

■美里町ホームページ <http://www.town.saitama-misato.lg.jp/>

### 参加者募集 公民館からのお知らせ

#### 3B体操 体験教室

「いつまでも健康で、美しく老いる」を目標に、音楽に合わせて、道具（ボール・ベル・ベルター）を使用して行う健康体操を体験してみませんか。

日時 6月7日(水)・14日(水)

午後1時30分～3時

場所 町民武道館

参加費 無料

募集人数 15名

持ち物 動きやすい服装、上履き、飲み物

講師 深谷1G指導者の皆さん

申込受付 5月23日(火)午前9時から電話受付

#### エイジレス体操教室

エイジレス体操とは、年齢に関係なく、また運動の嫌いなかたでも楽しく汗を流せるような体操です。楽しく体を動かしてみませんか。

日時 6月6日(火)・13日(火)・20日(火)

午後2時～3時30分

#### 県展見学会

場所 東児玉公民館 大会議室  
参加費 無料  
募集人数 15名  
持ち物 ヨガマット、上履き、タオル、飲み物  
講師 小林由利子氏  
申込受付 5月23日(火)午前9時から電話受付



芸術文化の高揚と豊かな心の育成を図ることを目的に、県展見学会を開催します。多くの芸術作品に触れる絶好の機会です。

日時 6月13日(火)

午前8時30分集合～午後5時

集合場所 美里町役場東側駐車場

行き先 県立近代美術館、川越

参加費 1,000円(保険に加入

するかたは別途100円)

募集人数 25名

服装 歩きやすい服装

持ち物 雨具 ※昼食は各自負担

主催者 タビックスジャパン 高

崎支店

申込受付 5月24日(水)午前9時か

ら電話受付

申込み・問合せ 中央公民館

☎ 76・3431

※町内在住・在勤のかたに限りま

#### お知らせ

#### 美里町議会6月定例会

美里町議会6月定例会が、6月1日(木)から開催されます。一般質問は、6月12日(月)の予定です。

問合せ 議会事務局 ☎ 76・5136

#### 催し

#### ふれあい住宅デー開催

地元で働く住まいづくりの専門家が、ボランティアで住宅相談・耐震相談・包丁研ぎやまな板削りなどを行います。

日時 6月11日(日)

午前10時～午後3時

場所 JA埼玉ひびきの美里支店

問合せ 埼玉土建一般労働組合本

庄支部 ☎ 73・1422



### 次回のごみ 収集日は...

大字名	可燃	不燃	資源ごみ
根木・関・阿那志・小茂田・下児玉	月・木	5月25日(木)	5月18日(木)
北十条・南十条・沼上・広木		6月8日(木)	6月1日(木)
駒衣・木部・古郡・甘粕・中里	火・金	5月26日(金)	5月19日(金)
猪俣・白石・円良田		6月9日(金)	6月2日(金)

※有害ごみ(乾電池・蛍光管・体温計)は役場、コミュニティセンターで収集しています。  
※使用済小型電子機器(25cm×15cm以内)は、役場で収集しています。

●発行 美里町 〒367-0194 埼玉県児玉郡美里町木部323-1  
●編集 総合政策課 ☎0495-76-1114 FAX 0495-76-0909



※今月の「お知らせ版」は6ページあります。「めざせ!『毎日1万歩運動』参加者募集!」、「平成29年度 がん検診等予定表」など←

# めざせ！『毎日1万歩運動』参加者募集！！

## 保健センター・公民館合同事業

この事業は、急増している生活習慣病を予防するため、自らの健康状態を自覚し、早期に健康的な生活を維持するための自主的な取り組みが実施できるように「毎日1万歩運動」を掲げ実施します。

約半年間、歩数計で計測しながら、自分の体の変化を知り、日々の健康づくりにつなげてもらいます。

いつまでもいきいきと楽しく暮らしていくために、生活習慣を見直してみましよう。



体組成計



歩数計

参加者は、歩数計を身に付けてウォーキングなど、日々の健康活動を実施（歩数計は、パソコンやスマートフォンとの通信機能を備えています）。

- 募集 50名 \*運動制限のない30歳以上の町民のかた  
\*全日程参加可能なかたを優先
- 日程 6月22日(木)～平成30年1月17日(水) (全13回)
- 会場・内容 下記日程表を参照  
参加者には、歩数計を利用し参加していただきます。  
体力測定や血液検査などを行い、結果を分析します。
- 参加費 無料
- 申込受付 6月2日(金) 午前10時から電話受付 (先着順)
- 特典 歩数計を贈呈

■申込み・問合せ  
保健センター ☎76-2855

日時	内容	場所	持ち物
① 6月22日(木) 午後1:30～3:00	開会式 簡単な運動教室 (ウォーキングの仕方)	コミセン大ホール	筆記用具・上履き(運動靴) タオル・飲み物
② 6月23日(金) 午後1:30～2:30	血液検査	保健センター	
③ 6月29日(木) 午後1:30～3:30	体組成測定・血圧測定・腹囲測定・体力測定	保健センター →体育館	上履き(運動靴)・タオル 飲み物
④ 7月5日(水) 午後1:30～3:00	運動教室 (家庭での筋トレ指導)	コミセン大ホール	上履き(運動靴)・タオル 飲み物・ヨガマット
⑤ 7月20日(木) 午後1:30～3:00	栄養指導 (1日野菜350g以上、塩分8g以下)	コミセン大ホール	筆記用具・飲み物
⑥ 8月10日(木) 午後1:30～3:00	運動教室	コミセン大ホール	上履き(運動靴)・タオル 飲み物・ヨガマット
⑦ 9月12日(火) 午後1:30～3:00	運動教室 (家庭での筋トレ指導)	コミセン大ホール	上履き(運動靴)・タオル 飲み物・ヨガマット
⑧ 10月12日(木) 午後1:30～3:00	運動教室	コミセン大ホール	上履き(運動靴)・タオル 飲み物・ヨガマット
⑨ 11月14日(火) 午後1:30～3:00	運動教室 (家庭での筋トレ指導)	コミセン大ホール	上履き(運動靴)・タオル 飲み物・ヨガマット
⑩ 12月6日(水) 午後1:30～3:00	運動教室 (家庭での筋トレ指導)	コミセン大ホール	上履き(運動靴)・タオル 飲み物・ヨガマット
⑪ 12月15日(金) 午後1:30～3:00	血液検査	保健センター	
⑫ 12月20日(木) 午後1:30～3:30	体組成測定・血圧測定・腹囲測定・体力測定 健康長寿サポーター養成講座	保健センター →体育館	筆記用具・上履き(運動靴) タオル・飲み物
⑬ 1月17日(水) 午後1:30～3:30	閉会式	コミセン大ホール	筆記用具

### 【健幸ポイント事業について】

今年度、参加希望者に配布する歩数計または個人のスマートフォンを利用して、健幸ポイント事業（獲得ポイントで商工会の「みさと元気チケット」（商品券）と交換できる事業）を開始します。

この事業はポイント付与項目となっていますので、ぜひ参加してポイントを獲得してください。なお、他に特定健診・人間ドック・各種がん検診などがポイント付与項目となっています。

詳細については、広報みさと6月号に掲載予定です。

町では5月と9月はあいさつ・ありがとう重点推進月間として、  
あいさつ・ありがとう運動を推進します。

**さあ今こそ！** **元気なあいさつで**  
**明るい社会をつくろうよ**  
**地域で！ 学校で！ 職場で！**

人とのつながりも、子どもの教育も、地域の安全も、全てはあいさつ  
からはじまるよ。



**「ありがとう！」は魔法の言葉**



お母さんに ありがとう！  
お父さんに ありがとう！  
家族に ありがとう！  
お友だちに ありがとう！  
みんなに ありがとう！

「ありがとう運動」は家庭、学校、地域、大人とこどもの心をつなぐ運動です。

主唱：美里町・美里町教育委員会・区長会

問合せ＝住民福祉健康課  
住民福祉係 ☎76-5132

**従業員（正社員・アルバイト）募集！**

社 名▶(株)日新コミュニケーションズ  
住 所▶美里町大字白石473番地4  
職 種▶①運転手  
②工場内での作業  
仕事内容▶①関東圏内の大手企業から排出されるプ  
ラスチックの回収  
自社生産プラスチック製品の配送業務  
②回収したプラスチックの再生作業（仕  
分け、粉砕）  
時 間▶①午前8時～午後5時  
②午前8時～午後5時  
午後5時～9時  
土日のみ勤務 午前8時～午後5時  
給 与▶時給 ①1,000円～  
②845円～  
問合せ＝☎71-6627

※町では、町内企業と町民の雇用・就業支援策として、求  
人広告を「広報みさとお知らせ版」に無料掲載します。  
問合せ＝農林商工課 産業振興係 ☎76-5133

**STOP THE  
不法電波！！**

総務省では、6月1日から10日  
までを「電波利用環境保護周知啓発  
強化期間」として、電波を正しく利  
用していただくための周知・啓発活  
動と不法無線局の取締りを強化し  
ます。

ルールを守らない不法な無線局  
は、テレビ・ラジオ放送、携帯電話  
などの身近なものから、警察・消  
防・救急用無線などの人命に関わる  
重要な無線に対して混信・妨害を与

えるなど、私たちの生活や安全を  
おびやかします。

安全で豊かな社会を実現するた  
めに、電波はルールを守り、正しく  
使しましょう。

問合せⅡ関東総合通信局

▼不法無線局による混信・妨害  
☎03・6238・1939

▼テレビ・ラジオの受信障害  
☎03・6238・1945

▼地上デジタルテレビ放送の受  
信相談  
☎03・6238・1944

# ★各検診はすべて無料です。

年度内に1人1回のみ(個別または集団で)受診できます。

※個別のみ・集団のみ実施の検診がありますので、ご注意ください。

※同一年度内に重複受診した場合は、全額自己負担になりますのでご注意ください。

## 個別検診

指定医療機関に予約して受診してください。

検診名	検診内容	対象者 (平成30年4月1日現在の年齢)	実施期間
胃がんリスク検診 ～ABC検診～ (男性は前立腺がん検診も含む)	◆血液検査 『胃の健康度(将来の胃がん発症リスク[危険度])』を調べる検査です。 ※男性は、前立腺がん(PSA)検診を同時に実施します。	40歳以上	平成29年5月～平成30年3月
大腸がん検診	◆問診 ◆便潜血検査(配布された容器に2日分の便を採ります) ※出血しやすい大腸がんの性質を利用して便についた血液を見つける検査です。	40歳以上	平成29年6月～平成30年3月 ※検査キット配布期間 平成29年6月1日(木)～ 平成30年3月16日(金)まで
乳がん検診	◆問診 ◆マンモグラフィ検査(乳房エックス線撮影) ◆視触診(任意)	40歳以上の女性	平成29年5月～平成30年3月
子宮頸がん検診	◆問診 ◆診察 ◆内診による細胞検査	20歳以上の女性	平成29年5月～平成30年3月
歯周疾患検診	◆問診 ◆歯と歯周組織などの検査 歯科指導	(平成29年度中に下記年齢になるかた) 40・45・50・55・60・65・ 70・75・80歳	平成29年8月～平成30年3月
20歳・30歳 ピロリ検診	◆血液検査	20歳 (平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれ) 30歳 (昭和61年4月2日～昭和62年4月1日生まれ)	平成29年5月～平成30年3月

※視触診を希望されるかたは医療機関にお申し出ください。

5月15日(月)から、乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症検診(集団検診)の予約を開始します

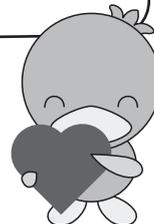
左記日程で集団検診を実施します。  
予約なしでは受診できませんので、ご注意ください。

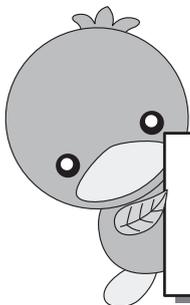
- 定員:各日とも100名(先着順)
- 申込み:保健センター ☎76-2855  
(電話または窓口でお申し込みください)

※個別検診と妊婦健康診査の子宮頸がん検診を受診されたかたについては、同一年度内に子宮頸がん検診の受診はできませんので、ご注意ください。

- 受診券と『がん検診等予定表』は、4月末に対象のかたに発送しています。受診方法など、詳細は発送してある文書をご覧ください。
- 転入などで受診券が届いていないかたは、保健センターまでご連絡ください。
- 健幸ポイント事業を実施します。がん検診等はポイント項目となっていますので、ぜひ受診してください。詳細については、広報6月号をご覧ください。

【問い合わせ】  
美里町保健センター  
☎76-2855





# 平成29年度 がん検診等予定表

**集団検診** 保健センターで受診してください。

要予約

検診名	検診内容	対象者 (平成30年4月1日現在の年齢)	実施期間
大腸がん検診	◆問診 ◆便潜血検査(配布された容器に2日分の便を採ります) ※出血しやすい大腸がんの性質を利用して便についた血液を見つける検査です。	40歳以上	下記「集団検診スケジュール」参照↓
肺がん・結核検診	◆問診 ◆胸部エックス線撮影	40歳以上	
乳がん検診	◆問診 ◆マンモグラフィ検査(乳房エックス線撮影) <small>※平成28年度から集団検診で視触診は実施していません。</small>	40歳以上の女性	
子宮頸がん検診	◆問診 ◆診察 ◆内診による細胞検査	20歳以上の女性	
骨粗しょう症検診	◆問診 ◆踵(かかと)の骨の超音波検査	40歳以上の女性	
歯周疾患検診	◆問診 ◆歯と歯周組織などの検査 歯科指導	40歳以上	
肝炎ウイルス検診	◆血液検査	40歳以上の 肝炎ウイルス検診未受診者	

## 集団検診スケジュール

検診名	予約開始日	6月						7月					11月			
		12月	13日	14日	15日	16日	17日	24日	25日	26日	27日	28日	2日	6日	7日	21日
大腸がん	予約不要 ※検査キットはお申し込みください。	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●				
肺がん・結核	予約不要	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●				
乳がん (※要予約)	5月15日(月)~												●	●	●	●
子宮頸がん (※要予約)															●	●
骨粗しょう症 (※要予約)													●	●	●	●
歯周疾患	予約不要	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●				
肝炎ウイルス	予約不要	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●				

# 会場は保健センター ☎76-2855

## どれみ広場

日時＝6月5日(月) 午前10時～11時30分受付  
 対象＝3歳までのお子さんと保護者（未就園児も可）  
 内容＝リトミック（音楽遊び）

## すこやか広場／育児相談・計測

お子さんと一緒に遊びながら、楽しい時間を過ごして  
 みませんか？ お気軽にお出かけください。

日時＝6月21日(水)・28日(水) 午前10時～11時30分  
 持ち物＝母子健康手帳（計測希望者のみ）

## すこやか広場 ～多目的室自由開放日～

保健センター「多目的室」を自由開放しています。お  
 友達も誘って、お気軽にお出かけください。

日時＝6月5日(月)・21日(水)・28日(水) 正午～午後4時  
 ☆飲食可、予約不要

## 乳児健診

日時＝6月23日(金) 午後0時45分～1時15分受付  
 対象児＝平成28年6月・8月・11月、平成29年2月生まれ  
 内容＝身体測定、内科診察、育児相談など  
 持ち物＝質問票（記入したもの）、母子健康手帳、バスタ  
 オール（おくるみ）

## 2歳児歯科健診

日時＝6月7日(水) 午後0時45分～1時15分受付  
 対象児＝2歳児1回目：平成27年3月～5月生まれ  
 2歳児2回目：平成26年9月～11月生まれ  
 内容＝身体測定、歯科診察・フッ素塗布・ブラッシング指  
 導、育児相談など

持ち物＝質問票（記入したもの）、母子健康手帳、自宅で使  
 用している歯ブラシ

## 5歳児歯科健診

日時＝6月2日(金) 午後0時45分～1時15分受付  
 対象者＝平成24年3月～6月生まれ  
 内容＝身体測定、歯科診察・フッ素塗布・ブラッシング  
 指導、育児相談など  
 持ち物＝質問票（記入したもの）、母子健康手帳、自宅で使  
 用している歯ブラシ

## 今回の延長窓口（戸籍住民事務、町の税金、水道料金の納付）



●日曜開庁日 ●窓口業務延長日  
 5月28日（日） 6月8日（木）  
 午前8時30分～正午 午後7時15分まで延長

◇戸籍住民事務…住民票（広域交付を除く）の交付・戸籍謄本等の交付、印鑑登録、  
 印鑑証明書の交付  
 ※住所異動（転入・転出等）の手続きはできません。  
 ※交付申請の際に不正防止のため本人確認をさせていただきます（免許証等の提示）。  
 ◇税金等の納付…個人町県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税、介護  
 保険料、後期高齢者医療保険料、水道料金（納付書持参）の納付

# 各種無料相談

## ❖法律相談

と き／6月6日(火)  
 午後1時～3時受付  
 ところ／役場1階会議室  
 内 容／弁護士による法律相談  
 問合せ／総務税務課 総務係 ☎76-1115

## ❖消費生活相談

とき・ところ／毎週月・水・木・金曜日  
 本庄市役所  
 毎週火・金曜日  
 上里町役場  
 受 付／午前9時30分～正午  
 午後1時～3時30分  
 問合せ／農林商工課 産業振興係 ☎76-5133

## ❖心配ごと相談（人権相談）

と き／6月16日(金)午前10時～正午  
 ところ／役場1階第1・第2会議室  
 内 容／日常生活での悩みごとなど  
 問合せ／社会福祉協議会  
 ☎76-3601・75-1109

## ❖さわやか相談（教育相談）

と き／毎週月～金曜日（祝日を除く）  
 午前10時～午後3時  
 ところ／美里中（さわやか相談室）  
 対 象／町内在住の学生と保護者  
 相談方法／電話・手紙・来室  
 問合せ／美里中（さわやか相談室）  
 ☎76-4415（直通）

## ❖臨床心理士によるこころの相談

と き／5月17日(水)・19日(金)・23日(火)  
 25日(木)・30日(火)  
 6月1日(水)・6日(火)・8日(木)  
 13日(火)・15日(木)・20日(火)  
 22日(木)・27日(火)・29日(木)  
 ※太字は小中学校への巡回相談日（学校  
 訪問）となり、相談に対応できないこ  
 ともあります。  
 事前予約／毎週月～金曜日  
 午前9時～午後5時  
 ※相談は事前予約が必要です。  
 内 容／子どもや育児、家庭や人間関  
 係などの悩みごと  
 相談方法／面談、学校・家庭訪問  
 問合せ／社会福祉協議会（保健センター内）  
 ☎75-1109

## ❖脳の元気度チェック＆相談会

と き／毎週火曜日（祝日は除く）  
 午前9時30分～11時30分  
 （電話などで要事前予約）  
 ところ／美里町保健センター  
 対象者／町内在住の認知症の心配があ  
 るかたまたはご家族  
 内 容／簡単な認知症チェックと生活  
 上の相談など  
 問合せ／美里町地域包括支援センター  
 ☎76-1325