

広報

みやしろ

No. 616

令和5年11月1日発行 発行/宮代町 編集/総務課 電話0480・34・1111 (FAX34・7820)



— 首都圏でいちばん人が輝く町 —

特集

みんなを助ける
地域の活動 2p～3p



隣近所で困っている人がいれば、ちょっとしたことでも、まわりにいるみんなで助け合えれば。そんな活動をしている皆さんを紹介します。

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

みやしろ町の人口

令和5年10月1日現在

33,390人(前月比+3) 男16,693人 女16,697人
世帯数15,512世帯(+6)



ホームページ <https://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
暮らそっ



マチイロ



町公式
LINE

みんなを 助ける 地域の活動

町の中には、たくさんの助け合い活動があります。困った時はお互いさま、そんな気持ちで活動している皆さんを紹介します。



▲夏の間に伸び切った枝もきれいに整えられ、「さっぱりしたわね、ありがとう」と依頼者。

1 宮代台「みどりの会」 で近所の助け合い

「みどりの会」は宮代台の中の「お助け組織」です。結成のきっかけは、7年前、地域の中にあつた自転車店がなくなったことでした。自転車のパンクなどで困っている人たちから、修理を頼まれることが多くなりました。

地域の高齢化が進み、一人暮らしの方も多くなったことを反映して、エアコンのフィルター掃除、電球のとりかえ、家電製品の操作方法など、家の中の簡単なメンテナンスも口コミで頼まれるようになった、と代表の渡辺さんは振り返ります。

「同じ宮代台に住むみんなと、長年、夏祭りを企画したり、当日の運営をしたりしてきたので、案外、知り合いが多くてね」と笑います。

こうして、大工仕事や庭仕事、機械いじりが好きなメンバーが集まり、平成30年、「みどりの会」の活動がはじまりました。

住んでいる皆さんは、この住宅地を造成した昭和40年代、50年代からの顔見知りが多く、ちょっとしたことを近所の仲間で助けあえば、という気持ちが根底にあります。会員は現在11名、年間100件ペースで依頼を受けます。

みどりの会の「働きがしら」である会員の宮田さんは、「機械いじりが、ねっから好きだから、頼まれても苦にならないんだよね」と語ります。自分たちがやっていて楽しいから続いている、とメンバーたちは口をそろえます。

今回、作業を依頼した方(左写真)は、木の数も少なく、植木屋さんに頼むほどでもないが、「主人がなくなってからほったらかしだったので、とても助かる」と感謝します。すぐ近所で、昔からの顔見知りだから頼んだのだそうです。「この間はアミ戸を直してもらったのよ」と笑います。

作業の合間に、みどりの会のメンバーと依頼者との間でお茶を飲みながらの会話がはずみます。



▲大庭さん(左)は、「近所にいるマメな人に頼む、という感じ。とてもありがたく思っている」と話します。宮崎さん(右)は、「ちょっとしたことで業者に頼むほどでもない、かといって自分にはできないし、とても助かる」といいます。



▲写真左から、渡辺さん、高橋さん、宮田さん、荒木さん。会の活動は宮代台では知れ渡っているので、いろいろな依頼があるといいます。腕時計の電池交換、テレビサポート代行、洗濯機の排水つまり、家電製品設置立ち会い、家具の移動など、さまざまです。会の活動の様子は動画でも紹介しています。QRコードから。



2 きらりびとみやしろ 困った時はお互いさまのNPO活動

「きらりびと みやしろ」は、平成10年に結成された「困ったときはお互いさま」をモットーにする認定NPO法人です。会員同士がおたがいに助け合うことで、住み良い宮代町にしていこうという理念を掲げています。

同法人の助け合い活動の一つが、「福祉有償運送」事業です。介護認定、障がい者認定を受けている会員を対象に、あらかじめドライバーとして登録した会員が病院や買い物、趣味の活動を目的とした送迎を行います。国土交通省の認可を受けた会員同士の助け合い活動で、ボランティア登録した運転者は現在26名、1日10件程度の利用があります。

ボランティアの皆さんは、「時間があるから、いいよ手伝うよ」といった感じで登録してくれるそうです。「義務感とかではなく、空いた時間に、自然体で無理をせず、お手伝い活動をしてきている」と担当の滝川さん。とても感謝している、と語ります。

同法人では福祉有償運送だけでなく、会員同士の助け合い活動もおこなっており、毎日5、6件の依頼があり、依頼された会員がサポートします。部屋の掃除、食事の支度やごみ収集など内容は多岐に渡ります。

自分もやってみようかな、という方は、きらりびとみやしろへ。

問 きらりびとみやしろ 助け合い活動 31・2123



▲「少しだけでも手伝えるよ。その気持ちを持つ人の輪が徐々に広がっていけば、すばらしいですね」と左からスタッフの滝川さん、代表の島村さん。

3 株式会社 御用聞き

「御用聞き」は5分100円からのお手伝い会社。首都圏を中心に全国展開しているベンチャー企業です。登録した有償ボランティアが、個人や地域のお手伝いをします。宮代町では日本工業大学の学生が登録しています。

古市社長は「公共的なサービスも社協やNPOのサービスも自治会の活動もたくさんあって、状況に応じて、その中の選択肢になれば良いと考えている」と話します。宮代町での展開は令和4年から。宮代町と協定を締結し活動しています。古市さんは、「宮代町で会う町民の皆さんは、気さくでオープンな人が多く、いい町だなと感じる」と話します。

問 株式会社 御用聞き 0120・309・540



▲「学生のうちに、いろいろ経験したかったから、ボランティア登録しました」と室岡さん。(地域 × 大学生事業)

4 地域 × 大学生 社協が地区・自治会と学生を取り持つ

「地域×大学生」は地域の交流事業に大学生や高校生が参加することで、高齢化で人手が足りなくなった自治会活動を応援し、ボランティアのすそ野を広げたい、と社会福祉協議会がはじめた登録制度です。7月から10月中旬までの間に11件の依頼があり、のべ39名の学生が活躍しています。

▶ 地区、自治会のみなさん

高齢化して地元行事がなかなか盛り上がりがないので、学生の力を借りたいという場合は、依頼書を社会福祉協議会に提出。

▶ 学生のみなさん(大学生、高校生)

地域の皆さんと一緒に交流し活動したいという方は、LINEでぜひ友達登録を(右QRコード)。ボランティア情報が届きます。町内在住の大学生、高校生(日本工業大学の学生、宮代高校の生徒の場合は町外在住でも可)が対象です。



問 社会福祉協議会 32・8199 制度の詳細はQRコードから



学園台自治会主催の「憩いのサロン」が10月8日に開催され、この日は「歩こう宝探し」として、学園台の中を歩く催しが開催され、登録した大学生ボランティアが活躍しました。自治会の岡村会長は、「コロナ禍が長かったので外出機会も減っているし、体力作りも必要。そして住民同士の交流も減っていると感じて企画した」と語ってくれました。集会所では子どもたちを対象とした事業も行われました。「体力のある大学生が手伝ってくれて、助かった」と岡村会長。

▼右から学生ボランティアの劉さん、室岡さん、小野さん。



みんなを助ける地域の活動 講座

高齢者の困りごとを解決する「お助け人」として、地域で活躍する人材を発掘するための講座です。この紙面で紹介した当事者の話を聞いてみませんか。自分の住む地域でお助け隊を作りたいという方には町職員がサポートをします。お気軽にご応募ください。

日時 12月12日(火) 13時30分～16時(13時開場)
※希望者は終了後説明会あり

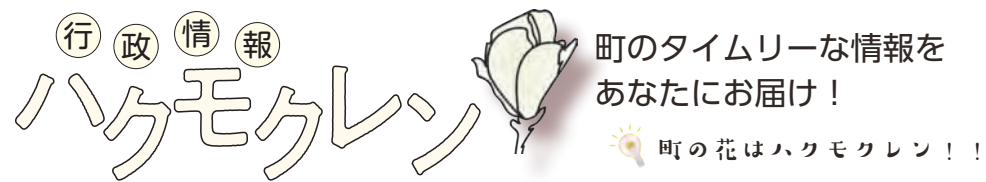
場所 町立図書館ホール

うちでも
やってみようかな

内容 「経験者のお話」「町内団体PRタイム」
「団体説明会＆個別説明会(※希望者のみ)」
講師 宮代台みどりの会、認定NPO法人きらりびとみやしろ、株式会社御用聞き
定員 30名(先着順)
対象 どなたでも
申込 12月8日(金)までの間に電話またはQRコードから
問 高齢者支援担当 34・1111内線383

1-6





広報11月号に掲載されている情報は、10月20日時点の情報です。
※宮代町の市外局番は 0480 です。

令和6年4月から 宮代町による ごみ業務(一部)・し尿業務 が始まります

久喜宮代衛生組合から
町へ業務が移管されます

問 資源循環担当 34・1111内線295 (2-15)

令和6年度から令和8年度末までの 宮代町のごみ・し尿業務体制

- ▶ 令和8年度末(令和9年3月31日)までは、ごみの分別区分や収集方法の変更はありません。
- ▶ 令和8年度末(令和9年3月31日)まで久喜宮代衛生組合が実施する業務は、令和9年4月1日以降は宮代町(一部は事務の委託先)が実施する予定です。
- ▶ し尿処理・処分業務は、令和9年4月1日以降も引き続き北本地区衛生組合が実施します。

業務内容	宮代町	久喜宮代衛生組合	北本地区衛生組合
ごみ収集	○		
ごみ処理・処分		○ 9年3月31日まで	
粗大ごみ収集		○ 9年3月31日まで	
粗大ごみ処理・処分		○ 9年3月31日まで	
し尿収集	○		
し尿処理・処分			○

現在は上記の業務をすべて久喜宮代衛生組合が行っています

令和6年4月1日以降の主な各種業務の 問い合わせ先は次のとおりです

- ▶ 宮代町 環境資源課資源循環担当 34・1111 内線295、296
- ▶ 久喜宮代衛生組合(久喜宮代清掃センター) 34・2042
- ▶ 久喜宮代衛生組合(粗大ごみ予約センター) 31・8286

北本地区衛生組合に加入し、し尿処理を行います

北本地区衛生組合は、鴻巣市、北本市、久喜市(菖蒲地区)、吉見町のし尿を共同処理する一部事務組合です。宮代町では、久喜宮代衛生組合からし尿業務の移管を受けた後も安定的かつ効率的に業務を実施していくため、令和6年4月1日から北本地区衛生組合に加入し、し尿の共同処理を行います。

処理施設名称 クリーンセンターあさひ
所在地 北本市朝日 1-200

問い合わせの内容	宮代町	久喜宮代衛生組合
ごみの分別に関する事	○	
ごみ(粗大ごみを除く)の収集に関する事	○	
粗大ごみの収集(予約も含む)に関する事		○
ごみ収集カレンダーに関する事	○	
ごみ分別アプリに関する事	○	
指定ごみ袋に関する事	○	
ごみ集積所に関する事	○	
補助制度に関する事(資源集団回収等)	○	
貸出制度に関する事(生ごみ処理機等)	○	
廃棄物減量等推進員に関する事	○	
し尿汲取りに関する事	○	

公共施設の インターネット予約

公共施設の予約をスマートフォンやパソコン、タブレットで行うことができる宮代町公共施設インターネット予約サービスを、令和6年1月4日から順次開始します。

はじまります!!

1/4
から

事前に施設窓口等で利用開始登録が必要となります。12月から
利用方法等詳細については、広報12月号及び町ホームページをご覧ください。

問 情報政策担当
34・1111内線219 (2-11)

利用できる公共施設一覧(予定)

- | | |
|--------------------|-------------|
| 1 宮代町総合運動公園(ぐるる宮代) | 8 百間公民館 |
| 2 はらっパーク宮代 | 9 和戸公民館 |
| 3 宮代町保健センター | 10 東グラウンド |
| 4 宮代町立図書館 | 11 前原グラウンド |
| 5 新しい村 | 12 宮東グラウンド |
| 6 コミュニティセンター進修館 | 13 東条原グラウンド |
| 7 川端公民館 | 14 宮東テニスコート |

これまでどおり、各施設窓口、電話での予約もできます。



ミヤシロまーぶるマルシェ

申問 商工観光担当 34・1111内線264 (2-14) 2-14 記事ID 22179

11月12日(日) 10時-14時 無印良品東武動物公園駅前、みんなの広場

メイドインみやしろ推奨品や宮代を中心に活動する作家のワークショップが大集合!会場を盛り上げるライブも開催。
こだわりの「メイドインみやしろ」を感じてください!

●出店者情報●

八宝堂(和菓子)、お弁当あき(玄米茶・カツサンド)、どさん子大将(惣菜)、nekineki(羊毛小物)、il pinolino(パン・焼き菓子)、WAPPEN+(布小物)、壁紙てらす(渋紙クラフト)、アフリカのパレード(布切り絵)、子どもたちの会社 エコロジースペース(ライ麦ストロー・飲物)、snagi mug work(ヒンメリモビール)





● 事業者のみなさんへ メイドインみやしろ推奨品募集 ●

メイドインみやしろ推奨品認定制度は、町内産業の活性化を目的に、お店の自慢の逸品をメイドインみやしろ推奨品として認定する制度です。

募集期間 12月25日(月)まで(認定基準はQRコードから)

推奨品の認定期間 1年間(令和6年4月1日～令和7年3月31日)

支援内容

認定証の交付、「みやしろさん」ステッカー配布、推奨品カタログへの掲載、マルシェの開催、ふるさと納税の返礼品としての採用(別途基準あり、要申請)など



(記事ID 18426)

65歳以上の方への物価高騰対策

ありがとう商品券は受取りましたか？

問 高齢者支援担当 34・1111内線384 1-6

令和5年8月に、宮代町商工会発行の「ご当地商品券ありがとう」3,000円分(500円×6枚)を簡易書留にてお届けしました。お受け取りになっていない方及び8月1日以降に転入された方は窓口へお越しください。

受取方法

来庁する方の本人確認ができる書類(健康保険証等)を持参
※受け取りは令和6年3月31日までの開庁時間のみ

対象者

町に住民登録のある昭和34年4月1日より前に生まれた方
※令和6年3月31日までに転入した方も対象
※令和5年7月31日までにお亡くなりになった方、町外に転出された方は、支給対象外



最新の情報は、町ホームページを確認！

新型コロナワクチンに関するお知らせ

問 地域医療・感染症対策担当 32・1122

5歳以上の方の接種について

受付開始 11月6日(月)9時から(11月接種分)

接種会場 コミュニティセンター進修館

※個別接種は、決まり次第町ホームページ等でお知らせします

新型コロナ
ワクチン接種
コールセンター

●予約・変更専用●
0120-056-732
●問合専用●
048-640-5101



〈町LINE〉



〈webフォーム〉

6か月以上4歳以下の乳幼児の接種について

追加接種を希望される方は接種券の発行申請が必要です。
公設宮代福祉医療センター六花での接種となります。

転入された方の接種について

宮代町に転入され、ワクチン接種を希望される方は、接種券の発行申請が必要です。今までの接種履歴がわかるものを保健センターへお持ちください。

初冬の自然観察会 & クラフト体験

申問 環境推進担当 34・1111 内線293、294 2-15

初冬の雑木林の自然観察と、里山ならではの恵みを生かしたクラフト体験です。子どもから大人まで、初めての人も参加できます。(無料)

日時 11月19日(日) 9時30分～11時※小雨決行 集合 新しい村直売所ステージ前 9時25分集合 定員 20名(先着順)	持物 帽子、長袖 申込 11月7日(火)9時～17日(金) に担当へ電話 主催 山崎山こどもエコクラブ (代表 八木橋) 34・6581
---	--



副町長 が再任されました

問 庶務職員担当 34・1111内線202 2-10



渋谷龍弘 副町長

令和5年第3回宮代町議会定例会において副町長選任案が同意され、令和5年10月1日付けで渋谷副町長が再任されました。

略歴 宮代町総務課長、教育推進課長などを歴任。62歳。
任期 令和9年9月30日までの4年間

宮代町手話言語条例を制定

申問 福祉支援担当 34・1111内線326
ファックス 34・3396

1-7



全文はこちらから
(記事ID 22113)



令和5年宮代町議会9月定例会において、宮代町手話言語条例が可決され、10月2日に施行されました。手話が言語であるということを全ての町民が理解し、手話を使って安心して暮らすことができる環境を整え、ともに支え合う地域社会を実現することを目指してまいります。

宮代町の手話に関する制度

▶手話通訳者・要約筆記者の派遣

聴覚、音声・言語機能に障害のある方を対象に手話通訳者、要約筆記者の派遣を行っています。ご依頼は、担当まで。

▶手話奉仕員養成講座(入門編)

手話を必要とする方のコミュニケーションを支援するため、日常生活に必要な手話の知識や技術を習得した手話奉仕員を養成します。詳細はQRコードから。



(記事ID 22009)

幼児食教室 いろいろな食材を 楽しもう♪

申問 保健センター 32・1122

「好き嫌が多い」… 「魚をなかなか食べてくれない」…
「前はもっと食べてくれたのに」…

食事の心配事が多い幼児期。
お子さんが少しでも「食」に興味をもてるよう、
親子で楽しめる簡単メニューをご紹介します。



内容

■幼児期の食生活のポイント について

■調理実習メニュー

- ・オートミールパンケーキ2種
(ブロッコリー、バナナ)
- ・まぐろの和風ピカタ
- ・こんがり野菜の青のり風味
- ・かぶのスープ

※保護者のみの受講

日時 11月22日(水)10時～13時
場所 保健センター
定員 12名(先着順)
対象 町内在住の1～5歳児の保護者
※無料の一時保育あり(1歳から)
申込時に申出ください
持物 エプロン、三角巾、タオル、
筆記用具
費用 300円(食材料費)
申込 11月6日(月)から
保健センターへ電話



ところを つなぐ 展示会



問 福祉支援担当
34・1111内線326

1-7

12月3日から9日までは「障害者週間」です。町では、障害者週間にあわせて宮代町の福祉に関わる各団体の活動内容や、障がいのある方が制作した作品を展示する「ところをつなぐ展示会」を開催します。

日時 12月1日(金)～12月8日(金)
8時30分～17時15分(最終日は14時まで)
場所 役場1階ロビー

●身体障害者相談員・知的障害者相談員 相談会

地域の障がいのある方やご家族の方からの身近な相談を受ける相談会です。お気軽にご相談ください。(相談無料・申込不要)

日時 12月8日(金)13時30分～16時(最終受付15時30分)
場所 役場2階203会議室
対象 身体障害、知的障害のある方及びご家族



公式チャンネルの
最新動画を
お知らせします!

(記事ID 21363)



宮代町インターネット放送局

問 秘書広報担当 34・1111内線208

2-9



第45回和戸宿祭り
▶特派員 諸星 秀壽
菊地 正和



ほっつけ稲作体験2023
▶特派員 諸星 秀壽



こどもの居場所
で遊ぼう
▶特派員 野村啓二



押花と彩り染め作品展
▶特派員 野村啓二
小島秀男



どんぐりとピアノ
はじまり、はじまり
会議
▶特派員 菊地 正和



スポーツフェスティバル2023
▶特派員 小島秀男
荒木謙勝
郷田健一

宮代町では町のホットな出来事を
動画で紹介しています。

チャンネル登録をお願いします!



国民年金からのお知らせ

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

1-5

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の送付

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告において、全額が社会保険料控除の対象になります。1年間に納付した国民年金保険料の額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が日本年金機構から送付されます。

対象 令和5年1月1日から12月31日までに納付した保険料
※過去の年度分や追納された保険料も含まれます。
※ご自身の保険料だけでなく、ご家族(配偶者やお子さん等)の負担すべき国民年金保険料も支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

送付時期 11月上旬

※令和5年10月1日から12月31日までの間に
初めて納付した方は令和6年2月上旬

年末調整や確定申告をする際には、証明書の添付が必要になりますので、大切に保管してください。

11月は「ねんきん月間」
いいみらい
11月30日は「年金の日」



フードドライブってなあに？

問 宮代町社会福祉協議会 32・8199

町と社会福祉協議会では、まだ食べられるのに、さまざまな理由で処分されてしまう食品等を、企業や個人から集め、生活にお困りの方へ無償で配布する「フードドライブ事業」を実施しています。(関連13p)

フードドライブ事業は、必要な方への支援だけではなく、昨今、問題となっているフードロスの削減に寄与するものとして注目されています。

ボランティア募集中！

食品の調達、仕分け、分類、配布を手伝っていただくボランティアを募集しています。

頂いたけど使わない…
買いすぎて余った…

など、自宅に眠っている物品がありましたら、ぜひご寄付をお願いします。

○ 寄付いただきたいもの

- お米(玄米のまま可)
- 保存のきく食品(乾麺・缶詰・レトルトなど)、調味料
- 飲み物
- お菓子 など



✕ 受付できないもの

- 生鮮食品
- 開封済みのもの
- 賞味期限切れのもの



寄付していただける食品は、

- ・社会福祉協議会
- ・役場福祉課(7番窓口)、子育て支援課(8番窓口)
- ・町内郵便局(宮代、和戸、姫宮)
- ・無印良品東武動物公園駅前

の食品寄付ボックスまでお願いします。



おたっしや元気塾

申問 高齢者支援担当 34・1111 内線 382
ファックス 34・3396

1-6

高齢者の方が、自宅でも運動を継続できることを目的に、体力づくりのための簡単な体操を行います。

日時 12月～3月の5日間

対象 65歳以上の町内在住の方で、
現在参加していない方
※要介護1～5の認定の方は対象外



(記事ID 11004)

費用 200円(保険料)※教室初日に集金

申込 11月24日(金)までに申込書を担当へ直接
または郵送・ファックス
(ファックスは送信後電話)
申込書は担当窓口、会場、ホームページから入手可能

会場	曜日	時間	定員(抽選)
和戸公民館	水曜	13時15分～14時45分	15名
百間公民館	木曜	13時15分～14時45分	10名
川端公民館	金曜	13時15分～14時45分	10名

食品ロス削減推進キャラクター決定！

問 資源循環担当 34・1111内線296 (2-15)

最優秀賞



9月4日に宮代町食品ロス削減推進キャラクターデザインを決定する審査会が開催され、数ある作品の中から、宮代町在住の岩本和加菜さんの「すてずん」が最優秀賞に選ばれました。「すてずん」は、今年度から始まる食品ロス削減推進に関する事業で早速登場します。

「すてずん」

宮代町在住
岩本和加菜さんの作品



消費者の目をまっすぐ見つめて「これいるか?」「こんなにいるか?」「どのくらいいるか?」と、無駄買いや買いすぎを防ぐ言葉をかけます。イルカに間違われることが多いのですが、実は宮代産の人参の妖精です。



表彰の様子



みんなが地域の特派員
オリジナルコラム

問 秘書広報担当 34・1111内線208

2-9



コラム一覧は、
町ホームページ
をご覧ください



宇宮神社

宮代風景だより

～紅葉の風景Ⅱ～

みんなが地域の特派員
山本 豊



11月は彩り豊かな紅葉の季節。しっとりとした秋の風情が感じられます。いろいろなところで見られるモミジ・イチョウはもちろんのこと、エノキやユリノキの黄葉、ニシキギの紅葉や色づいたケヤキなどにも深まる秋が感じられます。進修館のコロネードのツタ、東武動物公園のメタセコイアも見ごたえがあります。あなたも宮代町の秋を探してみませんか。スライドショー(ショート動画)も制作していますので、写真と合わせてご覧いただけますと幸いです。

宮代町内の色々な施設などを中心にボランティア演奏をしている「宮代ハーモニカクラブ」、「どれみの会」が出演する演奏会を観に行ってみました。まずは白岡市「新白岡悠友会」が五番街のマリーエ等の5曲、次いで宮代町「どれみの会」が母さんの歌等の5曲。幸手市の「さくらハーモニカクラブ」が栄冠は君に輝く等の7曲、そして宮代町「宮代ハーモニカクラブ」が、昂等6曲の順で演奏を終了しました。プログラムの最後は荒木先生の独奏で、予定の3曲を演奏したあとアンコールに応え、プログラムは終了しました。子どもの頃を思い出して、みんなで一緒に吹いてみるのもいいかもしれませんね。



散歩道

～4グループによる

ハーモニカの集い～

みんなが地域の特派員

濱田 眞明



ハーモニカ演奏会のお知らせ

「ハーモニーツカサ」と「宮代ハーモニカクラブ」の合同演奏会です。

日時 11月18日(土)13時20分～(開場13時)

費用 無料

場所 カルスタスと多目的ホール

問合 折原 31・1520

11月は「ケアラー月間」

「誰かを支えるあなたも支える。」



〈メッセージ動画〉

ケアラーとは、家族などの身近な人に対して、無償で介護、日常生活上のお世話や援助をしている方です。

社会においては「家族が介護するのは当たり前」といった考え方が根強く存在しているため、ケアラーが孤立し、悩みを周囲に相談できない状態となっています。ケアラーが孤立することのないよう、誰もがケアラー支援の必要性などを理解し、社会全体で見守り、支えていく必要があります。

11月は「児童虐待防止推進月間」

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。「虐待かな」と思ったら、役場(子育て支援課)または児童相談所などの関係機関に連絡してください。

連絡は匿名で行うことも可能で、連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。早期発見、早期対応に取り組み、虐待から子どもを守りましょう。



パネル展同時開催

「STOP!! 児童虐待 & STOP!! DV」

期間 11月16日(木)～24日(金)※開庁日のみ開催

場所 役場税務課前ロビー

11月12日～25日は 女性に対する暴力をなくす運動実施期間

女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、決して許されるものではありません。

11月15日～21日は 女性の人権ホットライン強化週間

問 さいたま地方法務局人権擁護課 048・851・1000
夫・パートナーからの暴力やストーカー行為など、女性をめぐるさまざまな人権問題に取り組むため、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間として、通常の受付時間を延長します。

電話番号 0570・070・810

相談時間 8時30分～19時
11月18日(土)、19日(日)は10時～17時

相談員 法務局職員 人権擁護委員

ひとりで悩まず相談してください

問 こども安心担当 34・1111 内線 362

1-8

問 人権推進室 34・1111 内線 210

2-10

「あの子、虐待を受けているかも…」と思ったら

◆児童相談所全国共通ダイヤル ※24時間365日

いちはやく
189

◆埼玉県虐待通報ダイヤル ※24時間365日

#7171

子どもについての全般的な悩み事

◆子どもスマイルネット

048・822・7007 10時30分～18時
(祝日年末年始を除く)

犯罪被害者等支援条例制定

犯罪被害に遭われた方々等の支援について基本理念を定め、総合的に施策を推進するため、条例を制定しました。町では「(犯罪被害者支援)総合的対応窓口」を設置し、警察・関係機関と連携するとともに、見舞金の支給など犯罪被害者の支援を行います。

11月25日～12月1日は 犯罪被害者週間

犯罪被害者等が置かれている状況、名誉または生活の平穏への配慮の重要性等について、理解を深めることを目的としています。

パネル展 「性犯罪・性暴力をなくそう」

期間 12月1日(金)～8日(金)

場所 進修館回廊

休日女性相談(予約制)

日時 12月3日(日) 13時～16時

場所 役場2階相談室

※相談時間はおひとり概ね50分です

申問 人権推進室(内線210)

相談無料
秘密厳守



知っ得! けんこう講習

11月講習会 -食生活-

申問 保健センター 32・1122

日時 11月30日(木)10時～13時

場所 保健センター

内容 「知って実践! 食べて健康
～コレステロール～」講話、調理実習

講師 管理栄養士

持物 エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

対象 町内在住の18歳以上の方

費用 300円

定員 12名(先着順)

申込 11月6日(月)から

保健センターへ電話



～「つながり」感じる～

問 高齢者支援担当34・1111
内線382、383

地域交流サロンとは、地域にお住まいの誰もが気軽に参加でき、交流や親睦を深め、楽しくふれあうことができる場です。現在29のサロンが開催されており、今回は中央地区で活動する「どんぐりクラブ」を紹介します。

どんぐりクラブ



< PR ポイント >

地域の仲間を知ることから始まり、思い出を語り共に生きる喜びを共有して、楽しい一時を過ごすことを目的として歩んでおります。



日時 第3月曜10時～12時

場所 新道集会所

対象 どなたでも

費用 200円

問合 唐沢 32・0475





子育て情報

HiHi
ハイハイ月



～すくすく育てみやしろっ子～



相棒のぐりちゃん！元気におっきくなってね！

あやた
大和田 彩太 ちゃん
令和3年4月8日生まれ



仲良し兄妹 にいに大好き！

かなと
澤田 奏翔 くん
平成30年5月9日生まれ

ひなた
陽奏 ちゃん
令和3年10月26日生まれ

かわいい
ベイベー

このコーナーに登場してくれる赤ちゃん募集しています！

※人気コーナーのため、現在令和6年4月号まで応募をいただいております

申問 秘書広報担当34・1111内線207

応募はこちら▶



役場庁舎内 子育てひろば・きしゃぽっぽ 申問 38・6264

催し物	日 時
2歳児教室	①秋の飾り作り 11月14日(火) ②積木あそび 11月28日(火) 各日10時15分～10時45分
子育て講座 多肉植物の 寄せ植え	11月16日(木)10時30分～11時30分 費用 700円 講師 久保浩司(solxsol) 定員 未就学児親子8組 申込 11月8日(水)～
子育てサロン 赤ちゃんの日	手遊びや歌遊び、情報交換等 ①11月17日(金) ②12月1日(金) 各日10時15分～
3歳児教室	積木あそび 11月20日(月) 10時15分～10時45分
1歳児教室	①リズム遊び 11月22日(水) ②クリスマス製作 12月6日(水) 各日10時15分～10時45分
11月の お誕生日会	11月生まれのお誕生日をお祝い 11月24日(金)10時15分～ 申込 11月13日(月)～

催し物	日 時
工作教室	おもちゃを作ってあそぼう 11月25日(土)10時15分～
親と子の 絵本の日	11月27日(月)10時30分～10時45分 ※予約不要
手形でボン	12月5日(火)10時15分～
親子教室	クリスマス製作 12月9日(土)10時15分～

三世代交流事業 ミニ門松づくり

日時 12月16日(土)13時30分～15時
場所 役場庁舎前花壇周辺
講師 宮代町さわやかクラブ連合会の皆さん
定員 10組(先着順)
対象 町内在住の中学生以下の方及び保護者
申込 11月27日(月)～12月4日(月)



◆各講座要申込：開催日の3日前から電話受付（一部除く）
◆各講座定員：未就学児親子10組 ◆11月30日(木)は休館

親子で楽しむ手形アート

開催日時 11月15日(水)
①10時30分～12時 ②13時30分～15時
場所 子育てひろば
講師 しかま るみこ 氏(手形足形アートteteto)
定員 未就学児親子各10組(先着順)
費用 1組500円※ひと家族につき1作品のみ
持物 作品を持ち帰る袋(A4サイズ)
申込 11月6日(月)～



12/2(土) 地域のみんなで子どもたちの居場所づくり
10時～11時(無料) 松ぼっくりツリーを作ろう
申込 11/15(水)～

場所 かしんだま文庫(東条原222)※駐車場有
講師 野口和子 氏(かしんだま文庫)
定員 小学生親子8組(先着順・小学生のみの参加可)



国納保育園内 げんきっ子 申問 34・5891

◆電話予約制(利用日当日9時～14時 ※12時～13時を除く) ◆各講座定員:未就学児親子15名

催し物	日 時	内容等
赤ちゃんげんきっ子	11月16日(木)10時30分～	ふれあい遊び・手形 ※汚れてもよい服装
絵本の日	11月20日(月)10時30分～10時45分	あおむしさんによる絵本の読み聞かせ
げんきっ子の日	11月29日(水)、30日(木) 10時30分～	粘土で遊ぼう ※汚れてもよい服装 申込 11月13日(月)、14日(火)
手形をとろう	12月6日(水)10時30分～	手形・季節の歌遊び ※汚れてもよい服装
クリスマス会	12月13日(水)10時30分～	ママさんプラスはるぴよ隊のミニコンサート 定員 未就学児親子20組 申込 11月27日(月)、28日(火)
園庭開放日	11月14日、21日、28日、12月5日 すべて火曜10時～11時30分	園庭で遊ぼう 持物 帽子、水筒、着替え

アドラー流「勇気づけの子育て」講座

イライラ感情をテーマに、講座とワークでアドラー心理学を体験しませんか？



日時 11月22日(水)10時30分～
講師 岡本幸 氏(心理セラピスト)
申込 11月13日(月)、14日(火)
※申込多数は抽選

心も体もリフレッシュ！ 産後ボディケア

産後1年までの
方が優先です



日時 12月4日(月)10時30分～
講師 市毛貴子 氏((株)アンフィニ パーソナルトレーナー)
申込 11月20日(月)、21日(火)※申込多数は抽選

姫宮保育園内 のびのびキッズルーム 申問 34・8393 ◆一時保育も行っておりますのでご利用ください。

催し物	日 時	内容等	定 員
子育て広場 申込 11月開催:11月1日(水)～当日 12月開催:12月1日(金)～当日	①11月10日(金) ②12月8日(金) 各日10時30分～11時30分 11月24日(金)10時30分～11時30分	身体測定・手形 誕生日カードを作ろう(11月生まれ)	未就学児親子5組
食育ランチタイム 申込 11月1日(水)～21日(火)	11月28日(火)10時30分～12時	食育のお話と、保育園給食の試食 持物 エプロン、おしぼり、水筒	未就学児親子5組
園庭開放 保育園のお庭であそぼう	◆平日 戸外:9時30分～12時、13時～16時 ◆土曜 戸外のみ:10時～11時 ※11月17日(金)はお休み	室内:10時～11時30分、13時～14時	—



公共施設情報シイガシ

宮代町の木は「シイガシ」！！

●費用の記載のない催しは参加費無料です。

コミュニティセンター **進修館**

申問 33・3846
info@shinsyukan.or.jp

ホームページ



開館時間
9時～21時30分

事業名	日時	場所	内容
出張！ワークショップ・アラカルト ※①は申込要、②は申込不要 申問：彩の国さいたま芸術劇場 電話：0570・064・939 メール：workshop-saitama@saf.or.jp	11月11日(土) ①ワークショップ 13時～15時 ②盆おどり 15時30分～16時30分	①2階ロビー他 ②四季の丘 (芝生広場)	①盆おどりをテーマに、“おどり・音楽・飾りつけ”をつくる3つのワークショップが行われます。※小学校低学年は保護者同伴。 講師：近藤良平 氏、武徹太郎 氏、みずのさやか 氏 定員：各ワークショップ15名(先着順) 対象：小学生以上・経験不問 費用：各500円 ②ワークショップでつくったオリジナルの盆おどりを、みんなで踊ります。皆さんで輪になって楽しみましょう！
みんなの広場について考えよう －利用者懇談会－	11月25日(土)11時～12時	2階ロビー (みんなの広場)	進修館「みんなの広場」担当スタッフと利用者の皆さんが意見交換をする場です。進修館の運営や、みんなの広場・2階ロビーの利用などについて、様々なご意見をお聞かせください。 対象：どなたでも(申込不要)

開館時間 火曜～土曜 9時～21時
日曜・祝日 9時～18時

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。定員になり次第締切。

ぐるる宮代 申問 32・1543

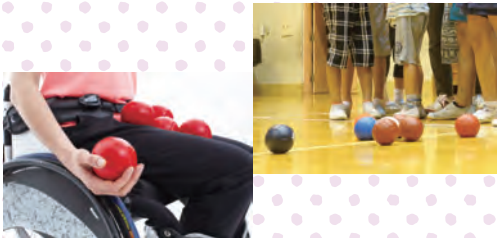
事業名	日時等	内容
ウエルラウンド 申込：11月1日(水)10時～(先着順)	ステップ運動とマシーントレーニングを行う、サーキットトレーニングです。 11月8日(水)11時15分～11時45分 11月16日(木)13時15分～13時45分	場所：トレーニングルーム 定員：14名 対象：16歳以上 費用：500円 持物：動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲料
アクアビクス 申込：11月1日(水)10時～(先着順)	11月11日(土)、30日(木) 11時～11時40分	定員：各日30名 対象：16歳以上 費用：600円(別途入場料400円) 持物：水着、キャップ、タオル
はじめてのピラティス 申込：11月1日(水)10時～(先着順)	11月17日(金) 13時～13時45分	場所：研修室 定員：15名 対象：16歳以上 費用：1,100円 持物：動きやすい服装、タオル、飲料、室内用シューズ、ヨガマット
ミズノスポーツ教室 申込：受付中(先着順)	①12月9日、②16日、③23日 すべて土曜 14時10分～15時10分 ①走る・飛ぶ・投げる・捕る・打つ(雨天時：ステップ・飛ぶ・ボッチャ) ②走る・飛ぶ・投げる・捕る・打つ(雨天時：マット運動・ボッチャ) ③走る・ステップ・バスケットボール・バドミントン	場所：①②アスレチック広場(雨天時は柔道場)、③メインアリーナ 定員：10名 対象：小学生 費用：1回1,500円 全3回3,000円 持物：動きやすい服装、タオル、飲料、シューズ(①、②の雨天時と③は室内用シューズ)
ミズノキッズダンススクール 申込：受付中(先着順)	金曜(月3回)17時～17時50分	場所：研修室 定員：15名 対象：年長～小学生 費用：4,200円 持物：動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲料
ミズノスイミングスクール宮代 こどもクラス新規募集中 申込：入会したい月の前月末日まで	火～金曜 月4回 ①16時30分～17時30分 ②17時30分～18時30分 ※指定水着・指定キャップあり	定員：曜日により異なる(要問合せ) 対象：4歳～小学6年生 費用：入会費1,000円、受講料(月4回)5,720円 持物：指定水着、指定キャップ、タオル、ゴーグル、ビニール袋
ミズノスイミングスクール宮代 大人クラス新規募集中 申込：入会したい月の前月末日まで	【フリークラス】火～土曜 12時～12時50分(月4回・月8回) 【曜日固定月4回クラス】 ●上級：火曜18時30分～ ●中級：①水曜18時30分～ ②木曜14時～ ③木曜18時30分～ ●初級：金曜10時～ 【水中ウォーキングクラス】(月4回・月8回) 火・木・金曜13時～13時40分	定員：曜日固定クラス定員有り(要問合せ) 対象：16歳以上 費用：入会費1,000円、受講料は以下の通り 【フリー、曜日固定 月4回】5,720円 【フリー 月8回】8,360円 【ウォーク】(月4回)4,400円、(月8回)5,500円 持物：水着、キャップ、タオル、ゴーグル

チーム対抗！

「ユニバーサルボッチャ大会」を開催します！

11月14日(火)
10時30分～12時30分
(集合10時20分)

場所 ぐるる宮代メインアリーナ
対象 障がい者団体、一般団体、小中学生などどなたでも
団体参加：5～8名
個人参加：主催者が決めたチームで参加となります
持物 動きやすい服装、飲料、タオル、上履き
申込 11月7日(火)まで



図書館

ホームページ

QRコード

34・9944

Home Page

開館時間

火曜～金曜 9時30分～19時 ※休館日:毎週月曜(祝日を除く)

土・日・祝日 9時30分～18時 11月30日(木)

事業名	日時	場所	内容
ライブラリーシアター 「ストーリー・オブ・マイ・ライフ わたしの若草物語」 (2019年 アメリカ映画 字幕)	11月10日(金)14時～16時15分	ホール	不朽の名作「若草物語」をマーチ家の次女・ジョーを主人公として映像化。南北戦争時代に力強く生きる四姉妹を描く。
紙芝居と折り紙	11月11日(土)14時30分～15時30分	研修室	紙芝居:「きつねとごんろく」ほか 折り紙:きつね
おはなし会	①11月18日(土)、②25日(土) 14時30分～15時	①研修室 ②ホール	①「したきりすずめ」「アナンシと五」 ②「ねずみのすもう」「小さな赤いセーター」 対象:4歳以上(目安)
大人のための16ミリ映画会 「かあちゃん」	11月18日(土)14時～15時10分	ホール	映写機と16ミリフィルムを使って上映します。女手一つで4人の子どもを育てるお勝。ある晩、お勝の家に強盗が押し入り…。山本周五郎原作「かあちゃん」を映像化した人情時代劇。
ナクソス音楽会 第8回 「大人気!アンコール企画 ～聴きくらべ～」	11月19日(日)14時～15時30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」からお届けします。※生演奏ではありません
子ども映画会	11月25日(土)15時～15時45分	ホール	「美しいさいごの一葉」「ネズミさんの恩返し」 対象:3歳以上(目安)
にちようえほんの会	11月26日(日) 【0・1歳の部】11時～11時15分 【2・3歳～の部】11時30分～11時45分	おはなし コーナー	ちいさい子の絵本とわらべうたの会
第20回 朗読会	11月26日(日)14時～15時	ホール	耳から広がる文学の世界をお楽しみください。 小泉八雲「おしどり」、木村裕一「あらしのよるに」他 出演:みやしろ朗読の会
童話と絵本の会	12月2日(土) 【2・3歳～の部】14時30分～14時50分 【4歳～小学生の部】15時～15時30分	ホール	年齢にあわせた絵本の読みきかせ

笠原小学校内

陽だまりサロン

ホームページ

QRコード

37・0145

Home Page

陽だまりサロン

月曜～金曜、第3・第4 土曜 10時～16時

事業名	日時	内容
住谷祐一郎写真展 『ホッと一息』	11月13日(月)～12月1日(金) ※毎週火曜午前は休み	今回はファンタジックな作品を集めてみました。束の間、脱日常、身心脱落、ゆったりお過ごしいただければ幸いです。
みんなのほっとカフェ	11月10日(金)10時30分～12時 時間内であればいつでも相談できます。	子育てや人間関係の悩みやモヤモヤを、ニーズカードを使って整理するお手伝いをします。肩の荷をおろしてホッとする時間を過ごしませんか。 聞き手:宮代町家庭教育支援チーム・佐藤 対象:どなたでも
ブローチ作り 申込:直接または電話	11月18日(土)10時～12時	ブローチ台に好きな布を使ってオリジナルのブローチを作ります。 定員:10名(先着順) 費用:200円(材料費) 持物:好きな布10cm×10cmにカットしたもの1枚、布ばさみ
はーもにー&みっちゃん ミニコンサート	11月18日(土)14時30分～15時30分	ピアノの連弾とギター弾き語りです。素敵な音楽を聴いてゆったりとしたひとときを過ごしましょう。 演奏:ピアノ(はーもにー)、ギター(みっちゃん) 曲目:秋の抒情歌ほか
はるるの折紙タイム 申込:直接または電話	11月21日(火)13時30分～15時	何を折るかはお楽しみです。 定員:10名(先着順) 持物:折紙、はさみ、鉛筆、のり、ボンド、定規
クリスマスリース作り 申込:直接または電話	11月25日(土)10時～12時	生の葉を使ったリースを作ります。 定員:10名(先着順) 講師:田口いくよ氏 費用:800円(材料費) 持物:ワイヤーハンガー、花切りばさみ、新聞紙1日分、持ち帰り用袋
リコーダーを吹きましょう	11月25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
ボッチャdeかるた&輪投げを やってみよう 申込:直接または電話	12月1日(金)10時30分～11時30分	椅子に座って、大きなかるためがけてお手玉を投げる「ボッチャかるた」です。子どもから大人まで、年齢問わず、ひとりでも家族でもご参加ください。未就園児、車イス利用の方、当日参加も大歓迎です。
ぬりえをしましょう	毎週月曜13時30分～	ゆったりとした気分で好きな色を塗ってみませんか。 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 ※11月21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 11月7日、14日、28日:新しい村芝生広場 11月21日:陽だまりサロン ※新しい村へのお問い合わせはご遠慮ください	ラジオ体操第1、第2やウォーキング、リズム体操などを行います。 11月21日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(1人分のサイズ)
囲碁・将棋の日	毎週水曜10時～12時	椅子に座ってできます。
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(縦糸代) 持物:中細毛糸2～3玉
スクエアステップ 申込:直接または電話	第2・4金曜13時30分～14時30分	マス目が書いてあるマットの上でステップを踏む、転倒予防の運動です。 定員:15名(先着順) 持物:上履き、タオル、飲物

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 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)が届いた方

※交付通知書を紛失された方は、ご相談ください

日 11月26日(日)、12月24日(日) 9時～12時

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、

《お持ちの方》通知カード・

住民基本台帳カード

《更新の方》マイナンバーカード

申問 戸籍住民担当 内線530

【Jアラート】防災行政無線を用いた
情報伝達訓練を実施します

地震や武力攻撃などの発生時に備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いて、防災行政無線で放送をする試験を行います。宮代町以外の地域でも実施されます。※災害が発生した場合、または発生する恐れがある場合は中止します。

日 11月15日(水)11時頃

放送内容

(3回繰り返す)

「これは、Jアラートのテストです」

問 危機管理担当 内線279

農業所得収支内訳書の
事前作成会

農業所得がある方は、あらかじめ自分で収支計算し、所得税の確定申告または町県民税申告をしていただく必要があります。作成会の詳細は広報12月号または町ホームページ(12月1日更新)をご確認ください。

※令和4年中に農業所得があった方には、個別に通知します

日 12月12日(火)～14日(木)

事前準備

・申告に必要な領収書等を整理しましょう

・収支計算ノートを利用して、

ご準備ください

問 町民税担当 内線232、233



〈記事ID 20124〉

暮らしの相談 定期相談会

生活の困りごとをご相談ください。(無料)

日 11月21日(火)9時～12時

※混み具合によってお待ちいただくことがあります。

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1階第2相談室

相談員 相談支援員(社会福祉士)

申問 アスポート相談支援センター埼玉東部

048・720・8475

令和5年12月1日に全国で
住生活総合調査が行われます

この調査は、住生活基本法に基づく住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上で必要となる基礎資料を得ることを目的としています。対象世帯には11月下旬から郵送により調査票が配布されますので、オンラインまたは郵送による回答へのご協力をお願いします。

対象 10月実施の住宅・土地統計調査に回答した世帯の一部

問 建築開発担当 内線345

河川などの異常水質事故防止に
ご協力を！

河川や水路に油や薬品が流れてしまうと、魚が死んだり、水道水や農業用水の取水に影響がでるなどの異常水質事故につながってしまいます。不要な塗料や油、農薬などは、決して河川や水路、側溝に流さないようお願いいたします。

●事故対応の費用負担

事故対応の費用は、事故原因者の負担となります。

●異常水質事故を見つけた場合

異常水質事故を見つけた場合には、速やかに東部環境管理事務所又は町までご連絡ください。

問 環境推進担当 内線293、294

埼玉県東部環境管理事務所 34・4011

女性目線の防災講座
～自分と家族の守り方～(無料)

災害が起きたときに自分ならどうするかを考え、地域のみんなとマイタイムラインを作るワークショップです。

日 11月23日(木・祝)13時30分～

(受付13時20分～)

場 新しい村集会所

講 株式会社ほむすび

代表取締役 黒須貴子 氏

申 申込フォームから

問 宮代町商工会 35・1661

申込フォーム



ドクターカー本格運用始まる

埼玉東部消防組合の所有する救急車に、患者の状態に応じて済生会加須病院の医師が乗り込み出動するドクターカーの本格運用が11月1日から始まります。

運用日時 祝日を除く月、木、金曜の9時～16時

出動区域 埼玉東部消防組合管内(加須市、久喜市、

幸手市、白岡市、宮代町、杉戸町)

同組合が管轄する東北自動車道と圏央

道の一部区間

問 宮代消防署 34・0119

求人企業合同面接会

日 11月21日(火)13時～16時(受付12時～15時30分)

場 大宮ソニックシティビル4階市民ホール

対 2024年3月大学・短大・専門学校卒業予定

の方、既卒3年以内の方

他 予約不要、入退場自由、求人企業情報を来場

者全員に配付。参加企業名は開催2週間前に

当協議会ウェブサイトに掲載。履歴書を複数

枚お持ちください。(当日会場でコピー可)

問 埼玉県雇用対策協議会 048・647・4185

みやしろ市民ガイドクラブからのお知らせ

道佛の古代史跡
紡いだ歴史をめぐる

道佛北遺跡・道佛遺跡・

姫宮古墳群(神社)(約4km)

日時 12月2日(土)9時30分～12時(雨天中止)

集合 東武動物公園駅西口 9時20分集合

定員 10名

費用 100円(保険、資料代)

持物 飲物、寒さ対策

申込 11月30日(木)までに電話

(千葉)090・6796・7840

facebook
みやしろ伝々虫

フォレスト みやしろ

町民のみなさんからの催し物案内です。

掲載希望の方は、担当へお申し込みください。

申問 秘書広報担当 34・1111 内線 208

〈記事ID 16478〉



宮代春高会美術クラブ美術展

日 11月14日(火)～19日(日)9時30分～17時

場 図書館 展示ホール

内 絵画、書、水墨画、篆刻、パッチワーク、写真

問 宮代春高会 美術クラブ(掛川)35・2308

介護者サロンみやしろ

介護している人が集まり、悩み、思いを話し合う場所です。話されたことは、スタッフはもちろん、介護者も守秘義務があることをいつも確認しています。

日 11月15日(水)、12月20日(水)13時～14時30分

場 すてっぷ宮代

問 介護者サロンみやしろ(住谷)090・9953・6688

日本文化(能楽)を体験してみませんか

日 11月23日(木・祝)14時45分～16時5分

場 郷土資料館(宮代町指定文化財 旧加藤家)

内 能の解説、プロジェクターによる観賞、能の

体験(礼儀・発声・歩き方)

講 野崎美歩 氏(観世流能楽師)

定 20名

費 1,500円

持 あれば足袋(なければくつ下)

申問 雅香の会(野崎)090・4127・4041

メール:hanetsurube2@tbz.t-com.ne.jp



第23回みやしろ水墨会作品展

日 11月23日(木・祝)～26日(日)

9時30分～閉館まで(最終日は15時まで)

場 図書館 展示ホール

他 会員募集中。第2、第4金曜の13時～15時

まで、図書館研修室で活動しています。

見学可です。

問 みやしろ水墨会(須田)35・0091

山野草・寒蘭の展示会

日 11月26日(日)9時30分～16時

場 新しい村 村の集会所

問 埼玉東部蘭友会(八木橋)34・6581

成年後見及び遺言・相続無料相談会

専門家である税理士・司法書士がお応えします。
日 11月25日(土)10時～16時
場 大宮ソニックシティ(8階803・804)
申問 11月17日(金)16時までに電話(先着順)
埼玉司法書士会事務局 048・863・7861

自衛官等採用案内

詳しくは、ホームページをご覧ください。
問 自衛隊さいたま地域事務所
048・651・242

自衛官募集



くらしの相談室からのお知らせ

①相続・遺言・成年後見無料相談会
日 11月15日(水)、22日(水)14時～16時
場 進修館 研修室または談話室
内 行政書士による無料相談会
定 両日とも各5名
②ペットのための遺言講座(無料)
日 11月14日(火)14時～16時
場 進修館 研修室
内 万が一のとき遺されたペットのお世話は
どうする？遺産をペットに残すには？
講 行政書士・愛玩動物飼養管理士 戸田一志 氏
定 10名
持 筆記用具
申問 ①②とも3日前までに申込
特定非営利活動法人くらしの相談室
(加納) 090・1886・0415

♡健康・福祉・保健

いきいきプラザ

この講座では「いきいき百歳体操」を行うことで、日常生活(立つ・歩く・座る・持つ)に必要な筋力アップを目指します。また、プラザサポーター養成講座受講生による「フレイル予防のミニ講話」も行います。
日 11月28日、12月12日、26日、1月9日、23日
すべて火曜13時30分～15時
場 東集会所
定 5名程度(先着順)
対 町内在住の65歳以上の方で、要介護1～5の認定を受けていない方
費 250円(保険料)
持 おもりバンド(お持ちの方のみ)、飲物
※おもりバンドは当日貸出あり
申問 11月22日(水)までに電話もしくは窓口
高齢者支援担当 内線382、384

～生活にお困りの方へ～ 食品を配布します

寄付やフードバンクから宮代社協に集まったお米や食品等を配布します。※ボランティア団体『ちあーずFD』が当日は受付・配布を行います。
日 12月7日(木)16時～18時
場 すてっぷ宮代 多目的室はくもくれん
定 40世帯(先着順)
対 生活にお困りの方
申問 11月13日(月)8時30分から電話
宮代町社会福祉協議会 32・8199

11月1日開始 埼玉県思いやり駐車場制度

障害のある方や要介護状態の方、妊産婦の方など、歩行が困難と認められる方に「利用証」を交付し、公共施設や商業施設などに設置されている「車椅子使用者用駐車区画」及び「優先駐車区画」の適正利用を推進する制度です。利用証の交付対象者、申請方法、区画のある施設は、埼玉県ホームページで確認できます。
問 埼玉県福祉政策課
048・830・3223



埼玉県

子育て・教育

離乳食教室

日 11月17日(金)13時30分～14時30分
(13時から受付・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あり
定 10組(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
申問 11月1日(水)から電話
保健センター 32・1122

「〇〇ペイで返金します」に注意！

問 宮代町・杉戸町消費生活センター34・1111内線524
ネットショッピングで商品を購入した消費者が、販売業者から「決済アプリを使って返金する」と言われ、スマートフォンで返金手続きを誘導されているうちに、「返金」してもらはずがいつの間にか「送金」してしまっていた、という新手の詐欺に関する相談が全国の消費生活センター等に寄せられています。

「〇〇ペイで返金します」と言われたら詐欺を疑ってください！



国民生活センター

11月9日(木)～15日(水) 秋の全国火災予防運動 問 宮代消防署 34・0119

●全国統一防火標語●

「火を消して 不安を消して つなぐ未来」

4つの習慣

- 寝たばこは絶対にしない、させない。
- ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- コンロを使うときは火のそばを離れない。
- コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

大切な家族を守るためには

「住宅用火災警報器」を設置しましょう！

☆スポーツ

秋季初心者空手体験教室(無料)

スポーツ

お子様の参加はもちろん、親子でも体験頂けます。
日 11月4日(土)、5日(日)、11日(土)、12日(日)、18日(土)
19日(日) 9時～11時(受付8時50分～)
場 ぐるる宮代 サブアリーナ
対 5歳以上の方
持 動きやすい服装、タオル、飲み物
※空手道着貸与(子どものみ)
申問 宮代空手スポーツ少年団
(野村)88・2917
メール：miyashirokarate@gmail.com



宮代空手

町民スポーツ大会 サッカーの部

体協

日 11月26日(日)9時～16時 ※予備日12月3日(日)
場 ぐるる宮代 多目的広場
対 16歳以上の町内在住、在勤、在学者で構成されたチーム
※即席チーム大歓迎です
費 1チーム4,000円(メンバー表は試合当日提出)
申問 11月13日(月)までに、サッカー協会
(菅原)fcmiyashiro@gmail.com または、
生涯学習・スポーツ振興担当 内線432

町民卓球大会 団体戦

体協

日 11月26日(日)9時～17時
場 ぐるる宮代 メインアリーナ
内 1チーム男子2名、女子1名の計3名で構成。
混合ダブルス2回、男子ダブルス1回による
チーム戦(中学生は全て男子でも可)。
予選リーグ後、トーナメントへ進みます。
費 中学生300円、高校生500円、一般900円
申 11月16日(木)17時までに生涯学習・スポーツ
振興担当へメールまたはファックス
メール：gakusyu@town.miyashiro.saitama.jp
ファックス：34・7820
問 卓球連盟(三ヶ尻) 34・6375

掲載希望の方へ

町ホームページにある掲載依頼書を郵送・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

野草保全地の一斉草刈りと芋煮を楽しむ会

日 11月26日(日)9時～12時
場 新しい村 ホツツケ田
内 宮代町に残る貴重な野草の保全地の一斉草刈り作業を行います。終了後、芋煮を楽しみます。ボランティアを募集します。自由にご参加ください。
費 無料
持 帽子、軍手
申問 当日受付
NPO法人宮代水と緑のネットワーク
(茂木)34・0867

みやしろ傾聴ボランティアからの お知らせ

『とにかく誰かとお喋りしたい』『不安な気持ちやグチを吐き出したい』話したい方大募集。どんなお話でも大丈夫。ゆっくり楽しくお話しませんか？予約不要、参加費無料です。

①サロン進修館 ゆったり傾聴

日 第2・第4月曜14時～16時
場 コミュニティセンター進修館 食堂
対 概ね65歳以上の方

②ゆったり傾聴

日 毎週金曜14時～16時
場 すてっぷ宮代 交流スペース



他 キッズスペースの隣でやっています。お子さま連れでも安心です。電話でお話を聞くこともできます(要予約)
問 みやしろ傾聴ボランティア(馬場)34・8574

仲間作りときずな作りへ 年金受給者の皆さんへ入会のすすめ

費 年2,700円(夫婦は4,000円)
内 ①カラオケ ②グラウンドゴルフ
日 ①月1回 ②月曜、火曜、金曜、土曜(祝日除く)
場 ①町内カラオケ店 ②コミュニティ広場
申問 埼玉県年金協会春日部支部宮代分会長
(渡部)34・7277 ①は(長嶺)34・7349



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

11月の定休日(平日月曜) 6日、13日、20日、27日

今月のお買い得情報!

生産者土曜市 11日(土)
西口サービスデー 24日(金)※会員ポイント2倍デー
お米の特売日 11日(土)、12日(日)、25日(土)、26日(日)

森のコンサート

雨天中止

フスキップビーズ

11月5日(日)11時～

フラテンジャズ

11月23日(木・祝)12時～

フゆるイト

11月12日(日)12時～

フすまえるプロジェクト

11月25日(土)11時～

フぼれぼれオカリナ

11月19日(日)12時30分～

フポップコーン

11月21日(火)11時～

宮代町内限定!

無料宅配 サービス実施中!



■お米5キロ以上お買い上げのお客様
※野菜、果物、その他商品も一緒にお届けします
■合計3,000円(税別)以上お買い上げのお客様

宅配ご希望のお客様は商品購入時に、スタッフまでお申し付けください。



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! ※キャンセルは電話でのみ受付 ※費用は税込

西京風味噌作り講座

11.11(土)
13時～15時

場 村の集会所 費 4,300円

講 鈴木玲子氏(手作り化粧品と麴のサロン niccolie(ニコリ)主宰)

定 10名(最少催行人数4名)

持 エプロン、手拭きタオル、

お持ち帰り袋

申 11月5日(日)まで

※キャンセル料(半額)

11月7日(火)以降



ミネラル発酵カクテキ作り

11.16(木)
13時～15時

場 村の集会所 費 4,500円

講 阿見佳代子氏(ミネラル栄養コンサルタント)

定 20名(最少催行人数3名)

持 エプロン、タオル、持ち帰り袋、

大きめのタッパー

申 11月11日(土)まで

※キャンセル料(60%)

11月12日(日)以降



爽やか!梅コチュジャン講座

11.18(土)
13時～15時

場 村の集会所 費 5,000円

講 鈴木玲子氏(手作り化粧品と麴のサロン niccolie(ニコリ)主宰)

定 6名(最少催行人数3名)

持 エプロン、手拭きタオル、持ち帰り袋

申 11月12日(日)まで

※キャンセル料(半額)

11月14日(火)以降

冬のハーブ軟膏作り講座

11.19(日)
10時～12時

場 村の集会所 費 3,800円

カレンデュラなどから抽出した浸出油と日本みつばちの天然みつろうを使った万能バーム!

講 吉澤弘子氏(ハーブコーディネーター)

定 12名(最少催行人数4名)

持 筆記用具・お持ち帰り袋

申 11月12日(日)まで

※キャンセル料(半額)

11月15日(水)以降



フライングリース&ミニスワッグ作り講座

11.22(水)
10時30分～12時

場 村の集会所 費 4,000円

吊るして楽しむフライングリース♪

講 新井百代氏(ハーバルセラピスト

・食生活アドバイザー)

定 10名(最少催行人数4名)

持 筆記用具、エプロン

申 11月17日(金)まで

※キャンセル料(半額)

11月18日(土)以降



ハーブを使ったクラシックなイタリアン

12.3(日)
11時～14時

場 村の集会所 費 4,500円

「イル ピノリーノ」のオーナー湯浅氏によるイタリア料理教室が再開します!

講 湯浅克也氏[(株)料理設計 代表取締役]

定 12名(最少催行人数6名)

申 11月28日(火)まで

※キャンセル料(半額)11月29日(水)以降

11月

無料相談

① 子どもの家庭相談 子育てひろば 38・6264

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 38・6264

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 38・6264 (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(祝日を

除く毎週火曜・金曜9時～12時

◆①田口なおみ相談員

場 ①子育てひろば(役場庁舎)

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

達・育児相談など

日 11月8日、22日、29日 水曜

9時30分～11時30分

※電話・オンライン相談可

場 保健センター

持 母子健康手帳、バスタオル

⑤ 妊娠・出産・子育て相談※要予約 子育て世代包括支援センター 32・1122

育児、発育・発達、予防接種、

妊娠中のことなど

◆保健師

日 平日9時～16時

場 保健センター

持 母子健康手帳

⑥ 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)

大人の食事(生活習慣病に

関する相談)

日 11月8日、22日、29日 水曜

場 保健センター

※詳しい時間はお問い合わせください。

※オンライン相談可

⑦ 教育相談・いじめ相談 教育支援センターみらい 53・3727

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

◆教育相談員、専門相談支援員

日 毎週月曜～金曜(祝日を除く)

場 9時～16時30分

場 教育支援センター(中央3-6-11)

※電話相談可

⑧ 町民相談 人権・男女共同参画担当 内210

人権、日常生活、行政等

に対する悩みごと

◆町民相談員、人権擁護

委員、行政相談委員

日 11月13日(月)

場 10時～12時、13時～15時30分

場 役場2階203会議室

※電話相談可(相談日のみ 内210)

⑨ 法律相談※要予約 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

◆弁護士

※同一案件は月1回、年度

内2回まで

日 11月14日(火)10時～12時

場 11月28日(火)14時～16時

場 役場2階10番窓口

※面談相談のみ(相談時間は25分間)

※毎月1日から予約受付(祝日は翌開庁日)

⑩ 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

◆女性相談員

日 11月20日(月)13時～16時

場 役場2階10番窓口

※電話相談可(相談時間は50分間)

⑪ 県法律相談※要予約 県民総合相談センター048・830・7830

様々な悩みごとにおける

法的な解釈や手続き等

◆弁護士

日 祝日を除く毎月第1水曜

場 13時～16時

場 春日部地方庁舎2階

⑫ 人権相談

人権問題や日常生活にお

ける悩みごと等

◆みんなの人権110番(人権一般)

日 平日8時30分～17時15分

場 0570-003-110(法務省)

⑬ 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

※電話相談可

日 11月9日(木)14時～15時30分

場 福祉交流館すてっ宮代

(字西原278)

⑭ 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

(宮代・杉戸相互利用可)

◆消費生活相談員

▼宮代町(受付は15時まで)

日 祝日を除く毎週月曜、水曜

場 10時～12時、13時～16時

場 宮代町役場 2階相談室

▼杉戸町(受付は15時30分まで)

日 祝日を除く毎週火曜、木曜、金曜

場 10時～12時、13時～16時

場 杉戸町役場本庁舎 1階相談室

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。Youtubeで「miyashiroTV」を検索！



新しいスポーツにチャレンジ! スポーツフェスティバル2023

ぐる宮代で体育協会やスポーツ少年団、MIZUNOによる18種類ものスポーツが体験できるスポーツフェスティバルを10月8日に開催しました。約3,200名の方が来場し、様々なスポーツを満喫していました。また、元なでしこジャパンの川上直子さんのサッカー教室では大人も熱くなる練習試合が行われました。✎教育推進課



宮代町食生活改善推進員協議会 厚生労働大臣表彰を受賞

平成元年の設立から料理教室等を通じて、子どもから大人まで幅広い年齢層の方々に、食を通じた健康づくりを推進するボランティア団体です。長年の活動が認められ、栄養関係功労者として厚生労働大臣表彰を受賞しました。会長の吉田さんは「若い世代にも、食を学んでもらえるように活動したい」と今後の意気込みを話しました。✎健康介護課



みなさんの優しさが地域の福祉を育てます 赤い羽根共同募金運動始まる

10月2日に町内3駅にて、中学生、民生委員・児童委員、社会福祉協議会、福祉課で街頭募金を行いました。町で集められた募金の半分が宮代町の様々な地域福祉活動の支援に役立てられます。町社協では12月まで募金を実施していますので、皆さまのご協力をお願いします。✎宮代町社会福祉協議会、福祉課



かしんだま文庫でこどもの居場所づくり たまごカラからねこ作り

こどもの居場所づくりの一環として東条原にある私設図書館かしんだま文庫で、工作教室を開催。7月30日と9月23日の2日間で25名が参加し、たまごのカラと和紙の張りで猫を作りました。参加者は「こんな素敵な場所があるのを知りたかった。また来たい!」と話していました。かしんだま文庫は第2、4土曜の14時～16時に開館しています。✎子育て支援課



町内で広がる活動 こどもの居場所で遊ぼう

福祉交流館すてっぴ宮代にて、こどもの居場所づくりイベントを9月9日に開催。「こどもたちのために何か少しでもできることを」という想いをもち、居場所作り活動をしている13団体が集まりました。工作や囲碁、石うす体験、ミニ縁日など様々な体験ブースを開き、来場した子どもたちと楽しい時間を過ごしました。✎子育て支援課、宮代町社会福祉協議会

みやしろ文芸

脳トレの全部花まる秋うらら	栗ご飯小さな声でもう一杯	文化の日枕代わりの広辞苑	キャンプの夜会話が尽きぬ共白髪	小六の鼓笛隊行く天高し	冬鳥が山崎山に集う朝	秋めくや今宵の月よ眺めつつ	きれいだなつう学はんのあきのみち	亡き姉と語り合いつつ夢醒むる	学童の第二のおかえりありがとう	川添いに秋の風吹く散歩道	金銀の衣きそいし木犀花	匂い立つのは金が勝れり	生を得て家業をついで米作り	富も名前も未だ残せず	目の手術退屈しのぎに尻取りを	「ん」に詰まりては又ワンス・モア	昔びんぼう子だくさんなれど	はやシングル大人いやます時代	ブル行二番穂の中たんぼ道	ゆれる稲穂のガンバレの声	十月の間近となりて貰ひくる	布袋葵は咲きて見せをり	人生八十年幼き思い里親の	トラウマ去りぬ人生いろいろ	空蟬をきれいと言ひし小児に	希望を見たり子どもの世界	ゴメンナサイ謝りながら干している	洗ってしまった福沢諭吉	青い空生きてゆくには弱すぎて	はるかかなたに思いをはせる	校庭に爆弾が落ちた友達が死んだ	思い出させる終戦記念日	朝まだき巡る道みち会う人が	今日一日の幸をくれたり	萩ゆれてホームの老女なつかしき	月見の夜は短歌詠むらん	宮代町からの米寿のお祝頂戴し	感謝感謝で胸がいっぱい
武藤芳夫	渡辺進	村田信明	横手敏夫	原崇雄	浅倉孝郎	森山恒子	古山縁	赤壁澄子	古山陽一	祥子	森本君江	濱田恒雄	濱島宗雄	佐藤よし江	新井景次郎	納谷千代	矢島忠愛	富澤鎮男	金子輝男	宇津木さえ	島村貞子	岡本信吾	えいこ	高橋千代														

▼俳句、短歌等の投稿は、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。
連絡先や名前がなく俳句、短歌等の内容が確認できない場合は、掲載できません。12月号への掲載は12月11日(月)まで。楷書での記入をお願いします。
▼紙面に限りがあるため、投稿者多数の場合、広報紙掲載は抽選となります。投稿いただいた全作品は、町ホームページでご覧いただけます。(記事ID 21393)





Miyashiro Calendar



日	月	火	水	木	金	土
29 森のコンサート	30 ③⑭	31 ③	11/1 ②⑪⑭ ●メイドインみやしろ推奨品募集(～12/25)5p	2 ①	3	4 ●【みやしろ芸術祭】小ホール発表会、ストリートピアノ&キッチンカー(～5日)
5 ⑤	6 ③⑭	7 ③	8 ②④⑥⑭ ☞ ウエルラウンド	9 ①⑬	10 ③ 子 C身体測定、手形 図 ライブラリーシアター 陽 ほっとカフェ	11 ⑤ ワークショップ・アラカルト ☞ アクアビクス 図 紙芝居と折り紙 村 生産者土曜市、お米の特売日、味噌作り
12 ●まーぶるマルシェ5p 村 お米の特売日、森のコンサート	13 ③⑧⑭ 陽 住谷祐一郎写真展(～12/1)	14 ③⑨ 子 A2歳児教室、B園庭開放 ☞ ポッチャ大会	15 ②⑭ 子 A手形アート ●Jアラート12p	16 ① ●STOP!児童虐待&DVパネル展(～24日)8p 子 A寄せ植え、B赤ちゃん元気っ子 ☞ ウエルラウンド 村 カクテキ作り	17 ③ 子 A赤ちゃんの日 ☞ ピラティス ●離乳食教室13p ●【みやしろ芸術祭】作品展、アート体験ワークショップ(～21日)	18 ⑧ おはなし会、16ミリ映画会 陽 プローチ作り、ミニコンサート 村 梅コチュジャン講座
19 ●自然観察会&クラフト体験5p 図 ナクソス音楽会 村 森のコンサート、ハーブ軟膏作り	20 ③⑩⑭ 子 A3歳児教室、B絵本の日	21 ③ 子 B園庭開放 陽 折紙タイム 村 森のコンサート	22 ②④⑥⑭ ●幼児食教室6p 子 A1歳児教室、B勇気づけの子育て講座 村 リース&ミニスワッグ	23 ① 村 森のコンサート	24 ③ 子 A11月のお誕生日会、Cお誕生日カード 村 西口サービスデー	25 子 A工作教室 進 利用者懇親会 図 おはなし会、子ども映画会 陽 クリスマスリース作り、リコーダー 村 お米の特売日、森のコンサート
26 ⑧ にちようえほんの会、朗読会 村 お米の特売日 ●マイナンバーカード受取(要予約)12p	27 ③⑭ 子 A親と子の絵本の日	28 ③⑨ 子 A2歳児教室、B園庭開放、C食育ランチタイム ●いきいきプラザ13p	29 ②④⑥⑭ 子 Bげんきっ子の日	30 納期限 ① ●知っ得けんこう講習8p 子 Bげんきっ子の日 ☞ アクアビクス	12/1 ③ ●こころをつなぐ展示会(～8日)6p ●性犯罪・性暴力をなくそうパネル展(～8日)8p 子 A赤ちゃんの日 陽 ポッチャdeかるた&輪投げ	2 子 A松ぼっくりツリー 図 童話と絵本の日 ●歴史を巡る12p
3 ●休日女性相談8p 村 イタリア料理教室	4 ③⑭ 子 B産後ボディケア	5 ③ 子 A手形でポン、B園庭開放	子 子育て支援センター(A:きしゃぼっぽ B:げんきっ子 C:のびのび)9p 進 進修館10p ☞ ぐるる10p 図 図書館11p 陽 陽だまりサロン11p 村 新しい村14p 相 無料相談 14p ●ハクモクレン4p～8p、インフォメーション12p～13p			

今月の納期限 11/30(木)

国民健康保険税 5期
後期高齢者医療保険料 5期



地方税お支払い
サイト
保険料の支払いを
スマホ決済アプリで▶

〈記事ID 21644〉

〈記事ID 21386〉

今月の漏水修理当番

問 上下水道事務所 33・5554
(休日は宮東配水場 32・0460)



修理は原則有償

セキ住設工業	32・3161	11/1～4
空衛設備	37・3317	11/5～11
中村工業所	32・4817	11/12～18
木村設備	32・7788	11/19～25
上原工業所	33・2737	11/26～30

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点灯させ街全体を明るくすることで犯罪の発生しにくい環境をつくる「一戸一灯運動」にご協力をお願いします。

町の防犯灯が球切れしたときは

問 危機管理担当 34・1111 内線 279

球切れした町の防犯灯を発見した際は、お手数ですが、担当までご連絡ください。
こちらから報告できます▶



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 34・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」 34・8000及び048・833・7911

火災救急統計速報 令和5年9月

■火災件数	4 (14)	建物火災	4 (9)
		車両火災	0 (0)
		その他の火災	0 (5)
■救急件数	171 (1462)	急病	122 (1068)
		交通事故	8 (60)
		その他	41 (334)

※ () 内は令和5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〕

保健センター コラム

ウォーキングをより効果的に

ウォーキングはいつでも、どこでも、自分のペースで手軽に行うことのできる運動法です。生活習慣病の予防や心身のリフレッシュといった様々な健康効果が得られます。正しいフォームを身につけ、ウォーキングの効果を高めましょう！



ウォーキング
のポイント

ひじ鉄・おなか・1本線

おなか

きついズボンをはく
時のようにおなかを
ギュッと引きしめて

腕振り

真後ろの人にひじ鉄砲
を入れるイメージで

足の送り

遠くまで見渡して、1本線
の上をまっすぐ歩くイメージで

(令和4年度動物園ウォーク！講義より)