref.saitama.lg.jp)をご覧ください。 ☎上尾警察署 ☎73-0110

スズメバチ・ アシナガバチの巣の 駆除費用補助金

総務省では、6月1～10日を「電波利用環境保護周知啓発強化期間」として、電波を正しく利用してもらうための周知・啓発活動と不法無線局の取り締まりを強化しています。電波のルールを守りましょう。 閩関東総合通信局(不法無線局による混信・妨害) ☎03-6238-1939、(テレビ・ラジオの受信障害) ☎03-6238-1945

労働保険の年度更新 一般拠出金の申告・納付

た場所の写真(②と同じ場所から撮影したものに限り)④ 巣の位置図 ⑤ 申請書兼報告書(生活環境課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、必要書類を用意して直接、生活環境課へ【申請期限】巣の駆除に要した費用の領収証の発行日から起算して30日を経過する日まで ※先着順で受け付けし、申し込みが予算額に達した時点で締め切ります。

☎生活環境課 ☎75-6940・☎75-9872

労働保険(労災保険・雇用保険)の令和2年度確定保険料と令和3年度概算保険料、石綿健康被害救済法の一般拠出金の申告・納付手続きは、7月12日(月)までです。申告書・納付書は、5月末に発送していただきますので、同封の記入例を参考に、期日までに提出してください。 ☎コールセンター(7月16日(金)まで) ☎0800-5556780、埼玉労働局労働保険徴収課 ☎601-6

203 募集

シルバー人材センター 入会説明会

シルバー人材センターでは会員を募集しています。仲間や生きがいを見つけてみませんか。 ☎①6月14日(月)・15日(火)、7月9日(金)・12日(月)のいずれも10時～、13時30分～

②6月11日(金)13時30分～ 所

①シルバー人材センターかみひら事務所(平塚3001)②シルバー人材センター大谷本郷事務所(大谷本郷921)☎市内に在住の健康で就業意欲のある原則60歳以上の人 ※②は女性だけです。 申希望日の前日までに電話でシルバー人材センターへ ※詳しくは、シルバー人材センターホームページをご覧ください。

☎シルバー人材センター ☎79-5525・☎76-1074



シルバー人材センターホームページ

川島ひばりが丘
特別支援学校説明会

時 6月15日(火)10時30分～12時
所 川島ひばりが丘特別支援学校(川島町伊草南回野780) 内
学校概要説明・施設見学など

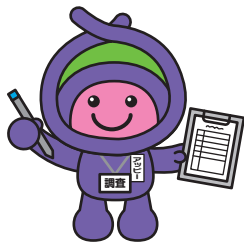
スキルアップ講習受講生

中央高等技術専門学校(戸崎975)では、働いている人のスキルアップを支援しています。
時 ①7月3日(土)・10日(土)・17日(土)②7月17日・24日(土)・31日(土) ※時間はいずれも9～16時です。 所 中央高等技術専門学校 内①シーケンス(PLC)制御入門②介護支援専門員試験準備講習 内働いている人 費 ①5,500円②3千円 定 ①10人②15人(企業受付制度あり) 申 6月1日(火)～10日(木) ※申し込み方法など詳しくは、同校ホームページ(https://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/b0804/)をご覧ください。 問 県立中央高等技術専門学校 781-3241・781-8990・n813241@pref.saitama.lg.jp

【採用予定】8月1日(日)以降
【勤務形態】会計年度任用職員(週3・4日) 【時給】1,230円 内要介護認定審査のための訪問調査 内介護支援専門員、保健師、看護師、理学療法士、作業療法士、社会福祉士、介護福祉士のいずれかの資格がある人 定 若干名 申 申請書(高齢介護課にある市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、資格の証明書を添付して6月1日(火)～30日(水)に直接、高齢介護課へ 問 高齢介護課 75-5126・76-8872

介護保険の認定調査員

介護保険の認定調査員として、高齢者の生活状況を調査し、介護保険の認定を行う。専門的な知識とコミュニケーション能力が必要。 所 介護保険課 75-5126・76-8872



みのり倶楽部の参加者と支援ボランティア

高齢介護課 775-4190・776-8872

時 10月～令和4年3月(週1回1時間程度、全20回予定) 申 6月3日(木)～7月29日(木)に電話で各地域包括支援センターへ(表1のとおり)

- 参加者 内認知症予防や、生活の活性化につながるプログラム(レクリエーション、学習、昔語りなど)を支援者と一緒に行う。また、参加者同士の交流を図る 内65歳以上でいずれかの会場で週1回参加できる人 定各会場30人程度(先着順)
- 支援ボランティア 内認知症予防や高齢者対応について学び、プログラムの企画や実践に協力する ※事前に2日間の研修(表2)と予行演習があります。 内おおむね70歳以下で、いずれかの会場で週1回以上協力できる人 定各実施会場による(先着順)



【表1】実施会場・とき・申し込み先の地域包括支援センター

西側会場			東側会場		
実施会場	とき	地域包括支援センター	実施会場	とき	地域包括支援センター
上尾中央総合病院(柏座1-10-10)	(木)午前	上尾西 778-2711	藤村病院(仲町1-8-31シンワエクセルビル3階)	(木)午前	上尾南 777-3301
上尾中央第二病院(地頭方421-1)	(金)午後	大谷 780-6363	特別養護老人ホームしののめ(平塚2141)	(火)午前	上尾東 778-4800
特別養護老人ホームバストーン浅間台(浅間台2-17-1)	(金)午後	大石東 777-4201	介護老人保健施設あげお愛友の里(西門前636)	(火)午前	上平 778-5132
介護老人保健施設エルサ上尾(藤波3-265-1) ※一部送迎あり	(水)午前	大石西 789-5077	上尾市医師会上尾看護専門学校(原市3494-4)	(水)午後	原市北 720-0022
特別養護老人ホームあけぼの(上野567) ※一部送迎あり	(木)午前	平方 726-6504	原市九区自治会館(瓦葺2280-1)	(水)午後	原市南 720-2502

【表2】支援ボランティア研修のとき・ところ

●レクリエーション研修(全2回)

西側会場		東側会場	
とき	ところ	とき	ところ
9/1(水) 9/3(金)	9:30～11:30 市民体育館	8/25(水) 8/27(金)	9:30～11:30 上尾公民館

●回想法研修

とき	ところ	対象
8/23(月) 13:30～16:00	上尾公民館	未経験者・希望者

時 とき 所 ところ 内 内容 対 対象 費 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定 定員 持 持ち物
申 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問 問い合わせ

**上尾特別支援学校
学校公開(高等部)**

時 6月18日(金)10時～11時30分

所 上尾特別支援学校(東町3-2009-3)

因 概要説明、授業見学、質疑応答など

因 同校への就学、入学、転学を考えている人、同校の教育について関心のある人

時 6月11日(金)までに電話で同校へ
問 県立上尾特別支援学校 校
74-9331・問 70-1050

**県立中央高等技術専門学校
オープンキャンパス**

中央高等技術専門学校(戸崎95)では、正社員就職を目指した専門技術教育(2年間)を行っています。ものづくりに興味がある人の参加をお待ちしています。

時 6月19日(土)10～12時
所 中央高等技術専門学校

因 入試情報など概要説明、施設見学
因 高校生などで入校を希望する人

因 前日まで入校を希望する人
前日までに氏名、電話番号を電話かファクスまたはメールで同校へ

問 県立中央高等技術専門学校
問 校 781-3241・問 781-8960・問 n813241@pref.sai

itamale.jp

あげおファミリー・サポート・センター会員

ファミリー・サポート・センターは、保育所・習い事などの送迎や、保育など預かりの援助を行いたい人(提供会員)と援助を受けた人(依頼会員)が会員となり、地域の中で助け合いながら子育てを支援する事業です。

入会を希望する人は、入会説明会にお越しください。
●入会説明会 問 平日と偶数月の第2(土)(祝を除く)9～16時
所 総合福祉センター(平塚74)
因 提供会員(育児の援助を行う人)／市内に在住の20歳以上で心身共に健康な人
依頼会員(育児の援助を受ける人)／市内に在住・在勤で0歳児(首の据わった4カ月ごろ)～小学6年生の子どもがいる人
因 筆記用具、会員の身分証明書(自動車運転免許証など)、印鑑、登録者の写真(縦3×横2.5センチ)を提供会員は2枚、依頼会員は1枚
因 開催の1週間前までに電話で、あげおファミリー・サ

学童保育所補助員

①学童保育所非常勤職員【勤務時間】(月)～(金)14～19時、(土)8～19時、学校休業日(夏休みなど)／7時30分～19時

※実働4時間程度【勤務地】住居近くの学童保育所【時給】928～1,088円(勤務可能日数・曜日・時間帯によって決定) ※諸手当、有給休暇があります。

因 放課後児童の保育
②早朝アルバイト職員(おはようサポーター)【勤務時間】夏休みなどの早朝開設時期の7時20分～8時20分【勤務地】住居近くの学童保育所【時給】千円 ※おはようサポーターは、事前にアルバイトとしての勤務が必要です。

●①②共通 因 子どもが好きで楽しく遊べる人
因 電話でNPO法人あげお学童クラブの会へ
問 NPO法人あげお学童クラブの会 問 71-6945・問 77-15790

イベント・講座

**救命講習会
実技救命講習・
普通救命講習Ⅰ**

①実技救命講習 問 7月9日(金)13時30分～15時30分

因 市内に在住・在勤・在学の中学生以上で応急手当Web講習(問 https://www.fdma.goj.jp)を受講した人
因 応急手当Web講習受講証明書

②普通救命講習Ⅰ 時(1)7月18日(日)9～12時(2)7月25日(日)9～12時
因 市内に在住・在勤・在学の中学生以上

●①②共通 所 市消防本部
因 成人に対する心肺蘇生法、自動体外除細動器(AED)の使用方法など
因 8人(応募者多数の場合は抽選)
因 市電子申請・届出サービス(問 https://s-kantan.jp/city-ageo-saitama-un)から電子申請または往復はがきに、講習日、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、在勤の人は勤務先名、在学の場合は学校名を記入し

て、①は6月22日(火)～28日(月)(必着)、②(1)は6月29日(火)～7月5日(月)(必着)、(2)は7月6日(火)～12日(月)(必着)に、東消防署管理課(〒362-0013上尾村537)へ
問 東消防署管理課 問 75-1310・問 70-1902

**埼玉県生態系保護協会
上尾支部の催し**

あげおの秘境サクラソウ咲く里山で楽しい作業 時 6月5日～7月3日の毎週(土)8時～11時30分(小雨決行) 所 サクラソウトラスト地(領家) 因 外来種除草などの管理作業 費 200円 因 飲み物、長靴、軍手 因 各開催日の前日までに電話で上尾支部の小川へ
問 小川 問 71-0887

キラリッ駅deほっと市

時 6月19日(土)・20日(日)13～18時
所 JR上尾駅自由通路
因 市観光協会推奨土産品、本宮市・陸前高田市の土産品などの販売
問 市観光協会 問 75-15917・問 75-15024



上平公園剪定講座
バラ夏季剪定

時 6月14日(月)10～11時 所 上平公園 内基礎知識講習、実技指導 対市内に在住・在勤の初心者 費 500円 定 20人 (先着順) 持 筆記用具、剪定ばさみ、皮手袋 申 6月2日(水)～11日(金)に直接または電話で市民球場(上平公園内)へ 問 地域振興公社 77-89 86・ 77-13322

スポーツ都市宣言記念
6人制バレーボール大会

時 7月18日(日)10時～(受け付け/9時) 所 市民体育館 【組み合わせ】連盟が厳正に組み合わせを行い、当日発表 対市内に在住・在勤・在学の人で編成されたチームまたは上尾市近郊のチーム 費 1チーム3千円 申 7月10日(出)までに、郵送またはファクス、メールでチーム名、代表者の氏名・住所・電話番号、選手全員の氏名・年齢を記入して、バレーボール連盟事務局の泉田実(〒362-0047今泉4-8-7)へ ※スポーツ傷害

害保険は、各チームの責任で加入してください。 問 泉田 090-1103-6600・ 781-8158・ 02sumi.soft@com.home.ne.jp

市ソフトバレー
オープン大会

時 6月12日(土)9時40分～受け付け/9時) 所 市民体育館 【種目】①男女混合(男女各2人)②女子(4人) ※①②ともに試合は5人以上で申し込んでください。 【組み合わせ】連盟が責任抽選を行い、試合当日に発表 対市内に在住・在勤・在学の上尾市または上尾市近郊のソフトバレーボール愛好者で編成のチーム 費 1チーム2千円 申 6月5日(出)までに、郵送またはファクス、メールでチーム名、代表者の氏名・住所・電話番号、選手全員の氏名・年齢を記入して、市バレーボール連盟事務局の泉田実(〒362-0047今泉4-8-7)へ 問 泉田 090-1103-6600・ 781-8158・ 02sumi.soft@com.home.ne.jp

市連盟夏季
グラウンド・ゴルフ大会

時 6月17日(木)8～14時(予定) ※雨天の場合は18日(金)に延期します。 所 上平公園多目的広場 【競技方法】32ホール(予定) 対市グラウンド・ゴルフ連盟会員と同連盟への加入希望者 費 500円 ※加入希望者は年会費2,500円が別途必要です。 申 当日8時までに参加費と年会費を用意して直接、会場受付へ 問 市グラウンド・ゴルフ連盟の稲村 781-7123

いきいきクラブ連合会
グラウンド・ゴルフ大会



時 6月8日(火)9時～(受け付け/8時) ※雨天の場合10日(水)に延期します。 所 上平公園 対いきいきクラブ連合会会員(非会員の見学可) 問 高齢介護課 781-51

市民体育館ジュニア
ソフトテニス教室

24・ 77-8872 時 7月31日(土)、8月1日(日)、3日(火)～5日(木)(全5回、予備日8月6日(金)・7日(土))9時～11時30分 所 市民体育館 対市内に在住・在勤・在学の小中学生 費 2,500円 ※初日に集金します。 定 100人(先着順) 持 ラケット(持っていない人、帽子、タオル、テニスシューズ、飲み物 【服装】運動ができる服装 申 往復はがきに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学校名(クラブ名)、学年、性別、電話番号を記入して、6月30日(水)まで(必着)に市民体育館(〒362-0045向山4-3-10)へ 問 市民体育館 781-8111・ 781-8113

消費者被害防止講座

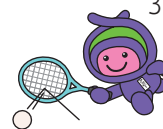
キャッシュレス決済ってなんだろう

消費生活センター 775-0800・ 776-4600 s252000@city.ageo.lg.jp

近年、注目を集めるキャッシュレス決済について、メリットとデメリットを理解した上で、正しい使い方を学んでみませんか? 時 7月16日(金)13～15時(消費者被害防止紙芝居/13時～、講義/13時30分～) 所 文化センター 【講師】岩田昭男さん(消費生活ジャーナリスト) 対市内に在住・在勤の人 定 30人(応募者多数の場合は抽選) 申 往復はがきまたはメールに講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、手話通訳の有無を記入して、7月2日(金)まで(必着)に消費生活センター(〒362-0037上町2-14-19)へ

【プロフィール】いわた・あきお

早稲田大学第一文学部卒業、同大学院修士課程修了。月刊誌記者などを経て独立。流通・情報通信・金融分野を中心に活動。中でもクレジットカードは30年近く取材を続けるメインテーマ。テレビ出演多数。主な著作に『電子マネー、スマホ決済…キャッシュレスで得する!お金の新常識』『キャッシュレス覇権戦争』など。



時 とき 所 ところ 内 内容 対 対象 費 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定 定員 持 持ち物 申 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問 問い合わせ

イコスミュージックスクール 2021

イコス上尾 ☎772-1611・☎772-1614

初心者や親子でも楽しめる夏休みの音楽教室です。ことしは、コミュニティセンターが改修工事のため、イコス上尾だけで開催します。

時8月3日(火)・6日(金)①9:30~11:50②13:30~15:50

所イコス上尾 内1日目/(1)リズムで遊ぼう(2)みんなで歌おう、2日目/(3)ギターを弾いてみよう(4)ピアノで合奏 【講師】(1)陸路和佳さん(2)設楽智子さん(3)金子忠良さん(4)高梨智子さん 費1人2,000円 定各クラス18人(先着順) 申6月5日(土)~7月31日(土)に、直接または電話でイコス上尾へ ※申込時に①②のいずれかを選んでください。①②は、いずれも2日間の全4講座で同じ内容です。



陸路和佳



設楽智子



金子忠良



高梨智子

親子基礎運動講座 〜親子で楽しく学ぼう〜

時7月10日(土)9時30分~11時

所市民体育館、ゆりが丘公園

内健康運動指導士や箱根駅伝

経験者から、親子で楽しく運

動の基礎を学び、運動能力を

高める 対小学生と保護者

費1人150円 定10組20人 指

上履き、タオル、飲み物、筆

記用具など 申往復はがきに

教室名、住所、氏名(ふりが

な)、性別、年齢、学校名、電

話番号を記入して、6月20日

(日)まで(必着)に市民体育館

(〒362-0045向山4-3-

10)へ 市民体育館☎781-8

111・☎781-8113

市民バドミントン大会

時7月25日(日)9時~16時30分

所市民体育館 対市内に在

住・在勤・在学の中学生以上

で、令和3年度市バドミント

ン連盟に登録している人(年

会費は団体5千円、個人1千

円で当日加入も可) 【種目

男女個人戦ダブルス/A(上

級者)、B(中級者)、C(初級

者)、男女シニア40歳以上、男

STEM(科学・技術・工学・数学) 教育講座

～発想・決める・伝える～

未来を生き抜く力の鍛え方～

男女共同参画推進センター ☎778-5111・☎778-5112

科学技術の発展に伴い、これからの社会に必要な資質や能力として、科学・技術・工学・数学分野の教育が重要視されています。未来を生き抜く力を鍛えるきっかけづくりを目的に、自発性・創造性・判断力・問題解決力について学びます。 時6月中オンライン配信 【講師】三谷宏治さん(金沢工業大学虎ノ門大学院教授) 対市内に在住・在勤・在学の人 申6月1日(火)~8日(火)に市ホームページの応募フォームで必要事項を入力

【プロフィール】みたに・こうじ

早稲田大学ビジネススクール・女子栄養大学客員教授。Eテレ「ウワサの保護者会」などテレビ出演多数。子ども・親・教員向けの教育活動講演を全国で年間100件行っている。



子シニア60歳以上、女子シニア55歳以上 ※1人1種目だけ参加できます。前回大会

B・Cクラス1・2位の人

は、上のクラスにエントリー

してください。中学生の参加

種目はBランク以上とし、参

加資格は男子・市内大会ベ

スT4以上、女子・市内大会ベ

スT8以上とします。 費1

人1千円(中学生500円) ※当

日、団体ごとに取りまとめ、

当日棄権者の分も払ってくだ

さい。 申住所、氏名、生年

月日、勤務先(学校名)、種目

を記入して、6月25日(金)まで

(必着)に郵送で、市バドミン

トン連盟の中澤麻紀子(〒362-

0045向山2-8-18)へ

※団体登録者は強い人から順

に氏名を記入してください。

個人登録者はパートナーの分

も含めて記入してください。

☎中澤☎・☎76-1805

暮らし・彩り・公民館

6▶7月

申し込み
方法

応募者多数の場合は抽選です。講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢、学校名・学年(小・中学生)を記入の上、申込日まで(必着)に各公民館へ ※往復はがきの場合は、1人(組)1枚に記入してください。 ※直接または電話は平日9:00~17:00だけ受け付けます。

上尾公民館 〒362-0017 ニツ宮750(文化センター内) TEL775-0185・FAX776-7366

カラーリーフを楽しむ初夏の寄せ植え

色や形の異なる数種の植物を使って、さわやかな初夏の寄せ植えを作る

時6月18日(金)13:30~15:30 対市内に在住・在勤
費2,000円 定12人 申6月10日(木)までにメール
(☎s723000@city.ageo.lg.jp)で

シニア向け
スマートフォンで防災対策を学ぶ

KDDI(株)認定講師からスマートフォンを持っていない人向けに、基本操作や災害対策に役立つ活用術(アプリなどの活用)を学ぶ(スマートフォン1人1台貸出)

時7月1日(木)13:30~15:30 対市内に在住・在勤の
おおむね60~70歳 定20人 申6月14日(月)までに
往復はがきまたはメール(☎s723000@city.ageo.
lg.jp)で ※個人の端末の操作方法を説明するも
のではありません。

鈴虫を育てよう

鈴虫の生態や飼育方法について学び、鈴虫の飼育キットを作る

時7月18日(日)10:00~12:00 対市内に在住の小学
1~3年生と保護者 費500円 定15組 申7月2日
(金)までに往復はがきまたはメール(☎s723000@
city.ageo.lg.jp)で

平方公民館 〒362-0059 平方905-1 TEL726-3446・FAX726-3991

知って得する! 目からウロコの洗濯術

汚れをしっかりと落とす洗濯のこつや家庭でできる染み抜きの方法、アイロンの上手なかけ方などをプロから学ぶ

時6月25日(金)9:30~11:30 対市内に在住・在勤
定12人 申6月14日(月)までに往復はがきまたは
メール(☎s723200@city.ageo.lg.jp)で

原市公民館 〒362-0021 原市3499 TEL721-4948・FAX721-4946

スポーツ講演会
1964年東京オリンピックの経験に思う

1964年東京オリンピック聖火ランナーの経験者を招き、オリンピックの意義を学ぶ

時6月29日(火)10:00~11:30 対市内に在住・在
勤・在学 定30人 申6月17日(木)までに往復はが
きまたはメール(☎s723300@city.ageo.lg.jp)で

大谷公民館 〒362-0044 大谷本郷949-1 TEL781-0892・FAX780-1113

台湾茶の魅力
~ティータイムを台湾茶で~

美容や健康志向により、人気が高くなってきた台湾茶の美味しい淹れ方や作法を学び、台湾の文化に触れる

時6月29日(火)13:30~15:00 対市内に在住・在勤
費500円 定8人 持エプロン・三角巾・布巾 申
6月14日(月)までに往復はがきまたはメール(☎s723
500@city.ageo.lg.jp)で

いつまでも元気に歩きたい!
シューフィッターが教える
「足と靴のおはなし」

女性シューフィッターから自分に合った靴選びを学ぶ

時7月1日(木)13:30~15:30 対市内に在住・在勤の
女性 定15人 持筆記用具 ※足指体操をするの
で脱ぎ履きしやすい靴・靴下でお越しください。
申6月14日(月)までに往復はがきまたはメール(☎s7
23500@city.ageo.lg.jp)で

上尾伊奈斎場つつじ苑
施設見学会

時6月19日(土)10時30分~11時
30分 所上尾伊奈斎場つつじ
苑 基本的な葬儀の流れの
説明を聞きながら施設内を見
学 対上尾市・伊奈町に在住
の人 定20人(先着順) 申6
月1日(火)~15日(火)3日(木)、9
日(水)、13日(日)を除くに住所
氏名、年齢、日中に連絡のつ
く電話番号を電話またはファ
クスで上尾伊奈斎場つつじ苑
へ 問上尾伊奈斎場つつじ苑

時7月1日(木)13:30~15:30 対市内に在住・在勤の
女性 定15人 持筆記用具 ※足指体操をするの
で脱ぎ履きしやすい靴・靴下でお越しください。
申6月14日(月)までに往復はがきまたはメール(☎s7
23500@city.ageo.lg.jp)で

ボートレース戸田
6月の開催日

収益金は、都市基盤の整備
などに利用されます。時6
月1日(火)~5日(土)、12日(土)~
17日(木)、21日(月)~24日(木) 場
外発売 6月1~5日、12~
17日、21~27日(日) 問埼玉
都市競艇組合☎823-8711・
☎823-8709



時とき 所ところ 内内容 対対象 費費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ



おいでよ! 健康プラザわくわくランド



〒西貝塚17-1 ☎783-1126・☎726-7657

【開館時間】10:00～21:00 ※詳しくは問い合わせください。
【6月の休館日】毎週(水)

市内循環バス「ぐるっとくん」平方小敷谷循環・平方丸山公園線で「わくわくランド」下車

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、入館人数や施設内の一部を制限しています。プールの教室は、当面の間中止します。詳しくは、電話またはホームページをご覧ください。

●教室参加の人へ 教室の前後の館内利用は、入館人数を制限しているため利用いただけない場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

6月1日～7月15日

全ての教室は日程と時間に変更になることがあります。詳しくはホームページで確認するか電話で問い合わせてください。

スタジオ ⑧運動する服装、室内靴など ⑨教室実施日1週間前から参加費を用意して直接 ※先着順です。キャンセルはできません。

①エアロッチ	時 毎週(月) 10:30～11:30	定8人
②からだ整えバレエ体操	時 毎週(月) 11:45～12:25	定8人
③サルセッション	時 毎週(月) 12:45～13:45	定10人
④すっきりヨガ	時 毎週(火) 10:30～11:30	定13人
⑤ベリーダンス	時 毎週(火) 11:45～12:45	定10人
⑥クイックトレーニング	時 毎週(火) 19:00～20:00	定8人
⑦ピラティス	時 毎週(水) 10:30～11:30	定10人
⑧ストレッチ&骨盤メンテナンス	時 毎週(水) 12:00～13:00	定10人
⑨スロートレーニング	時 毎週(水) 14:30～15:00	定8人
⑩癒しのヨガ	時 毎週(金) 15:30～16:30	定13人
⑪ストレッチヨガ	時 毎週(金) 11:00～12:00	定10人
⑫アロマリラックソヨガ	時 毎週(金) 12:20～13:20	定10人
⑬セルフコンディショニング	時 毎週(金) 19:00～20:00	定8人

共通 ⑧高校生以上 費②⑨/300円、②⑩以外/500円



学べる・遊べる 自然学習館

上尾天文台

〒畔吉178 ☎780-1030・☎726-7901



自然学習教室

●昆虫採集と標本作り

☎下表のとおり ⑧小学生以上で2日間とも参加できる人 ※小学生は保護者同伴です。
定各6人 ⑨1日目/捕虫網、虫カゴ(持っている人)、昼食、水筒、虫よけスプレー、2日目/菓子箱(縦30㌢×横50㌢×深さ6㌢くらい) 【服装】活動しやすい服装・帽子 ⑩6月1日(火)から電話で

	と き
①	1日目 7/3(土)9:30～15:30(雨天の場合、翌日開催)
	2日目 7/17(土)9:30～12:00(雨天実施)
②	1日目 7/24(土)9:30～15:30(雨天の場合、翌日開催)
	2日目 8/7(土)9:30～12:00(雨天実施)

※自然観察会(自然学習教室開催日を除く毎週(土)開催)、太陽の観察会(毎週(土)と(祝)開催)について詳しくは、自然学習館へ問い合わせてください。市内循環バス「ぐるっとくん」平方丸山公園線で「自然学習館」下車

PICK UP 天文科学教室

●流れ星・隕石を学び、流星塵を探そう

8月13日(金)前後にピークを迎えるペルセウス座流星群の上手な観測法や流れ星の知識、これらの燃えかすである流星塵というチリを集めて見分け、観察する方法を紹介します。⑨7月18日(日)13:30～15:00 ⑩小学生以上 ※小学生は保護者同伴です。定6人 ⑪筆記用具 ⑫6月1日(火)から電話で



体験ものづくり教室

●夏休み工作教室①子どもたちも草木染

～布製斜めがけお出かけバッグに好きな絵柄と色を刷り込む～

⑨7月23日(祝)9:30～12:00 ⑩小学生まで ※保護者同伴です。費500円 定10人 ⑪エプロン、ビニール手袋、使用済みタオル 【服装】汚れてもよい服装 ⑫6月1日(火)から電話で

●上尾丸山公園写真展の作品募集

⑨6月26日(土)～7月11日(日) ⑩自然学習館展示ロビー 【募集作品】上尾丸山公園で撮影した写真(風景・動植物・人物など素材は問わない)。プリントでA4サイズ以下、一人2点まで ※応募者本人が撮影した未発表作品だけです。肖像権は応募者が了承を得てください。作品の返却を希望するときは3カ月以内に引き取りに来てください。⑫6月16日(水)までに直接

市役所ギャラリー
■第二回大人のぬりえと水彩画展 6月3日(木)～9日(水)10時～17時
3日は13時から、9日は16時まで
■水彩イラスト画 6月10日(木)～16日(水)10時～13時(12時は除く、10日は13時から、16日は16時まで)

市民ギャラリー
■第19回小さな旅のスケッチ展 6月3日(木)～9日(水)10時～17時
3日は13時から、9日は16時まで
■第16回上尾洋画研究所美術展 6月10日(木)～16日(水)10時～18時
16日は17時まで
■彩遊会展(絵画) 6月17日(木)～23日(水)10時～17時
17日は13時から、23日は16時まで

園生涯学習課
☎776-2250
☎775-9496

ギャラリー
ガイド
6月3日～6月23日

Library Information

貸し出し 図書・雑誌 冊数無制限2週間まで
CD・DVDなど 3点以内2週間まで

●本館
【開館時間】 9:00～19:00
【今月の休館日】
7・14・21・28日のいずれも(月)



※休館日・開館時間は図書館ホームページを確認するか、図書館本館へ問い合わせてください。

※場所の記載のない催しは本館です。

図書館へようこそ

上尾市図書館 所 上町 1-7-1 電 773-8521 ・ 776-7330

6月

今月のTopics

Topics

図書館分館紹介

今月紹介するのは大石分館です。大石分館は大石支所の2階にあります。本館に次いで図書資料の多い館で、CD・DVDも所蔵しています。

CD・DVDと一緒に関連する図書資料も借りて、より深くその世界にハマってみませんか。

皆様の来館をお待ちしております。

【開館時間】10:00～17:00 【休館日】毎週(月)(祝を除く)



『貸出0回本 開拓』

4月末までに一度も利用がなかった本の中から、皆さんに読んでほしい本を集めました。

本のジャンルは多岐にわたり、出版年や作者もさまざまなので、意外な掘り出し物が見つかるかもしれません。あなたのお気に入りの一冊を開拓してみてはいかがですか。

※本館展示の資料の一覧は、市図書館ホームページ蔵書検索画面の「図書館おすすめから探す」からも見ることができます。



月間予約ランキング

Ranking

令和3年4月

1	『白鳥とコウモリ』 東野 圭吾／著 幻冬舎
2	『52 ヘルツのクジラたち』 町田 そのこ／著 中央公論新社
3	『魂手形』 宮部 みゆき／著 KADOKAWA
4	『正欲』 朝井 リョウ／著 新潮社
5	『ドキュメント』 湊 かなえ／著 KADOKAWA

子どもの読書活動支援センター

あっぴい ぶっくる

子どもの読書活動支援センター 【開館時間】 10:00～16:30
所 柏座4-3-8富士見小学校内 電・773-3711



あっぴいぶっくるのキャラクター「ブッピー」

乳幼児・小学生の皆さん、イベントに参加するときは「読書パスポート」「えほんのきろく」を持ってきてね！スタンプを押すよ！

大人のための絵本セラピー

大人になってから絵本を読んでもらうことはありますか？ 絵本を通して感じたことを分かち合う参加型講座です。絵本の面白さを一緒に体験してみませんか？

時 6月24日(休)10時30分～11時30分 所 図書館本館 対 市内に在住の中学生以上の人 定 8人(先着順) 申 6月8日(火)から電話で、子どもの読書活動支援センターへ



時とき 所ところ 内内容 対対象 費費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ

6/15 火
 コにこにこピョン 11:00~11:30 市内在住の2歳児と保護者 定12組(先着順)
 コでんしゃで遊ぼう 14:00~15:00 1歳以上の未就学児
 モ保育所であそぼう 9:45~10:45 上尾西保育所 定1歳6カ月~3歳児 定5組(先着順) 子育て支援センターへ

16 水
 アわんぱくひろば 11:10~11:50 市内在住の3歳児と保護者 定8組(先着順) 6/7月から直接または電話
 コおでかけ児童館 こどもの城 所瓦葺ふれあい広場 10:30~11:00 原市・瓦葺地区在住の未就学児 定12組 6/1(火)から直接または電話
 モ7か月からの赤ちゃんの日 ①9:20~10:20②10:30~11:30 7~11カ月児 定各6組(先着順) 直接または電話

17 木
 アよちよちひろば 10:30~11:30 市内在住の0歳児と保護者 定10組(先着順) 6/7月から直接または電話
 コがっきで遊ぼう 11:00~11:30 未就学児 定12組(先着順)
 コバドミントン遊び 16:00~17:00 小学3年生以上
 モはいはいたいむ 10:30~11:30 1歳~1歳3カ月児 定6組(先着順) 直接または電話
 モ保育所であそぼう 9:45~10:45 畔吉保育所 定1~3歳児 定5組(先着順) 子育て支援センターへ

18 金 アなかよしひろば 11:00~11:30 乳幼児

19 土
 ア段ボールで作る工作の部屋(めいろ) 14:30~15:30 小学生 定6人(先着順) 6/7月から直接または電話
 コ体験トランポリン教室 10:20~11:40 3歳児~小学生 定28人(先着順) 10:05から整理券を配布

20 日
 アシュッポの部屋 14:00~16:00 乳幼児・小学生 定1組30分、交流室内6組まで
 コキッズ工作 14:00~15:00 市内在住の小学生以上 定12人(先着順)

22 火
 アのびのびアートの日 ①10:00~10:40②11:00~11:40 市内在住の2歳児以上 定各7組(先着順) 6/7月から直接または電話
 ア昔あそびの日 15:30~17:30
 コおはなしの城 11:00~11:30

23 水
 モみんなのおはなし 9:40~10:00 1歳児以上 定6組(先着順) 直接または電話
 モ0歳ひろば 13:30~16:10 所・定・31ページ参照

24 木
 モ園庭開放 10:00~11:00 所①上尾保育所②原市保育所 定①1~3歳児②1歳6カ月~3歳児 定①6組(先着順)②5組(先着順) 子育て支援センターへ

25 金
 アなかよしひろば 11:00~11:30 乳幼児
 モ離乳食のおはなし(中期~後期) 10:30~11:30 定6組(先着順) 直接または電話

26 土
 ア体験トランポリン教室 9:35~12:00 3歳児~小学生 定30人 当日先着順の整理券を配布
 アおりがみひろば 14:00~15:00 幼児・小学生
 コ昔遊び 14:00~14:45

27 日
 コ将棋教室 14:00~15:00 市内在住の小学生以上 定12人(先着順) 6月1日(火)から直接または電話

28 月
 コにこにこリズム 11:00~11:30 1歳以上の未就学児 定25組(先着順)
 コカブラの日 16:00~17:00 小学3年生以上

29 火
 ア昔あそびの日 15:30~17:30

30 水
 モ2歳からのひろば 9:00~11:40 2歳児以上 直接または電話

7/1 木
 コちびちゃんたちの美術あそび 10:30~11:30 未就学児 定12組(先着順)
 コバドミントン遊び 16:00~17:00 小学3年生以上

2 金
 アなかよしひろば 11:00~11:30 乳幼児
 モ1歳ひろば 9:00~11:40 1歳~1歳11カ月児 直接または電話

3 土
 コおはなし会 14:00~14:30
 モももっこ広場 10:00~11:00 所上平公民館 定1歳以上の未就学児 定20組(先着順) 子育て支援センターへ

4 日
 アアップリニック 15:00~16:00 小学生

6 火
 アのびのびひろば 10:30~11:10 市内在住の1歳児と保護者 定10組(先着順) 6/7月から直接または電話
 ア昔あそびの日 15:30~17:30
 コおしゃべりサロン 11:00~11:30 0歳児と保護者 定10組(先着順)

7 水
 モ6か月までの赤ちゃんの日 ①9:20~10:20②10:30~11:30 6カ月児まで 定各6組(先着順) 直接または電話

8 木
 アにこにこひろば 10:30~11:10 市内在住の2歳児と保護者 定10組(先着順) 7/5月から直接または電話
 モころころたいむ 10:30~11:30 9~11カ月児 定6組(先着順) 直接または電話
 モ園庭開放 10:00~11:00 所小敷谷保育所 定6~11カ月児 定2組(先着順) 子育て支援センターへ

9 金
 アなかよしひろば 11:00~11:30 乳幼児

10 土
 アビデオ上映会 ①11:00~②14:00~ 乳幼児~小学生
 アレクゲームの日 14:00~15:00 小学生
 コ読み語りの城~読書パスポートにスタンプを押すよ!~ 11:00~11:30

11 日
 アにちようびのなかよしひろば 11:00~11:30 乳幼児
 アミニカーの部屋 14:00~16:00 幼児・小学生 定1組30分、交流室内6組まで
 コカブラの日 14:00~15:00 小学3年生以上

12 月
 コカブラの日 16:00~17:00 小学3年生以上

13 火
 アよちよちのへや 10:00~11:00 0歳~1歳6カ月児
 ア昔あそびの日 15:30~17:30
 コにこにこタッチ 11:00~11:30 市内在住の1歳児と保護者 定12組(先着順)

14 水
 モみんなのおはなし 9:40~10:00 定6組(先着順) 直接または電話

みんなあつまれ いっしょにあそぼ!



児童館 アップーランド

児童館アップーランドは子どもたちが集い、遊び、学ぶことを通して、子どもの心身の健全な成長をサポートする遊び場です。

のぞいてみよう! アップーランド ～体験トランポリン教室～

大きなトランポリンを跳ぶことができます。
トランポリンを跳ぶことができるように、先生が教えてくれます。
📅6月26日(土)9:35～12:00 📍3歳児～小学生 ※
教室中は、マスク着用です。👥30人 📄当日先
着順の整理券を配布



📍本町6-11-25
☎779-7030 📠772-7972
🕒開館時間 9:30～18:00
📅6月の休館日
15日(火)



アップーランドの
ホームページは
こちらから

児童館 こどもの城

児童館こどもの城は子どもたちが集い、遊び、学ぶことを通して、子どもの心身の健全な成長をサポートする遊び場です。



のぞいてみよう! こどもの城 ～でんしゃで遊ぼう～

電車が大好きなちびっこ集まれ! お気に入り
の電車を走らせることができます。ぜひ、
遊びにきてください。
📅6月15日(火)14:00～15:00 📍1歳以上の未就
学児

📍今泉272
☎783-0888 📠781-4466
🕒開館時間 10:00～18:00
📅6月の休館日
10日(木)、23日(火)、24日(木)



こどもの城の
ホームページは
こちらから

子育て支援センター ももっころム

0～3歳くらいの子供たちが保護者と一緒に自由に遊べるお部屋です。
気軽に遊びに来てください。

0歳ひろば

📅6月23日(水)13:30～16:10 📍0歳の
乳児と保護者がゆったりと自由に遊
べる日 📍11カ月児まで 📄1組1時
間、交流室内6組まで 📄直接または
電話で子育て支援センターへ



📍春日2-20-3 ☎778-2008
☎777-5804 📍乳幼児と保護者
🕒開館日 (月)～(土) 9:00～16:30
(12:00～13:00を除く)

●各講座の申し込み 6/3(木)9:00から
電話または直接(詳しくは、市ホーム
ページをご覧ください。)

地域で応援! 子育て拠点

0～3歳の子供と保護者
を対象にした子育て支援
拠点施設を毎月紹介しま
す。



市内の子育て拠
点の一覧はこち
らからご覧くだ
さい。

さくらんぼ

子どもと一緒に部屋で楽しく遊べます。年齢別講座
では、親子のふれあい遊びや制作を楽しめます。

- 0歳児講座
📅6月7日(月)10:30～
- 1歳児講座
📅6月15日(火)10:30～
- 2歳児以上の講座
📅6月23日(水)10:30～
- 誕生会
📅6月30日(水)10:30～

📍菅谷43-1 ☎775-8734 📠796-3821
🌐<http://hotokukai-satsukihoikuen.net/>
🕒開館日 (月)～(木) 9:00～14:00



いっしょに健康づくり



健康増進課

東保健センター 〒362-0015 緑丘2-1-27
(母子保健・予防接種) ☎774-1414・☎774-8188
西保健センター 〒362-0074 春日2-10-33
(成人・精神保健) ☎774-1411・☎776-7355

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、掲載内容について中止する場合があります。

熱中症にご注意を



夏本番を前に、梅雨の晴れ間や、梅雨明けの蒸し暑くなるこの時期にも熱中症は多くみられます。この時期は身体がまだ暑さに慣れていないため上手に汗をかくことができず、体温をうまく調節できないからです。

◆熱中症とは？

温度や湿度が高い中で、体内の水分や塩分（ナトリウムなど）のバランスが崩れ、体温の調整機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、さまざまな障害をおこす症状のことです。

◆熱中症を予防する5つのポイント

- ①高齢者は上手にエアコンを
- ②暑くなる日は要注意
- ③水分を小まめに補給
- ④おかしいと思ったら病院へ
- ⑤周りの人にも気配りを

◆熱中症の症状

重症度	症状	対処法
軽 症	・めまい ・立ちくらみ ・こむら返り ・手足のしびれ	・涼しい場所へ移動 ・安静 ・冷やした水分・塩分を補給
中等症	・頭痛 ・吐き気 ・体がだるい ・集中力や判断力の低下	・涼しい場所へ移動 ・安静 ・衣類をゆるめ体を冷やす ・症状が改善しなければ医療機関を受診
重 症	・意識障害(受け答えや会話がおかしい) ・けいれん ・運動障害(まっすぐに歩けないなど) ・体が熱い	・急いで救急車を呼ぶ ・涼しい場所へ移動 ・安静 ・衣類をゆるめ保冷剤などで体を冷やす

軽い症状でも急に重症化するため注意が必要です。体調がすぐれない場合は、早めに医療機関を受診しましょう。



低出生体重児のつどい ～のびのび♡キッズ～

皆さんと一緒に楽しく交流しましょう♪
時6月22日(火)10時～11時30分 所東保健センター
内親子同士の交流、保育士による手遊び、身長・体重測定、育児相談など 対2,500円
未満で生まれた未就学児と保護者 持母子健康手帳
申6月18日(金)までに電話で東保健センターへ



親子でヨガ♪

参加者募集

ミニゲームつき

親子でふれあいながら体を動かし、リラックスするひとときを過ごしましょう。内簡単なヨガと子どもも楽しめるミニゲームを取り入れたプログラム
時7月10日(土)9時30分～11時30分(受け付け/9時15分～) 所原市公民館 対市内に在住の3歳以上の未就学児と保護者 ※託児はありません。定10組(先着順) 持運動できる服装、タオル、飲み物、ヨガマット(親子分)またはバスタオル
申6月7日(月)～7月7日(火)に電話で西保健センターへ



6月は「食育月間」

食育月間は、食育の一層の浸透を図ることを目的とした強化月間です。日々食することは、生涯にわたって続く基本的な営みで、子どもはもちろん、大人になってからも「食育」は重要です。市では、第2次健康増進計画・食育推進計画を推進しています。今年度は、行動目標のひとつである「災害時を意識した食生活の実践」をテーマに食育講演会と調理実習を予定しています。

義務教育での食の知識を基本に、学校、地域、行政で発信している食育情報に関心を持ち、自身の食生活から健康づくりをはじめましょう。



母子・成人・精神保健事業スケジュール

各事業についての詳細は『健康カレンダー』または市ホームページをご覧ください。『健康カレンダー』は東・西保健センター、市役所、各支所・出張所にも置いてあります。

母子保健 東保健センター



- 赤ちゃんと②アップタイム 6月17日(木)10:00~11:30【要予約】 ①か月児健診を終了した3~5月生まれの乳児と母親 ②6組(先着順)
- にこにこ健康相談会 6月18日(金)9:00~10:00
- フッ素塗布 6月21日(月)13:15~14:00 ③西保健センター ④1歳以上の未就学児 ⑤1,430円
- 低出生体重児のつどい「のびのび♡キッズ」 6月22日(火)10:00~11:30【要予約】 ⑥2,500円²⁷未満で生まれた未就学児とその保護者
- 離乳食教室後期・完了期 6月23日(水)10:30~12:00 ⑦令和2年7~8月生まれの子どもと保護者 ⑧500円 ⑨10組(先着順)
- 10か月児健康相談 6月29日(火)9:00~10:00 ⑩令和2年8月生まれの子どもと保護者
- 離乳食教室初期 7月2日(金)10:00~11:10【要予約】 ⑪4か月児健診を終了した子どもと保護者 ⑫50円 ⑬10組
- このとり相談(妊活・不妊相談) 7月14日(水)13:15~15:45【要予約・予約専用電話番号070-3131-7256】

成人・精神保健 西保健センター



- 精神科医によるこころの健康相談 6月17日(木)、7月8日(木)13:00~15:00【要予約】
- 統合失調症の家族サロン 6月17日(木)13:30~15:00
- クローバーの会 6月21日(月)13:30~15:30【要予約】 ⑭依存症の人の家族
- 臨床心理士によるこころの悩み相談 6月23日(水)13:30~16:00、7月2日(金)9:15~11:45【要予約】
- 各種検診 実施期間5~11月(集団検診は12月の指定日まで) ※予約空き状況など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

平日夜間・休日診療

発熱、せき、風邪などの症状がある場合は、必ず事前に連絡してください。

平日夜間診療

●小児科/内科

「平日夜間及び休日急患診療所」で行っています。
(緑丘2-1-27東保健センター3階、☎774-2661・☎772-1353)
【診療日】(月)~(金)(祝を除く) 【受付時間】20:00~21:30

休日診療

●小児科/内科/外科

「平日夜間及び休日急患診療所」(上記参照)で行っています。
【診療日】(日)・(祝) 【受付時間】9:00~11:30、13:00~15:30

平日夜間及び休日急患診療所は、急患の人に応急的診療だけを行います。慢性疾患の診療やかかりつけ医など同様の精密検査などには対応していません。また、投薬は最低日数分になります。

●歯科

「北足立歯科医師会休日診療所」で行っています。
(鴻巣市赤見台1-15-23、☎048-596-0275)
【診療日】(日)・(祝) 【診療時間】9:30~12:30

●産科 6月当番医 【診療時間】9:00~12:00、13:00~16:00

6/6	ナヤマレディースクリニック	☎771-0002・☎771-3922
6/13	上尾中央総合病院	☎773-1111・☎773-7122
6/20	葵ウィメンズクリニック	☎781-1188・☎782-8771
6/27	ひらしま産婦人科	☎722-1103・☎722-1146

※広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、受診してください。

埼玉県救急電話相談

急な病気やけがに関して、看護師の相談員が医療機関を受診すべきかどうかなどをアドバイスしますので、判断に迷ったときは気軽に電話してください。

【相談時間】毎日24時間 【電話番号】☎7119または☎048-824-4199(ダイヤル回線、I P 電話、P H S を利用する場合)

埼玉県A I 救急相談

急な病気やけがの際に、家庭での対処方法や医療機関への受診の必要性について、チャット形式で気軽に相談が可能です。



今月の健康

No.477

コロナうつ

新型コロナウイルスの感染拡大により、多くの人がさまざまな不安やストレスを抱えて生活しています。自分自身の感染のみならず、周囲に感染させることへの不安、収入の減少や失業による経済的不安、趣味や気晴らしの制限による欲求不満など、慢性的なストレス状態が続くことで、「コロナうつ」と呼ばれる状態に陥る人が増えています。

コロナうつとは、医学用語として定義されていませんが、コロナ禍のストレスによって心身が不調な状態をいい、気分が落ち込む、イライラする、いつもなら楽しいことが楽しめない、眠れない、食欲が湧かない、仕事に行けない、家事が手につかない、頭が痛い、胃腸の調子が悪いなど、さまざまな形で現れます。

これらの症状が、毎日のように長く続いて日常生活に支障をきたしたり「死にたい気持ち」が出てきたりしたら、かかりつけ医や市町村の相談窓口に早めに相談しましょう。特に、寝ようと思ってもよく眠れない「不眠」が続く場合は要注意です。

コロナうつにならないためには、まずは十分な睡眠とバランスの取れた食事を取り、規則正しい生活を心掛けて疲労をため込まないようすることです。そして、自分一人で悩み苦しむのではなく、孤立や孤立を防ぐために電話やオンラインをうまく利用して、家族や友人とコミュニケーションをとってみましょう。汗ばむ程度の軽い運動も効果的です。不安をおおるような情報からは距離を取ることも重要でしょう。「三密」(密集・密着・密閉)などの基本的な感染対策を守りながら、自分なりのストレス発散を試みましょう。

多くのコロナうつは早めに対策をとることです。それ以上悪くなることを防ぐことができます。何よりも一人で悩まず相談しましょう。

上尾市医師会

7月の相談

市民相談 相続、離婚相談など	出日、22日祝、23日祝を除く毎日 8：30～12：00 13：00～17：00
弁護士相談 事前予約 相続、離婚、契約、交通事故の示談・損害賠償、調停・訴訟手続きなど	14日休、16日休、28日休 10：00～12：00 13：00～15：00 (1回の相談は25分)
司法書士相談 事前予約 相続、遺言、離婚、不動産、会社の登記、少額の民事裁判、債務整理、成年後見手続きなど	1日休 13：00～15：30 (1回の相談は30分)
税理士相談 事前予約 相続、贈与、所得税、その他税金問題全般	7日休 10：00～15：00 (1回の相談は35分)
行政書士相談 事前予約 相続、遺言、贈与、離婚協議、農地転用、建設・運送業許可申請、成年後見・会社設立の手続きなど	20日休 13：00～16：00 (1回の相談は30分)
不動産相談 事前予約 不動産の売買・賃貸など	6日休 13：00～16：00 (1回の相談は25分)
行政相談 国の行政事務についての要望や苦情	6日休 10：00～12：00
住宅増改築・修繕相談 住宅の増改築・修繕	9日休 13：00～15：00

市民相談室 (市役所第三別館1階) ☎775-4643
ところ ※事前予約は、各相談日の1カ月前から受け付けます。受け付け開始日が、(出日祝)などに当たる場合はその直前の平日になります。

暴力追放相談 事前予約
暴力団対策の相談
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
8：30～12：00
13：00～17：00

ところ 交通防犯課 (市役所4階) ☎775-5138 ☎775-9927

女性のための相談 事前予約
自分自身の生き方、夫や家族との関係、夫や恋人からの暴力などで悩んでいる女性のための相談
毎週休
10：00～12：00
13：00～16：00
(1回の相談は50分)

女性のための法律相談 事前予約
離婚、夫や恋人からの暴力など法律の問題で悩んでいる女性のための女性弁護士による法律相談
20日休
13：00～16：00
(1回の相談は30分)

DV電話相談
配偶者からの暴力(ドメスティック・バイオレンス)に関する相談(性別不問)
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
10：00～12：00
13：00～16：00

ところ 男女共同参画推進センター (市役所第三別館1階)
☎778-5110(相談専用電話) ☎778-5112

人権相談
差別、いじめ、ハラスメント、女性・子ども・性的少数者(LGBT)などの人権問題
28日休
10：00～12：00
13：00～15：00

ところ 市役所7階大会議室
人権男女共同参画課 ☎775-5117 ☎778-5112

外国人市民のための相談(ハローコーナー)
外国人市民の生活情報の提供や相談など
市民相談室/5日(月)、12日(月)、19日(月)
501会議室/24日(土)
9：00～12：00
英語・スペイン語
13：00～16：00
中国語・スペイン語・ポルトガル語

ところ 市民相談室 (市役所第三別館1階)・501会議室 (市役所5階)
市民協働推進課 ☎775-4597 ☎775-0007

消費生活相談(事業者は除く)
架空請求(メール・郵送)、クーリング・オフ、契約トラブルなどの消費生活について個人の相談、多重債務相談
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
10：00～12：00
13：00～16：00

ところ 消費生活センター (市役所別館〈青少年センター〉2階)
☎775-0801 ☎776-4600

心配ごと相談 事前予約
家庭内の悩み事、社会的な問題、介護など
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
9：00～12：00
13：00～17：00

ところ 社会福祉協議会(総合福祉センター内)
☎773-7155 ☎772-8647

発達相談
子どもの発達の心配や育児の悩み

運動発達訓練・相談 事前予約
運動機能の発達に不安や課題のある乳幼児の個別訓練・相談(小・中学生も対象)
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
8：30～12：00
13：00～17：00

言語発達訓練・相談 事前予約
言葉の発達に不安や課題のある幼児の個別訓練・相談(おおむね3歳～未就学児)

ところ 発達支援相談センター(本町4-13-1 上尾保育所2階)
☎776-6166 ☎776-6127

家庭児童相談
18歳未満の子どもについての相談
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
10：00～12：00
13：00～16：00

ところ 子ども家庭総合支援センター(市役所5階)
家庭児童相談室 ☎776-6164 ☎774-5342

子育て・若者相談 事前予約
①子育て相談(子育て全般、子どもの発達、虐待など) ②若者相談(ニート、ひきこもり、不登校など)
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
10：00～12：00
13：00～16：00
(1回の相談は50分)

ところ 子ども家庭総合支援センター(市役所5階)
☎783-4964 ☎774-5342

少年相談
青少年の悩み事(家庭・学校での問題、交友関係、非行など)の相談
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
9：00～12：00
13：00～16：00

ところ 少年愛護センター(市役所別館〈青少年センター〉2階)
☎0800-800-4188(フリーダイヤル)
☎048-775-8718(携帯電話) ☎776-2117

いじめ相談
いじめに関する相談(電話)
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
10：00～17：00

子ども・いじめホットライン・ホットメール
☎0120-556-290(フリーダイヤル)
✉556soudan@city.ageo.lg.jp

就学相談 事前予約
障害のある、または発達に不安のある幼児・児童・生徒の就学
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
10：00～12：00
13：00～17：00

教育相談 事前予約
不登校、子どもの性格・行動、知的発達、言葉について、学業など(電話・来所いづれも可)
(予約受け付けは16：30まで)

ところ 教育センター(市役所別館〈青少年センター〉1階)
☎776-7600 ☎776-7604

内職相談
内職の相談・紹介、求人の受理、就業情報の提供など
23日祝を除く毎週(休)
10：00～12：00
13：00～16：00

ところ 内職相談室(JR上尾駅東口プラザ館5階ワークプラザあげお)
☎773-3200

一般職業相談
若年者から高齢者までの職業相談・紹介、求人の受理、求人情報の提供など
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
9：00～17：00

ふるさとハローワーク
(JR上尾駅東口プラザ館4階ワークプラザあげお)
☎773-3500

国民年金相談
※相談内容によっては年金事務所へ案内することもあります。
出日、22日祝、23日祝を除く毎日
9：00～12：00
13：00～16：00

ところ 保険年金課(市役所1階) ☎775-5137 ☎775-9827



外国語情報コーナー

今月は「児童手当現況届の提出を」(8ページ参照)と「ごみ収集カレンダーを配布」(4ページ参照)です。※タイトル・内容は一部要約しています。※外国人市民のための相談(ハローコーナー)は34ページを見てください。



English

英語

Child Allowance

If you are receiving Child Allowance (Jidou Teate), you are required to submit a report on your current status every year in June. This report is to confirm your status, as of June 1, in order to assess your eligibility for Jidou Teate. The report form will be sent to residents who qualify at the beginning of June. Upon receiving it, please fill it out and send or bring it with any other required documents, to Kodomoshien-ka (Child Support Section, 5F of City Hall) by June 30 (Wed). You can also submit the report on city's website. Please note that you may not be able to receive Jidou Teate from June onward if you don't submit this report. *You can submit the report to city's branch office as well. To do it on city's website, you need to have your My Number Card and the smart phone or IC card reader writer which can react to My Number Card. → Kodomoshien-ka Tel 775-5120 / Fax 774-5342

Garbage Collection Calendar

"Ageo-shi Garbage Collection Calendar" (July 1, 2021~ June 30, 2022) will be distributed by the end of June. Please follow the rules and put out your garbage according to the schedule shown on the calendar. → Nishikaizuka Kankyo Center Tel 781-9141 / Fax 781-9166

For more information

Please contact Shimin-kyodo-suishin-ka (in English or Japanese) at 775-4597 (Fax 775-0007) or "Hello Corner" (counseling service for non-Japanese residents in English) held on the 1st, 2nd, 3rd, and 5th Mondays, as well as the 4th Saturday of every month, 9:00 a.m.~noon. Hello Corner publishes a monthly newsletter called "Hello Corner News" to inform non-Japanese residents of events in Ageo and tips on living in the city. It is posted on Ageo City website.

Português

ポルトガル語

Subsídio Criança

Todos os anos no mês de junho deverá fazer apresentação do relatório de situação atual, constando seus dados na data 01 de junho, onde será levado à avaliação para que possa ou não continuar recebendo tal subsídio. Os beneficiários do subsídio deverão receber, em começo de junho, formulário do relatório de situação atual através do correio. Assim que receber, preencher os dados requisitados, anexar os documentos necessários e devolver para o Kodomo Shien Ka até 30 de junho (4ª.feira) via correio ou levando diretamente para

a Seção de Apoio à Criança (Kodomo Shien Ka, prefeitura de Ageo, 5º.andar). Poderá ser feito pedido do subsídio por formulário eletrônico através home page da prefeitura. Tomar cuidado para não atrasar na entrega do documento solicitado, pois caso contrário os depósitos de pagamento dos subsídios, após junho, serão paralisados.

Se preferir poderá devolver diretamente em alguns dos postos regionais ou sucursais da prefeitura. Ou aqueles que forem fazer a apresentação do relatório atual através da internet, será necessário possuir o cartão do My Number e também Smart Phone que responda ao My Number Card ou um Leitor/gravador de IC Card .

→ KODOMO SHIEN KA Tel 775-5120 / Fax 774-5342

Calendário para Coleta de Lixo

O novo calendário para coleta de lixo válido para o período de 01 de julho de 2021~30 de junho de 2022 será distribuído em junho. Vamos obedecer as normas estabelecidas para jogar o lixo e confirme vendo o calendário os dias certos para cada tipo de lixo.

→ NISHIKAIZUKA KANKYO CENTER Tel 781-9141/Fax 781-9166

Para maiores informações

Favor contactar Shimin-kyodo-suishin-Ka (inglês/japonês) Tel 775-4597 / Fax 775-0007 ou a "Hello Corner" (balcão de atendimento para residentes estrangeiros em português). Consultas na 1ª, 2ª, 3ª e 5ª segunda-feira e quarto sábado de cada mês, de 13h00~16h00. A Hello Corner também publica mensalmente o informativo "Hello Corner News" em língua estrangeira onde poderão ser encontrados informações gerais do cotidiano e eventos de nossa cidade. Ver o site da prefeitura de Ageo.

Español

スペイン語

Ayuda de leche

Si estás recibiendo subsidio infantil "Jidou Teate", debe hacer el trámite de actualización cada año en junio. A principios de junio la municipalidad envía una notificación "Genyou Todge" a los que actualmente están recibiendo el subsidio. Con esta hoja, se podrá verificar su situación al 1 de junio y su elegibilidad para el subsidio. Cuando recibas el formulario, rellénalo con los datos necesarios y preséntalo por correo o llévalo con los documentos, a Kodomo shien-ka. Fecha límite: miér, 30 de junio. Y también podrás hacer este trámite en la página web del Ayuntamiento. Si te olvidas de presentar "Genyou Todge", se suspenderá la ayuda desde el mes de junio. *En la ventanilla de

Kodomoshien-Ka y oficinas dependientes municipales, se puede aceptar la solicitud. Para presentar el informe mediante internet, es necesario tener la Tarjeta de My Number y el celular o un lector/grabador de la tarjeta inteligente que responda a la Tarjeta de My Number.

→ Kodomoshien-ka Tel 775-5120/Fax 774-5342

Calendario de recogida de basura

Para el final de junio, se va a distribuir el nuevo calendario de recogida de basura para el periodo del 1 de julio 2021 al 30 de junio 2022. Se ruega respetar reglas y sacar basura de acuerdo al calendario.

→Nishikaiduka Kankyo Center

Tel 781-9141/ Fax 781-9166

Para más información

Sírvanse ponerse en contacto con Shiminkyodosuishin-Ka en japonés o en inglés (Tel 775-4597 / Fax 775-0007) o con "Hello Corner" (servicio de consulta para los residentes extranjeros en español) que tiene lugar el 1er, 2º, 3er y 5º lunes y también el 4º sábado de cada mes, de 9 a 16 horas (de 12 a 13 horas descanso). Hello Corner publica el boletín mensual "Hello Corner News" en español para los residentes extranjeros con el cual podrán obtener informaciones varias tales como eventos, informaciones útiles para la vida cotidiana. Se pone en la página web de la Ciudad de Ageo.

中文

中国語

儿童津贴

领取儿童津贴的人,在每年6月必要提出现状调查表。根据6月1日当时的家庭状况做确认后,才判定能否继续领取儿童津贴。将于6月上旬向对象者邮寄调查表。请填写必要事项后必要文件一起在6月30日(星期三)以前邮寄或直接提出给市役所儿童支援课(市役所5楼)。另外由市主页也可以电子申请。请注意,如未按时办理,将会停止支付6月以后的津贴。*在各支所·出張所也可以受理。电子申请时必要个人编号卡及对应个人编号卡的智能手机或IC卡读写器。

→儿童支援課 Tel 781-9141 / Fax 781-9166

垃圾收集日程表

「上尾市ごみ収集カレンダー(上尾市垃圾收集日程表)」(2021年7月1日~2022年6月30日)已在6月分发各个家庭。请遵守放置垃圾的规则,按照日程表放置垃圾。

西贝家环境中心 Tel 781-9141 / Fax 781-9166

详细情况请在以下机关询问

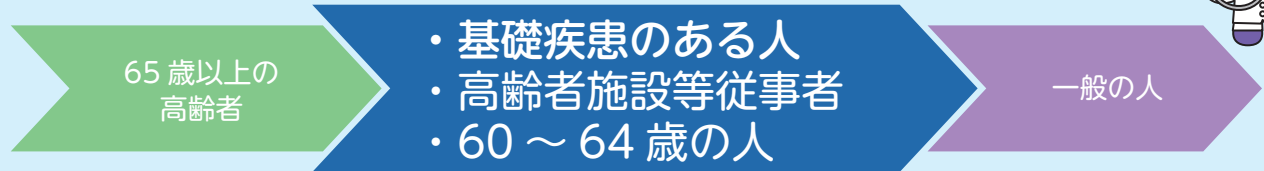
市民协动推进课 电话775-4597(英语或日语) 传真 775-0007或外语咨询服务。第一·二·三·四周的星期一及第四周的星期六,下午1点~4点(汉语)。

「你好消息」(Hello Corner News)是上尾市外语咨询服务每月为外籍市民发行的月报。向您介绍在市内举行的各种活动及有关生活信息。「你好消息」还登载在上尾市网页上,您可以随时阅读。

65歳未満への新型コロナウイルスワクチン接種



◆接種順位 (ワクチン接種の優先順位)



- ◆基礎疾患のある人は、下記のとおり市へ申請してください。
 - ◆高齢者施設等従事者は、施設と調整します。
 - ◆60～64歳の方は、基礎疾患のある人と同時に接種券を発送します。申請は不要です。
- ※接種券送付時期・接種開始時期・接種会場などは決まり次第『広報あげお』や個別通知などでお知らせします。

基礎疾患のある60歳未満の人の優先接種申し込み開始

健康増進課 ☎ 774-1411 ・ ☎ 776-7355

- ◆対象者 基礎疾患のある市内に在住の16～59歳の人
(昭和37年4月2日以降に生まれた人から接種する日に16歳以上の人)
※市外のかかりつけ医の下で接種する場合も上尾市に申請が必要です。



入力フォーム

- ◆受付期間 6月21日(月)まで
- ◆申請方法 次のいずれかの方法で申請してください。
 - ①市ホームページの入力フォームへ入力
 - ②申請書に必要事項を記入し、直接または郵送・ファクス(776-7355)で西保健センターワクチン接種調整担当(〒362-0074春日2-10-33)へ
 ※電話では受け付けできません。
 ※申請書は、市ホームページからダウンロードまたは東・西保健センター、市役所1階総合案内、各支所・出張所・公民館にあります。

優先接種の対象となる基礎疾患 ※該当するかどうかは、かかりつけ医に相談してください。

1. 以下の病気や状態で通院・入院している人
 - ①慢性の呼吸器の病気
 - ②慢性の心臓病(高血圧を含む)
 - ③慢性の腎臓病
 - ④慢性の肝臓病(肝硬変)
 - ⑤インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病または他の病気を併発している糖尿病
 - ⑥血液の病気(鉄欠乏性貧血を除く)
 - ⑦免疫の機能が低下する病気(治療や緩和ケアを受けている悪性腫瘍を含む)
 - ⑧ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
 - ⑨免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
 - ⑩神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態(呼吸障害など)
 - ⑪染色体異常
 - ⑫重症心身障害(重度の肢体不自由と重度の知的障害が重複した状態)
 - ⑬睡眠時無呼吸症候群
 - ⑭重い精神疾患(精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、または自立支援医療(精神通院医療)で「重度かつ継続」に該当する場合)や知的障害(療育手帳を所持している場合)
2. 基準(BMI30以上)を満たす肥満の人(目安/身長170^{センチ}で体重87^{キログラム}、身長160^{センチ}で体重77^{キログラム})

ワクチン接種の予約などに関する問い合わせ

上尾市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター 9～17時(土(日)祝を除く) ☎ 0570-002-203

◆上尾市のソーシャルメディアをご利用ください。



本紙は、再生紙を使用しております。



見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。