

「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。

笑顔きらめく
“ほっと”なまち あげお



Ageo

広報
あげお

2021
令和3年

No.1043

2
月号



鬼 は外! **福** は内!
“全集中心”で鬼退治



● 今月の表紙

今月の表紙は、節分を前に元気いっぱい豆まきをする保育所の子どもたちです。

大ヒット中のアニメキャラクターの衣装を模した柄のマスクを着けて、「鬼は外！ 福は内！」とみんなで力を合わせ、アニメの主人公さながら“全集中”で鬼退治をしていました。

市の人口・世帯



(令和3年1月1日現在)

22万9,517人

男／11万3,787人

女／11万5,730人

※前月より15人増

10万3,709世帯

※前月より76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

クイズ

アッピーを探そう!

右のアッピーが
登場するのは?**2**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、2月22日(月)まで(必着)に広報広聴課「クイズ アッピーを探そう!!」係へ。

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3月号のこのコーナーに掲載します。

前号の
答え

B



3 新型コロナウイルスに係る支援策

4 市政ニュース

令和2年市議会第2回臨時会 令和2年市議会12月定例会／ガンバルあげお商品券は3月15日(月)までにご利用を／祝 上尾市初「上尾の摘田・畑作用具」が国指定文化財に／令和3年6月採用予定市職員を募集／子どもの食を応援他

12 市民のひろば

まちかど特派員だより「上尾らしさを正しく探そう!大石地区小泉の今」／アッピーNET／スポットライト(加藤 愛梨さん)／読者の声／未来へすすく!わが家のアイドル／見て魅て!私のミュージアム／小学校給食レシピ(大豆入り五目ごはん)

15 シティ情報

聖学院大学心理福祉学部附属心理相談室を開設／親子基礎運動講座～親子で楽しく学ぼう～／農園の利用者／特別就職セミナー「“新しい時代”の働き方とメンタルヘルス」／スタンウェイ企画 春のファミリーコンサート～ Mozart 魔法の音楽～他

25 図書館へようこそ

26 みんなあつまれ いっしょにあそぼ!

アッピーランド／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

28 保健センター通信 一歩ふみ出す健康づくり

3月31日(水)まで予防接種の受け忘れにご注意を他／母子・成人・精神保健事業スケジュール／平日夜間・休日診療／今月の健康「歯ざしり」

30 3月の相談

31 Highlights 外国語情報コーナー

Information in English / Informação em português
Información en español / 内有中文咨询

32 2月7日(日)まで 緊急事態宣言発令中
発熱などの症状がある場合の受診方法

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、問い合わせてください。また、各催しに参加する際は、マスクや手洗いなど新しい生活様式を徹底してください。

◆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、保育課に限る)の窓口、尾山台出張所、上尾駅出張所は、土曜日にも業務を行っています。 ※2月13日(土)は休業します。

新型コロナウイルスに係る支援策(令和2年12月定例会議決)

総額1億9,129万4千円(第5弾)

市では、これまで感染拡大防止策や子ども・子育て世帯への政策、福祉サービスの充実・強化、事業者支援策、消費喚起策など、第1～4弾で総額24億7,448万円の新型コロナウイルスに係る支援策を実施しました。この度、これらの支援策に加え、下表の支援策を実施します。

支援策	内容	事業費
高齢者等に対するPCR検査助成事業	重症化リスクの高い高齢者や基礎疾患を有する人などにPCR検査費用を助成	3,600万円
低所得のひとり親世帯への臨時特別給付金支給事業	低所得のひとり親世帯への臨時特別給付金(基本給付分)を再支給	1億2,437万5千円
放課後児童健全育成事業	小学校臨時休業中の放課後児童クラブ開所時間延長などに伴う受託者への補助	1,404万5千円
学習支援事業	修学旅行などの校外行事のキャンセル費用について、保護者負担の軽減を図るための助成	1,222万4千円
小・中学校コンピュータ整備事業	インターネット環境のない家庭へ貸し出すため、モバイルルーターを購入	465万円

個…個人向け 事…事業主向け

個助成 高齢者等に対するPCR検査助成事業

健康増進課 ☎774-1414・☎774-8188

新型コロナウイルスに感染した場合に重症化するリスクが高い高齢者や基礎疾患を有する人などに、希望によりPCR検査費用の一部助成を行います。【実施期間】3月18日(木)まで ☎市内委託医療機関 ☎上尾市に住民登録がある次の①～③のいずれかの人①65歳以上②基礎疾患(慢性閉塞性肺疾患、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患)を有する③BMI(注)30以上 ※発熱などの症状がある人は、本助成事

業の対象外です。【自己負担額】5,000円 ※1人1回です。☎直接、市内委託医療機関へ ※医療機関については、市ホームページをご覧ください。☎注 BMI=体重(㎏)÷(身長(㎝)×身長(㎝)) ※陰性証明にかかる費用は、本助成事業の対象外です。



市ホームページ



申請はお済みですか？

申請期限

2月27日(土)

個給付 ひとり親世帯臨時特別給付金

子ども支援課 ☎775-6819・☎774-5342

ひとり親家庭を支援するため、給付金を支給します。☎次の①～③のいずれかに該当する人①令和2年6月分の児童扶養手当を受給している(公的年金などの受給により支給が全額停止されている場合を含む)②公的年金などの受給により児童扶養手当の認定請求をしていないが、令和2年5月末時点でひとり親家庭に該当していた③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、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ひとり親家庭【支給額】基本給付・再給付/1世帯5万円(第2子以降1人につき3万円加算) 追加給付(基本給付に加算)/1世帯5万円(支給対象者の①②に該当する人で、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した人だけ)【支給日】申請日による【申請期限】2月27日 ※状況により申請方法が異なりますので、子ども支援課にお問い合わせください。

申請期限

3月31日(水)

事給付 商店街等応援支援金

(商店街等活力再生推進事業支援金)

上尾商工会議所 ☎773-3111・☎775-9090(土・日・祝を除く9～17時)

☎感染予防用品の購入、感染症対策の情報発信、消費喚起のキャンペーンなどの経費の一部を支給 ☎市内の商店街(会)、連合会、任意の商業者グループなど【支給額】①衛生管理購入事業/1団体につき最大店舗数×2万円(上限50万円)②PCR・情報発信事業/1団体につき最大店舗数×1万円(上限10

万円)③消費喚起キャンペーン事業/1団体につき最大店舗数×4万円(上限100万円) ※1事業、1団体、1店舗、1回だけです。☎申請書(市役所1階、上尾商工会議所にある)と必要書類を用意して直接、3月31日までに上尾商工会議所へ

時とき ☎ところ ☎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



2月13日(土)は、本庁舎と尾山台・上尾駅出張所の業務を休業

行政経営課 ☎775139663
 ☎77688873
 市民課 ☎7755128
 ☎77519827

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、保育課に限る)の窓口、尾山台・上尾駅出張所は、土曜日にも業務を行っていますが、2月13日は本庁舎電気設備定期点検のため、業務を休みます。



**令和2年市議会第2回臨時会
令和2年市議会12月定例会**

総務課 ☎775149663
 ☎77519819

令和2年市議会第2回臨時会が昨年11月27日に開催されました。この議会では、人事院勧告に準じて市職員に支給する期末手当の支給割合を引き下げるための条例の一部改正などの議案が審議されました。このう

ち市長提出の3議案については、全て原案のとおり可決されました。

令和2年市議会12月定例会は、12月11～21日の21日間の会期で開かれました。この議会では、令和2年度補正予算やごみ処理広域化に係る上尾市と伊奈町のごみの分別や収集に関する事項を調査審議する検討会議を設置するための条例などの議案が審議されました。このうち市長提出の27議案と諮問3件については、全て原案のとおり可決、同意または答申されました。可決された補正予算には、高齢者などに対するPCR検査費用を助成するための費用などを計上しています。

■人権擁護委員の候補者の推薦

人権擁護委員の候補者に、太幡和子氏、吉澤章子氏、山本敏雄氏を推薦することに異議なき旨の答申がされました。

**国保・後期高齢者医療
令和3年度保養・宿泊施設の
利用補助**

保険年金課(国保給付担当) ☎78216481
 (高齢者医療担当) ☎77515125
 ☎77519827

「コロナ禍の臨時財政運営方針」における事業の見直し(「広報あげお」令和3年1月号9ページ参照)に伴

い、市国民健康保険(国保)加入者と、市内に住所を有する県後期高齢者医療制度(後期高齢者医療)加入者を対象とした、令和3年度以降の保養・宿泊施設利用補助の実施は未定です。4月以降は補助が利用できない可能性があるため、宿泊予約の際はご注意ください。

**ガンバルあげお商品券は
3月15日(月)までにご利用を**

購入者専用窓口 ☎64213350
 上尾商工会議所 ☎7733111
 ☎77519090

ガンバルあげお商品券の利用期限は、3月15日です。本商品券を購入した人は、期限までに利用してください。※利用期限を過ぎた商品券は無効です。



**防災行政無線を用いた
緊急情報の伝達訓練**

地震や武力攻撃などの災害時に、国から「全国瞬時警報システム(Jアラート)」を通じて送られてくる緊急情報を防災行政無線を用いて確実に皆さんにお伝えるため、情報伝達訓練を行います。これは、全国一斉に行われる訓練です。時2月17日(水)11時ごろ 図右表のとおり

危機管理防災課 ☎775-5140・☎775-9927

防災行政無線による試験放送

市内に設置してある防災行政無線から、一斉に次のように放送されます。

【放送内容】

- 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」

祝 上尾市初

「上尾の摘田・畑作用具」が 国指定文化財に

生涯学習課
☎775-9496
☎776-2250

1月15日に開催された、国の文化審議会文化財分科会での審議の結果、「上尾の摘田・畑作用具」を国重要有形民俗文化財に指定するよう文部科学大臣に答申が行われました。今後、国の官報告示を経て、正式に重要有形民俗文化財に指定される予定です。

■文化財の概要 摘田は、田植えをしないで種籾(稲の種子)を田に直接まいて稲を生育する栽培方法です。大宮台地上に立地する上尾市域では、麦やサツマイモを中心とした畑主体の農業が営まれる一方で、限られた環境の中、摘田という農法による米作りが伝統的に継承されてきた歴史があります。「上尾の摘田・畑作用具」は、明治から昭和にかけて使用された総数750点からなる農具のコレクションで、日本の農耕文化を理解する上で特に重要であると評価を受けました。



摘田・畑作用具の一部

☎3月7日(日)9時～
☎総合福祉センター(平塚74)
☎筆記試験、手話

市登録手話通訳者認定試験
障書福祉課 ☎77515122
☎77618872

読み取り、手話表現、面接
☎市内に在住・在勤の20歳以上で、聴覚障害者福祉に理解があり、次の①②のいずれかに該当する人①手話通訳者養成講習会を受講またはおおむね同等の技術がある②手話通訳活動の経

験が2年以上ある
☎申請書(障害福祉課、市社会福祉協議会にある)に必要事項を記入して、2月12日(金)まで(必着)に直接(平日だけ)または郵送で障害福祉課
(〒362-8501本町3-1-1)へ



**上尾市学校施設更新計画
基本計画(案)への意見を募集**

教育総務課 ☎77519473
☎77612250

人口減少社会の中で、市内の公立小中学校の施設劣化による改修や更新を計画的に進める「上尾市学校施設更新計画基本計画」を策定します。このたび、その案がまとまりましたので、市民コメント制度に基づき、意見を募集します。**【基本計画(案)の公表・意見募集期間】**1月25日(2月22日) **【基本計画(案)・意見書の設置場所】**教育総務課、市役所1階情報公開コーナー、各支所・公民館 ※市ホームページにも掲載します。☎市内に在住・在勤・在学の人 **【意見などの取り扱い】**内容を検討し、策定の参考にする ※住所・氏名など個人が特定できる箇所を除き、市ホームページで公表します。個別には回答しません。**【提出方法】**意見書に必要事項を記入して、

**上尾市建築物耐震改修促進
計画の改定(案)への意見を
募集**

建築安全課 ☎77518490
☎7759906

「上尾市建築物耐震改修促進計画」の計画期間を令和7年度までに改定します。このたび、その案がまとまりましたので、市民コメント制度に基づき、意見を募集します。**【計画(案)の公表・意見募集期間】**2月1日(月)～26日(日)(日を除く) **【計画(案)・意見書の設置場所】**建築安全課、市役所1階情報公開コーナー ※市ホームページにも掲載します。☎市内に在住・在勤・在学の人 **【意見などの取り扱い】**内容を検討し、策定の参考にする ※住所・氏名など個人が特定できる箇所を除き、市ホームページで公表します。個別には回答しません。**【提出方法】**意見書に必要事項を記入して、直接か郵送(26日必着)またはファクス、メールで建築安全課(〒362-8501本町3-1-1、☎5358000@city.ageo.lg.jp)へ

直接か郵送(2月22日必着)、またはファクス、メールで教育総務課(〒362-8501本町3-1-1、☎5721000@city.ageo.lg.jp)へ

☎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

こども医療費助成の登録を

子ども支援課 ☎77515120

FAX77415342

子どもが医療機関を受診したときに支払う医療費を助成します。助成を受けるためには登録が必要です。
☑市内に住所があり、健康保険に加入している中学校修了前(15歳に達する日以後の最初の3月31日まで)の子ども ※他制度(ひとり親家庭等医療費、重度心身障害者医療費など)で医療費助成を受けている人はそちらが優先されますので、登録は不要です。
【助成額】保険診療費または保険調剤費の自己負担分(高額療養費と家族療養費付加金を除く)
【必要書類】子どもの健康保険証、保護者(生計中心者)名義の普通預(貯)金口座の分かる物、被保険者のマイナンバーが分かる物、被保険者の本人確認ができる物 申必要書類を用意して直接、子ども支援課または各支所・出張所へ

児童手当の申請を

子ども支援課 ☎77515120

FAX77415342

児童手当は、家庭における生活の安定と、次代の社会を担う児童の健全な成長のため、中学校修了前ま

での児童を養育している人に支給されます。児童手当を受けるには申請が必要で、手当の支給は原則、申請した日の翌月分からになります。出生や転入で児童手当の申請をする場合は、出生日や転出予定日の翌日から数えて15日以内に申請してください。15日を過ぎて申請した場合、原則として遅れた月分の手当を受給することはできませんので注意してください。また、転出や児童を養育しなくなった、公務員になったなどの場合には、届け出が必要になります。

☑市内に住所があり、中学校修了前の児童(15歳に達する日以降最初の3月31日まで)を養育している人
※児童の住所は市内で、養育者の住所が市外の人は、養育者の住所地で申請してください。公務員の人は勤務先で申請してください。
【支給月】6月/2~5月分、10月/6~9月分、2月/10~1月分 ※令和2年6月の更新手続きが済んでいない場合は、6月以降の手当での支払いが保留となりますので、速やかに手続きしてください。10月に定期支給があった人は、手続き済みです。

訪問型子育て支援事業

子育て世代包括支援センター

☎77812008

FAX77715804

子育て支援センター内に設置している「子育て世代包括支援センター」では、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や子育て支援の情報提供などを行っています。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)
☑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

交通遺児手当の申請を

子ども支援課 ☎77516819

FAX77415342

☑市内に住所がある義務教育修了前の児童の両親またはそのどちらかが、交通事故により死亡した場合に、その児童と生活を共にし、養育している保護者 【支給額】遺児1人当たり月額3千円 申交通事故によって死亡したことを証明できる物(事故証明書や死亡証明書の写しなど)、印鑑、保護者名義の預(貯)金通帳、本人確認ができる物(自動車運転免許証など)を用意して直接、子ども支援課へ

令和3年度

学用品費・給食費などの援助

学務課 ☎77519604

FAX77515633

経済的な理由で就学が困難と認められる児童生徒の保護者に、子どもの学用品費の一部や給食費などを援助しています(所得審査あり)。年度途中で転入した人や、世帯状況が変わり援助が必要になった人も随時受け付けます。新入学児童生徒学用品費の入学前支給を受けた人も再度申請が必要です。
【必要書類】保護者名義の振込口座の分かる物、賃貸借契約書の写し(賃貸住宅に住んでいる場合)、令和2年分所得税の確定申告書の控え(1月2日以降に上尾市に転入した保護者など) 申①市内小・中学校在籍者(予定者)の保護者/申請書各市立小・中学校、学務課にある。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、必要書類を添えて直接、学務課へ



市長通信 輝く!
あげお



ロッキャーバレー市長とオンライン対談を実施



芝川小学校でのオンライン交流の様子



ミリガン市長とのオンライン対談で両市の近況を確認

本市は平成6年からオーストラリアのロッキャーバレー市と「上尾市中学生海外派遣研修事業」をきっかけに四半世紀にわたり交流を続けています。

しかし、昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により、海外派遣研修は残念ながら中止となりました。

私は、長年にわたり築いてきた両国、両市の交流を中断することなく何とかして継続していきたいという思いから、ロッキャーバレー市のミリガン市長とのオンライン対談を、昨年12月18日に行いました。

対談では、コロナ禍の状況や昨年9月にオーストラリアで発生した森林火災の状況、延期されたオリンピック・パラリンピックについてなど、両市の近況を語り合いました。オンラインでの対談でしたが、顔を合わせ直接声を聞くことができ安

心したのと同時に、困難な状況下においても心を通わせ、話ができる喜びを感じました。

現在、市教育委員会では、ロッキャーバレー市との間で、学校同士のオンライン交流に向けた準備を進めています。私とミリガン市長との対談でも、交流を積極的に推進していく意思を確認しました。一足先に芝川小学校において実施したオンライン交流では、児童から、「これを機に外国のことをもっと知りたい」「このような機会があったらまた交流したい」など、前向きな意見が多くありました。

今後も、市教育委員会と連携しながら、全ての小・中学校に整備したICT環境を活用し、普段から子どもたちによる国際交流を進め、両市の友好関係をさらに深めていきたいと思えます。

市長 富山 稔

県内初! 県営屋内50mプールを上尾市に!

~~~~~ 誘致に向けて要望活動実施中 ~~~~~



～県が整備地選定委員会を設置～

県では、県営の屋内50mプールとスポーツ科学拠点施設の整備に向けて検討が進む中、これまでの4回の有識者会議での意見を踏まえ、両施設の整備地選定を行うため、新たに「屋内50m水泳場及びスポーツ科学拠点施設整備地選定委員会」が設置され、昨年12月3日に第1回の会議が開催されました。

整備地選定委員会では、今後の整備地の決定に向けて、周辺のまちづくりや地元市との協働の在り方などを踏まえ、両施設の最適な整備場所の検討を行っていかとしています。

本市は、県の中央部に位置するアクセスの良さに加

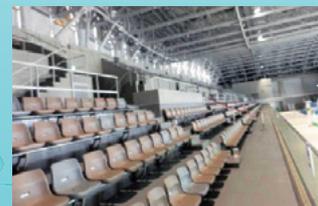
【県が検討中の施設】



屋内50mプールイメージ



飛込プールイメージ



観客席イメージ

※写真／屋内50m水泳場及びスポーツ科学拠点施設整備事業有識者会議報告書より

スポーツ振興課 ☎781-8112・☎775-6608

え、上尾運動公園周辺の多種目なスポーツ施設が集積されたエリアであり、プール以外の施設との連携が可能となります。

市民の皆さんの身近な健康づくりの場として、またアスリートの競技力向上の場として各地から広くご利用いただけることになり、地域の活性化による経済波及効果も期待できます。

市は、この施設が市民の皆さんのスポーツと健康づくりの拠点となり、にぎわいのある街となるよう、引き続き誘致の実現に向けて活動を行なってまいります。

## 介護相談員を募集

高齢介護課 ☎77516473  
☎77618872

市内の介護施設を訪問して、介護サービス利用者などから介護サービスに関する疑問や不安・不満を聞き、問題の改善・解決に向けて、利用者として介護事業者や行政との橋渡しをする介護相談員を募集します。

① 次の①～④の全てに該当する人  
② 市内に住所がある  
③ 介護に関心があり、半日の活動を月に4回程度できる  
④ 市指定の相談員養成研修(会場は東京都内・5日間・8月実施予定)に参加し、課程を修了できる(11月から活動開始) (予定) ④2年以上活動できる

【謝金】訪問1回当たり2千円 定若千名 【選考方法】面接審査 ① 申込書(高齢介護課にある。市ホームページからダウンロードも可)に必要な事項を記入して、2月26日(金)まで(必着)に直接または郵送で高齢介護課(〒362-8501本町3-1-1)へ



## 所得税の確定申告書の作成は自宅で

上尾税務署 ☎77011800

所得税の確定申告書は、自宅で国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成し、e-Tax(電子申告)や郵送で税務署に提出することができます。「確定申告書等作成コーナー」の操作方法や申告に関する質問は、「e-Tax・作成コーナーヘルプデスク(☎0570-015901(年末年始を除く平日だけ))」または「税務相談チャットボット」に相談してください。



税務相談  
チャットボット



確定申告書等  
作成コーナー

※「広報あげお」令和3年1月号16ページでお知らせした確定申告会場の「入場整理券」は当日税務署で配布する他、LINEで事前に発行しています。詳しくは、国税庁ホームページ(☎ <https://www.nta.go.jp/>)をご覧ください。

## 事業者向け ワンストップ相談窓口

商工課 ☎777-4441・☎775-5024

新型コロナウイルス感染症の影響を受ける事業者の「悩み・課題・対策」に、専門家が何度でも無料で個別相談に応じます。時・内下表のとおり 所プラザ22 ①相談日の2日前(土(日)祝を除く)までに電話で商工課へ

| 専門家            | とき               | 内容                                                                 |
|----------------|------------------|--------------------------------------------------------------------|
| 中小企業診断士①       | 2/3~24の<br>毎週(水) | 売上回復、使える補助金などの経営全般                                                 |
| 中小企業診断士②       | 2/4(木)           | 9:30~16:30<br>(1回60分)<br>何から相談したら良いか分からない、事業の立て直し                  |
| ウェブ解析士         | 2/18(木)・25(木)    | オンラインサービス・テレワークなどを活用した販路拡大                                         |
| 社会保険労務士        | 毎週(金)            | 9:00~16:00<br>(1回50分)<br>雇用調整助成金、休業支援金・給付金など<br>※この会場で申請手続きはできません。 |
| 商工会議所<br>経営指導員 | 毎週(火)<br>(祝を除く)  | 9:00~16:00<br>(1回25分)<br>埼玉県感染防止対策協力金(飲食店対象)、制度融資、資金繰りなどの経営全般      |

※いずれも12:00~13:00は除きます。

新型コロナウイルス感染症の拡大により、影響を受けている事業者向けの支援策は、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ



生ごみの減量化にご協力を

環境政策課 ☎77516925

☎77519872

西貝塚環境センター ☎78119141

☎78119166

生ごみの約8割は水分です。生ごみの水気を切ることで、減量だけでなく、臭い防止、CO<sub>2</sub>削減の効果も得られます。また、燃えにくい水分が減ることで、西貝塚環境センターの焼却炉への負担も軽減できます。

●生ごみの水切りのポイント 野菜の皮など、水分の少ないごみは水に濡らさない／茶殻やティーバッグなど、水気の多いものは乾燥させる／ごみを出す前によく絞る



上尾市空き家バンクの活用を

交通防犯課 ☎77515138

☎77519927

市では、空き家の売却情報や賃貸情報を掲載し、所有者と利用希望者とのマッチングを図る空き家バンクを運営しています。①活用相談(空き家を所有している人)／市内に所有している空き家の活用方法を宅建

業者に無料で相談 ②物件登録(売

りたい人、貸したい人)／市内に所有する空き家を空き家バンクに登録し、売却・貸与を交渉 ※受け付け後に物件の調査を行い、登録完了後に市ホームページで紹介します。

③利用登録(買いたい人、借りたい人)／利用者として登録し、空き家バンクに登録された物件の購入・借用を交渉 ※上尾市と併せて、県央地域の市町(鴻巣市・北本市・桶川市・伊奈町)への利用登録も可能です(交渉は、物件が登録されている各市町で申し込み)。

令和4年度以降の成人式

生涯学習課 ☎77519490

☎77612250

成年年齢を20歳から18歳に引き下げ、内容を内容とする「民法の一部を改正する法律」が令和4年4月1日から施行されますが、上尾市では令和4年度以降も従来通り20歳を対象として成人式を実施します。なお、名称は未定です。



オンラインによる

令和3年

上尾市成人式

生涯学習課

☎775-9490・☎776-2250



1月10日、新成人2,500人を対象として令和3年上尾市成人式を行いました。式は無観客で実施し、オンラインによるライブ配信を行いました。文化センターと各公民館では、新成人が記念写真を撮れるよう、記念撮影スポットを設置し、新成人たちが晴れ着姿で撮影する様子が見られました。



①大石公民館 ②成人式式典 ③大谷公民館 ④原市公民館 ⑤平方公民館 ⑥上平公民館 ⑦上尾公民館(文化センター)

※マスクを外している写真もありますが、写真撮影の間、一時的に外したものです。

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

令和3年6月  
採用予定

## 市職員を募集

職員課 ☎775-5112・FAX775-9819

【職種・採用予定人数】

| 職 種       | 人 数 |
|-----------|-----|
| 一般事務(障害者) | 若干人 |
| 土木        | 若干人 |
| 建築        | 若干人 |

【試験内容】面接試験の他、パソコンを使用した基礎能力検査、活字印刷文による適性検査、専門試験(職種による)など

【第1次試験】3月8日(月)~31日(休) ※全国のテストセンターのうち、受験者が指定した会場で基礎能力検査を実施します。 ※面接試験などは、4月11日(日)に実施します。

【申込方法】2月1日(月)~28日(日)(必着)に、市ホームページから電子申請 ※電子申請ができない人は、2月18日(木)までに職員課に連絡してください。 ※受験資格など詳しくは、受験案内(職員課、各支所・出張所、図書館本館にある。市ホームページからダウンロードも可)をご覧ください。

### 国民年金保険料は お得な口座振替を

保険年金課 ☎77555137  
FAX77519827  
大宮年金事務所 ☎65213399  
FAX77512230

①口座振替の前納 1年度分の保険料を前納する場合の割引額は、現金払いでは3,520円ですが、口座振替では4,160円になります(令和2年度額)。6カ月分の前納も口座振替がお得です。また、2年度分を前納すると、1万5千円程度の割引になります。 ※下期6カ月(10~3月)分を除く口座振替の前納は2月

26日(金)までに申し込みが必要です。  
②口座振替の当月「早割」 月々の納付も口座振替の「早割」がお得です。口座振替による毎月納付の場合、通常の振替日は翌月末日ですが、「早割」に変更すると、当月保険料の当月末日振り替えとなり、保険料が月額50円引き(令和2年度額)になります。

【①②共通】 甲本人確認ができる物(自動車運転免許証など)、年金手帳または納付書、預(貯)金通帳、通帳届け出印を用意して直接、金融機関または大宮年金事務所(さいたま市北区宮原町4-19-9)へ



### 住宅用火災警報器の 適切な維持管理を

予防課 ☎77511314  
FAX77512230

住宅用火災警報器(住警器)は、設置が義務化されてから10年以上経過しています。住警器は古くなると、電子部品の寿命や電池切れなどで火災を感知しなくなることがあるため、10年を目安に本体を交換することが推奨されています。火災発生時に警報音が鳴らないことがないよう、定期的に作動確認をするなど、適切な維持管理に努めましょう。

●住警器が効果を発揮した事例 電子レンジを使用し、市販の洋菓子を温めていたところ、電子レンジ内から煙が発生した。居室に設置していた住警器の警報音に家人が素早く気が付いたため、火災に至らなかった。なお、居住者だけではなく、隣人や通行人が警報音に気付き、火災に至らなかったこともあります。 ※その他の事例は、市ホームページをご覧ください。



## 市消防団 新入団員募集

消防総務課 ☎775-1500・FAX775-2230

消防団は、「自分たちのまちを、自分たちで守る」という精神のもとに地域で活動し、地域防災の要として各種災害から人命と財産を守っています。市民を災害から守るため、勇気あるあなたの力が必要です。 ●消防団員とは 他に職業や学業を持つ非常勤特別職の地方公務員です。消防本部などの職員と同じく、権限と責任を有する地方公務員である一方、ボランティアとしての性格も併せ持っています。 【入団資格】市内に在住・在勤の18歳以上45歳未満で心身ともに健康な人 甲直接または電話で消防総務課へ



消火用水確保連携訓練



# 子どもの食を応援



子ども支援課  
☎775-6819  
☎774-5342



子ども応援ネット  
ワーク埼玉  
ホームページ

生まれ育った環境によって子どもの将来が左右されないようにするために、貧困の連鎖を断ち切る取り組みが全国で行われています。

県では、県が発起人となり、貧困の連鎖の解消に向け、社会貢献活動を行う団体、企業や個人をつなぐ「子ども応援ネットワーク埼玉」を立ち上げ、活動を後押ししています。

市内でも、地域の皆さんが上尾の子どもたちが健やかに成長できるように「子どもの居場所」の提供や、生活に困っている家庭に無償で食料品を提供する活動を行っています。

## ボランティアや食品の提供にご協力を

このような活動は、市民の皆さんや企業の皆さんの協力が大きな力となります。ボランティアや食品の提供ができる人は、表1・2の各団体に直接、連絡してください。ご協力をお願いします。

**■子ども食堂** 共働きや貧困などのさまざまな事情により、満足にごはんを食べられない子どもたち、一人でごはんを食べている子どもたちに居場所と食事を提供するものです。

参加希望者は、表1の各子ども食堂に直接、連絡してください。



【表1】市内の子ども食堂

| 食堂名          | とき                     | ところ                       | 費用                                | 連絡先                                                             | 事前申込          |
|--------------|------------------------|---------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------|
| こども食堂「とまと」   | 毎週(水)<br>17:00~19:00   | 二ツ宮公民館<br>(二ツ宮943)        | 子ども/100円<br>大人/300円               | ☎773-9436 (桐原)                                                  | 要             |
| えだまめこども食堂    | 毎月第3(土)<br>11:30~14:00 | あけぼしデイ&<br>リハ<br>(原市4352) | 無料                                | ☎090-3338-5827 (中村)<br>✉edamame.syokudou@gmail.com              | 要<br>(2日前までに) |
| 子ども食堂「でんでん虫」 | 毎週(火)<br>16:00~19:30   | 非公表                       | 高校生以下/無料<br>大人/300円               | ☎090-2753-4778 (早瀬)                                             | 要             |
| ホットほっとタイム    | 毎月第2(金)<br>17:00~19:30 | こぼん☆あらぐさ<br>(富士見2-15-1)   | 入会金/1世帯100円<br>子ども/50円<br>大人/300円 | ☎781-9824<br>☎090-4737-7415 (池田)<br>✉hot2time.in.ageo@gmail.com | 要             |
| 遍照院「みんなめし」   | 毎月第2・4(日)<br>7:50集合    | 遍照院<br>(上町1-6-6)          | 無料                                | ☎771-0648<br>(9:00~16:00)                                       | 要             |
| てらこや錦町       | 毎週(金)<br>17:00~        | 自然食の店なず菜<br>(錦町2-18)      | 子ども/100円                          | 直接、現地へ                                                          | 要             |

※アレルギー対応については、「てらこや錦町」だけ相談に応じます。その他は対応できません。

**■フードパントリー** ひとり親や生活困窮者などに無償で食料を提供する支援活動です。希望者は、表2の各フードパントリーに直接、連絡してください。

【表2】市内フードパントリー

| パントリー名         | とき                                                 | 連絡先                                               | 提供数                      | 事前予約 |
|----------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------|------|
| フードパントリー「パプリカ」 | 3/2(火)<br>17:30~19:00<br>(4月以降は未定)                 | 東口☎773-9436<br>西口☎090-2753-4778                   | 30世帯(先着順)                | 要    |
| みどりフードパントリー上尾  | 偶数月の第4(日)<br>(変更になる場合あり)                           | ☎090-2227-5037<br>✉midorifoodpantryageo@gmail.com | 50世帯(先着順)<br>※市内在住に限ります。 | 要    |
| モモフードパントリー     | 奇数月第4(日)<br>14:00~17:00<br>奇数月第4(月)<br>17:00~20:00 | ☎773-8795<br>✉momofoodpantry@gmail.com            | 50世帯(先着順)                | 要    |





約60年前(昭和38年)の農作業風景

「ここ10年で住宅が増え、すっかり様変わりです」昔は、梨畑を縫うように野道が通っており、朝な夕なに通学の子どもたちの元気な声が響いていましたよ。「八合神社の鎮守の森も、今では小泉氷川山公園に整備されました」「八合神社は、すっかり住宅地の中の神様になりました」など、淡々と話してくれました。

都市化の波間に絶妙に残された畑地や田んぼのある市内の風景や、『上尾の摘田・畑作用具』に掲載されている農具の一つ一つは、何ら変哲もないものですが、はやぶさ2が採取した小惑星リュウグウの砂と同様、ここ上尾の地を舞台に懸命に生きた人の息吹の結晶あり、日本列島の住民の暮らしの成り立ちを明らかにする上で比類のない、未来に残しておきたい宝物に思えてなりません。

コロナ禍での日常は、全く想定外でした。昨年の新語・流行語に挙げられた「新しい生活様式」の実像は、ことしもおお透明ながら、私の読書と散歩の時間が増えたことだけは確かです。1年前、コロナ禍の真っ最中に市教育委員会が発行した『上尾の摘田・畑作用具』の学術調査報告書を読み直している時のことです。東京1964オリリンピック開催前年の上尾の暮らしの写真を見つけました。立派な茅葺き屋根の農家を背景

に大麦刈りに勤しんでいる家族の何とも懐かしい風景です(写真)。そこで、かつての「農のある風景」の残像を探そうと、浅間台大公園から大石支所・下芝水辺公園を目印に、自転車での小さな旅に出掛けてみました。浅間台大公園から鴨川を親橋で渡ります。大石小学校までの途中、農家と思しき邸宅の無人販売ブースに新鮮野菜を並べていた山崎富江さんに、この辺りは区画整理でずいぶん変わりましたね、と声掛けしました。「ここ10

この稿を執筆するタイミングで小惑星探査機「はやぶさ2」の朗報がありました。コロナ禍中の明るい話題であり、地球の成り立ち、生命の起源の解明にまた一歩近づいたような希望が満ち満ちてきました。

## 上尾らしさを正しく探そう！ 大石地区小泉の今

地域密着、身近な話題を体験取材！

まちかど

特派員だより



大石地区  
いのうえ  
肇さん

## 市民の情報交流スポット



### 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。



### いきいきサークル

- 上尾木彫会 毎月第1・3(木)13:00～17:00、大谷公民館 毎月額3,000円(入会金1,000円) 新宮☎725-4982 **ひと言!** 究極の生涯学習、楽しく仏像彫刻をしてみませんか。
- 上尾マジッククラブ 毎月第1・3(土)13:30～15:30、上尾公民館 毎月額2,500円(入会金1,000円) 野原☎781-1197 **ひと言!** マジックを覚えて、見せて、一緒に楽しみましょう!
- リラックスの会(ヨガ) 毎月2回(火)13:00～14:30、原市公民館 毎月額

- 2,500円 松元☎721-9226 **ひと言!** ヨガで心と体を一緒にリフレッシュしませんか。見学可。
- あげお気楽会(太極拳・気功) 毎月3回(水)10:00～12:00、上尾公民館など 毎月額2,000円 長谷川☎781-5652(17:00以降) **ひと言!** 健康維持の為にゆったりとした太極拳と気功をやりましょ。
- 大石ウォーキングクラブ 毎月1回(火)8:30～12:00、大石公民館など 毎月額200円(入会金500円) 塩沢☎090-7828-8989(19:30まで) **ひと言!** ウィズコロナ時代、歩いて健康作り。そして免疫力アップ。



定…定員 対…対象 費…費用 持…持ち物 当…当日、直接会場へ 申…申し込み



審査員特別賞のトロフィーを手に笑顔の愛梨さん

「夢はモデルになって雑誌の表紙を飾ること」と、キラキラと目を輝かせて笑顔で語るの、大学新入生を対象とした日本最大級のコンテスト「フレッシュキャンパスコンテスト2020」(通称フレッシュキャン)のファイナリストで、審査員特別賞とリゼウォーク賞を受賞した中央大学1年の加藤愛梨さんです。

愛梨さんは、昨年4月に大学に入学。緊急事態宣言中で通学ができない中で、この環境でもできることを考え、「モデルになる夢に向けて、ミスコンテストに出てみよう」と挑戦を決意。約8カ月に及ぶ挑戦が始まりました。

本コンテストの審査は、第1次の書類審査以外は、応援者によるウェブ投票と、ライブ配信などのポイント獲得数で行われました。そのため、いかに多くの人に知ってもらい、応援してもらえるかが重要です。愛梨さんは、15分以上のライブ配信を17日間毎日続けるなど、地道な努力を重ねたそうです。ライブ配信を振り返って「辛い時もあったけど、ライブなので応援してくれる人も同じ時間を過

# スポットライト

～人・仲間～



かとう  
加藤

あいらり  
愛梨さん  
(市内在住)

## モデルを目指す9頭身美人

### 「フレッシュキャンパスコンテスト2020」ファイナリスト

ごしてくれている。配信当初からずっと欠かさず見てくれた人もいた。こんなにも全力で応援してくれる人がいることに感動して、応援してくれる人のためにも絶対グランプリを獲りたいと強く思うようになった」と、応援してくれたファンへの感謝の気持ちを忘れません。今回初めて多くの人に見られることとなり、自分磨きで8ヶ月のダイエットにも成功。すなりとした9頭身美人に、さらに磨きをかけました。

ファイナル審査の結果を受けて「リゼウォーク賞は、ツイッターのリツイート数が一番多かった人に贈られる賞なので、頑張ったことを評価してもらえたことはうれしい誇りに思う。でもグランプリを目指していたので、悔しい気持ちが大きい。こんなに悔しいと思ったのは初めて」と、結果発表から1カ月以上経った現在も悔しさをにじませます。それでも「全力で頑張ったので後悔はない。この経験を今後に生かして、できることは何でもやりたい」と力強く語ります。

そして上尾について「田舎過ぎず都会過ぎない上尾が市長になりたいぐらい好き。活躍できるようにしたら、キラリ☆あげおPR大使になって上尾市の魅力をPRしたい」と、すてきな笑顔で話す愛梨さん。今後の活躍を期待しています。



「新春 お正月特別企画 まちがいさがし」(3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1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。

#### 特集 市長新春座談会 目標はメダル獲得

- 上尾市出身の岡田久美子選手のことは以前から知っていて応援していました。ことしのオリンピックで活躍されることを願っています。(50代・女性)
- トップアスリートが食事の大切さを語ってくれると子どもの食育につながるのよいと思いました。(40代・男性)

岡田久美子選手の東京2020オリンピックでの活躍を応援しましょう。



#### 新春 お正月特別企画 まちがいさがし

- 子どもと一緒にできるまちがいさがしを楽しみました。(40代・女性)
- お正月に、家族全員で間違いを夢中になって探しました。とても楽しめました。(10歳未満・男性)

年初めの頭の体操！  
新春 お正月特別企画のまちがいさがしを楽しんでいただけて良かったです。



「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



**申し込み** 市内に在住の未就学児の写真(画像データ可)に、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、保護者の一言、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。



鈴木 陽翔くん  
R2.3.5生 (10カ月)

小敷谷

じーじ、ばーば、いつも可愛がってくれてありがと  
う! いつばいお出かけしようね!



神田 莉央菜ちゃん  
R1.11.19生 (1歳)

大子上

わが家の3人目のアイドル!  
みんな、大好き!  
これからもスクスク大きくなつてね!



池田 湊斗くん 律希くん  
H29.5.10生(3歳) R1.12.20生(1歳)

瓦葺

面白いことをして笑わせてくれる優しいお兄ちゃん、そんなお兄ちゃんが好きで兄弟2人でよく遊んでるね。2人の笑顔に毎日元気をもらってるよ!

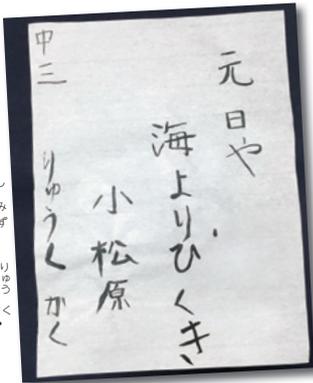


糸井 拓見くん  
R2.2.8生 (11カ月)

小敷谷

好き嫌いなく離乳食を食べてくれる拓見くん。たくさん食べて元気に優しく成長してね!

小・中学生の皆さんの絵や工作、書、好きな本など、さまざまな作品を紹介します!



清水 琉駈さん  
(大石南中3年)

俳人 久保田万太郎の俳句を書きました。

書

見て魅せて...  
私のマナーブック



## 小学校給食レシピ 100



### 大豆入り五目ごはん 351キロカロ

●材料1人分 分量(グラム)

- |                           |                   |
|---------------------------|-------------------|
| 1 炒め油..... 2              | 8 油揚げ(千切り)..... 5 |
| 2 鶏もも肉皮無し(千切り).... 10     | 9 砂糖..... 3       |
| 3 ゴボウ(ささがき)..... 5        | 10 しょうゆ..... 7    |
| 4 ニンジン(千切り)..... 10       | 11 精白米..... 72    |
| 5 冷凍国産ゆで大豆..... 10        | 12 酒..... 1       |
| 6 干しいたけスライス(戻す).... 1     | 13 食塩..... 0.5    |
| 7 糸こんにゃく(2センチ切る・茹で).... 5 | 14 水+具の煮汁..... 95 |

※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、鶏肉を炒める。
- ②鶏肉に火が通ったら、ゴボウ・ニンジン・大豆を入れてさらに炒める。
- ③干しいたけ・糸こんにゃく・油揚げを加え、9・10で調味する。でき上がったら、具と煮汁を分ける。
- ④12~14が沸騰したら、米を入れて炊く。
- ⑤炊き上がった具をのせ、十分蒸らす。

学校保健課 ☎775-9683 ・ ☎775-5633

## 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てみよう!

☐市内に在住の小・中学生 【募集部門】①絵・工作・書・写真②俳句・標語(テーマ/学校)③作文(400字以内、テーマ/趣味や、夢中になっているもの)④好きな本の紹介 ☐保護者を通じて、作品(①は撮影した電子データか写真プリント)、作品名(絵・工作・写真だけ)、作品のコメント(100字以内)、住所、氏名(ふりがな)、保護者氏名、電話番号、学校名、学年を直接か郵送、またはメールで広報広聴課(〒362-8501本町3-1-1、☐s55000@city.ageo.lg.jp)へ ※①の現物は受け付けできません。

暮らし

遺言・相続  
無料電話相談会

2月20日(土)10~16時 内司

法書士による無料電話相談会(相続を原因とする不動産の名義の書き換え、相続人の所在が分からない場合の遺産分割、相続放棄の手続き、遺言書の作成方法など)【相談方法】電話相談 072-8055 ※当日だけ通話できます。

863 17861

岡崎玉司法書士会事務局

「防犯のまちづくり動画」を公開

県央地域振興センターでは、「防犯のまちづくり出前講座」と同一内容の「防犯のまちづくり動画」を、県公式チャンネル(YouTube)で公開していますので、ご活用ください。 県央地域振興センター 077-1110 FAX 077-1166



防犯のまちづくり動画

聖学院大学  
心理福祉学部附属  
心理相談室を開設

聖学院大学心理福祉学部附属心理相談室が開設されました。子どもから大人まで、地域の皆さんのさまざまな「こころ」に関する相談を完全予約制で受け付けます。【相談

方法】対面またはオンライン(申)電話(平日10~17時)で心理相談室(0781-0065)へ ※詳しくは聖学院大学ホームページ(https://www.seigakuin.jp/faculty/shinritsu/kushi/soudan/)をご覧ください。

■心理相談室開設記念講演会 家族療法とアサーション (自分も相手も大切にする自己表現法の専門家である平木典子さん(1P)統一的心理療法研究所顧問による開設記念講演会を開催します(3月)オンライン開催予定。 ※詳細が決まり次第、同大学ホームページに掲載します。 聖学院大学 0781-0925 FAX 0781-2962

**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「好き」を紹介します。

右手の親指と人さし指を開いて喉に向け、指を閉じながら下ろす

**好き**

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

**「明日への希望の木」応援メッセージ募集中!**

市民が一つにつながり、このコロナ禍を乗り切ろうという思いを込めて、JR上尾駅自由通路に「明日への希望の木」を設置しています。また、JR上尾駅自由通路で開催するイベントで、コロナ禍で大変な思いをしている医療従事者や飲食店の皆さんへの応援メッセージ、家族や友達へのメッセージを募集して掲示しています。メッセージを書いた人には、携帯用ウエットティッシュを差し上げます。 ※2月2日(火)~28日(日)は、あげお お土産・観光センターでも受け付けします。

**「あげおまるっとグルメ」の延期**

2月1日(月)~28日に開催を予定していましたが「あげおまるっとグルメ」は、新型コロナウイルスの感染拡大により延期となりました。今後の開催については、市観光協会ホームページをご覧ください。

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  
グラムも更新中!  
#上尾市観光協会

市観光協会  
ホームページ

**児童保育所入所希望者の申請受け付け**

4月から児童保育所への入所を希望する人で、市外から市内への転入などにより、入所申請ができていない人を対象に入所申請を受け付けます。入所希望者は、NPO法人あげお学童クラブの会に問い合わせてください。☎NPO法人あげお学童クラブの会 ☎71-6945・FAX71-5790



**キャッシュカードや通帳を他人に渡さないで**

特殊詐欺被害に遭わないよう次のような手口に注意しましょう。

犯人は、百貨店や電機量販店などの店員をかたり「カードが不正に使用されています」「手続きには、キャッシュカードの暗証番号が必要で」などと電話をかけてきます。その後、警察官や銀行協会をかたる者が自宅を訪れ、

キャッシュカードを封筒に入れるよう促し、「封印するので印鑑を貸してください」と言って、被害者が自宅内に印鑑を取りに行っている間に、キャッシュカードが入った封筒を別の封筒とすり替えま

す。警察官や銀行協会の職員が、キャッシュカードを預かることや、暗証番号を聞くこととはありません。不審な場合は、上尾警察署にご連絡ください。☎上尾警察署 ☎73-0110

**シルバー人材センターのご利用を**

シルバー人材センターでは、経験豊富な高齢者が分野別で仕事をしています。一般の家庭・企業・公共団体などから、次のような仕事を引き受けています。【主な仕事】

- 技能分野／植木剪定、大工、ふすま・障子・網戸張り
- 家事援助分野／室内清掃、植木の水やり
- 屋内外の軽作業分野／清掃、片付け運搬、除草
- 事務分野／毛筆筆耕、文書管理
- 管理分野／施設(公園・

**次回の税などの納付期限 3月1日(月)**

- ◇国民健康保険税 ……第8期
  - ◇介護保険料 ……第8期
  - ◇後期高齢者医療保険料 ……第8期
- 便利で確実な口座振替をご利用ください。

納税課 ☎775-5135

学校管理、駐輪場管理など  
☎シルバー人材センター ☎79-5525・FAX76-1107

**「マチイロ」のご利用を**



『広報あげお』をより多くの皆さんに提供できるように、スマートフォンアプリ「マチイロ」を導入しています。この無料アプリをダウンロードし登録すると、毎月の発行日までに『広報あげお』の最新号がスマートフォンやタブレット端末に届き、読むことができます。

|                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>草津温泉・源泉かけ流しの宿</b></p> <p>★保養契約施設<br/>★送迎バスプラン有り</p>  <p><a href="http://www.kusatsu-gpp.com/">http://www.kusatsu-gpp.com/</a><br/>群馬県吾妻郡草津町<br/><b>草津グリーンパークパレス</b><br/>☎0279-88-3960</p> | <p><b>応徳温泉・古民家・囲炉裏の宿</b></p> <p>★送迎バスプラン有り</p>  <p><a href="http://www.hanamame-kuni.com/">http://www.hanamame-kuni.com/</a><br/>群馬県吾妻郡中之条町<br/><b>お宿 花まめ</b><br/>☎0279-95-3650</p> | <p><b>天空の湖に映る満天の星</b></p> <p>★5月下旬～11月<br/>★バンガロー ★テント<br/>★デイキャンプ有</p>  <p><a href="https://nozorikocamp.com/">https://nozorikocamp.com/</a><br/>群馬県吾妻郡中之条町<br/><b>野反湖キャンプ場</b><br/>☎0279-82-1180</p> | <p><b>緑豊かな憩いの宿</b></p> <p>★八丁湖展望風呂 ★保養契約施設<br/>★送迎バスプラン有り</p>  <p><a href="http://www.friend-yoshimi.co.jp/">http://www.friend-yoshimi.co.jp/</a><br/>埼玉県吉見町<br/><b>フレンドシップ・ハイツよしみ</b><br/>☎0493-54-2030</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>公益財団法人<br/><b>青葉園</b></p> <p>〒331-0052<br/>さいたま市西区三橋5-1505</p> <p>「墓地」購入は<br/><b>048-623-2111</b> まで</p> <p>宗旨・宗派：宗教不問です<br/>開園：1952年(昭和27年) 墓地経営許可：埼玉県・32指令公衛取第1043号</p> | <p>埼玉・東京に<b>200</b>式場以上のネットワーク</p> <p>青葉園提携葬儀社<br/><b>青葉葬祭</b> 株式会社</p>  <p>安置室完備<br/>家族葬対応<br/>24時間365日受付</p> <p>青葉メモリアルホール<br/>〒331-0052<br/>さいたま市西区三橋5-790-10<br/><b>0120-048-999</b></p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

※『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。

●**ダウンロード方法** 2次元バーコードまたはApp Store (iPhone、iPadの人)、Google Play (Android端末の人)で「マチイロ」を検索し、ダウンロード。

●**初期設定の方法** 「お住まいの地域」で郵便番号などから「上尾市」を登録。 聞 広報 広聴課 075-4918・FAX 075-8873

親子基礎運動講座  
〜親子で楽しく学ぼう〜

スポーツ・レクリエーション



マチイロ

時 3月27日(土) 9時30分〜11時  
所 市民体育館・ゆりが丘公園  
内 健康運動指導士や箱根駅伝経験者から、運動の基礎を学び、運動能力を高める 対小学生と保護者 費 1人150円  
定 10組20人(応募者多数の場合(抽選)) 聞 上履き、タオル、飲み物、筆記用具 申 往

①学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

学童保育所補助員

募集



あひ広場へ 聞 瓦葺ふれあい広場 072-7563

時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

復はがきに教室名、住所、参加者の氏名(ふりがな)、性別、年齢、学校名、電話番号を記入して、2月28日(日)まで(必着)に市民体育館(〒362-0004 5向山4-3-10)へ 聞 市民体育館 071-8111・FAX 071-81113

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

「整体ヨガ体験教室」  
時 2月22日〜3月8日の毎週(月)13時〜14時30分(全3回)  
所 瓦葺ふれあい広場 聞 市内に在住・在勤・在学の初心者(定15人(先着順)) 聞 上履き、飲み物、タオル 申 2月5日(金)〜14日(日)に直接または電話(10時〜16時30分)で瓦葺ふれあい広場へ

②学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

③学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

④学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑤学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑥学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑦学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑧学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑨学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑩学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑪学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑫学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑬学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑭学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑮学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑯学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑰学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑱学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑲学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

⑳学童保育所非常勤職員(勤務時間)月〜金/14〜19時、

ピカピカのお家で過ごしましょう! 広告

外壁塗装専門店佐藤塗装の  
春の塗り替えを市民セミナー開催  
お考えの方へ

日時 2021年2月6日(土) 10時受付/10時30分開始  
13時受付/13時30分開始

会場 上尾市文化センター 305集会室  
〒362-0017 埼玉県上尾市二ツ宮750

外壁塗装 株式会社 佐藤塗装 上尾市緑ヶ丘1-1-44  
無料通話 0120-119-929

お尻とふくらはぎが痛い! 痺れる! 広告

腰の痛み専門

1HPの取コード  
●駐車場あり  
●上尾駅西口徒歩7分 (ジョナサン近くです)

2回目からは1回7,400円(税込)  
初回お試し 2,980円 (税抜き)

完全予約制 「上尾市の広域まで予約したいのですが...」とお悩下さい

上尾ステップ整体院  
TEL 048-741-5650

ホームページ 上尾ステップ整体院 開業  
〒362-0075 上尾市柏産2-2-20 藤栄ビル 1階

受付時間  
●火・木 10時〜20時  
●水・金 12時〜22時  
●土・日 10時〜15時  
定休日: 月曜

庭木 1本から承ります! 広告

営業時間 9:00 ~ 17:00

見積無料

庭木1本より明瞭料金  
トイレはお借りしません  
お茶はご遠慮します

土日もOKです  
お茶はご遠慮します

生垣の剪定  
幅1m×高さ2m  
通常2,000円を  
先着10名のみ (税別)  
1,000円!

株式会社ガーデンエクスプレス  
御用の方はお電話にてご連絡ください  
本社受付センター 048-652-2855  
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

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3年度身体障害者福祉センター 「ふれあいハウス」の利用者

社会福祉協議会「ふれあいハウス」 ☎776-2235 ・ ☎772-8647

☞総合福祉センター(平塚724) ☞市内に在住で、身体障害者手帳と市発行の「上尾市特定生活支援事業サービス受給者証」を持っている人 ☞受給者証に記載されている障害区分負担額(生活保護受給世帯、非課税世帯を除く)、創作活動の材料費、昼食代 ☞2月17日(水)までに住所、氏名、電話またはファクス番号を直接か電話またはファクスで「ふれあいハウス」へ ※送迎サービスはありますが、入浴サービスはありません。



| 教室名           | 日程               | 時間              | 内容                          |                                                           |                 |
|---------------|------------------|-----------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------|
| 創作的活動         | 簡単なお菓子作り教室       | 第1(金)(年11回)     | 10:00~12:00                 | 季節に合ったお菓子作りを学ぶ                                            |                 |
|               | パン教室①            | 第2(金)(年11回)     | 10:00~13:15                 | パンの作り方とパンに合う料理の作り方を学ぶ                                     |                 |
|               | パン教室②            | 第4(金)(年10回)     |                             | パンの作り方の基本を学ぶ                                              |                 |
|               | 簡単なお菓子作り教室(視覚障害) | 第5(金)(年3回)      | 10:00~12:00                 | 季節に合ったお菓子作りを学ぶ                                            |                 |
|               | 歌声教室①            | 第3(月)(年10回)     |                             | いろいろな曲を楽しく歌い、心身をリフレッシュする                                  |                 |
|               | 歌声教室②            | 第4(月)(年11回)     |                             |                                                           |                 |
|               | 絵手紙教室            | 第3(木)(年12回)     |                             |                                                           | 絵手紙の書き方の基本を学ぶ   |
|               | パステル画教室          | 第3(金)(年12回)     |                             |                                                           | パステル画の描き方の基本を学ぶ |
|               | フラワー教室           | 第5(月)(年4回)      | 10:00~11:30                 | 花の特性やガーデニングの基本を学ぶ                                         |                 |
| スマイルカフェ       | 第5(水)(年2回)       | 10:00~12:00     | 悩みなどを語り合いながら、障害のある人同士で交流を図る |                                                           |                 |
| 失語訓練教室        | 第1(木)(年11回)      |                 | 言語聴覚士による機能訓練を通して社会復帰を目指す    |                                                           |                 |
| パソコン教室(初級)    | 第2(木)(年12回)      |                 | パソコンの基本的な操作を学ぶ              |                                                           |                 |
| パソコン教室(中級)    | 第4(木)(年9回)       |                 | ワードやエクセルの使い方を学ぶ             |                                                           |                 |
| 訓練能           | リハビリ訓練教室         | 第1・2・3(水)(年34回) | 10:00~14:00                 | 理学療法士の指導による機能回復訓練と、訓練を含んだレクリエーションで体を動かす                   |                 |
| スポーツ・レクリエーション | スポーツ・レクリエーション教室  | ①第1(水)(年10回)    |                             | 理学療法士または作業療法士の指導のもと、レクリエーションで体を動かし、身体機能の低下予防と心身のリフレッシュを図る |                 |
|               |                  | ②第2(水)(年12回)    |                             |                                                           |                 |
|               |                  | ③第3(水)(年12回)    |                             |                                                           |                 |
|               |                  | ④第4(水)(年9回)     |                             |                                                           |                 |
|               | 健康体操教室           | 第2(月)(年10回)     | 10:00~12:00                 | 音楽に合わせて体を動かし、遊びながら体力をつける                                  |                 |
| 健康吹矢教室①       | 第1(月)(年10回)      | 10:00~11:30     | 吹矢協会の指導者から腹式呼吸の基本を学び健康増進を図る |                                                           |                 |
| 健康吹矢教室②       | 第4(水)(年10回)      |                 |                             |                                                           |                 |

**SILBANK** 老人ホーム 無料紹介 シルバンク

7 無料相談のメリット

- 経験・知識豊富なプロのアドバイザーを無料で受けられます!
- 独自の幅広いネットワークを駆使して、老人ホームをご案内!
- 施設見学、体験入居の重要なポイントを教えます
- お客様に向き合いご相談にのるので安心です!
- 介護保険制度のポイントをわかりやすく丁寧に説明! お客様の要望があれば現地同行・契約立会いも可!
- ご入居後もしっかりとアフターフォローします!
- セブシレブレ

相談料・紹介料無料!

0120-872-955 〒362-0043 埼玉県上尾市西宮下2-386 受付時間 9:00~18:00 (年中無休)

児童デイサービス わくわくハウス

児童発達支援(0歳~小学校就学前)

オリジナル運動療育プログラムを活用し、体をつかったリトミックや制作活動など、さまざまな体験やレクリエーションを通じて、遊びながら学び、心を伸ばすことを大切にしています。

JR上尾駅より徒歩9分 無料見学・体験ご案内 わくわくハウスの見学でお子さまにぴったりのプログラムを体験していただけます。事前にお電話にてお申込みください

●ご利用料金 詳細は、下記番号へお問合せ下さい

〒362-0074 埼玉県上尾市春日1-4-16 ☎048-780-2406

わくわくハウスあけお校 受付時間:平日・土曜(日曜休校) 10時~18時 HP: <https://y2m-waku2.com>



## 農園の利用者

農政課 ☎775-7384・☎775-9872

### ■市民農園「アグリプラザ平塚」の新規利用者(空き区画)

**【利用期間】**4月～ ☎市民農園「アグリプラザ平塚」  
☎市内に在住の人 **【募集区画数】**10区画前後(応募者多数の場合は抽選) ※応募は1世帯につき1区画です。**【使用料】**30平方メートル/年額12,000円、6平方メートル/年額2,400円(福祉区画) ☎はがきに郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望区画面積を記入して、2月19日(金)まで(必着)に農政課(〒362-8501 本町3-1-1)へ

### ■体験農園の利用者

体験農園とは、農家が開設し、経営・管理する農園です。農園利用者は、手づらで農園に行き、農園主の指導を受けながら、作付けから収穫までの農作業を体験できるので、初心者も安心していろいろな野菜作りができます。

市では農業への理解を深める取り組みとして、農業体験農園の新規開園に対する相談や「広報あげお」による利用者募集などの支援を行っています。

#### ①農業王国榎本農園

**【利用期間】**3月～令和4年1月 ☎中分2-58 **【1組の利用面積】**30平方メートル ☎35,000円 **【主な栽培品目】**キュウリ、トマト、キャベツなど年間で約30品目 **【講習会】**年間20回程度 ☎住所、氏名、電話番号、農園希望を電話かファクスまたはメールで榎本農園の榎本へ ※2月14日(日)14時～説明会を行います(事前申し込みが必要)。☎榎本☎725-2455・☎agri.enomoto@gmail.com・☎https://agri01.wixsite.com/enomoto

#### ②ファミリー農園 菜園倶楽部

**【利用期間】**3月～令和4年1月 ☎平塚1-152 **【1組の利用面積】**30平方メートル ☎35,000円(野菜種・苗、肥料代を含む) ☎28組 **【主な栽培品目】**葉物野菜、トマト、ニンジン、ナス、キュウリなど年間で約20～30品目 **【講習会】**年間20回程度(原則週末) ☎電話またはメールで菜園倶楽部の市村へ ※2月13日(土)・14日(日)に説明会を行います(事前申し込みが必要)。☎市村☎080-3727-7026・☎saien.club2019@gmail.com・☎http://www.saien.club/



①小学校給食調理補佐員  
**【任用期間】**4月1日(木)～令和4年3月31日 **【勤務日・時間】**(月)～(金)(祝を除く)9時～15時15分または9時15分～15時30分で1日5時間30分(休憩45分) ※校長の指示によります。**【勤務地】**市内の小学校 **【時給】**960円(令和2年度実績) ※社会保険加入期末

**【通勤費】**2キロ以上で交通用具の状況によります。**【勤務地】**市内の小学校(小学校から電話で1日ごとに随時指定)**【時給】**960円(令和2年度実績)**【通勤費】**2キロ以上で交通用具

使用/1日100円(距離による)、2キロ以上で交通機関使用/実費 ●①②共通 ☎学校給食に理解のある健康な人 **【甲】**履歴書(市販のもの)に必要な事項を記入し、写真を貼付して、事前に電話連絡の上、直接学校保健課へ ☎学校保健課☎75-9683・☎75-5633

### あげおファミリー・サポート・センター会員

ファミリー・サポート・センターは、保育所・習い事などの送迎や、保育など預かりの援助をしたい人(提供会員)と援助を受けたい人(依頼会員)が会員となり、地域の中で助け合いながら子育てを支援する事業です。入会を希望する人は、入会説明会にお越しください。

●入会説明会 時平日と偶数月の第2(土)(祝を除く)9～16時 ☎総合福祉センター(平塚74) ☎提供会員(育児の援助を行う人)市内に在住の20歳以上で心身共に健康な人 **依頼会員**(育児の援助を受ける人)市内に在住・在勤で0歳児(首の据わった4カ月ごろ)～小学6年生の子どもがいる人 ☎筆記用具、本人確認ができる物(自動車運転免許証など)、印鑑、登録者の写真(縦3×横2.5センチ)を提供会員は2枚、依頼会員は1枚 ☎電話であげおファミリー・サポート・センターへ ※1週間前までに予約をしてください。☎あげおファミリー・サポート・センター(社会福祉協議会内)☎77-0941・☎77-8647

### 小学校給食調理補佐員・ 小学校スポット 給食調理補佐員(会計年度任用職員)

手当を支給します。**【通勤費】**

使用/1日100円(距離による)、2キロ以上で交通機関使用/実費 ●①②共通 ☎学

どの送迎や、保育など預かりの援助をしたい人(提供会員)と援助を受けたい人(依頼会員)が会員となり、地域の中で助け合いながら子育てを支援する事業です。入会を希望する人は、入会説明会にお越しください。

市内に在住・在勤で0歳児(首の据わった4カ月ごろ)～小学6年生の子どもがいる人 ☎筆記用具、本人確認ができる物(自動車運転免許証など)、印鑑、登録者の写真(縦3×横2.5センチ)を提供会員は2枚、依頼会員は1枚 ☎電話であげおファミリー・サポート・センターへ ※1週間前までに予約をしてください。☎あげおファミリー・サポート・センター(社会福祉協議会内)☎77-0941・☎77-8647



消費生活講演会

「新しい生活様式での幸せテイクアウト  
～スーダーイツがつなぐ地域のちから～」

消費生活センター ☎775-0800・☎776-4600

新型コロナウイルス感染症は、私たちの生活に大きな影響を与えています。コロナ禍で上尾市を盛り上げる活動を続けている講師の話をお聴きいただき、これからの暮らしにどのように役立つかを考えてみませんか。時3月1日(月)10時～11時30分 所文化センター 内「スーダーイツ」や「AGETAKE」の活動のいきさつなどの話を通じて、上尾を盛り上げていく楽しさや苦労を紹介 【講師】須田悦正さん(須田商店専務) 対市内に在住の人 定30人(先着順) 申2月19日(金)までに電話で消費生活センターへ



須田さん(中央)とスーダーイツの仲間

救命講習会  
普通救命講習Ⅲ

時3月6日(土)9～12時 所市消防本部 内小児、乳児に対する心肺蘇生法、自動体外式除細動器(AED)の使用法

など 対市内に在住・在勤・在学の中学生以上 定8人(応募者多数の場合は抽選) 申市電子申請・届出サービス(☎https://s-kantan.jp/city-ageo-saitama/)から電子申請または往復はがき

に講習日、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、在勤の人は勤務先名、在学の人は学校名を記入して、2月15日(月)22日(月)(必着)に、東消防署管理課(〒362-0013上尾村53)へ 関東消防署管理課☎751-3110・☎701-1902



催

し



農業体験教室  
(ジャガイモ)

時3月13日(土)9時～ 所上尾市民農園「アグリプラザ平塚」 内親子でジャガイモの種芋を植え付け、7月頃に収穫する 対市内に在住の小学生と家族 費1人20円 定20家族(応募者多数の場合は抽選) 申往復はがきに教室名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、電話番号、参加人数を記入して、2月15日(月)まで(必着)に農政課(〒362-85

丸山公園ウォークラリー  
～春の陣～



01本町3-1-1)へ 関農政課☎751-7384・☎751-872 時2月28日(日)13時30分～16時30分予定・雨天中止 所上尾丸山公園 内上尾丸山公園全体を使つてのウォークラリー 対市内に在住の小学生 費50円 定15人(応募者多数の場合は抽選) 申往復はがき(1家族1枚に、子どもの氏名(ふりがな)・生年月日(学年)・性別、保護者の氏名、電話番号、「丸山公園ウォークラリー」～春の陣～参加希望)を記入して、2月12日(金)まで(必着)に青少年課(〒362-0037上町2-14-19)へ ※子どもだけの参加です。 関青少年相談員協議会の比嘉☎090-4051-4360



ボートレース戸田  
2月の開催日

収益金は、都市基盤の整備などに利用されます。 時2月1日(月)・2日(火)・6日(土)・11日(祝)・13日(土)・16日(火)・19日(金)・23日(祝)・27日(土)・3月2日(火) 【場外発売】2月1・2日、6～11日、13日～3月2日 関埼玉県都市競艇組合 ☎83-8711・☎83-8709



埼玉県生態系保護協会  
上尾支部の催し

あけおの秘境サクラソウ咲く里山で楽しい作業 時2月の毎週(日)9時～11時30分(小雨決行) 所サクラソウトラスト地(領家) 内外来種除草などの管理作業 費200円 持飲み物、長靴、軍手 申各開催日の前日までに電話で上尾支部の小川へ 関小川☎781-0887

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」 関問い合わせ

スタインウェイ企画

# 春のファミリーコンサート～Mozart 魔法の音楽～

モーツァルト

文化センター ☎774-2951・☎774-2955

天才作曲家モーツァルトを代表するオペラ『魔笛』を中心に、美しい歌声で皆さんを魔法の世界へと導きます。時3月7日(日)14時～(開場/13時) 所文化センター 【演奏曲】『魔笛』より『俺は鳥刺し』『夜の女王のアリア』『パ・パ・パの二重奏』など、ピアノ独奏『トルコ行進曲』 【出演】安井陽子、友清崇、友清創、齋藤晴美など ●チケット販売 所文化センター、文化センターオンラインチケットサービス(☎http://www.ageo-kousya.or.jp/center/)、コンビニエンスストア(セブン-イレブン、ファミリーマート)のマルチコピー機、あげお お土産・観光センター 費一般/2,000円、小学生以下/500円(全席指定) ※売り切れ次第終了です。

## プロフィール

### やすい・ようこ(ソプラノ)

国内屈指の高音と装飾技術を誇るコロトゥーラ・ソプラノ歌手。桐朋学園大学卒業。二期会オペラ研修所マスタークラス修了後、文化庁在外研修員としてウィーン国立音楽大学(オーストリア)研究課程修了。オペラ『魔笛』夜の女王役は新国立劇場をはじめさまざまな舞台で好評を得ている。二期会会員。



### ともきよ・はじめ(テノール)

新聞記者から転身した異色のテノール歌手。青山学院大学卒業。2012年、テレビ朝日「題名のない音楽会」に出演し好評を得た。歌手活動の一方、学校芸術鑑賞会を企画し、音楽を通して子どもたちの感性磨きに力を注いでいる。上尾市出身。



### ともきよ・たかし(バリトン)

東京二期会のドイツオペラで主要な役を担うバリトン歌手。桐朋学園大学卒業。ウィーン国立音楽大学研究課程修了。第77回日本音楽コンクール入選。オペラ『魔笛』パパゲーノ役で好演し注目を集める。9月には新国立劇場『フィデリオ』ピツァロ役で、存在感ある歌唱力で好評を得た。二期会会員。上尾市出身。



### さいとう・はるみ(ピアノ)

ソロ、伴奏者として活躍するピアニスト。桐朋女子高校音楽科、桐朋学園大学ピアノ専攻卒業。国際ロータリー財団奨学生として、ミラノ音楽院(イタリア)に留学。ピアノソロ、ピアノ伴奏法を学ぶ。混声合唱団コーロ・コルディアアレ(上尾市)伴奏者。トモキヨ音楽院講師。



## テレビ埼玉にてフルバージョンで放映中!



高齢介護課 ☎775-4190・☎776-8872

アッピー元気体操のフルバージョン(18分間)がテレビ埼玉で放送中です。

新型コロナウイルスの感染状況は依然として予断を許さない状況が続いており、自宅を過ごす時間も多いかと思います。体を動かすことは、ウイルスに対する免疫力を高めることにもつながります。ぜひテレビを見ながら一緒に体操に取り組んでみてください。※市ホームページでも見られますので併せてご覧ください。※市役所1階情報公開コーナーでDVD(500円)の販売もしています。

### ■アッピー元気体操とは…?

「転倒予防を目指した筋力トレーニング」「柔軟性・バランス能力の向上」を目指した介護予防体操です。座ったままでもできるので、体力に自信のない人も安心してできる体操です。

### ■アッピー元気体操の効果は…?

参加者の多くは、**バランス能力や筋力をおおむね70代まで維持**することができており、体操を継続している効果も実際に数値に表れています。**アッピー元気体操の活動年数が長くなるほど、効果も高まっています。**

### ■放送時間

- ①毎週水 9時30分～9時50分
  - ②毎週日 8時～8時20分
- ※3月31日(水)まで放送します。



市ホームページ



暮らし・彩り・公民館

2 ▶ 3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。

平方公民館 〒362-0059 平方905-1 TEL726-3446・FAX726-3991

春のコンサート  
～ピアノとゴスペルの調べ～

ピアノとゴスペルが奏でる美しい旋律と躍動感あふれるリズムや力強いハーモニーを楽しむ

時3月5日(金)14:00~15:30 対市内に在住・在勤・在学 定50人 申2月24日(水)までに往復はがきまたはメール(TELs723200@city.ageo.lg.jp)で

原市公民館 〒362-0021 原市3499 TEL721-4948・FAX721-4946

「性の多様性」を考える

[LGBTQ]だけではない性的マイノリティー・マジョリティーも含めた「性の多様性」について正しく学ぶ

時2月22日(月)10:00~11:30 対市内に在住・在勤・在学 定30人(先着順) 申2月1日(月)から直接か電話またはメール(TELs723300@city.ageo.lg.jp)で

親子でひなまつりお菓子作り

ひなまつりにちなんだお菓子である桜餅とひなあられを親子で楽しく作る

時2月27日(土)9:30~12:30 対市内に在住の小学生と保護者 費1組1,000円 定4組 申2月15日(月)までに往復はがきまたはメール(TELs723300@city.ageo.lg.jp)で

歴史講座「初めて学ぶ渋沢栄一」

ことしのNHK大河ドラマで取り上げられ、新1万円札の肖像にも決定した渋沢栄一。その人物像や業績などを、初めて学ぶ人を対象に深谷市にある渋沢栄一記念館解説員が講義する

時3月17日(水)10:00~12:00 対市内に在住・在勤 定20人 申3月9日(火)までに往復はがきまたはメール(TELs723300@city.ageo.lg.jp)で

大石公民館 〒362-0063 小泉9-28-1 TEL726-6615・FAX726-6616

コミュニティー人権講座  
～高齢者虐待の現状とその防止について～

高齢者の人権を考える一環として、高齢者に対する虐待の防止について考える

時2月20日(土)10:00~11:30 対市内に在住・在勤・在学 定40人(先着順) 申2月12日(金)までに直接または電話で

上平公民館 〒362-0008 上平中央3-31-5 TEL775-9308・FAX770-1102

低糖質スイーツ  
～春めく果実でヘルシーに～

春の果物と糖質をできる限り抑えた材料で、健康に配慮しながらもしっかり甘みを感じるケーキを作る

時3月10日(水)10:00~14:00 対市内に在住・在勤 費2,000円 定9人 申2月25日(水)までにメール(TELs723100@city.ageo.lg.jp)で

はじめての坐禅

坐禅で姿勢を正し、呼吸を整えて、自身の心と向き合う方法を学ぶ。少林寺住職から法話を聞く

時3月19日(金)9:30~11:00 対市内に在住・在勤 定15人 【服装】座りやすい服装 申3月5日(金)までにメール(TELs723100@city.ageo.lg.jp)で

大谷公民館 〒362-0044 大谷本郷949-1 TEL781-0892・FAX780-1113

ゆる片付けで、しっかり防災!

安全で快適な部屋に整える簡単な片付け方法や、家庭でできる災害に対する備えを学ぶ

時2月17日(水)13:30~15:00 対市内に在住・在勤 定24人(先着順) 申2月1日(月)から電話またはメール(TELs723500@city.ageo.lg.jp)で

宇宙科学講座～世界最大口径30m望遠鏡建設プロジェクトの全貌に迫る～

現在、ハワイ島で日本を含む世界5カ国により建設が進められている世界最大口径30m望遠鏡建設プロジェクトの概要を学ぶ

時2月27日(土)10:00~11:30 対市内に在住・在勤 定20人(先着順) 申2月1日(月)から電話またはメール(TELs723500@city.ageo.lg.jp)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 ※営業時間は変更になる場合があります。詳しくは、問い合わせてください。  
【2月の休館日】毎週水  
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

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、施設内や入館人数を一部制限しています。プールの教室は、当面の間中止します。詳しくは、電話またはホームページをご覧ください。  
●教室参加の人へ 教室の前後の館内利用は、入館人数を制限しているため利用できない場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

**2月1日～3月15日**

全ての教室は日程と時間が変更になることがあります。詳しくはホームページのスケジュールカレンダーで確認するか電話で問い合わせてください。

**スタジオ** 小学生以上 500円 ※②⑨は300円 運動する服装、室内靴など 各実施日の1週間前から、参加費を用意して直接 ※先着順です。キャンセルはできません。

|                 |                               |      |
|-----------------|-------------------------------|------|
| ①エアロッチ          | 時 毎週(月) 10:30～11:30           | 定8人  |
| ②からだ整えバレエ体操     | 時 毎週(月) 11:45～12:25           | 定8人  |
| ③サルセッション        | 時 毎週(月) 12:45～13:45           | 定10人 |
| ④すっきりヨガ         | 時 毎週(火) 10:30～11:30 (2/23を除く) | 定13人 |
| ⑤ベリーダンス         | 時 毎週(火) 11:45～12:45 (2/23を除く) | 定10人 |
| ⑥クイックトレーニング     | 時 毎週(火) 19:00～20:00 (2/23を除く) | 定8人  |
| ⑦アッチャー&ピラティス    | 時 毎週(木) 10:30～11:30 (2/11を除く) | 定10人 |
| ⑧ストレッチ&骨盤コロコロ体操 | 時 毎週(木) 12:00～13:00 (2/11を除く) | 定10人 |
| ⑨スロートレーニング      | 時 毎週(木) 14:30～15:00 (2/11を除く) | 定8人  |
| ⑩癒しのヨガ          | 時 毎週(木) 15:30～16:30 (2/11を除く) | 定13人 |
| ⑪ストレッチヨガ        | 時 毎週(金) 11:00～12:00           | 定10人 |
| ⑫アロマリラクソスヨガ     | 時 毎週(金) 12:20～13:20           | 定10人 |
| ⑬セルフコンディショニング   | 時 毎週(金) 19:00～20:00           | 定8人  |

学べる・遊べる  
**自然学習館**



〒吉178 ☎780-1030・☎726-7901

**体験ものづくり教室**  
●楽しみながら絵手紙を作る  
時3月13日(土)9:30～12:00  
費200円 定6人(先着順)  
※小学生以下は保護者同伴です。汚れても良いタオル 【服装】汚れてもよい服装 申2月1日(月)から電話で



**PICK UP 天文科学教室**

●天体写真撮影教室  
時3月20日(祝)18:00～20:00  
(天候不良時は21日(日)に延期) ※21日も不良の場合は座学で実施します。小学生以上 定8人(先着順) デジタル一眼カメラ、カメラの取扱説明書、リモコン 申2月1日(月)から電話で ※天体望遠鏡に接続できるカメラに条件があるため、機種をお知らせください。



●自然学習教室  
●早春の草花を見つけよう  
時3月20日(祝)9:30～12:00  
(雨天実施) 定6人(先着順) ※小学生以下は保護者同伴です。【服装】活動しやすい服装 申2月1日(月)から電話で



※自然観察会(自然学習教室開催日を除く毎週(土)、太陽の観察会(当面の間、中止)、天体観望会(当面の間、中止)について詳しくは、自然学習館へお問い合わせください。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



24日は15時まで  
第8回片手でおり紙を折る・写真を撮る 佐藤泰助(25日は12時から)  
2月25日(木)～28日(日)10～16時

第5回陶芸サークル水窯会  
工芸展 2月18日(木)～24日(水)  
10～16時(18日は13時から、24日は15時まで)  
第5回陶芸サークル水窯会  
工芸展 2月18日(木)～24日(水)  
10～16時(18日は13時から、24日は15時まで)

市役所ギャラリー  
■上尾市交通安全母の会ポスター展 2月4日(木)～10日(水)  
10～16時(7日(日)は除く、6日(土)は12時まで、10日は15時まで)  
第5回陶芸サークル水窯会  
工芸展 2月18日(木)～24日(水)  
10～16時(18日は13時から、24日は15時まで)

ギャラリィ  
ガイド  
2月4日～28日  
☎775 19496  
☎776 22500



# 図書館へようこそ

上尾市図書館 所 上町 1-7-1 TEL 773-8521 FAX 776-7330

2月

## Library Information

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】  
1・8・15・22日いずれも(月)、12日(金)～18日(休)



※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。

※場所の記載のない催しは本館です。

## 今月のTopics

Topics

### ほっこりしませんか

さまざまなジャンルから、心温まる本を集めました。ぜひ、ゆっくり本を読んでほっこり癒やされてみませんか？ ※本館展示の資料の一覧は、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。



### 臨時休館のお知らせ

蔵書の点検作業のため、2月12日(金)～18日(休)は全館休館します。休館中の図書の返却は、ブックポストを利用してください。なお、図書館ホームページの蔵書検索や予約は、通常どおり利用できます。

## 一部サービスを制限

緊急事態宣言を受け、一部サービスの制限を行っています。資料の予約や貸出・返却などは通常どおり利用できますが、感染拡大状況により内容を変更する場合がありますので、最新の情報については図書館ホームページをご覧ください。

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、引き続きご理解とご協力をお願いします。

## 月間予約ランキング

Ranking

令和2年12月

|   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| 1 | 『ブラック・ショーマンと名もなき町の殺人』 東野 圭吾／著 光文社 |
| 2 | 『オルタネート』 加藤 シゲアキ／著 新潮社            |
| 3 | 『今度生まれたら』 内館 牧子／著 講談社             |
| 4 | 『JR上野駅公園口』 柳 美里／著 河出書房新社          |
| 5 | 『とわの庭』 小川 糸／著 新潮社                 |

### 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 TEL/FAX 773-3711



あっぴいぶっくるのキャラクター「アッピー」

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！

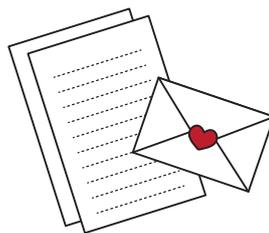
## 中学生・高校生の皆さんへ

### 誰かに伝えてみませんか？ ～友達・家族へ手紙で伝えよう私の読書～

友達や先生、卒業する先輩、お父さん、お母さん、家族または自分に宛てて、本を読んで心に残ったこと、おすすめの本などを手紙に書いて伝えてみませんか？ 手紙は、子どもの読書活動支援センターのツイッター、図書館本館で展示します。【募集期間】2月2日(火)～3月14日(日) 対象 中学生・高校生 申込み 申込書(図書館本館・分館にある)に必要な事項(氏名はニックネームも可)を記入して、直接、図書館本館・分館へ



読書活動支援センターツイッター



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

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、掲載内容について中止する場合があります。

|        |                                                                                                                                                                                                                    |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2/15 日 | ア おみせやさんごっこ準備製作 10:00~11:00 園幼児                                                                                                                                                                                    |
| 16 火   | <p>コ にこにこピョン 11:00~11:30 園市内在住の2歳児と保護者 園12組(先着順)</p> <p>コ でんしゃで遊ぼう 14:00~15:00 園1歳以上の未就学児</p>                                                                                                                      |
| 17 水   | <p>ア おみせやさんごっこ準備製作 10:00~11:00 園幼児</p> <p>ア わんぱくひろば 11:10~11:50 園市内在住の3歳児と保護者 園8組(先着順) 園2/5(金)から直接または電話</p> <p>モ 7か月からの赤ちゃんの日 ①9:20~10:20②10:30~11:30 園7~11カ月児 園各6組(先着順) 園直接または電話</p>                              |
| 18 木   | <p>ア よちよちひろば 10:30~11:30 園市内在住の0歳児と保護者 園10組(先着順) 園2/5(金)から直接または電話</p> <p>コ バドミントン遊び 16:00~17:00 園小学3年生以上</p> <p>コ がっきで遊ぼう 11:00~11:30 園未就園児 園12組(先着順)</p> <p>モ はじめましてたいむ 10:30~11:30 園3~8カ月児 園6組(先着順) 園直接または電話</p> |
| 19 金   | ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児                                                                                                                                                                                         |
| 20 土   | <p>ア おはなし会 13:30~14:00 園乳幼児・小学生</p> <p>ア OOで作る工作、造形の部屋 14:30~15:30 園小学生 園6人(先着順) 園2/5(金)から直接または電話</p> <p>コ 体験トランポリン教室 10:20~11:40 園3歳児~小学生 園28人(先着順) 園10:05から整理券を配布</p>                                            |
| 21 日   | コ キッズ工作 14:00~15:00 園市内在住の小学生以上 園12人(先着順)                                                                                                                                                                          |
| 22 月   | <p>ア おみせやさんごっこ準備製作 10:00~11:00 園幼児</p> <p>コ にこにこリズム 11:00~11:30 園1歳以上の未就学児 園20組(先着順)</p> <p>コ カプラの日 16:00~17:00 園小学3年生以上</p>                                                                                       |
| 23 祝   | <p>ア プラ板製作 14:00~15:00 園小学生 園7人(先着順) 園2/5(金)から直接または電話</p> <p>コ おはなしの城 11:00~11:30</p>                                                                                                                              |
| 24 水   | <p>ア おみせやさんごっこ準備製作 10:00~11:00 園幼児</p> <p>モ みんなのおはなし 9:40~10:00 園1歳児以上 園6組(先着順) 園直接または電話</p> <p>モ 0歳おたのしみひろば 13:30~16:10 園11カ月児まで 園直接または電話</p>                                                                     |
| 25 木   | <p>ア にこにこひろば 10:30~11:10 園市内在住の2歳児と保護者 園10組(先着順) 園2/5(金)から直接または電話</p> <p>モ はいはいたいむ 10:30~11:30 園1歳~1歳3カ月児 園6組(先着順) 園直接または電話</p>                                                                                    |
| 26 金   | <p>ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児</p> <p>モ 離乳食のおはなし(中期~後期) 10:30~11:30 園6組(先着順) 園直接または電話</p>                                                                                                                           |
| 27 土   | <p>ア おりがみひろば 14:00~15:00 園幼児・小学生</p> <p>コ 昔遊び 14:00~14:45</p>                                                                                                                                                      |
| 28 日   | コ 将棋教室 14:00~15:00 園市内在住の小学生以上 園12人(先着順) 園2/1(月)から直接または電話                                                                                                                                                          |

|       |                                                                                                                                                                                                                 |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3/1 日 | ア おみせやさんごっこ準備製作 10:00~11:00 園幼児                                                                                                                                                                                 |
| 2 火   | <p>ア のびのびひろば 10:30~11:10 園市内在住の1歳児と保護者 園10組(先着順) 園2/5(金)から直接または電話</p> <p>ア 昔あそびの日 15:30~17:30</p> <p>コ おしゃべりサロン 11:00~11:30 園0歳児と保護者 園10組(先着順)</p> <p>モ 1歳おたのしみひろば 9:00~11:40 園1歳~1歳11カ月児 園直接または電話</p>          |
| 3 水   | <p>ア おみせやさんごっこ準備製作 10:00~11:00 園幼児</p> <p>ア ひなまつり ①10:00~10:30②15:00~15:30</p> <p>モ 6か月までの赤ちゃんの日 ①9:20~10:20②10:30~11:30 園・園・園27ページ参照</p>                                                                       |
| 4 木   | <p>コ ちびちゃんたちの美術あそび 10:30~11:30 園未就園児 園12組(先着順)</p> <p>コ バドミントン遊び 16:00~17:00 園小学3年生以上</p> <p>モ ころころたいむ 10:30~11:30 園9~11カ月児 園6組(先着順) 園直接または電話</p>                                                               |
| 5 金   | ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児                                                                                                                                                                                      |
| 6 土   | コ おはなし会 14:00~14:30                                                                                                                                                                                             |
| 7 日   | ア アップーランドピック 14:00~15:00 園小学生                                                                                                                                                                                   |
| 8 月   | <p>ア おみせやさんごっこ準備製作 10:00~11:00 園幼児</p> <p>コ カプラの日 16:00~17:00 園小学3年生以上</p>                                                                                                                                      |
| 9 火   | <p>ア よちよちの部屋 10:00~11:00 園0歳~1歳6カ月児</p> <p>ア のびのびアートの日 ①10:00~10:40②11:00~11:40 園市内在住の2歳児以上と保護者 園各7組(先着順) 園3/5(金)から直接または電話</p> <p>ア 昔あそびの日 15:30~17:30</p> <p>コ にこにこタッチ 11:00~11:30 園市内在住の1歳児と保護者 園12組(先着順)</p> |
| 10 水  | <p>ア おみせやさんごっこ準備製作 10:00~11:00 園幼児</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 9:40~10:00 園6組(先着順) 園直接または電話</p>                                                                                       |
| 11 木  | <p>ア にこにこひろば 10:30~11:10 園市内在住の2歳児と保護者 園10組(先着順) 園3/5(金)から直接または電話</p> <p>モ はじめましてたいむ 10:30~11:30 園3~8カ月児 園6組(先着順) 園直接または電話</p>                                                                                  |
| 12 金  | <p>ア なかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児</p> <p>モ 幼児食のおはなし 10:30~11:30 園6組(先着順) 園直接または電話</p>                                                                                                                               |
| 13 土  | <p>ア ビデオ上映会 ①11:00~②14:00~ 園乳幼児</p> <p>ア レクゲームの日 14:00~15:00 園小学生</p>                                                                                                                                           |
| 14 日  | <p>ア にちようびのなかよしひろば 11:00~11:30 園乳幼児</p> <p>コ おもちゃの病院 14:00~15:00 園10人(先着順、1人1件)</p> <p>コ カプラの日 14:00~15:00 園小学3年生以上</p>                                                                                         |

# みんなあつまれ いっしょにあそぼ!

緊急事態宣言中は閉館しています。  
ご理解とご協力をお願いします。



## 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 ～ひなまつり～

ひなまつりをみんなでお祝いしましょう!  
シアターや制作、変身をします。特別な一日を  
友達と楽しく過ごしましょう!

📅 3月3日(水)①10:00～10:30②15:00～15:30



所 本町6-11-25  
☎ 779-7030 ☎ 772-7972  
開館時間 9:30～18:00  
2月の休館日  
16日(火)



アップーランドの  
ホームページは  
こちらから

## 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 ～カプラの日～

「カプラ」を知っていますか。手に取るとつるつるとしている、  
軽い木でできたフランス生まれの積み木です。自由な発想で  
いろいろな作品を作れます。まだ1度もカプラを手にしたこと  
がない人は、ぜひ「カプラ」を体験しに、遊びに来てください。

📅 毎月第2日(日)14:00～15:00、毎月第2・4日(月)16:00～17:00 📍 小学3年生以上



所 今泉272  
☎ 783-0888 ☎ 781-4466  
開館時間 10:00～18:00  
2月の休館日  
12日(金)、25日(休)



こどもの城の  
ホームページは  
こちらから

## 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。

### 6か月までの赤ちゃんの日

📅 3月3日(水)①9:20～10:20②10:30～11:30

📍 助産師による子育て講座。身長・体重計測、手遊び・ふれあい遊びなど。個別相談あり 📍 6か月までの乳児と保護者  
定 各6組(先着順) 申 直接または電話で子育て支援センターへ



所 春日2-20-3 ☎ 778-2008  
☎ 777-5804 📍 乳幼児と保護者  
開館日 (月)～(土) 9:00～16:30  
(12:00～13:00を除く)

●各講座の申し込み 2/5(金)9:00から  
電話または直接

## 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。

## つつじが丘地域子育て支援センター

季節にあった制作や楽しいプログラムを用意しています。ぜひこども園ならではの遊びをお楽しみください。

毎月たくさんのプログラムを準備しています! 全てのプログラムが0歳児から参加できます。子どもと保護者が一緒に楽しめる時間を支援します。 ※予約制です。

### 【人気のプログラム】

●音楽遊び ●体育遊び ●季節の製作遊び

開館日 平日9:00～14:00(プログラム/10:30～)

または12:00～17:00(プログラム/15:00～)

※相談事業は緊急事態宣言中も行っていきます。



所 上野1053-1 ☎ 725-2622・☎ 725-2912



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

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、掲載内容について中止する場合があります。

3月31日(水)まで

予防接種の受け忘れにご注意を

対象期間を過ぎた予防接種は全額自己負担となります。ご注意ください。

■麻しん風しん混合ワクチン(2期)

所市内接種委託医療機関など(『令和2年度版上尾市健康カレンダー』などを参照) ※埼玉県相互乗り入れ実施機関でも接種できます。 宛平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの子ども(小学校入学の前年度) 届母子健康手帳、予診票(市内委託医療機関、東・西保健センター、子ども支援課、各支所・出張所にある) 申直接、実施医療機関へ

■高齢者肺炎球菌ワクチン

所市内接種委託医療機関(『令和2年度版上尾市健康カレンダー』などを参照) ※令和2年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人は、埼玉県相互乗り入れ実施機関などでも接種できます。 宛過去に高齢者肺炎球菌ワクチンの接種をしていない人で次の①～③のいずれかに該当する人①昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生まれ②昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生まれ③昭和21年4月1日以前に生まれた人 費5,000円 届接種費用、健康保険証、予診票(市内委託医療機関、東・西保健センター、保険年金課、高齢介護課、各支所・出張所にある) 申直接、実施医療機関へ

ここのとり相談(妊活・不妊相談)

不妊症看護認定看護師の資格を持つ妊活カウンセラーが相談に応じます。

- ・赤ちゃんが欲しいけれど、なかなか授からない
- ・不妊治療ってどんなことをするの？いつから始めたらいいの？
- ・不妊治療を受けているけれど、検査や治療のことが分からない

妊娠や不妊に関する悩みを、この機会に相談してみませんか？ より良い歩みと選択ができるよう個別で対応しますので、気軽に利用してください。 時3月8日(月)①13:15～②14:45～(要予約) ※月1回の開催で、1組1時間です。来所が困難な場合は、電話での相談もできます。 所東保健センター 宛市内に住所がある夫婦(相談は1人でも可) 申予約専用電話(☎070-3131-7256)で ※電話相談希望の場合も、事前に予約してください。



風しんの追加的対策  
風しん抗体検査・  
風しん第5期定期予防接種

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性を対象に、風しんの抗体検査・予防接種を行っています。この対策は、令和4年3月31日まで実施予定ですが、検査・接種が済んでいない人は早めに利用してください。抗体検査や予防接種を受けるには、市が発行するクーポン券が必要です。

※クーポン券の利用は1人1回です。クーポン券を紛失したなどで再交付が必要な人は、東保健センターに連絡してください。



厚生労働省  
ホームページ

## 母子・成人・精神保健事業スケジュール

各事業についての詳細は『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・出張所にも置いてあります。

### 母子保健 東保健センター



- にこにこ健康相談会 2月15日(月)9:00~10:00
- 離乳食教室後期・完了期 2月18日(木)10:30~12:00【要予約】 ④令和2年3~4月生まれの子どもと保護者 ⑤500円
- オンラインマタニティサロン 2月18日(木)14:00~15:00【要予約・2月10日(水)まで】 ⑥6人程度(先着順)
- 10か月児健康相談 2月25日(月)9:00~10:00 ⑦令和2年4月生まれの子どもと保護者
- プレママ教室 ①3月4日(木)10:40~15:30②3月17日(水)9:10~12:00【要予約】 ※2日目はプレパパ教室も併設します。 ⑧令和3年5~8月に出産予定の人 ※2日目はパートナーまたは祖父母も受講できます。 ⑨500円 ⑩20組(先着順)
- 離乳食教室初期 3月11日(木)10:00~11:10【要予約】 ⑪4か月児健診を終了した子どもと保護者 ⑫50円
- 赤ちゃんとおっぱいタイム 3月15日(月)10:00~11:30【要予約・2月17日(水)9:00から】 ⑬1か月児健診を終了した令和2年12月~令和3年2月生まれの乳児と母親 ⑭6組(先着順)

### 成人・精神保健 西保健センター



- クローバーの会 2月15日(月)13:30~15:30【要予約】 ⑮うつ病の人の家族
- 健康応援相談 2月16日(火)13:00~【個別相談は要予約】 ⑯健診結果、生活習慣病予防に関心がある人
- 学ぼう! 脂肪を貯めにくくする食事 2月17日(水)14:15~14:45【要予約】 ⑰食生活を改善したい人
- 統合失調症の家族サロン 2月18日(木)13:30~15:00
- からだ改善! キテ軽運動教室 2月24日(水)9:30~11:00、3月10日(水)13:30~15:00【要予約】 ⑱3月31日(水)の時点で40~69歳の運動制限のない人
- 精神科医によるこころの健康相談 2月25日(木)13:00~15:00【要予約】
- 臨床心理士によるこころの悩み相談 3月1日(月)13:30~16:00【要予約】

## 平日夜間・休日診療

### 平日夜間診療

#### ●小児科/内科

「平日夜間及び休日急患診療所」で行っています。  
(緑丘2-1-27東保健センター3階、☎774-2661・☎772-1353)  
【診療日】(月)~(金)(祝を除く)  
【受付時間】20:00~21:30

### 休日診療

#### ●小児科/内科/外科

「平日夜間及び休日急患診療所」(上記参照)で行っています。  
【診療日】(日)・(祝)  
【受付時間】9:00~11:30、13:00~15:30

平日夜間及び休日急患診療所は、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。

#### ●歯科

「北足立歯科医師会休日診療所」で行っています。  
(鴻巣市赤見台1-15-23、☎048-596-0275)

【診療日】(日)・(祝)  
【診療時間】9:30~12:30

#### ●産科 2月当番医 【診療時間】9:00~12:00、13:00~16:00

|         |               |                     |
|---------|---------------|---------------------|
| 2/7・21  | ナヤマレディースクリニック | ☎771-0002・☎771-3922 |
| 2/11・23 | 上尾中央総合病院      | ☎773-1111・☎773-7122 |
| 2/14・28 | ひらしま産婦人科      | ☎722-1103・☎722-1146 |

※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。

### 埼玉県救急電話相談

急な病気やけがに関して、看護師の相談員が医療機関を受診すべきかどうかなどをアドバイスしますので、判断に迷ったときは気軽に電話してください。

【相談時間】毎日24時間

【電話番号】☎#7119または☎048-824-4199(ダイヤル回線、I P 電話、PHSを利用する場合)

## 今月の健康

No.474

## 歯ぎしり

「家族に歯ぎしりがうるさくて眠れないと言われる」  
基本的には自分で気付くというより、周りの人に指摘されることで初めて歯ぎしりを知っていることを知る人がほとんどかもしれません。要するに無意識に行っているということです。  
では、そもそもなぜ起こるのでしょうか? 実は、原因はまだ明確に分かってはいません。大人はストレスや歯並びの乱れ、かみ合わせの不良など、子どもは永久歯と乳歯の生え変わり時期に起こる不快感などが関係しているともいわれています。寝ているときにだけしているようなイメージもありますが、何かに集中したり運動したりしているときなどにも起こります。種類としては、次の①②③などがあります。①グライディング(歯ぎしり)/上下の歯をギリギリ擦り合わせる癖②クレンチング(食いしばり)/上下の歯を強くかみ合わせる癖③タッピング/上下の歯をカチカチとかみ合わせる癖  
歯ぎしりをするかどうかという悪影響があるかという点、まず歯のかみ合う面がすり減っていきます。歯がすり減ってしまうほどの力がかかっているため、歯を支える歯肉や骨にもとても負担がかかります。歯周病が悪化することもあります。知覚過敏や顎関節症、頭痛、肩こりの原因になることもあります。骨隆起というコブのような硬い膨らみが口の中にできることもあります。寝ているときの歯ぎしりは無意識で行ってしまうので、自分の意志で止めることはできません。マウスピース(スプリント)を付けて寝ることで悪影響を緩和させていく治療が必要となります。気になる人は、一度歯科医院で診てもらいましょう。

北足立歯科医師会



|                                                                     |                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>市民相談</b><br>相続、離婚相談など                                            | (土)日を除く毎日<br>8:30~12:00<br>13:00~17:00                            |
| <b>弁護士相談</b> 事前予約<br>相続、離婚、契約、交通事故の示談・損害賠償、調停・訴訟手続きなど               | 10日(休)、19日(休)、24日(休)<br>10:00~12:00<br>13:00~15:00<br>(1回の相談は25分) |
| <b>司法書士相談</b> 事前予約<br>相続、遺言、離婚、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         | 4日(休)<br>13:00~15:30<br>(1回の相談は30分)                               |
| <b>税理士相談</b> 事前予約<br>相続、贈与、所得税、その他税金問題全般                            | 3月の相談はありません。                                                      |
| <b>行政書士相談</b> 事前予約<br>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 | 16日(休)<br>13:00~16:00<br>(1回の相談は30分)                              |
| <b>不動産相談</b> 事前予約<br>不動産の売買・賃貸など                                    | 2日(休)<br>13:00~16:00<br>(1回の相談は25分)                               |
| <b>行政相談</b><br>国の行政事務についての要望や苦情                                     | 2日(休)<br>10:00~12:00                                              |
| <b>住宅増改築・修繕相談</b><br>住宅の増改築・修繕                                      | 12日(休)<br>13:00~15:00                                             |

**市民相談室**(市役所第三別館1階) ☎775-4643  
※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(休)などに当たる場合はその直前の平日になります。

|                                |                                        |
|--------------------------------|----------------------------------------|
| <b>暴力追放相談</b> 事前予約<br>暴力団対策の相談 | (土)日を除く毎日<br>8:30~12:00<br>13:00~17:00 |
|--------------------------------|----------------------------------------|

**交通防犯課**(市役所4階) ☎775-5138 ☎775-9927

|                                                                     |                                                    |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <b>女性のための相談</b> 事前予約<br>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)<br>10:00~12:00<br>13:00~16:00<br>(1回の相談は50分) |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|

|                                                                       |                                      |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>女性のための法律相談</b> 事前予約<br>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 | 16日(休)<br>13:00~16:00<br>(1回の相談は30分) |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|

|                                                       |                                         |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>DV電話相談</b><br>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) | (土)日を除く毎日<br>10:00~12:00<br>13:00~16:00 |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------|

**男女共同参画推進センター**(市役所第三別館1階)  
☎778-5110(相談専用電話) ☎778-5112

|                                                                                                                               |                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>人権相談</b><br>差別、いじめ、ハラスメント、女性・子ども・性的少数者(LGBT)などの人権問題<br><b>みんなの人権110番</b> ☎0570-003-110、<br><b>さいたま地方法務局人権擁護課</b> ☎859-3507 | 令和3年3月まで対面相談は中止し、法務局の電話相談だけを行います。 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|

**人権男女共同参画課** ☎775-5117 ☎778-5112

|                                                       |                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>外国人市民のための相談</b><br>(ハローコーナー)<br>外国人市民の生活情報の提供や相談など | 市民相談室/1日(月)、<br>8日(月)、15日(月)、29日(月)<br>501会議室/27日(土)<br>9:00~12:00<br>英語・スペイン語<br>13:00~16:00<br>中国語・スペイン語・<br>ポルトガル語 |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**市民相談室**(市役所第三別館1階)・**501会議室**(市役所5階)  
市民協働推進課 ☎775-4597 ☎775-0007

|                                                                             |                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>消費生活相談(事業者は除く)</b><br>架空請求(メール・郵送)、クーリング・オフ、契約トラブルなど消費生活について個人の相談、多重債務相談 | (土)日を除く毎日<br>10:00~12:00<br>13:00~16:00 |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|

**消費生活センター**(市役所別館(青少年センター)2階)  
☎775-0801 ☎776-4600

|                                           |                                        |
|-------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>心配ごと相談</b> 事前予約<br>家庭内の悩み事、社会的な問題、介護など | (土)日を除く毎日<br>9:00~12:00<br>13:00~17:00 |
|-------------------------------------------|----------------------------------------|

**社会福祉協議会**(総合福祉センター内)  
☎773-7155 ☎772-8647

|                                |                                        |
|--------------------------------|----------------------------------------|
| <b>発達相談</b><br>子どもの発達の心配や育児の悩み | (土)日を除く毎日<br>8:30~12:00<br>13:00~17:00 |
|--------------------------------|----------------------------------------|

|                                                                |                                        |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>運動発達訓練・相談</b> 事前予約<br>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) | (土)日を除く毎日<br>8:30~12:00<br>13:00~17:00 |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|

|                                                                |                                        |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>言語発達訓練・相談</b> 事前予約<br>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) | (土)日を除く毎日<br>8:30~12:00<br>13:00~17:00 |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|

**発達支援相談センター**(本町4-13-1 上尾保育所2階)  
☎776-6166 ☎776-6127

|                                   |                                        |
|-----------------------------------|----------------------------------------|
| <b>家庭児童相談</b><br>18歳未満の子どもについての相談 | (土)日を除く毎日<br>9:00~12:00<br>13:00~16:00 |
|-----------------------------------|----------------------------------------|

**家庭児童相談室**(発達支援相談センター内)  
☎776-6164 ☎776-6127

|                                               |                                        |
|-----------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>少年相談</b><br>青少年の悩み事(家庭・学校での問題、交友関係、非行他)の相談 | (土)日を除く毎日<br>9:00~12:00<br>13:00~16:00 |
|-----------------------------------------------|----------------------------------------|

**少年愛護センター**(市役所別館(青少年センター)2階)  
☎0800-800-4188(フリーダイヤル)  
☎048-775-8718(携帯電話) ☎776-2117

|                               |                          |
|-------------------------------|--------------------------|
| <b>いじめ相談</b><br>いじめに関する相談(電話) | (土)日を除く毎日<br>10:00~17:00 |
|-------------------------------|--------------------------|

**子ども・いじめホットライン・ホットメール**  
☎0120-556-290(フリーダイヤル)  
✉556soudan@city.ageo.lg.jp

|                                                  |                                         |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>就学相談</b> 事前予約<br>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 | (土)日を除く毎日<br>10:00~12:00<br>13:00~17:00 |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------|

|                                                               |                      |
|---------------------------------------------------------------|----------------------|
| <b>教育相談</b> 事前予約<br>不登校、子どもの性格・行動、知的発達、言葉について、学業他(電話・来所いずれも可) | (予約受け付けは<br>16:30まで) |
|---------------------------------------------------------------|----------------------|

**教育センター**(市役所別館(青少年センター)1階)  
☎776-7600 ☎776-7604

|                                                                          |                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <b>子ども・若者相談</b> 事前予約<br>①子育て相談(子育て全般、子どもの発達、虐待など) ②若者相談(ニート、ひきこもり、不登校など) | 毎週(休)木(金)<br>10:00~12:00<br>13:00~16:00<br>(1回の相談は50分) |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|

**子ども・若者相談センター**(市役所5階)  
☎783-4964 ☎774-5342

|                                         |                                      |
|-----------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>内職相談</b><br>内職の相談・紹介、求人の受理、就業情報の提供など | 毎週(休)金<br>10:00~12:00<br>13:00~16:00 |
|-----------------------------------------|--------------------------------------|

**内職相談室**(JR上尾駅東口プラザ館5階ワークプラザあげお)  
☎773-3200

|                                                     |                         |
|-----------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>一般職業相談</b><br>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 | (土)日を除く毎日<br>9:00~17:00 |
|-----------------------------------------------------|-------------------------|

**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)  
☎773-3500

|                                               |                                        |
|-----------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>国民年金相談</b><br>※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。 | (土)日を除く毎日<br>9:00~12:00<br>13:00~16:00 |
|-----------------------------------------------|----------------------------------------|

**保険年金課**(市役所1階) ☎775-5137 ☎775-9827



## 外国語情報コーナー

今月は「国民年金保険料はお得な口座振替を」(10ページ参照)と「予防接種(麻疹風しん混合ワクチン(2期))」(28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30ページを見てください。

AGEO City  
official website



### English

英語

#### Automatic Withdrawal to Pay National Pension Contributions

You will receive a greater discount on your National Pension contributions if you pay in advance through the automatic bank account withdrawal system rather than paying in cash. If you make a one-year lump-sum payment in advance in cash, the discount is 3,520 yen. However, if you make an advance payment using the automatic bank account withdrawal system, the discount will be 4,160 yen (the amount in the fiscal year of 2020). A greater discount is also given when using the automatic withdrawal system for a 6-month lump-sum advance payment, rather than paying in cash. You may also make a 2-year lump-sum advance payment using this withdrawal system. In this case, the discount will be approximately 15,000 yen. \*To make lump-sum advance payments through the automatic withdrawal system, you need to apply by February 26 (Fri); this does not include payments applicable to the latter half of this fiscal year (October ~ March). → Hoken-Nenkin-ka Tel 775-5137 / Fax 775-9827 Omiya Pension Office Tel 652-3399

#### Vaccinations

Measles & rubella vaccination (Part 2) will be given to eligible children, free of charge, until March 31(Wed) only. You will be charged starting from April 1. So, don't miss this vaccination opportunity. For: Children born between April 2, 2014 and April 1, 2015. What to bring: Maternal and Child Health Handbook/*Boshi Techou* and Doctor's question sheet (available at Kodomoshien-ka, Higashi and Nishi Hoken Center, City Hall's branch offices and designated medical institutions in Ageo) Application: Contact any of the designated medical institutions → Higashi Hoken Center Tel 774-1414 / Fax 774-8188

#### 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

#### PAGAMENTOS DA CONTRIBUIÇÃO PENSÃO APOSENTADORIA ATRAVÉS DE DÉBITO EM CONTA CORRENTE

Os contribuintes do plano de pensão nacional receberão desconto no valor de sua contribuição caso este for pago antecipadamente em uma parcela anual. O valor do desconto para pagamento em uma parcela em dinheiro é de 3.520 ienes ou 4.160 ienes para débito automá-

tico em conta (ano base 2020). Aqueles que optarem por pagamento referente a 6 meses através de conta, também é vantajoso. É oferecido também desconto de aproximadamente 15.000 ienes para aqueles que optarem em pagar antecipadamente suas contribuições referente a 2 anos. \*Excetuando-se as contribuições de 6 meses (segunda metade, referente outubro à março) providenciar pedido até a data de 26 de fevereiro, 6ªfeira.

→ HOKEN NENKIN KA (Seção de Seguro Saúde e Pensão Aposentadoria) Tel 048-775-5137 / Fax 048-775-9827 OMIYA NENKIN JIMUSHO (Escritório Pensão Aposentadoria de Omiya) Tel 048-652-3399

#### VACINA PREVENTIVA

As vacinas preventivas contra sarampo e rubéola (2ª.aplicação) poderão ser tomadas gratuitamente até a data de 31 de março, 4ªfeira. A partir de 01 de abril as vacinas serão cobradas. Se a criança estiver na faixa etária para aplicação da vacina não esqueça de levá-la antes do término da campanha. Criança alvo: aquelas nascidas no período de 02.4.2014 ~01.4.2015. Levar: Caderneta materno/infantil e questionário médico (que poderá ser adquirido na Seção de Apoio à Criança, no Higashi ou Nishi Hoken Center, sucursais da prefeitura e nas instituições médicas da cidade de Ageo). Pedidos: diretamente nos hospitais e clínicas → HIGASHI HOKEN CENTER (Midorigaoka 2-1-27) Tel 048-774-1414/Fax 048-774-8188

#### Para maiores informações

Favor contactar Shimin-kyodo-suishin-Ka (inglês/japonês) Tel 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

#### Pago de las cuotas de la pensión nacional mediante la transferencia bancaria

Es conveniente pagar las cuotas de la pensión nacional mediante la transferencia bancaria, ya que hay incentivo de descuento en cuanto al pago adelantado. Si se pagan las cuotas anuales en efectivo de forma adelantada, podrá gozar del descuento de 3.520 yenes, por otra parte, a través de la transferencia bancaria, el descuento llegará a 4.160 yenes. (valor del ejercicio 2020) Si le cuesta pagar, de una vez, las cuotas de 12 meses, hay otra forma de pago adelantado; pago adelantado de 6 meses. Si abona las cuotas para dos años mediante la transferencia bancaria, el valor del descuento alcanza unos 15.000 yenes. En caso de que quiera pagar las cuotas de pago adelantado por seis meses, un año o dos años salvo

para el segundo semestre (de octubre a marzo del año que viene) hay que hacer el trámite para el vienes, 26 de febrero. → Hoken nenkin-ka Tel 775-5137 / Fax 775-9827. Oficina de las Pensiones en Omiya Tel 652-3399

#### Vacunación

Tengan en cuenta que la vacuna combinada contra rubéola y sarampión (segunda fase) es gratuita hasta 31 de marzo (miér.), y después del 1 de abril, los interesados deberán pagar. Así que no se pierdan la ocasión de vacunación. Es para los niños que nacen del 2 de abril de 2014 al 1 de abril de 2015. El día de vacunación hay que llevar el cuestionario (Yoshin-hyo) y cartilla de maternidad. El cuestionario está en Kodomo shien-ka (en el Ayuntamiento de Ageo), Higashi Hoken Center, Nishi Hoken Center, oficinas municipales e instituciones médicas de Ageo. Inscripción: Ponerse en contacto personalmente con las instituciones médicas designadas en Ageo o en la Prefectura de Saitama. → Higashi Hoken Center Tel 774-1414 / Fax 774-8188

#### Para más información

Sírvanse ponerse en contacto con Shiminkyodosuishin-Ka en japonés o en inglés (Tel 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

#### 缴纳国民年金保险费

缴纳保险费时利用转账方式,很方便。事先缴纳的话还可以增加折扣额。1年的保险费总额,事先利用现金缴纳的话折扣3520日元,利用转账方式的话折扣4160日元(令和2年度)。事先缴纳6个月保险费的话利用转账方式,有些优惠(会便宜一点)。另外利用转账的方式事先缴纳2年份的保险费,折扣1万5000日元左右。\*前期6个月(6~9月)利用转账的话在2月28日(星期五)之前必须报名。→ 保险年金课 Tel 775-5137 / Fax 775-9827 大官年金事务所 Tel 652-3399

#### 预防接种

麻疹·风疹的混合疫苗预防接种(第2期)额免费接种期间到3月31日(星期二)为止。请注意,4月1日以后接种费用必须自己负担。对象:在平成26年4月2日~平成27年4月1日之间出生的儿童。携带物品:母子手册、预诊票(在儿童支援课、东西保健中心、各支所·出張所、市内实施医疗机构可以领取。)报名:请直接向实施医疗机构报名申请。→ 东保健中心 Tel 774-1414 / Fax 774-8188

#### 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)。「你好消息」(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。「你好消息」还登载在上尾市网页上,您可以随时阅读。

2月7日(日)まで  
(1月20日現在)

# 緊急事態宣言発令中

2月7日まで、緊急事態宣言が発令されています。新型コロナウイルスの感染拡大に歯止めをかけ、医療崩壊を防ぐとともに皆さんの命を守るため、一層のご協力をお願いします。

また、引き続き、3密の回避、マスクの着用、手洗い、小まめな換気などに努めていただきますようお願いいたします。

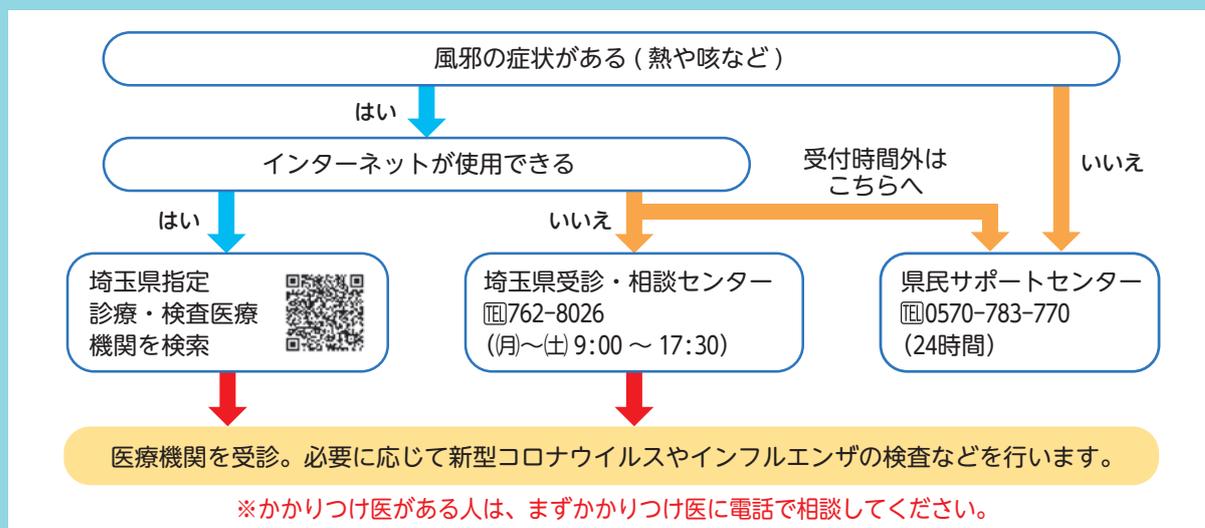
## 埼玉県における緊急事態措置等の内容

- 不要不急の外出自粛
- 飲食店の営業時間の短縮
- 催し物(イベントなど)の開催制限
- 事業者への要請(テレワーク・在宅勤務・時差出勤の徹底など)
- 県立学校における感染防止対策等の要請



## 発熱などの症状がある場合の受診方法

発熱など風邪の症状がある場合は、県ホームページなどで「埼玉県指定 診療・検査医療機関」の連絡先や受付時間などを確認し、必ず事前に予約をしてから受診してください。また、医療機関を受診する場合は、必ず検温し、マスクを着用する他、手洗いや咳エチケットの徹底をお願いします。



◆上尾市のソーシャルメディアをご利用ください。

