

『広報あげお』は、毎月1日に発行。戸別配布でお届け
しています。配布のお問い合わせは、上尾市シルバー
人材センター ☎779-5525・☎776-1074まで。

Ageo

みんなでつくる
みんなが輝くまち あげお



広報
あげお

2023
令和5年

No.1071

6
月号



地域活動に参加して、

康



年齢者に!

こう
れい
しゃ



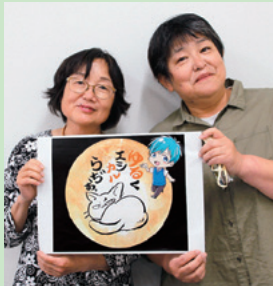


● 今月の表紙

今月の表紙は、通いの場で行われているアップー元気体操の一幕です。通いの場合は、地域の人と一緒に体を動かしながらつながりを深めるとともに、介護予防やフレイル予防に寄与しています。

地域の通いの場に参加して、心も体も健やかな康齢者を目指しましょう(3ページ参照)。

スポットライト



ゆるーく楽しく考える
インターネット配信番組
「ゆるカルらぢお」
ゆるカル
生井 圭子さん
安藤 由美さん(P.15)

市の人口・世帯



(令和5年5月1日現在)

23万208人

男／11万3,857人
女／11万6,351人
※前月より65人減

10万7,074世帯

※前月より123世帯増

市役所の位置



北緯 35度58分38秒
東経 139度35分37秒

市の面積



45.51km²



3 今月のイチ面

地域活動に参加して、**康^{こう}れい^{れい}しゃ^{しゃ}**に!

4 特集

6月は食育月間 **食と健康**を考えよう

6 市政ニュース

市民税・県民税の納付は6月から／令和4年度情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況／財政事情を公表他

14 市民のひろば

まちかど特派員だより「みんなが向こう三軒両隣」／アップーNET／スポットライト [ゆるカル 生井 圭子さん、安藤 由美さん] / 読者の声／未来へすすく！わが家のアイドル／小学校給食レシピ [クリームスープ]

17 シティ情報

上平公民館の貸館停止／あげお良いとこ探しフォトコンテストの入選作品が決定／市制施行65周年記念市民音楽祭合唱祭出演団体／シルバーeスポーツ体験会他

29 図書館へようこそ

30 みんなあつまれ いっしょにあそぼ!

アップーランド／こどもの城／
ももっこルーム／子育て拠点／
イベントカレンダー

32 保健センター通信

一歩ふみ出す健康づくり

34 7月の相談

ハイライト

35 Highlights 外国語情報コーナー

36 あげたて!NEWS

掲載記事は5月18日時点のものです。

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、本誌に掲載している催しなどは、中止・変更する場合があります。各催しの開催状況などご不明な点は、お問い合わせください。また、各催しに参加する際は、手洗いなどを適切に行ってください。

クイズ

アップーを探そう!



右のアップーが
登場するのは? ページ?

正解者の中から抽選で5人に粗品を差し上げます。

応募方法

はがきかメールにクイズの答え、「広報あげお」の感想、住所、氏名、年齢、電話番号を記入して、6月22日(木)まで(必着)に広報広聴課へ。

宛先／〒362-8501本町3-1-1
メールアドレス／s55000@city.ageo.lg.jp

発表

賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。正解は7月号のこのコーナーに掲載します。前号の答えは「22」でした。

◆市役所開庁時間／平日8時30分～17時、(土)8時30分～17時(12～13時を除く)
◆土曜日開庁窓口／市役所本庁舎1階・2階(市民税課、納税課、障害福祉課、高齢介護課に限る)・5階(子ども支援課、子ども家庭総合支援センター、保育課に限る)の窓口、尾山台出張所、上尾駅出張所



アップー元気体操

理学療法・音楽療法の専門家監修のもと上尾市独自で考案された、筋力や柔軟性、バランス能力の向上を目指した体操です。
一緒に健康づくりに取り組む参加者やリーダーを募集しています。



インタビュー

アップー木曜クラブ

最初は不安でしたが、一緒に体を動かしたり、大きな声を出したりすることで、心も体も元気になります。皆さんが喜んでいる声を聞くと励みになります。



リーダー木村さん

通いの場の参加者とリーダー

高齢者をはじめ地域住民の皆さんが、他者とのつながりの中で主体的に取り組み、介護予防やフレイル予防に役立てる活動の場・機会です。

●参加者

毎月1回～ 所公民館や地域の集会所など 内転倒予防を目的とした筋力トレーニング、アップー元気体操や、ラジオ体操、ヨガ、脳トレ、歌など 申電話で地域包括支援センターへ

内転倒予防を



トーンチャイムの練習

●リーダー

内通いの場の団体に参加しながら会場予約などの団体運営のサポート

参加者募集

地域活動に参加して、

こうれいしゃ
康 齢 者 に !



高齢介護課 TEL 775-4190・FAX 776-8872

みのり倶楽部の参加者と支援ボランティア

時10月～令和6年3月(週1回1時間程度、全20回予定)

申6月2日(金)～7月28日(金)に電話で各地域包括支援センターへ(表1のとおり)

●参加者

内認知症予防や、生活の活性化につながるプログラム(レクリエーション、学習、昔語りなど)を支援者と一緒に行う。参加者同士の交流を図る 内65歳以上でいずれかの会場で週1回参加できる人 内各30人程度(先着順)

●支援ボランティア

内認知症予防や高齢者対応について学び、プログラムの企画や実践に協力する ※事前に2日間の研修(表2)と予行演習があります。 内おおむね70歳以下で、いずれかの会場で週1回以上協力できる人 内各会場による(先着順)

【表1】みのり倶楽部実施スケジュール

西側会場				東側会場			
実施会場	とき	地域包括支援センター		実施会場	とき	地域包括支援センター	
上尾中央総合病院(柏座1-10-10)	(木)午前	上尾西	778-2711	藤村病院 (仲町1-8-31シンワエクセルビル3階)	(木)午前	上尾南	777-3301
上尾中央第二病院(地頭方421-1)	(金)午後	大谷	780-6363	特別養護老人ホームしののめ(平塚2141) または中平塚区民センター(平塚1708)	(火)午前	上尾東	778-4800
特別養護老人ホームパストーン浅間台 (浅間台2-17-1)		大石東	777-4201	上平公園クラブハウス(上平公園内)		上平	778-5132
介護老人保健施設エルサ上尾 (藤波3-265-1) ※一部送迎あり	(水)午前	大石西	789-5077	上尾市医師会上尾看護専門学校 (原市3494-4)	(水)午後	原市北	720-0022
特別養護老人ホームあけぼの (上野567) ※一部送迎あり	(木)午前	平方	726-6504	原市9区自治会館(瓦葺2247)		原市南	720-2502

*実施方法や内容は、各地域包括支援センターに問い合わせてください。

【表2】支援ボランティア養成研修スケジュール

■レクリエーション研修(全2回)

西側会場			東側会場		
とき	ところ		とき	ところ	
8/15(火)	9:30～11:30	市民体育館	8/14(月)	9:30～11:30	市役所 7階大会議室
8/17(木)					

■回想法研修

とき	ところ	
8/21(月)	9:30～11:30	市役所 7階大会議室

時とき 所ところ 内内容 対対象 費費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ



食と健康を考えよう

健康増進課(西保健センター) ☎774-1411・FAX776-7355

ライフステージに応じた健全な食生活を送ることは、健康寿命の延伸につながります。6月の食育月間をきっかけに食育情報に関心を持ち、自身の食生活から健康づくりを始めましょう。市のホームページには、食事の基本情報やレシピなどを掲載しています。ぜひ利用してください。



食育ライブラリー

学童期・思春期



成長期の食事

学童期・思春期の食事摂取における特徴は、体の成長や運動機能の発達が促進されるため、成長期として必要なエネルギー量が最大となることです。そのため、たんぱく質やカルシウム、鉄などの栄養素を十分摂取する必要があります。特に女子は月経が始まると鉄の必要量が増し、たんぱく質の摂取にも留意する必要があります。



レンジ de オムライス

<材料2人分>

■ケチャップライス

- ・米……………1合
- A
 - ・ケチャップ……………大さじ2
 - ・中濃ソース……………小さじ1
 - ・コンソメ……………小さじ2/3
 - ・こしょう……………少々



- ・バター……………32g
- ・ニンジン(みじん切り)……………1/4本
- ・ピーマン(みじん切り)……………1/2個
- ・玉ネギ(みじん切り)……………1/4個
- ・鶏むね肉皮無し(小さく切り、酒を振る)……………60g
- ・酒……………小さじ1/2

■レンジで薄焼き卵

- ・卵……………2個(1人分1個)
- ・水……………大さじ2(1人分大さじ1)
- ・ケチャップ……………適量

<作り方>

＝ケチャップライス＝

- ①米を洗い、ザルにあげ、30分置く。
- ②炊飯器の内釜に①、Aを入れて、炊飯器の1合の目盛りまで水を入れ、かき混ぜる。
- ③上に野菜と鶏むね肉、バターをのせて炊く。
- ④炊き上がったら、さっくりと混ぜる。

＝レンジで薄焼き卵(1人分)＝

- ①卵はボウルに割り、水を加えてよく混ぜる。
- ②18cm位の平らな皿に空気が入らないようにラップを敷く。①を流し入れ、電子レンジで500W 2分間加熱する。
- ③皿にケチャップライスを盛り付け、その上に薄焼き卵をのせる。お好みでケチャップをかける。

幼児期



偏食や遊び食い、反抗期への対応

1歳を過ぎてくると自己意識が芽生え、食事場面でも「いやだ」「食べたくない」「いらない」「嫌い」などの自己主張が見られるようになります。自己主張は「成長・発達の証」として言動を理解し、受け止めることが大切です。無理に食べさせようとせず、温かく見守ることが大切です。一歩引いた冷静な心と広い視野で成長段階を喜び、子どもが食事の時間を楽しめ、食欲が出るような雰囲気づくりを心がけましょう。



温野菜サラダ

<材料2人分>

- ・ブロッコリー(小房)……………40g
- ・塩……………少々
- ・酢……………小さじ1



<作り方>

- ①お湯を沸かし、ブロッコリーを茹でる。
- ②茹でたブロッコリーを塩と酢で和える。

キッシュ

<材料6人分>

- ・冷凍パイシート(常温に戻す)……………1枚(75g)
- ・油(炒め油)……………小さじ2
- ・玉ネギ(粗みじん)……………60g
- ・ハウレン草(茹でて細かく切る)……………60g
- ・ロースハム(5cm角)……………6枚
- ・コーン缶……………60g
- ・牛乳……………大さじ4
- ・卵……………1個
- ・スライスチーズ(ちぎる)……………1枚

<作り方>

- ①パイ皿に油(分量外)を塗り、めん棒で伸ばした冷凍パイシートを敷き詰め、フォークで数カ所穴を開ける。
- ②フライパンに油を広げ、玉ネギ、ハウレン草、ロースハム、コーンを炒める。
- ③ボウルに牛乳と卵を入れ、泡立て器でよく混ぜる。
- ④パイ皿に②を平らに広げ、③を流し込む。ちぎったチーズをのせる。
- ⑤オーブンで180度40分焼く。



おやこで料理

参加者募集

時・所・定下表のとおり ※時間はいずれも9時30分～13時です。
 市内に在住の小学生と保護者 費600円 持エプロン、三角巾、マスク、
 布巾2枚、上履き(子どもだけ) 申6月1日(休)から電話で西保健センターへ



●献立
 折りたたみキンパ、たたききゅうり、トマトの味噌汁、豆腐白玉フルーツポンチ

とき	ところ	定員
7/22(土)	大石公民館	8組
	上平公民館	7組
7/23(日)	原市公民館	8組
7/25(火)	上尾公民館	10組
7/28(金)	大谷公民館	10組

キッズ☆厨房(おやこ料理教室)

参加者募集

親子で一緒に野菜を使った簡単な健康ランチを作ります。

時①7月25日(火) ②8月18日(金)
 10～13時 所東保健センター
 市内に在住の4歳以上の未就学児と保護者 費750円 定各10組(先着順) 持エプロン、三角巾またはバンダナ、マスク、ハンドタオル、筆記用具、飲み物
 申①6月25日(日) ②7月19日(水)からWeb予約(33ページ参照)



●献立
 クリームコーンドリア、かりかりサラダ、おかしな目玉焼き

高齢期



低栄養予防

高齢期の「やせ」は肥満よりも死亡率が高くなるといわれます。加齢に伴い身体活動量や口腔機能の状態などの変化により、食事が減ったり、食事内容が似たようなものばかりになったりして、食品の種類や栄養素が十分摂れていない場合があります。「さあにぎやかにいただく」を合い言葉に低栄養を予防しましょう。

主食 + さあにぎやかに
 かな ぶら く ぎょうざ やさい かいそう に いも たまご だいず くだもの

※毎日7品目以上食べましょう。

レシピ

かば焼きの卵とじ

<材料2人分>

- ・卵 2個
- ・魚のかば焼き缶(さんま、いわしなど) 1缶(100g)
- ・水 大さじ6
- ・玉ネギ(スライス) 中1/2個(100g)
- ・小ネギ(小口切り) 適量

<作り方>

- ①かば焼き缶は具と煮汁に分ける。
- ②フライパンにかば焼きの煮汁と水、玉ネギを入れて中火にかける。玉ネギが透き通ったら、かば焼きの具を加える。
- ③具が温まったら溶き卵を回し入れ、ふたをしてひと煮立ちさせる。火から下ろして余熱で好みの固さに仕上げる。
- ④器に盛り、小ネギを散らす。



成人期



やせ

上尾市の20歳代女性は、痩せている人が30%を超えており、県や国の調査と比べて高い値となっています。食事が少ないと、エネルギー、たんぱく質、カルシウム、鉄などが大きく不足しやすく、骨量や筋肉量の減少、貧血、ホルモンバランスの乱れなどを招きます。適切なエネルギー摂取とバランスの良い食生活、適正体重の維持が大切です。



肥満

肥満の原因は、エネルギー量の過剰摂取や運動不足です。また、夜遅く食事をすることや過度の飲酒などの食習慣の乱れも肥満につながります。生活習慣病の予防のためにも、十分な睡眠と3回の食事をバランス良くとり、規則正しい生活を送りましょう。

レシピ

レンジで簡単蒸し野菜

<材料2人分>

- ・キャベツ(ざく切り) 50g
- ・チンゲンサイ(3等長さ) 50g
- ・長ネギ(1等厚さの斜め切り) 20g
- ・赤ピーマン(太めの千切り) 35g
- ・酒 小さじ2
- ・鶏ガラスープ(顆粒) 小さじ1/2
- A [・ごま油 小さじ1/4
- ・しょうゆ 小さじ2/3
- ・ショウガ(皮をむいて、すりおろす) 4g
- ・いりごま 1g

<作り方>

- ①耐熱ボウルに野菜を入れ、酒・鶏ガラスープを入れる。
- ②①にラップをかけて、電子レンジで600W 3分間加熱し、そのまま5分間蒸らす。
- ③ラップを外して全体を混ぜ、ザルで水気を切る。
- ④ボウルにAを混ぜ、③を入れて和える。いりごまを振る。



あなたの体型は大丈夫?

BMI(体格指数)を確認してみましょう!

●BMI(体格指数)の求め方

$$\text{体重(キログラム)} \div \text{身長(メートル)} \div \text{身長(メートル)} = \text{BMI}$$



低体重 18.5未満

普通体重 18.5～25未満

肥満 25以上

50～64歳の人が目標とするBMIは20.0～24.9、65歳以上の人は21.5～24.9です。

時とき 所ところ 内内容 対対象

費費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員

申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ

持持ち物



市民税・県民税の納付は
6月から

市民税課 ㊟7755131
㊟77519846

令和5年度の市民税・県民税(住民税)額を6月に決定します。課税される人には、次の①～③の各通知書で年税額などをお知らせします。
※非課税となる人には通知書は送付しません。

昨年分の申告内容や収入の種類などにより、年税額を複数の方法で納付する場合がありますので注意してください。3月16日以降に提出された申告書は、確認ができ次第反映します。

■通知書、納付方法

①給与所得等に係る特別徴収税額の決定通知書(勤務先から配布)／6月～令和6年5月の毎月の給与から、住民税を12回に分けて特別徴収(天引き)します。

②公的年金等所得に係る特別徴収税額の決定通知書(市から郵送)／4月～令和6年2月の各支給月に支給(6回)される公的年金から住民税を天引きします。なお、4・6・8月は、前年度に通知した仮徴収税額を天引きします。②に加え①の方法でも納付する人は、②の通知書に内訳が記載されています。

③納税通知書(市から郵送)／年税額のうち、①②以外の税額を4回に分けて納付書または口座振替で納付します。③に加え①または②の方法でも納付する人は、③の通知書の1枚目に内訳が記載されています。

国民健康保険税の所得申告

保険年金課 ㊟78216471
㊟77519827

国民健康保険(国保)税は、国保加入者の前年中(令和4年1月1日～12月31日)の所得金額などを基に算定します。所得税や市・県民税を期日までに申告した人は、その申告内容で算定しますが、申告が済んでいない人は、税務署または市民税課で申告をしてください。

国保税には、一定所得以下の世帯にかかると税額を軽減する制度があり、軽減の判定には世帯主と加入者全員の前年所得の申告が必要です。

税法上申告の必要がない人(確定申告や市・県民税の申告書などで扶養者になっている配偶者と16歳以上の人も、国保税の所得申告が必要です。対象者には申告書を6月上旬に郵送するので、直接または郵送で保険年金課(〒362-8501本町3-1-1)へ提出してください。

申告の時期によっては国保税の税

子ども支援課
㊟775-5120・㊟774-5342

児童手当

児童の養育状況に変更がない場合は、現況届は原則不要です。
※児童や配偶者と別居しているなど提出が必要となる人には、現況届を郵送します。
ただし、一定額以上の所得があり受給資格が消滅した人で、所得が減少し所得上限限度額を下回った場合は、再度申請が必要です(下表参照)。

【所得上限限度額の目安】

扶養親族などの人数	所得上限限度額
0人 (前年末に児童が生まれていない場合など)	858万円
1人	896万円
2人	934万円
3人	972万円
4人	1,010万円

注意事項

扶養親族などの人数は、所得税法上の同一生計配偶者、扶養親族(里親などに委託されている児童や施設に入所している児童を除く)、扶養親族などでない児童で前年の12月31日に生計を維持した人数をいいます。扶養親族などの人数に応じて、1人につき38万円(扶養親族などが70歳以上の同一生計配偶者または老人扶養親族のときは44万円)を加算した額となります。
給与所得または公的年金などに係る所得を有する場合、その合計額から10万円を控除します。
所得額は、社会保険料相当額として、一律8万円や、給与所得控除、医療費控除、雑損控除などを控除した後の合計額となります。

国民健康保険
被保険者証を更新

保険年金課 ㊟78216471
㊟77519827

額が年度途中で変更になることがあるので、早めに申告をしてください。

8月1日(火)から使える国民健康保険(国保)被保険者証を更新します。新しい被保険者証(灰色)は、6月下旬から順次、簡易書留で郵送します。

■勤務先の健康保険に加入した人

国保を脱退する手続きが必要で
す。【必要書類】国保被保険者証、勤

務先の被保険者証、本人確認ができる物、脱退者と世帯主のマイナンバーが分かる物 ㊟直接、保険年金課または各支所・出張所へ

■70歳以上の国保加入者

70歳の誕生日の翌月(1日生まれの人は誕生日)から75歳の誕生日の前日までは、国保被保険者証兼高齢受給者証を医療機関などの窓口で提示することで、負担割合が2割または3割になります。負担割合を判定する所得基準は左表のとおりです。
※同一世帯内の70～74歳の人が国保を加入・脱退した時や、所得額などの

す。も運用しま
代車として
行う場合に
整備などを
場合や点検
が故障した
ンプ自動車
た、消防ポ
に、消防力を一時的に増強して災害
防御に当たるときに運用します。ま



非常用消防ポンプ自動車

この車両は、大規模な災害発生時
に、消防力を一時的に増強して災害
防御に当たるときに運用します。ま

消防課
☎77511312
☎77512230

非常用消防ポンプ自動車を更新

自己負担割合 (世帯単位)	判定基準(対象者/同一世帯の70~74歳の国保加入者)
2割	①対象者全員の市・県民税課税標準額が145万円未満 ②対象者全員の旧ただし書き所得(※)の合計額が210万円以下
3割 (現役並み所得者)	上記②に該当せず、市・県民税課税標準額が145万円以上の対象者が1人でもいる

(※)総所得金額と山林所得、株式・長期(短期)譲渡所得金額などの合計から基礎控除額43万円(前年の合計所得金額が2,400万円を超える場合は逡減)を控除した額(雑損失の繰越控除額は控除しない)。

変更があった時は、負担割合をさかのぼって変更することがあります。

防災行政無線を用いた情報伝達訓練

危機管理防災課
☎775-5140・☎775-9927

地震や武力攻撃などの災害時に、全国瞬時警報システム(Jアラート)から送られてくる国からの緊急情報を、防災行政無線で確実に皆さんにお伝えするため、右表のとおり訓練を行います。これは、全国一斉に行われる訓練です。
時・内右表のとおり

とき	内容(予定)
6/7(水) 11:00ごろ	【情報伝達訓練】 ①「これは、Jアラートのテストです」を3回 ②「こちらは、防災上尾です」
6/15(木) 10:00ごろ	【緊急地震速報訓練】 ①「こちらは、防災上尾です」 ②「ただ今から訓練放送を行います」 ③(緊急地震速報チャイム音) ④「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です」を3回 ⑤「これで訓練放送を終わります」 ⑥「こちらは、防災上尾です」

の統計資料を収録しています。
□・環境・福祉・教育・行財政など
ス、工業統計調査などの結果や、人
統計調査(国勢調査、経済センサ

総務課
☎77514989
☎7759819

令和4年版
『統計あげお』を
市ホームページに掲載

中小企業者を全力サポート！

専門家相談

上尾中小企業サポートセンター ☎779-2520・☎779-2521

あらゆる事業の悩みに対して、専門家が何度でも無料で相談に応じます。専門家が企業を訪問し、課題の発見から解決策の提案、改善活動まで、寄り添いながら徹底的にサポートします(窓口相談も可)。

所上尾商工会議所(二ツ宮750) 内下表のとおり 申電話(平日だけ)で中小企業サポートセンターへ

項目	内容
経営総合相談	補助金(SDGs商品開発、DX促進、事業再構築、持続化)、経営革新計画、新サービス展開など
IT活用相談	IT導入補助金、ホームページ、SNS、テレワーク、キャッシュレス決済など
販売促進相談	広報宣伝(POPデザイン、チラシ)、分析ツール、マーケティング、価格戦略など
BCP・現場改善相談	BCP(事業継続計画)、事業継続力強化計画の策定、現場改善、5Sなど
労務相談	労務管理、就労規則、人材育成など
その他	事業承継、創業・起業など

補助金

商工課 ☎777-4441・☎775-5024

①SDGs商品開発費補助金

【補助金額】対象事業の1/2(上限50万円)

【対象事業】SDGsに掲げられた目標「12つくる責任つかう責任」の達成を目指した新商品や新サービスの開発事業

②DX促進補助金

【補助金額】対象事業の1/2(上限25万円)

【対象事業】デジタル技術を導入することで業務の効率化や生産性の向上など、経営力の強化に取り組む事業

●①②共通 市内内で事業を継続して営んでいる中小・小規模事業者(個人事業者を含む) 6月1日(木)~9月29日(金)に申請書(商工課、市役所1階にある。市ホームページからダウンロードも可)に記入し、必要書類を用意して直接、商工課へ ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ※予算の範囲内で交付します。

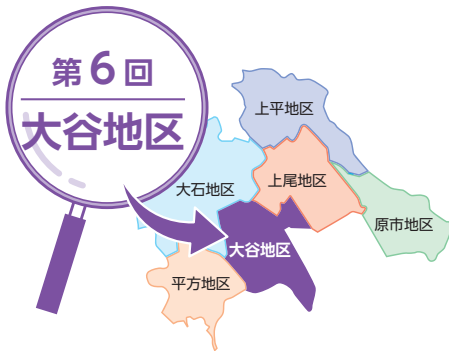
わが街 **いいトコ!** **こんなトコ!**

広報広聴課

☎ 775-4918・FAX 776-8873



上尾市は、7月15日(土)に市制施行65周年を迎えます。昭和30(1955)年1月1日に上尾町、平方町、原市町、大石村、上平村、大谷村の3町3村が合併して上尾町になり、その3年後の昭和33(1958)年7月15日の市制施行で上尾市が誕生しました。市制施行65周年を迎えるにあたり、わが街の魅力を地区ごとに紹介します。今月は「大谷地区」です。



こんなトコ!

大谷地区(旧大谷村)は上尾市の南部に位置し、鴨川や浅間川が流れ、東西に県道川越上尾線が横断し、南北に上尾道路が縦断しています。

明治22(1889)年の町村制施行に伴い、大谷本郷村・地頭方村・壺丁目村・今泉村・向山村・堤崎村・中新井村・戸崎村・西宮下村・川村が合併し、大谷村となりました。

地名の由来は関係諸村の中で大谷本郷村が最も大きな村であったことや、かつてこの地に武蔵国大谷郷が存在したからではないかといわれています。

いいトコ! ① 緑が広がる 戸崎公園

ターザンロープが人気の子ども広場、サッカーコート1個分の広々とした多目的広場やジョギングなどが楽しめる周回園路があり、豊かな緑の中で体を動かすことができます。(公社)日本パークゴルフ協会の公認コースにも認定されたパークゴルフ場では、用具の貸し出しがあり、初心者も気軽にパークゴルフを楽しめます。市公式YouTubeでパークゴルフ場の紹介をしているので、ぜひご覧ください。



YouTube



パークゴルフ場

いいトコ! ② 充実した子育て環境

過去に来場者数全国1位に輝いた児童館こどもの城は、中庭の人工芝が特徴的で滑り台などさまざまな遊具でのびのびと遊ぶことができます。たくさんのイベントが開催されており、子どもたちの居場所の一つとなっています。4月に開所したAGECOCOは、保育所・発達支援相談センター・つくし学園が複合し、子ども同士の関わりを通じて、お互いを理解できるような充実した「交流保育」を行います。その他にも大谷地区には、芝浦工業大学、NPO法人と連携して整備したテーマの異なる8つの公園があり、子育て世帯が過ごしやすい環境となっています。



AGECOCO

豆知識 壺丁目の由来

承久3(1221)年、朝廷との戦いに勝利した鎌倉幕府は朝廷方の所領を没収し、新補地頭と呼ばれる地頭を新たに任命し管理させました。その後鎌倉幕府は新補率法を定め、11町ごとに1町を免税地として新補地頭の給田としました。その給田にあたる1町が中心として栄えたため「1町免の村」と呼ばれ、いつしか「1町目」になったのだといわれています。

いいトコ! ③ 市民体育館

市民スポーツの代表的な施設です。バレーボールや卓球などができるアリーナをはじめ、柔道場、剣道場、弓道場、テニスコートなどを備えています。市は昨年「上尾市スポーツ健康都市宣言」を行いました。ぜひ市民スポーツに参加し健やかな心と体をつくりましょう。



市民体育館

上尾今昔写真館

AR動画で大谷地区の昔の写真が見られます。「COCOAR」アプリを起動後、アップーの画像にスマートフォンをかざしてください。



西宮下の上尾陸橋付近



勇気と感動をありがとう

本市の「キラリ☆あげおPR大使」である埼玉上尾メディックスがVリーグファイナル4(今季レギュラーラウンド上位4チームによるファイナルステージ)に出場されました。結果は惜しくも4位という成績でしたが、粘り強く懸命に闘う姿に、私も勇気と感動をいただきました。

4月15日の最終試合後、悔しさをにじませつつも周囲の皆さまへの感謝の気持ちを言葉にされた姿に胸が熱くなり、来季の大会に向けての決意を強く感じました。

また、5月に行われた黒鷲旗全日本選抜バレーボール大会でも、準優勝という輝かしい結果を残され、再び多くの勇気と感動をいただくことができました。



埼玉上尾メディックスの皆さまと

埼玉上尾メディックスの皆さまには、これまで「健康スポーツ体験会 親子ふれあいバレーボール教室」や「部活動地域移行モデル事業」として市内中学校の部活動への指導をしていただくなど、市の事業にも積極的に協力していただいております。バレーボール教室では子どもたちからの質問に自身の経験を踏まえ親身に受け答える姿に、厳しいトップアスリートである一面とともに、その優しい人柄も垣間見えた出来事として、とても印象に残っています。

今後も、新たな目標に向かってチャレンジを続ける埼玉上尾メディックスを皆さまと一緒に応援していきたいと思っております。

市長 富士山 稔

新型コロナウイルス関連情報

■健康増進課(東保健センター) ☎774-1414・FAX774-8188

発熱や喉の痛みなど風邪の症状がある場合は、下記相談窓口にご相談、または、インターネットで「県指定診療・検査医療機関検索システム」を検索し、医療機関の受付時間などを確認して、必ず事前に予約をしてから受診してください。受診する時は、マスクを着用するなど、基本的な感染対策をお願いします。

受診先の確認・受診を迷う場合の相談窓口

■県コロナ総合相談センター(開設予定期間9月30日(土)まで)

☎0570-783-770(毎日24時間)

☎050-8887-9553(聴覚障害者専用)

※4月21日から県の相談窓口は上記に変更になりました。

インターネットで検索する場合

「県指定診療・検査医療機関検索システム」で検索



県指定診療・検査医療機関検索システム

叙勲・褒章

おめでとうございます

秘書政策課 ☎775-3849・FAX775-9861

令和5年春の叙勲、褒章、第40回危険業務従事者叙勲の市内の受章者を紹介します(敬称略)。

令和5年春の叙勲

瑞宝中綬章
石川 弘道(教育研究功労)

瑞宝小綬章
有園 正博(裁判所事務功労)

成井 正美(消防功労)
平井 勉(海上保安功労)

瑞宝単光章
飯野 圭二(郵政業務功労)

比留間 美佐子
(児童福祉功労)

令和5年春の褒章

藍綬褒章
大場 玲子(社会福祉功績)

第40回危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章
岡安 惣四郎(警察功労)

斉藤 芳則(警察功労)
高橋 功(警察功労)

瑞宝単光章
阿久津 茂(警察功労)

天野 健次(消防功労)
坂牧 幸男(警察功労)

堀江 均(消防功労)
町田 廣一(警察功労)

低所得の子育て世帯に対する 子育て世帯生活支援特別給付金

子ども支援課(ひとり親世帯分)

(ひとり親世帯以外) ☎775-6819
☎775-5120

☎774-5342

食費などの物価高騰で特に影響を受けている低所得の子育て世帯を支援するため、給付金を支給します。

【支給額】対象児童1人当たり5万円

■ひとり親世帯分

☎①②のいずれかに該当するひとり親世帯 ①公的年金などの受給により令和5年3月分の児童扶養手当の支給を受けていない ②物価高騰の影響を受け家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準となっているなど

■ひとり親世帯以外の子育て世帯分

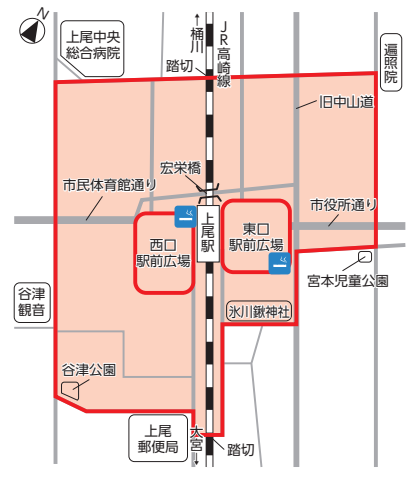
☎上尾市に住民票があり、平成17年4月2日(特別児童扶養手当の認定を受けたものは平成15年4月2日)〜令和6年2月29日の間に出生した児童を養育し、次の①②のいずれかに該当する子育て世帯 ①令和5年度分の住民税均等割非課税 ②令和5年1月以降、収入が住民税均等割非課税相当 ※本給付金(ひとり親世帯分を含む)をすでに受給している人を除きます。

路上喫煙防止にご協力を

生活環境課 ☎775-6940・☎775-9872

「上尾市路上喫煙の防止に関する条例」では、JR上尾・北上尾駅周辺を下図のとおり路上喫煙禁止区域に指定し、指定喫煙所以外では終日禁煙としています。なお、禁止区域以外の路上でも、たばこによるやけど・火災などの防止や分煙のため、ご協力をお願いします。

JR上尾駅周辺路上喫煙禁止区域図



JR北上尾駅周辺路上喫煙禁止区域図



指定喫煙所 (blue icon) 路上喫煙禁止区域 (red shaded area)

☎令和6年2月29日(必着)までに申請書(子ども支援課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入して直接または郵送で、子ども支援課(〒362-8501本町3-1-1)へ ※詳しくは市ホームページで確認してください。

年金振込通知書の郵送

大宮年金事務所 ☎652-33399
ねんきんダイヤル ☎0570-051165

年金振込通知書は、口座振り込みで年金を受け取っている人へ、毎年6月に1年分の年金支払額などをお知らせするものです。年金支払額に変更があったときは、その都度、当月と次回以降の年金支払額などを記載した通知書を郵送します。年金から特別徴収(天引き)されている保険

料(税)額と個人住民税額は、左表の担当課にお問い合わせください。

保険料(税)	担当課	問い合わせ先
介護保険料	高齢介護課	☎775-5127 ☎776-8872
国民健康保険税	保険年金課	☎782-6471 ☎775-9827
後期高齢者医療保険料		☎775-5125 ☎775-9827
個人住民税	市民税課	☎775-5131 ☎775-9846

後期高齢者医療保険料の 納め忘れにご注意を

保険年金課 ☎775-5125
☎775-9827

後期高齢者医療制度に加入している人は、保険料の納付方法を確認し

てください。75歳になった人や早期加入した人、転入した人は、特別徴収(年金天引き)になるまでの間、普通徴収(納付書または口座振替)で納める必要があります。また、特別徴収の人でも、年度の途中で保険料額が増減した場合、一時的に普通徴収に変更されます。

保険料額が確定・変更となった場合には通知書を送付しますが、徴収方法が特別徴収から普通徴収に変更となっていることに気づかない場合や、75歳になり国民健康保険から後期高齢者医療保険に変わり、納め忘れてしまう事例が多く見受けられますので、注意してください(国民健康保険税を口座振替している人も、保険者が「上尾市」から「埼玉県後期高齢者医療広域連合」へ変わるため、

7月3日(月)から粗大ごみの戸別収集方法が変更

西貝塚環境センター ☎781-9141・FAX781-9166

事前納付により、収集日当日の立ち会いや支払いが不要になります。

【収集方法】西貝塚環境センターで予約後、事前に処理券を購入し、予約番号・収集日・氏名を記入した処理券を粗大ごみに貼り付けて、当日8時までに戸建て住宅の人は外へ、集合住宅の人は階下の道路から目につきやすい場所に出す(1世帯当たり月1回3点まで)。

【粗大ごみの1辺の大きさ(一番長い辺)が1m以内/250円、1m超2m以内/500円、2m超/750円(1点当たり)】 ※処理困難物(スプリング入りマットレス・ソファー)は、1点当たり1,000円加算です。

【処理券購入場所】各支所・出張所、あげお お土産・観光センター、市役所1階上尾ふれあいの店、セブン-イレブン(マルチコピー機設置店舗) ☎6月20日(火)から電話で西貝塚環境センターへ

ごみ収集カレンダーの配布

令和5年度『上尾市ごみ収集カレンダー』(7月1日～令和6年6月30日分)を6月中旬に配布します。ルールを守り、必ずカレンダーの日程に従ってごみを出してください。ご協力をお願いします。

ごみの分別方法が検索できるごみ分別アプリ「さんあーる®」もぜひご利用ください。

□座振替を希望する場合は改めて手続きが必要です。
後期高齢者医療保険料を滞納すると、地方税と同様に滞納処分(差し押さえ)ができることになっており、督促後に納付がない場合は、催告(文書・電話・臨戸)を実施します。また、金融機関や職場などへの調査の結果、資力を有する場合の滞納は、預貯金や不動産などの財産の差し押さえを実施する場合があります。督促

に納付してください。
■未納が続く場合
後期高齢者医療制度は、みんなを支え合う制度です。特別な事由もなく保険料を納めていない状態が続くと、通常より有効期限の短い被保険者証(短期被保険者証)を交付することがあります。なお、特別な事情で納付が困難な場合は早めに高齢者医療担当に相談してください。

上尾市安心安全なまちづくりに関する連携協定を締結

交通防犯課 ☎775-5138・FAX775-9927

5月10日、アサヒ飲料(株)、上尾警察署と「上尾市安心安全なまちづくりに関する連携協定」を締結しました。この協定は、アサヒ飲料(株)がNECと共同開発した防犯カメラ内蔵の自動販売機「みまもる自販機」の市内設置を進め、事件や事故の様子が録画されていたときは、警察で捜査に活用することを主な目的として締結したものです。犯罪のない住みよいまちを目指し、安心安全なまちづくりに関する取り組みを進めていきます。



左からアサヒ飲料(株) 東 首都圏本部長、畠山市長、新井上尾警察署長

上尾道路沿道堤崎西部地区土地区画整理事業に関する基本協定を締結

都市計画課 ☎775-7629・FAX775-9906

4月13日、上尾道路沿道堤崎西部地区街づくり協議会、(株)東京マイスターホールディングスと「上尾道路沿道堤崎西部地区土地区画整理事業に関する基本協定」を締結しました。この協定は、上尾道路沿道堤崎西部地区の地域特性を生かし、街づくり協議会、事業施行予定者、上尾市の3者が、協力体制を構築し、協働で取り組むことを明確化するものです。今後は、本協定に基づき、周辺環境に配慮した土地利用転換を実現することで、企業立地に向けた産業用地の創出を目指していきます。



左から(株)東京マイスターホールディングス吉田代表、上尾道路沿道堤崎西部地区街づくり協議会吉澤会長、畠山市長

時とき 所ところ 内容 対象 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ

令和4年度

情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況

総務課 TEL775-4963・FAX775-9819

市民の知る権利を尊重し、市民に信頼される開かれた市政の発展を目的に情報公開制度を設けています。また個人の権利利益の保護と、公正で信頼される市政を推進するため個人情報保護制度を設けています。

■情報公開制度

市が保有している行政文書を請求または申し出に基づいて公開する制度です。令和4年度の公開の請求・申し出の処理件数は、567件でした(表1)。

公開の請求または申し出を受けた行政文書は、原則として全てを公開することになっていますが、特定の個人が識別される個人情報や法令などの規定により公にすることができない情報などが含まれる行政文書は、非公開になる場合があります。

●**対象の行政文書** 市職員が職務上作成し、または取得した文書(図画、写真、磁気テープ、磁気ディスクなども含む)です。

【表1】行政文書の公開についての運用状況 (令和5年3月末現在)

実施機関	受付区分	受付件数	処理件数						未処理件数	
			公開	部分公開	非公開 (文書不 存在を含む)	適用除外	存否応 答拒否	取り 下げ		計
市長	請求	190	43	113	33	0	1	0	190	0
	申出	89	15	60	12	1	0	1	89	0
	合計	279	58	173	45	1	1	1	279	0
教育委員会	請求	199	40	52	105	0	0	2	199	0
	申出	8	3	2	1	0	0	2	8	0
	合計	207	43	54	106	0	0	4	207	0
監査委員	請求	5	1	2	2	0	0	0	5	0
	申出	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	合計	5	1	2	2	0	0	0	5	0
水道事業の管理者の権限を行う市長	請求	38	3	35	0	0	0	0	38	0
	申出	15	0	13	0	0	0	2	15	0
	合計	53	3	48	0	0	0	2	53	0
消防長	請求	13	1	7	5	0	0	0	13	0
	申出	3	0	3	0	0	0	0	3	0
	合計	16	1	10	5	0	0	0	16	0
議会	請求	7	1	4	2	0	0	0	7	0
	申出	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	合計	7	1	4	2	0	0	0	7	0
合計	請求	452	89	213	147	0	1	2	452	0
	申出	115	18	78	13	1	0	5	115	0
	合計	567	107	291	160	1	1	7	567	0

※「請求」とは市内に在住か在勤または在学の人などが、平成12年4月1日以後に市が作成または取得した行政文書の公開を求めることをいい、「申出」とは請求権のない人が行政文書の公開を求めること、または平成12年4月1日以前の行政文書の公開を求めることをいいます。
※上記以外の実施機関は実績がありません。

●**請求または申し出の方法** 情報公開コーナー(市役所1階)または各担当課で、請求書または申出書を用いています。市は請求または申し出があった日から起算して15日以内に公開・非公開の決定をし、請求者または申出人に文書で公開の日時を、非公開の場合はその理由をお知らせします。

●**審査請求** 請求した人が非公開または部分公開とした決定に納得できない場合には、審査請求をすることができます。弁護士などの専門家で構成された審査会に内容の調査・審議を諮問し、その答申に基づいて裁決します。

■個人情報保護制度

市が保有する個人情報の取り扱いの基本的なルールを定めたものです。これにより個人情報を保護する措置を徹底するとともに、自分の個人情報の開示・訂正などを請求する権利を保障しています。令和4年度の個人情報の開示請求の処理件数は81件で、個人情報の訂正などの請求はありませんでした(表2)。

収集する個人情報は事務を行うに当たって必要な範囲内の個人情報です。思想、信条など内心の自由についての個人情報や社会的差別の原因となるおそれのある個人情報は、原則として収集していません。

【表2】個人情報の開示などの運用状況 (令和5年3月末現在)

実施機関	受付件数	処理件数					未処理件数	
		開示	部分開示	不開示	不存在	取り下げ		計
市長	74	17	49	0	8	0	74	0
教育委員会	6	1	5	0	0	0	6	0
消防長	1	0	1	0	0	0	1	0
合計	81	18	55	0	8	0	81	0

※上記以外の実施機関は実績がありません。

■会議公開制度

市が設置する各種の審議会・委員会・協議会などの会議を原則として公開するものです。

「会議開催のお知らせ」を情報公開コーナーと各支所・出張所、市ホームページに掲載します。

令和4年度の運用状況は表3のとおりです。

【表3】会議の公開の運用状況 (令和5年3月末現在)

区分	公開	審議事項によっては非公開となる	非公開
開催件数	104	20	220
傍聴人数	31	12	—

※非公開の会議の開催件数220件中201件は、上尾市介護認定審査会の会議の開催件数です。

財政事情を公表

財政課 ☎775-4247・☎776-8873

毎年6月と12月に財政事情を公表しています。これは市民の皆さんが納めた貴重な税金や国・県からの支出金などが、どのように使われているかをお知らせし、市政について理解を深めていただくためのものです。

今回の収支状況などは、令和5年3月31日現在のもので、4月1日～5月31日の出納整理期間の収入・支出は含まれていません。その分を含めた令和4年度決算は『広報あげお』12月号でお知らせします。

引き続き上尾市財政規律ガイドラインに基づき、財政基盤の強化を図り、健全な財政運営に努めてまいります。

■会計別の収支状況

(単位:億円)

会計名	予算現額	収入済額	収入率(%)	支出済額	執行率(%)
一般会計	804.7	723.3	89.9	693.2	86.1
国民健康保険	213.3	192.7	90.3	192.3	90.1
介護保険	191.7	186.6	97.3	169.8	88.6
後期高齢者医療	33.6	33.1	98.5	31.5	93.7
合計	1,243.3	1,135.7	91.3	1,086.8	87.4

■水道事業会計の収支状況

(単位:億円)

会計名	予算現額	収入・支出済額	収入・執行率(%)
収益的収入	44.4	45.1	101.6
収益的支出	43.7	40.1	91.8
資本的収入	5.8	2.5	43.1
資本的支出	43.3	12.5	28.9

■一般会計の収支状況明細

市民1人当たりの支出額は、約30万1,026円です。

●歳入

(単位:億円)

款	予算現額	3月末収入済額	収入率(%)
国庫支出金	198.9	172.2	86.6
市税	323.2	314.8	97.4
市債	47.1	9.5	20.3
県支出金	54.4	41.7	76.7
地方消費税交付金	47.5	51.2	107.9
地方交付税	46.1	48.8	105.7
繰越金	44.1	44.1	100.1
諸収入	12.0	10.8	89.7
使用料及び手数料	6.1	6.3	103.1
地方譲与税	4.0	4.2	105.7
その他	21.2	19.6	92.5

- 国庫支出金…国と市が共同で行う事務・事業に交付されるお金
- 市税…個人や法人が市に納める税金
- 市債…道路や学校などの整備を行うために銀行などから借りるお金
- 県支出金…県と市が共同で行う事務・事業に交付されるお金
- 地方消費税交付金…消費税のうち一定割合が人口などに応じて全国の市町村に交付されるお金
- 地方交付税…一定水準の行政サービスを提供するため、国から交付されるお金
- 繰越金…前年度の会計から持ち越されたお金
- 諸収入…市の預金利子や貸付金の元金収入など、他の収入には含まれないお金
- 使用料及び手数料…施設の使用料や住民票などを取得する時にかかる手数料
- 地方譲与税…国税として徴収される自動車重量税などのうち、市に譲与されるお金

●歳出

(単位:億円)

款	予算現額	3月末支出済額	執行率(%)
民生費	421.6	366.0	86.8
総務費	80.7	70.5	87.4
衛生費	85.8	62.9	73.4
公債費	66.6	66.6	99.9
教育費	60.8	53.6	88.1
土木費	47.0	36.1	76.9
消防費	28.0	25.5	91.2
商工費	7.5	6.3	83.8
議会費	4.3	4.2	96.5
農林水産業費	1.7	1.5	89.1
災害復旧費	0.0	—	—
予備費	0.7	—	—

- 民生費…保育所の運営、高齢者や障害のある人へのサービス提供などの費用
- 総務費…選挙、戸籍、徴税、庁舎管理などの費用
- 衛生費…ごみ・し尿の処理、環境対策、健康推進などの費用
- 公債費…借り入れたお金の返済などの費用
- 教育費…学校、図書館、公民館などの管理・運営、文化・スポーツ振興の費用
- 土木費…道路、河川、公園の整備・管理、都市整備などの費用
- 消防費…消防施設の整備や救急活動、災害対策などの費用
- 商工費…商工業の推進や振興などの費用
- 議会費…議会運営などの費用
- 農林水産業費…農林水産業の推進や振興などの費用
- 災害復旧費…災害によって生じた被害の復旧の費用

■市債の状況

市民1人当たりの市債残高は約30万31円です。

区分	金額
一般会計	490億1,270万円
水道事業	26億5,499万円
公共下水道事業	174億2,139万円
合計	690億8,908万円

※市債とは学校や道路、上下水道などの公共施設を整備するために国や県、金融機関などから借り入れたお金です。

■市有財産の状況

市が保有する主な財産は以下のとおりです。

(単位:㎡)

	土地	建物
行政財産	1,789,224	380,554
普通財産	96,062	6,224
合計	1,885,286	386,778

※行政財産とは、庁舎、消防施設など市が直接使用する財産や学校、公民館、公園など、市民が共同利用する施設です。

※普通財産とは、貸し付けなどができる特定の使用目的を持たない財産です。

🕒 とき 📍 所 📄 内容 👥 対象 💰 費用・金額 📄 ※記載のないものは「無料」 👤 定員 👜 持ち物
📄 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 🗨️ 問い合わせ



支援活動について話し合う準備委員

地域密着、身近な話題を体験取材!

まちかど

特派員だより

みんなが向こう三軒両隣

富士見一丁目地区の町名は、昭和41(1966)年に住居表示に関する法律に基づき成立しました。地域の発展は、戦後の移住者の住宅地区として30〜40代中心の家族世帯に支えられてきました。現在は世帯数648世帯、人口1,281人となり、上尾の街と共に発展してきた住宅街です。名前のおと、富士山が見え、緑も多く、西口から徒歩10分と買い物や通勤の利便性も良いことから、長年住み続けてい

る人が多く、ご多分に漏れず高齢化が進み、地域の大きな問題として、高齢者を支え合う取り組みが重要な課題となってきました。

平田町会長の「町会全体の高齢化が進んでいく中で、それぞれが自分のできる範囲の力を持ち寄り、小さな力を大きくして町会全体で支え合えるまちづくりができればと思っています。すでに個々で色々な助け合いが行われていますが、町会全体の活動の環境としてこれからの活動の体制作りを整えたいと考えています」という呼びかけで、ことし2月、町内会ボランティア組織の立ち上げが提案されました。20人の準備委員の参加のもと、毎月1回会議が行われました。3回目の会議では、次のような具体的な活動

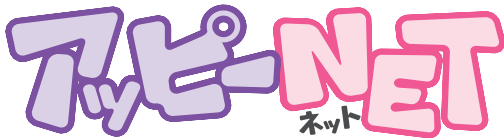
上尾地区
大成 達夫さん



を行うこととなりました。① 買い物の手伝い ② 通院の送り迎え ③ 簡単な家屋の修理 ④ 庭や垣根の手入れ ⑤ 回覧事項の伝達などが主な支援活動として決まりました。しかし、これらの活動を行うにあたって、依頼者の情報収集をどの程度までするか、1回の活動時間の範囲、支援活動の範囲をどの程度までするか、支援を有料にするか無償にするかなどの課題があげられました。実施に向けて、詳細の解決事項はいろいろあります。地域高齢化が進む中で、昔の「向こう三軒両隣」の気持ちで支え合う街づくりが町会全体に広められ、協力し合っていければと願います。

※世帯数・人口数は、令和5年4月1日時点のものです。

市民の情報交流スポット



広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873

アッピーNET掲載団体募集

アッピーNETは市民の皆さんの交流の場として、催しなどへの参加者募集「おいでください」と、各団体のサークル会員募集「いきいきサークル」を掲載しています。観客を増やしたい・会員数を増やしたい団体は気軽に申し込んでください。申し込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



おいでください

■上尾北ロータリークラブ35周年演奏会

6月4日(日)14:30~16:00(開場/14:00)、コミュニティセンター 定200人 当日 菊地 090-4169-0120(21:00まで) **ひと言!** 吹奏楽の演奏会です。どなたでもご来場、大歓迎です。

■第46回ふれあい住宅デー

6月11日(日)10:00~14:30、愛宕公民館など 当日 (埼玉土建)流石 0773-9863 **ひと言!** 住まいの相談、リフォーム相談なら埼玉土建の住宅デー。

■フラダンス無料講習会

6月13日(火)13:30~15:00、文化センター 定15人

☎6月5日(月)までに 滝沢 090-3408-6297 **ひと言!** 癒やしのハワイアンで体を動かしましょう。

■女声合唱アマービレ公開レッスン 6月28日(水)10:00~12:00、桶川市民ホール 定10人 ☎6月27日(火)までに 高橋 080-5057-0443 **ひと言!** 楽しく歌いませんか? 新規団員も募集中です。

いきいきサークル

●ソードフィットネス 毎週(月)13:00~15:00、市民体育館 月額4,000円(入会金2,000円) ☎石山 080-1140-6768 **ひと言!** 木刀を正しく振って美しい立ち姿を目指しましょう。

●オカリナ・向日葵 毎月第2・4(月)10:00~11:30、上尾公民館 月額3,000円(入会金1,000円) ☎中込 090-1503-5827(14:00~20:00) **ひと言!** 初心者も経験者も楽しく学べ笑顔あふれる教室。見学可。

●コール・フレンズ 毎月第2・4(木)10:00~12:00、大谷公民館 月額1,500円 ☎南 090-2444-2526 **ひと言!** 加齢に抵抗してチョイハモリながら歌を楽しみましょう。



定…定員 ☎…対象 費…費用 当日…当日、直接会場へ 申…申し込み



タブレットで収録をする2人

「未来のためにいいことしよう!」そんな言葉から始まる「ゆるカルらぢお」。環境にやさしくって何だろう? 何をすればいいの? そんな疑問にゆるーく寄り添う、インターネット配信の番組です。今回は、ゆるカル代表の生井圭子さんとメインパーソナリティーを務める安藤由美さんにお話を伺いました。

ゆるカルとは、「ゆるく」と「エシカル」を合わせた造語です。エシカルとは倫理的などという意味が転じて、人や社会、地球環境、地域に配慮した考え方や行動という意味でも使われます。「環境に配慮してと言われても、話の規模が大きすぎて難しいし、よく分からない。まずは肩の力を抜いてゆるくエシカルな行動をやってみよう」と仲間と「ゆるカル」というサークルを作りました。例えば、買い物の際、運送にかかる費用やエネルギー、自給率のことも考えて、なるべく

スポットライト

~人・仲間~



ゆるカル
代表 生井 圭子さん

安藤 由美さん
(大谷本郷在住)



ゆるーく楽しく考える

インターネット配信番組「ゆるカルらぢお」

地元野菜を買うなど「ゆるく自分でできることをやる」それがゆるカルだと言います。「最初、地産地消で上尾のグルメを仲間と食べに行きました。これもゆるカルです」と笑います。

「ゆるカルらぢお」を始めたのは、安藤さんの「ラジオのような番組を作って発信しよう」という一言がきっかけでした。「コロナ禍でギスギスした世の中になっけて、人と人がつながるきっかけを作れないかと考えていたので、二つ返事でやろうと答えました」と生井さんは言います。さまざまな話題に対して表面だけを見て判断せず、いろいろな視点を持って考えて欲しいと言う2人。内容は環境だけでなく、グルメ、防災、選挙など多岐にわたります。「楽しくないと続かない」を合言葉に、強制しない、頑張りたくないでみんなができることを、かみ砕いて分かりやすく伝えるよう心掛けています。ゲストが出演するなど、番組を通じたつながりも広がっています。

聞いた人の気づきと人と人とのつながりを作る「ゆるカルらぢお」。月2回更新する放送はまもなく3年目を迎えます。未来のために自分で考え、一歩踏み出すきっかけになっけてほしいと、これからもゆるく発信し続けます。



ゆるカルらぢお
配信ページ



「クイズ アッピーを探そう!」(2ページ参照)で寄せられた『広報あげお』への感想・意見を紹介します。今月は5月号です。

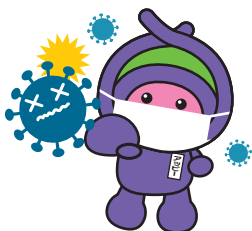
⇒ 広報広聴課 ☎775-4918・☎776-8873 ※内容は一部要約しています。



イチ面 新型コロナウイルス関連情報

- 5類になった事が書かれていて良かったです。(40代)
- 万が一の時に参考にしたいと思います。(50代)

感染症法上5類になってもウイルスはなくなっていない。感染対策を適切に行っていきましょう。



表紙 リニューアルした上尾丸山公園の遊具で遊ぶ子ども

- とてもいい顔ですね。孫を連れて遊びに行きたいです。(60代)
- 上尾丸山公園の新しい遊具に行ってみたくです。(70代)

上尾丸山公園のアスレチック広場の遊具が春からリニューアルしました。ぜひ、足を運んでみてください。



「広報あげお」は、読者の皆さんの感想を参考にし、より良い誌面作りを目指しています。これからも皆さんの感想をお寄せください。



未来へすくすく! わが家の アイドル



市内に在住の未就学児の写真に、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、撮影時の年齢、保護者の一言(40字程度)、住所、電話番号を添えて、郵送(〒362-8501本町3-1-1)またはメール(☎s55000@city.ageo.lg.jp)で広報広聴課へ
※掲載は1人1回限り。写真は返却しません。 ※キャラクタの映っている写真はご遠慮ください。 ※「広報あげお」は市ホームページなどにも公開します。

申し込み



たくち さら
田口 紗良ちゃん
平塚 (5カ月)

どんどんできることが増えてきて喜怒哀楽を全力で表現してくれる紗良ちゃん。パパとママも紗良ちゃんの成長を楽しみに一生懸命頑張ります!



いその ひなぎ
磯野 陽風くん
上平中央 (4カ月)

毎日うつ伏せ練習を楽しく頑張ってます! できた時はドヤ顔で満点笑顔です! 早く歩けるようになったらいいね。



はやし りお
林 莉緒ちゃん
町日東 (9カ月)

いつもニコニコ笑顔で元気いっぱい! 我が家のムードメーカーの莉緒ちゃん☆ これからもたくさん笑顔を見せてね!



おかでら はるく
岡寺 晴久くん
上 (1歳)

毎日たくさん遊んで、たくさん食べて、元気いっぱい! 晴くん。晴くんの笑顔にいつもパワーをもらっているよ。これからも、すくすくのびのび育ってね!



さかい けんすけ
酒井 研丞くん
宮本町 (1カ月)

研丞が生まれてきてくれて、お父さんもお母さんも幸せいっぱい! これから3人で、笑顔あふれる楽しい家族を作っていきますように。



のぎ わたる そうすけ
野木 涉瑠くん 奏佑くん
本町 (3カ月) (2歳)

生まれたばかりの弟が気になってしょうがない奏ちゃん。涉瑠くんもニコニコと笑顔が増えてきたね。これから仲良く元気に遊ぼうね。



おおで うた
大出 詩ちゃん
原市 (6カ月)

ハーフバースデー(生後6カ月)を迎え、記念に写真を撮りました! すくすく育ってくれてありがとう! これからたくさんのお思い出を作ろうね☆



かとおの なつき
上遠野 夏風くん
西宮下 (6カ月)

最近、離乳食を始めました。いつか一緒に美味しいご飯食べようね! これからもたくさん笑顔を見せてね。

「見て魅て!私のミュージアム」応募作品を大募集

「広報あげお」に自分の作品を載せてみませんか。 絵や工作、好きな本の紹介など自分の好きなもので応募しよう! 詳しくは、ホームページをご覧ください。



市ホームページ

小学校給食レシピ 128



クリームスープ 126kcal

●材料1人分 分量(2人)

- | | |
|----------------------|--------------------|
| 1 炒め油.....13 | 8 シメジ(子房に分ける)....5 |
| 2 鶏もも肉(皮無し).....10 | 9 牛乳.....50 |
| 3 タマネギ(1.5号幅).....20 | 10 牛乳.....15 |
| 4 ニンジン(いちょう切り)....10 | 11 米粉.....4 |
| 5 新ジャガ(1.5号幅).....25 | 12 脱脂粉乳.....2 |
| 6 水.....50 | 13 食塩.....0.8 |
| 7 鶏がらスープ.....15 | 14 白こしょう.....0.1 |

※分量は、給食(大量調理)で作る量です。家庭で調理する際は、適宜調整してください。

●作り方

- ①鍋に油を熱し、鶏もも肉を炒める。
- ②鶏もも肉に火が通ったら、タマネギ・ニンジンを加えて炒める。
- ③新ジャガを加えてさらに炒め、水と鶏がらスープを入れる。
- ④野菜が軟らかくなったら、シメジと9の牛乳を加える。
- ⑤④で加えた牛乳が温まったら、10の牛乳で米粉と脱脂粉乳を溶いて加え、20分ほど煮込む。
- ⑥塩・こしょうで味を整え、一煮立ちさせたら火を止める。

学校保健課 ☎775-9683 • ☎775-5633

暮らし

上平公民館の貸館停止

照明更新工事のため、次の日程の貸館を停止します。上平支所・図書室の業務は通常どおり行います。

時 7月13日(木)～8月5日(土) / 体育室、8月12日(土)・13日(日) / 体育室、会議室、調理室
 問 上平公民館 ☎75-9308・☎770-1102

行政書士街頭無料相談会

時 6月10日(土) 10～16時
 所 JR桶川駅自由通路

☑ 相続・遺言・成年後見・協議離婚・各種許認可申請・会社設立などの相談
 問 埼玉県行政書士会上尾支部 ☎76-33367

行政相談委員を委嘱

行政相談委員は、総務大臣が委嘱した民間の有識者で、住民の皆さんから国の行政に対する苦情・意見・要望などを聞き、問題の解決の促進と行政運営の改善を進めます。4月1日付で、左記の5人が委嘱されました。

● 行政相談委員(順不同・敬称略) 大崎純子、松澤美智子、山根充夫、磯越雄高、田

中貞夫

● 定例相談日(34ページ参照) 時 毎月第1(火)(祝を除く) 10～12時

所 市民相談室(市役所第三別館1階)

問 市民協働推進課 ☎75-4597・☎75-0007

訪問型子育て支援

保育士資格を持つ子育て支援員が家に伺い、育児の悩みや不安の解消、ふれあい遊びの紹介、子育て支援の情報提供などをしています。気軽に利用してください。

時 (月)～(土) 9～16時(祝・年末年始を除く)

対 未就学児の保護者

申 電話で子育て世代包括支援センターへ

問 子育て世代包括支援センター(子育て支援センター内) ☎78-2008・☎77-5804

6月は環境推進月間

私たちの生活の中から余分なエネルギー消費を抑え、無駄のない生活「エコライフ」を送ることで地球温暖化の原因

となる二酸化炭素(CO₂)を少なくすることが出来ます。

● 市の節電 10月まで、市の施設の室温が28度になるよう

冷房を調整し、軽装で執務する「フルビブス」を実施しています。また節電対策の一環で

公共施設の一部消灯なども行っています。

● 夏の節電 室温が28度になるよう冷房を調整する/すだ

れやよしず、グリーンカーテン(市の奨励金制度あり)など

を活用する/家庭用電気製品を買い替えるときは省エネラ

ベルの表示がある物など、消費電力の小さい物を選ぶ/冷

蔵庫の詰め過ぎに注意し、扉の開け閉めを少なくする

問 環境政策課 ☎75-6925・☎75-9872

あったか手話教室

障害福祉課 ☎775-5315・☎776-8872

日常生活で使える手話を一緒に学びませんか。市ホームページでは手話動画を公開中です。今月は「アジサイ」を紹介します。

軽く指を曲げた左手の上で、右手を開閉させながら回す。

あじさい 紫陽花

協力 上尾市聴覚障害者協会

あげお観光情報

市観光協会 ☎775-5917・☎775-5024

花いっぱい運動 ボランティア募集

JR上尾駅・北上尾駅東西口にある花いっぱいのプランター。このプランターを年2回程度植え替える、花いっぱい運動ボランティアを募集します。詳しくは、市観光協会へお問い合わせください。

あげお お土産・観光センター
 所 宮本町3-2 A-GEOタウン2階 ☎780-2266
 営業時間 10:30～18:30(月定休)

あげお お土産・観光センター 検索

Twitter・Instagramも更新中! #上尾市観光協会

市観光協会 ホームページ



**埼玉県後期高齢者医療
健康長寿歯科健診**

時7月1日(土)〜令和6年1月31日(水)

【対】令和4年度に75歳(昭和22年4月2日)〜昭和23年4月1日(生まれ)と80歳(昭和17年4月2日)〜昭和18年4月1日(生まれ)になった後期高齢者医療制度の加入者 ※詳しくは、6月下旬に県後期高齢者医療広域連合から送付する受診案内をご覧ください。 ※この健診の対象者は、今年度の市成人歯科健診は受診できません。対象者以外の加入者は、市成人歯科健診を受診してください。詳しくは『令和5年度版上尾市健康カレンダー』17〜19ページをご覧ください。

**建物のアスベスト分析
調査費用補助金**

【問】保険年金課 電話75-511255・75-9827、健康長寿歯科健診コールセンター 0120-941869

【対】吹き付けアスベストが施工されている恐れがある市内の

建築物の所有者・区分所有者の団体または管理者(条件あり) 【補助金額】分析調査に要する経費(上限25万円) 【分析調査を行う機関】日本工業規格(JIS) A1481-1〜4に適合し、所定の装置・機器を備えている作業環境測定法第2条第7項に規定する機関

【申】事前相談票(建築安全課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し、必要書類を用意して直接、建築安全課へ ※予算の範囲内で交付します。

【問】建築安全課 電話75-8490・75-9906

雨水貯留施設(雨水タンク)設置費補助金

【対】市内に在住で家庭用に雨水タンクを設置し、維持管理ができる人 【補助対象】既製品で貯留容量が100リットル以上の物 【補助金額】購入・設置に要した費用の2分の1の額(上限3万円)

【申】申請書(建設管理課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記

**次回の税などの納付期限
6月30日(金)**

◇市・県民税 ……………第1期
便利で確実な口座振替をご利用ください。

納税課 電話775-5135

入し、必要書類を用意して直接、建設管理課へ ※購入前に申請してください。予算の範囲内で交付します。

【問】建設管理課 電話75-8597・75-9906



雨水タンク

スズメバチ・アシナガバチの巣の駆除費用補助金

【対】スズメバチ・アシナガバチの巣がある専用住宅またはその敷地の所有者・管理者・居住者で、駆除業者に委託して巣を駆除した人 【補助金額】駆除に要した費用の2分の1の額(上限5千円) 【必要書

【広告】

うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

048-640-1001

結婚相談所 ムスベル

【広告】

信頼出来る業者をお探しの方! 地域の外壁塗装専門店!



株式会社 佐藤塗装 0120-119-929 上尾市緑丘1-1-44 無料通話

庭木1本から承ります!



【約束】
お茶はご遠慮します
トイレはお借りしません
土日でもお受けします
見積無料

生垣剪定 長さ高さ(1m×2m) 先着10名様 1,100円! (税込) 通常2,200円が

ガーデンエクステル 営業時間 9:00~17:00 上尾支店 上尾市大谷本郷 339-21-201 埼玉支店 さいたま市北区本郷町 1576 048-658-9328

※『広報あげお』掲載の広告は、あくまでも営業広告であり、市として推薦、公認、販売促進などを行っているものではなく、内容について市が責任を負うものではありません。

あげお良いとこ探しフォトコンテストの入選作品が決定



市観光協会 ☎775-5917・FAX775-5024

「第11回あげお良いとこ探しフォトコンテスト」の応募総数274作品から、各部門の会長賞、佳作が決定しました。作品は市観光協会発行のガイドマップやカレンダーなどに使用します。

●作品展示

時6月10日(土)・11日(日)10～21時(11日は16時まで)

所上尾ショーサンプラザ(谷津2-1-1)

内作品展示(1人1点)、入選作品の表彰式(11日)

【会長賞】

上尾の四季・風景部門



遠足日和/とみちゃん

上尾のイベント・お祭り部門



夏祭り/ヒロッチ

上尾の元気・笑顔部門



お姉ちゃん、中学校行っても、がんばって/きどっち



775-5633

問指導課☎775-672・FAX

教科書の見本などの展示

内公立小・中学校で使用

所文化センター

11～18時(5日は14時まで)

時6月22日(木)～7月5日(水)

教科書展示会

☎775-9872

問生活環境課☎775-6940・

算の範囲内で交付します。

30日を経過する日まで ※予

算の範囲内で交付します。

領収証の発行日から起算して

【申請期限】菓の駆除に要した

事項を記入し、必要書類を用

意して直接、生活環境課へ

課にある。市ホームページか

らダウンロードも可)に必要

書類を記入し、必要書類を用

意して直接、生活環境課へ

【申請期限】菓の駆除に要した

領収証の発行日から起算して

30日を経過する日まで ※予

算の範囲内で交付します。

相談会では、損をしないための不動産売却の進め方のポイントや注意点、収益性や固定資産税の負担が気になる遊休地・貸駐車場などの有効活用、住む予定のない実家などの空き家対策の選択肢、老朽化した自宅や賃料下落や空室により収益性の低下した貸家やアパートなどの建て替えの上手な進め方などについて相談できます。個々の悩みや疑問、自分が必要としている

土地や建物を「売りたい」「有効活用したい」「建て替えたい」と思ってもどこから手を付けていいかわからないもの。不動産の悩みは多くの人が経験することですが、専門家に直接相談できる機会は多くはありません。また、分割が難しい不動産は相続時の大きな課題の一つ。実家の空き家問題や老後の生活資金、介護、認知症対策にも注意が必要で、6月17日(土)に「土地活用まるわかり相談会」をプロム上尾で開催します。

土地や建物を「売りたい」「有効活用したい」「建て替えたい」と思ってもどこから手を付けていいかわからないもの。不動産の悩みは多くの人が経験することですが、専門家に直接相談できる機会は多くはありません。また、分割が難しい不動産は相続時の大きな課題の一つ。実家の空き家問題や老後の生活資金、介護、認知症対策にも注意が必要で、6月17日(土)に「土地活用まるわかり相談会」をプロム上尾で開催します。

6月17日(土)無料・要予約
プロム上尾で開催
売却・土地活用の悩みを解消

土地活用まるわかり相談会

広告

知識が得られる良い機会です。都合の良い時間に予約して、プロのアドバイスを聞いてみませんか？

☎土地活用まるわかり相談会

時6月17日(土)

①9時30分～②10時30分

③11時30分～④13時～⑤14時

⑥15時～⑦16時

※希望の時間を伝えてください

所プロム上尾1会議室

JR「上尾」駅東口徒歩2分

宮本町5-18三協堂ビル4F

定各回2組(要予約・先着順)

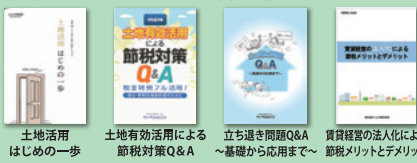
問相談会事務局(わかば企画内)

☎0120-661-339 受付

時間10時～17時※応募者の個人

情報は受付と会場案内に利用

参加者には土地活用参考書4冊を進呈



時とき 所ところ 内内容 対対象 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ

井戸水を利用している人は連絡を

井戸水を使用し、公共下水道に排水している場合は、下水道使用料が発生します。使用料は利用人数に応じて算出するので、次の場合は業務課に連絡してください。▽出生や死亡、転入や転出などで利用人数が変わった／井戸水が出ない、濁って使えない／井戸を取り壊した／井戸を新たに使用する

問 業務課 ☎75-5161・FAX

75-9041



農薬の適正な使用を

農薬を使用する際は、ラベルや袋に表示された使用方法や注意事項を厳守し、他の作物への飛散に十分注意してください。また、次のことを心掛けてください。▽剪定や捕殺など、できるだけ農薬以外の防除方法を検討し、散布量は最低限にする／やむを得ず散布するときは、事前に周辺住民や施設利用者などに周知し、風向きなどに十分注意

する／誤飲などの事故防止のため、小分けは絶対に行わず、鍵を掛けて安全に保管・管理する／使用するときは飲食物の容器(ペットボトルなど)を使用しない／農薬のラベルや袋に表示されている使用基準や使用上の注意事項を必ず確認する／農薬を本来の目的以外で使用しない／廃棄するときは、専門業者に処理を委託するなど各自責任を持って処分する

問 農政課 ☎75-7384・FAX

75-9872

6月23～29日は男女共同参画週間

今年度のキャッチフレーズは「無くそう思い込み、守ろう個性 みんなでつくる、みんなの未来。」です。性別による無意識の役割意識にとらわれず、それぞれの個性と多様性を尊重し合える「男女共同参画社会」を実現するため、この機会に私たちの周りのパートナーシップについて、考えてみませんか。

問 人権男女共同参画課 ☎778-

5111・FAX 778-5112

光化学スモッグに注意

5～9月は光化学スモッグが発生しやすい時期です。光化学スモッグは目や喉の粘膜に刺激を与え、健康被害を引き起こすことがあります。注意報が発令されたら屋外での激しい運動は避け、目などに刺激を感じたらすぐ屋内に入りましょう。

問 生活環境課 ☎75-6940・FAX

75-9872

自転車防犯無料登録

自転車の防犯登録は義務化されています。防犯登録は、盗難に遭った場合に所有者の捜索に役立ちます。

時 6月15日(木)、7月10日(月)、8月10日(木)、9月11日(月)のいずれも9～12時

所 市役所ヒロテイ

定 各20台(先着順)

問 県自転車防犯協会 上尾支部 ☎72-6921



広告

上尾市医師会上尾看護専門学校
ここから始まるあなたの未来

★★★ 2020・2021・2022年度
3年連続!!! 看護師国家試験
100%合格

◎本校は、文部科学省「高等教育の修学支援新制度」の対象校です。
◎本校は、専門実践教育訓練給付金対象となる厚生労働大臣指定講座運営スクールです。

〒362-0021 上尾市原市 3494-4 ☎ 048-722-1043 E-mail ans@ageons.jp

本校 HP Instagram Twitter
https://www.ageons.jp himawari1989.4.1 @ageonurse

広告

あなたの街の植木屋さん お見積り0円(出張料金も0円)

3つの安心

- 土日祝日も作業対応可能!
- お見積書による明細会計!
- 1本からでもOK!

サービスメニュー

剪定	伐採、伐根
草刈り	消毒
生垣	植栽

お客様のご要望に丁寧に!

剪定作業 3m未満 1本3,300円(税込)~

まずはご相談ください ハロー いいにわ
Hello garden.com ☎0120-86-1128
本社 東京都港区南青山2-2-15 受付時間 月~金 9:00~17:00

※『広報あげお』掲載の広告は、あくまでも営業広告であり、市として推薦、公認、販売促進などを行っているものではなく、内容について市が責任を負うものではありません。

電波の不正利用は犯罪

総務省では、6月1～10日を「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もらうための周知・啓発活動と不法無線局の取り締まりを強化しています。電波は暮らしの中で欠かせない大切なものです。電波のルールはみんなを守りましょう。

狙われているタンス預金

銀行に行くのは面倒、またまった金額を自宅においてあった方が使い勝手がいい。いわゆるタンス預金は、オレオレ詐欺の犯人や強盗犯人に狙われています。

悪質な土砂の搬入・たい積に注意

土地所有者をだまして借り受けた土地に、大量の土砂をたい積する事件が多発しています。被害に遭わないために、定期的に土地を見回り、土砂のたい積に注意してください。また、一定規模以上の土地に土砂をたい積する場合は、事前に市または県の許可が必要です。不審な話などがあつた場合は、市または県へ相談してください。

募集

統計調査員

〔任期〕おおむね2カ月間
〔内容〕国や県が実施する統計調査で事業所や世帯を訪問し、調査票の配布・回収などを行う

報酬はおおむね3万円 ※詳しくは総務課へ問い合わせください。

上尾市医師会
上尾看護専門学校
オープンキャンパス

時・内左表のとおり
所 上尾看護専門学校(原市3-494-4)

申 上尾看護専門学校ホームページから申請または電話かメールで同校へ

【オープンキャンパス】

とき	内容
7/9(日)	注射
7/30(日)	沐浴
8/5(土)	災害看護
8/26(土)	フィジカルアセスメント

【学校説明会】

とき	内容
6/11(日)	10:00～
6/24(土)	14:00～
9/10(日)	10:00～
9/29(金)	17:00～
11/2(木)	

上尾看護専門学校 043-825-1100
ans@ageons.jp



トイレ・給湯器専門店

2時間以内に即対応!!

見積無料! 工事費・処分費コミコミ! 他社より高い場合はご相談ください!

株式会社イナセ ☎048-721-2775
埼玉県北足立郡伊奈町小室4706
桶川ショールーム ☎048-788-4021
埼玉県桶川市寿1-13-9

TOTO ビュアレストQR +暖房便座 工事費 コミコミ 8.3万円 (税込91,300円)	TOTO ビュアレストQR +BV2 TCF2223E 温水洗浄便座 触りリモコン オート脱臭 工事費 コミコミ 10.8万円 (税込118,800円)	TOTO ビュアレストQR +KSシリーズ TCF8CS67 温水洗浄便座 触りリモコン オート脱臭 工事費 コミコミ 14.8万円 (税込162,800円)
Paloma ガス給湯器 FH-E2021SAWL オート リモコン付 壁掛 工事費 コミコミ 14.8万円 (税込162,800円)	NORITZ 石油給湯器 OTQ-3706SAY 国産式 遠送付送 リモコン付 工事費 コミコミ 20.4万円 (税込224,400円)	HITACHI エコキュート BHP-F37TU 370L 角型 工事費 コミコミ 32.8万円 (税込360,800円)

女性入居者募集

仲町 (上尾駅徒歩8分) 19室オープン

自立を目指す
軽度精神障害者・軽度知的障害者グループホーム

女性専用施設 手作りの食事 365日夜間スタッフ

※スタッフも募集：夜勤・夕食づくり

見学・体験・ご相談大歓迎! お気軽にご連絡ください。

浅間台：上尾市浅間台1-21-21
向山：上尾市向山2-45-5
仲町：上尾市仲町2-3-11

Bees (ビーズ) グループホーム
運営会社 株式会社ハーベストプラン
☎ 048-812-8580

時とき 所ところ 内内容 対対象 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ



市民音楽祭合唱祭 出演団体

生涯学習課 ☎775-9496・☎776-2250

時11月12日(日)11～16時(予定) 所文化センター 申込書(生涯学習課、各支所・出張所・公民館にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入して、6月16日(金)まで(必着)に



昨年の合唱祭

直接か郵送またはファクスで生涯学習課(〒362-8501 本町3-1-1)へ ※開催までに各団体の代表者による実行委員会を2回開催します。

男女共同参画審議会委員

〔任期〕9月1日(金)から2年間

〔内〕男女共同参画基本計画、その他男女共同参画に関する重要事項について調査・審議

〔対〕次の①～③の全てに該当する人 ①上尾市に引き続き1年以上居住している18歳以上

②男女共同参画社会の実現に向け、熱意と関心がある ③

平日昼間の会議に出席できる

〔定〕3人(選考)

〔申〕申込書(人権男女共同参画課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入して、6月30日(金)

まで(必着)に直接または郵送(〒362-8501 本町3-1-1)

1)で人権男女共同参画課へ

〔関〕人権男女共同参画課☎775-1111・☎776-5112

(年数回程度) 〔謝礼〕1回当たり6千円

文化芸術公演支援事業

文化芸術活動を活発にすることを目的に、コミュニティセンターが共催支援し、事業の成功をサポートします。

時10月1日(日)～令和6年3月31日(日)

〔内〕コミュニティセンターで開催する市民が主体の文化芸術公演

〔定〕2事業(選考あり)

〔申〕申込書(コミュニティセンターなど)にある。コミュニティセンターホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入して、6月30日(金)まで(必着)に直接か郵送またはファクス、メールでコミュニティセンター(〒362-0007 5 柏座4-2-3)へ

〔関〕コミュニティセンター☎775-0866・☎775-0868・ageo.com.sen.event@gmail.com

夏休み交通安全映画会の開催団体

時7月21日(金)～8月24日(木)

(土)(祝を除く)午前の部／10～11時 午後の部／14～15

時 定各部1組(先着順)

〔申〕6月12日(月)～16日(金)に候補日、時間、場所、参加人数、代表者の氏名、電話番号を電話で交通防犯課へ ※候補日を複数用意してください。

〔関〕交通防犯課☎775-1338・☎775-9927



優良運転の表彰者

〔対〕無事故無違反の期間が次の①～⑧のいずれかに該当する

- ①上尾警察署管内(上尾市・桶川市・伊奈町)に在住の交通安全協会会員 ①5～10年未満 ②10～15年未満 ③15～20年未満 ④20～25年未満 ⑤25～30年未満 ⑥30～35年未満 ⑦35～40年未満 ⑧40年以上

〔申〕申請書(上尾地方交通安全協会、各支所にある)に必要事項を記入し、無事故無違反証明書を用意して、6月1日(木)～8月10日(木)に上尾地方交

有料広告募集中!!

毎月約10万5,000部発行の『広報あげお』に広告を掲載しませんか。

料金や申し込み方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

有料広告のお問い合わせは
⇒広報広聴課 ☎775-4918
☎776-8873

※『広報あげお』掲載の広告は、あくまでも営業広告であり、市として推薦、公認、販売促進などを行っているものではなく、内容について市が責任を負うものではありません。

1級空き家管理士による
空き家と相続の無料個別相談会

誰も住んでいないご実家や放置されている空き地のことなどお気軽にご相談ください。

令和5年 6月13日(火) 6月17日(土) 6月25日(日)

〔時間〕 13:30～16:00
〔会場〕 上尾市文化センター
〒362-0017 上尾市ニツ宮750番地

《要事前予約》
↑詳しくは弊社HPまで

株式会社 樹 正直不動産
埼玉県知事 (1) 第24756号
上尾市愛宕1-16-10-202 上尾相談センター ☎048-789-7147

通安全協会(上尾警察署内、平日9～16時)12～13時を除く)または各支所へ ※受賞者には後日表彰日時などを案内します。

問 上尾地方交通安全協会 771-4176・FAX 778-9299

介護保険の認定調査員(会計年度任用職員)

【採用予定】9月1日(金)以降
【勤務時間】週3日以上・1日4～7時間程度(勤務時間は要相談) 【時給】1,250円

内 要介護認定申請者への訪問調査、調査票作成

対 介護支援専門員、保健師、看護師、理学療法士、作業療法士、社会福祉士、介護福祉士のいずれかの資格がある人
定 8人

申 市ホームページから電子申請し資格の証明書を留意して、6月1日(休)～30日(金)に直接、高齢介護課へ

問 高齢介護課 775-5126・FAX 776-8872



学童保育所の補助員

① 保育所非常勤職員 【勤務時間】(月)～(金)／10～19時、(土)／8～19時、学校休業日(夏休みなど)／7時30分～19時(実働4時間程度) 【勤務地】住居近くの学童保育所 【時給】990～1,290円(勤務可能日数・曜日・時間帯により決定) ※諸手当、有給休暇

があります。所定労働週2時間以上は社会保険加入です。

内 放課後児童の保育

② 正規補助職員 【勤務時間】(月)～(土)のうち週5日／10～19時(平日6時間以上) 【勤務地】市内の学童保育所 【時給】1,190～1,390円

※社会保険加入、諸手当、有給休暇があります。

内 正規職員の補助業務

③ 早期アルバイト職員 おはようサポーター 【勤務時間】夏休みなどの早朝開設時期の7時20分～8時20分 【勤務地】住居近くの学童保育所 【時給】千円

● ①～③ 共通

対 子どもが好きで楽しく遊べる人

申 電話でNPO法人あげお学童クラブの会へ

問 NPO法人あげお学童クラブの会 771-6945・FAX 771-5790

イベント・講座

軽トラ・ファーマーズマーケット

時 ①6月3日(土)10～12時 ②6月16日(金)14～16時(雨天中止)

所 ①上尾丸山公園内 ②JRR尾駅出張所南側

内 市内の農業者が新鮮な農産物を自ら軽トラの荷台に並べて販売

問 農政課 775-7384・FAX 775-9872



令和3年度の軽トラ市

**男女共同参画講座
ハッピー家事シェア講座**

時 6月17日(土)10～12時

所 文化センター

内 家庭ごとの家事シェアの方法や、家族が居心地の良い暮らし方のアイデアを学ぶ 【講師】三木智有(NPO法人ぽっぴん daimai)

対 市内に在住・在勤の人

定 50人(先着順)

持 筆記用具

申 6月1日(木)から、市ホームページで申請または電話か

ファクスで男女共同参画推進センターへ

問 男女共同参画推進センター 778-5111・FAX 778-5112

キラリッ 駅deほっと市

時 6月17・24日のいずれも(土)13～18時

所 JR上尾駅自由通路

内 観光協会推奨土産品、福島県本宮市・岩手県陸前高田市の特産品などの販売

問 市観光協会 775-5917・FAX 775-5024

シルバーeスポーツ体験会

スマホ教室も併せて開催

高齢介護課 775-4190・FAX 776-8872

時 8月5・19日、9月9日のいずれも(土)9時15分～11時40分(全3回) 所 上尾公民館 内 テレビゲームなどで対戦しながら体や頭を使う、スマートフォンの操作方法を学ぶ

対 市内に在住の65歳以上の人 定 32人(先着順) 申 7月14日(金)までに住所、氏名、生年月日、電話番号を直接または電話で高齢介護課へ



ボートレース戸田

京都市ボートレース企業団
☎823-8711・☎823-8709

収益金は、都市基盤の整備などに利用されます。



ボートレース戸田
ホームページ



野球グローブ作り教室
時 7月31日(月)、8月1日(火)のいずれも12〜15時
所 UDTラックス上尾スタジオ
内 野球グローブを編み上げて作る
対 小学生以上
費 1万2千円(子ども用)、1万4千円(大人用)
定 各15人(先着順)
持 エプロン、軍手
申 直接または電話で上平公園管理事務所へ ※6月30日(金)までに支払いが必要です。
問 上平公園管理事務所 ☎776-8986・☎776-13322

スポーツ情報

スポーツ講座

スポーツ振興課 ☎781-8112・☎775-6608・✉s725700@city.ageo.lg.jp

時 ①6月10日 ②6月17日 ③6月24日のいずれも(土)9時30分〜11時30分 所 市民体育館、ゆりが丘公園 内 ①マットス講座 ②ノルディックウオーキング講座 ③ランニング講座 【講師】①②市スポーツ推進委員 ③村松卓(日本ランニング協会認定ランニングアドバイザー) 対 市内に在住・在勤・在学の人 費 100円 定 各25人(先着順) 申 6月7日(水)まで(必着)に申込書(スポーツ振興課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入して、直接か郵送またはファクス、メールでスポーツ振興課(〒362-8501本町3-1-1)へ

市連盟夏季グラウンド・ゴルフ大会

市グラウンド・ゴルフ連盟の沼田 ☎773-6576

時 6月13日(火)8時30分〜14時(雨天時は14日(水)に延期) 所 上平公園多目的広場 内 32ホール(予定) 対 市グラウンド・ゴルフ連盟会員と同連盟への加入希望者 費 500円 ※加入希望者は年会費2,500円が別途必要です。

カ・ラ・ダ リフレッシュ教室 イコス上尾

☎772-1611・☎772-1614・✉ecosageo.event@gmail.com

●水曜日コース

時 7月5日〜9月27日(8月2・16日を除く)の毎週(全11回) ①10時30分〜11時30分 ②19時30分〜20時30分 内 ①骨盤ストレッチ教室 ②動くカラダ作り教室 費 ①7,000円 ②9,000円

●木曜日コース

時 7月6日〜9月28日(8月3・17日を除く)の毎週(全11回) ①10時30分〜11時30分 ②14〜15時 ③19時30分〜20時30分 内 ①カラダすっきり教室 ②姿勢改善体操教室 ③免疫力アップ教室 費 各12,000円

【全教室共通】所 イコス上尾 定 各20人(応募者多数の場合は抽選) 申 往復はがきまたはメールに教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入して、6月20日(火)まで(必着)にイコス上尾(〒362-0011平塚951-2)へ

夏季ソフトテニス ジュニア教室

市ソフトテニス連盟 ☎ageojr@gmail.com

時 7月22日(土)、23日(日)、25日(火)〜27日(木)9時〜11時20分(全5回、予備日7月28日(金)) 所 市民体育館 対 市内に在住・在クラブの小学生 費 3,000円 ※貸しラケットがあります。 定 70人(先着順) 申 6月30日(金)までに名前、学年をメールで市ソフトテニス連盟へ

小学生バドミントン大会

市バドミントン連盟の前島 ☎773-0546

時 7月29日(土)9時〜 所 市民体育館 【種目】男女シングルス/6年生の部、5年生の部、4年生以下の部 対 市内に在住の小学生 費 500円 申 7月7日(金)まで(必着)に住所、氏名(ふりがな)、学年、学校名、電話番号を記入して郵送で、市バドミントン連盟の前島則子(〒362-0001上1704-1)へ

市民体育館の新教室

市民体育館 ☎781-8111・☎781-8113

①骨盤ストレッチ 時 毎週(月)12〜13時 ②ソードフィットネス 時 毎週(月)13〜15時 ③太極拳 時 毎週(月)18〜19時 ④やさしいパワーヨガ 時 毎週(月)19時30分〜20時30分 ⑤かんたんピラティス 時 毎週(水)12〜13時 ⑥ソフトエアロビクス 時 毎週(水)13時30分〜14時30分 ⑦ピラティス 時 毎週(木)12〜13時 ⑧バレエストレッチ 時 毎週(木)13時30分〜14時30分 ⑨バランスボール 時 毎週(金)12〜13時 ⑩リフレッシュヨガ 時 毎週(金)13時30分〜14時30分 ⑪サルセッション® 時 毎週(金)15〜16時 ⑫ザ・サーキット 時 毎週(金)16時30分〜17時30分

【全教室共通】所 市民体育館 対 高校生以上 費 ②/1,000円、⑩/700円、⑫/300円、その他/500円 定 各40人(先着順) 申 市民体育館ホームページの予約システムから

時 とき 所 ところ 内 内容 対 対象 費 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定 定員 持 持ち物
申 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問 問い合わせ

文化センター

所 〒362-0017ニツ宮750
 ☎774-2951・☎774-2955・✉info@ageo-ccc.jp



●夏休みファミリーコンサート モーツァルト魔法の音楽 オペラ『魔笛』

時 8月6日(日)14時～(開場/13時30分) 内 オペラ『魔笛』をより分かりやすく、楽しくアレンジしたコンサート 【出演者】夜の女王/安井陽子



(ソプラノ)、パパゲーノ/友清崇(バリトン)など
 ●チケット販売 費一般/3,500円(当日4,000円)、中学生以下/500円(全席指定。3歳以下は無料、座席が必要な場合は有料)

●舞台『生きる』

時 9月3日(日)14時～(開場/12時30分～) 内 高齢化に伴い、誰もが直面する「介護問題」や「社会問題」に対して実話をもとにした作品 【出演者】ブッチー武者など



●チケット販売 時 6月3日(土)10時～ 費 6,000円(自由席) ※未就学児は入場できません。

●いきいき脳健康チェック

時 6月24日(土)10～11時、11～12時、13～14時、14～15時 内 脳トレ・脳の健康チェック(認知機能の測定) 【講師】大上哲也(日本薬科大学教授) 内 市内に在住・在勤の50歳以上で初めて参加する人 定 各2人(先着順) 申 6月1日(木)9時から直接または電話で

コミュニティセンター

所 〒362-0075柏座4-2-3
 ☎775-0866・☎775-0868・
 ✉ageo.comisen.event@gmail.com



●長尾春花クラシック音楽セミナー& コンサート

時 8月6日(日)13時～(開場/12時30分) 内 「キラリ☆あげおPR大使」の長尾春花さんがハンガリーでの生活や音楽について講演、演奏 【プログラム】『シャコンヌ』/ヴィターリ、『前奏曲とアレグロ』/クライスラー、『ツィゴイネルワイゼン』/サラサーテ



●チケット販売 時 6月10日(土)9時～ 所 コミュニティセンター、イコス上尾 費 2,000円(全席指定)

●練り切りアート・パン作り教室

時 7月23日(日)①練り切りアート教室/10～11時 ②パン作り教室/10時～11時30分 費 ①500円 ②800円 定 ①8人 ②10人(応募者多数の場合は抽選) 申 6月23日(金)まで(必着)に希望する教室、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入して、往復はがきまたはメールで

●コミセンおはなし会

時 6月17日(土)11時～11時30分 内 紙芝居や大型本の読み聞かせ、替え歌絵本のギターの弾き語り(「読書パスポート」にスタンプを押します) 定 20人(先着順)

イコス上尾

所 〒362-0011平塚951-2 ☎772-1611・☎772-1614
 ✉ecosageo.event@gmail.com
 コミュニティセンター
 ☎775-0866・✉ageo.comisen.event@gmail.com



●イコス・コミセン ミュージックスクール2023

時・所 右表のとおり 内 初心者や親子でも楽しめる夏休みの音楽教室 1日目/(1)みんなで楽しくリトミック (2)ピアノで合奏 2日目/(3)トランペットを吹いてみよう (4)打楽器をたたこう(全4回) 【講師】(1)松井直子 (2)高梨智子 (3)大野裕美 (4)永野雅晴 費

2,000円 定 各18人(先着順) 申 6月3日(土)～7月15日(土)9～17時に、希望するクラス、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢、楽器歴を直接か電話またはメールで受講を希望する施設へ

クラス	とき	ところ	
①	8/1(火)・3(木)	9:30～11:50	イコス上尾
②		13:30～15:50	
③	8/2(水)・4(金)	13:30～15:50	コミュニティセンター

※全て内容は同じです。



松井直子



高梨智子



大野裕美



永野雅晴

暮らし・彩り・公民館

6▶7月

申し込み
方法

応募者多数の場合は抽選です。講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢、学校名・学年(小・中学生)を記入の上、申込日まで(必着)に各公民館へ ※往復はがきの場合は、1人(組)1枚に記入してください。 ※直接または電話は平日9:00~17:00だけ受け付けます。

上尾公民館 〒362-0017 ニツ宮750 TEL775-0185・FAX776-7366・E:s723000@city.ageo.lg.jp

知ってみよう!学んでみよう!世界遺産

世界遺産アカデミーの認定講師から、世界遺産の基礎知識と日本の世界遺産を学ぶ

時6月27日、7月4日のいずれも(火)13:30~15:00(全2回) 対市内に在住・在勤・在学 定30人(先着順) 申6月7日(水)から直接または電話で

平方公民館 〒362-0059 平方905-1 TEL726-3446・FAX726-3991・E:s723200@city.ageo.lg.jp

色で脳活!~色と脳トレのコラボレーション~

「和の色」のかかるたなどを使ったワークショップで自分の気持ちを読み解き、色で心を整え生活をより豊かにする方法を学ぶ

時6月26日、7月3日のいずれも(月)10:00~11:30(全2回) 対市内に在住・在勤 定15人 申6月15日(木)までに往復はがきまたはメールで

大石公民館 〒362-0063 小泉9-28-1 TEL726-6615・FAX726-6616・E:s723400@city.ageo.lg.jp

大石ふれあいコンサート

市民吹奏楽団によるアニメ・クラシックなど、なじみの深い曲の演奏会

時6月4日(日)13:30~14:30(開場/13:00) 定150人 持室内履き

親子アウトドアクッキング教室

野外でできる料理を楽しく学んで、おいしく食べる

時7月8日(土)10:00~13:00 対市内に在住の小学生と保護者 費1,000円 定8組16人 申6月16日(金)までに往復はがきまたはメールで

上平公民館 〒362-0008 上平中央3-31-5 TEL775-9308・FAX770-1102・E:s723100@city.ageo.lg.jp

埼玉新聞は地域の歴史・文化をどう伝えてきたか ~新聞とメディアリテラシー~

埼玉の歴史や祭り・民俗芸能について、地元紙埼玉新聞がどのような視点で報道してきたか、同社ふるさと報道部長の米山士郎さんによる「埼玉論」を聞く

時6月20日(火)10:00~11:30 対市内に在住・在勤・在学 定16人(先着順) 申6月1日(水)から電話またはメールで

シニアのためのお金の話し ~人生100年時代を安心して生活するために~

生活スタイルを見直し、長い人生を安心して暮らす工夫を学ぶ

時7月5日(水)13:30~15:00 対市内に在住・在勤 定24人(先着順) 申6月1日(水)から電話またはメールで

大谷公民館 〒362-0044 大谷本郷949-1 TEL781-0892・FAX780-1113・E:s723500@city.ageo.lg.jp

靴のプロ「シューフィッター」が教える 足の健康と靴選びのポイント

自分に合った靴選びのコツや正しい靴の履き方、転倒防止に役立つ足指体操を学ぶ

時6月28日(水)13:30~15:30 対市内に在住・在勤・在学 定25人 持室内シューズ、普段履いているひも靴 申6月14日(水)までに往復はがきまたはメールで

女性のための「健康づくり応援」講座

健康的なダイエット習慣や、女性特有の疾病などを学び、健康維持・増進を図る

時7月11・18日のいずれも(火)13:30~15:00(全2回) 対市内に在住・在勤・在学の女性 定20人 申6月20日(火)までに往復はがきまたはメールで

時とき 所ところ 内内容 対対象 費費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ

おいでよ!
健康プラザわくわくランド

〒西貝塚17-1 ☎783-1126・☎726-7657

【開館時間】10:00～21:00
【6月の休館日】毎週休
市内循環バス「ぐるっとくん」平方小敷谷循環・平方丸山公園線で「わくわくランド」下車

館長イチオシ

●ジュニアスイム
6月1日(木)からホームページに掲載します。

保健師・栄養士の無料健康相談
時6月20日(火)14:15～15:15 費入館料だけ

6月の教室 全ての教室は日程と時間が変更になることがあります。

プール 水着、スイムキャップ 時30分前からプール監視員室前(先着順)
①水中ウォーキング 時6/12・26(月) 11:00～11:30 定20人

スタジオ 持運動する服装、室内靴、参加費など
時当日にフロント(先着順)

- ②サルセッション® 時 毎週(月) 11:20～12:20 定15人
- ③エアロッチ 時 毎週(月) 12:30～13:30 定15人
- ④すっきりヨガ 時 毎週(火) 10:30～11:30 定20人
- ⑤ベリーグダンス 時 毎週(火) 11:45～12:45 定15人
- ⑥ピラティス 時 毎週(木) 10:30～11:30(6/8を除く) 定15人
- ⑦ストレッチ&骨盤メンテナンス 時 毎週(木) 11:45～12:45(6/8を除く) 定15人
- ⑧癒しのヨガ 時 毎週(木) 15:30～16:30 定20人
- ⑨スロートレーニング 時 毎週(金) 10:30～11:00 定15人
- ⑩ストレッチヨガ 時 毎週(金) 11:10～12:10(6/30を除く) 定20人
- ⑪アロマリラックスヨガ 時 毎週(金) 12:20～13:20(6/30を除く) 定20人
- ⑫セルフコンディショニング 時 毎週(金) 17:30～18:30 定15人

共通 時高校生以上 費①/入館料だけ ②/400円 その他/600円

学べる・遊べる
自然学習館

〒吉178 ☎780-1030・☎726-7901
【開館時間】9:00～17:00

夏休み自然学習教室

●親子で学ぶ生物多様性
時7月29日(土)9:30～11:30(雨天の場合は30日(日)) 時生き物同士の関わり、結び付きを公園内で観察する 時小学3年生以上の子どもと保護者 時8組(先着順) 時汗拭きタオル、水筒、防虫スプレー 【服装】活動しやすい服装、帽子 時6月1日(木)から電話で

●上尾丸山公園写真展
時6月24日(土)～7月9日(日) 【作品募集】上尾丸山公園で撮影した写真(風景、動植物、人物など素材は問わない。プリントA4サイズ、1人2点まで) ※応募者本人が撮影した未発表作品に限ります。肖像権は応募者が了解を得てください。 時6月3日(土)～18日(日)に直接、自然学習館へ

PICK UP 自然学習教室

●昆虫採集と標本作り
時下表のとおり 時小学生以上 ※小学生は保護者同伴です。 費200円 時各8人(先着順) 時1日目/捕虫網、虫カゴ、昼食、飲み物、防虫スプレー 2日目/ふた付きの箱、段ボール板 【服装】活動しやすい服装、帽子 時6月1日(木)から電話で

	とき	
①	1日目	7/1(土)9:30～15:00(雨天の場合は7/2(日))
	2日目	7/15(土)9:30～12:00(雨天実施)
②	1日目	7/22(土)9:30～15:00(雨天の場合は7/23(日))
	2日目	8/5(土)9:30～12:00(雨天実施)

天文科学教室

●流星群とすい星のお話
時7月22日(土)13:30～15:00 時8月中旬のペルセウス座流星群やすい星を学ぶ 時小学3年生以上 定12人(先着順) 時筆記用具 時6月1日(木)から電話で

※自然観察会(自然学習教室開催日を除く(土)(日)開催)、太陽の観察会(毎週(土)(日)、祝)、天体観望会(毎週(土)について詳しくは、自然学習館へ問い合わせてください。市内循環バス「ぐるっとくん」平方丸山公園線で「自然学習館」下車

市役所ギャラリー

●小さなきりえ習作展 6月1日(木)～7日(水)10～17時(1日は13時から、7日は15時まで)

●黒田成子写真展 テーマ水 6月8日(木)～14日(水)10～17時(8日は13時から、14日は15時まで)

●第11回淡彩スケッチから日本画仲間展 6月15日(木)～21日(水)10～17時(18日(日)を除く、15日は12時から、21日は15時まで)

市民ギャラリー

●瀬田幸江 陶芸展Ⅱ(絵画・陶芸) 6月2日(金)～6日(火)10～17時

●第21回旅のスケッチ展 6月8日(木)～14日(水)10～17時(8日は13時から、14日は16時まで)

●第23回すみれフォトクラブ写真展 6月15日(木)～21日(水)10～17時(15日は12時から、21日は16時まで)

●第18回上尾洋画研究所美術展 6月22日(木)～28日(水)18時(22日は13時から、28日は17時まで)

ギャラリーガイド
6月1日～28日

円生涯学習課 ☎75 9 4 9 6
☎76 2 2 5 0



図書館ホームページ



図書館ツイッター

上尾市図書館 所 上町1-7-1 ☎ 773-8521 ・ ☎ 776-7330

貸し出し 図書・雑誌 冊数無制限2週間まで
CD・DVDなど 3点以内2週間まで

●本館

【開館時間】 9:00～19:00

【今月の休館日】

5・12・19・26日のいずれも(月)

※休館日・開館時間は図書館ホームページを確認するか、図書館本館へ問い合わせてください。

今月のTopics

Topics

本館展示

初夏を満喫！ アウトドアを楽しもう！

夏に向けて気軽に散歩から、海、山、キャンプなど、屋外で夏を楽しむような本を集めました。ぜひご活用ください。



本館展示の資料の一覧は、市図書館ホームページ蔵書検索画面の「図書館おすすめから探す」からも見ることができます。

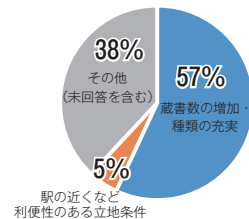
図書館のこれから

～未来につなぐ図書館のカたち～
図書館利用者の皆さんが求める図書館のカたち

図書館本館の更新にあたり、どのようなサービスや設備を利用者が求めているか、4月に利用者アンケートを実施しました。

アンケート結果を参考に、これからの図書館本館の更新に活用していきます。

最も図書館本館に求めるもの



全ての人に読書の機会を

本館に「上尾市図書館りんごの棚」を設置

「りんごの棚」とは、目が見えなかったり文字を読むのが苦手だったりする、特別な配慮を必要とする子どもを対象とした本のコーナーです。

市では、子どもだけでなく大人も含めた全ての人を対象とした読書バリアフリーコーナーとして、6月6日(火)から本館に設置します。

月間予約ランキング

Ranking

令和5年4月

1	『汝、星のごとく』 凧良 ゆう／著 講談社
2	『魔女と過ごした七日間』 東野 圭吾／著 KADOKAWA
2	『街とその不確かな壁』 村上 春樹／著 新潮社
4	『やさしさを忘れぬうちに』 川口 俊和／著 サンマーク出版
5	『合理的にあり得ない 2』 柚月 裕子／著 講談社

子どもの読書活動支援センター

あっぴい ぶっくる

子どもの読書活動支援センター 【開館時間】 10:00～16:30
所 柏座4-3-8富士見小学校内 ☎・☎773-3711



あっぴいぶっくるのキャラクター「フッピー」

乳幼児・小学生の皆さん、イベントに参加するときは「読書パスポート」「えほんのきろく」を持ってきてね！スタンプを押すよ！



子どもの読書活動支援センター ツイッター

絵本のおはなし 一緒にしませんか

～大人も絵本を楽しもう 大人のための絵本セラピー～

大人になってから絵本を読んだことはありますか？絵本を数冊読み、絵本を通して感じたことを分かち合う参加型講座です。☎6月22日(木)10:30～11:30 所 図書館本館 対 市内に在住の中学生以上の人 定12人(先着順) ☎6月1日(木)から電話で、子どもの読書活動支援センターへ



時とき 所ところ 内容 対対象 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定定員 持持ち物
申申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問問い合わせ

6/15	<p>ア よちよちひろば 10:30~11:30 市内在住の0歳児と保護者 定10組 申6/5月から直接または電話</p> <p>コ ちびちゃんの音あそび 11:00~11:30 市・定31ページ参照</p> <p>コ バドミントン遊び 16:00~17:00 市小学3年生以上</p> <p>モ はいはいたいむ 10:00~11:00 市1歳~1歳3カ月児 定12組 申直接または電話</p> <p>モ 園庭開放 10:00~11:00 所①原市保育所②あたご保育所 市1歳6カ月~3歳児 定①3組②5組 申子育て支援センター</p>	7/1	<p>ア おばけやしき実行委員会 14:00~15:00 市・定31ページ参照</p> <p>ア 絵本のおはなし会 15:00~15:30 市幼児・小学生</p> <p>コ おはなし会 14:00~14:30</p>
16	<p>ア なかよしひろば 11:00~11:30 市乳幼児</p>	2	<p>ア アップリンピック 14:00~15:00 市小学生</p> <p>コ ジュニアチャレンジ 14:00~15:00 市小学生~18歳</p>
17	<p>ア テープの芯で作る造形の部屋 14:30~15:30 市小学生 定7人 申6/5月から直接または電話</p> <p>コ 体験トランポリン教室 10:00~11:40 市3歳児~小学生 定35人 申9:45から整理券を配布</p>	4	<p>ア のびのびひろば 10:30~11:10 市内在住の1歳児と保護者 定10組 申6/5月から直接または電話</p> <p>コ にこにこルーム 11:00~11:30 市0歳児 定10組</p>
18	<p>ア シュッポの部屋 14:00~16:00 市乳幼児・小学生 定混雑時は制限</p> <p>ア 絵本のおはなし会 15:00~15:30 市幼児・小学生</p>	5	<p>モ 6か月までの赤ちゃんの日 9:30~11:30 市6カ月児まで 定18組 申直接または電話</p> <p>モ 園庭開放 10:00~11:00 所小敷谷保育所 市1歳6カ月~3歳児 定3組 申子育て支援センター</p>
20	<p>コ にこにこアップ 11:00~11:30 市2歳以上の未就園児 定25組</p> <p>コ でんしゃで遊ぼう 14:00~15:00 市1歳以上の未就学児</p>	6	<p>コ ちびちゃんの寒天あそび 10:30~11:30 市内在住の未就園児 定20人 申6/19月から直接または電話</p> <p>コ バドミントン遊び 16:00~17:00 市小学3年生以上</p> <p>モ ころころたいむ 10:00~11:00 市9~11カ月児 定12組 申直接または電話</p>
21	<p>ア わんぱくひろば 11:10~11:50 市内在住の3歳児と保護者 定8組 申6/5月から直接または電話</p> <p>モ 7か月からの赤ちゃんの日 9:30~11:30 市7~11カ月児 定18組 申直接または電話</p> <p>モ 保育所であそぼう 9:45~10:45 所上尾西保育所 市1歳6カ月~3歳児 定5組 申子育て支援センター</p> <p>モ 園庭開放 10:00~11:00 所かわらびき保育所 市1歳6カ月~3歳児 定3組 申子育て支援センター</p>	7	<p>ア なかよしひろば 11:00~11:30 市乳幼児</p>
22	<p>モ 離乳食のおはなし(中期~後期) 10:00~11:00 定12組 申直接または電話</p> <p>モ 保育所であそぼう 9:45~10:45 所原市保育所 市1歳6カ月~3歳児 定3組 申子育て支援センター</p>	8	<p>ア ビデオ上映会 ①11:00~②14:00~ 市乳幼児~小学生</p> <p>ア レクゲームの日 14:00~15:00 市小学生</p> <p>モ ももっこ広場 10:00~11:00 所上平公民館 市1歳以上の未就学児 定25組 申子育て支援センター</p>
23	<p>ア なかよしひろば 11:00~11:30 市乳幼児</p>	9	<p>ア にちようびのなかよしひろば 11:00~11:30 市乳幼児</p> <p>ア ミニカーの部屋 14:00~16:00 市幼児・小学生 定混雑時は制限</p> <p>ア 自由工作会 14:00~15:00 市小学生 定6人 申7/5(水)から直接または電話</p> <p>コ おもちゃの病院 13:00~15:00 市10人(1人1件)</p>
24	<p>ア 体験トランポリン教室 9:35~12:00 市3歳児~小学生 定30人 申当日先着順の整理券を配布</p> <p>ア おりがみひろば 14:00~15:00 市幼児・小学生</p> <p>コ 昔遊び 14:00~15:00</p>	10	<p>コ KAPLA(カプラ)の日 16:00~17:00 市小学3年生以上</p>
25	<p>ア おもちゃの病院 14:00~15:30 市10人(1人1件)</p> <p>コ 将棋教室 14:00~15:30 市内在住の小学生以上 定12人 申6/1(木)から直接または電話</p>	11	<p>ア のびのびアートの日 10:00~10:40 市内在住の2歳児以上 定10組 申7/5(水)から直接または電話</p> <p>ア よちよちの部屋 10:00~11:00 市0歳~1歳6カ月児</p> <p>ア 昔あそびの日 16:00~17:00</p> <p>コ にこにこタッチ 11:00~11:30 市内在住の1歳児 定20組</p>
26	<p>コ KAPLA(カプラ)の日 16:00~17:00 市小学3年生以上</p>	12	<p>ア やぎさん一座の手づくり紙芝居 11:00~11:30</p> <p>モ みんなのおはなし 9:30~10:00</p>
27	<p>ア のびのびアートの日 10:00~10:40 市内在住の2歳児以上 定10組 申6/5月から直接または電話</p> <p>ア 昔あそびの日 16:00~17:00</p> <p>コ おはなしの城 11:00~11:30</p> <p>モ ももっこオンライン 15:00~15:30 申市ホームページから</p>	13	<p>ア にこにこひろば 10:30~11:10 市内在住の2歳児と保護者 定10組 申7/5(水)から直接または電話</p> <p>モ はじめましてたいむ 10:00~11:00 市3~8カ月児 定12組 申直接または電話</p>
28	<p>ア 英語でリトミック 10:30~11:00 市乳幼児</p> <p>ア やぎさん一座の手づくり紙芝居 11:00~11:30</p> <p>モ みんなのおはなし 9:30~10:00</p> <p>モ 0歳ひろば ①13:30~14:45②15:00~16:15 市①6カ月児まで②7~11カ月児</p>	14	<p>ア なかよしひろば 11:00~11:30 市乳幼児</p> <p>モ 1歳ひろば 9:00~11:40 市31ページ参照</p>
29	<p>コ バドミントン遊び 16:00~17:00 市小学3年生以上</p>		
30	<p>ア なかよしひろば 11:00~11:30 市乳幼児</p> <p>モ 2歳からのひろば 9:00~11:40 市2歳以上の未就学児</p>		

みんなあつまれ いっしょにあそぼ!

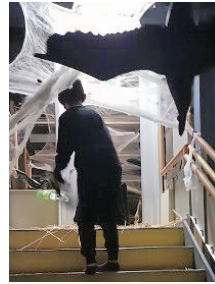


児童館 アップーランド

児童館アップーランドは子どもたちが集い、遊び、学ぶことを通して、子どもの心身の健全な成長をサポートする遊び場です。

のぞいてみよう! アップーランド ～おばけやしき実行委員会のメンバーを募集～

アップーランド夏のイベント「おばけやしき」を一から作ります。お友達と協力しておばけやしきを作っていきましょう!
 ④7月1日(土)14:00～15:00 ⑤市内に在住の小学3年生以上
 ⑥6月5日(月)から直接または電話で



⑦本町6-11-25
 ⑧779-7030 ⑨772-7972
開館時間 9:30～18:00
6月の休館日
 20日(火)



アップーランド
ホームページ

児童館 こどもの城

児童館こどもの城は子どもたちが集い、遊び、学ぶことを通して、子どもの心身の健全な成長をサポートする遊び場です。



のぞいてみよう! こどもの城 ～ちびちゃんの音あそび～

音楽に合わせて楽器を鳴らしたり体を動かしたりして楽しみましょう。参加をお待ちしています。
 ④6月15日(木)11:00～11:30
 ⑤未就園児 ⑥20組(先着順)

⑦今泉272
 ⑧783-0888 ⑨781-4466
開館時間 9:30～18:00
6月の休館日
 8日(木)、21日(水)、22日(木)



こどもの城
ホームページ

子育て支援センター ももっころム

0～3歳くらいの子子どもたちが保護者と一緒に自由に遊べるお部屋です。気軽に遊びに来てください。

1歳ひろば

1歳の子子どもだけで自由に遊べる日です。
 ④7月14日(金)9:00～11:40
 ⑤1歳～1歳11カ月児



⑦春日2-20-3 ⑧778-2008
 ⑨777-5804
開館日 (月)～(土) 9:00～16:30
 (12:00～13:00を除く)

●各催しの申し込み 6/5(月)9:00から直接または電話 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

地域で応援! 子育て拠点

0～3歳の子子どもと保護者を対象にした子育て支援拠点施設を毎月紹介します。



市内の子育て拠点の一覧はこちらからご覧ください。

さくらんぼ

子どもと一緒に部屋で楽しく遊べます。年齢別講座では、親子のふれあい遊びや制作を楽しめます。

- 0歳児講座 ④6月5日(月)10:30～
- 1歳児講座 ④6月13日(火)10:30～
- 2歳児以上の講座 ④6月21日(水)10:30～
- お誕生日会 ④6月29日(木)10:30～

⑦菅谷43-1 ⑧775-8734・⑨796-3821
 ⑩http://hotokukai-satsukihoikuen.net/
開館日 (月)～(木)9:00～14:00



いっぽ 一歩ふみ出す健康づくり



健康増進課

東保健センター 〒362-0015 緑丘2-1-27
(母子保健・予防接種) ☎774-1414・☎774-8188

西保健センター 〒362-0074 春日2-10-33
(成人・精神保健) ☎774-1411・☎776-7355

熱中症にご注意を

熱中症警戒アラートは熱中症予防行動を取るために、暑さへの「気づき」を呼びかける情報です。熱中症の危険性が極めて高い日は、積極的に予防行動を取りましょう。

◆予防行動

- 暑さ指数を確認する**
暑さ指数は時間帯や場所によって大きく異なるため、身の回りの暑さ指数の確認を
- 外出はできるだけ控え、暑さを避ける**
感染症予防のため、換気を確保しつつ、エアコンなどで温度調整を
- 外での運動は、原則、中止・延期する**
暑さ指数に応じて運動の中止や延期を
- 普段以上に「熱中症予防行動」を実践する**
熱中症リスクが高い人にエアコンの使用や、のどが渇く前の細めな水分補給などの呼びかけを

◆熱中症の症状

- めまい、立ちくらみ、手のしびれ、こむら返り、気分が悪い
- 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う
- 返事がおかしい、意識消失、けいれん、体が熱い

◆対処方法

- ・涼しい場所へ避難させる
 - ・衣服をゆるめ、体を冷やす
 - ・水分・塩分、経口補水液などを補給する
- 軽い症状でも急に重症化するため注意が必要です。体調が優れない場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

体力測定会

時6月24日、9月30日のいずれも(出)10時～11時30分(全2回、受け付け/9時30分～) 所市民体育館 内握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、急歩または6分間歩行など 対市内に在住の18～79歳の人 定15人(先着順) 持運動できる服装、室内用運動靴、タオル、飲み物 申6月16日(金)までに電話で西保健センターへ



ウォーキング講座

時6月18日(日)9時30分～12時30分(受け付け/9時15分～、小雨決行) 所上尾運動公園 【講師】田邊潤(早稲田大学本庄高等学院教諭) 対市内に在住の18歳以上の人 定30人(先着順) 持帽子、タオル、飲み物、雨がっぱ(小雨の場合) 【服装】動きやすい服装、運動靴 申6月12日(月)までに電話で西保健センターへ



昨年のウォーキング講座

乳がん検診費用の助成

身体障害などで集団会場での乳がん検診を受診することが難しい人に費用を助成します。 対40～69歳で次の①②のいずれかに該当する女性 ①身体障害者手帳の交付を受け、等級が下肢1級・2級、体幹1級・2級、脳病変による運動機能障害1級・2級 ②更生相談所が交付する療育手帳の交付を受け、障害程度A・Aと判定されている 申10月31日(火)までに身体障害者手帳または療育手帳を用意して直接、西保健センターへ ※審査後にクーポン券を交付します。



事業スケジュール

各事業について詳しくは、『健康カレンダー』または市ホームページをご覧ください。
『健康カレンダー』は東・西保健センター、市役所、各支所・出張所にあります。



健康カレンダー



母子保健 東保健センター

- のびのび♡キッズ(低出生体重児のつどい) 6月19日(月)10:00～11:30 ☎ ②,500円未満で生まれた未就学児と保護者
- フッ素塗布 6月19日(月)13:15～14:00 ①歳以上の未就学児 費1,430円
- 10か月児健康相談 6月22日(休)9:00～10:00
- にこにこ健康相談会 6月23日(金)9:00～10:00
- 離乳食教室初期 7月6日(木)10:00～11:10、13:30～14:40 □
- こうのとりの相談(妊活・不妊相談) 7月7日(金)13:00～15:15 ☎
- 赤ちゃんとおっぱいタイム 7月10日(月)10:00～11:30 □
- 離乳食教室中期 7月11日(火)10:00～11:10 □
- プレママ教室 7月20日(休)10:30～15:30 □
- 妊婦歯科健診 7月20日(休)13:30～ □
- 離乳食教室後期・完了期 7月21日(金)10:30～12:00 □
- パパママ教室(土曜日コース) 7月22日(土)①9:30～10:30②11:00～12:00③13:30～14:30④15:00～16:00 □
- パパママ教室(平日コース) 7月31日(月)①9:40～12:00②13:30～14:45 □

- ☎ 電話予約
- Web予約

Web予約は
こちらから



成人・精神保健 西保健センター

- ピアサロン ①6月16日②7月7日のいずれも(金)13:30～15:00 ☎ ①自死遺族②依存症の人の家族
- 心理士によるこころの悩み相談 6月29日(休)9:10～11:30、13:10～15:30、7月10日(月)9:10～11:30 ☎
- 運動教室 ①エクササイズ/6月30日(金)②ピラティス/7月7日(金)③ストレッチ/7月14日(金) ※時間は全て10:15～11:30(受け付け/10:00～)です。 ☎ ①③西保健センター②東保健センター ④令和6年3月末時点で40～64歳の運動制限のない人 ⑤各10人(先着順) ⑥6月1日(休)から
- コバトン健康マイレージ～アプリ登録講習会～ ①7月4日(火)13:30～14:30、14:40～15:40、②7月12日(水)9:20～10:20、10:30～11:30 ☎ ①東保健センター ②西保健センター ③18歳以上でスマートフォンでの登録方法が分からない人、専用歩数計からスマートフォンでの利用に切り替えたい人 ④各日6人(先着順)
- 精神科医によるこころの健康相談 7月6日(休)13:15～15:00 ☎

いのちのオンライン相談 ④市内に在住・在勤・在学の人
LINE ☎毎週(火)15:00～17:00、第1(火)21:45～22:45 ⑤ラインでID(soudan1@ageokenko1)を追加してトークを送信
(Web)☎毎日24時間 ⑥相談フォームを送信



平日夜間・休日診療

発熱、せきなどの風邪症状や吐き気、下痢の症状がある場合は、必ず事前に連絡してください。

●平日夜間及び休日急患診療所

① 緑丘2-1-27東保健センター3階 ☎ 774-2661・☎ 772-1353

診療名	診察日	受付時間
小児科・内科	(月)～(金) (祝を除く)	20:00～21:30
小児科・内科・外科	(日)・(祝)	9:00～11:30 13:00～15:30

急患の人に急患の診療だけを行います。慢性疾患の診療やかかりつけ医などと同様の精密検査などには対応していません。また、投薬は最低日数分になります。

●産科 6月当番医 【診療時間】9:00～12:00、13:00～16:00

6/4	葵ウイメンズクリニック	☎ 781-1188・☎ 782-8771
6/11	ひらしま産婦人科	☎ 722-1103・☎ 722-1146
6/18	ナラヤマレディースクリニック	☎ 771-0002・☎ 771-3922
6/25	上尾中央総合病院	☎ 773-1111・☎ 773-7122

※広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、受診してください。

医療機関を受診
するか迷った時

埼玉県 AI 救急相談



埼玉県救急電話相談 ☎毎日24時間 ☎#7119 ☎048-824-4199

今月の健康

No.499

眼精疲労

眼精疲労とは、視作業(目を使う仕事)を続けることにより、眼痛・眼のかすみ・まぶしさ・充血などの目の症状や、頭痛・肩こり・吐き気などの全身症状が出現し、休息や睡眠をとっても十分に回復しない状態をいいます。目に何らかの問題があっても発生することが多いのは言うまでもありませんが、その多くは度の合わない眼鏡を使用していたり、老視(老眼)の初期などで無理な近業作業を行ったりした場合などです。緑内障や白内障、ドライアイでも眼精疲労が出現することがあります。最近では、特にパソコンやスマートフォンなどを使用する機会が増えたため、これが原因の眼精疲労が増えてきています。その他、全身疾患に伴うもの・心因性もの・環境によるものなど、眼精疲労をもたらす要因は非常に多岐にわたっています。

原因を特定し、それが発見されれば排除することが必要です。眼鏡が合わない場合は作り直したり、目の病気が見つければ治療したりします。パソコンやスマートフォンを使用する機会の多い人は、適度な休息を取りながら行うことが非常に大切です。眼精疲労に特効薬はありませんが、ビタミン剤の配合された点眼薬や内服薬が有効な場合があります。

よこづか眼科 横塚 健一
上尾市医師会

市民相談 相続、離婚相談など	(出)日、17日祝を除く毎日 8:30~12:00 13:00~17:00
弁護士相談 事前予約 相続、離婚、契約、交通事故、調停・訴訟手続きなど	12日(休)、21日(金)、26日(休) 10:00~12:00 13:00~15:00 (1回の相談は25分)
司法書士相談 事前予約 相続、遺言、離婚、不動産、会社の登記、少額の民事裁判、債務整理、成年後見手続きなど	6日(休) 13:00~15:30 (1回の相談は30分)
税理士相談 事前予約 相続、贈与、所得税、その他税金問題全般	5日(休) 10:00~15:00 (1回の相談は35分)
行政書士相談 事前予約 相続、遺言、贈与、離婚協議、農地転用、建設・運送業許可申請、成年後見・会社設立の手続きなど	18日(火) 13:00~16:00 (1回の相談は30分)
不動産相談 事前予約 不動産の売買・賃貸など	4日(火) 13:00~16:00 (1回の相談は25分)
行政相談 事前予約 国の行政事務についての要望や苦情	4日(火) 10:00~12:00
住宅増改築・修繕相談 住宅の増改築・修繕	14日(金) 13:00~15:00
土地家屋調査士相談 事前予約 土地境界調査・測量・分筆・合筆 地目変更や建物の表示に関する登記など	11日(火) 13:15~15:15 (1回の相談は30分)
市民相談室 (市役所第三別館1階) ※事前予約は、各相談日の1カ月前から受け付けます。受け付け開始日が、(出)日祝などに当たる場合はその直前の平日になります。	
ところ 図 775-4643 図 775-0007 図 s53000@city.ageo.lg.jp	
暴力団対策相談 事前予約 暴力団対策の相談	(出)日、17日祝を除く毎日 8:30~12:00 13:00~17:00
ところ 交通防犯課(市役所4階) 図 775-5138 図 775-9927 図 s209000@city.ageo.lg.jp	
女性のための相談 事前予約 自分自身の生き方、夫や家族との関係、夫や恋人からの暴力などで悩んでいる女性のための相談	毎週(休) 10:00~12:00 13:00~16:00 (1回の相談は50分)
女性のための法律相談 事前予約 離婚、夫や恋人からの暴力など法律の問題で悩んでいる女性のための女性弁護士による法律相談	18日(火) 13:00~16:00 (1回の相談は30分)
DV電話相談 配偶者からの暴力(ドメスティック・バイオレンス)に関する相談(性別不問)	(出)日、17日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00
ところ 男女共同参画推進センター(市役所第三別館1階) 図 778-5110 図 778-5112 図 s209500@city.ageo.lg.jp	
人権相談 差別、いじめ、ハラスメント、女性・子ども・性の少数者(LGBT)などの人権問題	20日(休) 10:00~12:00 13:00~15:00
ところ 市役所7階大会議室 図 人権男女共同参画課 図 775-5117 図 778-5112 図 s209500@city.ageo.lg.jp	
外国人市民のための相談(ハローコーナー) 外国人市民の生活情報提供や相談など ①英語・スペイン語 ②中国語・スペイン語・ポルトガル語 ※ベトナム語はメールで相談できます。	あつかい 3日(月)、10日(月)、31日(月) / 市民相談室 22日(土) / 501会議室 ① 9:00~12:00 ② 13:00~16:00
ところ 市民相談室(市役所第三別館1階)・501会議室(市役所5階) 図 市民協働推進課 図 775-4597 図 775-0007 図 s53000@city.ageo.lg.jp	
消費生活相談(事業者は除く) 架空請求(メール・郵送)、クーリング・オフ、契約トラブルなどの消費生活について個人の相談、多重債務相談	(出)日、17日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00
ところ 消費生活センター(市役所別館(青少年センター)2階) 図 775-0801(相談専用電話) 図 775-0800 図 776-4600 図 s252000@city.ageo.lg.jp	

心配ごと相談 家庭内の悩み事、生活上の困り事、介護など	(出)日、17日祝を除く毎日 9:00~12:00 13:00~17:00
ところ 社会福祉協議会(総合福祉センター内) 図 773-7155 図 772-8647	
発達相談 子どもの発達の心配や育児の悩み	
運動発達訓練・相談 事前予約 運動機能の発達に不安や課題のある乳幼児の個別訓練・相談(小・中学生も対象)	(出)日、17日祝を除く毎日 8:30~12:00 13:00~17:00
言語発達訓練・相談 事前予約 言葉の発達に不安や課題のある幼児の個別訓練・相談(おおむね3歳~未就学児)	
ところ 発達支援相談センター(香丁目東22-1(AGECOCO内)) 図 725-3373 図 725-2971 図 s172500@city.ageo.lg.jp	
家庭児童相談 18歳未満の子どもについての相談	(出)日、17日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00
ところ 子ども家庭総合支援センター(市役所5階) 図 家庭児童相談室 図 776-6164 図 774-5342 図 s172100@city.ageo.lg.jp	
子育て・ひきこもり相談 事前予約 ①子育て相談(子育て全般、子どもの発達、虐待など) ②ひきこもり相談(ニート、ひきこもり、不登校など)	(出)日、17日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~16:00 (1回の相談は50分)
ところ 子ども家庭総合支援センター(市役所5階) 図 783-4964 図 774-5342 図 s172100@city.ageo.lg.jp	
少年相談 青少年の悩み事(家庭・学校での問題、交友関係、非行など)の相談	(休)日、17日祝を除く毎日 9:00~12:00 13:00~16:00
ところ 少年愛護センター(市役所別館(青少年センター)2階) 図 0800-800-4188(フリーダイヤル) 図 048-775-8718(相談専用電話) 図 775-1444 図 776-2117 図 s106000@city.ageo.lg.jp	
いじめ相談 いじめに関する相談(電話)	(出)日、17日祝を除く毎日 10:00~17:00
子ども・いじめホットライン・ホットメール 図 0120-556-290(フリーダイヤル) 図 556soudan@city.ageo.lg.jp	
就学相談 事前予約 障害のある、または発達に不安のある幼児・児童・生徒の就学	(出)日、17日祝を除く毎日 10:00~12:00 13:00~17:00
教育相談 事前予約 不登校、子どもの性格・行動、知的発達、言葉について、学業など(電話・来所いづれも可)	(予約受け付けは16:30まで)
ところ 教育センター(市役所別館(青少年センター)1階) 図 776-7600 図 776-7604	
内職相談 内職の相談・紹介、求人(の受理、就業情報の提供など)	(出)日、17日祝を除く毎日 8:30~17:00
ところ 商工課(プラザ22内) 図 777-4441	
一般職業相談 若年者から高齢者までの職業相談・紹介、求人(の受理、求人情報の提供など)	(出)日、17日祝を除く毎日 10:00~17:00
ところ ふるさとハローワーク (JR上尾駅東口プラザ館4階ワークプラザあげお) 図 773-3500	
国民年金相談 ※相談内容によっては年金事務所へ案内することもあります。	(出)日、17日祝を除く毎日 9:00~12:00 13:00~16:00
ところ 保険年金課(市役所1階) 図 775-5137 図 775-9827 図 s205500@city.ageo.lg.jp	



外国語情報コーナー

今月は「児童手当」(6ページ参照)と「国民健康保険被保険者証を更新」(6ページ参照)「ごみ収集力レンダーの配布」(11ページ参照)です。 ※タイトル・内容は一部要約しています。 ※外国人市民のための相談(ハローコーナー)は34ページを見てください。

AGEO City
official website



English

英語

RRenewal Procedures for Child Allowance

If you live apart from your child and/or spouse and qualify for Child Allowance, you must submit a Genkyo Tokode (Current Status Report) by June 30. In early June, the report form will be sent to those who need to submit the Genkyo Tokode. If you were not previously eligible for Child Allowance because your income exceeded the specified amount, but your income dropped below the Upper Income Limit in 2022, you are required to reapply for Child Allowance. → Kodomoshien-ka Tel 775-5120 / Fax 774-5342

Renewal of the National Health Insurance Card

The National Health Insurance Card will be renewed on August 1 (Tue). The new card (color: gray) will be sent out from the last part of June. → Hoken-nenkin-ka Tel 782-6471 / Fax 775-9827

Garbage Collection Calendar

The new “Ageo City Garbage Collection Calendar” (July 1, 2023~June 30, 2024) will be distributed by the end of June. Please follow the rules and put out your garbage according to the schedule shown on the calendar. → Nishikaizuka Kankyo Center Tel 781-9141 / Fax 781-9166

For more information

Please contact Shimin-kyodo-suishin-ka (in English or Japanese) at 775-4597 (Fax 775-0007) or “Hello Corner” (counseling service for non-Japanese residents in English) held on the 1st, 2nd, 3rd, and 5th Mondays, as well as the 4th Saturday of every month, 9:00 a.m.~noon. Hello Corner publishes a monthly newsletter called “Hello Corner News” to inform non-Japanese residents of events in Ageo and tips on living in the city. It is posted on Ageo City website.

Português

ポルトガル語

Trâmite para Renovação do Subsídio Criança

Para aqueles que estejam vivendo em separado com a criança ou conjuge, a declaração de situação atual será enviado em início de junho, via correio, e fazer sua entrega até o final do mesmo mês. E também para aqueles que tiveram alteração de sua renda com aumento e ficou acima do valor padrão

para o ano fiscal de 2022, ou aqueles que sofreram queda em seu rendimento, será necessário fazer novo pedido do subsídio criança. → KODOMO SHIEN KA (Seção Apoio à Criança) Tel 775-5120 / Fax 774-5342

Renovação do Cartão do Seguro Nacional de Saúde

O cartão do Seguro nacional de saúde será renovado dia 1º de agosto, terça-feira. O novo cartão (cor cinza) será enviado para seus segurados em final de junho. → Hoken Nenkin Ka Tel 782-6471 / Fax 775-9827

Calendário para Coleta de Lixo

O novo calendário para coleta de lixo válido para o período de 1º de julho de 2023~30 de junho de 2024 será distribuído em junho. Vamos obedecer as normas estabelecidas para jogar o lixo e confirme, vendo o calendário, os dias certos para cada tipo de lixo. → Nishi Kaizuka Center Tel 781-9141 / Fax 781-9166

Para maiores informações

Favor contactar Shimin-kyodo-suishin-Ka (inglês/japonês) 775-4597 / Fax 775-0007 ou a “Hello Corner” (balcão de atendimento para residentes estrangeiros em português). Consultas na 1ª, 2ª, 3ª e 5ª segunda-feira e quarto sábado de cada mês, de 13h00~16h00. A Hello Corner também publica mensalmente o informativo “Hello Corner News” em língua estrangeira onde poderão ser encontrados informações gerais do cotidiano e eventos de nossa cidade. Ver o site da prefeitura de Ageo.

Español

スペイン語

Trámite de actualización de la ayuda de leche

El Genkyo Todoke, hoja de actualización, será enviado por correo a principios de junio, a las personas necesarias como beneficiarios que no viven juntos con sus hijos o su cónyuge. Cuando la reciba, por favor, entréguela para finales de junio a la municipalidad. Aunque ha desaparecido el derecho de la ayuda debido a que el beneficiario tiene una renta superior a los límites establecidos, cuando su ingreso total para el año 2022 sea inferior al límite máximo de ingresos para el subsidio, podría volver a recibirlo si presenta, de nuevo, la solicitud. → Kodomoshien-ka Tel 775-5120 / Fax: 775-5342

Actualización de la Tarjeta del Seguro Nacional de Salud

La tarjeta del seguro nacional de salud se actualizará el martes, 1 de agosto. La nueva, de color gris, será enviada por correo desde finales de junio. → Hoken-nenkin-ka Tel 782-6471 / Fax: 775-9827

Calendario de recogida de basura

Para el final de junio, se va a repartir el nuevo calendario de recogida de basura para el periodo del 1 de julio 2023 al 30 de junio 2024. Se ruega que respeten reglas y saquen basura de acuerdo al calendario. → Nishikaizuka Kankyo Center Tel 781-9141 / Fax: 781-9166

Para más información

Sírvanse ponerse en contacto con Shiminkyodosuishin-Ka en japonés o en inglés (775-4597 / Fax 775-0007) o con “Hello Corner” (servicio de consulta para los residentes extranjeros en español) que tiene lugar el 1er, 2º, 3er y 5º lunes y también el 4º sábado de cada mes, de 9 a 16 horas (de 12 a 13 horas descanso). Hello Corner publica el boletín mensual “Hello Corner News” en español para los residentes extranjeros con el cual podrán obtener informaciones varias tales como eventos, informaciones útiles para la vida cotidiana. Se pone en la página web de la Ciudad de Ageo.

中文

中国語

儿童津贴更新手续

对与儿童或配偶者不住在一起时必须提出现状调查表的人, 将于6月上旬会邮寄调查表, 请在6月底前提出。有一定水准以上收入会丧失领取儿童津贴资格的人之中, 如果令和4年所得没有达到所得最高限额时, 必需重新申请。 → 儿童支援课 Tel 775-5120 / Fax 774-5342

国民健康保険正更新

将于8月1日(星期二)国民健康保険被保険者证的更新。新的保险证(灰色)将于6月下旬寄出。 → 保险年金课 Tel 782-6471 / Fax 775-9827

垃圾收集日程表

「上尾市垃圾收集日程表」(2023年7月1日~2024年6月30日份)会在6月分发各个家庭。请遵守垃圾的分类规则, 按照日程表放置垃圾。 → 西贝家环境中心 Tel 781-9141 / Fax 781-9166

详细情况请在以下机关询问

市民协助推进课 电话775-4597(英语或日语) 传真 775-0007或外语咨询服务。第一·二·三·五周的星期一及第四周的星期六, 下午1点~4点(汉语)。

「ハローコーナーニュース」(Hello Corner News)是上尾市外语咨询服务每月为外籍市民发行的月报。向您介绍在市内举行的各种活动及有关生活信息, 还登载在上尾市网页上, 您可以随时阅读。

あげおのできごと
“ほっと”にお届け!



あげたて! NEWS

澄んだ音が響く教室 カリブのドラム缶楽器・スティールパン教室



参加者に演奏の仕方を教える小針さん

4月26日、コミュニティセンターでカリブのドラム缶楽器・スティールパン教室が行われました。スティールパンとは、ドラム缶から作られた音階のある打楽器のことです。スティールパン奏者の小針彩菜さんが講師を務め、叩き方やリズムを教えました。参加者は真剣な表情で練習を重ね、最後に一曲を通して合奏できるようにになりました。参加者は「スティールパンは澄んだ音がすてき。もっと広まってくれとうれしい」と話し、教室には、澄んだ音が響き渡っていました。



タケノコを掘り上げた参加者

話が弾むタケノコ掘り タケの不思議を発見しよう

4月16日、自然学習館で「タケの不思議を発見しよう」が行われました。講座の前半は、講師が手作り教材を使い、竹の特徴や種類などを学びました。後半は、自然学習館敷地内の竹林で実際にタケノコを掘りながらその生態を観察しました。土の中に深く根付いたタケノコを家族で協力しながら掘り上げると、子どもたちは達成感に満ちた笑顔を浮かべました。「今夜はたけのご飯にしよう」「今日来られなかったおじいちゃんにも分けてあげたい」と会話が弾んでいました。

身と向き合う 女性のこころとからだを健康に～未来へ紡ぐ想い～



手形や足形を用いたアート作品のブース

4月29日、上尾丸山公園で「女性のこころとからだを健康に」が開催されました。体力測定やマッサージ体験、ハンドメイド商品の販売、体に優しい食品を使った料理を提供するキッチンカーなど、さまざまな出店が立ち並びました。ステージブースでは、ヨガのレッスンや和太鼓の演奏などが行われイベントを盛り上げました。体力測定を体験した参加者は「測定結果の年齢が思ったよりも若くてうれしい。健康について考えるいい機会になった」と話しました。

目と耳で春を感じて 細貝柎ピアノコンサート2023



ピアノソロで会場を魅了する細貝柎さん

4月30日、コミュニティセンターで上尾市出身の細貝柎さんによるピアノコンサートが開催されました。演目は春を感じさせるオペラやJ-POPのピアノソロ、歌唱とともにデイズニーの『美女と野獣』のミュージカルなど、目と耳で楽しめるコンサートとなりました。市内外からの来場者でホールは満席となり、コンサート終了後の観客からは「ピアノだけでなく細貝さんのMCも楽しかった」「照明にも凝っていて、音色とともに楽しめました」と称賛の声があがりました。

みんなが輝くまちあげお

広報あげお

6月号

2023 No.1071

発行/上尾市
編集/広報広聴課

TEL 048-775-5111
FAX 048-775-9819

上尾市ホームページ【PC用】
【携帯用】

上尾市

◆環境保全のため、市内の公共施設へのお出掛けは
市内循環バス“ぐるっとくん”をご利用ください。



◆上尾市のソーシャルメディアをご利用ください。



本紙は、再生紙を使用しております。
VEGETABLE OIL INK
UD FONT
見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。