

広報8月号に掲載されている情報は、7月20日時点の情報です。※宮代町の市外局番は0480です。

宮代町国保 健康づくり講座 問 国保・後期担当 34・1111内線314 1階5番

食事のナトカリバランスを知って健康になろう

塩分控え目が体に良いとわかっていても、なかなかできない方に、食事のナト(ナトリウム:塩)カリ(カリウム)バランスに注目した新しい食事の仕方をご紹介します。

ナトカリバランスについての勉強をした後、1ヶ月間食事の改善に取り組み、尿検査、血圧測定で成果を実感しましょう。

<申込>

8月5日(火)9時～8月25日(月)

町公式LINE、または電話

8月下旬に受講の可否と尿検査の容器を送付します。



LINE申込

■日時

①9月9日(火)13時30分～15時

講義、尿検査、血圧測定

②10月6日(月)午前中の30～45分程度

尿検査、血圧測定、取組みの振り返り

■場所

保健センター

■講師

①ナトカリ普及協会 管理栄養士

②町保健センター 管理栄養士

■対象

町内在住の方30名(応募多数の場合は抽選)

※抽選は町国民健康保険の加入者を優先



～ナトカリバランスとは～

食事中の「塩分(ナトリウム)」と、野菜や果物等に多く含まれている「カリウム」との摂取バランスを整えることで、高くなった血圧の低下を目指せます。

自分のナトカリバランスは簡単な尿検査でわかり、食事の野菜量や塩分を振り返ることができます。

産後ドゥーラ 養成講座受講料の一部を助成



申問 こども笑顔担当
34・1111内線324

1階
8番

～産前産後家事・育児支援のために～

妊娠中や出産直後の日常生活にお困りの家庭に「産後ドゥーラ」が訪問し、家事及び育児支援を行うサービスを充実させるため、町では産後ドゥーラの認定資格取得者に対し、産後ドゥーラ養成講座受講料の一部を助成します。

●助成対象者

- ・令和7年度以降に(一社)産後ドゥーラ協会が実施する「産後ドゥーラ養成講座」を修了し、認定を受けていること
- ・宮代町で3年間活動し、1年ごとに実績報告書を提出すること
- ・他自治体において、産後ドゥーラ養成講座受講料に関する助成を受けていないこと

●対象講座

(一社)産後ドゥーラ協会が実施する「産後ドゥーラ養成講座・プレ講座」

●補助額

受講料のうち、上限20万円

～産後ドゥーラとは～

産前産後の女性特有のニーズに応え、心身の安定と産後の身体の回復、赤ちゃんの育児や新しい生活へのスムーズな導入を目的に、母親の気持ちに寄り添った、母親のためのサポートを行う人です。

詳しくはホームページをご確認ください。



〈記事ID 23043〉

第13回エコポスターコンクール ～地球を守ろう、明日を作ろう～

申問 環境推進担当34・1111内線294、295

MIYASHIROエコ☆スターズサポーター小川 090・9814・4693

2階
15番

住民のみなさんにエコを呼びかけ、環境問題に関心を持ち続けてもらうために実施します。入賞作品は、町内の商店や公共施設に展示されます。



〈記事ID 24874〉

対象

- ・町内在住、在勤、在学または宮代町出身の方

申込

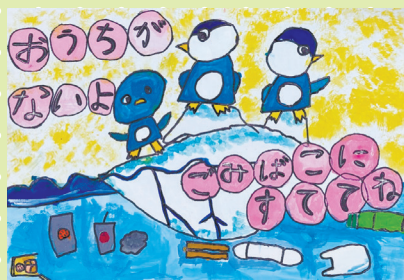
9月30日(火)までに環境推進担当に提出

主催

MIYASHIROエコ☆スターズ

テーマ

エコに関することなら何でも



令和6年度最優秀賞作品

身代神社 見学会

宮代町の町名の由来となった“新装 身代神社”を散策しよう！

日時 9月6日(土)10時～12時

集合 町内循環バス 身代神社バス停に9時55分、または現地に9時50分

案内 加藤禰宜

定員 15名程度

費用 200円(保険、資料代)

申問 9月4日(木)までに電話

みやしろ市民ガイドクラブ(荒木)090・9335・6787



調整給付金(不足額給付)

申問 福祉支援担当 34・1111内線325

1階
7番

令和6年度に、令和6年分推計所得税額を用いて定額減税しきれないと見込まれる方への給付金(調整給付)を実施しました。

令和7年度は、令和6年分の確定した所得税額で調整給付を再算定し、当初の給付額に不足が生じた方に追加で給付金を支給します。町で対象者と確認できた方には、8月上旬から順次申請書類を発送します。

詳しくはホームページをご確認ください。



〈記事ID 24196〉

▶支給対象者

以下の①・②のいずれかの要件に当てはまり、令和7年1月1日時点で宮代町に住民登録がある方

①令和6年分所得税および定額減税の実績額等から算定した、「本来給付すべき額」と、「令和6年度に実施した定額減税補足給付の額」との間に差額が生じた方

②次の(ア)～(ウ)すべてに該当する方

(ア)所得税・住民税所得割ともに定額減税前の税額が0円(本人が定額減税の対象外)

(イ)税制度上、「扶養親族」になっていない方(扶養親族としても定額減税対象外)

(ウ)低所得世帯向け給付「令和5年度非課税(7万円)」、「令和5年度均等割のみ課税(10万円)」、「令和6年度新たな非課税・均等割のみ課税(10万円)」のいずれも対象世帯の世帯主・世帯員に該当していない方

宮代町内循環バス
宮代町役場
くるる宮代行

宮代町民まつり開催に伴うバス停の変更

問 管財担当 34・1111内線212

2階
11番

8月23日(土)、24日(日)に開催される町民まつりに伴い、町内循環バスのバス停に一部変更が生じます。

対象バス停：宮代町役場(両日の第6便)

※臨時バス停は右図をご確認ください。

※バス停の位置変更に伴い、ルートも変更となるため、運行に遅れが生じる可能性があります。ご了承ください。

宮代町民まつり～まつりは愛だ♡～

日時 8月23日(土)、24日(日)10時～20時30分
場所 進修館周辺

イベントプログラム等、詳しくは町ホームページをご確認ください。



〈記事ID 24817〉



最新情報をお知らせします



〈記事ID 24485〉



チャンネル登録をお願いします！



問 秘書広報担当
34・1111内線207

2階
9番



宮代台中央公園リフレッシュまつり
▶特派員 郷田健一



プラザサポーターまつり
▶特派員 根岸重之



フラワーアート展
▶特派員 小島秀男



みやしろマーブルまるしえ
▶特派員 野村啓二



ホテルのタベ観賞会2025
▶特派員 野村啓二



月イチまんまる
▶特派員 野村啓二



フラワーアート展
▶特派員 野村啓二



雨上がりの新しい村
▶特派員 野村啓二



宮代花だより 夏の花風景
▶特派員 山本豊



ちびっこ鉄道クラブ宮代～子ども食堂開催～
▶特派員 野村啓二



東武動物公園 夏花と観覧車
▶特派員 山本豊

集団検診 がん検診の予約が始まります

申問 保健センター32・1122
国保・後期担当34・1111内線314～317 1階 5番

がん検診

対象 40歳以上で宮代町に住民登録がある方
検診日 10月30日(木)～11月2日(日)
場所 保健センター
※費用が免除になる方
①70歳以上の方、70歳未満で後期高齢者医療に加入している方
②住民税非課税世帯の方(保健センターへ申請)

●胃がん検診 ※心臓にペースメーカーが入っている方、妊娠中やその可能性がある方はご遠慮ください。

内容 バリウム検査
費用 自己負担額500円

●肺がん検診
内容 胸部レントゲン検査、喀痰検査(高危険群の方のみ)
※高危険群とは、50歳以上で喫煙指数(1日喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方
費用 自己負担額200円(喀痰検査同時の場合500円)

●大腸がん検診 ※胃がん検診または肺がん検診を同時受診する場合のみ集団検診で受診できます。
※大腸がん検診のみは個別検診(自己負担額500円)での受診です。
内容 便潜血検査(2日間)
費用 自己負担額200円

※40歳以上の宮代町国民健康保険・後期高齢者医療に加入している方は、10月20日(月)～26日(日)に特定健診・健康診査の集団検診と同日に胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診を受診することができます。

予約方法

予約の際は、お手元に 受診券 を準備してください

① インターネット予約



予約期間

8月1日(金)9時～17日(日)

※24時間受付可能



インターネット予約

② 電話予約

※初日は電話がつながりにくくなります。時間を置いておかけ直してください。

予約期間

8月18日(月)～21日(木)

9時～16時

予約専用電話番号

0480-33-6464



生活保護受給世帯の方

40歳以上の生活保護受給者を対象に健康診査、胃がん・肺がん・大腸がん検診を行います。上記予約方法のうち、電話で予約をしてください。※費用無料
検診日 10月24日(金)



受けて安心♪ がん検診

がんは日本人の死因の第1位であり、2人に1人が生涯において一度はがんにかかると推計されています。誰でもかかる可能性のある病気です。しかし、がんはほとんど自覚症状がないまま進行していきます。自覚症状が現れたときにはすでに命の危険にさらされていることも少なくないのです。

治療が十分に可能な段階で病気を早期発見するために、症状がなくても定期的に検診を受けることが大切です。この機会に検診を受けましょう！

国民年金 任意加入制度のご案内

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

年金の「未納」「未加入」「免除」期間がある60歳以上の方へ

国民年金には、本人の申し出により「60歳以上65歳未満」の5年間(納付月数480月まで)、国民年金保険料を納めることで、65歳から受け取る老齢基礎年金を増やすことができる『任意加入制度』があります。

やむを得ない事情により国民年金保険料を納められなかった期間や、国民年金に加入していなかった期間、免除の期間がある方は、ぜひご検討ください。

▶(1)～(4)のすべての条件を満たす方が対象です

- (1)日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満の方
- (2)老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方
- (3)20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が480月(40年間)未満の方
- (4)厚生年金に加入していない方

手続方法等、詳しくはホームページをご確認ください。



(記事ID 12399)

敬老の日 おめでとうございます

お祝いのことば

敬老のよき日にご長寿をお祝い申し上げます
いつまでもご健勝であられますよう心よりお祈りいたします

令和7年9月吉日

宮代町長

新井 康之

問 高齢者支援担当
34・1111内線382、383 1階 6番

敬老祝金を贈呈します

町では、長年にわたり社会に貢献してきた高齢者の長寿を祝い、宮代町商工会発行の「ありがとう商品券」をお贈りしています。

対象 9月1日現在で町内に住所を有し、年度内に以下の年齢になる方

年齢	生年月日	贈呈金額
88歳	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日	10,000 円
99歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日	10,000 円
100歳	大正14年4月2日～大正15年4月1日	50,000 円
101歳以上	大正14年4月1日以前に生まれた方	10,000 円

◆商品券の配布方法
・100歳の方 自宅へ直接お届け
・それ以外の方 郵送(9月中旬に発送予定)

宮代で共に暮らす展示会・講演会 ～認知症にフレンドリーな社会に向けた合同展vol.8～

「スローショッピング」の取り組みや医療現場での知見などを交え、誰もが安心して地域で暮らせるまちづくりのヒントをお届けします。講演後は認知症の方への対応(接客など)をテーマにおしゃべり会を開催。現場で使えるアイデアや実践できるヒント満載です！

日時 9月21日(日)11時～16時30分
※講演は13時～15時(手話通訳あり)

場所 進修館 大ホール
講師 紺野敏昭 氏(医師)
定員 100名(先着順)

▶ **講演会申込** いずれかの方法でお申込みください

- ① **町公式LINE** 8月21日(木)～9月12日(金)
- ② **電話** 8月21日(木)～9月12日(金)
日本工業大学 教育研究推進室 33・7712
- ③ **窓口** 町高齢者支援担当【役場1階6番窓口】



〈記事ID 24841〉



LINE申込



出展募集！

合同展で認知症の方やそのご家族、地元の支援者に向けて、直接、取組みをPRしながら、ぜひ一緒に交流しましょう！

対象 認知症の方とそのご家族が安心して暮らせるまちづくりに取り組んでいる町内の企業(支店・店舗)や団体等

申問 8月29日(金)までに高齢者支援担当へ電話またはメール

認知症サポーター養成講座



申問 高齢者支援担当
34・1111内線384

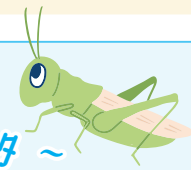
1階
6番

認知症についての基本的な知識や関わり方を学ぶ講座です。講座修了者には、埼玉県認知症サポーター証と、オレンジリングをお渡しします。

日時 9月9日(火)9時30分～11時
場所 すてっぷ宮代 はくもくれん
対象 町内在住・在勤・在学の方で本講座を未受講の方
持物 筆記用具
定員 12名(先着順)
申込 8月4日(月)9時～25日(月)17時までに担当へ電話

夏の昆虫観察

～水辺の昆虫とバッタ～



〈記事ID 24840〉

申 環境推進担当 34・1111内線294、295

2階
15番

夏の水辺はたくさんの生き物でにぎやか。どんな水辺の生き物、とりわけバッタと出会えるかな。

日時 8月17日(日)9時30分～11時30分※小雨決行
集合 9時25分に新しい村直売所ステージ前
定員 20名(先着順) ※未就学児は親子参加
持物 動きやすい服装、飲料等の熱中症対策
申込 8月6日(水)～14日(木)までに申込フォーム
問合 山崎山こどもエコクラブ 090・2413・6796



Photo & News
～月刊みやしろ～
※15pにも掲載しています

宮代町町制施行70周年記念式典 支えてくださったすべてのみなさまに感謝を込めて

進修館大ホールで7月5日(土)、宮代町町制施行70周年記念式典を開催しました。司会は、宮代町外交官の國府田マリ子氏。式典は、宮代高校吹奏楽部による演奏で始まりました。式典では、埼玉県知事をはじめとした来賓からの祝辞、続いて町長から町表彰、感謝状の授与が行われました。第2部では、記念コンサートが開催され、浅沼奏氏のピアノ演奏に合わせて、古澤真紀子氏、宮代隼人氏がオペラやカンツォーネを披露。最後のアンコールではふるさとを会場全員と合唱し、大盛況の中終了しました。 広報みやしろ

謝状の授与が行われました。第2部では、記念コンサートが開催され、浅沼奏氏のピアノ演奏に合わせて、古澤真紀子氏、宮代隼人氏がオペラやカンツォーネを披露。最後のアンコールではふるさとを会場全員と合唱し、大盛況の中終了しました。 広報みやしろ



町表彰受賞者

小林弘明さん(元選挙管理委員会委員)
高畑洋一さん(元選挙管理委員会委員)
関永一徳さん(元固定資産評価審査委員会委員)
田口孝雄さん(元町民相談員)
山根珠江さん(元児童福祉審議会委員)

感謝状受賞者

- ◆**庁舎美化活動** 折原彰さん、加藤昭男さん、NPO法人宮代クラブ、種から育てる花講座(八木橋先生教え子一同)
- ◆**子育て支援活動** 宮田敏さん、梅澤晃彦さん、交流みやしろ
- ◆**介護予防活動** 宮代町プラザサポーター会
- ◆**外国人支援活動** 宮代日本語教室
- ◆**交通安全活動** 宮代町交通安全母の会
- ◆**防災活動** 宮代町自主防災組織連絡協議会
- ◆**防犯活動** 宮東安全パトロール隊、宮代台自治会、東自主防犯会、須賀上地区防犯パトロール、川端自主防犯・防災会、宮代学園台自主防犯会、和戸町内防犯会、姫宮東団地自主防犯会、杉戸管内地域安全推進連絡協議会 須賀第一連絡会、同須賀第二連絡会、同百間第一連絡会、同百間第二連絡会、同姫宮連絡会
- ◆**環境啓発活動** MIYASHIROエコ☆スターズ
- ◆**生涯学習活動** 宮代町プログラミング・ラボ
- ◆**商工業活性化活動** みやしろおひな祭り実行委員会
- ◆**青少年健全育成活動** 須賀ファイターズスポーツ少年団、宮代スカイフレンズスポーツ少年団、百間エンジョイスports少年団、百間サッカースポーツ少年団、宮代中学生軟式野球、FC宮代東、宮代剣友会スポーツ少年団、宮代空手スポーツ少年団、宮代東JVCスポーツ少年団
- ◆**町外交官活動** 片桐仁さん、國府田マリ子さん

忙しくて運動できない、きっかけがない方へ！

スッキリ運動教室

全5回
無料

申問 保健センター 32・1122

日にち	内容
9月12日(金)	スッキリトレーニング、体組成測定
9月19日(金)	はじめてピラティス
9月30日(火)	リズム運動、ストレッチ
10月 3日(金)	スッキリ&シェイプヨガ
10月14日(火)	インナーマッスルトレーニング、体組成測定

時間 10時～11時15分(受付9時45分～)

場所 保健センター

対象 町内在住の18～49歳の方20名(先着順)

持物 動きやすい服装、飲料、汗拭きタオル、バスタオル(ヨガマット可)、室内用運動靴(9月30日のみ)

託児 9名まで(1歳～小学6年生)

申込 8月12日(火)9時～町公式LINE

※託児希望者は9月1日(月)までに申込

家事や育児、仕事、毎日忙しくて運動できない、きっかけがない皆さん！一緒に運動しましょう！

Go!

市民参加 委員を募集します

〈市民参加〉

■宮代町指定管理者候補者選定委員会

宮代町福祉交流センター「陽だまりサロン」

陽だまりサロンの指定管理者候補者選定にあたり、候補者からの提案内容等についてご意見をいただくもの。**任期**▶令和7年10月(第1回指定管理者候補者選定委員会開催日)から指定管理者候補者の選定の日まで **公募期間**▶8月1日(金)から9月1日(月)17時まで **人数**▶2名 **応募資格**▶町内在住、在勤、在学の18歳以上の方 **応募方法**【**所定の様式を提出**】▶**郵便・持参** 企画財政課政策調整担当〒345-8504宮代町笠原1-4-1 **ファックス**34・7820 **メール**kaikaku@town.miyashiro.saitama.jp **説明会**▶希望者のみ個別説明(お子様と一緒に参加可)8月22日(金)までに担当へ **選考方法**▶男女比率、年齢構成、審議会等への参加経験・兼任数により選考 **会議**▶平日の日中2～4回程度 **申問**▶政策調整担当 34・1111(内線222)

■宮代町スポーツ推進委員(追加募集)

スポーツ教室や大会等の企画・運営、実技指導、スポーツイベントの協力等をいただくもの。**任期**▶委嘱の日から令和9年3月31日まで **公募期間**▶8月1日(金)から令和8年3月31日(火)17時まで **人数**▶若干名 **応募資格**▶町内在住、在勤、在学の18歳以上の方 **応募方法**【**所定の様式を提出**】▶**郵便・持参** 教育推進課生涯学習・スポーツ振興担当〒345-8504宮代町笠原1-4-1 **ファックス**34・4152 **メール**gakusyu@town.miyashiro.saitama.jp **選考方法**▶書類選考、面接試験を実施。男女比率、年齢構成、審議会等への参加経験・兼任数により選考 **会議**▶月1回 **申問**▶生涯学習・スポーツ振興担当 34・1111(内線432)

会計年度任用職員

問 郷土資料館34・8882

屋外展示物等管理作業員 募集

応募受付期間

期間 随時(任用者が決まった時点で受付終了)

方法 申込書を郷土資料館へ持参又は郵送(簡易書留、閉館日は受付不可)

募集概要

任用期間 任命日～令和8年3月31日(火)

募集人数 1名

募集内容 ・敷地内の指定文化財建造物の開館・閉館準備
・旧加藤家住宅におけるカマドの火燃し、西原自然の森敷地内の清掃、樹木の簡易な剪定、イベント補助など

選考日・選考方法

面接等を実施※応募者へ個別に通知

募集要項

募集要項及び申込書は、町ホームページからダウンロード又は郷土資料館で配布しています。給与・勤務条件等は、募集要項をご確認ください。

〈記事ID 24857〉

宮代町スポーツ協会

令和7年度 優秀選手募集

申問 生涯学習・スポーツ振興担当 34・1111内線432

2階
18番

●対象

令和6年9月から令和7年8月までに、県スポーツ協会承認の県大会で3位以上の成績を収めた町内在住・在学の個人及び団体

●申込

9月11日(木)までに推薦書に必要事項を記載の上、賞状の写し等を添付し担当まで

●推薦書

町ホームページ、担当窓口で配布

●その他

表彰方法等は町スポーツ協会から対象者に別途ご案内します 〈記事ID 24960〉

里親になりませんか

問 こども安心担当 34・1111内線362

1階
8番

様々な事情で家庭で生活することができない子どもたちを保護者に代わって、一時的にあるいは継続的に、愛情深く育ててくださる方を里親といいます。

里親入門講座(越谷児童相談所主催)

実際に子どもを養育している里親さんの体験談を聞くことができます。子どものためにできることを一緒に考えてみませんか。

日時 9月6日(土)14時～16時

(受付13時30分～)

定員 20名程度

場所 越谷市北部市民会館

越谷市恩間181-1

対象 県内在住で里親に関心のある方

費用 無料

内容 里親制度のご案内、先輩里親による体験談

申込 越谷児童相談所 里親推進担当

048・975・4152

(平日8時30分～18時15分)