

広報

みやしろ

2021
1月号
January

No. 582

令和3年1月1日発行 発行/宮代町 編集/総務課 電話0480・34・1111 (FAX34・7820)

謹賀新年



新しい宮代へ

特集

謹賀新年 令和3年 輝く宮代 始まる 2p~3p

- 1 行政情報ハクモクレン …… 4p~8p
- 2 子育て情報 HiHiーハイハイロー …… 9p
- 3 公共施設情報シイガシ … 10p~11p
- 4 Information、フォレストみやしろ …… 12p~13p
- 5 新しい村、1月の無料相談 …… 14p
- 6 Photo Gallery~月刊みやしろ~、みやしろ文芸 …… 15p
- 7 Miyashiro Calendar 他 …… 16p

みやしろ町の人口

令和2年12月1日現在

33,856人(前月比▲13) 男16,988人 女16,868人

世帯数15,201世帯(+11)



ホームページ <http://www.town.miyashiro.lg.jp>



町公式
ツイッター



定住促進サイト
みやしろで
暮らそつ



マチイロ



町公式
LINE



共に歩みを進める年に

明けましておめでとうございます。謹んで新年のお慶びを申し上げます。

また、日頃よりまちづくりに対してご理解、ご協力をいただき、誠にありがとうございます。

昨年は宮代町だけでなく、日本そして世界中が新型コロナウイルス感染症への対応に追われた一年でした。このような非常時にあっても、住民のためにその職に果敢に臨んでおられる医療、介護関係者をはじめ、日常生活を支えるすべての人にまずもお礼を申し上げます。

いまだ収束を見ない感染症ですが、このような時だからこそ、みんなで思いやりの心を持ち、お互いに助け合い、共にこの状況乗り越えていきたいと考えています。

さて、昨年10月、町の10年計画である「第5次宮代町総合計画」を策定しました。これは、「首都圏でいちばん人が輝く町」を町の未来像とし、町民が主役のまちづくりの道しるべとなるものです。

これからのまちづくりでは、感染症の予防を前提に、これまで培ったコミュニティをいかに維持、発展させていくか、どうすればさまざまな活動ができるのかを考え、歩みを進めることが大切だと考えています。

課題を一つひとつクリアし、多くの方々と共にまちづくりを進める中で、多様な活動がまちに溢れ、町民の皆様がいきいきと輝く、そんな宮代町にしていきたいと考えています。

今年は、第5次総合計画の初年度として、地域コミュニティ、産業、福祉などさまざまな分野で新たな取り組みが始まります。また、東武動物公園駅西口に念願の商業施設が開業し、旧ふれ愛センターは福祉交流館「すてっぷ宮代」としてリニューアルします。和戸横町地区の工事も着々と進められています。

宮代町が未来に向かい、大きく進む一年となることでしょう。

今年も、誰もが安心して、いきいきと毎日を送れるよう、町民の皆様との対話を繰り返しながら共にまちづくりを進めていく所存です。

本年が町民の皆様にとって、幸多き年となりますようご祈念申し上げ、年頭のあいさつとさせていただきます。



町民が主役！！
対話で築く
まちづくり

宮代町長 新井 康之



駅前の新たな顔

東武動物公園駅西口駅前商業施設オープン

令和3年8月下旬開業に向け、工事が進められています。



流通・工業施設の誕生 和戸横町地区の整備

これまで地盤改良工事、水路整備等が実施され、今年から圏央道南側エリア(A地区)の建築工事が進められます。



新たな福祉の拠点へ

旧ふれ愛センターリニューアル

現在、旧ふれあいセンターでは令和3年3月末の工事完成を目指し改修工事を実施中です。

工事完了後には、宮代町社会福祉協議会、福祉作業所ひまわりの家、すだちの家が入り、西原自然の森を舞台に新たな福祉の拠点づくりを進めます。

なお、移転日時などにつきましては改めてお知らせさせていただきます。



新しい名前は・・・
福祉交流館 すてっぷ宮代



輝く宮代



輝き続ける未来へ

明けましておめでとうございます。

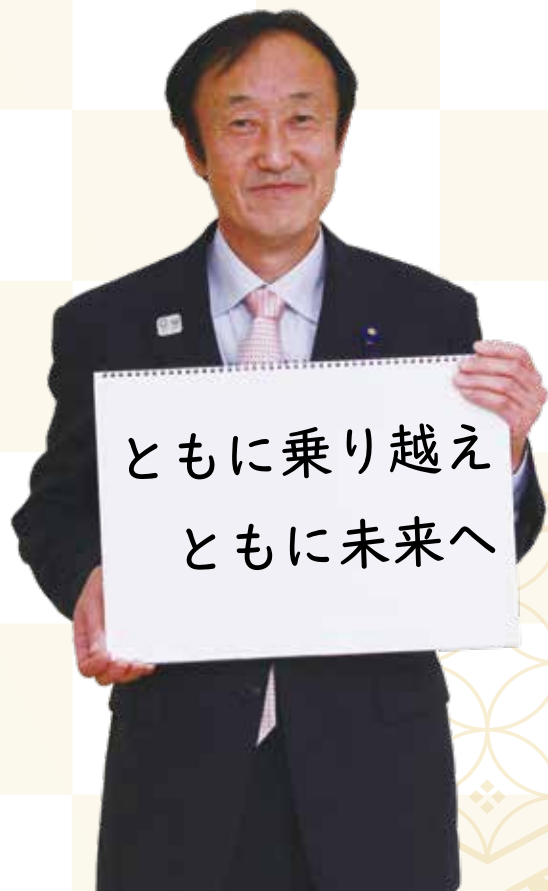
輝かしい令和3年の新春を迎えるにあたり、町議会を代表いたしまして謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

昨年を振り返りますと、新型コロナウイルスが猛威を振るい、世界的なスポーツの祭典であるオリンピックが延期となるほか、全国的に様々なイベントや会議の中止、国内の移動制限など、まさに「人類が直面する最大の危機」といっても過言ではなかったと思います。そして、このことは、新年を迎え、ワクチン開発などの明るい兆しが一部では見られますが、しばらくは続くこととされます。何より尊い人の命を守りながら、人が生きていくための経済的循環の維持あるいは新たなる創造をしていかなければならないという極めて難しい局面に立たされています。

しかし、こうした危機は、私たちの先人の方たちがその時々で知恵と勇気と助け合いで乗り越えてきた歴史があります。決して乗り越えられない危機だとは考えておりませんし、何としても、乗り越えていかなければなりません。

折しも新年度からは町の第5次総合計画がスタートします。町議会といたしましても、町民の皆様が安全で安心して暮らせるよう、各種の福祉対策や時代に対応した新たな経済活動の創造、町の発展に必要なインフラ整備など、こうした時代だからこそ、未来に向かって夢と希望が抱ける政策が実現できるよう、積極的に各種行政施策に関与し、二元代表制の役割を果たしていかなければならないと考えております。

今後とも、町民の皆様のご理解、ご支援をお願い申し上げます。清々しい新年の門出にあたり、町民の皆様のご多幸を心よりお祈り申し上げまして、新年のあいさつとさせていただきます。



ともに乗り越え
ともに未来へ

宮代町議会議長 田島正徳

新年

3年



町民みんなで作った総合計画 第5次宮代町総合計画 令和3年度からスタート



宮代町の未来像 首都圏でいちばん人が輝く町



第5次宮代町総合計画は、3年間にわたり多くの町民のみなさんとともに作り上げてきました。

まちの未来像を「首都圏でいちばん人が輝く町」とし、住みたい・住み続けたいと思える町になることを目指していきます。2月号広報からは、まちの未来像を実現するための実行計画事業を紹介していきます。

動き始めている事業も /



顔が見える
地域経済をつくる

小商いからはじめよう
チャレンジショップ推進事業



身近な場所で
子育てサロン事業

地域に人々が集まる
場を生み出す

構想と方針

- 1 宮代らしさを価値として高めていく
 - A 町原風景を形づくる「農」の資源を活かしていく
 - B 東武動物公園駅西口エリアの魅力を高めていく
 - C 宮代を発信していく
- 2 コンパクトな町の強みを活かす
 - D 歩きたくなる「まちなか」をつくる
 - E 日々の生活のアクセス性を高める
 - F 顔が見える地域経済をつくる
- 3 さまざまな活動や主体を生み出す
 - G 地域に人々が集まる場を生み出す
 - H 活動が生まれる「学び舎（学びのプラットフォーム）」づくり
 - I 町の中のキープレイヤー同士で連携する
 - J 町の中の遊休スペースを効果的に活用する
- 4 社会環境の変化に対応し行政運営を変化させ続ける
 - K 縦割りから横断的行政運営へ
 - L 多様な主体による公共の運営
 - M 今後求められる機能を核とした公共施設の再編

始まる



町のホットな情報をあなたにお届け！

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、広報1月号に掲載されている催しが延期・中止となる場合がありますのでご注意ください。開催状況については町ホームページを確認、または、各担当へお問い合わせください。内容は12月18日時点の情報です。

男女共同参画セミナー —あなたらしく生きるために—

🏠 コロナ禍の今、見えづらくなるDV

今、新型コロナウイルスの感染拡大により、家族で過ごす時間が長くなり、ドメスティック・バイオレンス(DV)や児童虐待など、家庭内での暴力のリスクが高まっているといわれています。DVや虐待は外からは見えづらく、誰にもSOSを出せず、一人で恐怖や不安を抱えている人が多くいます。

DVや虐待のない社会にするために、コロナ禍の今、一緒に考えてみませんか。

日時 1月30日(土)14時～16時
13時30分開場

場所 進修館小ホール

講師 並木利美子氏
(八潮市家庭児童相談員)

費用 無料

一時保育 1月20日(水)17時までに申込
(対象:1歳から小学校6年生まで)

申問 担当窓口へ直接、電話、ファックス
(34・7820)、メール(jinken@town.miyashiro.saitama.jp)で申込

※氏名、住所、連絡先をお伝えください。

問 人権推進室
34・1111 内線210 (2-10)



あなたやこどもの心に
刺
刺さっていませんか？

要申込 オンライン視聴 できます

配信:2月2日(火)から14日(日)まで

▶氏名、住所、連絡先、講師への質問(あれば)を明記の上、1月28日(木)までに左記のメールで申込

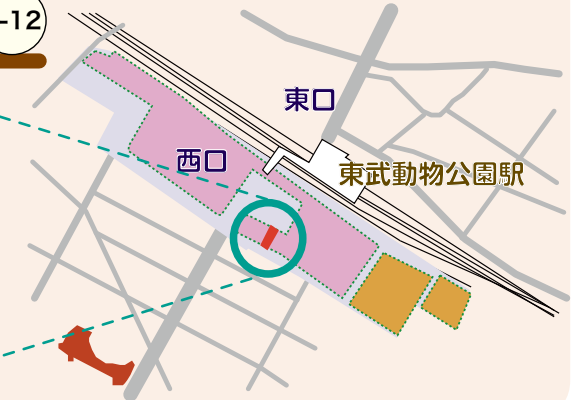
▶セミナー終了後、動画を視聴するためのURLを返信します。

🏠 仮設道路の廃止のお知らせ

問 道路担当
34・1111 内線332 (2-12)

東武動物公園駅西口開発は、地権者である東武鉄道株式会社により令和3年8月下旬の開業を目指し工事が進められています。

この開発に伴い、仮設道路としてお借りしていた土地を駐車場として整備するため、2月1日(月)から通行ができなくなります。



市民参加 委員を募集します

詳しくは町ホームページでご確認ください。

名称	宮代町立図書館協議会
募集概要	図書館の運営やサービスについて、ご意見やご提案をいただける委員を募集します。
任期	令和3年4月1日～令和5年3月31日
公募期間	1月4日(月)～2月12日(金)17時
人数	2名
応募資格	町内在住・在勤・在学で20歳以上の方
応募方法	[郵便・持参] 〒345-8504 宮代町笠原1-4-1 教育推進課 生涯学習・スポーツ振興担当 [ファックス] 34・4152 [電子メール] gakusyu@town.miyashiro.saitama.jp
説明会	個別説明 2月5日(金)17時までに担当へ申込(お子様と一緒に参加可)
選考方法	応募理由、男女比率、年齢構成、審議会等の兼任数により選考
会議	年3回程度
申・問	生涯学習・スポーツ振興担当 34・1111内線433 (役場2階17番窓口)

パブリックコメント 意見を募集します

町の構想や条例、計画案について、書面等により意見を募集する手続きです。

名称	第2期 宮代町教育振興基本計画	みやしろ健康福祉プラン —高齢者編— (高齢者保健福祉計画、第8期介護保険事業計画)	みやしろ健康福祉プラン —障がい者編— (第6期障がい福祉計画、第2期障がい児福祉計画)
計画概要	学校教育と社会教育を柱とした、教育振興のための施策に関する基本計画。令和3年度を計画初年度とする「第2期宮代町教育振興基本計画」を策定するもの。計画期間は5年(令和3年度～令和7年度)。	高齢者や介護認定を受けている方々への福祉サービスや介護保険サービスの提供体制を整備し、円滑な実施を確保するための計画。計画期間は3年(令和3年度～令和5年度)。	障がいのある方への障害福祉サービスや地域生活支援事業の提供体制を整備し、円滑な実施を確保するための計画。計画期間は3年(令和3年度～令和5年度)。
公表日	1月7日(木)	12月25日(金)	12月25日(金)
募集期限	1月27日(水)	1月15日(金)	1月15日(金)
資料の閲覧場所	教育推進課(役場2階16番窓口)	健康介護課(役場1階6番窓口)	福祉課(役場1階7番窓口)
対象	町内在住・在勤・在学の方		
提出方法	[郵便・持参] 〒345-8504 宮代町笠原1-4-1 教育推進課 教育総務担当 [ファックス] 34・4152 [電子メール] kyouiku@town.miyashiro.saitama.jp	[郵便・持参] 〒345-8504 宮代町笠原1-4-1 健康介護課 高齢者支援担当 [ファックス] 34・3396 [電子メール] kaigo@town.miyashiro.saitama.jp	[郵便・持参] 〒345-8504 宮代町笠原1-4-1 福祉課 障がい者福祉担当 [ファックス] 34・3396 [電子メール] fukushi@town.miyashiro.saitama.jp
意見に対する見解	2月17日(水)、町ホームページ及び各閲覧場所にて公表	1月29日(金)、町ホームページ及び各閲覧場所にて公表	1月29日(金)、町ホームページ及び各閲覧場所にて公表
申・問	教育総務担当 34・1111 内線426(役場2階16番窓口)	高齢者支援担当 34・1111 内線381(役場1階6番窓口)	障がい者福祉担当 34・1111 内線363(役場1階7番窓口)

令和3年度採用 会計年度任用職員を募集

町役場・町の施設で
一緒に働きませんか？

問 庶務職員担当
34・1111内線202 (2-10)

会計年度任用職員とは？

会計年度任用職員は、1会計年度内(4月1日から翌年3月31日まで)で勤務する非常勤職員です。
一般職の地方公務員としての身分を有するとともに、職務に専念する義務等の服務規律が適用されます。
※地方公務員法第16条の欠格条項に該当する方は応募できません。

募集要項及び申込書

募集要項等は、
●役場各課窓口
●町内各公共施設
で配布しています。

町ホームページからもダウンロードできます。
 
通常任用 スポット任用

通常任用者 募集

募集職種、給与、勤務条件等

※給与、勤務条件、職種ごとの募集内容(任用期間、職務、人数、応募資格、勤務時間等)は、募集要項でご確認ください。

- ◆事務系 一般事務
- ◆専門系

- ①くらし 交通指導員、消費生活相談員、年金相談員
- ②保育 子育て指導員、保育士、看護師、保育園補助員
- ③保健・医療 管理栄養士、レセプト点検員、看護師、保健師、臨床検査技師
- ④介護 介護認定調査員、介護サービス相談員
- ⑤学校教育 学校用務補助員、非常勤指導主事、教育相談員、ボランティア相談員、英語活動等非常勤講師、特別支援教育サポーター、非常勤講師、不登校対策学習支援員、さわやか相談員
- ⑤生涯学習 資料整理作業員、屋外展示物等管理作業員、発掘作業員、発掘調査員

応募受付期間及び応募方法

「令和3年度採用 宮代町会計年度任用職員申込書」に必要事項を記入の上、各職種の担当課窓口へ提出または郵送(簡易書留)
※受付時間は、窓口により異なります。募集要項でご確認ください。
※郵送の場合は1月22日(金)必着です。

1月4日(月)から1月22日(金)まで

選考日及び選考方法

2月1日(月)から19日(金)までの間で指定する日時及び場所にて面接等を実施します。
※応募者へ個別に通知します。

スポット任用登録 登録受付

令和3年度中に任用予定の会計年度任用職員(スポット任用登録者)の登録を受け付けます。
この制度では、あらかじめ会計年度任用職員(スポット任用登録者)として登録していただき、短期間や繁忙期の業務に対して会計年度任用職員の任用が必要となった場合に、登録者の中から必要に応じて選考を行います。

登録期間中に必ずしも任用されるものではありませんので、あらかじめご了承ください。

登録有効期間
令和3年4月1日から令和4年3月31日まで

給与、勤務条件等

給与、勤務条件等は、募集要項をご覧ください。

登録受付期間及び登録方法

「令和3年度 宮代町会計年度任用職員登録申込書」に必要事項を記入の上、総務課(役場2階10番窓口)へ提出または郵送(簡易書留)
※受付時間は、8時30分から17時15分まで(ただし、閉庁日は除く。)
※郵送の場合は期間内必着です。

1月4日(月)から令和4年1月31日(月)まで

選考日及び選考方法

任用が必要となった場合に、指定する日時及び場所にて面接等を実施します。
※登録者へ個別に通知します。

国民健康保険・後期高齢者医療 傷病手当金支給対象期間 延長のお知らせ

**3月31日(水)
まで**

申問 国保・後期担当
34・1111内線316 (1-5)

新型コロナウイルス感染症に伴う国民健康保険・後期高齢者医療の傷病手当金の支給対象期間が**令和3年3月31日**まで延長となりました。

申請方法 事前に電話で相談の上、担当へ申請
(郵送による申請も可能)

※対象や申請書類など詳しくは、町ホームページをご覧ください。
担当へお問い合わせください。



《国民健康保険》《後期高齢者医療》

楽しく健康！みやしろ国保の健康づくり事業

スポーツ指導員から学ぶ

「膝・腰痛予防」に効く体操

申問 国保・後期担当
34・1111内線316 (1-5)

専門家による知識と、体幹や膝回りの筋力を鍛える体操を学びます。無理のない体操を続けて、健康で元気な毎日をすごしましょう。

- 日時 2月16日(火)14時~15時30分(予定)
- 場所 進修館大ホール
- 講師 スポーツ指導員 大津桐和氏(ミズノ)
- 定員 30名※先着順
- 対象 宮代町国民健康保険に加入されている方
- 費用 無料
- 申込 1月12日(火)9時より申込開始。

担当に電話またはメール(hoken@town.miyashiro.saitama.jp)で申込。※氏名、生年月日、連絡先、国保の被保険者証の記号番号をお伝えください。



町民税申告に関するお知らせ

問 町民税担当
34・1111 内線232、233 1-2

2月16日(火)から町民税の申告が始まります。申告期間中は会場が大変混雑します。新型コロナウイルス感染予防対策として申告書の郵送提出など混雑緩和へのご協力をお願いします。また、円滑な申告ができるように早めの準備及びマスクの着用、手指の消毒などの協力をお願いします。

申告期間 2月16日(火)～3月15日(月)
※土・日・祝日を除く。

受付時間 [午前の部] 8時45分～11時15分
[午後の部] 13時～15時30分

会場 役場1階101・102会議室

■申告書の提出にはマイナンバーと本人確認が必要です

申告書の提出の際には、「マイナンバー」の記載と「本人確認書類」の提示が必要です。(郵送の場合は写しを貼付)
※マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナンバーカードのみの提示となります。

■事業所得(営業等・農業)、不動産所得の申告は
水曜日・金曜日^{のみ}の受付となります
該当日以外での受付はできませんのでご了承ください。

■町民税申告書の発送は2月8日(月)です

町民税申告書は昨年度の申告期間中に町民税の申告をされた方にお送りします。事前の提出は、郵送による申告のみ2月10日(水)から受け付けます。申告書様式は、町ホームページ「申請届出」にもありますのでご利用ください。

■社会保険料控除資料について

令和2年中に納付書または口座振替で町へ国民健康保険税、介護保険料及び後期高齢者医療保険料を納付された方には、納付額が記載された**社会保険料控除資料(ハガキ)**を1月下旬に**発送**します。なお、**公的年金から当該保険料が引き落とし**されている方には、日本年金機構等から郵送される**公的年金等の源泉徴収票**に社会保険料の合計金額が記載されていますので、そちらをご確認ください。

次に該当の方は
忘れず申告を!

- 16歳以上で町国民健康保険に加入されている方
※被扶養者の方は簡易申告をしてください(役場1階5番窓口)
- 後期高齢者医療制度に加入されている方
- 自立支援医療等の障がい福祉サービスや特定疾患医療給付制度を利用されている方

所得税の確定申告に関するお知らせ

問 春日部税務署 048・733・2111

令和2年分所得税について医療費控除や住宅借入金等特別控除等の**還付申告をされる方は1月4日(月)から税務署へ申告書を提出**することができます。なお、税務署の閉庁日(土・日・祝日)は、税務署の時間外収受箱へ投函することで提出できます。
※春日部税務署では、2月21日(日)と2月28日(日)に限り休日の相談受付を行います。

●ID・パスワードを取得しましょう!

事前に専用のID・パスワードを申請すれば、申告が簡単に!マイナンバーカードや専用機器は不要です。ID・パスワードは、申告者の本人確認書類(運転免許証など)を持参の上、税務署で取得してください。

●国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」が便利!

「確定申告書等作成コーナー」で、自宅のパソコン・タブレット・スマートフォンからいつでも申告書を作成。e-Taxで送信、印刷して郵送してください。

●医療費控除を適用される方へ

平成29年分の確定申告から、医療費控除は領収書の提出が不要となり、代わりに「医療費控除の明細書」の作成・添付が必要となりました。
※領収書は5年間保存する必要あり。

●公的年金等受給者に係る確定申告不要制度について

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下であり、かつ公的年金等以外の所得金額が20万円以下である場合は、所得税の確定申告書を提出する必要はありません。※住民税の申告が必要な場合あり。

●いつでもどこでもスマホで申告!

令和3年1月から、2か所以上の給与所得がある方、年末調整が済んでいない方、年金収入や副業等の雑所得がある方など、入力が必要な「スマホ専用画面」をご利用いただける方の範囲が広がります。



20歳になったら国民年金

申問 年金担当 34・1111内線318
春日部年金事務所 048・737・7112 1-5

国民年金は、やがて迎える老後や万が一病気や事故などで生活や仕事などが制限されるようになったとき、家族の働き手が亡くなったときに年金を受給できるよう、働いている世代みんなが保険料を出し合って支え合う制度です。20歳以上60歳未満の方は国民年金に加入することが義務付けられています。

国民年金の加入

20歳になった方には、日本年金機構から、国民年金に加入したことをお知らせする通知及び納付書が届きます。年金手帳はお知らせとは別に送付されます。
※厚生年金または共済年金に加入している方を除きます。

国民年金の保険料

国民年金の保険料は、1か月16,540円(令和2年度の額)です。日本年金機構から送付された納付書で納めてください。コンビニエンスストアでの納付、電子納付、口座振替やクレジット納付も可能です。

学生納付特例制度

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、申請して認められると在学期間中の保険料を後から納めることができる制度です。

免除・納付猶予制度

収入の減少や失業等により、保険料を納めることが難しい場合は、未納のままにせず「国民年金保険料免除・納付猶予制度」の手続きを行ってください。



郵送用封筒の広告主募集

申問 会計室 34・1111 内線 412 1-3

町で使用している封筒の裏面に、あなたのお店や会社の広告が入ります。広告を掲載して効果的にPRしてみませんか。

掲載場所 長3サイズ封筒の裏面(4枠)

規格 縦40ミリ×横80ミリ※広告原稿は、広告主が作成

掲載料 1枠 30,000円

印刷部数 30,000枚

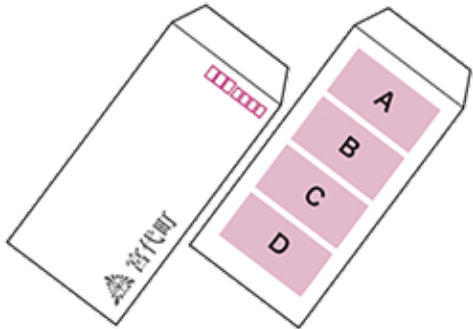
掲載期間 令和3年5月から消費するまで(例年6~10ヶ月程度)

申込期間 1月4日(月)8時30分~1月29日(金)17時

申込書 窓口配布または町ホームページからダウンロード

申込先 会計室あてに提出または送付

※広告の掲載位置は、A枠~D枠の中よりお選びいただけます。



肝炎ウイルス検診

申問 保健センター 32・1122

B型肝炎やC型肝炎は、感染に気づかないまま放置すると、肝硬変や肝がんへ進行する可能性があります。肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれ、肝炎が進行していても自覚症状がないことも珍しくありません。過去に検診を受けたことがない方は、ぜひ、お申し込みください。

日時 2月8日(月) ※時間は申込時にお伝えします。

場所 保健センター

内容 血液検査[肝炎ウイルス検査(B型・C型)]

対象 40歳以上で宮代町に住民登録があり、過去に検診したことのない方 ※昭和55年4月2日から昭和56年4月1日生まれまでの方(40歳)には個別通知します。

定員 100名(先着順)

費用 無料

申込 1月18日(月)、19日(火)、20日(水)に保健センターへ電話

陽性者フォローアップ事業

検査結果が陽性の場合、本人の同意により、埼玉県が実施する「埼玉県ウイルス性肝炎患者等重症化予防推進事業」で検査費用助成事業などを受けることができます。

里山 冬の自然観察会&よしず作り

申問 環境推進担当 34・1111内線274

2-15

冬の里山の植物などの自然の様子を観察します。冬の寒さや乾燥に、植物がどのように耐え忍んでいるのか、解説を聞きながら散策します。後半は、散策中に拾い集めた枝や木の実で、よしず(壁掛け)を作ります。

日時 1月17日(日)9時30分~11時頃
※少雨決行

持物 マスク(必ず着用)、防寒対策等の準備、飲み物

場所 新しい村 森の市場ステージ前集合

申込 1月7日(木)から1月15日(金)までに担当へ

内容 120分(途中休憩あり)

前半:自然観察会&保全体験

主催 山崎山こどもエコクラブ

後半:クラフト体験

共催 宮代町

定員 15名(先着順)

費用 無料



令和2年度 第3回 宮代町 猫一斉TNR(野良猫の不妊手術)

申問 環境推進担当 34・1111内線274、275 2-15

町では、野良猫を原因とする地域の環境問題を解決するため、公益財団法人どうぶつ基金の無料チケット(さくらねこ無料不妊手術事業)を活用し、町登録ボランティアの皆さんの協力のもと野良猫の繁殖抑制(不妊手術、TNR)に取り組んでいます。

日時 1月8日(金)、16日(土)、22日(金)、30日(土) 合計4回(各回15匹まで)

対象 町内の飼い主のいない猫

費用 無料

※追加手術等が発生した場合は、費用が発生する場合があります

留意事項 ・不妊手術済みの印として耳先V字カット(さくらみみ)を施します。必須となります。



桜の施肥ボランティア募集

申問 環境推進担当 34・1111内線274 2-15

日時 2月13日(土)13時30分~15時30分 ※雨天中止

場所 スキップ広場 SL 前集合

内容 桜並木の木の根元付近に小さな穴を掘り、肥料をまきます

定員 10名(先着順)

持物 マスク(必ず着用)、動きやすい服装(要防寒対策)

申込 2月12日(金)までに担当へ申込



令和2年度 情報公開請求の状況について 問 文書法規担当 34・1111 内線 204 (2-10)

情報公開条例に基づく 公文書公開請求 第2四半期(7月1日から9月30日まで)

- 【全部公開】
- ・「宮代町議会基本条例」19条の「検証」に関する一切の資料 (H28～R2)
 - ・平成元年度路面性状調査業務委託
 - ・本年度4～6月の町長行動記録。具体的には、出張、町外の方との打ち合わせ等がわかる一切の資料等。
 - ・水害対策についてのタイムライン(町独自のもの)とそれに関する起案等一切の資料
 - ・令和2年1月17日に開催された「個人情報取扱いについて」の職員研修会で使用した一切の資料等と出席職員19名の一覧
 - ・本会議一般質問だけは、インターネット配信を行い、これに対し約100万円の

予算がついているが、この契約・運用に関する一切の資料

- ・町内小中学校のピアノ調律料金に関する一切の資料

【一部公開】

- ・平成28年12月15日及び令和元年9月19日公告「宮代町水道料金徴収業務、給水装置工事受付等業務及び施設管理運営管理業務委託」のプロポーザル方式の入札について作成された文書

個人情報保護条例に基づく 自己情報開示請求

第2四半期(7月1日から9月30日まで)

【一部公開】

- ・住民票の写し等の請求書



請求方法

- ・請求を希望する場合は、請求書に必要事項を記入し、情報を管理する担当課に提出してください。請求書の様式はホームページからダウンロードするか、又は総務課文書法規担当にあります。
- ・公文書の公開請求については、請求書の直接提出以外に郵送でも提出可能ですが、自己に関する情報の開示請求は、原則、本人による直接請求です。提出の際は本人であることを証明する書類が必要です。
- ・請求のあった日から起算して15日以内に公開(開示)決定を行います。
- ・請求に伴う手数料は無料です。ただし、公開請求を求めた文書の写し(コピー等)の交付及び郵送を希望する場合は有料となります。
- ・決定の内容に不服がある場合は、不服申立てをすることができます。

令和2年度 附属機関等の会議の公開に関する運用状況について

問 文書法規担当 34・1111 内線 204 (2-10)

附属機関等の名称	会議の名称	公開区分	傍聴者数	附属機関等の名称	会議の名称	公開区分	傍聴者数
男女共同参画社会推進会議	第1回男女共同参画社会推進会議	全部公開	0	宮代町交通安全対策協議会	令和2年度第1回宮代町交通安全対策協議会	全部公開	0
宮代町総合計画審議会	宮代町総合計画審議会第9回、10回会議	全部公開	0	宮代町防犯のまちづくり推進協議会	令和2年度宮代町防犯のまちづくり推進協議会	全部公開(書面開催)	—
宮代町指定管理者候補者選定委員会(町立図書館)	宮代町指定管理者候補者選定委員会(町立図書館)第1回、2回会議	非公開	—	宮代町児童福祉審議会	令和2年度第1回宮代町児童福祉審議会	全部公開	0
宮代町指定管理者候補者選定委員会(福祉交流センター陽だまりサロン)	宮代町指定管理者候補者選定委員会(福祉交流センター陽だまりサロン)第1回会議	非公開	—	宮代町介護認定審査会	介護認定審査会	非公開	—
宮代町指定管理者候補者選定委員会(コミュニティセンター進修館等)	宮代町指定管理者候補者選定委員会(コミュニティセンター進修館等)第1回、2回会議	非公開	—	宮代町健康づくり推進委員会	令和2年度第1回宮代町健康づくり推進委員会第5回、6回	全部公開	0
宮代町国民健康保険運営協議会	令和2年第2回、3回、4回宮代町国民健康保険運営協議会	全部公開	0	宮代町立小中学校の適正配置及び通学区の編成に関する審議会	宮代町立小中学校の適正配置及び通学区の編成に関する審議会	全部公開	各1
				宮代町立図書館協議会	第1回宮代町立図書館協議会会議	全部公開(書面開催)	—
				文化財保護委員会	文化財保護委員会会議	全部公開	0

宮代町シルバー人材センター 入会説明会

日時 1月12日、2月9日、3月9日
すべて火曜13時30分～

場所 宮代町シルバー人材センター(宮代アリーナ)

対象 町内在住の60才以上の方

問合せ 公益社団法人宮代町シルバー人材センター37・1353

※ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期になる場合があります



～「つながり」感じる～

問 高齢者支援担当34・1111 内線382、384

地域住民が気軽につどえる場があると、人とのつながりや支え合いが生まれます。高齢になっても安心して生活できる地域づくりと健康づくりを目指し、今回は東地区、中寺地区で活動する「東中寺介護予防体操グループ」を紹介します。

< PR ポイント >

「楽しくなければ体操じゃない」を合言葉に、健康に関する情報を伝えあったり、体操をしたりして交流を深め、ご近所や仲間とのつながりをより一層強くしています。いろいろな体操を輪番で実施することで筋力アップや転倒予防となり、健康寿命を延ばすことができます。男女、国籍、住所地を問わずどなたにも門戸を開放していますので、一緒にいかがですか。(新型コロナウイルス感染拡大のためお休みしています)

東中寺介護予防体操グループ



日時 毎月第1、第3火曜 13時30分～15時

場所 東地区集会所(中寺集会所もあり)

参加費 必要時に徴収

代表 金子34・6266



～すくすく育てみやしろっ子～



東武動物公園
楽しかったね!

岡部 優多 ちゃん
平成30年11月1日生まれ



このコーナーに登場してくれる
赤ちゃんを募集しています

▼応募の方は、写真に
①住所、②氏名(ふりがな)、
③生年月日、④性別、⑤電話番号、⑥
コメントを添えて広報担当までお送り
ください。

〒郵送

〒345・8504 ※住所記載不要
宮代町役場広報担当

✉e-mail

voice@town.miyashiro.saitama.jp

申問 広報担当34・1111内線207

子育て応援ウェブサイト
みやしろで育てよう

子育て相談員 原嶋 朋子

←詳しくはこちらから

子育てにちょっぴりつかれている方々
★子育ては、つらいのと楽しいのとどっちも、
だね。
★子どもは親からほほえむことを学ぶ。
★お風呂のとき、すぐにからだを洗わずに裸
で子どもを抱きしめてみてください。初めて
抱っこした時を思い出しますよ。
★いつまでいっしょに居られるかわからない
ということをしっかり心に留めて、お互いを
大切にしましょう。
★すべての子は素晴らしい可能性を与えられ
ている。ダメな子なんていない。少し時間が
かかるだけで待つてあげればいい。
★本のような100点の親は無理でも、我が
子にとって100点の親であればいい。

役場庁舎内 子育てひろば きしゃぽっぽ 問 38・6264 申込:実施日の3日前から電話受付

催し物	日時
3歳児教室①「楽器あそび」 ②「節分のお面作り」	①1月18日(月)9時30分～ ②2月1日(月)9時30分～
子育て講座「乳がんの早期発見・診断・ 治療の大切さ」 申込 電話受付1月5日(火)～14日(木)	1月19日(火)10時～11時 講師 栗原和江氏 (NPO法人くまがやピンクリボンの会 代表理事)
1歳児教室「楽器あそび」	1月20日(水)9時30分～
子育てサロン赤ちゃんの日 乳幼児を対象とした親子交流	①1月21日(木)13時30分～ ②2月9日(火)9時30分～
手形でポン お子さんの手形で作品を作ります	1月22日(金)9時30分～ 13時30分～
親と子の絵本の日	1月25日(月)10時30分～10時45分 1月31日(日)10時30分～11時30分
子育て講座「産後うつにならないため に家族でできること」 申込 電話受付 1月8日(金)～ 25日(月)12時まで	場所 進修館小ホール 講師 大月浩史氏(心理オフィスいろ どり・きらり美南保育園長) 定員 町内在住の子育て世代15組 ※現在、妊娠中の夫婦も参加可能
2歳児教室「節分のお面作り」	2月2日(火)9時30分～
子育て講座「保育園入園前の心構え、 やっておくこと」 申込 電話受付 1月12日(火)～ 2月1日(月)12時まで	2月6日(土)10時30分～11時30分 場所 進修館小ホール 講師 大月浩史氏(心理オフィスいろ どり・きらり美南保育園長) 定員 町内在住の子育て世代15組

みんなで踊ろう! 「アイドルひろば」

令和2年紅白初出場の大人気アイドルグループNiziUの、大ヒット曲と一緒に踊りましょう♪小学生・中学生、踊りの大好きな未就学児におすすめです!

日時 1月7日(木) (1)13時30分～14時30分
(2)14時50分～15時50分

場所 進修館大ホール

講師 金子 恵氏
(エムズダンススタジオピンキー)

対象 (1)3歳以上未就学児親子10組
(2)小学生以上15名

申込 1月4日(月)まで※申込多数の場合は抽選



みんなであそぼう! ブラジル版羽子板「フレスコボール」

昔ながらの羽子板に似た遊び「フレスコボール」を親子やお友達と体験してみましよう! 「思いやり」が大切な遊びです。ペアで打ち合ってみましよう。

日時 1月16日(土)
(1)10時30分～11時30分
(2)13時30分～15時

講師 赤塚康太氏(日本代表)
五十嵐恭雄氏(日本代表)

対象 (1)小学生10名(親子も可)
(2)自由体験会

場所 (1)進修館大ホール
(2)スキップ広場及び
コミュニティ広場

申込 1月12日(火)まで
※申込多数の場合は抽選

国納保育園内 げんきっ子 問 34・5891

催し物	日時	内容等
園庭開放日 電話予約制(利用日当日9時～14時) ※12時～13時を除く	1月5日、12日、19日、26日 すべて火曜 13時30分～15時	国納保育園の園庭で遊ぼう 定員 1～2組(6人まで)
げんきっ子の日 電話予約制(利用日当日9時～14時) ※12時～13時を除く 利用組数 5組(10人まで)	(1)1月13日(水)10時～11時 (2)1月21日(木)10時～11時 (3)1月25日(月)10時～11時	(1)アンパンマン福笑いで 遊ぼう (2)風船で遊ぼう (3)オニベルトを作ろう

子育ての困った!を解決する

「親子スキンシップ講座」

日時 1月27日(水) 10時～11時 定員 5組(10名まで)
申込 1月12日(火)9時から
14日(木)12時まで
※申込多数の場合は抽選

場所 国納保育園内
げんきっ子

講師 本間圭子氏(鍼灸師)

姫宮保育園内 のびのびキッズルーム 問 34・8393

一時保育も行っておりますのでご利用ください。
※1月7日(木)までののびのびキッズルームはお休みします。

催し物	日時	内容等
子育て広場 ※要予約	1月8日(金)10時30分～11時30分 1月15日(金)10時30分～11時30分 1月22日(金)10時30分～11時30分 1月29日(金)10時30分～11時30分	身体測定・手形 節分製作 誕生日カードを作ろう(1月生まれ) お店屋さん物作り
一緒にやってみよう 申込 1月12日(火)まで	1月19日(火)10時～11時	紙トンボ製作 講師 伊草早苗氏 定員 親子5組
園庭開放※要予約	平日9時～11時30分、13時30分～14 時30分、土曜10時～11時	

ランチタイム

日時 1月26日(火)
11時30分～12時30分

場所 のびのびキッズルーム

内容 保育園給食の試食

定員 親子5組(要来園予約)

申込 1月19日(火)まで



公共施設情報 シイガシ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載の催しが延期・中止、公共施設が休館となる場合がありますのでご注意ください。詳しくは町ホームページで確認ください。各担当・主催者へお問い合わせください。

図書館

申問 34・9944

ホームページ



火曜～金曜 10時～19時 ※休館日:月曜(11日を除く)
土・日・祝日 10時～18時 12日(火)

事業名	日時	場所	内容
ライブラリーシアター 「あの子を探して」 ※吹替 1999年 中国映画	1月8日(金)14時～15時50分	ホール	小学校の代用教員となった13歳の少女と、迷子になった腕白少年の生徒の姿を描いたヒューマンドラマ。第56回ヴェネツィア国際映画祭グランプリ受賞作品。
紙芝居と折り紙	1月9日(土)14時30分～16時	研修室	紙芝居:「ほしのおひめさま」ほか 折り紙:うし 定員:10名(当日先着順)
初笑い! 昭和初期の名人芸を聴く会	1月11日(月・祝)14時～15時	ホール	落語、漫才、大衆歌謡など、今では聞くことのできない貴重な音源を、国立国会図書館提供の「歴史的音源」からお届けします。※音声のみ
おはなし会	①1月16日(土)、②23日(土) 14時30分～15時	ホール	①「ゆきんこ」「三びきのくま」 ②「金のとさかのおんどり」「天福地福」 定員:各日15名(当日先着順)
ナクソス音楽会 第10回 「ウィーンフィルハーモニー 管弦楽団 ～ニューイヤーコ ンサートより～」	1月17日(日)14時～15時10分	ホール	音楽配信サイト「ナクソス・ミュージック・ライブラリー」から名演奏をお届けします。※生演奏ではありません。
子ども映画会	1月23日(土)15時～15時30分	ホール	「白馬とペペロ少年の冒険」

特別整理休館のお知らせ

2月1日(月)～2月8日(月)

休館中の返却はブックポストをご利用ください。
※ AV 資料・紙芝居は開館中にお返しください。

インターネットで無料で楽しもう♪ 〈登録制〉

みやしろ電子図書館



ご家庭でパソコン、スマートフォン、タブレット端末を利用して、「みやしろ電子図書館」所蔵の電子書籍がご利用できます。

▶利用できる方

宮代町に在住・在学・在勤の方で、図書館の利用カードをお持ちの方

▶申込(カウンター申込)

『電子図書館利用申込書』を記入、図書館利用カードと名前・住所が確認できる身分証明書(在学・在勤の方は通学先・勤務先が確認できるもの)をご本人が持参してください。

▶利用点数・期間

- ・貸出点数 5点まで
- ・貸出期間 15日間
- ・予約点数 3点まで

児童書・小説・ノンフィクション等…
8,621タイトルもお好きな場所で!

音楽配信サービス ナクソスミュージックライブラリー



クラシックやジャズなどを中心に、約220万曲以上の膨大な音源がインターネット上で自由に再生できる音楽データベースです。

▶利用できる方

図書館の利用カードをお持ちの方

▶申込

図書館利用カードをご用意の上、カウンターまたはメールで申込

〈送信先〉

lib@lib.miyashiro.saitama.jp

〈件名〉

ナクソス視聴申込

〈本文〉

- ①利用者番号
- ②氏名

家事の合間のひととときに♪

テレワークや勉強のBGMに♪

家に帰ったらまずは手洗い・うがいをしよう!

笠原小学校内
陽だまりサロン 申問 37・0145

ホームページ



月曜～金曜、第3・第4土曜
10時～16時

事業名	日時	内容
プチマフラーを編みます 申込:直接または電話	1月16日(土)10時～12時	ダイヤ柄のプチマフラーで首元を暖かく! かぎ針で編みます。 定員:8名(先着順) 持物:かぎ針4号、中細毛糸2玉
はじめての共想法 申込:直接または電話	1月18日(月)13時30分～14時30分	写真を使った認知症予防の『共想法』の体験ができます。見学だけでも大歓迎です。
リコーダーを吹きましょう	1月23日(土)13時30分～14時30分	持物:ソプラノリコーダーまたはアルトリコーダー ※変更する場合があります。開催についてはお問い合わせください。
悩み相談&共感カフェ	1月25日(月)13時30分～15時30分 ※時間内であればいつでも相談できます。予約不要。	対人関係、学校や勉強のこと、自分自身について…色々な心のモヤモヤを聞かせてください。大人も子どもも、気軽に悩みを相談できる『あなたの居場所』です。 聞き手:宮代町家庭教育支援チーム 対象:どなたでも
はるるの折紙タイム 申込:直接または電話	1月26日(火)13時30分～15時	何を折るかはお楽しみです。 定員:8名(先着順) 費用:50円(材料費)
ぬりえをしましょう	毎週月曜13時30分～ 1月11日(月・祝):お休み	ゆったりとした気分で好きな色を塗ってみませんか。脳を活性化したり、自律神経を整えたりする効果があると言われています。 持物:ぬりえ、色鉛筆など(ない方にはこちらでも用意しています)
いきいきの日 ※1月19日(火)は申込制 申込:直接または電話	毎週火曜10時30分～11時30分 1月5日:お休み 1月12日、26日:新しい村の芝生広場 1月19日:陽だまりサロン	リズムに合わせて基礎体操を学びましょう。 1月19日(火)は、陽だまりサロンでヨガを行います(定員:13名)。 持物:飲み物、タオル、レジャーシート(一人分くらいのサイズのもの) ※新しい村へのお問い合わせはご遠慮ください。
囲碁・将棋の日 申込:直接または電話	毎週水曜10時～12時	椅子に座ってできます。 空いていれば当日でも利用できます。電話でご確認ください。 定員:6組
さをり織り体験の日 申込:直接または電話	毎週木・金曜10時30分～12時、 または13時30分～15時	ウールのマフラーを織ります。 費用:800円(糸代) 持物:中細毛糸2、3玉(ない方は要相談)

火曜～土曜 9時～21時
日曜・祝日 9時～18時
※休館日:月曜

ぐるる宮代 申問 32・1543



ホームページ



ぐるる宮代にて多様な教室、スクールを開催しています。

- ヨガ ■水泳 ■新体操 ■フットサル ■卓球
- 体育 ■バスケットボール ■テニス ■バドミントン

※一部のスクール・教室には無料体験もあります。

※参加には、事前申し込みが必要です。



事業名	日時	内容
トレーニング室講習会 申込:前日まで	毎週火曜、木曜、土曜14時～ (所要時間 約1時間)	トレーニング室の利用方法、マシンの使い方などの説明※受講された方のみ、トレーニング室をご利用いただけます 定員:各2名 対象:16歳以上 費用:500円 持物:室内シューズ、タオル、飲料、運動のできる服装
卓球特別講習会&試打会 申込:1月5日(火)10時～	2月4日(木) ①13時～14時20分 苦手克服&サーブ ②14時30分～15時50分 コミュニティ卓球(みんなで楽しく) ③16時～17時20分 苦手克服&サーブ	講師:ミズノアドバイザースタッフ 定員:各20名 対象:16歳以上 費用:①、③ 2,000円(会員1,500円) ② 1,000円 持物:卓球ラケット、室内シューズ、運動のできる服装、飲料、タオル
大人水泳教室 無料体験会 申込:1月16日(土)10時～ ※先着順 ※すでに教室会員の方の参加はできません。	1月26日(火)12時～12時50分 1月28日(木)12時～12時50分 1月30日(土)11時～11時50分	内容:初心者～クロール 定員:各曜日10名 対象:16歳以上 費用:無料 持物:水着・水泳帽子・水中ゴーグル・タオル・飲み物

公共施設を利用する皆さまへのお願い 新型コロナウイルス感染症への感染防止対策にご協力ください。

利用日当日は検温をし、発熱や体調不良のある方は、利用を控えてください。

マスクの着用(運動時などを除く)をお願いします。

なるべく少人数でのご来館、ご利用をお願いします。

出入り口で手指の消毒をお願いします。



3密(「密閉」「密集」「密接」)を避けよう!

Information

暮らし

マイナンバーカード受取り 休日窓口【事前電話予約制】

予約 担当まで事前電話予約(平日9時～17時)
予約できる方

マイナンバーカード交付通知書(ハガキ)が届いている方※交付通知書を紛失された方は、ご相談ください。

日 1月24日(日)、2月28日(日)9時～12時30分

場 戸籍住民担当(1階4番窓口)

持 ・交付通知書(ハガキ)・本人確認書類・通知カード・住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)

申問 戸籍住民担当内線530



薪ストーブ(暖炉等)をお使いの方 へのお願い

住宅密集地等で薪ストーブ等を使用する場合、使用の仕方によっては、トラブルになる可能性があります。現在使用されている方、これから設置を考えている方は、正しい使用方法を心がけましょう。

- 乾燥した薪を使用する
- 薪を完全燃焼させる
- 薪以外は燃やさない
- 掃除や点検をこまめにおこなう
- ご近所への配慮をおこなう
- 火災に気を付ける

問 環境推進担当内線274

暮らしの相談 定期相談会

日 1月19日(火)9時～12時

※混み具合によってお待ちいただくことがございます。お急ぎの場合は電話で事前予約も可能です。

場 宮代町役場 2階相談室

相談員 相談支援員(社会福祉士)

費 無料

問 アスポート相談支援センター埼玉東部
048・720・8475

冬の交通事故に注意

毎年この時期、降雪や路面凍結による交通事故が発生しています。気象情報に注意して、スタッドレスタイヤやチェーンの装着を。スピードは控えめに、急ハンドル、急ブレーキは厳禁。ドライバーの方はもちろん、歩行者の方も安全対策を。

問 杉戸警察署 33・0110

パープルリボンキャンペーン 2020

パープルリボン(紫色のリボン)は、ドメスティック・バイオレンスをはじめとする『女性に対する暴力をなくそう』という国際的なキャンペーンのシンボルです。

埼玉県男女共同参画推進センターでは、女性に対する暴力をなくす運動としてパープルリボンをつくり、タペストリーを完成させるキャンペーンを展開しています。そのタペストリーが県内を巡回しており、宮代町にも来ます。

期間 1月4日(月)～13日(水)

場 進修館回廊

なお、このキャンペーンに合わせて、デートDVについてのパネル展も実施します。

ぜひご覧ください。

問 人権推進室内線 210



普通救命講習受講者募集

大切な命!あなたの手で!応急手当に関する知識と技術をこの機会に習得してみませんか。

日 2月14日(日)9時～12時

場 埼玉東部消防組合 宮代消防署

内 主に成人を対象とした心肺蘇生法(胸骨圧迫法・人工呼吸・AED使用法)など

定 12名(先着順)

対 埼玉東部消防組合管内(久喜市・加須市・幸手市・白岡市・杉戸町・宮代町)に在住・在勤・在学している中学生以上の方

費 無料

申問 1月14日(木)9時～受付開始

埼玉東部消防組合 宮代消防署 34・0119

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、催しが延期・中止となる場合がありますのでご注意ください。詳しくは町ホームページで確認、各担当・主催者へお問い合わせください。

司法書士による 「全国一斉生活保護相談会」開催

埼玉青年司法書士協議会と全国青年司法書士協議会では、生活保護に関する電話相談会を開催します。

日 1月24日(日)10時～16時

電話番号

0120・052・088(フリーダイヤル)

※相談料は無料です。秘密は厳守します。

担当者 満木葉子氏

問 25・1271

埼玉県最低賃金の改正のお知らせ

令和2年10月1日から埼玉県最低賃金は時間額928円(引上げ額2円)となりました。埼玉県最低賃金は、賃金の最低限度を定めるもので、年齢や雇用形態に関係なく、パートや学生アルバイトも含め、県内の事業場で働く全ての労働者に適用されます。使用者も、労働者も、賃金額が1時間当たり928円以上かどうか必ず確認しましょう。

更に、同年12月1日から5業種の特定(産業別)最低賃金の時間額がそれぞれ、非鉄金属製造業は948円、電子部品等製造業は954円、輸送用機械器具製造業は966円、光学機械器具等製造業は963円、自動車小売業は962円となりました。

詳しくは、埼玉労働局労働基準部賃金室又は最寄りの労働基準監督署へお尋ねください。

問 埼玉労働局労働基準部賃金室
048・600・6205

事業主の皆さまへ

労働保険のお知らせ

労働保険料(労災保険・雇用保険)の第3期分の納期限は2月1日です。

納付書につきましては、納期限の10日前頃に該当事業所へ郵送します。

また、保険料納付については口座振替が便利です。申し込み手続については厚生労働省もしくは埼玉労働局のホームページをご覧ください。

問 埼玉労働局労働保険徴収課

電話 048・600・6203

ファックス048・600・6223

広報みやしろ 12月号 記事の訂正について

「障害児福祉手当・特別障害者手当について」(7ページ)の記事に一部誤りがありました。下記のとおり訂正させていただきます。ご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

■訂正箇所(手当詳細の種別)

誤:特別障害者手当(20歳未満)



正:特別障害者手当(20歳以上)

問 障がい者福祉担当内線326、327

フォレスト みやしろ

申問 広報担当
内線 208



町民のみなさんからの催し物案内です。掲載希望の方は、広報担当へお申し込みください。

源氏物語を読む～蜻蛉～

日 1月15日、22日、2月19日、26日すべて金曜
10時～12時

※英文で読む『源氏物語』～New Herbs～

1月11日、25日、2月8日、22日すべて月曜 10時～12時

場 進修館

費 月1,000円

問 石川33・1873

広報担当や町ホームページにある掲載依頼書を直接・郵送・メール等で提出してください。

※費用が1回1,000円以上のものは事業計画書を併せて提出

掲載希望月の
2か月前の25日までに提出してください

求人企業合同面接会

日 1月19日(火)13時～16時
(受付12時～15時30分)
場 ソニックシティ 4F 市民ホール
対 2021年3月卒業予定の方。おおむね3以内の既卒の方
予約不要、入退場自由、求人企業情報を来場者全員に配布します。
参加企業名は当協議会ウェブサイトに掲載(1月初旬頃)
履歴書を複数枚お持ちください。(当日会場でコピーもできます)
問 埼玉県雇用対策協議会
電話 048・647・4185
ファックス 048・647・6150
http://www.kotaikyousaitama.ne.jp/

女性のための女性司法書士による無料電話相談会

日 1月16日(土)10時～16時
相談電話番号 048・872・8055
(予約不要 当日のみ通話可・相談料無料 ただし通話料は相談者の負担)
相談例
1. 法務局で遺言書を預かってくれる制度ができたことと聞いたが、具体的な手続き等を教えてほしい。また、自筆証書遺言と公正証書遺言は、何が違うのか?
2. 同居していた主人の母が亡くなった。私がすべて介護をしていたのに、私は相続人ではないから何ももらえないのか?
問 埼玉司法書士会事務局 048・863・7861

令和3・4年度埼玉東部消防組合建設工事等入札参加資格審査

令和3年度から4年度(令和3年4月1日から令和5年3月31日)に埼玉東部消防組合が実施する建設工事、設計・調査・測量、維持管理業務及び物品供給等の入札に参加を希望する場合は、当消防組合の入札参加資格の審査を受け、競争入札参加資格者名簿に登録されている必要があります。
つきましては、登録を希望する場合には、次のとおり手続きをしてください。
受付期間 1月25日(月)～2月5日(金)
申 郵送による申請(消印有効)
※申請書類は、当組合ホームページに掲載いたします。
〒346-0021 埼玉県久喜市上早見 396 番地
埼玉東部消防組合消防局総務課
問 埼玉東部消防組合消防局総務課
21・2711
※8時30分～17時15分(土日祝日を除く)

スキルアップ講習案内

AutoCAD 基礎
日 2月13日(土)、20日(土)9時～16時
対 Windowsの操作ができ、CADによる図面作成の技法を習得しようと考えている方
定 20名
費 2,000円(テキスト代別)
申問 1月1日(金・祝)～10日(日)に往復はがき又はインターネットで
〒344-0036 春日部市下大増新田 61-1
埼玉県立春日部高等技術専門学校
048・737・3511
http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/b0809/

健康・福祉・保健

調理師の方は調理師業務従事者届を出しましょう!

対 県内の飲食店や給食施設などで就業している調理師
申 令和2年12月31日現在の氏名、免許番号、従事する施設名等を令和3年1月15日までに指定様式にて埼玉県調理師会へ届出
問 埼玉県健康長寿課 048・830・3585
一般社団法人埼玉県調理師会 048・862・6443

2歳の親子教室

歯磨きのこと、育児のこと、食事のことなど何でもご相談ください。
日 1月21日(木)※その後の日程については町ホームページをご覧ください。
対 2歳3か月になるお子さんとその保護者(対象者には日程を個別通知します)
※令和2年3月から中止していました親子教室の対象者の方は、お子さんが3歳になる前まで参加することができます。
内 (1) 身長、体重測定
(2) 歯科衛生士のお話と歯磨きレッスン(個別)
(3) 保健師・管理栄養士による個別相談
定 8組(予約制)
持 母子健康手帳、2歳の親子教室質問票、現在使っているお子さんと保護者の歯ブラシ、手鏡※汚れても良い服装でお越しください。
申問 1月14日(木)までに保健センター 32・1122



「いきいき百歳体操」を体験しませんか

「疲れにくくなる」「歩くのが早くなる」と全国的に話題のいきいき百歳体操を気軽に体験できます。
日 1月18日(月)、2月12日(金)13時30分～15時
場 進修館小ホール
内 いきいき百歳体操、みやしろキラキラ体操、簡単な介護予防体操
持 飲み物 汗拭きタオル
定 10名(先着順)
対 町内在住の方
費 無料
申問 実施日1週間前までに高齢者支援担当 内線 382

離乳食教室

日 1月28日(木)13時30分～14時30分
(13時10分から受付・計測)
内 身長・体重測定、離乳食の進め方のお話、レシピの紹介※個別相談やフードモデルの展示も行っています。
定 8名(先着順)
対 4か月児健診を受けた方(生後10か月まで)
持 母子健康手帳、バスタオル、筆記用具
申 1月5日(火)から保健センター 32・1122



食中毒予防

ノロウイルスによる食中毒は、11月から増加し、12月頃からの冬季を中心に多く発生しています。手指や食品等を介し、主に口から感染します。患者の便やおう吐ぶつからは多量のウイルスが排出され、人から人へも感染が occurs。基本的な予防対策は次のとおりです。
1. 手洗いを励行しましょう。特に2度洗いが効果的です。
2. 加熱調理する料理は中心部まで十分に火を通しましょう。
3. 便および吐ぶつを片付ける時は、マスクや使い捨て手袋、エプロンを着用しましょう。また、汚れた場所は十分な濃度の塩素系の薬剤で消毒しましょう。
問 埼玉県幸手保健所 42・1101

宮代町中小企業者支援金 締切を延長

申問 商工観光担当 34・1111 内線 265

締切:3月15日(月)消印有効

宮代町中小企業者支援金の締切を延長しました。申請がまだの方はお早めに申請をお願いします。(支援金の支給は一事業者につき1回のみです)

【宮代町中小企業者支援金とは】

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けている事業者の皆様に、支援金として10万円を支給します。

【支給金額】

一事業者につき一律10万円

【支給対象】

- 中小企業基本法第2条第1項各号に規定するものであること(フリーランス含む)
- 宮代町内に本社または主たる事業所があること

●令和2年2月18日までに事業を開始しており(18日を含む)、現在も事業を継続していること

●令和2年3月から12月までのいずれかの月の売上高が、新型コロナウイルス感染症の影響で、前年同月の売上高と比較して減少していること

●平成31年1月1日から令和元年12月31日までの売上高が120万円以上であること。又は、平成31年1月2日以降に事業を開始した方は、事業を開始した翌月から申請前月までの間で最も高い月間売上高を12倍した額が120万円以上であること

●令和元年度の町税等の未納がないこと(町外在住の個人の方は、令和元年度分の居住地の納税証明書を提出すること)
※詳細はHPをご確認ください

申請方法

令和3年3月15日(月)まで(消印有効)に下記宛先まで郵送してください。

〒345-8504 宮代町笠原1-4-1
宮代町役場 産業観光課 商工観光担当



宮代町「農」のあるまちづくり

新しい村



森のカフェ 営業時間 9時30分～16時
ラストオーダー15時45分

森の市場「結」 問 36・3955
営業時間 9時30分～17時

1月の定休日(平日月曜※11日は営業) 4日、18日、25日

今月の
お買い得
情報!

- ポイント2倍デー 5日(火)～10日(日)
- 生産者土曜市 9日(土)
- お米の特売日 9日(土)、10日(日)、23日(土)、24日(日)
- 西口サービスデー 24日(日) ※ポイント2倍

森のコンサート 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となる場合があります。

月ゆるイートコンサート
1月10日(日) 12時～15時
雨天中止

月スキップピースコンサート
1月17日(日) 10時30分～14時
雨天中止

いちご まつり 1月30日(土)
宮代産のいちごや、いちごのスイーツが集結!



福を呼ぶ節分デー

2月2日(火)、3日(水)

生産者の恵方巻、
節分関連スイーツ、加工品を販売します。

農の家 村の集会所

申問 48・6560(農の家)
営業時間 9時～17時 月曜定休

各講座は、電話又は新しい村ホームページ応募フォームから
お申し込みください!

今月のオススメ!

ブロッコリーのポタージュ 300円(税抜)

宮代産のブロッコリーをたっぷり使用しています。優しい味わいでお子様にもオススメです。



1月5日(火)

お年玉抽選券配布

お買い上げ2,000円ごとに1枚
(予定枚数がなくなり次第終了)
▶抽選発表: 1月20日(水)

2.14(日)
10時～12時
場 村の集会所
費 男性3,500円
女性2,500円



～こんにやく作り～ 畑で婚カツ

定 45歳から60歳までの独身男女
各15名(最少催行人数各8名)
持 筆記用具
申 2月3日(水)17時まで
※キャンセル料(半額) 2月3日(水)以降
※先着順ではありません。
定員を超えた場合、抽選となります。

2.21(日)
14時～18時30分
場 東武動物公園
費 男性7,900円
女性6,800円



～イルミで婚活～ ZOO婚

内 動物園散策(かばの部屋・キリンのえさやり体験等)軽食、イルミネーション点灯、交流タイム
※天候や動物の体調によって変更となる場合がございます。
定 35歳から49歳までの独身男女各20名
申 12月27日(日)～2月7日(日)
※キャンセル料(半額) 2月17日(水)以降
※先着順ではありません。
定員を超えた場合、抽選となります。

1.20(水)
10時～13時
場 村の集会所 費 3,800円

イタリア料理教室 La Verdura

旬の宮代野菜を使った本格イタリアンに挑戦!ご家庭でイタリアンをお楽しみください。
講 湯浅克也氏((株)料理設計 代表取締役)
定 10名(最少催行5名) ※先着順
持 エプロン 三角巾、筆記用具
※キャンセル料(半額) 1月16日(土)以降

2.28(日)
10時～12時
場 村の集会所 費 1,100円

絵本講座

読み聞かせの後は...カラフル団子作り!
内 絵本のおみせかせ/折り紙等
対 小学生・未就学児 (保護者同伴)
持 はさみ、のり、エプロン、バンダナ、マスク、お持ち帰り袋
※キャンセル料(半額) 2月24日(水)以降

1月

マスク着用等感染予防対策の上、お越しください。

無料相談

- 1 子どもの家庭相談** 子育てひろば 32・6899
子どもや家庭一般相談 日 毎週木曜 13時～16時
◆宮島佐代子相談員 場 子育てひろば(役場庁舎) ※直接窓口へ
- 2 乳幼児健全育成すくすく相談** 子育てひろば 32・6899
乳幼児の育成相談 日 毎週水曜 9時～12時
◆原嶋朋子相談員 場 子育てひろば(役場庁舎) ※直接窓口へ
- 3 育児相談** 子育てひろば 32・6899 (ファックス) 34・1163
げんきっ子 34・5891 (ファックス) 34・5891
育児相談等 日 ①毎週月曜 9時～12時②祝日を除く毎週火曜・金曜9時～12時
◆①亀田玲子相談員(子育てひろば) 場 ①子育てひろば(役場庁舎)
②栗原富智枝相談員(げんきっ子) ②げんきっ子(国納保育園) ※電話、ファックスでの相談可。
- 4 子どもの健康相談** 保健センター 32・1122
身長、体重測定、発育・発日 1月13日、20日、27日
達・育児相談など 水曜 9時30分～11時30分
※電話相談可 感染予防のため、遊具等は使用できません。 場 保健センター
持 母子健康手帳、バスタオル

- 5 栄養相談※要予約** 保健センター 32・1122
子どもの食事(離乳食や幼児食の進め方・少食・偏食) 日 1月13日、20日、27日
大人の食事(生活習慣病に関する相談) 水曜 ※詳しい時間はお問い合わせください。 場 保健センター
- 6 教育相談・いじめ相談** 学校教育担当 内 423
幼児、児童、生徒、保護者の教育上の悩み相談、いじめや進路等の教育相談 日 毎週月曜～金曜(祝日を除く) 9時～17時
◆教育相談員・指導主事 ※電話相談可。面接相談希望の場合は、直接窓口へ
- 7 町民相談** 人権・男女共同参画担当 内 210
人権問題に対する悩みごと等 日 1月12日(火) 10時～12時、13時～15時30分
◆町民相談員、人権擁護委員 場 進修館和室 ※電話相談可 33・3846内線248
- 8 法律相談** 人権・男女共同参画担当 内 210
様々な悩みごとにおける法的な解釈や手続き等 日 1月12日(火) 10時～12時、13時～15時30分
◆弁護士 場 進修館茶室 ※面談相談のみ実施
- 9 女性相談※面談要予約** 人権・男女共同参画担当 内 210
家族関係、夫婦関係、DV、人間関係、生き方等の悩みごと 日 1月18日(月) 13時～16時
◆女性相談員 場 役場2階203会議室 ※電話相談可(相談日のみ 内506)

- 10 県法律相談※要予約** 県総合相談センター048・830・7830
様々な悩みごとにおける法的な解釈や手続き等 日 毎月第1水曜 13時～16時
◆弁護士 場 春日部地方庁舎 1階
- 11 人権相談**
人権問題や日常生活における悩みごと等 日 平日8時30分～17時15分
◆みんなの人権110番(人権一般) 0570-003-110(法務省)
- 12 心配ごと相談** 宮代町社会福祉協議会 32・8199
生活上の悩みごと 日 1月14日(木) 13時30分～15時30分
◆民生委員・児童委員 ※電話相談可
- 13 消費生活相談** 商工観光担当 内 265
消費生活に関するトラブルの相談 日 祝日を除く毎週月曜、水曜(杉戸・宮代相互利用可) 10時～12時、13時～16時
◆消費生活相談員 場 宮代町役場2階相談室
▼宮代町(受付は15時まで) 日 祝日を除く毎週月曜、水曜 10時～12時、13時～16時
▼杉戸町(受付は15時30分まで) 日 祝日を除く毎週火曜、木曜 10時～12時、13時～16時
場 杉戸町役場本庁舎1階相談室

状況により、相談を中止する場合があります。事前に各担当へお問い合わせください。

Photo Gallery ～月刊みやしろ～

MTV Miyashiro TV 宮代町インターネット放送局では、動画で町の魅力を発信しています。「miyashiroTV」で検索！



地域農業の担い手

新しい指導農業士が誕生!

▼11月20日、春日部地方庁舎にて令和2年度埼玉県指導農業士認定証交付式が開催され、宇西原地内でトマト等多品目85アールを経営する蛭田秀人さんが認定されました。「大変光栄です。若手農業者の指導役として少しでも地域に貢献できるように今後も活動したい。」と意気込みを語りました。 産業観光課



冬の気配を感じる山崎山周辺で

自然観察&クラフト体験

▼11月15日、緑のトラスト保全第5号地山崎山周辺にて、初冬の自然観察とクラフト体験を行いました。町内外から22名の方が参加し、山崎山こどもエコクラブ代表の八木橋さんのもと、自然観察。次に、集めた材料を使い壁掛けづくり。皆さん、自分なりのお気に入りの作品を仕上げました。 町民生活課



第3回地域子育てサロン

～親子ヨガ&かんたんダンス～

▼11月13日、川端集会所にて第3回地域子育てサロン「親子ヨガ&かんたんダンス」を開催しました。ダンススタジオピンキーの金子恵先生を講師にお迎えし、全部で8組の親子が集合！元気な子ども達の声で、なごやかムード。「心も身体もリフレッシュできました」といった感想がありました。 子育て支援課



女性消防団員の活動

応急手当普及員の資格を更新

▼12月13日、宮代町消防団の女性団員が、応急手当普及員の認定を更新しました。現在宮代町女性消防団員5名が認定を受けており、取得後3年で失効となるため、認定更新に必要な講習3時間を受講し、令和6年2月まで更新しました。女性消防団員も地域のために活動しています。 町民生活課



町内の医療従事者の方へ

黒豆玄米茶を寄贈いただきました

▼11月10日、仕出し弁当あき 秋野春子様から、黒豆玄米茶200セットを寄贈いただきました。「コロナ禍で大変な町内医療従事者の皆さまに、黒豆玄米茶を飲んでいただき、ホッとされた気持ちになっていただけたら」といただいたものです。町内の医療機関に配布させていただきました。ありがとうございます。 産業観光課

みやしろ文芸

贅沢をしたぶん溢る初湯かな 冬耕を終えりや来た来たのら鴉 満点の星のキャンパス冬北斗 晴天や妻の差配の布団干す 冬ざるる相も変わらぬ老の日々 新年や今年こそはと張り切つて 心身や高鳴る響神太鼓 初春に雑煮を囲む笑顔かな 書き初めにコロナよ去れと認める ツタモミジ赤い衣や進修館 初春の光輝く隼人堀 親子で遊ぶ鷺の白さよ 目的は楽しむことを優先に 下手は個性とグランドゴルフ 幻空のJALの窓よりへミングウエー 「小舟の老人」メキシコ湾に観ゆ 荷を解けば大判マフラー小物など 誕生日祝うマジックの文字 故郷の駅懐かしく立寄れば 出征せし日の翼の日を恋う 九重の葉を門前に悪しきもの 通り過ぐるを祈る日々なり からおけわこうとうがんでいんたいし ギターつまびきひとりからおけ 昇る陽の光を浴びて富士の嶺は 光放ちて眼射るなり 幼き日暮らせし信濃の思い出は 暗闇に舞うどんど焼きの火 新年の門出に願う良き年に 拍で二拍身代一礼 秋晴れの何をするにも心地良き 少し温いが白菜漬けり 四方の海令和の光燦然と コロナの終息願う新年 大鯉を阿左美沼にてガキの頃 ついにつかまえおやじがアツパレ	武藤芳夫 渡辺進 村田信明 安高正夫 飯澤直行 横手敏夫 松原敬之助 浅倉孝郎 原崇雄 山本豊 戸田謙三 佐藤よし江 濱島宗雄 納谷千代 菅原やすお 岡本信吾 新井景次郎 島村貞子 関谷昌雄 矢島忠愛 金子輝男 濱田恒雄 今泉勲
--	--

▼俳句、短歌の投稿は、住所・氏名・電話番号を記入し、〒345・8504 宮代町役場「広報みやしろ」まで。漢字には必ずふりがなをつけてください。連絡先がなく俳句、短歌の内容が確認できない場合は、掲載できないこともあります。2月号への掲載は1月12日(火)まで。楷書での記入をお願いします。



みやしろ市民ガイドクラブ監修

宮代クイズ

“みやしろう”

広報12月号の答え：B 進修学校

宮代町のガイドはガイドクラブまで!



問題

姫宮地区にある姫宮神社。
この神社に祀られている姫は??

- A 姫宮姫
- B 宮目姫
- C 身代姫

ヒントは・・・
新みやしろ郷土カルタ「へ」

・・・答えは来月号♪



Miyashiro Calendar

2021

日	月	火	水	木	金	土	
●子育て支援センター(A:きしゃぼぼ B:げんきっ子 C:のびのび) 9p ●図書館 10p ●ぐるる宮代 11p ●はらっパーク ●陽だまりサロン 11p ●進修館 ●新しい村 14p ●無料相談 14p ●ハクモクレン 4p~8p、インフォメーション 12p~13p						1	2
3	4 ●無料相談③ ●会計年度任用職員 募集開始 5p(~22日) ●パープルリボンキャ ンペーン 12p(~13日)	5 ●無料相談③ ●園庭開放日B ●ポイント2倍デー(~10日) ●お年玉抽選券配布	6 ●無料相談②⑩ ●姫宮保育園見学会	7 ●無料相談① ●アイドルひろばA	8 ●無料相談③ ●猫TNR 7p ●身体測定・手形C ●ライブラリーシアター	9 ●紙芝居と折り紙 ●生産者土曜日 ●お米特売日	
10 ●お米特売日 ●コンサート	11 ●無料相談③ ●昭和初期の名人芸 を聴く会	12 ●無料相談③⑦ ⑧ ●シルバー入会説明会 8p ●園庭開放日B	13 ●無料相談②④⑤ ●げんきっ子の日B	14 ●無料相談①⑫	15 ●無料相談③ ●節分製作C	16 ●猫TNR 7p ●フレスコボールA ●おはなし会 ●プチマフラー	
17 ●冬の自然観察 会 & よしず作り 7p ●ナクソス音楽会 ●コンサート	18 ●無料相談③⑨ ●3歳 楽器あそびA ●はじめての共想法 ●いきいき百歳体操 13p	19 ●無料相談③ ●子育て講座A「乳がんの早 期発見・診断・治療の大切さ」 ●園庭開放日B ●紙トンボ製作C	20 ●無料相談②④⑤ ●1歳 楽器あそびA ●イタリア料理教室	21 ●無料相談① ●子育てサロン赤ちゃん の日A ●げんきっ子の日B ●2歳の親子教室 13p	22 ●無料相談③ ●猫TNR 7p ●手形でポンA ●誕生日カードC	23 ●おはなし会 ●子ども映画会 ●リコーダー ●お米特売日	
24 ●お米特売日 ●西口サービスデー ●マイナンバー (要予約) 12p	25 ●無料相談③ ●親と子の絵本の日A ●げんきっ子の日B ●悩み相談&共感カフェ	26 ●無料相談③ ●園庭開放日B ●ランチタイムC ●はるるの折紙タイム ●大人の泳教室無料体験会	27 ●無料相談②④⑤ ●親子スキンシップ講座B	28 ●無料相談① ●大人の泳教室無料体験会 ●離乳食教室 13p	29 ●無料相談③ ●お店屋さん物作りC	30 ●男女共同参画 セミナー 4p ●猫TNR 7p ●大人の泳教室無料体験会 ●いちごまつり	
31 ●子育て講座A 「産後うつにならないた めに家族でできること」	1 納付期限 ●無料相談③ ●駅西口仮設道路廃止 4p ●3歳 節分のお面A ●特別整理休館(~8日)	2 ●無料相談③ ●2歳 節分のお面A ●園庭開放日B ●節分デー(~3日)	3 ●無料相談②⑩	4 ●無料相談① ●卓球特別講習会	5 ●無料相談③	6 ●子育て講座A 「保育園入園前の心構 え、やっておくこと」	



今月の納付期限 2/1 (月)
 町県民税 4期
 国民健康保険税 7期
 後期高齢者医療保険料 7期

今月の漏水修理当番 修理は
原則有償
 問 上下水道事務所 33・5554
 (休日夜間は宮東配水場 32・0460)

小河原設備	33・0391	1/1
岩崎設備	35・0088	1/2
高田工業所	32・8800	1/3~9
優輝設備	33・5508	1/10~16
セキ住設工業	32・3161	1/17~23
中村工業所	32・4817	1/24~30
木村設備	32・7788	1/31

一戸一灯運動のお願い
 問 危機管理担当 34・1111 内線 279

夜間、家庭や会社の門灯や玄関灯を終始点
 灯させて街全体を明るくし犯罪の発生しにく
 い環境をつくる「一戸一灯運動」にご協力お
 願いします。

☆防災行政無線のメール配信サービス☆
 防災行政無線の放送内容や防災情報等をメ
 ールで配信しています。※メールアドレスの登
 録が必要です。
 登録はこちらから

防災行政無線の内容を確認できます!
 問 フリーダイヤル 0120・384602

防災行政無線が聞き取りにくい場合、フ
 リーダイヤルで内容確認ができます。回線は
 5回線ありますが、混雑時には少し待ってか
 らご確認ください。

埼玉県救急電話相談と医療機関案内
 ■相談時間 毎日24時間
 ■電話番号 #7119
 つながらない場合は 048・824・4199
 ※従来と同様の番号からも電話をかけられます。
 「小児救急電話相談」# 8000 及び 048・833・7911

火災救急統計速報 令和2年11月

■火災件数	1 (8)	建物火災	1 (4)
		車両火災	0 (1)
		その他の火災	0 (3)
■救急件数	107 (1309)	急病	68 (917)
		交通事故	7 (94)
		その他	32 (298)

※ () 内は令和2年1月からの累計
 ▼埼玉東部消防組合 宮代消防署 34・0119
 ▼火災情報ガイド 21・9999
 (火災・救急・救助の通報は119番)

冬も元気に健康に

乾燥するこの季節、風邪をひく子が多くなります。手洗いや消毒で、予防しながら、ウイル
 スに負けない体づくりをしていきましょう。

病気になりにくい体を作るためには、ビタミンを多く含む人参やトマト、キャベツ、りん
 ごなどの野菜と果物を十分にとることが肝心です。のどや鼻の粘膜を強くする海藻や納豆
 も抵抗力と免疫力を高めます。元気な体で冬を乗り切りましょう。

厚着のし過ぎに注意
 新生児の頃は保温が大切ですが、乳幼
 児は動きが活発なので、体内でたくさん
 熱が作られます。汗が冷えて、かぜをひ
 かないためにも、汗をかかない程度で動
 きやすい服装がよいでしょう。一般的な
 目安としては、**大人よ
 りも1枚少ない薄着の
 習慣をつける**ようにし
 ましょう。



風邪をひいたときは
 体には自然治癒力といって、病気を治
 そうとする力が備わっています。体調を
 崩したときは、**ビタミンを多く含む食
 事を摂り、体を休ませる事が大切**
 です。
 また、重症化を防ぐためには、
**インフルエンザ等の予防接種が
 有効**です。心配な事はかかりつ
 け医に相談しましょう。



**広報みやしろに
 広告を出しませんか?**
 掲載場所 裏表紙と前頁の下段
 広告料 1枠10,000円から
 3枠30,000円まで
 申込問合せ 広報担当34・1111内線207