

The Public Relations Magazine

12

広報

もろやま

No.903

OROYAMA 平成27年12月1日号(2015年)



特集 筋力アップで介護予防
わだいの特選(「獅子舞」ほか)
歴史散歩(仙境の地・龍谷山と雷電神社)
ぼくらのキャンパス(川角小学校)

表紙:「川角八幡神社の獅子舞」

筋力アップで介護予防

ゆずっこ元気体操で健康に過ごそう

高齢になると筋肉が衰えるなどの原因で介護状態になる人が増えます。
介護予防には、日ごろの運動が必要ですが、運動は続けなければ、効果は望めません。
そこで町では、簡単に続けやすい「ゆずっこ元気体操」での介護予防をすすめています。



こんな症状ありませんか

「立ったり座ったりがしにくくなった」「転びやすくなった」「階段の昇り降りが辛い」「重いものが運べなくなった」などの症状はでていませんか。年を重ねると身体機能が低下し、これらの症状が起こりやすくなります。そのままですと、介護状態になってしまいうこともあります。

一般的に高齢にもなう身体機能低下が顕著に現れるのが「筋力」です。階段の昇り降り、立ち上がり、湯船をまたぐなど日常の何気ない動作がしにくくなっていきます。

長寿、だから健康に

日本人の平均寿命は男性で80.5歳、女性で86.8歳。世界でも屈指の長寿国です。しかし、体が思うように動かせなくなり、長い間寝たきりや要介護状態になる人も増えています。

年を重ねるにつれての不安要素のひとつに、「健康」があげられ

ます。寿命が延びることで健康に對しての不安が付いてまわるのは誰にでもありうることです。いつまでも普段どおりの生活を続けるためには、高齢に伴う身体からのサインを見逃さずに、低下する筋力を鍛えておくことが重要です。

そらで「ゆずっこ元気体操」

その具体的な対策として始められたのが「ゆずっこ元気体操」です。この体操は、一人ひとりが、住み慣れた地域で、いつまでも暮らすため、高齢になると衰える筋力を鍛え、一人でも多くの人が介護状態にならないようにと始められました。

ゆずっこ元気体操は、重りを使用した簡単な体操です。重りをつけたバンドを手首や足首に巻き、皆で一緒に歌を歌いながら、6種類の動作を10回ずつ、息を止めずに行います。ゆつくり身体を動かすことで、各部位に負担をかけることなく身体を鍛えることができます。また、体操で使用する重りは、200グラムから12キログラ

腕を前に上げる運動



肩の前側の筋肉を鍛えます

物を持ち上げたりすることが楽になります

腕を横に上げる運動



肩の横側の筋肉を鍛えます

物を持って歩いたりすることが楽になります

椅子から立ち上がる運動



おなかの筋肉や太ももの前側の筋肉を鍛えます

トイレや椅子からの立ち上がりが楽になります

膝を伸ばす運動



太ももの前側の筋肉を鍛えます

膝の痛みを予防でき、歩くときにつまづきにくくなります

脚を後ろに上げる運動



お尻の後ろの筋肉を鍛えます

速く歩けるようになり、転びにくくなります

脚を横に上げる運動



お尻の横側の筋肉を鍛えます

安定して歩けるようになり、転びにくくなります



ゆずっこ元気体操クラブ（平山ニュータウン）

ムまで、最初は少ない負荷から始めて、自分の体力や体調に合わせて重りの量を調節できます。この体操は、たった6種類の運動をするだけで、衰えてしまった筋肉を維持すること、鍛えることができ、1週間に1回以上の運動を続けることで、気付くと日常の動作が楽になるようになる効果が望めるのです。



1本
200g
×6本

ゆずっこ元気体操に使用するバンドと重り

続けることが難しい介護予防運動。これまで町でも「健康づくり教室」などを行ってきましたが、教室が終わると運動もやめてしまうといったケースが多くみられていました。

ゆずっこ元気体操は、従来の体操教室とは異なり、各地区で「ゆずっこ元気体操クラブ」を立ち上げ、住民の皆さんが主体となって介護予防を行うものです。地区ごとで立ち上げるため、集会所など自宅の「近くで」体操ができ、自分の予定で「気軽に」通え、近所の人同士で「楽しく」おしゃべりができる。これはこれまでの健康教室になかったものであり、それが継続につながっています。

また、指導の講習を受け、介護予防の知識を身に付けた「ゆずっファイット」と呼ばれるボランティアのサポーターと一緒に活動してくれます。健康づくりをしながら、知り合いが増え、楽しみも増えるゆずっこ元気体操は、現在町内8地区で継続して行われ、効果を見せ始めています。

手軽に、楽しく続けよう

介護予防のための運動は、とにかく続けることが難しい。しかし、ゆずっこ元気体操は楽しみながら継続することができるのです。



ゆずっこ元気体操で使用するCD



ゆずっこ元気体操クラブ（第一団地）

区長の声



久保きくさん
(第一団地区長)

第一団地は、町内でも比較的高齢化率の高い地区です。団地に住む皆さんが病気にかかりにくくなり、なおかつ皆さんが集まる場所が設けられればと考え、昨年からゆずっこ元気体操クラブを始めました。ゆずっこ元気体操は、身体にかかる負担が少ないうえに、自分の都合やペースで行うことができるので、たくさんの方が参加しているのだと思います。体操をしたことで「足が楽になった」「靴下が立って履けるようになった」「散歩しても疲れにくくなった」など、効果が現れていることを耳にします。私も体操後には、とてもすっきりして身体が軽くなったように感じます。なかには「行くだけで楽しい」と言ってくれる人もいて、今では、本当に始めてよかったと感じています。



ゆずっこ元気体操クラブ (第二団地)

参加者の声



五十嵐清子さん
(第二団地)

この体操は、自分のペースで進められ、それほど大変ではないので、続けることが苦になりません。体操を始めたことで、転びにくくなったと感じています。体操クラブに行くと多くの人と会えるのも楽しくて続けています。

体操を始めたことで、すごく健康になったという意識はありませんが、外に出て、皆さんとお話ができる機会ができたことが嬉しいです。この体操クラブは参加するだけで楽しく、ワイワイお話しして、毎回元気をもらっています。



窪寺てるごさん
(第二団地)



ゆずっこ元気体操の記録簿

地域のですすめよう

ひとりでは続けられなくても、皆となら続けられる。ゆずっこ元気体操には、そんな魅力があります。近所に皆で集まって、楽しむことが介護予防の第一歩なのです。



埼玉県地域包括ケア課
ゆきのり
西山 幸範さん

今後、単身世帯、高齢夫婦のみの世帯が急激に増加していくことが予測されており、地域のつながりが一層大切になります。地域の皆さんが自ら活動することによって、参加者が元気に、周りが元気に、地域が元気に、周りが元気に、年を重ねることによって遠出が難しくなっても、身近な場所があれば、定期的集まり、身体を動かし、皆さんとおしゃべりをする事ができます。ゆずっこ元気体操をきっかけに、茶話会などの集まりができる仲間づくりにつながることを期待しています。ゆずっこ元気体操に取り組んでいる皆さんは、ぜひ近所の人も誘っていただき、地域の輪を広げてください。町全体にこの取組が広がり、住民の皆さんの笑顔が増えていくことを楽しみにしています。

サポーターとして活動しませんか

ゆずっこ元気体操をサポートするボランティア「ゆずフィット」は、養成講座を受講した人が登録し、「ゆずっこ元気体操クラブ」で、地域づくりを手伝っています。

介護予防サポーター講座は、地域のなかで「ゆずっこ元気体操」の指導と普及をしてくれる人を養成する講座です。ご自身の健康づくりや、これからの介護や地域について学ぶこともできます。また、ゆずフィットで活動することで、自分自身も健康になるだけでなく、知らず知らずに知り合いが増えるといった良いこともあります。ぜひ、あなたの力を「ゆずフィット」として活かしませんか。

人に良く、自分にも良い



ゆずっこ元気体操は、続けると、階段の昇り降りが楽になったり、重いものが持てるようになったりと、いいことばかりなんです。今は、ひとりでも多くの人にこの体操を広めるため、ゆずフィットで活動しています。これからも色いろな人と知り合い、楽しく介護予防を進めていきたいと思っています。



ゆずフィット
申田 幸子さん

介護予防サポーター養成講座

講座の日程

時間 午前9時30分～11時30分 **場所** 東公民館
対象 40歳以上で介護予防に関心があり、講座終了後、地域で積極的に介護予防体操指導などの活動ができる人
定員 30人（申込み多数の場合は、抽選）
料金 300円程度（保険代として第6回目に集金）
 ※養成講座終了後、毛呂山町介護予防ボランティア「ゆずフィット」で活動していただきます。全日程参加し「ゆずフィット」として活動する人には「ゆずフィット会員証」を交付します。
申込み・問合せ 12月7日(月)から役場高齢者支援課高齢者福祉係 ☎(295)2112 内線156の窓口で受付(電話不可)。申込書は町ホームページ (HP <http://www.town.moroyama.saitama.jp>) からダウンロードできます。

	日にち	内容
1	1月12日(火)	開校式・オリエンテーション 事業説明・介護予防の必要性和効果
2	1月14日(木)	介護予防の効果 準備運動・体力測定
3	1月21日(木)	実技・講義
4	1月28日(木)	実技・講義 グループワーク
5	2月4日(木)	実技・講義 地域で活動するために
6	2月9日(火)	実技・講義 グループワーク
7	2月12日(金)	実技・講義・流れの実践 体力測定
8	2月18日(木)	運動実技・グループワーク 閉講式

毛呂山町で昨年度より始めた「地域づくりによる介護予防」。活動を参考にしたと、他市町から続々と担当者が視察に訪れました。そして現在、県内の14市町で、介護予防体操が行われています。

この記事を見て、「ゆずっこ元気体操」に少しでも興味をお持ちになった人は、まずは役場高齢者支援課高齢者福祉係 ☎295-2112 内線156まで、ご連絡ください。

今、注目を浴びています

あなたも始めてみませんか

毛呂山町で、先駆的に始められたゆずっこ元気体操が県内の市町に広がっています。今、注目のゆずっこ元気体操をあなたの地区でも始めてみませんか。



ゆずっこ元気体操クラブ (苦林)

毛呂山町を参考に介護予防体操を始めました

上里町高齢者いきいき課

加藤恵さん・中島僚子さん

現在、サポーターが地域の雰囲気づくりを大切に活動しており、参加者の声から、地域のつながりが形成されてきているのを感じています。

蓮田市在宅医療介護課

鈴木美和さん

この事業は、地域でのつながりを作る良い手法だと実感しています。互いに健康長寿を代表するような市町になれるよう、頑張っていきましょう。

小鹿野町地域包括支援センター

大久保築世さん

会場は熱気いっぱい。参加者とボランティアの相乗効果で生き活きと輝きを増しています。この住民パワーに何より私たちが元気をもらっています。

坂戸市高齢者福祉課

飯嶋佐起子さん

毛呂山町では、皆さんがいきいきとしている姿がとても印象的で、坂戸市でも同様な地域を作るため地域の人たちと協力して広がっていきます。



理学療法士 おかじ 利亘さん

毛呂山町で、先駆的に行われた「ゆずっこ元気体操」は、見た目は、皆さんで同じ動きをゆっくりと繰り返しているだけに見える地味な体操です。しかし、一人ひとりの状態や進捗に合わせ、少しずつ重さを増やす事で効果を実感しながら、足腰や肩の筋肉を鍛え、転倒しない体づくりを進められます。

体力の改善に伴い、介護が必要となる原因の予防や、お互いの支え合いに発展するなど、様々な嬉しい効果が現れています。ただし、どの運動にも共通する事ですが、いかに続けるかということが問題になります。その点「ゆずっこ元気体操」は、近所の集会所で地域の皆さんと共に、楽しく続けることができます。皆さんも「ゆずっこ元気体操教室」に参加して、自分も、周りも、元気にしませんか。

暮

「獅子舞」の奉納
らしの安全や豊穰を祈願

10月11日に葛貫・滝ノ入・大類地区で、18日に川角地区で獅子舞が奉納されました。毛呂山町の獅子舞は、地区ごとに受け継がれ、地域信仰として守られています。今年も華やかに舞が奉納されました。



葛貫地区 (住吉四所神社)



滝ノ入地区 (住吉神社)



大類地区 (十社神社)



川角地区 (川角八幡神社)

小

町立旭台保育園・ゆずの里保育園運動会
さい体で精いっぱい お遊戯や体操にチャレンジ

10月17日、町立保育園の運動会を開催しました。園児たちは、日ごろから練習してきたお遊戯や体操などを披露し、見学に来ていた保護者たちから大きな声援と拍手を受けていました。



旭台保育園



ゆずの里保育園

可

「葛貫コスモス花祭り」
隣な花が沿道に満開

10月10日～11日、葛貫住吉四所神社付近で「葛貫コスモス花祭り」が開催されました。葛貫地区のボランティアの皆さんが丹精込めて育てたコスモスが見事に咲き誇り、コスモス畑を訪れた多くの来場者の目を楽しませていました。



難

『奥武蔵もろやま「仰天」ハーフマラソン』 コースに参加者、仰天！

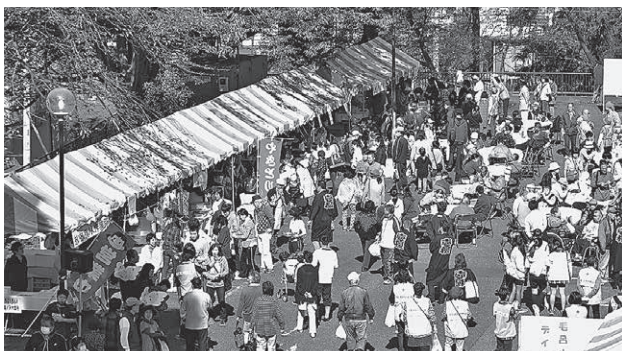
10月25日、総合公園を発着点に『奥武蔵もろやま「仰天」ハーフマラソン』を開催しました。標高差のきつい難コースに、今年も多くの参加者が挑みました。



福

『福祉ふれあい広場』 社の祭典、にぎやかに

11月1日、ウイズもろやまで『ふれあい広場』が開催されました。福祉体験や様々な模擬店、ステージ発表などが行われ、楽しく福祉を学ぶ1日になりました。



味

『全国学校給食甲子園』入賞 と栄養に工夫を凝らし

子どもたちにいつもおいしい給食を作っている毛呂山町学校給食センターの給食が『全国学校給食甲子園』で埼玉県代表として入賞しました。



動

『音楽の絵本 エレガンス』 物が奏でるクラシック



10月25日、ウイズもろやまでクラシックコンサート『音楽の絵本 エレガンス』を開催しました。可愛い動物たちが織り成す演奏に大人も子どもも大いに盛り上がりました。

野

名球会メモリアルカップ 球へ取り組む姿勢を伝授



11月1日・8日、『名球会メモリアルカップ毛呂山少年野球大会』が大類ソフトボールパークなどで開催されました。1日には元巨人軍の柴田勲さんを講師に迎え、野球に取り組む姿勢などを学びました。

秋

滝ノ入ローズガーデン「秋のバラ祭り」 空の下、馨しき香り漂う



10月24日から11月3日まで、滝ノ入ローズガーデンの『秋のバラ祭り』が行われました。来場者は、里山の秋の風情と共に秋バラの香りを楽しみました。

ばぶよち ぴょん!

～子育て支援のページ～

Vol.9

子育て中のパパ・ママに聞いた『子育てアンケート』結果

オススメのお出かけスポットは？

(※一部回答・意見を抜粋)

公園



総合公園 (毛呂山町)

農村公園 (鳩山町)

平成の森公園 (川島町)

阿須運動公園 (飯能市)

あけぼの子どもの森公園 (飯能市)

国営武蔵丘陵森林公園 (滑川町)

動物園



こども動物自然公園 (東松山市)

智光山公園 (狭山市)

その他

子育て支援センターソーレ (東松山市)

← 夏は水遊びができる → どちらの園でも、小動物とふれ合える
← 隣接していて、両方遊べる
← 入場料が安い
← 有料だけど土・日曜日、祝日に利用できる

「子育てアンケート」は平成27年4～5月に、町内の子育て施設で実施しました。ばぶよちぴょんでは、特に反響の大きい項目をご紹介します。なお、アンケート全体の回答は、町ホームページで公開しています。

【アンケート実施施設】子育て支援センター☎(294) 4820、毛呂山みどり保育園子育て支援センター☎(294) 1115、東公民館子育て支援室☎(294) 1800、児童館☎(295) 4111 ご協力ありがとうございました。

毛呂山歴史散歩 第259回 仙境の地・龍谷山と 雷電神社

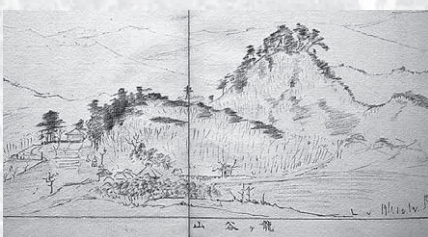
町内の阿諏訪地区と滝ノ入地区の境にある龍谷山は、江戸時代後期に編纂された『新編武蔵風土記稿』によると、別名要害山といい、陣屋があったとされています。山頂付近には、現在でも平場や堀跡が見られ、北側の急傾斜と合わせて、防御に適した山城の様子を伺うことができます。

大永4年(1524)、小田原の北条氏綱は、扇谷上杉氏の江戸城を攻略しましたが、この時上杉氏配下だった毛呂氏は北条方に与しました。しかし、北条方の北武蔵方面の最前線となった毛呂は、同年10月、上杉憲房・上杉朝興の連合軍による攻撃を受けました。結局、北条氏綱が毛呂氏の救援に青梅勝沼城へ軍を進めたところで、両上杉氏との和睦が成立しました。この

戦を「毛呂合戦」といいます。石尊山から続く丘陵の末端に築かれた毛呂氏館(小田谷)と龍谷山とは見通しもよく近くにあり、攻撃を受けた毛呂氏は、要害の地・龍谷山に籠城したと考えられています。

また、龍谷山頂に鎮座する雷電神社は、社伝によると、寛正6年(1465)に造営されました。阿諏訪、滝ノ入の二つの村にまたがっていたことから、江戸時代には、両村隔年で祭礼を執行していました。

大正6年(1917)ごろ、山根尋常小学校が編集した『郷土誌』によると、雷電神社は「眺望に富み、四季の景色はまさに仙境に入る思い」と記されています。かつて合戦の舞台となり、やがて、仙人の気分を堪能できると紹介された龍谷山からの眺望は、先人が残してくれた毛呂山町の豊かな景観の一つです。



『郷土誌』に描かれた龍谷山のスケッチ



年末年始業務案内



公共施設 年末年始の休日

	平成27年12月						平成28年1月				
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	1 (祝)	2 (土)	3 (日)	4 (月)	5 (火)
役場	■	■	□	■	■	■	■	■	■	■	■
保健センター	■	■	□	■	■	■	■	■	■	■	■
中央・東公民館	□	□	■	■	■	■	■	■	■	■	■
総合公園	□	□	■	■	■	■	■	■	■	■	■
歴史民俗資料館	□	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
児童館	□	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
子育て支援センター	■	■	□	■	■	■	■	■	■	■	■
ウィズもろやま	□	□	■	■	■	■	■	■	■	■	■
図書館	□	□	■	■	■	■	■	■	■	■	■
教育センター	■	■	□	■	■	■	■	■	■	■	■
社会福祉協議会	■	■	□	■	■	■	■	■	■	■	■
山根荘	□	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
公共下水道組合	■	■	□	■	■	■	■	■	■	■	■
広域静苑組合越生斎場	※火葬のみ休業。予約は無休。										

▼証明書は電話予約で発行します

一部の証明書に限り、事前に電話予約することで、閉庁日にも日直から受領できます。

予約期間▶受取希望日の前開庁日まで

※年末は12月28日(月)17:00までに申込み。

受取時間▶9:00～17:00

受取場所▶役場宿直室(庁舎裏(東)側)

申込み・問合せ 役場☎(295)2112	電話予約できる証明書
住民課戸籍住民係 ☎内線 133・134	住民票、住民票記載事項証明書、 戸籍の附票、印鑑登録証明書
税務課町民税課税係 ☎内線 195・196	課税証明書、非課税証明書、 所得証明書
税務課資産税課税係 ☎内線 191・192	評価証明書、公課証明書、 資産証明書、名寄証明書
税務課納税係 ☎内線 193・194	納税証明書

※上記以外の証明書は、閉庁日に発行できません。

※電話予約による証明書の発行は、年末年始以外の閉庁日にも行っています。

ごみ・資源の収集および搬入受付

	Aコース		Bコース		Cコース	
	平成27年 最終収集日 12月	平成28年 収集開始日 1月	平成27年 最終収集日 12月	平成28年 収集開始日 1月	平成27年 最終収集日 12月	平成28年 収集開始日 1月
可燃ごみ	28(月)	4(月)	29(火)	5(火)	29(火)	5(火)
不燃ごみ・有害ごみ	29(火)	15(金)	17(木)	7(木)	21(月)	4(月)
びん・かん類	22(火)	12(火)	23(祝)	13(水)	24(木)	14(木)
その他プラスチック	29(火)	5(火)	30(水)	6(水)	30(水)	7(木)
ペットボトル	25(金)	8(金)	24(木)	14(木)	28(月)	11(祝)
紙・布類	16(水)	6(水)	21(月)	4(月)	23(祝)	13(水)

▼ごみ・資源の直接搬入および粗大ごみ戸別収集の受付

受付時間▶8:30～11:45、13:00～16:30(年末年始のごみの搬入受付は、収集車が優先です。)

※12月29日(火)～1月3日(日)は、両施設とも休業します。

問合せ 高倉クリーンセンター☎(271)1500、川角リサイクルプラザ☎(294)4115

インフォメーション

毛呂山町役場（中央2-1）

☎049(295)2112

FAX049(295)0771

HP [http://www.town.](http://www.town.moroyama.saitama.jp)

[moroyama.saitama.jp](http://www.town.moroyama.saitama.jp)



公共施設電話案内

■ 図書館	☎(295) 1015
■ 中央公民館	☎(294) 1250
■ 東公民館	☎(295) 2277
■ 歴史民俗資料館	☎(295) 8282
■ 総合公園体育館	☎(294) 7179
■ 保健センター	☎(294) 5511
■ ウイズもろやま、社会福祉協議会	☎(295) 3111、FAX(295) 7258

日……日時	場……場所
定……定員	対……対象者
料……料金、費用	FAX……ファクス番号
申……申込み	問……問合せ先
☎……電話番号	
✉……電子メールアドレス	
HP……ホームページアドレス	

電子申請用QRコード



毎月1回、日曜日に
納税相談・納入窓口を開設しています

12月20日(日)午前9時～午後3時

内容 納税または保険料の納入、相談、口座振替の申込み（通帳と銀行届出印が必要です）

税金

休日納税相談窓口

☎・☎ 税務課納税係 ☎内線193・194

介護保険料・後期高齢者医療保険料

休日納入窓口

☎・☎ 高齢者支援課医療保険料係 ☎内線158

お知らせ

貯水槽の点検・清掃は設置者の義務です

貯水槽（受水槽、高架水槽）を設置している人には、次の①～④の点検および清掃の義務があります。

安全に安心な水を供給するために、皆さんのご協力を願います。

① 定期的（1年以内に1回以上）に水槽の清掃を行うこと

② 水槽の点検（有害物、汚水などによって水が汚染さ

れるのを防止するために必要な措置）を行うこと
③ 供給する水に、色、濁り、臭い、味などの異常があったときには、必要な水質検査を行うこと

※水質検査とは、水道法第34条の2第2項に定められた機関による検査を指し、1年以内に1回以上の実施が義務付けられています。

④ 給水する人が、人の健康を害するおそれがあることを知ったときには、直ちに給水を停止し、その水を使用することが危険である旨

※水道の管理責任は、原則と

して水道メーターを境に、敷地側が貯水槽設置者、道路側が町にあります。

☎ 役場水道課工務係 ☎内線

164・165

水道の凍結にご注意

冬の厳しい寒さで、水道管や水道メーター、蛇口などが凍結したり破損したりすることがあります。

凍らせないために、露出している所には布などを巻き、メーターボックスには発泡スチロールなどを入れて寒さから守りましょう。

☎ 役場水道課工務係 ☎内線

164・165

「かかりつけ医」を活用しましょう

「初診時保険外併用療養費」をご存知ですか。200床以上の病院が、紹介状を持たない初診の患者から徴収する費用です。病院ごとに3000～5000円程度徴収され、支払いはすべて自己負担です。

ぜひ普段から地域の医院・診療所の「かかりつけ医」を持ち、初期の治療などで活用してください。

☎ 役場住民課国保年金係 ☎内線127・128

**ご存知ですか
「学生納付特例制度」**

20歳以上の人は、学生であっても国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。しかし、本人の所得が一定額以下の場合、納付が猶予される「学生納付特例制度」が利用できます。

※申請を行わず、保険料を未納のままにすると、障害年金などが受けられない場合があります。

承認期間 平成27年4月（今年度20歳になった人は誕生日）～平成28年3月

持ち物 ①平成27年度の学生証（コピーの場合は両面）、②年金手帳、③印鑑、④前年に所得がある人は源泉徴収票や確定申告書の写し

※次年度も在学予定の場合、4月ごろに日本年金機構から送られる申請書に記入し、必ず返送してください。

申・問 役場住民課国保年金係 ☎内線127・128

拉致問題を考える週間

12月10日（木）～16日（水）は「拉致問題を考える週間」です。

北朝鮮による拉致問題の解決には、「拉致は許さない」という町民一人ひとりの声が必要になります。この週間に機に拉致問題への意識を高めてください。

問 役場福祉課地域福祉係 ☎内線111

交通遺児等援護金給付

埼玉県交通安全対策協議会では、埼玉県内に在住する交通遺児などを対象に援護金を給付しています。

例 次のいずれにも該当する人 ①交通事故により死亡または重い障害を負った保護者に養育されている、②平成9年4月2日以降に生まれた乳幼児、児童、生徒 **給付額** 子ども1人あたり年額10万円

申込期限 平成28年1月31日

問 給付には、世帯の所得制限があります。詳しくは、各学校および役場生活環境課交通防犯係で配布する申込書をご覧ください。

問 埼玉県防犯・交通安全課 ☎048-830-2958

マイナンバーは届きましたか？



11月に住民票の世帯ごとに、マイナンバー通知カードを郵送しました。

通知カードが届いた▼大切に保管してください。 個人番号カードを申請した人は、交付の際、通知カードと引換えになります。

通知カードが届いていない▼ 役場住民課でお預かりしています。お問い合わせのうえ、本人確認書類をお持ちになり、受け取りに来てください。

※お預かり期間は平成28年3月末までの予定です。

【本人確認書類】

次の①、②いずれかが必要です ①官公署が発行した顔写真付の証明書の中から



住所や氏名に変更があったら、カードに追記が必要です。異動や戸籍の届けを出す際は、必ず通知カードをお持ちください。

- 1点（運転免許証・パスポートなど）、②次の中から
- 2点（健康保険被保険者証・各種年金証書・預金通帳・学生証など）
- ※代理人が受け取りに来る場合は、本人確認書類の写し、代理人の本人確認書類、委任状が必要です。
- ※法定代理人が手続きする場合は、委任状は不要ですが、戸籍謄本が必要です（毛呂山町に本籍がある人は不要）。
- 問合せ** 役場住民課戸籍住民係 ☎内線133・134

ご参加を

滝ノ入「ゆず祭り」

毛呂山特産の里レインボーパークで、毎年恒例の「ゆず祭り」を行います。初冬のゆずの里を散策し、ぜひゆず祭りにお立ち寄りください。

日 12月12日(出)、13日(日)午前9時〜午後3時

※商品が売切れ次第終了。

場 滝ノ入集会所(滝ノ入295-2)

内容 箱入りゆず・冬至ゆず・手作りこんにやく・ゆず製品・特産品の販売、けんちん汁の無料サービスなど
間 特産の里 ☎294-2089 秋馬

青少年相談員協議会「クリスマス会」

日 12月19日(出)午前10時〜午後4時

場 中央公民館

内容 クッキング、クラフト

定 町内在住の小学生

料 30人(応募多数の場合は抽選)

1000円(材料費)

持ち物 参加費、エプロン、三角巾、上履き、ふきん
 主催 毛呂山町青少年相談員協議会

申・問 12月10日(休)(必着)

までに、はがきに①住所、②氏名(ふりがな)、③性別、④生年月日、⑤電話番号、⑥学校名、⑦学年、⑧保護者氏名を明記し、教育委員会生涯学習課(〒350-0493中央2-1) ☎内線521へ郵送または持参にて申込み
 ※12月11日(金)以降に、抽選結果を郵送します。

「人権週間記念行事」

日 12月12日(出)①午後1時〜2時40分、②午後3時〜4時30分

場 さいたま市産業文化センター

内容 ①全国中学生人権作文コンテスト埼玉県大会表彰式、②杉尾秀哉さん(TBS報道局解説専門記者室長)による講演
定 先着300人
問 さいたま市方法務局人権擁護課 ☎048-859-3507

もろやまげんき市

毛呂山町は日本最古のゆずの産地。旬の「桂木ゆず」や、毛呂山産の新鮮野菜、この秋町内で採れた新そばを楽しみませんか。フリーマーケットやキッチンカーも集合します。

日時 12月20日(日)午前10時〜午後3時
場所 大類グラウンド

内容 桂木ゆずの販売、軽トラ市、そばまつり、フリーマーケット、キッチンカーなど

※一部出店は、商品が無くなり次第終了します。

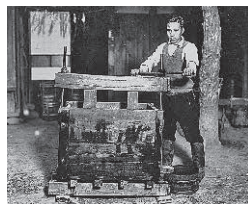
問合せ もろやまげんき市実行委員会事務局(役場産業振興課内) ☎(295)2112 内線172・173



醤油しぼり実演会

食文化 伝承講座

昭和前期、毛呂山を中心に活躍した醤油しぼり職人の技を再現します。希望者には醤油を配布します。郷土の醤油づくりの様子を、ぜひご覧ください。



日時 12月12日(土) 午前9時30分〜正午
場所 歴史民俗資料館 屋外広場
共催 毛呂山醤油づくりサークル

申込み・問合せ 醤油が欲しい人は、12月10日(木)までに歴史民俗資料館 ☎(295)8282へ申込みのうえ、当日1升(約2リットル)以上のペットボトルを持参してください(見学は申込み不要)。実費にてお分けします。

※醤油のお渡しは12月15日(火)以降です。

広報紙

あなたのスマートフォンに
 広報紙やお知らせが届きます



詳しくはQRコードから、
 ご案内(web)をご覧ください。

※一部機種には対応していません。

11月から
 リニューアル

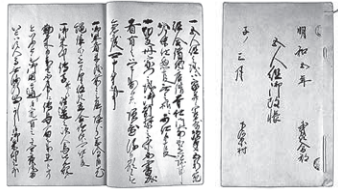


県からのお知らせ、
 複数の広報紙が
 届くようになりました

学びたい

『やわつこ こもんじま 古文書解説講座』

町指定文化財の「関根家文書」を題材に、古文書を解説します。1回ごとに内容を読みきります。



町指定文化財「関根家文書」
旧下河原村（現在の下川原地区）の関根家から寄贈された、江戸時代の1,948点の古文書（写真は明和5（1768）年の「下河原五人組帳」）

日 12月13日(日)、20日(日)、平成28年1月17日(日)、28日(木)

2月7日(日)、18日(木)、3月10日(休)午後1時30分～3時30分(全7回)

場 歴史民俗資料館

講師 岡田昌晴さん（歴史民俗資料館専門調査員）

定 先着20人

持ち物 筆記用具

申・問 12月12日(土)までに歴史民俗資料館 ☎ 295-518

2002へ申込み

運動で健康な1年を 『正月太り解消運動教室』

お正月についての食べすぎてしまいそうなあなた。簡単な運動を教わって、気持ち良く身体を動かし、お正月太りを解消しませんか。

日 平成28年1月18日(月)午前10時～正午

場 保健センター

講師 菊池幸代さん

定 40歳以上のの人

持ち物 タオル、飲み物、筆記用具

※運動できる服装・靴でお越しください。

申・問 12月15日(火)から保健センター ☎ 294-5511で受付（電話可）

ご寄附ありがとうございました
健康で安心して暮らせるまちづくりのための寄附として
クラブエコル
チャリティゴルフコンペ様
▷20万円



地域歳末たすけあい募金運動

地域の皆さんの協力で、支援を必要とする人たちが安心して新年を迎えることができるよう支援するための募金です。皆様のご理解とご協力をお願いします。

実施期間 12月1日(火)～31日(木)

平成27年度目標額 213万3,000円

募金の用途 歳末援護事業、歳末福祉サービス事業(おせち料理宅配)など

※配分委員会で配分方法、金額、配分先を協議し、社会福祉協議会で配分します。

募金方法 ①ご家庭や行政区でご協力いただく戸別募金、②直接お寄せいただく一般募金または指定寄附
※大口の寄附は税法上の優遇措置が受けられます。
平成26年度の募金総額は191万2,294円です。ご協力ありがとうございました。

問合せ 埼玉県共同募金会毛呂山町支会（ウイズもろやま内）☎(295)3111

子育て講演会 ～「子育て」に必要な栄養素～

日時 1月16日(土)午後1時30分開演
午後1時開場

場所 ウイズもろやまホール

講師 鈴木郁子さん(社会福祉法人毛呂病院光の家療育センター施設長)



障害児医療の専門家。長く、その親や家族と接してきた経験から、どんな子どもの成長にも欠かせない家庭の愛情や支援、声かけなどの大切さを、情熱的にお話しいただきます。

その他 保育あり（6か月児～小学2年生）。なお、保育を希望する場合は、1月5日(火)までに、問合せ先に申込み。

問合せ 教育委員会生涯学習課 ☎(295)2112内線520・521

還付金詐欺にご注意

西入間警察署管内で、医療費や税金の還付を装った詐欺の電話が急増し、県内でも多くの被害が発生しています。

ATMで還付金の手続きは絶対にできません!

役場や銀行の職員などの肩書きを名乗る電話でも、怪しいと思ったら電話を切り、警察に連絡してください。

問合せ・相談 西入間警察署生活安全課 ☎(284)0110

募集します

歴史民俗資料館 臨時職員募集

町内の埋蔵文化財の発掘調査を行う臨時職員の登録者を募集します。選考のうえ登録し、調査がある時に従事していただきます。

勤務内容 発掘調査の現場作業（遺構・遺物の発掘、測量などの補助）

応募資格 次のいずれにも該当する人 ①心身ともに健康、②埋蔵文化財の発掘調査作業に耐えられる

勤務日 調査期間中の火曜日～金曜日

勤務時間 1日あたり6時間程度

勤務場所 町内
募集人員 若干名
賃金 時給840円

採用時期 平成28年1月上旬
申・関 12月8日(火)までに履歴書(写真貼付)を歴史民俗資料館☎295-8282へ提出(郵送不可)

※兼業はできません。

町立小・中学校臨時職員(支援員など)募集

①【学力向上支援員】

勤務内容 授業支援
募集人数 14人程度

応募資格 次のいずれにも該当する人 ①小・中学校いづれかの教員免許を所有または取得見込、②小・中学校で、特に、国語、算数・数学、英語を指導できる

勤務日数 年間185日
勤務時間 1日あたり7時間45分

賃金 時給1300円
※社会保険有り。

②【児童生徒支援員】
勤務内容 授業、学校生活全般の支援(普通学級・特別支援学級)

募集人数 16人程度
応募資格 児童・生徒の健全育成に幅広い見識がある人
勤務日数 年間201日
勤務時間 1日あたり5時間

賃金 時給840円
③【生徒指導推進員】
勤務内容 中学校での生徒指導上の支援

募集人数 2人程度
応募資格 生徒指導(非行防

止など)に対し、幅広い見識がある人(警察官、教員の経験がある、または教員免許を所有する人など)

勤務日数 年間185日
勤務時間 1日あたり5時間

賃金 時給1000円
④【不登校対策相談員】
勤務内容 児童・生徒との交流をとおした相談援助など

募集人数 (A)2人、(B)2人
応募資格 児童・生徒の健全育成および教育相談に幅広い見識がある人

勤務日数 (A)年間210日、(B)年間100日
勤務時間 1日あたり5時間

賃金 時給1000円
①～④共通事項】
任用期間 平成28年4月1日(金)～9月30日(金)

※勤務状況により年度末までの更新があります。
選考方法 面接および論文(400字程度)

申・関 平成28年1月15日(金)までに、履歴書(写真貼付)に希望職種を明記し、教育委員会学校教育課☎内線532へ提出(郵送可)

⑤【学校用務員】
勤務内容 学校における環境

整備、給食配膳など

募集人数 6人

勤務日数 年間216日程度
勤務時間 午前9時～午後2時45分のうち1日あたり5時間(休憩有り)

賃金 時給840円
⑥【学校事務員】
勤務内容 町費会計事務など

募集人数 6人
応募資格 パソコン操作(ワード・エクセル)ができる人

勤務日数 年間216日程度
勤務時間 午前9時～午後2時45分のうち1日あたり5時間(休憩有り)

賃金 時給850円
⑦【学校給食補助員】
勤務内容 安全面・衛生面に配慮した給食の配膳など

募集人数 6人
勤務日数 給食がある日で年間202日程度
勤務時間 午前10時30分～午後2時30分のうち1日あたり3時間(休憩有り)

※学校により時間変更有り。
賃金 時給840円
⑧【学校図書館整理員】
勤務内容 司書教諭および図書館担当教諭の実務補佐など

募集人数 6人

勤務日数 児童・生徒が登校する日で年間206日程度
※夏季休業中、1日あたり5時間、5日程度の勤務有り。

勤務時間 1日あたり3時間(学校長の指定する時間)

賃金 時給840円
⑨【学童バスの運転手】
勤務内容 毛呂山小学校児童の送迎

募集人数 3人
応募資格 普通自動車免許を持つ人(面接時に免許証を持参してください)

勤務日数 週3～5日
勤務時間 午後2時30分～4時30分

※学校行事などで運行時間を変更する場合があります。
賃金 時給930円
⑤～⑨共通事項】
任用期間 平成28年4月1日(金)～9月30日(金)

※勤務状況により年度末までの更新があります。
選考方法 面接

申・関 平成28年1月15日(金)までに、履歴書(写真貼付)に希望職種を明記し、教育委員会教育総務課☎内線511・512へ提出(郵送可)

可)



西入間広域消防組合 消防職員募集

募集職種	消防職員	採用予定人数	最大 8人
応募資格	次のいずれにも該当する人 ①平成 2年 4月 2日～平成 10年 4月 1日生まれ ②大学、短期大学、高等学校（同等の学歴を含む）を卒業または平成 28年 3月末までに卒業見込		

一次試験 平成28年 **1月16日**(土) (教養試験)
 受付期間 12月21日(月)～25日(金)
 申込み・問合せ 西入間広域消防組合総務課☎(295)0147
 ※祝日を除く午前8時30分～正午、午後1時～5時に受付。
 ※申込用紙および試験案内は、申込み先窓口または組合ホームページ (<http://www.119nishiiroma.jp>) で配布しています。

川越税務署 非常勤職員募集

勤務内容 確定申告事務補助
 勤務期間 平成28年1月中旬～3月末
 勤務時間 午前8時30分～午後5時の間で3～7時間
 勤務場所 川越税務署
 賃金 時給870円～920円
 円＋交通費相当額（上限あり）

募集人数 140人程度
 ※申込方法などの詳細は、関東信越国税局ホームページ (<http://www.nta.go.jp/kantoshinetsu>) 内、「採用案内」→「非常勤職員の募集」→「川越」をご覧ください。
 川越税務署総務課☎235-9441



新築・増築・取壊しは 税務課にご連絡ください

固定資産税・都市計画税の課税にあたり、もとなる評価額を算出するための「家屋調査」を行っています。調査では、家屋に使用されている建築資材や仕上げなどを部屋ごとに調査(約40分)するとともに、建築確認申請書(副本)を拝見し、平面図を作成します。

下記に該当する建物(既に調査させていただいた家屋を除く)を所有している人は、役場税務課までご連絡ください。なお、家屋調査では、キッチン・トイレなども確認させていただきます。ご理解とご協力をお願いします。

対象となる建物

平成27年中に新築・増築または取壊しされた家屋
 ※家屋には工場、事務所、アパート、車庫、物置、便所なども含まれます。

※家屋を取壊した際、取壊しの連絡がないと、翌年度も固定資産税が課税されてしまう恐れがあります。

町では、随時、家屋の現況調査を行っています。これは課税台帳の内容と現況の建物が一致しているかを実際に確認するものです。ご協力をお願いします。

連絡・問合せ 役場税務課資産税課税係☎(295)2112
 内線191・192

ご相談を

「川越の弁護士による無料法律相談会」
 12月8日(火)午後3時30分～6時30分
 飯能市市民活動センター
 相談内容 遺言、相続、離婚、交通事故、借金
 この相談会を初めて利用する人(申込み不要)
 田口法律事務所☎227-3177

「全国一斉労働トラブル110番」
 12月19日(土)午前10時～午後5時
 相談電話番号 ☎0120-610-787
 ※当日だけ通話可能な相談会専用番号です。
 相談内容 労働相談全般(賃金、残業代、解雇、セクハラ、違法派遣問題など)
 主催 全国青年司法書士協議会
 司法書士鈴木☎048-969-5511

司法書士会「総合相談センター出張法律相談」
 平成28年1月6日(水)、2月3日(水)、3月2日(水)午後1時30分～4時30分
 日高市ひだかアリーナ
 相談内容 相続、遺言、登記、債務整理、成年後見、不動産の名義変更など
 無料
 事前に☎048-8338-7472へ電話予約
 埼玉司法書士会☎048-863-7861

高額介護合算医療費の申請はお済みですか

高額介護合算医療費

医療費が高額になった場合は、医療保険から月額限度額を超えた分が「高額療養費」、介護サービス費用が高額になった場合は、介護保険から月額の限度額を超えた分が「高額介護サービス費」として、それぞれ支給されています。

※医療保険とは、国民健康保険、後期高齢者医療制度、被用者保険のいずれかです。

同一世帯で負担した、医療費と介護サービス費用の自己負担分の合算が、規定の限度額（左下表）を超えたとき、申請することによって限度額を超えた金額を「高額介護合算医療費」として受け取ることができます。

申請することによって限度額を超えた金額を「高額介護合算医療費」として受け取ることができます。

合算する期間 平成26年8月1日～平成27年7月31日の1年間

※同一世帯内であっても、計算は期間の末日（平成27年7月31日）に加入している医療保険ごとに行います。

※支給額が500円以下の場合や、医療・介護いずれかの自己負担額が0円の場合は支給の対象となりません。

支給を受けるには申請が必要ですが、期間内の1年間に引き続き国民健康保険または後期高齢者医療制度の被保険者だった人には、1月中旬～2月下旬に役場から郵送で通知します。

申請をお忘れなく

支給を受けるには申請が必要ですが、期間内の1年間に引き続き国民健康保険または後期高齢者医療制度の被保険者だった人には、1月中旬～2月下旬に役場から郵送で通知します。

国民健康保険について

役場住民課国保年金係

☎内線127、後期高齢者医療制度について

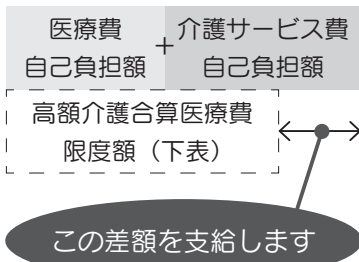
高齢者支援課医療係

☎内線158、介護保険について

高齢者支援課介護係

☎内線122

高額介護合算医療費イメージ図



高額介護合算医療費の限度額

【70歳以上の世帯】

所得区分	限度額	
現役並み(上位)所得者	67万円	
一般	56万円	
低所得者	Ⅱ	31万円
	Ⅰ	19万円

【70歳未満の人が居る世帯】

所得要件	区分	限度額
901万円を超える	ア	176万円
600万円を超え901万円以下	イ	135万円
210万円を超え600万円以下	ウ	67万円
210万円以下	エ	63万円
住民税非課税世帯	オ	34万円

縁結びレインボーパーティー 恋のかけはし in おごせ



川越都市圏まちづくり協議会（通称レインボー協議会）では、出会いを求める未婚の男女に、恋の橋渡しとなるよう交流パーティーを開催しています。

今年で5回目のこのパーティーは、カップル成立率が高く、これまでに44組のカップルが誕生しています。

今回は越生町を会場に、「おごせ婚活七福神めぐり」を開催。福徳をもたらす七福神に招福・健康・出会いを願ってめぐりながら、素敵なパートナーを探しませんか。お気軽にお申し込みください。

平成28年1月31日(日)午前9時～午後3時(予定)

集合 越生町中央公民館(越生町越生917)

※駐車場あり。

内容 受付および説明後、バスでおごせ七福神をめぐります

①全洞院→②龍穩寺→③円通寺→④最勝寺→⑤弘法山→⑥正法寺→⑦法恩寺

七福神めぐりの終了後、ゆうパークおごせでパーティー(昼食、トークタイム、カップリング)を行います。

※雨天時はコースが変更になる場合があります。

⑧ 25歳～45歳前後の未婚の人

※応募多数の場合は抽選とし、レインボー協議会構成市町(川越、坂戸、鶴ヶ島、日高市、川島、毛呂山、越生町)在住の人を優先します。

定 男女各30人

料 男女とも1人あたり3000円(軽食、飲み物代)

※アルコールの提供はありません。

申 申込みおよび申込期限などの詳細は、毛呂山町ホームページ「レインボーパーティー」のページをご覧ください。

問 越生町企画財政課 ☎292-3121

情報交換

「越生・毛呂山班児童生徒美術展」など開催

「平成27年度越生・毛呂山班児童生徒美術展」および「越生・毛呂山班特別支援学級児童生徒合同作品展」を開催します。

日／平成28年1月23日(土)、24日(日)午前9時～午後4時 場／越生町中央公民館体育館
 日／毛呂山中学校☎294-0019または川角小学校☎294-11142

ゆずの里商店街「歳末福引抽選会」

もろ丸商品券でお買物をして、福引きにチャレンジしよう。

- 特賞 テーマパークペア入場券
 1等 5,000円分加盟店商品券
 2等 新米10kg
 3等 豪華商品

もろ丸くん
 商品券の
 利用期限間近

日時 12月23日(祝)午前9時～午後3時
 場所 毛呂本郷いちよう広場(日野屋酒店横)
 福引補助券配布期間 12月20日(日)まで
 ※商店街加盟店で対象商品を500円お買い上げごとに福引補助券を1枚進呈。補助券2枚で1回福引きができます。
 問合せ ゆずの里商店街☎(294)0018岡部

「第14回毛呂山写真愛好者作品展」

町内在住・在勤などの写真愛好者が一同に会し、親睦と写真技術の向上を目的とした写真展です。

風景、花、野鳥、祭りなど、幅広いジャンルの作品100点を展示します。ぜひ、見に来てください。

日／平成28年1月15日(金)～17日(日)午前9時～午後5時(17日(日)は午後4時まで) 場／東公民館 主催／毛呂山写真愛好者作品展実行委員会 ☎294-5121大谷木

「鎌北湖オーブン卓球大会」参加者募集

日／平成28年①2月6日(土)、②7日(日)午前8時30分開場、9時開会式 場／総合公園体育館 内容／男・女各シングルス(①中学生以下の部、②一般、50歳代、60歳代、70歳以上の部) 関／審判ができる人 ルール／11本5ゲーム

マッチ(白球プラスチック40mm使用) 申／1月11日(祝)までに、封筒に「卓球試合申込み」、用紙に①種目、②チーム名、③出場者氏名、④電話番号を明記し、毛呂山卓球連盟松田(〒350-0465若井西1-17-6)へ郵送にて申込み 料／申込み時に、1種目あたり700円をゆうちよ銀行・店番019・当座0010009-547341毛呂山卓球連盟へ振込み(振込用紙に担当者・チーム名を明記) 関／毛呂山卓球連盟☎295-0624松田

※申込用紙はチームごとに作成し、種目ごとにランク順に出場者氏名を記入。
 ※種目は参加人数により変更

あゆみ毛呂山

「栄養教室」

いつまでも元気で過ごせるように、食生活の見直しをしませんか。健康増進、介護予防を図ることを目的とした栄養教室を開催します。

日／12月4日(金)、18日(金)、平成28年1月15日(金)、2月19日(金)午前10時～正午 場／第一団地集会所 内容／個別栄養相談(希望者のみ)、簡単レシピの料理教室など 申・関／小規模多機能型居宅介護あゆみ毛呂山☎070-1507-2520山口

「むりぼっちをなくそう」

日／平成28年1月13日(水)午後1時～4時(午後0時30分開場) 場／坂戸市文化会館

内容／精神障害者当事者による体験発表、グループワーク
 関／県内在住の精神障害のある

人、家族、支援者、学生、関心のある人 関／先着100人 関／埼玉県精神障害者団体連合会☎048-822-9369山内(火・木・日曜日)の午後1時～4時(30分)

「フォークダンスステップ・ホップ」会員募集

世界の音楽にあわせて身体を動かし、少し汗をかきながら楽しく踊りませんか。

日／毎週火曜日午後1時～3時 場／中央公民館 料／月額1000円 関／☎295-4708金崎

「埼玉ピースミュージアム」12月のお知らせ

【映画上映会】日／①12月12日(土)、②19日(土)、③26日(土)午後1時30分から 内容／①洋画「心の旅路」、②邦画「一人息子」、③邦画「長屋紳士録」
 【ウィンターナイトミュージアム】日／12月5日(土)、12日(土)、19日(土)、26日(土) 内容

／開園時間を午後8時まで延長 場・関／埼玉ピースミュージアム☎0493-3514111

こどもひろば

児童館 (川角 449-4) ☎(295)4111

ぴよんぴよん広場

☐ 12月2日(水)、9日(水)、16日(水) 10:30 ~ 11:30
※9日(水)はクリスマス会(申込制)

刈 2歳前後の幼児と保護者

持ち物 親子とも室内シューズ
体操、工作、体育あそび

わいわい・ガヤガヤ こども忘年会

☐ 12月25日(金) 10:00 ~ 12:00

刈 小学3年生以上

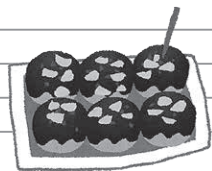
※たこ焼きを焼いた経験があれば、小学1・2年生も参加できます。

定 先着20人

持ち物 申込み時に伝えます

☐ 12月5日(土) ~ 12月19日(土)

たこ焼き、ゲームなど



父親クラブ・そば打ち体験

☐ 1月16日(土) 10:00 ~ 12:00

刈 幼児・小学生とお父さん(家族で参加可)

定 先着7家族または20人

持ち物 申込み時に伝えます

☐ 1月7日(木) ~ 14日(木)

幼児クラブ (各コース全7回)

火曜コース 1月26日(火) ~ 3月8日(火)の毎週火曜日

木曜コース 1月28日(木) ~ 3月10日(木)の毎週木曜日

時間 10:00 ~ 11:30

刈 3、4歳(H23.4.2 ~ H25.4.1生)の幼児と母親

※対象外の方は、お問い合わせください。

定 先着15組

持ち物 親子とも室内シューズ

☐ 1月8日(金)から(電話可)

※必ずご家族がお申し込みください。

体操、工作、体育あそび、ひなまつりお楽しみ会など

保健センター (川角 305) ☎(294)5511

子どもの健診 ※対象者には事前に通知

4か月	H27.8生	1月7日(木)	13:30から
10か月	H27.2生	1月8日(金)	
1歳6か月	H26.6生	1月19日(火)	
3歳	H24.7生	1月20日(水)	

2歳児歯科健診 ※対象者には事前に通知

☐ 1月28日(木)午前

刈 2歳5 ~ 7か月児(H25.6 ~ 7生)

歯科検診、歯磨き指導、フッ素塗布、栄養相談など

図書館 (岩井西 4-18-1) ☎(295)1015

おはなしポッケ

☐ 12月1日(火)、8日(火)、22日(火)、1月5日(火)
11:00 ~ 11:30

刈 0 ~ 3歳児と保護者

わらべうた、手遊び、読み聞かせ、紙芝居など

子ども映画会

☐ 12月12日(土) 14:00 ~ 15:30

刈 小学生以下

定 先着50人

「ガフルの伝説」若いフクロウのソーレンは、世界征服をたくらむ組織から王国を救うため、伝説の勇者を探しに旅立つ

おはなしのクレヨンおはなし会

☐ 12月26日(土) 14:00 ~ 14:30

刈 3歳 ~ 小学生(未就学児は保護者同伴)

大人もどうぞ!

クリスマスクリスマス おはなし「こびととくつや」ほか

子育て支援センター(平山 1-47-3) ☎(294)4820

保健師の日

☐ 12月7日(月)、1月18日(月) 10:00 ~ 11:00

刈 おおむね3歳以下の幼児と保護者

保健師による育児相談や身体測定

※同日11:30 ~ 12:00に、東公民館子育て支援室でも開催します(町内在住の人限定)。

クリスマス会

☐ 12月22日(火) 11:30から

刈 おおむね3歳以下の幼児と保護者

みんなでサンタさんに会おう☆



子育て相談をご利用ください

子育て支援センターでは、随時子育てに関する相談を行っています。また、毎月役場と子育て支援センターで家庭教育アドバイザーによる「子育て相談」を開催しています。詳しくは、P22「1月の相談コーナー」をご覧ください。



子育て支援室(川角 298-1) ☎(294)1800

栄養士の日

☐ 12月21日(月) 11:15から

刈 町内在住でおおむね3歳以下の幼児と保護者

栄養士による食事相談

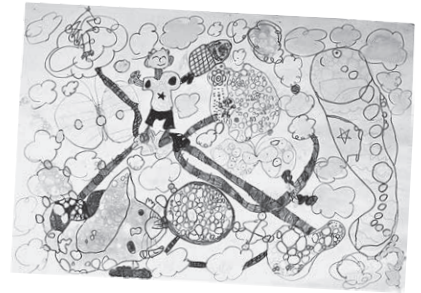
ぼくらのキャンパス No. 402 川角小学校



6年 鶴田史夏さん
「緑にあふれる毛呂山」



5年 富田花凜さん
「宇宙飛行する私」



2年 樋山潤くん
「くもの上にのぼったよ」



保健センターだより

問合せ 保健センター ☎(294)5511

乳がん・子宮頸がん検診

☑ 1月29日(金)午後

定 先着50人

乳がん ☑ 40歳以上 料 600円

子宮頸がん ☑ 20歳以上 料 500円

☑ 12月4日(金)から(電話可)

※お子さんの保育あり。

※クーポン券のある人は無料。

※生活保護受給者は無料。申込み時に申し出のうえ、検診当日に印鑑と受給者証を持参してください。

献血

☑ 12月14日(月) ①10:00~11:45
②13:00~16:00

場 役場来客用駐車場

☑ 16歳~69歳

※65歳以上の方は、64歳まで献血した経験がある人に限ります。

献血バスでの献血です。200mLまたは400mL献血を10~15分程度かけて行います。

※献血終了後は十分な休憩が必要です。時間にゆとりをもってお越しください。

※問診の結果、献血いただけない場合もあります。あらかじめご了承ください。



年末年始および1月の在宅当番医(9:00~12:00)

日にち	医療機関	専科	住所	電話
12/29(火)	長瀬クリニック	内科・小児科・皮膚科	川角133-6	295-0708
12/30(水)	柴崎皮膚科医院	皮膚科	中央4-19-12	295-6628
12/31(木)	くぼた耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科	越生町越生東2-7-9	277-7834
1/1(祝)	初野医院	内科	長瀬718	294-7713
1/2(土)	もろやま眼科	眼科	岩井西2-11-8	294-4113
1/3(日)	根岸内科医院	内科	下川原171	295-3959
1/11(祝)	越生メディカルクリニック	内科	越生町黒岩199-1	277-1119

※埼玉医科大学病院(毛呂本郷38 ☎(276)1465)は、救急部が曜日・祝日を問わず救急患者を受け入れています。

救急相談をご利用ください

埼玉県大人の救急電話相談 ☎#7000

(または ☎048(824)4199) ☑ 毎日18:30~22:30

埼玉県小児救急電話相談 ☎#8000

(または ☎048(833)7911)

☑ 月~土曜日19:00~翌7:00、日・祝日7:00~翌7:00
夜間・休日の急病やけがに対して、家庭での対処方法や受診の必要性を看護師がアドバイスします。

日	月	火	水	木	金	土
施設のお休みマーク <small>☉図書館 ☊児童館 ☋歴史民俗資料館</small> <small>☌町内体育施設 (総合公園体育館・グラウンド・テニスコート、大類グラウンド、ソフトボールパーク、川角公園、西戸・川角・岩井・目白台各グラウンド、弓道場)</small>					1 元旦 <small>☉☌☌☌☌</small>	2 <small>☉☌☌☌</small>
3 <small>☉☌☌☌☌</small> 	4 <small>☉☌☌☌☌</small> ・官公庁仕事始め	5 <small>☉☌☌☌☌</small> ・2月分体育施設調整会議 <small>📍総合公園</small> ・おはなしポッケ <small>📍図書館→P20</small>	6 <small>☉☌☌☌☌</small> ・入間西障害者相談支援センター出張相談会 <small>📍役場→P22</small>	7 <small>☉☌☌☌☌</small> ・町立小中学校 授業開始 ・かるた遊び <small>📍児童館</small> ・4か月児健診 <small>📍保健センター→P20</small> ・手話講習会 <small>📍ウイズもろやま</small>	8 <small>☉☌☌☌☌</small> ・10か月児健診 <small>📍保健センター→P20</small> ・成人健康相談 <small>📍保健センター→P22</small> ・子育て相談 <small>📍役場→P22</small>	9 <small>☉☌☌☌☌</small> ・トレーニング機器説明会 <small>📍総合公園</small> ・大人の映画会 <small>📍図書館</small> ・子ども映画会 <small>📍図書館</small>
10 <small>☉</small> ・成人のつどい <small>📍両公民館</small> ・消防団出初式 <small>📍越生中央公民館</small> ・2月分総合公園予約日 <small>📍総合公園</small>	11 成人の日 <small>☉</small>	12 <small>☉☌</small> ・法律相談 (弁護士) <small>📍役場→P22</small>	13 <small>☉☌☌☌☌</small> ・びよんびよん広場 <small>📍児童館</small>	14 <small>☉☌☌☌☌</small> ・人権行政相談 <small>📍役場→P22</small> ・成人健康相談 <small>📍役場→P22</small> ・手話講習会 <small>📍ウイズもろやま</small>	15 <small>☉☌☌☌☌</small>	16 <small>☉☌☌☌☌</small> ・子育て講演会 <small>📍ウイズもろやま→P15</small> ・父親クラブ <small>📍児童館→P20</small>
17 <small>☉</small> ・古文書解読講座 <small>📍歴史民俗資料館→P15</small>	18 <small>☉☌☌☌☌</small> ・正月太り解消運動教室 <small>📍保健センター→P15</small>	19 <small>☉☌☌☌☌</small> ・1歳6か月児健診 <small>📍保健センター→P20</small>	20 <small>☉☌☌☌☌</small> ・びよんびよん広場 <small>📍児童館</small> ・3歳児健診 <small>📍保健センター→P20</small> ・法律相談 (行政書士) <small>📍役場→P22</small>	21 <small>☉☌☌☌☌</small> ・もの忘れ相談会 & オレンジカフェ <small>📍中央公民館→P22</small> ・手話講習会 <small>📍ウイズもろやま</small>	22 <small>☉☌☌☌☌</small> ・子育て相談 <small>📍子育て支援センター→P22</small>	23 <small>☉☌☌☌☌</small> ・おはなし会 <small>📍図書館</small>
24 <small>☉</small>	25 <small>☉☌☌☌☌</small> ・法律相談 (弁護士) <small>📍役場→P22</small>	26 <small>☉☌☌☌☌</small> ・おはなしポッケ <small>📍図書館</small> ・幼児クラブ <small>📍児童館→P20</small>	27 <small>☉☌☌☌☌</small> ・びよんびよん広場 <small>📍児童館</small>	28 <small>☉☌☌☌☌</small> ・古文書解読講座 <small>📍歴史民俗資料館→P15</small> ・幼児クラブ <small>📍児童館→P20</small> ・2歳児歯科健診 <small>📍保健センター→P20</small>	29 <small>☉☌☌☌☌</small> ・乳・子宮頸がん検診 <small>📍保健センター→P21</small>	30 
31 <small>☉</small> ・休日納税相談、納入窓口 <small>📍役場</small> ・縁結びレインボーパーティー <small>📍越生町→P18</small>						

1月の相談コーナー

法律相談 土地家屋、交通事故、借金、相続など

12日、25日は弁護士 (要予約)、20日は行政書士

1/12(火) 25(月)	13:30~16:00	役場会議室	役場総務課自治振興係 ☎内線313
1/20(水)	10:00~15:00		

人権・行政相談 人権問題、行政に関する苦情など

1/14(木)	13:30~16:00	役場会議室	総務課自治振興係 ☎内線313
---------	-------------	-------	--------------------

入間西障害者相談支援センター出張相談会

障害者 (身体・知的・精神) 本人、家族の生活上の諸問題

1/6(水)	10:00~12:00	役場相談室	福祉課障害福祉係 ☎内線117、☎(295)2126
--------	-------------	-------	-------------------------------

成人健康相談 心と身体について

1/ 8(金)	9:00~12:00	保健センター	保健センター ☎(294)5511 ※平日電話相談可
1/14(木)	9:30~11:30	役場 町民ホール	

消費生活相談 消費者トラブル

毎週 火曜日	10:00~15:00	役場相談室	役場産業振興課商工観光係☎内線171
-----------	-------------	-------	--------------------

子育て相談 家庭教育アドバイザーによる相談 (予約優先)

1/ 8(金)	10:00~11:00	役場相談室	子育て支援センター ☎(294) 4820
1/22(金)		子育て支援センター	

もの忘れ相談会 物忘れや認知症について

1/21(木)	10:00~12:00	中央公民館	地域包括支援センター (役場高齢者支援課内) ☎内線115
---------	-------------	-------	-------------------------------------

※同時に、中央公民館内「喫茶ゆず」で認知症の人や家族などが交流する「オレンジカフェ」を開催。

心配ごと相談 生活上の悩み、困りごと

毎週 水曜日	10:00~12:00	ウイズ もろやま	社会福祉協議会 ☎(295)3111
-----------	-------------	-------------	-----------------------

生活困窮者自立支援相談

生活に困窮している人の相談 ※生活保護者を除く

平日	8:30~17:00	ウイズ もろやま	アスポート相談支援センター 埼玉西部毛呂山出張所 ☎080(2274) 1445
----	------------	-------------	--

教育相談会 不登校、いじめ、しつけなど

平日	10:00~16:30	教育センター	教育センター☎(295) 2525※電話相談可
----	-------------	--------	-------------------------



役場からのお知らせ

開庁日時▶平日8:30~17:15
 ※水曜日のみ、税務課・住民課・子ども課・高齢者支援課・福祉課・水道課で、19:00まで窓口業務を行っています。

広報もろやま▶町内の公共機関、駅、町ホームページ、スマートフォン向けアプリ「i広報紙」(右QRコード)から閲覧できます。



■税金・保険料は期限内に忘れずに納めましょう。

■12月の納期(12月25日納期限)

町県民税	4期
国民健康保険税	6期
介護保険料	7期
後期高齢者医療保険料	8期

人の動き

人口	35,028人(-21人)
男	17,470人(-3人)
女	17,558人(-18人)
世帯	15,753戸(-5戸)

※平成27年11月1日現在
 ※(カッコ)内は前月比



『ぼくのとみだち』

刀根 里衣/作・絵

学研パブリッシング/出版

ひとりぼっちのうさぎのはじめての友だちは、迷子のたまご。いつもいっしょの楽しい毎日、でもお別れの日がやってきて…。優しいタッチで描かれる、大切な人との出会いと別れ、そして再会。イタリア・ミラノを拠点に活動し、国際的な賞を数々受賞している、注目の絵本作家の作品です。

編集後記

行事が続く11月を乗り切り、いつの間にかかなり寒くなった…と思ったら「暖冬」と聞いてびっくり。寒いのは苦手です。毛呂山町の特産品・ゆずは、冷えや風邪対策に効くので、たくさん摂って元気に新年を迎えたいです。(Y)

Sさん、お便りありがとうございます。ゆずが大好きなんだね、うれしいな！ほくは毛呂山町のご当地グルメ「豚玉毛井」が好きなんですけど、毎年必ず「ゆず湯」や「ゆずジャム」を作って、お友達におすそ分けしているよ☆



・ゆず大好き！ オススメのゆずの食べ方を教えて！
 (中央・Sさん)

もろ丸くんと
いっしょ
お便りコーナー



このコーナーへのお便りはこちら▶毛呂山町役場秘書広報課(〒350-0049 中央2-1-1) ☎295-0771、
 ✉ nisyu@town.moroyama.ayc.jp、または図書館・児童館入り口に設置する専用ポスト

桂木ゆずは12月12日(出)、13日(日)の「ゆず祭り」、20日(日)の「もろやまげんき市」でも買えるよ！ ほくも会場で待つているから、ぜひ遊びに来てね！

毛呂山町は、日本で最も古くからゆずを栽培している産地のひとつなんだ。「桂木ゆず」というブランド名で大人気なんだよ。今年は大豊作で、たくさん食べられてうれしいな♡



山根荘趣味の会等 12月の予定

休館日	5日 6日 12日 13日 19日 20日 23日 26日~31日	手芸の会	9日 21日
ベタンク	21日	カラオケ同好会	7日 21日
声を出す会	2日 16日	吟友会	9日
民謡同好会	14日	書道の会	9日 21日
俳句の会	11日 25日 季語:「山眠る」「焚き火」	舞わかば会	9日
囲碁・将棋の会	2日 4日 9日 11日 16日 18日 25日	FDカトリア	11日 25日
お茶の会	4日 18日	健康体操(役場)	18日
ダンス同好会	4日 18日	押し花の会	7日 14日
三味線・民謡の会	3日 17日	桜扇の会	14日 25日
		PCクラブ	7日 21日
		光華の会	2日 16日

※都合により変更する場合があります。趣味の会に入会したい人は、老人福祉センター山根荘☎(294)5545にご連絡ください。

リサイクル情報

ゆずりたい物

生ごみ処理機(高さ50cm×幅45cm)(新品・無料)/ミニベビーベッド(90cm×60cm)(中古・無料)/ベビーバス(中古・無料)/テーブル×2(中古・無料)/アイロン台(足が短いタイプ)(中古・無料)/キャリーバッグ(小旅行タイプ)(黒・柄物)(中古・無料)/水槽(モーター付)(中古・有料)/コーヒーメーカー(中古・無料)/家具調こたつ(75cm×75cm×35cm)(中古・無料)/果汁絞り器(中古・無料)

ゆずってほしい物

水槽(無料・相談)/自走式車椅子(無料)/可搬式段差スロープ(無料)/着せ替え人形と服(中古・無料)/電動自転車(中古・相談)

掲載期間 3か月まで(交渉が成立したら必ずご連絡ください)

申込み・問合せ 役場産業振興課商工観光係☎(295)2112 内線 173

わだいの特選ピックアップ



武 出雲伊波比神社の流鏝馬 士に扮し、見事な馬上芸を披露

11月3日、出雲伊波比神社で流鏝馬祭りが行われました。毛呂山町の流鏝馬は、町内の祭礼区から選ばれた小・中学生が、1か月以上の稽古と2日前からのノッコミなど多くの神事を経て、本祭りにいどみます。源氏・藤原氏・平氏を表した武家装束を身につけた乗り子が、馬場を駆ける度、勇ましい姿に拍手や歓声が沸き起こりました。今年も神社には大勢の人が足を運び、流鏝馬祭りは盛大に催されました。

①一の馬（長瀬2区）毛呂山中3年・亀井大地さん、②二の馬（沢田）毛呂山中3年・石井涼雅さん、③三の馬（毛呂本郷）毛呂山小6年・小山大宙さん

—— 徒然歳時記 ——

お歳暮



この言葉は、元もと「年の暮れ・年末」を表わす言葉でした。江戸時代のころ、1年間お世話になった人に贈り物を持参してまわる習慣を『歳暮回り』と呼ぶようになり、やがて、贈答品そのものを「御歳暮」と呼ぶようになりました。

外国にもお歳暮に似た習慣があり、タイではお菓子やジャム、ワインなどの贈り物をバスケットに詰めて、韓国では旧正月に肉類や調味料などを、お世話になった人に贈るそうです。

日本では、お歳暮に日持ちのするものや、季節感のあるものを選びます。毛呂山町の特産品「桂木ゆず」は、この時期ちょうど旬を迎えます。毛呂山ならではの贈り物をしてはいかがでしょうか。

なお、20日を過ぎた贈り物はお歳暮ではなく「寒中御見舞」になるのでご注意ください。

わがやのアイドル



室岡 俊賢くん
(1歳8か月)

歌やダンス、電車とパンが大好き、お話上手な俊賢くん。最近のお気に入り、ご飯の後の子育て支援センター。いつもたくさんの笑顔をありがとう。これからも、もりもり食べ、たくさん遊び、元気に成長してね！

問合せ 役場秘書広報課広報広聴係 ☎内線 332

もろやま

げんき市

日本最古の
ゆず

「桂木ゆず」
ご賞味あれ！



おいしいもの勢ぞろい！

日時

平成27年**12**月**20**日（日）

午前10時～午後3時

場所

大類グラウンド
（毛呂山町大字大類717番地）

内容

桂木ゆずの販売

毛呂山町
越生町
ときがわ町の
ゆずを販売！

飲食物の販売

新鮮
野菜
など

軽トラ市

手打ちそば
その他イロイロ

フリーマーケット

掘出し物を
探してね！

キッチンカー

そばまつり
同時開催！！



毛呂山町でとれた
そば粉で打って
いるよ！

主催：もろやまげんき市実行委員会

後援：毛呂山町・毛呂山町教育委員会
毛呂山町観光協会
入間ケーブルテレビ
ゆずの里ケーブルテレビ
テレ玉

問合せ

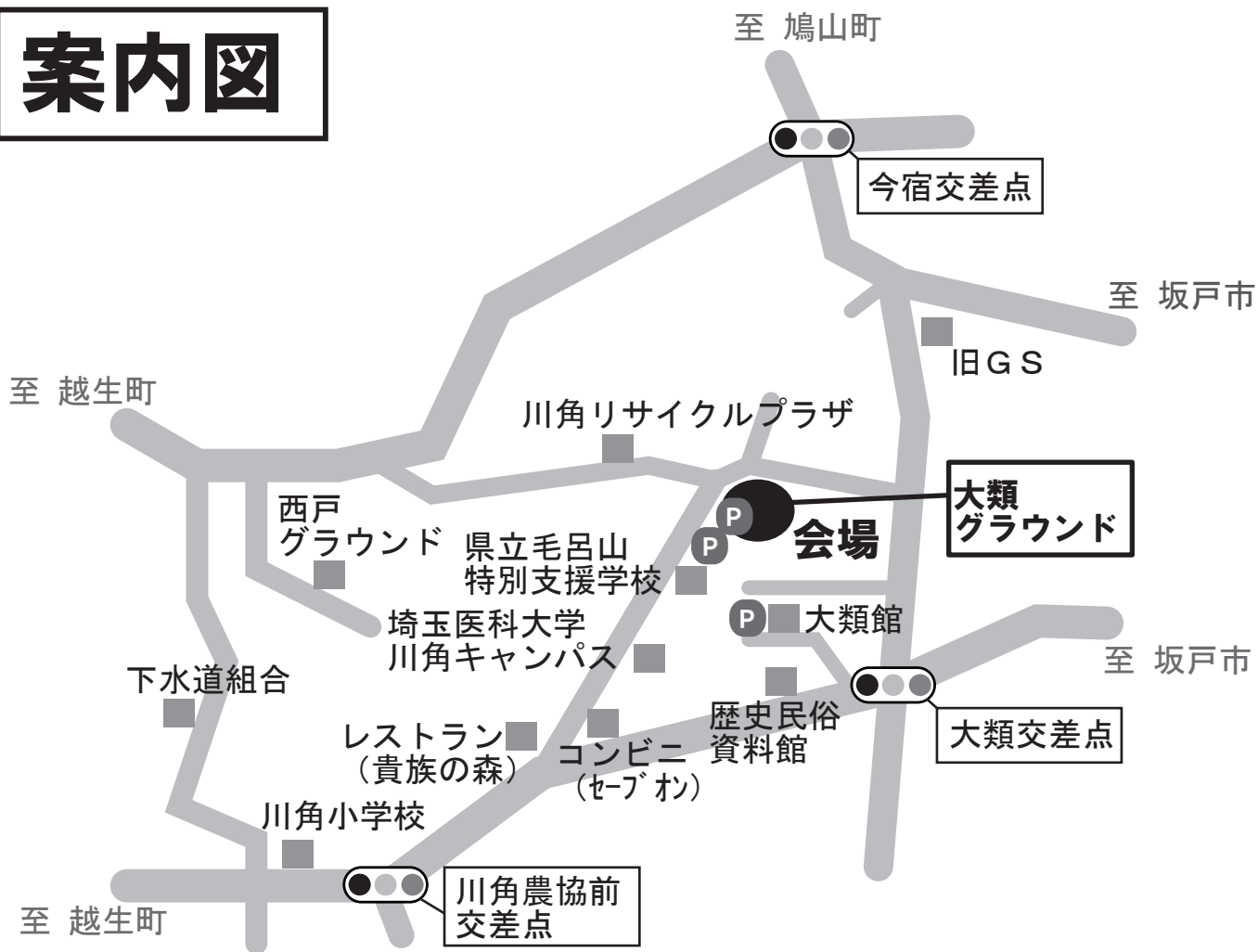
毛呂山町役場 産業振興課

049-295-2112

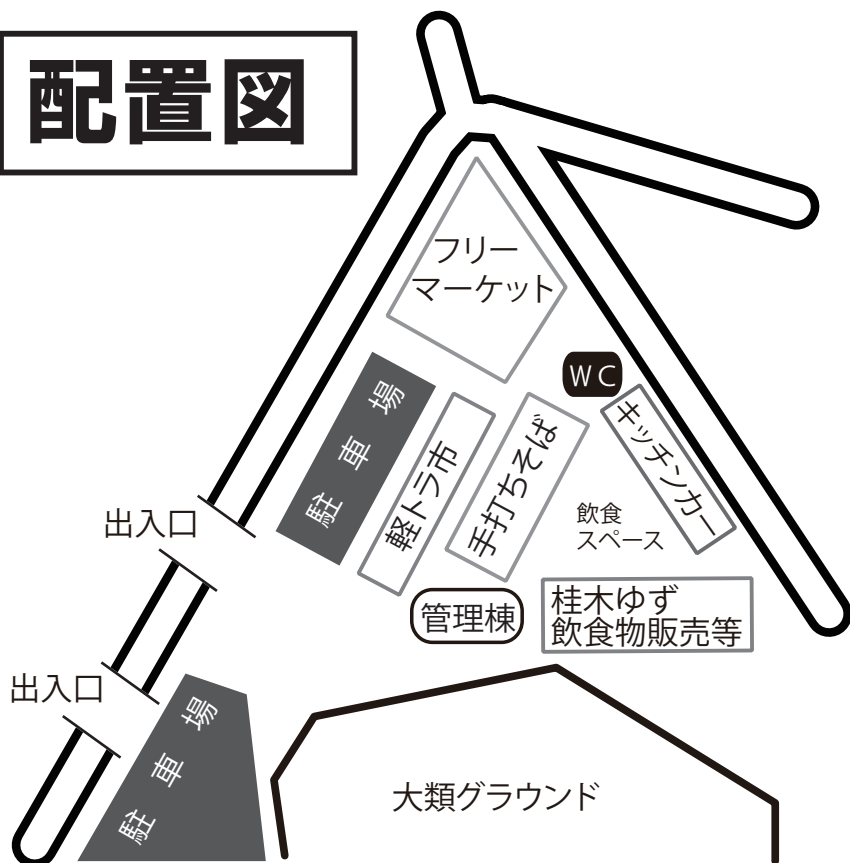
sangyou@town.moroyama.lg.jp



案内図



配置図



駐車場は

次の3か所にあります。

- 大類グラウンド 駐車場
- 大類グラウンド 西側駐車場
- 大類館の駐車場

駐車場が少ないので、なるべく乗り合わせておこしてください。