

広報

みやしろ

2025

3月号
March

No. 632

令和7年3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

介護の悩みや不安 誰に相談したらいいの？

高齢者相談センター 2か所で始動

2p～3p

- | | |
|---------------------------|--------------------------------------|
| 1 行政情報ハクモクレン …… 4p～8p | 5 新しい村、今月の無料相談 ……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 | 7 Miyashiro Calendar 他 ……16p |
| 4 Information …… 12p～13p | |

みやしろ町の人口

令和7年2月1日現在

33,400人(前月比-71) 男16,690人 女16,710人
世帯数15,797世帯(-23)



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



町公式X



定住促進サイト
みやしろで
暮らそう



マチイロ



町公式
LINE



町公式
Instagram

介護の悩みや不安 誰に相談したらいいの？

4月1日～ 高齢者相談センターが2拠点体制に

問 高齢者支援担当 34・1111内線383、384

高齢者相談センター(地域包括支援センター)は、高齢者の生活上のお困りごとを解消し、必要なサービスにつなげるための総合相談窓口です。
4月から対象地域を北と南に分け、それぞれ1か所ずつセンターを設置して、より地域に密着した支援体制に変わります。

介護の悩みや、不安に思うことなど、さまざまな相談に専門知識を持ったスタッフが町民の皆さんと向き合います。
高齢者のお困りごとは、1人で悩まず、お気軽にご相談ください。

こんなときこそ相談ください！

こんなお悩み ありませんか？



自分や家族に、介護が必要になったらどこに相談すればいいんだろう？

介護が必要になる前に予防したい

認知症になったらどんなサービスをうけられるのかな？

保健師

主任
ケアマネジャー

社会福祉士



お家を訪問してお話を伺います



お体の具合や家庭の事情に沿ったケアプランを作成します



認知症の相談や医療機関を紹介します

このほかにも、高齢者虐待や高齢者の人権や福祉に関することなど高齢者に関するお悩みにお答えしています。お気軽に高齢者相談センターへご相談ください！

私たち専門職が
お手伝いします！



社会福祉士の平井さん

相談は、お住まいの地域に属する高齢者相談センターへ

北圏域 北高齢者相談センター

電話 38・6155

住所 〒345-0801 宮代町百間1121-1(保健センター横)



北高齢者相談センターのみなさん

圏域がわかることによって、よりスピード感をもって支援をすることができると思っています。高齢者の皆さんが暮らしていく中で困ったことや悩みがあれば、まずは高齢者相談センターにご相談ください！

対象地域

大字国納、大字和戸、大字須賀、大字西条原、大字東条原、字逆井、字百間、笠原1・2丁目、宮代台1～3丁目、和戸1～5丁目、学園台1～4丁目、中央1～3丁目、本田1～5丁目



北圏域



● 高齢者相談センターで認知症予防

高齢者相談センターでは、認知症の方や介護に不安のある方が気軽に集まり交流する場として、定期的にオレンジカフェを開催しています。

1月に行われたオレンジカフェでは、作業療法士の吉川さんが、認知症予防のための体操を指導。

チームに分かれ、お題の文字をチームメイトの背中に指で書いて、正しく伝えられるか競うゲームでは、「書き順が違わないじゃない!」「当たると嬉しいね」と終始笑顔が絶えません。

吉川さんは、「みなさんの元気な様子を見ると僕も嬉しい。なかなか家を出る気になれない方でも、みんなと話すきっかけとなる空間をつくりたい」と語ります。



◀講師の吉川さん

たのしい体操 で介護予防！

高齢者の方が、自宅でも運動を継続できるように、体力づくりのための簡単な体操教室を開催します。

4月から
開講！

日程等の詳細は直接お問い合わせください。



▲オレンジカフェのみなさん

● 気軽にきっかけづくり

参加するきっかけの多くは、人からの紹介。参加者の武田さんは、「ケアマネジャーさんに紹介されて知りました。無料だし、笑って帰るだけだからお得なのよ」と笑顔で話します。

スタッフの平井さんは、「『顔を出すだけでも状況を変えるきっかけになる』ということを広めたい。まずは、認知症に不安を抱えている方だけではなく、いろいろな方が来てくださるのをお待ちしております。」と呼びかけています。



▲体操の後はお茶菓子を囲みながら世間話に花を咲かせます。「通ってみたい介護施設があるの」「あなたは入所要件を満たしていないかもね」と自然に悩みが解消されていきます。

いずれの施設も受付時間は8時30分～17時15分(土・日・祝日・年末年始を除く)



南
圏
域
.....>

対象地域

字宮東、字金原、字山崎、字西原、字川端、字中、字中島、字東、字道佛、字姫宮、宮代1～3丁目、川端1～4丁目、東姫宮1・2丁目、道佛1～3丁目、百間1～6丁目

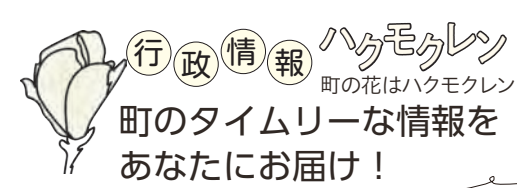
南圏域 南高齢者相談センター

電話 37・8153(4月1日～) ※3月までは、社会福祉協議会(32・8199)へ
住所 〒345-0817 宮代町西原278(すてっぷ宮代内)

社会福祉協議会の中に部署が1つ増えたと思っていただけるとわかりやすいと思います。社会福祉協議会がもっている様々な団体とのつながりを活かしてみなさんを支援していきたいです。



南高齢者相談センターのみなさん



広報3月号に掲載されている情報は、2月15日時点の情報です。※宮代町の市外局番は 0480 です。
町公式LINE マークのある講座やイベントは町公式 LINE から申し込みが可能です。

2025

桜市

町内商工業者等による飲食物等の販売

3月29日(土)
10時～15時
荒天中止

場所

姫宮落川沿い
笠原小学校～保健センター前

ステージイベント

保健センター駐車場

宮代進修太鼓保存会”風”

①10時～10時20分 ②12時～12時20分

前原中音楽部(琴演奏)

11時20分～11時40分

エムズダンススタジオピンキー

13時10分～13時50分

百間中吹奏楽部

14時10分～14時40分

問

商工観光担当 34・1111内線265

2階
14番

主催

みやしろHANAプロジェクト
宮代町、宮代町商工会、
NPO法人宮代クラブ

※笠原小学校～保健センター前の区間は、9時30分～15時30分の間、車両通行止となりますこれに伴い、町内循環バスの第1便から第6便まで、「保健センター前」バス停が「ヤマト運輸宮代センター付近」に移動します※公共交通機関の利用にご協力ください

町制施行70周年ロゴマーク決定

70th
MIYASHIRO

宮代町は昭和30年7月20日に百間村と須賀村が合併して誕生しました。令和7年度は宮代町誕生から70年。これを記念して「町制施行70周年」のマークを公募しました。
応募数 52点

採用作品 浦千尋さん(久喜市)

作品に対する想い 8歳、4歳、0歳の子どもと車で30分ほどの宮代町へよく遊びに行きます。宮代町といえば自然いっぱいののどかな風景、進修館、そして東武動物公園。この魅力を伝えられるように作成しました。
ロゴマークは、新年度、町で作成する印刷物等(広報紙、チラシ、ポスター)に使用されます。

問 秘書広報担当 34・1111内線208

2階
9番

狂犬病集合予防接種

問 環境推進担当
34・1111内線293、294

2階
15番

犬の飼い主には、飼い犬を町へ登録することと、年一回の狂犬病予防接種が法律で義務付けられています。犬の健康状態がすぐれない時には、かかりつけの獣医師に相談してください。

日	時間	場所
4月7日(月)	9時30分～10時15分	すてっぷ宮代駐車場
	11時～12時	ぐるる宮代第一駐車場
4月11日(金)	10時～11時	保健センター
4月14日(月)	10時～11時	川端公民館
	13時～14時	和戸公民館

対象

町に登録済みの犬

※注射会場で新規登録は行いません。新規登録の際は環境推進担当窓口にお越しください。

持物

お知らせのハガキ
手数料3,500円(注射済票の費用代含む)

QRコード

記事ID 24075

ホワイトタイガーの赤ちゃんに
宮代町の特別住民票

東武動物公園で生まれたホワイトタイガーの2頭の赤ちゃんの名前が2月15日に決定したことを受け、宮代町はこの「チビ虎」2頭と父虎、母虎に特別住民票を交付することにしました。「東武動物公園 宮代町民入園無料の日(3月9日開催)」に合わせたイベントで町長から東武動物公園に手渡されます。
なお、「チビ虎」2頭の特別住民票の写しは3月10日から宮代町役場住民課でも希望者に配布します。

東武動物公園 宮代町民入園無料の日イベント

期日 3月9日(日)10時～14時

場所 ハートフルガーデン付近

内容 宮代町ブースを開設
▽新しい村特産品ブース▽缶バッジ作成体験▽特別住民票の写しの配布
※町長からの特別住民票の交付式は11時からホワイトタイガー舎前
当日無料で入園するためには2月号広報裏面に掲載した券を切り取ってお持ちください

問 秘書広報担当 34・1111内線208

2階
9番

町民まつり
実行委員募集

問 地域振興担当 34・1111内線281、282

2階
16番

宮代町の一大イベント「宮代町民まつり」にご協力いただける方を募集します。実行委員になって、仲間と一緒に夏の思い出を作りましょう！個人でもお友達と一緒にでも大歓迎です。

申込方法

応募フォーム
または応募用紙

応募フォーム

記事ID 24136

※応募用紙は持参または郵送、ファックス(34・1093)で提出

ストリート委員会

イベント委員会

広報記録委員会

安全美化委員会

踊りやみこし、山車に関すること、会場放送や誘導を行います。

日中に行われるイベントを企画し、当日の運営を行います。

ポスター・パンフレットの作成や会場案内、記録写真撮影等を行います。

会場の安全確保やゴミ拾い等の美化活動等を行います。

役場代表 34・1111 上下水道事務所 33・5554 保健センター 32・1122 郷土資料館 34・8882 教育支援センターみらい 53・3727

春の自然観察 & 椎茸の駒打ち体験

申 環境推進担当 34・1111内線293、294

2階
15番

春が芽吹いた山崎山を散策しながら、自然に触れてみませんか。
椎茸栽培用の原木に椎茸菌の駒を埋め込む体験を行います。

日時 3月16日(日)9時30分～11時30分 ※小雨決行
場所 9時25分までに新しい村 森の市場ステージ前集合
定員 20名(先着順)※1組2名まで
費用 原木1本につき500円(保険代含む)
※当日集金(おつりのないようお願いします)
椎茸菌を埋め込んだ原木は持ち帰れます。



持物 軍手、飲物※防寒対策をしてきてください
申込 3月5日(水)から14日(金)までに応募フォームから
問合 山崎山こどもエコクラブ
090・2413・6796



応募フォーム

春の野草観察と天ぷらを楽しむ会

申 環境推進担当 34・1111内線293、294

2階
15番

新しい村と山崎山には、希少になった種を含めて多くの野草が自生しています。観察しながら摘み取り、天ぷらにして味わいます。

日時 3月30日(日)9時30分～12時30分 ※小雨決行
場所 9時25分までに新しい村 森の市場ステージ前集合
定員 30名(先着順)
費用 中学生以上500円、小学生以下300円(小学生以下は保護者同伴)
※当日集金(おつりのないようお願いします)

持物 動きやすい服
申込 3月10日(月)9時から28日(金)までに応募フォームから
問合 NPO法人宮代水と緑のネットワーク
34・0867



応募フォーム



天ぷらと合わせるおにぎりも
持ってきてね♪

人権擁護委員が委嘱されました

問 人権推進室 34・1111内線210

2階
10番

令和7年1月1日付で、鶴見祥子さんが法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。

人権擁護委員は、町の相談パートナーです。地域の中で住民の人権が侵害されないよう配慮しながら、家庭の問題や子どもの問題、地域の問題、生活の中での悩みなどの相談に応じています。



鶴見 祥子 氏

毎月第2月曜10時～12時、13時～15時30分に町民(人権)相談を開設していますので、お気軽にご利用ください。(無料、秘密厳守)

プラザサポーター養成講座

～いきいき百歳体操を地域に広めませんか～

申問 高齢者支援担当 34・1111内線 384

1階
6番

プラザサポーターは町内18か所で高齢者の健康づくりのために体操を広めています。講座では、フレイル予防と「いきいき百歳体操」、「みやしろキラキラ体操」について学びます。最初の6回で講義とグループワークを行い、町主催の介護予防教室「いきいきプラザ」にて指導の実習をします。写真はプラザサポーターの皆さん 15ページに関連記事

【講座日程】

●講義・体操の演習※5回以上出席

5月13日、27日、6月10日、24日、7月8日、22日 全て火曜13時～15時15分

●実習・フレイル予防の講話※6回以上出席

9月2日、16日、10月7日、21日、11月4日、18日、12月2日、16日、1月6日、20日 全て火曜13時～15時30分

●いきいき百歳体操 自主グループへの参加

7月～9月にかけて
2回程度ご参加ください

場所 和戸宿集会所
和戸3-10-6

定員 10名(先着順)

対象 講義と実習の両方に参加でき、修了後はボランティアとして活動をしたい方(活動の頻度は問わず)

持物 筆記用具、飲物、汗拭きタオル、体操ができる服装

申込 3月31日(月)までに担当へ直接、電話または電子申請



〈記事ID 5676〉

人権 それは 愛 平等な社会を目指して

問 人権推進室 内線 210

生涯学習室 内線 431

大正11年(1922年)3月3日、我が国初の人権宣言といわれている「水平社宣言」が出されました。この宣言は、被差別部落の人々が差別からの解放を目指して創立した「全国水平社」の創立大会で読み上げられたといえます。

「水平社宣言」の「水平」という言葉には、「人間は生まれながらに平等な存在である」という理念が込められています。この宣言は、「人間を尊敬し、大切にしよう」という思いと共に、「全ての人がどんな差別も受けることなく、人間らしく生きて行ける社会の実現」を目指したものでした。

近年ではスポーツの世界においても、サッカーJリーグの

「3つのフェアプレー宣言」(ピッチ上のフェアプレー、健全な経営の実践、差別根絶等を含む社会的責任を果たすこと)やバスケットボールBリーグの「Cheer with smile, Cheer with respect」(笑顔と敬意をもって応援しよう)などが試合の際に読み上げられ、メディアやSNSを通じ発信されるなど、「水平社宣言」の理念のもと差別や誹謗中傷等の不当な行為の根絶に向けた様々な取り組みが行われています。皆さんも、差別行為を他人事とせず、自分の事としてとらえ、次世代を担う子ども達のためにも、全ての人の人権が尊重され心豊かな社会の実現を目指し、一人ひとりが差別や誹謗中傷をなくすことについて考えてみましょう。

第13回
ふるさとキレイ大会 in 宮代
参加者募集

申問 環境推進担当
34・1111内線293、294

2階
15番

町内のごみを拾い歩き、拾ったごみの量を
チームごとに競い合います。仲間と楽しく、私
たちのふるさと宮代をキレイにしましょう！

日時 3月16日(日)10時～12時30分(大雨時中止)
※9時30分受付

定員 10チーム(先着順) ※1チーム4～8名

申込 3月5日(水)から11日(火)まで
申込書を担当窓口へ

主催 MIYASHIROエコ☆スターズ


《記事ID 24179》



3ピズ卒業実践
321の市

問 商工観光担当 34・1111内線265

2階
14番

「わたしたちの月3万円ビジネス」は、やりたいことや得意な
ことから小さな商いを生み出し、地域にアクションするプログ
ラム。今回は、講座から生まれた12名がビジネスデビュー！
卒業生を含めた約20店舗のカラフルなお店が春の川辺を彩
ります。ぜひ応援にいらしてください。



日時
3月16日(日)11時～15時

会場
流灯ふれあい館 東武動物公園駅
東口から徒歩8分 杉戸町清地1-9-18

荒天の場合は3月20日(木・祝)

この事業は
企業版ふるさと納税で寄付をいただきました
東京都渋谷区 株式会社サウスエージェンシー様

ありがとうございます！


《記事ID 22643》

宮代町インターネット放送局

最新情報をお知らせします

問 秘書広報担当
34・1111内線207

2階
9番

《記事ID 22977》


チャンネル登録をお願いします！




ホワイトタイガーの赤ちゃん1～3
▶みんなが地域の特派員 山本豊


みやしろ芸術祭2024
▶みんなが地域の特派員 野村啓二


カリフラワーのクリームシチュー
▶みんなが地域の特派員
小島秀男、郷田健一


「テヅクリハナコ」ハナコの舞
▶みんなが地域の特派員 野村啓二

令和7年度
市民参加計画

市民と町がともに将来を語り合い、市民の思いをまち
づくりに反映させる市民参加制度。令和7年度に実施す
る市民参加事業についてお知らせします。募集時には、広
報紙や町ホームページに掲載します。なお、計画の内容・
募集時期等は追加や変更となる場合があります。

市民参加や
公募委員登録制度はこちらから

問 地域振興担当
34・1111内線282

2階
16番

《記事ID 23784》

募集 時期	委員会等の名称	内 容	募集人数 (募集人数/定員)	任期
4月	宮代町男女共同参画社会推進会議	男女共同参画社会の実現に向けて、情報誌の発行や啓発セミナーの企画運営を行います。	3名/10名	2年
	市民参加推進・評価委員会	町が行った市民参加の評価及び検証の結果、市民から提出された市民参加に関する提案等のうち町から意見を求められたものやその他町が必要と認める事項について検討します。	3名/7名	2年
	町民スポーツフェスティバル2025実行委員会	町民スポーツフェスティバル2025の開催へ向け、事業の詳細等について検討します。	若干名/定員なし	1年
5月	宮代町二十歳のつどい実行委員会	宮代町二十歳のつどいのアトラクションの企画・運営、記念冊子及び記念品の企画・編集・デザイン等を行います。	12名/12名	1年
上半期	宮代町指定管理者候補者選定委員会	公の施設の指定管理者の指定へ向け、申請団体の事業計画書を審査し、候補者を選定します。 対象施設 図書館、陽だまりサロン（施設によって定員変動あり）	若干名	1年
1月	宮代町交通安全対策協議会	通学路の交通安全対策（道路反射鏡の設置、注意喚起看板の設置等）についての検討及び改善策の確認をします。	2名/なし	2年
	宮代町文化財保護委員会	町指定文化財の指定に関する審議や調査を行うとともに、文化財保護行政に対する指導、助言、提案等を行います。	3名/8名	2年
2月	宮代町防犯のまちづくり推進協議会	防犯関連団体の連携を図るとともに、防犯体制を強化し、地域社会で犯罪を起こさせない環境整備づくりの検討を行います。	2名/20名	2年
	宮代町学校教育運営審議会	学校教育の運営に関する審議及び地場産の食材を使用する献立等に関する審議を行います。	1名/15名	2年
	宮代町情報公開・個人情報保護委員会	情報公開制度及び個人情報保護制度の運営に関する重要事項等について審議します。	2名/6名	2年

●パブリックコメント

・第5次宮代町総合計画 後期実行計画

・宮代町空家等対策計画



●ボランティア等の募集

・みんなが地域の特派員

・きれいなまちづくり活動里親ボランティア

・里山の緑と生きものを守り育てる
ボランティア活動[山崎山編・西原自然の森編]

・地域猫活動推進ボランティア

・子育て応援隊

あなたも参加できるまちづくりを
メールマガジンで！

公募に関する情報やその他市民
参加イベントをメールマガジンで定
期的にお届けします。興味のある情
報を見逃さないためにも、公募委員
登録制度をぜひご活用ください。


《応募フォーム》

Photo Gallery

～月刊みやしろ～

※ 15pにも掲載しています



エコポスターコンクール 入賞作品が決定



MIYASHIROエコ☆スターズが主催する「第12回エコポスターコンクール」の入賞作品が決定しました。応募があった280作品の中から、最優秀賞1点、優秀賞3点、エコ☆スターズ特別賞10点が選出されました。最優秀賞の桑原咲奈さんは「ペンギンのおうちが無くなったら、かわいそうだったので描きました」と話してくれました。

環境資源課



入賞作品はこちらからご覧ください▶

スリランカに校舎を寄贈 宮代でアジアと交流する会



国際交流団体「宮代でアジアと交流する会」がスリランカの小学校に校舎を寄贈しました。小学校はレヌカさんの母校。同会は日本工業大学に留学していたレヌカさんが縁で、インド洋大津波に襲われたスリランカを支援する活動を2004年以来、続けています。毎月の定例会でレヌカさんが作ったスリランカ・カレーを食べ、千円を寄付。いままでスリランカに奨学金を贈ったり、子どもたちのホームステイなども実施してきました。今回の寄贈はこうした活動の延長です。古くなった校舎が朽ちてしまい、毎日の学習に支障がでることから、支援することにしたものです。間もなく、教室では子どもたちの元気で賑やかな声が聞こえるようになることでしょう。

広報みやしろ

Miyashiro TOPICS

宮代町まちづくり基本条例ってななに？



わかりやすい解説書も掲載！読んでみよう！

〈記事ID 20735〉

問 対話のまちづくり推進担当 34・1111内線214

2階
11番



まちづくり基本条例とは

平成20年4月1日に施行された「より良い宮代町を実現するために、みんなが守らなければならないルール・きまり」です。宮代町のまちづくりで最も重要な条例と位置付けられています。



まちづくりは誰が行うの

まちづくりは、町に住み、活動するすべての人の意思によって行わなければなりません。そのためには、自助と共助による市民自治の考え方を基本理念として共有し、「市民」が自らできることは自ら行い、また、互いに協力し合いながら、身近な問題の解決に当たっていく必要があります。そして、「議会」と「行政」には、こうした「市民」の意思と行動を尊重しながら、その信託された役割に責任を持って応えていくことが求められます。



条例の基本的な考え方と原則

まちづくり基本条例は、市民自治の基本理念のもと、宮代町における自治の基本原則を明らかにするとともに、「市民」「議会」「行政」の役割等を定めることにより、自律した地域社会を実現することを目的としています。

自治の基本原則とは

- 協働…「市民」「議会」「行政」が、それぞれの立場や果たすべき役割を自覚し、互いを尊重したうえで、協力し合いながら、行動すること
- 情報共有…「市民」「議会」「行政」が、まちづくりに関する情報を共有すること

市民

市民参加条例

自分たちのまちのことを自ら考え行動します

《例》投票・納税・審議会やワークショップへの参加
イベントへの参加 など



それぞれの
権利と責任

議会

議会基本条例

市民の意見を求め、
開かれた議会にします

《例》政策の意思決定・議会だよりの発行
議員活動・議会懇談会 など

行政

説明責任と情報共有に努め、
市民参加によるまちづくりを進めます

《例》総合計画・財政運営
危機管理・協働イベントの開催 など

町民

スポーツフェスティバル

実行委員募集

申問 生涯学習・スポーツ振興担当 2階18番
34・1111内線432

町民スポーツフェスティバルで、競技や種目のルール・楽しさを伝えることができ、ブースの企画・運営をしていただける方を募集します。

申込 3月17日(月)～4月18日(金)まで町ホームページの応募用紙を記入し、メールまたは担当窓口へ提出

令和7年度開催予定
10月12日(日)
ぐるる宮代(総合運動公園)



〈記事ID 24216〉



指定管理者が決まりました

問 こども保育担当 34・1111内線323

1階8番

町立小学校3校の学童保育所の運営を担う指定管理者について、町議会の議決を経て指定しました。

宮代町学童保育所

- ・かしの木児童クラブ(百間小学校)
- ・いちようの木児童クラブ(東小学校)
- ・いちようの木児童クラブ分室(東小学校)
- ・ふじ第一児童クラブ(笠原小学校)
- ・ふじ第二児童クラブ(笠原小学校)

●指定を受けた団体

シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社
北関東支店埼玉営業所

●指定期間

令和7年4月1日から令和12年3月31日(5年間)

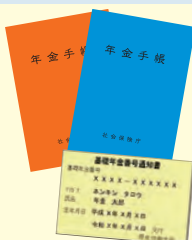
退職(失業)したときは国民年金の手続きが必要

日本国内に住所を有する20歳以上60歳未満の方は、国民年金か厚生年金いずれかの年金制度に加入しなければなりません。

厚生年金に加入していた方が退職したときは、厚生年金の第2号被保険者から国民年金の第1号被保険者への変更手続きが必要です。また、厚生年金に加入していた方の扶養になっていた配偶者は、国民年金の第3号被保険者から第1号被保険者への変更手続きが必要です。届け出を忘れると、障害年金や遺族年金などが受けられなくなることもありますので、届け出は忘れずに行いましょう。

手続きに必要なもの

- ・退職日等がわかるもの(退職証明書、雇用保険被保険者離職票、厚生年金被保険者資格喪失証明書など)
- ・基礎年金番号が確認できる書類(年金手帳・基礎年金番号通知書等)またはマイナンバーカード(個人番号カード)



問 年金担当 34・1111内線318

1階5番

春日部年金事務所048・737・7112

電子申請で国民年金の手続き

これまで国民年金に加入される方は、年金事務所または役場年金担当で手続きする必要がありましたが、マイナポータルからスマートフォンにより簡単に電子申請ができます。



対象となる手続きは、お勤め先を退職した場合などの国民年金(第1号被保険者)へ加入する手続きのほか、国民年金保険料免除・納付猶予・学生納付特例の申請などが可能です。電子申請の利用方法については、日本年金機構ホームページで動画も公開しておりますので、ぜひご利用ください。

国民年金に関する電子申請▶



農業振興地域内の農用地区域からの除外(5月受付)

申問 農地調整担当 34・1111内線269

2階14番

〈記事ID 22774〉

農用地区域内の農地について、やむを得ない理由により、農地以外の用途に転用を予定している方は、農地転用許可(以下「農転」という)を申請する前に農用地区域から除外する手続きが必要となります。なお、申出後、認可されるまで1年以上かかることがあります。詳しくは、町ホームページをご確認いただくか担当までお問い合わせください。

除外申出できる土地

- ▶ 集団農用地の一面(概ね10haの区域)でないこと
- ▶ 農用地区域内の農地以外に、代替すべき土地がないこと
- ▶ 農用地の保全又は利用上必要な施設に影響を及ぼさないこと

除外申出できる土地の面積

- 自己用住宅(分家など)
500㎡未満で必要最小限の面積
- 農家住宅
1000㎡未満で必要最小限の面積
- 上記以外
目的実現のため必要最小限の面積

事前相談 4月18日(金)まで

除外・農転の見込みについて、必ず事前相談・確認を行い、許認可の見込みを受けてください。相談及び除外・農転見込みのない申出は受けることができません。

申出 5月12日(月)～5月23日(金)

9時～12時、13時～17時の間に窓口で配布する申出書類を提出※土・日曜日を除く

提出部数

正本1部 副本3部(正本のコピー可)

諸注意

- ・他法令による許認可等必要なものは、必ず事前に許認可等の見込みを確認のうえ申出ください。
- ・今回の申出で農用地から除外できた場合でも、農転許可申請、開発許可申請、建築確認申請等の手続きが必要となりますのでご注意ください。
- ・事前相談後、許認可等の見込みを確認したうえで申出様式を配布します。

参加者募集

大人のスポーツフィールド

申問 生涯学習・スポーツ振興担当 2階18番
34・1111内線432

仕事や家庭等で運動から縁が遠くなってしまった皆さんが汗を流す運動の場です。

日時 3月15日(土)14時～16時

受付:13時30分～

場所 ぐるる宮代 サブアリーナ

内容 さいかつぼーる、モルック

対象 町内在住、在勤、在学の小学4年生以上の方

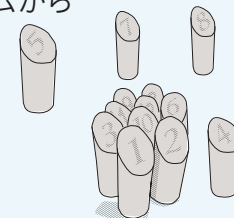
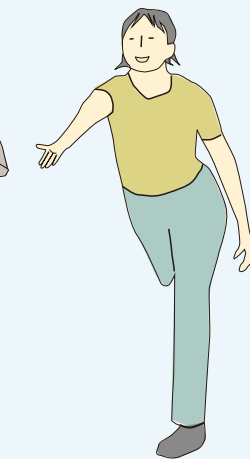
定員 20名(先着順)

費用 100円(保険代)

持物 運動のできる服装、室内履き、飲み物、タオル

申込 3月10日(月)までに申込

フォームから



〈応募フォーム〉



子育て情報



～すくすく育てみやしろっ子～



今日もいっぱいあそぼうね。
ふたりの笑顔がだーいすき！

そうは 奏晴 ちゃん 柚葉 ちゃん
令和6年9月11日生まれ 令和4年5月17日生まれ



おてんばな妹とドラえもんが大好きな兄。
仲良く大きくなってね。

いろな 彩風 ちゃん なぎと 風柊 ちゃん
令和5年11月16日生まれ 令和3年11月11日生まれ

かわいい
ベビー

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！

3月までに応募いただいた方には、写真を缶バッジにしてプレゼント♪

申問 秘書広報担当34・1111内線207

応募はこちら▶



庁舎内 子育てひろば・きしゃぽっぽ 申問 96・6264 ◆3月31日(月)はお休みです

催し物	日時・内容等
子育てサロン 赤ちゃんの日	簡単な手遊び、歌遊び、情報交換 3月13日(木)14時～15時 対象 1歳までの親子
3月のお誕生会 申込 3月5日(水)～ 町公式LINE	3月生まれのお誕生日をお祝い 3月14日(金)10時15分～10時45分 対象 3月生まれの未就園児親子
2歳児教室	ペンダントづくり 3月18日(火)10時15分～10時45分
親と子の絵本の日	絵本の読み聞かせ 3月24日(月)10時30分～10時45分 対象 未就園児親子

体を動かしてリフレッシュしませんか？ 産後ボディケア

日時 3月12日(水) 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
対象 未就園児親子10組(町内在住・先着順)
※産後1年までの方優先
申込 3月5日(水)8時30分～町公式LINE



三世代交流事業 紙とんぼづくり

宮代町さわやかクラブ
連合会の皆さんと一緒に
紙とんぼを作りましょう！
講師 さわやかクラブ連合会のみなさん
対象 町内在住の中学生以下の方
及び未就学児親子 15組(先着順)
申込 3月5日(水)8時30分～町公式LINE

3/15(土)
10時～11時30分



びびピースの 親子ミニコンサート

手遊び、楽器あそび、読み聞かせなど楽しい時間を過ごしましょう。

日時 3月22日(土)10時30分～11時
対象 未就学児親子と小学生 15組(先着順)
申込 3月5日(水)8時30分～町公式LINE



積み木あそび～動物公園をつくろう～

日時 3月29日(土)10時～12時
講師 りえ 氏(おもちゃコーディネーター)
対象 4歳以上の親子と小学生 8組(先着順)
※4～5歳は親子での参加
持物 帽子、靴下(あるとよい)
申込 3月5日(水)8時30分～町公式LINE



国納保育園内 げんきっ子 申問 34・5891 ◆9時～16時(12時～13時を除く)

催し物	日 時	内容等
げんきっ子の日	①3月12日(水)②27日(木)③4月9日(水) 10時30分～、14時30分～	①ちょうちょうをつくろう ②えのぐ遊び ※汚れてもよい服装、着替え、タオル ③ガーランドを作ろう 対象 未就学児親子
絵本の日	3月17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 対象 未就学児親子
赤ちゃんげんきっ子	3月19日(水)10時30分～、14時30分～	手形・親子ふれあい遊び 対象 1歳半ごろまでの親子 持物 汚れてもよい服装
手形をとろう	4月7日(月)10時30分～、14時30分～	手形アート・季節の歌遊び 対象 未就学児親子
園庭開放	3月11日、18日、25日、4月1日、8日すべて火曜10時～11時30分	園庭で遊ぼう 対象 未就学児親子 持物 帽子、水筒、着替え

姫宮保育園内 のびのびキッズルーム 申問 34・8393

◆月曜～金曜 9時30分～16時
※3月14日(金)、15日(土)はお休み、31日(月)は戸外のみ
◆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 3月3日(月)～当日	3月21日(金)10時30分～11時30分 3月28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(3月生まれ)	未就学児親子 5組
キッズ広場 折り紙 申込 4月2日(水)～7日(月)	4月7日(月)10時～11時	折り紙で色々なものを折りましょう	未就学児親子10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	室内:10時～11時30分、13時～14時	—

※令和7年4月から予約方法が「メール申込」に変更となります。詳しくは3月下旬ごろに姫宮保育園ホームページでお知らせします。

公共施設情報

シイガシ

●費用の記載のない催しは参加費無料です。

宮代町の木は「シイガシ」!!

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
今年も開催！ 進修館アートプロジェクト 「へそたんけん2025」	3月23日(日)～30日(日)	2階ロビー	2023年3月、進修館の設計理念に共感するアーティストが集結してスタートしたアートプロジェクト「へそたんけん」。進修館を設計した象設計集団は、「世の中にあるたくさんの中心が交流する場所、すなわち「世界の中心のひとつ」との思いを込めています。そんな進修館に集まる表現者たちが、それぞれが大切にしていること「へそ」を思いっきり表現し合い、自分、他者、地域などとの関係を改めて体感するプロジェクトです。詳細は進修館ホームページをご確認ください。 対象 どなたでも

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

申問 32・1543

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。

事業名	日時等	内容
はじめてのピラティス 申込 受付中	3月5日(水) 11時15分～12時15分	インナーマッスルを重視し姿勢の改善、バランスのとれた体にするこ を目標にします。 場所 会議室 定員 15名(先着順) 対象 16歳以上 費用 1,100円 持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル、ヨガマット
はじめてのズンバ 申込 受付中	3月11日(火)、25日(火) 10時30分～11時20分	ラテン音楽に合わせて踊る創作ダンスエクササイズです。 場所 剣道場 定員 各日40名(先着順) 対象 16歳以上 費用 600円 持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル
ミズノ親睦卓球大会 申込 受付中	3月13日(木) 10時～16時(受付開始9時30分～)	3人一組の団体戦で午前ダブルス、午後シングルスを行います。 場所 メインアリーナ 定員 100名(先着順) 対象 50歳以上 費用 午前1,000円 午後1,000円 両方1,000円 持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル
個人参加型プログラム ～ドッジボール～ 申込 3月1日(土)10時～ 先着順、窓口または電話	3月22日(土) 14時30分～16時	個人単位で参加し、当日集まった人達でチーム分けをしてゲームを楽 しむプログラムです。 場所 サブアリーナ 定員 30名 対象 小学生 費用 600円 持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル
春休み短期水泳教室 申込 3月1日(土)10時～ 先着順、窓口または電話	①3月25日(火)～27日(木) ②4月1日(火)～3日(木) 15時～15時50分	泳げない・初めてプールに入る方に対して3日間の水泳指導をします。 定員 各20名(先着順) 対象 5歳～小学3年生(ミズノスイミングス クール宮代の会員以外の方) 費用 3,600円 持物 水着、キャップ、バスタオル、ゴーグル、ビニール袋
春休み短期体操教室 申込 受付中	①3月26日(水)～28日(金) ②4月2日(水)～4日(金) 15時～15時50分	鉄棒、跳び箱、マット運動、走る、跳ぶ、投げる 場所 剣道場(3月27日サブアリーナ、4月3日メインアリーナ) 定員 各10名(先着順) 対象 5歳～小学生 費用 1回1,500円、3回3,000円、6回5,500円 持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル
春休み親子バレーボール教室 申込 受付中	3月29日(土) 16時15分～17時45分	場所 サブアリーナ 講師 金杉由香 氏(元プロバレーボール選手) 定員 15組30名(先着順) 対象 大人20歳以上、子ども小学生以上 費用 親子1,000円、子ども600円 持物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル
ミズノスイミングスクール宮代 申込 入会月の前月末日まで 先着順、窓口	【こどもクラス】※指定水着・指定キャップあり 火曜～土曜 月4回 【大人クラス】 ・フリークラス 火曜～土曜 月4回または月8回 (初級・中級・上級) ・水中ウォーキングクラス 火曜・木曜・金曜 月4回または月8回	定員 曜日により異なります。詳しくはホームページをご覧ください。 対象 【こどもクラス】4歳～小学生 【大人クラス】16歳以上 費用 入会事務手数料1,000円、受講料は以下のとおり ・こどもクラス 【月4回】5,720円 ・大人クラス 【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、ビニール袋
ミズノキッズダンススクール 申込 窓口または電話	金曜(月3回) ①初級 16時30分～17時20分 ②中・上級 17時30分～18時20分	キッズダンス、ヒップホップ。これから始める方大歓迎。 定員 各15名 対象 ①5歳～小学3年生 ②小学4年生以上 費用 4,200円 持物 室内履き、飲み物、タオル、動きやすい服装

笠原小学校内

陽だまりサロン

開館時間
月曜～金曜、第3・第4 土曜
10時～16時

QRコード

ホームページ

申問 37・0145

陽だまりサロンでは、定期的に様々な事業を開催しています。ぜひご参加ください。

- ぬりえをしましょう
- 毎週月曜 13時30分～
- 囲碁・将棋の日
- 毎週水曜 10時～
- さをり織り体験の日
- 毎週木・金曜 10時30分～12時、13時30分～15時
- 今月は、コットンショールを織ります♪

各事業の詳細はお問い合わせください。

事業名	日時	内容
ポッチャdeかるた	3月7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て遊びます。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。「宮代みんなのふくしかるた」「いぬぼうかるた」を使って遊びましょう。輪投げもあります。
ミモザのスワッグを作しましょう 申込 前日までに直接または電話	3月10日(月)10時30分～12時 ※花の開花具合により日にちが変更になる場合があります	春を呼ぶミモザの花を使ってスワッグを作ってみましょう。 講師 寺崎アサ子 氏 定員 8名(先着順) 費用 800円(材料費) 持物 花切りばさみ、持ち帰り用袋
リコーダーを吹きましょう	3月15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
はるるの折紙タイム 申込 前日までに直接または電話	3月18日(火)13時30分～15時	何を折るかはお楽しみです。 定員 10名(申込順) 持物 折紙、はさみ、ボンド、のり、定規、鉛筆
『きっさこキッズ』 茶の湯と写経を愉しむ 申込 前日までに直接または電話	3月22日(土)13時30分～15時	茶の湯で心休まるひと時を過ごしてみませんか? 畳でのお点前も体験できます。漢字、かなによる写経体験(書道)も一緒に楽しみましょう。 講師 井上奈穂子 氏 定員 15組(申込順) 費用 500円(茶菓代)
みんなのほっとカフェ	3月22日(土)10時30分～12時	子育てや人間関係の悩み、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
いきいきの日	毎週火曜10時30分～11時30分 ※第3火曜は陽だまりサロンにてヨガを行います	新しい村の芝生広場でラジオ体操、ストレッチ、ウォーキングやボールを使った体操などを行っています。楽しく笑いながら体を動かしましょう。 持物 飲物、タオル、レジャーシート(1人分くらいのサイズ)
レッツ!スクエアステップ	第2・4金曜13時30分～15時	マス目を書いてあるマットの上でステップを踏む、筋力アップ&ストレス解消&歩く脳トレ! 頭と身体を同時に鍛えることのできるエクササイズです。お子様連れでも大歓迎です。 持物 上履き、タオル、飲物

図書館

ホームページ

QRコード

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

申問 34・9944

イラスト

事業名	日時	場所	内容
紙芝居と折り紙	3月8日(土)14時30分～15時30分	ホール	紙芝居(スクリーン上映)「こぎつねコンとこだぬきポン」ほか 折り紙 かご
すいようえほんの会	3月12日(水) 【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
ライブラリーシアター 「秘密の花園」 (1993年 アメリカ映画)	3月14日(金)14時～15時45分	ホール	バーネットの名作児童文学を巨匠フランシス・ Coppolaが製作 総指揮をとり映像化。一本の古い鍵が導く再生の物語。
おはなし会	①3月15日(土)②22日(土) 14時30分～15時	ホール	①「ひとり、ふたり、さんにんのこども」「腰折れすずめ」 ②「雪女」「エパミナンドス」 対象 4歳以上(目安)
ナクソス音楽会 第12回 「別れの季節のクラシック～ナクソス公式プレイリストから～」	3月16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	3月22日(土)15時～15時40分	ホール	「3丁目物語 おともだち ぼく大切なもの」「にじいろのふしぎないし」 対象 3歳以上(目安)
にちようえほんの会	3月23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
耳で聞いて楽しむ ギリシア神話	3月23日(日)14時30分～15時30分 (開場)14時15分	ホール	第5回「イアソンと金色のヒツジの毛皮」ほか 出演 神話を語る会「桃の実」
童話と絵本の会	①3月29日(土)②4月5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	おはなしコーナー	年齢にあわせた絵本の読み聞かせ

Information

暮らし

マイナンバーカード受取り
休日窓口【事前予約制】

予約▶**町公式LINE** または **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。☎3月23日(日)、4月27日(日)9時～12時 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 問 戸籍住民担当 内線530

令和7年3月24日から
パスポート申請が変わります

- 申請方法により必要な県手数料が変わります。
 - ・書面申請 2,300円
 - ※旅券は申請窓口で受取り
 - ・電子申請 1,900円
 - ※旅券は埼玉県パスポートセンターで受取り
 - 偽変造対策強化により、国立印刷局においてパスポートを集中作成するため、**旅券発給まで2週間程度かかります**。海外旅行・出張を予定されている方は、早めに申請してください。
 - 電子申請の場合は、戸籍謄本の提出が不要になります。
- 問 戸籍住民担当 内線312

令和6年度第3四半期における
情報公開請求の状況について

【第3四半期】10月1日～12月27日
全部公開▶1件 一部公開▶1件
不存在▶0件 非公開▶1件
問 文書法規担当 内線 204



《記事ID 23450》

暮らしの相談 定期相談会

生活の困りごとの解決と一緒に取り組みます。生活のこと、仕事のこと、お金のことやどこに相談していいのかわからないことなど、お気軽にご相談ください。☎3月18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 役場1階第2相談室 相談員▶相談支援員 問 アスポーツ相談支援センター 埼玉東部048・720・8475

ごみの分別にご協力ください

誤った分別によるごみ出しは、ごみ収集車両や処理施設の火災事故等につながるおそれがあり大変危険です。特に、有害ごみで出すものが他のごみに混入したため発生する事故が後を絶ちません。安全に、安定してごみ処理を行うためにも、ごみ分別アプリ等を活用して、正しい分別にご協力をお願いします。問 資源循環担当 内線296



《記事ID 23886》

宮代町水道ビジョン2024を
策定しました

宮代町水道ビジョン2024では、全国的な人口減少等に伴う水の需要量の大幅な減少をはじめとする諸条件を反映するとともに、施設整備や事業経営の面から、令和15年度までの10年間にわたる水道事業の基本計画を策定しました。詳しくは町のホームページをご確認ください。問 上下水道室 33・5554



《記事ID 24161》

【高齢者困りごとサポート隊事業】
まちかどスマホ相談(3月)

「ちょっと聞きたい」スマホ相談を学生がサポートします! ☎3月19日(水)①和戸公民館9時30分～11時②川端公民館13時～14時30分③進修館 談話室15時30分～17時 問 スマホに関する個別相談会 問 株式会社御用聞き 問 スマートフォンをお持ちの方 費 無料 申 不要 問 高齢者支援担当 内線383

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
行政書士による無料相談会です。☎①3月19日(水)②4月16日(水)14時～16時 場 ①進修館 和室②進修館 集会室 問 各日5名
- (2) やさしい相続と遺言作成講座
相続手続きと遺言の作成について解りやすく解説します。☎4月8日(火)14時～16時 場 進修館 集会室 問 行政書士 横張利雄 氏 問 15名 費 資料代500円 持 筆記用具
申 問 (1)(2)開催日の3日前まで 特定非営利活動法人くらしの相談室(加納) 090・1886・0415



救命講習会の受付について

令和7年4月1日から、埼玉東部消防組合で実施している救命講習の受付は、6カ月前から開始します。詳しくは、埼玉東部消防組合消防局ホームページをご覧ください。☎幸手消防署 西救急ステーション 救命講習担当43・6966 問 埼玉東部消防組合消防局 救急課21・0297



埼玉東部消防組合

英会話教室

- 初級、初中級1クラス
☎4月14日、21日、28日、5月12日、19日、26日、6月2日、16日、23日、30日すべて月曜(全10回)
・初級 9時～10時30分
・初中級1 13時20分～14時50分
- 初中級2、中級、上級クラス
☎4月18日、25日、5月9日、16日、23日、30日、6月6日、13日、20日、27日すべて金曜(全10回)
・初中級2 9時～10時30分
・中級 13時20分～14時50分
・上級 10時50分～12時20分
場 日本工業大学 関カホール・パトリック・ケア 氏
定 若干名 費 14,500円(全10回分) 申 問 3月28日(金)までに、はがき又はメールにて、「英会話/希望のクラス」と記入の上、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入し申込。
日本工業大学 生涯学習センター 34・4111
〒345-8501 宮代町学園台4-1
メール shougai@nit.ac.jp

保護猫譲渡会

見に来るだけでもOKです。☎3月16日(日)11時～15時 場 進修館 談話室 問 Cat Maxx(坂口) miyasumikai@yahoo.co.jp

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

求人企業合同説明会

☎3月14日(金)13時～16時(受付12時～15時30分) 場 大宮ソニックシティ4階市民ホール その他▶詳細はホームページをご覧ください。問 埼玉県雇用対策協議会 048・647・4185 県雇用対策協議会



県雇用対策協議会



「新しい村」には自然が残され、花や野草も多く見られます。春先には宮代町の花「ハクモクレン」が純白な花を咲かせます。桜の季節には、早咲きのピンクの「寒緋桜」やおなじみの「染井吉野」、遅咲き「八重桜」も目を楽しませてくれます。5月には「ほっつけ」の野草保全地で「アヤメ」も見かけます。紫の「ラベンダー」や白い「紫陽花のアナベル」には初夏を感じます。今回、新しい村の春から夏にかけての主な花風景をまとめてみました。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。



宮代花だより
～新しい村の花風景～

みんなが地域の特派員
山本 豊



《記事ID 24226》(スライドショー)



みんなが地域の特派員

オリジナルコラム



陽だまりサロンで毎週木曜日にやっている「編み物」を見させていただきました。生徒さん達は、編み物で分からないところを先生に教えてもらい、後は家に帰って集中して編むとのこと。編みながらおしゃべりすることが楽しみでここに来ているそうです。「家にいても話をする人もいないし、ここでこんな風に話ができるってすごく良いです。」と生徒さんは言っていました。すると、陽だまりサロンの主任さんが、「これが良いんですよ。これが陽だまりサロンのあるべき姿です。色々な人にここに来てもらって、趣味でもおしゃべりでも、知らない同士でも、交流の場として来てほしい。」と言っていました。一度、散歩がてら立ち寄りてみてはいかがでしょうか。



《記事ID 24084》

散歩道 ～編み物～

みんなが地域の特派員
濱田 眞明

♡健康・福祉・保健

サークルで仲間作り！ 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 回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 印①(長嶺)34・7349②(渡部)34・
7277 図埼玉県年金協会春日部支部宮代分会長
(渡部)34・7277

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。 回3月19日(水)、4月16日(水)13時30
分～15時 場すてっぷ宮代 図介護者サロンみや
しろ(住谷)090・9953・6688

子育て・教育

離乳食教室

回3月27日(木)13時30分～14時30分(受付13
時～) 図身長・体重測定、離乳食の進め方、レシ
ピの紹介・試食 回10組(先着順) 図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 印3月3日(月)から 町公式LINE
図保健センター 32・1122



〈記事ID 22683〉

パパ・ママ応援ショップ優待カード が新しくなります！

県のLINE公式アカウントでパパ・ママ応援ショッ
プ優待カードをご利用の方は、更新手続きは不要
です。スマートフォンを持っていないなど、紙の優
待カードが必要な場合、町の担当窓口で3月1日
から新しいカードの配布を予定しています。受取
の際は対象のお子様の年齢がわかる公的書類を
ご持参ください。 図18歳に達して次の3月31日を
迎えるまでのこどもまたは妊娠中の人がいる世
帯 図こども笑顔担当内線324



〈記事ID 6112〉

スポーツ

空手チャレンジ～空手道体験教室～

回3月23日(日)、29日(土)、4月5日(土)16時～
場ぐるる宮代剣道場 回各回20名(先着順) 図佐
藤智明 氏、町田和人 氏 図幼児
からシニア世代まで 費無料 図動
きやすい服装、飲物、タオルなど
印前日までに申込。空手道紅
雲会事務局(佐藤)090・2532・
6319メールkouunkai.karate@
gmail.com



宮代町魅力体験講座

問 商工観光担当 34・1111内線264

早春の「旧百間村の紡いだ歴史をたどる」ウォーキング コース

姫宮駅西口-西光院-五社神社
-島村家-西原自然の森(郷土資料館)【約3km】

日時 3月8日(土)9時30分～11時45分
姫宮駅西口広場に集合、町内循環バス「西原自然の森」で解散
定員 15名程度
費用 500円(資料・保険代)
申込 3月6日(木)までに電話
みやしろ市民ガイドクラブ(荒木)090・9335・6787
※保険加入のため参加者の住所、生年月日をお聞きます。



文化

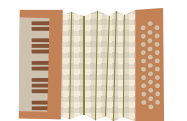
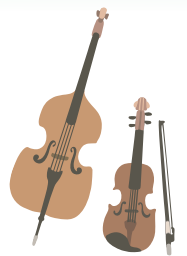
近世歴史考教室

麗しの皇妃エリーザベト～愛と葛藤の人生～

魅力的な皇妃エリーザベトの生涯に迫る全8回
シリーズです。 回4月15日、5月13日、27日、6月
3日、17日、7月1日、15日、29日(全8回)すべて火
曜13時30分から15時まで 場日本工業大学 講
友添成実 氏 回20名 費8,000円(全8回分) 印
3月28日(金)までに、はがき又はメールにて、「歴
史考希望」と記入の上、郵便番号、住所、氏名(ふ
りがな)、年齢、電話番号を記入し申込。
日本工業大学 生涯学習センター 34・4111
〒345-8501 宮代町学園台4-1
メール shougai@nit.ac.jp

第18回甲馬サロンスプリングコンサート 金関環・ルーナトリオ演奏会

ヴァイオリン+アコーディオ
ン+コントラバスによるトリ
オコンサートです。 回4月19
日(土)14時～16時(13時15
分開場) 場進修館小ホール
演奏者▶ヴァイオリン 金関環
氏 アコーディオン 寺田ちは
る 氏 コントラバス 滝本恵理
氏 回200名 費一般3,000円
小中学生1,000円 小学生未
満無料 印 図4月5日(土)ま
でにメール又は電話。
甲馬サロン実行委員会(手島)080・1239・4750
メール bzd05603@gmail.com



带状疱疹任意予防接種費用の 一部助成は3月末で終了します

申問 保健センター 32・1122

令和7年度から、65歳の方などを対象とし
た定期予防接種が開始されるため、令和7年
3月末をもって50歳以上を対象とした任意予
防接種での助成を終了します。任意予防接
種の助成を希望する方は、いずれかの方法
で申請してください。

◆委託医療機関で接種

令和7年3月31日までに「対象者証明はがき」を
担当に申請。すでに対象者証明はがきをお持ち
の方は接種期限まで接種できます。

◆委託医療機関以外で接種

令和7年3月31日までに接種を済ま
せ規定の様式で担当に申請。



〈記事ID 22929〉

固定資産課税台帳の閲覧 及び 土地家屋価格縦覧帳簿の縦覧

問 資産税担当 34・1111 内線234

◆固定資産課税台帳の閲覧

納税義務者のほか、借地・借家人
など一定の権利を有する方も固定
資産課税台帳の閲覧ができます。

対 ①納税義務者
②納税管理人
③納税義務者から委任を受けた方
④借地・借家人
⑤固定資産の処分をする権利を有する方

閲覧できる範囲

①②③：納税義務者本人の記載部分(名寄帳)
④⑤：固定資産の部分のみ

持 本人確認書類(マイナンバーカード等)

③：委任状(委任を受けた場合)等
④⑤：借地・借家人等における賃貸借契約書
など当該資格を証する書類等

通年

1件300円
※縦覧期間
は無料

◆土地家屋価格縦覧帳簿の縦覧

納税義務者本人が所有する固定
資産のほか、町内の他の資産の
価格等についても縦覧帳簿によ
り縦覧できます。

対 ・納税義務者・納税管理人
・納税義務者から委任を受けた方

閲覧できる範囲

自己の資産と同一地域等必要な範囲
持 本人確認書類(マイナンバーカード等)
委任状(委任を受けた場合)等

縦覧期間

4/1～6/2
無料

課税明細書は大切に保管してください

課税明細書は毎年5月に送付する納税通知書と
あわせて送付しており、課税されている土地・
家屋についてお知らせしています。土地の利用
状況の変更や家屋の取り壊しなど、土地・家屋
に異動がある際は、担当にご連絡ください。

高額な前金を支払ったのに… リフォーム工事の契約トラブル

問 宮代町・杉戸町消費生活センター
34・1111内線524

外壁や屋根などの戸建て住宅のリフォー
ム工事で、高額な前金を支払ったにもかかわ
らず、なかなか工事が進まないなどの相談が
寄せられています。

アドバイス

- ・契約する前に複数の事業者から見積もりを
取り、費用だけでなく、工期や施工体制、保
証内容等についても十分検討することが重
要です。
- ・高額な費用の全額前払いは避け、完成後の
支払いを主とした契約にしましょう。
- ・工事が滞った際の備えとして、遅延補償の
定め等が契約書にあるか確認しましょう。

困ったときはすぐにお住いの
自治体の消費生活センター等
にご相談ください。

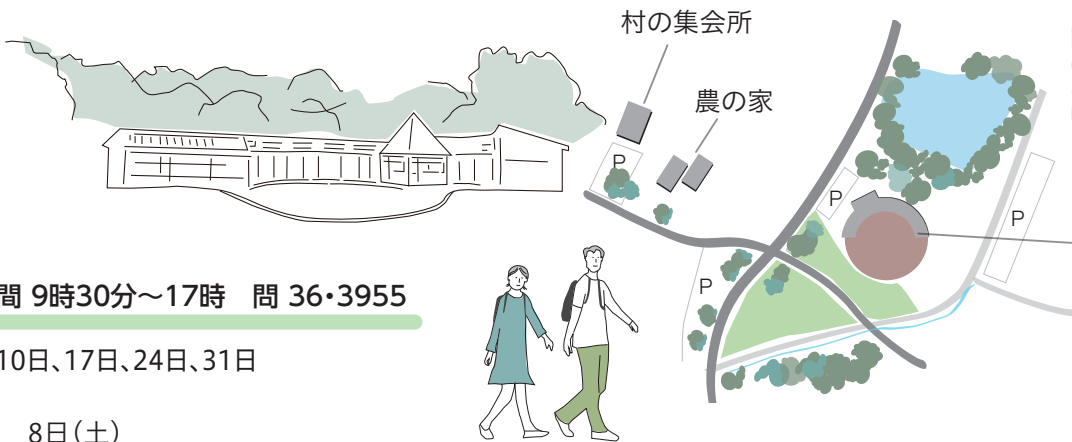


国民生活センター



新しい村

本気で取組む、
気軽に楽しむ
農体験フィールド



HP、SNSでも情報発信中

森の市場「結」 営業時間 9時30分～17時 問 36・3955

3月の定休日(平日月曜) 3日、10日、17日、24日、31日



生産者土曜日 8日(土)
西口サービスデー 25日(火)※会員ポイント2倍デー

＊ひなまつりフェア 3月1日(土)2日(日)

期間中ポイント2倍！
お雛様関連スイーツ&寿司の販売。



＊ホワイトデーフェア 3月11日(火)～14日(金)

日頃の感謝を込めてバレンタインのお返しや
特別な方にプレゼントはいかがですか。



＊春のお彼岸week 3月16日(日)～23日(日)

お彼岸切花、お供え果物、お菓子
など多数取り揃えています！



＊いちごまつり 3月29日(土)30日(日)

とっても新鮮ないちごと、いちごスイーツの販売。
なくなり次第終了、お早めに！



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

今月のオススメ！

桜のソフトクリーム 350円(税込)

ふわりと香る、華やかな桜フレーバー♪
春限定の味をお楽しみください！



森のコンサート

スキップビーズ
3月2日(日)11時～

ゆるイート
3月9日(日)12時～

雨天中止

ぽれぽれオカリナ
3月16日(日)13時～

ポップコーン
3月18日(火)11時～

すまえるプロジェクト
3月22日(土)11時～

農の家 / 村の集会所 営業時間 9時～17時(月曜定休) 申問 48・6560(農の家)

各講座は電話または新しい村ホームページ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

春の酵素シロップ作り 3.19(水) 10時30分～12時

場 村の集会所
費 4,500円(以前ご参加で容器持参の方は4,000円)

1キロ分の旬の果物と甜菜糖を自然発酵させた
美味しい酵素シロップを作ります♪

講 新井百代氏
定 10名(最少催行人員4名)
持 筆記用具、お持ち帰り袋
申 3月15日(土)まで
※キャンセル料(半額)3月16日(日)以降



イースターエッグ作り 3.29(土) 10時～12時

場 村の集会所
費 3,900円

イースター(復活祭)をお祝いする卵の飾りを
香るハーブや鈴を入れて作ります。

講 吉澤弘子氏(ハーブコーディネーター)
定 10名(最少催行人員4名)
持 筆記用具、お持ち帰り袋
申 3月23日(日)まで
※キャンセル料(半額)3月26日(水)以降



3月

無料相談

① 子どもの家庭相談 子育てひろば 96・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 96・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 96・6264 (ファックス) 34・1163

育児相談等 日 ①毎週月曜 9時～12時(祝日を
除く)②毎週火曜・金曜 9時～12時
◆①吉多京子相談員 場 ①子育てひろば(役場庁舎)
(子育てひろば) ②げんきっ子(国納保育園)
②栗原富智枝相談員(げんきっ子) ※電話、ファックスでの相談可。

④ 子どもの健康相談 こども家庭センター 32・1122

身長、体重測定、発育・発 日 3月5日、12日、19日、26日水曜
達・育児相談など 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 こども家庭センター 32・1122

育児、発育・発達、予防接種、 日 平日9時～16時
妊娠中のことなど 場 保健センター
◆保健師 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 日 3月5日、12日、19日、26日水曜
児食の進め方・少食・偏食) 場 保健センター
大人の食事(生活習慣病に 日 詳細な時間はお問い合わせください。
関する相談) ※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 日 毎週月曜～金曜(祝日を除く)
の教育上の悩み相談、いじ 9時～16時30分
めや進路等の教育相談 場 教育支援センター(中央3-6-11)
◆教育相談員、専門相談支援員 ※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 日 3月10日(月)
に対する悩みごと 10時～12時、13時～15時30分
◆町民相談員、人権擁護 場 役場2階203会議室
委員、行政相談委員 ※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 日 3月11日(火)10時～12時
法的な解釈や手続き等 3月25日(火)14時～16時
◆弁護士 場 役場2階10番窓口
※同一案件は月1回、年度 日 面談相談のみ(相談時間は25分間)
内2回まで ※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 日 3月17日(月)13時～16時
間関係、生き方等の悩みごと 場 役場2階10番窓口
◆女性相談員 ※電話相談可(相談時間は50分間)

⑪ 人権相談

人権問題や日常生活にお 日 平日8時30分～17時15分
ける悩みごと等 ◆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

生活上の悩みごと 日 3月13日(木)14時～15時30分
※電話相談可 場 福祉交流館すてっぴ宮代
(字西原278)

⑬ 消費生活相談

消費生活に関するトラブ 日 祝日を除く毎週月曜、水曜
ルの相談 10時～12時、13時～16時
(宮代・杉戸相互利用可) 場 宮代町役場 2階相談室
◆消費生活相談員 ▼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
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～

※7ページにも掲載しています

谷本道哉先生講演会
筋肉は裏切らない



筋肉トレーニング、なかでもゆっくり継続して負荷をかけるのがスロートレーニング。その健康効果についての谷本道哉先生(順天堂大学)の講演会が2月12日に進修館大ホールで行われました。当日は、先生の指導により200名ほどの参加者もイスなどを使って実践。身の回りにあるイスや階段でも毎日できる、という先生の話に、うなづくことしきりでした。第2部では日頃から介護予防事業を町内各地の集会所などで進めているプラザサポーターの皆さん(関連記事5ページ)が会場と一緒に「いきいき百歳体操」を行いました。

住民課



新しい年への願いを筆に込めて
宮高書道パフォーマンス

町商工会主催の賀詞交歓会が1月26日に開催され、宮代高校書道部が見事なパフォーマンスを披露しました。書道部のみなさんは、「出会えたご縁を大切に手を取り合って宮代町が益々盛り上がってほしい、という願いを込め、「縁」を書きました」と語りました。作品は3月末まで役場に飾られます。

広報みやしろ



町に尽力された方を表彰
宮代町表彰

町の発展に多大な貢献をされた方々への表彰式を1月28日に行いました。令和6年度は、地方自治の進展、地域産業の振興、そして社会福祉の向上などに貢献された、元町議会議員 山下秋夫様、元商工会会長 鈴木充様、社会福祉法人じりつ様(右から)を表彰しました。心より感謝申し上げます。

総務課



認定NPO法人きらりびとみやしろ
と日本工業大学

協定を締結

「きらりびとみやしろ」は日工大の協力により18年前から、助け合い制度のシステムを運用してきましたが、今回、新たに協定を結び直しました。学生を指導する桑野教授は「学生たちにとっても現場で声を聞くことは良い経験」と話します。今回の協定の「アップデート」で両者の結びつきはさらに強まりました。

広報みやしろ



利用会員と提供会員の意見交換
ファミリーサポート交流会

子どもの送迎や預かりを援助するファミリーサポート事業と緊急サポート事業の交流会が2月16日に開催されました。「空いた時間で少し協力することで感謝してもらえ(提供会員)」、「将来自分も提供会員になりたい(利用会員)」などの意見がありました。意見をもとにより良い事業にしていきます。

子育て支援課

みやしろ文芸

春うらら初のカラオケ友と行く
人生は自然の力つきそつて
新年の畑に拝礼鎌入れを
瘦けた頬鏡を見れば母がいる
黄梅に一陣の風輝けり
目がかゆい鼻がむずむず春の予感
春風に円空仏の笑むお寺
晴れに晴れやつとこさ雨春隣
朝日あび浮葉光りし春の池
宮代っ子合否で君は決まらない
おひな様きれいな顔してすわつて
タワい背に凛と花咲く蠟梅かな
月一の資源回収一冊の
本を取り出し芭蕉を読みぬ
週二回デーサービスは面白い
友達ふえて脳トレになる
枯れた木にも香り残るかキンカンの
時季によく来る黒い蝶
しばしまひあそびて帰りゆく
デジ社会サイクリングにスマホ狂
老若子らに超AIぞと
終活のはじめの一步と廃車きめ
心ゆれつつキーを手わたす
西風に背中を押されて朝の道
紅を増しゆく空を見つめつ
大好きです北の富士さんの解説
忘れませんワクワクしたこと
戦力外メール届きし朝一番に
了解と入力卓球仲間へ
雪落ちる兄との約束火振り漁
腰を伸ばせば周辺は真白く
初場所二度目の優勝豊昇龍
新横綱はまたもモンゴル
料亭より琴の音流る川沿ひを
耳澄ましつつ早春をゆく
然りげなく電車の席を譲られて
人の温り重ねて座る
ママチャリに至福の家族親子ずれ
保育園児のめでたく卒園
一粒の米無く家畜の食で生き
令和に米寿祝う人あり

森山恒子 上野孝治 渡辺進 清川育代 村田信明 浅倉孝郎 武藤芳夫 原崇雄 村田陽宣 古山陽一 古山縁 横手敏夫 金子輝男 高橋千代 秋谷昭代 濱島宗雄 森本君江 島村貞子 宇津木さえ 富澤鎮男 新井景次郎 濱田恒雄 佐藤よし江 納谷千代 矢島忠愛 岡本信吾

▼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。4月号への掲載は3月10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)



日	月	火	水	木	金	土
子育て支援センター(A:きしゃぽっぽ B:げんきっ子 C:のびのび)9p 進修館10p ぐるる10p 陽 陽だまりサロン11p 図書館11p 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						3/1 新 ひなまつりフェア(～2日)
2 新 森のコンサート	3 相 ③⑬	4 相 ③	5 相 ②④⑥⑬ ピラティス	6 相 ①	7 相 ③ 陽 ポッチャdeカルタ	8 図 紙芝居と折り紙 新 生産者土曜市
9 ●ホワイトタイガー特 別住民票交付の日4p 新 森のコンサート 	10 相 ③⑧⑬ 陽 ミモザのSWGグ	11 相 ③⑨ 子 B園庭開放 ズンバ 新 ホワイトデーフェ ア(～14日)	12 相 ②④⑥⑬ 子 A産後ボディケ ア、Bげんきっ子の 日 図 すいようえほん の会	13 相 ①⑫ 子 A子育てサロン 赤ちゃんの日 新 親睦卓球大会	14 相 ③ 子 Aお誕生会 図 ライブラリーシア ター	15 ●大人のスポーツフィールド 8p 子 A紙とんぼづくり 陽 リコーダー 図 おはなし会
16 ●自然観察&椎茸 5p、ふるさとキレイ大会 6p、321の市6p 図 ナクソス音楽会 新 お彼岸week(～23日)、 森のコンサート	17 相 ③⑩⑬ 子 B絵本の日	18 相 ③ 子 A2歳児教室、B園 庭開放 陽 折り紙タイム 新 森のコンサート	19 ●スマホ相談12p 相 ②④⑥⑬ 子 B赤ちゃんげん きっ子 新 酵素シロップ	20 相 ①	21 相 ③ 子 C身体測定・手形	22 子 A親子ミニコンサート ズンバ 陽 茶の湯と写経、ほっとカフェ 図 子ども映画会、おはなし会 新 森のコンサート
23 ●マイナンバーカード 受取(要予約)12p 進 へそたんけん2025(～ 30日) 図 にちようえほんの会、 ギリシア神話	24 相 ③⑬ 子 A親と子の絵本の 日	25 相 ③⑨ 子 B園庭開放 ズンバ、水泳教室 (～27日) 新 西口サービスデー	26 相 ②④⑥⑬ 子 体操教室(～28 日)	27 相 ① ●離乳食教室13p 子 Bげんきっ子の日 陽 スマホ教室	28 相 ③ 子 C誕生日カード	29 ●桜市4p 子 A積み木あそび ズンバ 図 親子バレーボール 図 童話と絵本の会 新 いちごまつり(～30日)、イ スターエッグ
30 ●野草観察と天ぷら 5p	31 納期限 相 ③⑬	4/1 相 ③ 子 B園庭開放 ズンバ、水泳教室(～3日)	2 相 ②④⑥⑬ 子 体操教室(～4日)	3 相 ①	4 相 ③	5 図 童話と絵本の会

今月の納期限 3/31(月)

国民健康保険税 9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)

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

優輝設備	33・5508	3/1
セキ住設工業	32・3161	3/2～8
空衛設備	37・3317	3/9～15
中村工業所	32・4817	3/16～22
木村設備	32・7788	3/23～29
上原工業所	33・2737	3/30～31

(記事ID 22710)

火災救急統計速報 令和7年1月			
■火災件数	0 (0)	建物火災	0 (0)
		車両火災	0 (0)
		その他の火災	0 (0)
■救急件数	190 (190)	急病	151 (151)
		交通事故	8 (8)
		その他	31 (31)

※ () 内は令和7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)

国納保育園コラム

問 国納保育園 34・5839

おいしく食事をするために ～どんな姿勢が良いの？～

食事をする時はどんな姿勢で食べていますか？おいしく食事をするために、姿勢は
とても大切だと言われています。良い姿勢を意識して、おいしく食事を楽しみましょう！

良い姿勢で食べるとなぜいいの？

- ▶ 背筋が伸び食べ物がスムーズにおなかへ届くため消化が良くなる
- ▶ 食べ物を安全に飲み込めるため誤嚥や窒息の予防につながる
- ▶ 足が床につくことで歯に力が入りよく噛める

良い姿勢とは？
次のポイントをチェックしてみよう！

ポイント

- ✓ 椅子に深く座り背中がまっすぐ伸ばす
- ✓ おなかとテーブルはこぶし1つ分空ける
- ✓ ひじ・ひざ・腰は90度
- ✓ あごを引く
- ✓ 足の裏全体を床につける

背中にクッション等を入れる

足元に台を置く

広報みやしろ2月号掲載
町内循環バス時刻表
一部訂正について

問 管財担当 34・1111内線212

2階
11番

広報みやしろ2月号5ページに掲載の「町内
循環バスの時刻表」について、一部誤りがあり
ました。お詫びして訂正いたします。

西原自然の森行(土日祝日)

◆5便

誤 百間4丁目 通過 百間2丁目 通過

正 百間4丁目 16:05 百間2丁目 16:06

◆6便

誤 百間4丁目 17:46 百間2丁目 17:46

正 百間4丁目 通過 百間2丁目 通過

ぐるる宮代(総合運動公園)行(土日祝日)

◆5便

誤 百間4丁目 通過 百間2丁目 通過

正 百間4丁目 15:22 百間2丁目 15:23

◆6便

誤 百間4丁目 17:20 百間2丁目 17:20

正 百間4丁目 通過 百間2丁目 通過

広告 広報みやしろは、自治会をととして配布しているほか、駅や公共施設にも置いています。

UD FONT 広報みやしろは
再生紙を使用しています