

今月の納税
国民健康保険税 第5期
介護保険料 第5期
後期高齢者医療保険料 第5期
11月30日(木)までに納めてください。

環境保護のため、合併処理浄化槽設置にご協力ください！

人権標語 ● 『やめなよと 言える自分に なりたいな』 両神小学校 柏木 柊斗(令和4年度優秀作品)

日・SUN	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THU	金・FRI	土・SAT
10/29	30	31	11/1 計量記念日 彩の国教育の日	2	3 文化の日	4
5	6	7	8 立冬 ▲お庭で遊ぼう (球根、花苗植え) ■夜間開放	9	10	11
尾ノ内溪谷紅葉祭 (河原沢)	▲開放 ■日中開放	▲さつまいもクッキング ◆認知症予防教室	▲親子ふれあい遊び ▲ほっとハグくむ ママサロン ☆なかよしキッズ ●長寿筋トレ教室 ■夜間開放 ◆結婚相談日	▲公園で遊ぼう (みどりの村) ◎こころの悩み何でも 相談 ■日中開放 ■長寿筋トレ教室	▲開放 ▲すくすく(計測・発育 相談) ■ステップ体操	▲土曜午前開放 ▲パパと遊ぼう
12	13	14 県民の日	15 七五三	16	17	18
小鹿野町消防団 特別点検	▲開放 ◎ひきこもり相談 ■日中開放	▲みんなで遊ぼう ◎認知症相談日 ●認知症家族会 オレンジカフェ 『笑顔』(長寿ハウス) ●交流会	▲子育てサークル ▲子育て相談日 ◆はぐくみ相談(運動) ●長寿筋トレ教室 ■夜間開放 ■体組成計測定日	▲サーキット遊び ●バランスボール教室 ■日中開放 ■長寿筋トレ教室	▲開放 ▲すくすく(離乳食講 座) ■健康ステップアップ 教室	◆歌舞伎・郷土芸能祭
19	20	21	22 小雪	23 勤労感謝の日	24	25
◆歌舞伎・郷土芸能祭	▲開放 ■日中開放 ○行政相談	▲わいわい座談会 ●はぐくみ相談(言葉) ◆乳がん子宮頸がん 検診 ○法律相談	▲手形足形スタンプ ●長寿筋トレ教室 ■夜間開放	▲開放 ▲すくすく(手形足形スタンプ・ ふれあい遊び) ■ステップ体操 ●バランスボール教室	▲開放 ▲すくすく (計測・発育相談) ■ステップ体操(新規)	
26	27	28	29	30	12/1 世界エイズ デー	2
プレーパーク (みどりの村)	▲開放 ■日中開放 ■骨密度・高精度 体組成計測定日	▲年齢別講座 (よちよちてくてく じゃんぷ) ●こどものこころ の相談 ◎認知症相談日	▲産後ママの ストレッチ教室 ●長寿筋トレ教室 ■夜間開放	▲誕生会 ◎こころの悩み何でも 相談 ■日中開放 ■長寿筋トレ教室	▲開放 ▲すくすく (計測・発育相談) ■ステップ体操(新規)	
3	4	5	6	7	8	9
障害者週間	▲開放 ■日中開放	▲ベビーマッサージ	▲開放 ●長寿筋トレ教室 ■夜間開放	▲発育測定・栄養相談 ■日中開放 ■長寿筋トレ教室	▲開放 ▲すくすく (手形足形スタンプ・ ふれあい遊び) ●1・6、3歳児健診 ■ステップ体操	

[マーク別会場案内] 色文字: 子育て支援センター事業/▲子育て支援センター/●けんこう交流館/◎保健福祉センター/
■いきいき館/◆文化センター/★両神ふるさと総合会館/☆おがのこども園/△両神振興会館/○小鹿野町役場

戸籍の窓 10月1日現在 【世帯数】4,519世帯
【総人口】10,348人【男性】5,148人【女性】5,200人
9月中の異動 出生2人/死亡15人/転入14人/転出15人

役場の休日窓口開設日 土曜日の8:30~17:15(祝日を除く) 各種証明書の発行及び収納のみ

各種ゴミ収集日 各世帯に配布してあるごみカレンダーでご確認ください。
広報おがのは、行政区の皆さんのご協力で配布しています。
なお、役場窓口、公民館、図書館、子育て支援センター、両神振興会館でも配布しています。

合角ダム貯水量状況
(令和5年10月15日現在)
貯水位 315.67m
貯水量 4,676,700㎥
貯水率 45.6%
非洪水期:10月~6月
総貯水量:10,250,000㎥



小鹿野町内4小学校運動会 9/30
小鹿野町内4つの小学校で運動会が開催されました。天候にも恵まれ、絶好の運動会日和の中、各小学校それぞれ特色のある競技もあり、大いに盛り上がりました。

CONTENTS

2 小鹿野町歌舞伎・郷土芸能祭	18 病院だより・医療	24 みんなの広場
4 information	20 保健・福祉	28 情報版
12 子育て支援	23 無料相談	
16 図書館・生涯学習		





第51回「小鹿野町歌舞伎・郷土芸能祭」

期日●11月18日(土)、19日(日) 場所●小鹿野文化センター
問合せ●小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063

第1日
11/18日

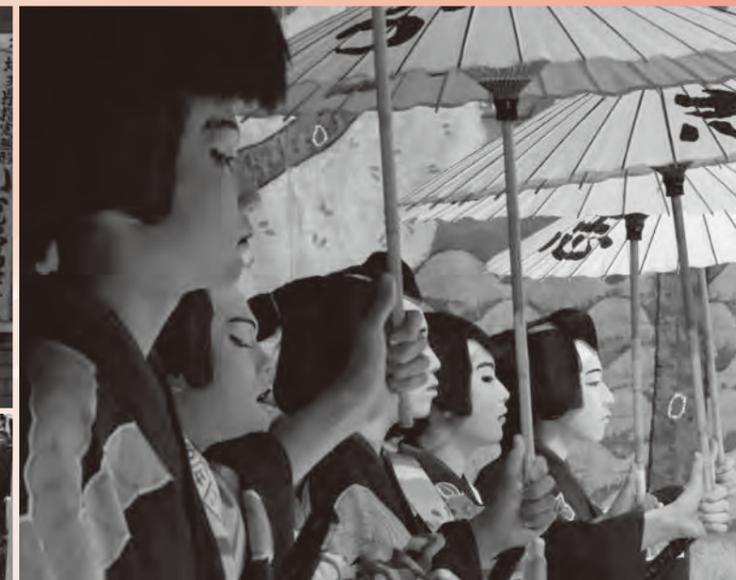
時刻	プログラム	出演団体
10:00	開場	
10:00~	秩父囃子(玄関前)	おがのこども園
10:40~	三番叟	小鹿野子ども歌舞伎
11:00~	絵本太功記十段目尼ヶ崎閑居之場	小森祭りと文化を守る会
12:15~	かっぱれ・こうもり(玄関前) 秩父囃子(玄関前)	歌舞伎サークルうぶ、 新原太鼓連、栗尾太鼓会
13:15~	口上	小鹿野子ども歌舞伎
13:35~	日尾嶽山誉寒梅	小鹿野歌舞伎保存会、 小鹿野子ども歌舞伎
15:25~	大黒舞	新原太鼓連
15:40~	秩父囃子(玄関前)	栗尾太鼓会

第2日
11/19日

時刻	プログラム	出演団体
10:00	開場	
10:00~	秩父囃子(玄関前)	宮若会
10:40~	三番叟	小鹿野子ども歌舞伎
11:00~	青砥稿花紅彩画白浪五人男稲瀬川勢揃之場	鹿中歌舞伎座(小鹿野中学校生徒)
11:40~	小鹿野まつり音頭	小鹿野まつり音頭愛好会
11:50~	かっぱれ・こうもり(玄関前) 小鹿野まつり音頭(玄関前) 秩父囃子(玄関前) 奈倉神楽「大黒舞」(玄関前)	歌舞伎サークルうぶ、 小鹿野まつり音頭愛好会、 春日郷囃会、上町波歌囃子会、宮若 会、鹿桜会松井田、大塩野囃子会、 両神間庭囃子会、 奈倉神楽保存会
12:50~	口上	小鹿野子ども歌舞伎
13:10~	日尾嶽山誉寒梅	小鹿野歌舞伎保存会、 小鹿野子ども歌舞伎
15:00~	小鹿野囃子・秩父囃子	小鹿野囃子保存会、上町波歌囃子会
15:25~	奈倉神楽「岩戸開」	奈倉神楽保存会
15:55~	秩父囃子(玄関前)	春日郷囃会

※都合により演目及び上演時間などが変更になる場合があります。ご了承ください。

歌舞伎横丁
同時開催



No.67 文化財ノート

問合せ◆教育委員会・生涯学習課 ☎75-0063

今年は11月18日(土)・19日(日)に、第51回歌舞伎・郷土芸能祭開催!

今年も埼玉県芸術文化祭2023地域文化事業第51回「小鹿野町歌舞伎・郷土芸能祭」が小鹿野文化センターで開催されます。

今回の見どころを紹介します。

まずは、結成50周年を迎える小鹿野歌舞伎保存会は、小鹿野子ども歌舞伎子役1名と合同で、13年ぶりの上演となる小鹿野町を舞台にした新作歌舞伎「日尾嶽山誉寒梅」を両日とも上演します。

本作は、高田哲郎さん(下小鹿野在住)の手により作られた、小鹿野町飯田と日尾にまたがる戦国城館、日尾城にまつわる伝説を題材にした演目です。物語は、実在の日尾城を舞台に城主諏訪部定勝と妻牧の方、武田と仲違いして秩父に入った逸見義綱とその子、小太郎をめぐるドラマを描きます。小鹿野でしか見られない演目ですので、ぜひご注目ください。

次に、小森祭りと文化を守る会が上演する「絵本太功記十段目尼ヶ崎閑居之場」は、10月14日(土)の小森諏訪神社例大祭での歌舞伎上演でも喝采を受けました。「日尾嶽山」と同じ戦国時代、明智光秀が主君織田信長を本能寺で討った後、羽柴秀吉に滅ぼされ

るまでの経過を十三段に脚色した芝居です。「太十」とよばれ、小鹿野町内でもよく上演されます。配役すべてに見せ場があり、一座の役者の割り振りにも都合がよい芝居とされています。

4月から稽古を積んできた鹿中歌舞伎座は「白浪五
人男稲瀬川勢揃之場」を上演します。例年どおり役者だけでなく裏方まで小鹿野歌舞伎保存会の指導を受けて、生徒たちの手により演じられます。昨年に引き続き参加する生徒も増え、芸に磨きがかかった生徒たちにご注目ください。

また、小鹿野子ども歌舞伎は初舞台となる小学生2人による「三番叟」と「口上」を披露します。

郷土芸能では、奈倉神楽保存会の「奈倉神楽」、小鹿野太鼓連合の「秩父囃子」「小鹿野囃子」、小鹿野まつり音頭愛好会、歌舞伎サークルうぶの上演も計画されています。

町内の祭り行事も再開されはじめ、各団体とも稽古を積み重ねています。ぜひ出演団体の応援にお出かけください。

！ おがニャッピー“暮らし応援”商品券2023利用期限は令和6年1月31日(水)まで

町では、電力・ガス・食料品等価格高騰が続いている現状を受け、町民の皆さんの生活を応援し、地域経済の下支えをするため、「おがニャッピー“暮らし応援”商品券2023」を発行し、世帯主宛に郵送配布しました。

本商品券の利用期限は、令和6年1月31日(水)までとなりますので、期限内のご利用をお願いします。利用できる取扱店舗は西秩父商工会ホームページからご確認ください。

西秩父商工会ホームページ

<https://www.nishichichibu.or.jp/info/ouen-ticket/>



問合せ 産業振興課 ☎75-5061



！ 第75回全国植樹祭関連事業 小鹿野町両神ふるさとまつり会場で、モミジの苗木植樹体験イベント開催

小鹿野町両神ふるさとまつりのイベントブースで、第75回全国植樹祭関連事業としてモミジの苗木植樹体験イベントを開催します。小鹿野町の木であるモミジの苗木を自分の手で植えてみませんか？

このほかにもたくさんの各種ブースが出展されますのでぜひお越しください。

日時 ● 11月3日(金)

【受付】9:30～14:00

【植樹】午前の部10:00～12:00 午後の部13:00～15:00

受付場所 ● クライミングパーク神怡館前庭

問合せ 産業振興課 ☎75-5061



！ 第51回小鹿野ロードレース大会 交通規制のお知らせ

11月26日(日)のロードレース大会当日、交通規制(通行止め)が行われます。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

※本大会は「スポーツ振興くじ(toto)」の助成を受け開催しています。



問合せ 小鹿野ロードレース大会実行委員会事務局 (小鹿野文化センター・生涯学習課内) ☎75-0063

11月26日(日) 交通規制のお知らせ 8:30頃～12:30頃 ※交通規制時間は状況により延長または短縮することがあります。 通行止め 小鹿野市街地、県道209号線一部・県道279号線一部、他町道一部 ※歩行者・自転車を除く

ランナーの通過に伴い、コース及びコース周辺は交通規制が行われます。

凡例	通行止め区間	主要道
●	上段は通行止めの開始予定時刻	上段は通行止めの終了予定時刻
○	下段は通行止めの終了予定時刻	上段は通行止めの開始予定時刻
○	下段は通行止めの開始予定時刻	上段は通行止めの終了予定時刻

小鹿野ロードレース大会実行委員会 〒368-0105 埼玉県秩父郡小鹿野町小鹿野167-1 TEL 0494-75-0063 FAX 0494-75-0032

！ 農地活用事業補助金のお知らせ

町の農業振興及び町内の遊休農地有効活用のために新たな取組にチャレンジする人に「農地活用事業補助金」を交付します。

対象者 ● 次のどちらかに該当する人

■ 町内に住民登録を有する人

■ 町内に事業所を有する個人又は法人

対象事業 ● 詳しくは町ホームページに掲載する交付要綱をご覧ください。

【再活用事業】

遊休農地で農地再生 ● 緑肥作物、景観作物及び提案事業の交付決定を受けた新規農作物の栽培による農地再生(ヘーゼルナッツ、山椒等)

既存農作物の拡大 ● 柿、かぼす、しゃくし菜、こんにゃくの拡大 ※同一圃場への同一農作物の補植は除く

【提案事業】

新規農作物導入 ● 販売を目的に行う新規農作物の導入(わらび、ニンニク、ハーブ栽培等)

※再活用事業に掲げる農作物は除く

有機農業参入 ● 販売を目的に行う有機農業への参入及び転換

ソーラーシェアリング ● 営農型太陽光発電下での農作物作付

※営農型太陽光発電下でブルーベリー栽培等

条件等 ● 次のどちらにも該当すること。

■ 町内の農地で事業を実施すること。

■ 町税の滞納がないこと。

補助金額

【再活用事業】補助対象経費の8割以内の額(上限15万円)

【提案事業】補助対象経費の6割以内の額(上限50万円)

※千円未満の端数切り捨て

申請方法 ● 申請書に必要事項を記入のうえ、必要な書類を添え、産業振興課へ提出してください。申請書は、産業振興課にて配布しています。また、町ホームページからダウンロードもできます。

※必要な書類は申請により異なるため、産業振興課へご連絡ください。

受付期間 ● 常時、産業振興課で申請を受け付けています。ただし、予算の範囲で先着順となります。

※提案事業は受付後に審査会を行います。

その他

■ 補助金受給後3年間は農地の状況等の報告をお願いします。

■ 受給者は、農業後継者や地域農業者への情報提供に努めてください。

■ 本事業のため、荒廃農地の除草が必要な人には、自走式草刈機(ハンマーナイフモア)を貸し出します。

※ご不明な点がございましたら

産業振興課へご連絡ください。

問合せ 産業振興課 ☎75-5061



！ 令和6年小鹿野町二十歳の集いの開催

町では二十歳を迎える若者たちの前途を祝福し、次の通り式典を開催します。

日時 ● 1月7日(日) 開式10:30(受付10:00～)

会場 ● 小鹿野文化センター

対象 ● 平成15年4月2日～平成16年4月1日までに生まれた住民票登録者及び転出者で小鹿野中学校卒業生。なお、次に該当する人は届出により参加できません。

① 令和5年10月31日以降の転入者

② 町外在住者で家族が町内に居住し、本人が当町出身者

※対象者には、案内状を11月中旬に送付します。案内状が届いていない場合など、不明な点がございましたらお問い合わせください。

問合せ 小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063
メール gakyusu@town.ogano.lg.jp



！ 野生鳥獣の捕獲について

野生鳥獣の捕獲については「鳥獣の保護及び管理並びに狩猟の適正化に関する法律」により、原則禁止されていて、野生鳥獣を許可なく捕獲した場合は、法律により厳しい罰則(1年以下の懲役又は100万円以下の罰金)があります。

野生鳥獣による農作物等の被害があった場合には産業振興課有害鳥獣担当へご連絡ください。

問合せ 産業振興課 ☎75-5061



令和6年度学童クラブの利用児童募集

令和6年度に学童クラブを利用する児童を募集します。『学童クラブ』とは、学校が終わって家に帰っても誰もいない児童が、保護者の仕事が終わるまでの間、友達と楽しく過ごせる場所です。遊んだり、宿題をしたり、おやつを食べたり友達と楽しく過ごしています。

募集人数 ●各学童クラブとも若干名

入室資格 ●保護者の就労等により昼間児童の保育ができない世帯等。1カ月単位での入室となります。



※定員を超える応募がある場合は、選考により決定します。

施設名	対象児童	申込用紙・受付場所	受付期間	問合せ
小鹿野学童クラブ	小鹿野小学校の児童	各施設へ	随時受付	小鹿野学童クラブ ☎75-1162
小鹿野学童クラブ「遊」				小鹿野学童クラブ「遊」 ☎75-5180
長若学童クラブ				長若学童クラブ ☎75-0034
三田川学童クラブ				三田川学童クラブ ☎75-0770
両神学童保育室	両神小学校の児童	両神学童保育室 又はこども課	11月1日(水)～30日(木) ※年度途中入室は入室希望月の前月1日まで	こども課 ☎75-4101

※小鹿野学童クラブ、小鹿野学童クラブ「遊」、長若学童クラブ及び三田川学童クラブは日曜・祝日も保育が可能です。

問合せ 詳しくは、各施設へお問い合わせください。

秩父広域市町村圏組合水道事業経営審議会委員募集

秩父広域市町村圏組合水道局では、令和8年度に水道料金の改定を行うにあたり、広く意見をいただくため、「秩父広域市町村圏組合水道事業経営審議会委員」を募集します。

募集人数 ●3人

任期 ●委嘱の日から2年間

報酬 ●組合の報酬及び費用弁償に関する条例による

応募資格 ●次のすべての要件を満たす人

- ①秩父市、横瀬町、皆野町、長瀬町、小鹿野町のいずれかに在住で20歳以上の人
- ②組合の水道を使用している人
- ③国もしくは地方公共団体の議員又は組合及び組合市町の常勤の職員でない人
- ④平日の日中に開催する会議に参加できる人

応募方法 ●応募用紙に必要事項を記入のうえ、水道局経営企画課(別所浄水場)に持参するか郵送、ファックス、電子メールのいずれかの方法により提出してください。

募集期間 ●11月13日(月)～12月8日(金)

応募用紙設置場所 ●水道局経営企画課、大滝・荒川事務所、横瀬事務所、皆野・長瀬事務所、西秩父事務所で配布しています。また、秩父広域市町村圏組合ホームページからもダウンロードできます。

選考方法 ●応募理由、年齢、性別、社会的活動の経験などから総合的に判断し、選考結果は応募者全員に通知します。

※応募用紙に記入された個人情報は、審議会委員の募集以外での利用はしません。また、提出された応募用紙は返却しません。

申込&問合せ 〒368-0054 秩父市別所538
秩父広域市町村圏組合水道局・経営企画課
☎25-5221 FAX23-6444
メール keieikaku@union.chichibukouiki.lg.jp

住生活総合調査へのご協力をお願いします

12月1日(金)に、国土交通省住宅局による住生活総合調査が行われます。

この調査は、住生活の安定・向上に関する総合的な施策を推進するうえで必要となる基礎資料を得ることを目的として、10月に実施された「住宅・土地統計調査」に回答いただいた世帯の中から抽出した、全国の約11万世帯を対象としています。

調査の対象となった世帯には、11月下旬から郵送により調査票が配布されますので、回答へのご協力をお願いします。

問合せ 建設課 ☎75-5062



入札結果のお知らせ

※金額は消費税込み

事業名	事業場所等	契約額	落札者	履行期間
森林管理道日蔭入線改良工事	両神薄地内	8,250,000円	株式会社岩田組	～令和6年1月31日
小鹿野町防災行政無線屋外拡声子局移設工事	下小鹿野地内	3,894,000円	日本フィールド・エンジニアリング株式会社 埼玉支社	～令和6年2月29日
町道704号線道路照明灯(LED化)設置工事	日尾地内	1,371,700円	有限会社寺井電気	～令和5年12月28日
固定資産税航空写真撮影業務	小鹿野町全域	7,260,000円	株式会社パスコ さいたま支店	～令和6年3月22日
小鹿野町伊豆沢地区森林境界保全素図作成業務委託	伊豆沢地内	7,678,000円	株式会社パスコ さいたま支店	～令和6年3月22日
令和5年度消防用消耗資機材等購入事業	小鹿野町役場	1,469,490円	門平防災工業	～令和5年12月20日
令和5年度消防施設備品購入事業	小鹿野町役場	931,700円	丸京商事株式会社	～令和5年12月20日

▲令和5年9月27日開札分

小栗野町公式ご当地キャラクター おがこっぴーのお知らせ

ふるさとまつり 2023,11,3

お友達のコバトン、ポテくまくん、み～なと一緒にいってね！

いよいよ11月3日は4年ぶりに開催されるふるさとまつりだよ！

コバトンと一緒に撮ろうよ！

コバトンの隣がハニー

みんな！ふるさとまつりで僕たちと一緒に遊ぼうニャー！

じゃあ、「秩父地域ご当地キャラ大集合！」も開催だね！

ふるさとまつりの詳細はまちづくり観光課 0494-75-5060までお問い合わせを！



こんにちは
町長です

里山資本主義について

9月20日(水)に、「里山資本主義の時代へ～これから起きる地方と都会の逆転」をテーマに藻谷浩介氏から講演をいただきました。藻谷氏は東京大学卒業後、日本開発銀行(現(株)日本政策投資銀行)に入社し、現在は(株)日本総合研究所首席研究員などを務めていらっしゃいます。

里山資本主義とは、2013年に藻谷氏とNHK広島取材班が出版した著書の中で提唱された言葉(造語)です。藻谷氏は里山資本主義とは「多様なものが共生し、循環再生が健全になされている社会」を支える経済思想で、「ヒト、モノ、カネ、情報が使い潰されず、淀まず、循環し再生され、次世代に続いていく社会」を目指す主義と定義しています。そして、里山資本主義とは、お金を使うことを基本としているが、金銭換算できない価値もお金と同等以上に大事にすることで「マネー資本主義」の対義語と捉えています。

更に、里山資本主義の基本要素として、地域にある金銭換算できない資源を生かした事業を行ったり、自給自足を取り入れたり、地域コミュニティにより助け合ったりすること(物々交換、恩送りなど)の価値を捉え直したり、お金は交換手段で価値の物差しにしないことなどをあげ、日本経済の健全化を根本から考え直して行くことを提言されています。

藻谷氏は都会での暮らしの脆弱性を指摘し、地方での自然資本を生かして自然利子を生むことができる暮らしぶりに価値を見いだす人が増えてきている傾向がある反面、いまだに首都圏に若者が流入している状態が続いている根底にある考えが

「いい教育を受けるには首都圏しかない」というもので、保護者も「子どもを時代の勝者にするには都会のエリート教育が必要だ」と信じている人が多いことが地方の疲弊につながっているとも分析しています。

今回の講演を聴講していただいたり、その後のパネルディスカッションに参加していただいたのは、町内で地域づくりに主体的に取り組んでいただいている6団体(尾ノ内溪谷氷柱実行委員会、両神山麓花とみどりを育てる会、倉尾上郷健交サロン、長留桜を守る会、あじさい公園記念植樹会、奈倉美観地区推進委員会)の皆様方が中心でした。現在、この6団体で「おがの・地域ネットワーク」を組織し、情報を共有し、互いの活動への理解と団体間の交流連携を促進しています。将来的には、地域づくりに取り組んでいる他団体にも参加していただくことを予定しています。

私は、この6団体の普段の活動を高く評価しており、このような活動が町全体に広がれば、小鹿野町が更に住みよい元気な町になると思っています。今回の講演で、この6団体の皆様方に自分たちが取り組んでいる地域愛に満ちた活動に自信を持っていただきたいことや、藻谷氏の提唱する里山資本主義の考え方に共鳴してもらえるものと思ひ開催させていただきました。

藻谷氏には、これからも小鹿野町にお越しいただき、里山資本主義などのお話を広く町民の方にもお聞きいただく機会を設けたいと思っています。

小鹿野町長 森 真太郎

Let's Try ボルダリング ～クライミングによるまちおこし～

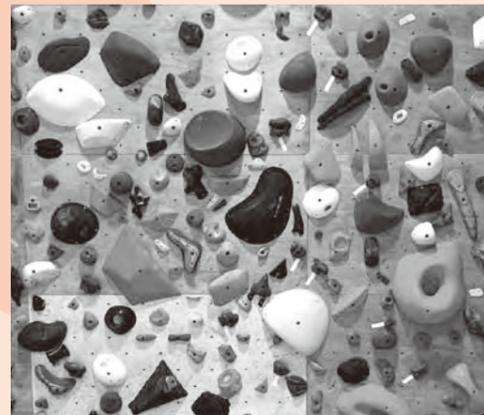
vol.51 ～神怡館マブシ課題セットのお知らせ～

小鹿野町クライミングパーク神怡館130度壁が「マブシ壁」としてリニューアル!! 神怡館のボルダリング課題は、「ラインセット」と呼ばれる同じ色のホールドだけを組み合わせるとルートが作られています。

「マブシ壁セット」では、壁にランダムに取り付けられたホールドの中から自分でホールドを選び、オリジナル課題を作成することができます。自分で作成した課題を仲間と共有し、楽しくセッションしましょう。

スポーツの秋です。ボルダリングで楽しく体を動かしましょう。皆さんのご来館をお待ちしています。

問合せ クライミングパーク神怡館
☎26-7805



集落支援員からのお知らせ

集落支援員(地域交流支援員) 本 奈代子

【おがの・地域ネットワーク:藻谷浩介氏による講演会の実施】

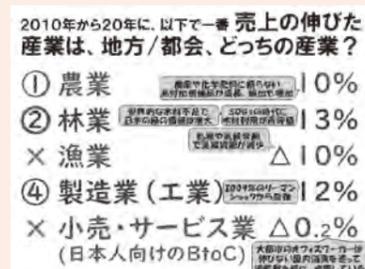
9月20日(水)に、小鹿野町役場・議場にて、観光協会役員の方々、地域ネットワーク団体の方々、町議会議員の方々を対象に、講演会&トークセッションが開催されました。講師として、地域エコノミストの藻谷浩介氏(株式会社日本総合研究所首席研究員)をお招きし、役場職員を含め53名が参加されました。

テーマは「里山資本主義の時代へ～これから起きる地方と都会の逆転」です。国際収支額の国別比較や産業別の売上高推移により、日本の競争力が弱っていないことや、農林業の可能性、住民基本台帳の年代別人口推移や住民一人当たりの生活保護費を基に、都会より特徴のある田舎が優位であること等を話されました。「時代

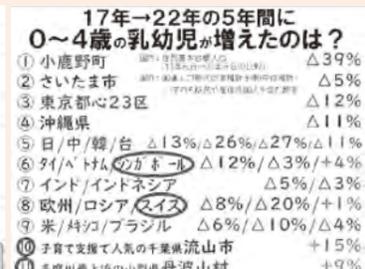
は変わっています。それは昭和の感性ですよ。」とユーモアを交えたトークに、会場は終始、笑いに包まれました。

後半のトークセッションでは、藻谷先生のご友人であり今回の講演を繋いでくださった三重県志摩市在住の岩城裕子氏がゲスト出演。地域ネットワーク団体から、ビジュアル資料を用いたプレゼンが行われ、「地域と行政との連携」をテーマにトークセッションがなされました。改めて、各地域に各団体のような活力があることが小鹿野町の宝であると感じる時間でした。

色々な立場の方と共に学び、考え方のヒントをいただいた機会に、感謝いたします。



▲講演内容の一部抜粋



▲講演会の様子

! 火災予防駅伝の開催について～火を消して 不安を消して つなぐ未来～

秩父消防本部(署)では、秋の火災予防運動期間前の11月7日(火)に秩父郡市内で駅伝方式による火災予防広報を実施します。火災予防にご協力をいただくとともに、ご声援をいただきますようお願いいたします。

コース・応援ポイント等詳細については秩父消防本部ホームページをご覧ください。

※雨天・大規模災害により中止する場合があります。

問合せ 秩父消防本部予防課 ☎21-0121



! 第三者行為(交通事故等)で医療機関を受診するときは届け出が必要です

国民健康保険、後期高齢者医療制度の被保険者は、交通事故やケンカなど第三者(加害者)から傷害を受けたことが原因で、被保険者証を使用して医療機関を受診する場合は、一時的に保険者が立て替えた後に加害者へ請求することになりますので、「第三者の行為による被害届」等を福祉課へ提出してください。

加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませてしまうと、加害者へ請求できない場合がありますので、示談の前にご相談ください。

問合せ 保健福祉センター・福祉課 ☎75-4103



日々是 地域おこし協力隊 活動報告 VOL.7

11月の「みんなの学校」にて、「からだにやさしいおやつ作り」と題し、調理の実演とお茶会を行います。今回は、冬至を目前にしたこの時期ならではの、かぼちゃのメニューをご紹介します。砂糖・甘味料、動物性の材料は一切使わず、内臓への負担が少ない、自然の甘みと旨みを活かしたおやつを作ります。調理の実演の後には、おやつとお茶をいただきながら、なぜこの材料と調理法なのか、日常の食への応用と考え方、日頃の食に関する疑問等、参加者の皆さんと気軽に話すお時間になりたいと思っています。自分の活動を、町の皆さんにもお役に立てたいと考えての開催です。ぜひお気軽にお越しくださいませ！



田中

9月17日(日)に道の駅両神温泉薬師の湯で開催された感謝祭に、普段はものづくり体験で作成している物品の販売で出店しました。

昨年从小鹿野町の資源を活かした新しいものづくり体験事業に取り組んでいるなか、体験で制作している物品を制作せずに購入したいというご要望を受けての出店でした。今回販売したのは、おがニャッピーの鹿革キーホルダーとダリアの型染をしたバッグです。



小鹿野の資源を活かしたおみやげを販売することで、小鹿野町に訪れた方が自宅に帰っても小鹿野町を思い出し、小鹿野町に再訪してもらうきっかけになることを目指して、商品開発にも取り組んでいきたいと思ひます。

野村

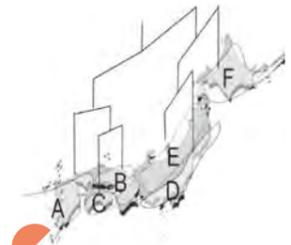
秩父地域おもてなし観光公社から話をいただき、中学生の宿泊体験を受け入れました。昼食には小鹿野名物のわらじカツ丼を食べ、夜は自分たちで割った新風呂、七輪でのバーベキューなど、あいにくの雨模様でしたが小鹿野町の自然を満喫しました。また、薬研を使ったスパイス作りやキャンプ用のミニライト作りと盛りだくさんの内容でとても充実した宿泊体験ができたと思ひます。今後も、多くの方に小鹿野町の魅力を伝えるよう活動を進めていきたいと思ひます。



佐々木

【小鹿野の自生ワサビ(4)】

4回に分けてお話ししたワサビの話、今月が最後です。日本に自生するワサビの6系統のうち、小鹿野のワサビは東北日本にある太平洋側の品種群と日本海側の品種群のちょうど境目にあたるのがわかりました。一方栽培されているワサビの品種は、古くからワサビが栽培されてきた静岡の「だるま」(東北日本・太平洋側品種)、紀伊半島の「真妻」(近畿品種)、島根の「島根3号」(中国・九州地方品種)の3つです。まちおこしとして、不用意に栽培ワサビを山に植えたりすると、こういった品種が交配してしまい、ユニークな地域のワサビの形質を汚染してしまうことになってしまいます。そのためにも、展示してある貴重な小鹿野町産の自生のワサビを育ててゆくことが大切ではないか、と考えるのです。(画像:岐阜大学山根京子研究室Webサイト)(完)



等々力



「みんなの学校in公民館」は、引き続き、月1回月末に小鹿野文化センターで開催しています。9月のみんなの学校では、23日(土)、24日(日)に初めて2日間開催しました。「小鹿野の歴史よもやま話」、「小鹿野Jazz倶楽部」、「未来エネルギー研究会」といった企画を始め、他にも大学と連携した企画「食のワークショップ」(立教大学・薬師丸ゼミ)や地域おこし協力隊員と連携した企画「町にハロウインのフォトスポットを作ろう」(野村隊員)など、11種類の企画が催されました。70名ほどの方にご参加いただけました。

次回の「みんなの学校」は、11月23日(木・祝)を予定しています。お子様からご年輩の方まで、どなたでも、遊びいただけます。交流を楽しみに、あなたも「みんなの学校」へ遊びに来ませんか?詳細は回覧でも回っていますので、情報をご覧になっていただき、ぜひお気軽に、お越しください。(写真は、「大人の学校・未来会議」の様子です。)

宇佐川

地域おこし協力隊とは?

地域おこし協力隊は、地方公共団体が3年です。都市地域から過疎地域等の条件不利地域に住民票を異動し、地域ブランドや地域産品の開発・販売・PR等の地域おこし支援や、農林水産業への従事、住民支援などの「地域協力活動」を行いながら、その地域への定住・定着を図ることを目的とした取組です。隊員は地方公共団体の委嘱を受け、任期はおおむね1年から3年です。国の制度を根拠とし、地方公共団体が地域おこし協力隊を委嘱、報償費等を支払、国は特別交付税により、その経費等を財政支援します。総務省ホームページ ※地域おこし協力隊の制度の詳細は、総務省ホームページをご覧ください。



地域おこし協力隊 「小鹿野町地域おこし協力隊」の活動はFacebookで!

ささき ひとし もろおか けんいち おんだ まさひろ
 佐々木 均・師岡 謙一・御田 正弘
 かけがわ あずみ うさかわ たくろう たかやま ようへい かねこ さゆり
 たなか みずか のむら みどり とどろき まさひこ いしかわ かな
 田中 瑞華・野村 美登里・等々力 政彦・石川 可菜

問合せ●総合政策課☎75-1238
 産業振興課☎75-5061
 クライミングパーク神怡館☎26-7805
 まちづくり観光課☎75-5060
 地域商社推進室☎72-8080
 生涯学習課☎75-0063

Facebook



新 地域おこし協力隊通信 第7回



各隊員の活動を詳しくお伝えする地域おこし協力隊通信。第7回は金子小百合さんの活動を紹介します。

産業振興課協力隊の金子小百合と申します。

協力隊として小鹿野町で生活をはじめから1年半。任期も折り返し地点を迎えました。養蜂を中心に、蜜源となるハーブや植物を育てています。

養蜂は全くの未経験で右も左もわからずに飛び込んでしまいましたが、今では養蜂の魅力に取りつかれ、日々ミツバチと向き合いながら技術の向上に取り組んでいます。

◆なぜ養蜂なのか

これが特に多く聞かれる質問です。

都市部で暮らしていると、日頃自分で食べるものすべてでは買ってくるもので、誰がどういう風に作っているのかを実際に見ることはほとんどありません。

自分の手で食べるものや、必要なものを作り、お金では買えない生きるための知識を身につけて生きてみたいと考えていました。どこで生活していても、自分一人の力で生きていくことは難しいですが、生活の糧として自分一人でもできることはないものかと模索していく中、養蜂と出会いました。

◆ミツバチの1年

ミツバチは女王を中心に群れを作る生き物です。1つの群れの中に女王は1匹。他の働きバチはすべてメスですが基本的に産卵はしません。春になると、冬を越えた女王バチとそれを守って生き抜いた働きバチが活動を始めます。

花が咲き始めると、働きバチがせっせと蜜や花粉を集め、女王はたくさん産卵をするようになります。卵が成長して羽化し、群れは増えていきます。その中でミツバチたちが集めて保存するために羽を震わせて蜜の水分を蒸発させ糖度が高まった蜂蜜をいただくわけです。

夏になると暑さやスズメバチなどの天敵と戦い、秋には冬を越せるように子を増やし、また冬を越し、1年を繰り返していきます。

◆環境を整えること

養蜂に限ったことではありませんが、環境の変化が直に影響します。気候の変化によって、地域の気温も上昇しています。私が飼育しているのは、セイヨウミツバチですが、地元の養蜂家の方に話を聞いても、花が咲くのが早くなったり、夏の気温が高くなり過ぎたりすることで、様々な問題が発生しています。

養蜂をするうえで周囲の環境はとても大切です。養蜂を通して、周囲の環境を整えていくことにも目を向けていく必要があると感じています。

環境をすぐに変えることは難しいですが、環境の変化にも耐えられるだけの養蜂技術を身につけたいと思っています。

◆今後の活動について

養蜂を学びながら、様々なハーブを育てています。最近ではハーブだけではなく、野菜作りも行っています。農作業を通して、他の昆虫や環境に目を向ける機会になっています。また、冬の作業として、地域の木材を使用したダリアブロックの制作に取り組んでいます。

木工作业も初めての経験でしたが、様々な技術を身につけることは、巣箱の修繕や道具作りにも役に立っています。

小鹿野町に来てから、周囲の人々に助けていただいたり、地域で育まれている様々な知識や経験を教えていただく機会が多くあります。

特別な才能や能力、経験がなくても、生活をしていける道を開いていくこと。私自身が、楽しんで暮らしていることを知ってもらうことで、やってみたいことがある、自分でも何かできるかもしれないと思う人が増えていくことに繋がっていくのではないかと思います。



←耕作前

▲現在

外で遊ぼう! 外遊びの効果



外は刺激がいっぱいで視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚を感じながら遊べるため、五感が向上します。寒い日もあれば暑い日も、また風が吹く日もあります。その中で遊ぶことでその環境に適応できる丈夫な体を手に入れることができます。日光を浴びることでカルシウムのバランスを整えるのを助け、骨の健康を保つのに働くビタミンDの形成が促されます。また、体内のリズムを整え、免疫力も高めます。



外遊びは集中力につながる脳の前頭葉の活性化を促すと言われています。さらに外は時に足場が悪く、すべりやすい所や危険な場所もあります。そこで安全な身のこなしを覚える大切な機会となります。また外遊びは広い空間を使って遊ぶため、子どもたちは物体の位置・方向・間隔など、空間に占めている状況を素早く認識する能力、「空間認識力」を高めることにもつながります。



遊び場の紹介『みどりの村』

自然の中で身体を動かして遊べます。森林浴や芝生広場で身体を動かしてリフレッシュ。落ち葉やどんぐりなど秋の遊びも楽しめ、不定期で日曜日にイベント開催もしています。

開園期間 ● 1月4日～12月28日
開園時間 ● 9:00～16:30 入園料金 ● 無料



『おがのみどりの交流館』

みどりの村敷地内にあり、木のおもちゃやボールプール、遊具を使って、親子で楽しく遊べる空間です。休憩室、キッズスペースは無料で利用できます。研修室、調理室の利用は有料です。

開館日 ● 土曜日、日曜日、祝日(年末年始を除く)
開館時間 ● 9:00～16:30



☑ 今月の子どもの遊び場～プレーパークで遊ぼう～

みどりの村・村の広場で楽しい遊びがいっぱいのプレーパークを開催します。参加時間は自由です。今月は落ち葉で遊ぼう等を行う予定です。ぜひ、ご参加ください。

日時 ● 11月26日(日) 10:00～14:00(雨天決行)

場所 ● みどりの村・村の広場(小鹿野町飯田853番地)

参加の際の注意事項

- 発熱等で体調が悪い人は参加をご遠慮ください。
- 参加費無料で誰でも遊べます。



☑ ほっとハグくむ…ママサロン

一人ひとりその人の状態に合った育児アドバイスや母乳相談が受けられます。各市町を定期的に巡回しています。どうぞお気軽にご相談ください。

日時&場所 ● 11月1日(水)、15日(水)、22日(水) 横瀬児童館

11月8日(水) 小鹿野町子育て支援センター

11月10日(金)、24日(金) 秩父市子育て支援センター(下郷児童館内)

全日 10:00～12:00、13:00～15:00

※来所順で行います。

※11月22日(水) 午後はマタニティー教室(沐浴の仕方や赤ちゃんのお世話体験等)を予約制で行います。

内容 ● 助産師からの育児アドバイスや母乳相談

対象 ● 妊婦、産婦、子育て中の人

☑ はぐくみ相談(運動) 予約制

からだの使い方や発達について理学療法士が個別相談に応じます。予約制のため事前にお申し込みください。

日時 ● 11月15日(水) 10:00～15:00

場所 ● 小鹿野文化センター2階・和室

対象 ● 運動の発達について相談したい就学前のお子さんと保護者

☑ はぐくみ相談(ことば) 予約制

ことばの発達について言語療法士が個別相談に応じます。予約制のため事前にお申し込みください。

日時 ● 11月21日(火) 10:00～15:00

場所 ● けんこう交流館

対象 ● ことばの発達について相談したい就学前のお子さんと保護者

町ホームページ内の「ほっとママステーション」でも情報発信しています!

ほっとママステーション
子育て情報

町ホームページで、「ほっとママステーション」バナーにて、子育て情報を掲載しています。新着情報も掲載しますので、こちらをご覧ください。



<https://www.town.ogano.lg.jp/hotmamakosodatehoukatu/>

- タオルを持って汚れてもいい服と靴でご参加ください。
- 飲み物はお持ちください。
- 昼食を食べる場合は昼食をお持ちください。

町ホームページ内の「子どもの遊び場 プレーパーク」でも情報発信しています!



子どもの遊び場
プレーパーク

<https://www.town.ogano.lg.jp/kodomonoasobiba/>

☑ こどものこころの相談 予約制

子どもは言葉で気持ちを上手に表現できないため、態度や行動に表れることがあります。指しゃぶりや爪かみ、かんしゃく、落ち着きがないなど気になることはないでしょうか? 心理の専門職がご相談に応じます。お子さんと一緒に参加できますので、お気軽にご相談ください。

日時 ● 11月28日(火) 13:30～16:00

場所 ● けんこう交流館

内容 ● 個別面談 ※訪問やオンラインでの相談も可能です。

講師 ● 臨床心理士 安出香織先生

申込 ● 11月24日(金) までに申し込みください。

☑ 産後ママのストレッチ教室 予約制

日時 ● 11月29日(水) 10:20～12:00

場所 ● 子育て支援センター

内容 ● 肩こり解消ストレッチ、腰のゆがみ引き締め体操の実践、個別相談等

講師 ● なごみ整体院 あん摩・マッサージ・指圧師 鎌田昌子氏

対象 ● 産後5カ月までの母親

定員 ● 6人

申込 ● 11月24日(金) までに申し込みください。

☑ 1歳6か月・3歳児健診

開催日 ● 12月8日(金)

受付時間 ● 13:00～13:50

場所 ● けんこう交流館

該当児 ● (1歳6か月児) 令和4年3月、4月、5月生まれ
(3歳児) 令和2年5月、6月、7月生まれ

持ち物 ● 母子健康手帳、健康診査票、各種アンケート、バスタオル



母子手帳アプリ「ほっと子育ておがニャプリ」

母子手帳機能のアプリで、町の子育て情報の発信もしています。ご利用ください。



母子モ(ボシモ)を無料ダウンロード! / 母子モ 検索



GET IT ON Google Play

おがのこども園・おがの保育所 情報

おがのこども園

運動会は大勢のお客さんの応援の中、笑顔いっぱい・元気いっぱいに開催できました。



親子競技「でかバン競争」

おがニャッピーも応援にきたよ!

年長児「マウンテンリレー」

こども園より

なかよしキッズ

日時●11月8日(水)10:00~11:00
持ち物●水筒、着替え、タオル、帽子(天候により)、上履き

「なかよしキッズ」に参加される人

- 参加される保護者の方はマスクの着用にご協力ください。
- 体調が悪い場合は参加をご遠慮ください。

絵本読み聞かせ事業(おがのこども園・図書館連携)

おはなしひろば(毎月1回)

日時●11月11日(土)10:00~11:00
場所●おがのこども園・遊戯室
内容●読み聞かせ、人形劇
対象●町内在住の幼児(親子)から小学校低学年



「おはなしひろば」に参加される人

- 保護者の方はマスクの着用にご協力ください。
- 上履きやスリッパをお持ちください。
- 体調が悪い場合は参加をご遠慮ください。

おがのこども園を会場に読み聞かせ事業「おはなしひろば」を実施しています。町内在住の対象年齢ならどなたでも参加できます。お待ちしております。

問合せ おがのこども園 ☎75-3292
おがの保育所 ☎75-0342
<https://www.town.ogano.lg.jp/kodomoen/>



おがの保育所

青空の下、ダンスや親子競技等お家の人も一緒に参加し、楽しい運動会となりました。



親子ふれあい遊び

日時●11月8日(水)10:00~11:30
内容●親子遊びを紹介します。
対象●1歳~3歳のお子さんと保護者

公園で遊ぼう(みどりの村・こどもの広場) 予約制

日時●11月9日(木)10:00~11:30
内容●みどりの村の晩秋の自然と一緒に遊びましょう。
※雨天の場合は、子育て支援センターで遊びます。
対象●0歳~3歳のお子さんと保護者 10組
持ち物●着替え、タオル、ビニール袋、水筒
申込●開催日前々日までにお申し込みください。

すくすく

日時・内容●10:00~11:30
①11月10日(金)計測・発育相談(助産師・保健師)
②11月17日(金)離乳食講座(管理栄養士)※予約制
※実食がありますので、スプーンと食器をお持ちください。
③11月24日(金)手形足形スタンプ・ふれあいあそび(保育士)
対象●1歳未満のお子さんと保護者



土曜午前開放

日時●11月11日(土)9:30~11:30
場所●ホール、庭
内容●ファミリーデーです。お互いに危なくないよう注意を払って一緒に遊びましょう。
対象●乳児から年長児までのお子さんと保護者

パパと遊ぼう 予約制

日時●11月11日(土)10:30~11:30
内容●親子で秋のあそびを楽しみます。
対象●0歳~6歳(小学校前)までのお子さんと保護者等
申込●開催日前々日までにお申し込みください。



みんなで遊ぼう 予約制

日時●11月14日(火)10:00~11:30
内容●顔見知りになって、子育て情報交換や一緒に簡単なふれあい遊びをします。
対象●0歳~3歳のお子さんと保護者 持ち物●水筒
申込●開催日前々日までにお申し込みください。

子育てサークル・ニャッピーくらぶ 予約制

日時●11月15日(水)10:00~11:30
内容●同年齢のお子さんをお持ちの皆さんで、一緒に遊んだり、話したり、お友達になりましょう。
随時会員を募集しています。



対象●0歳~3歳のお子さんと保護者
申込●開催日前々日までにお申し込みください。

サーキット遊び

日時●11月16日(木)10:00~11:30
内容●巧技台やトランポリンなどを使って、のぼったり、すべったり、くぐったり、とんだり、体をいっぱい動かして遊びましょう。
対象●1歳半~3歳のお子さんと保護者

わいわい子育て座談会「子育てのストレスを減らす3つのヒント」 予約制

日時●11月21日(火)9:45~12:00 わいわい座談会
内容●公認心理師の堀先生をお招きして、育児の座談会を開きます。日頃のちょっとした育児の悩みや相談など、お気軽にご相談ください。
13:00~15:00個別相談(小学校までのお子さんと保護者) 3組
講師●堀友子公認心理師
対象●0歳~3歳のお子さんと保護者 15組
申込●定員になり次第終了します。費用●無料

手形足形スタンプ 予約制

日時●11月22日(水)10:00~11:00
内容●お子さんの手形足形をスタンプします。
対象●1歳~3歳のお子さんと保護者

年齢別講座【よちよちてくてくじゃんぷ】 予約制

日時●11月28日(火)10:00~11:30
内容●秋の散歩に行きます。靴をお持ちください。
対象●1歳~3歳のお子さんと保護者
持ち物●水筒、手拭きタオル
申込●開催日前々日までにお申し込みください。

誕生会 予約制

日時●11月30日(木)10:30~11:30
内容●10月・11月生まれのお子さんの誕生会です。みんなで祝いましょう。手作りの誕生カードをお子さんにもお母さんにもプレゼントします。
対象●0歳~3歳のお子さんと保護者
申込●開催日前々日までにお申し込みください。

ベビーマッサージ 予約制

日時●12月5日(火)10:00~12:00
内容●歌を添えたベビーマッサージは赤ちゃんの体調を整え心も育てます。お母さんもりラックスして楽しみましょう。
対象●2カ月~7カ月のお子さんと保護者 6組
持ち物●大きめのバスタオル、オムツ、着替え
講師●川田ひかりさん
申込●定員になり次第終了。

子育て支援センター情報

親子で遊びに来てね。待っています。

応援します! あなたの子育て

申込&問合せ 小鹿野町子育て支援センター ☎75-0550

開放

日時●開放日9:00~12:00、毎日13:00~16:00
場所●赤ちゃんの部屋、ホール、庭
内容●親子と一緒に遊びましょう。
部屋のおもちゃで遊んだり、庭の砂場や芝生の上で遊ぶのも楽しいです。
対象●0歳~3歳のお子さんと保護者 ※午後には就学前のお子さんと保護者



にこにこタイム

日時●毎日 11:30~11:45、16:00~16:15
内容●親子体操、手遊び、大型絵本の読み聞かせ
対象●0歳~3歳のお子さんと保護者

子育て相談(電話・面談・オンライン)

日時●月~金曜日 9:30~16:00
内容●トイレトレーニング、しつけ、食事など、子育てに関して気軽に話してみませんか。電話相談 ☎75-0550
相談日●11月15日(水)

お庭で遊ぼう 予約制

日時●11月1日(水)10:00~11:30
内容●チューリップ球根とパンジー花苗植え
対象●1歳~3歳のお子さんと保護者
持ち物●着替え、タオル、ビニール袋、水筒、軍手、長靴
申込●開催日前々日までにお申し込みください。
※雨天の場合は、ホールで遊びます。

発育測定・栄養相談

日時●11月2日(木)10:00~11:20
内容●身長・体重を測定します。毎月記録できる計測カードをご用意しています。同室にて離乳食や幼児食の量や調理法、栄養相談もお受けしています。
対象●1歳以上のお子さんと保護者

さつま芋もクッキング 予約制

日時●11月7日(火)10:00~11:30
内容●収穫したさつま芋を使ってさつま芋もちを作ります。
対象●1歳~3歳のお子さんと保護者 10組
持ち物●エプロン、手拭きタオル、水筒、スプーン、フォーク、箸(親子分)
申込●定員になり次第終了します。

楽しいこといっぱいあるよ!



ゴールのママをめざして「ハイハイよーどん!」



お弁当箱に大きなおにぎりとエビフライを詰めて、レッツゴー!



パンダコパンダの大冒険!トンネル、フープ、一本橋の障害物を頑張りました。



ねんねでアンパンマンボードに乗ると「しゅーん」と引っぱってもらいゴール。



大勢の親子が参加してくれたミニミニ運動会。楽しかったね。パンダのお面をつけて「はいポーズ!」



踊って玉入れ。全部入れられて楽しかったね。

図書館 だより

問合せ ● 町立図書館 ☎79-0150
町立図書館分室 ☎070-1303-4095
(平日13:30~16:30)

11月の
休館日

町立図書館 月曜日(6、13、20、27日)
金曜日(17日)
町立図書館分室 土曜日(4、11、18、25日)
日曜日(5、12、19、26日)
祝日(3、23日)
学校休業日(14日)

2023・第77回 読書週間

—私のペースでしおりは進む—

おすすめ本紹介 No.2

今月は、おすすめ本の紹介第2弾です。ちょっと早いけど片付け、掃除など生活に役に立つ本、長い夜に読んでみたい本など、いろいろなジャンルから集めてみました。

自分の好みにあわせて本を選んでみてはいかがでしょうか。



遠藤周作初期短編集 秋のカテドラル

遠藤周作 著
河出書房新社
Fエ

1955年以降雑誌等で発表された単行本未収録の貴重な初期作品14編。表題作の「秋のカテドラル」ほか「アカシヤの花の下」「さすらい人」など。

あなたも名探偵

市川慶人 ほか 著
東京創元社
Fア

6人の推理作家による犯人あて小説アンソロジー。作者からの挑戦状にあなたもチャレンジしてみませんか？

#140字小説「1話30秒」の意味が分かったゾクゾクとする話

方丈海 著
ワニブックス
Fホ

ツイッターで話題の短編小説。ミステリー、ホラー、感動する話、ブラックジョークなど161話を掲載。

賢治と「星」を見る

渡部潤一 著
NHK出版
9107

宮沢賢治が作品に描き出した星の数々を、天文学者である著者と夜汽車に乗って賢治の生涯をたどってみましょう。

片づけ・収納・掃除・洗濯の教科書

エクスナレッジ
597カ

片づけ・収納・掃除・洗濯を、できるだけ簡単にすっきり解決してくれる方法を、その道のプロ4人が教えてくれます。

かがくいひろしの世界

ブロンズ新社
726カ

「日本中の子どもたちを笑顔にした絵本作家 かがくいひろしの世界展」の公式図録。「だるまさん」シリーズのラフや、アイデアノートまでそのすべてが掲載されています。

「どうせ自分なんて」と思う君に、知っておいてほしいこと

名越康文 監修
加藤隆行 文
小学館
146カ

小学生に知ってほしい自己肯定感を育てる話です。「どうせ自分なんて」という子どもに、自信が芽生えるきっかけやヒントをあたえてくれます。

大人はとけない 謎ときクイズ366

NAZOTOWN 著
主婦の友社
798オ

ひらめき力や集中力、観察力、記憶力や連想力といった“地頭力”が鍛えられ、家族みんなで楽しめる謎解き本です。

赤いめんどり

アリソン・アトリー作
青木由紀子 訳
山内ふじ江 絵
福音館書店
933ア

ひとりぼっちのおばあさんの家に、ある晩、やせこけた赤いめんどりがやってきました。おばあさんは、めんどりに食事と温かい寝床を用意し、一緒に暮らすことになりました。

今年も、みんなでチャレンジ! 図書館クイズ

今年も、子どもから大人まで参加できる「図書館クイズ」を開催します。

本館内に掲示してあるクイズの答えを、本や資料を使って調べ、回答してください。

クイズは全部で5問。回答用紙は、カウンターにあります。全問正解者には、ミニ福袋をプレゼントします。

期間 ● 11月1日(水)~26日(日)



子どもも、大人も楽しめる 絵本セット貸出

子どもも大人も、一緒に楽しめる絵本を2冊セットにして貸し出します。

みんなに人気のおもしろい絵本や心にジーンとくる絵本、写真絵本などを、図書館職員が選びました。この機会に、親子で一緒に絵本を楽しんでみましょう。

セット本は、40組です。貸出セットは、なくなり次第終了となります。お早めにどうぞ!

貸出開始日 ● 11月1日(水)



生涯学習 コーナー

「文芸おがの」第38号作品募集

募集期間 ● 11月1日(水)~12月15日(金)
応募資格 ● 小鹿野町在住、在勤の成人及び、小鹿野文化団体連合会加盟団体会員

- 対象作品
- 随筆1人1編(1,600字以内)
 - 詩1人1編
 - 俳句1人10句(創作題をつける)
 - 短歌1人8首(創作題をつける)
 - 川柳1人5句(創作題をつける)

申込&問合せ ● 募集要項と応募用紙は、小鹿野文化センター、両神ふるさと総合会館に用意してあります。

小鹿野文化センター・中央公民館 ☎75-0063



第5回「ふる総文化展」開催

日時 ● 11月3日(金・祝)~23日(木・祝)10:00~17:00(最終日は16:00まで)

場所 ● 両神ふるさと総合会館2階(ロビー、視聴覚室)、3階(ロビー)

- 出展作品
- 両神地区文化団体作品(書道会、パッチワーク愛好会、絵手紙教室、七宝クラブ、文芸クラブ)
 - 両神公民館主催講座(編み物)
 - 第8回小鹿野町図書館を使った調べる学習コンクール作品
 - 第5回小鹿野町読書感想画コンクール作品
 - 一般作品

申込&問合せ ● 両神ふるさと総合会館・両神公民館 ☎79-1311



編み物教室

日時 ● 11月29日(水)、12月13日(水)、令和6年1月10日(水)、24日(水) 全日13:30~15:30

場所 ● 小鹿野文化センター・会議室1

内容 ● 小物、ベスト、セーターからお好きな物を選んで、かぎ針で編み物を行います。

講師 ● 大野しげ子さん

定員 ● 10人

費用 ● 糸代(作る物によって値段が異なります。)

持ち物 ● かぎ針(ない場合は400円前後で当日購入可能)

申込&問合せ ● 11月6日(月)から受付開始です。

小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063



家庭教育講演会「子育て講座」

日時 ● 12月10日(日)、令和6年1月21日(日) 13:30~16:00

場所 ● 小鹿野文化センター・大会議室、和室

内容 ● 心が「バエる」ほめて認めるコミュニケーション

講師 ● 日本ほめる達人協会特別認定講師 根岸和美さん

定員 ● 各回とも50人(2回シリーズですが、1回の参加でも可能です。)

費用 ● 無料

※講演会の後に座談会を計画しています。

申込&問合せ ● 11月6日(月)から受付開始です。

小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063



お正月寄せ植え教室

日時 ● 12月19日(火)

1組目13:30~14:30 2組目14:30~15:30

場所 ● 小鹿野総合センター前

内容 ● 寄せ植えを行います。

講師 ● 島田治男さん

定員 ● 各組10人

費用 ● 2,000円(材料代)

持ち物 ● 軍手又は手にフィットする手袋、スコップ

申込&問合せ ● 11月6日(月)から受付開始です。

小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063

ゆずジャム作り教室

日時 ● 12月25日(月)13:30~16:00

場所 ● 小鹿野文化センター・調理実習室

内容 ● ゆずジャムを作ります。

講師 ● 高野保江さん

定員 ● 10人

費用 ● 300円(材料代)

持ち物 ● エプロン

申込&問合せ ● 11月6日(月)から受付開始です。

小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063





町立病院 だより

問合せ ● 国保町立小鹿野中央病院(小鹿野町小鹿野300番地)
☎75-2332 FAX75-3313 [小鹿野中央病院](#) [検索](#)



ドクター内田のひとりごと 当たり前のありがたさ

あれほど暑いと言っていた夏は過ぎ去り、かなり肌寒くなってきました。この原稿が皆様に届くころにはどんな寒さになっているのでしょうか。ほんと、人間ってのど元過ぎればあのころのつらさは忘れちゃいますね。皆様いかがお過ごしですか？

私は半年以上前から歯医者にかかっています。それにしても今の歯科治療は昔に比べかなり進歩しましたね。なんといっても麻酔が痛くない。とっても細い針を使っているのですが、わずかにチクリとするだけでほとんど痛みを感じません。通い出した当初は治療中どうしても力が入っていたのですが、最近では慣れたもので治療中というとうとすることもあるぐらいです。そういえばこれまで何度か受けたMRIでも、検査中かなり大きな音がでるのですが、撮影中に毎回うとうとしてしまいます。どこでも寝られるのは特技なのか、それとも睡眠時無呼吸なのか…。話を戻して、歯の話。かかりつけ歯科を持つことはとても大事であるという話を聞いたことがあります。確かにそう思います。かかりつけの歯科医を持つ方はそうでない方より長生きという研究結果も出ています。歯のメンテナンスをしてもらうようになってから、あらためて食べることに感謝できるようになりました。歯科のスタッフの皆さま、いつもありがとうございます。

話は変わって、先日私の外来に通院中のある方が尿管結石を患いました。かなり痛かったようでとてもつらかったとおっしゃっていました。痛みが落ち着いてきた後も数日間は尿の出が今一つだったようです。その時の話でとても印象的だったのは「尿が普通に出るようになってこんなにうれしかったことはなかった」という言葉でした。大腸の手術をした患者さんが、おならや便が出たときのうれしさを語って

れたこともあります。コロナやインフルエンザ後の病み上がり、普段の当たり前の健康のありがたさを感じるものです。20年ほど前、高知にいたころに看取った88歳のおじさん。胃がんの末期でした。最期は毎日のように訪問診療に伺っていましたが、徐々に弱って全身もかなり痩せておられました。ある日の夜、「8時25分ごろ呼吸が止まりました」とご家族から電話がかかってきました。お宅に伺い最期の診察をさせていただいた際、息子さんが「2時間前にも立っておしっこをしたんですよ」とおっしゃっていました。もちろん一人では立てないのでご家族が両脇を抱えて用を足したとのことですが、ご本人の最後まで当たり前用を足すことへのこだわりとそれを支えた家族のことを思い出したことでした。もちろん、こういうケースは非常にまれです。転ぶと危険ですし介助する人も共倒れになっては元も子もありません。医療者としてはご本人に「無理してトイレに行くことはないですよ」と声をかけることがほとんどです。ただ、当たり前にできたことをご家族が喜んでいた姿が今でも目に焼き付いています。

当たり前が一番難しい。当たり前を積み重ねると特別になる
(杉野英実:パティシエ)

感謝するに値するものがないのではない
感謝するに値するものを、気がつかないでいるのだ
(中村天風:思想家、実業家)

当たり前に食べられること、当たり前トイレに行き用を足せること、当たり前の日々が送れることに感謝して今も頑張ります。

院長 **内田 望**

思いつくまま
気のむくまま

外来からのお知らせ

休診 (10月16日現在)

11月2日(木)	耳鼻診療科	水足先生
11月7日(火)	婦人科	新崎先生
11月14日(火)	耳鼻診療科	荒木先生
11月28日(火)	耳鼻診療科	荒木先生

最新の休診情報は、町立病院のホームページ「診療日カレンダー」でお知らせしています。※休日急患当番医は次ページをご覧ください。

発熱外来

発熱や咳など呼吸器症状等のある人は、発熱外来で対応します。必ず、事前にお電話(☎75-2332)いただき受診方法をご確認ください。
対応時間 ● 13:30～(受付時間:8:30～14:00)

(お子さんをお持ちの人へ)

小児については、小児科医による診察が望ましく、かかりつけ小児医療機関や埼玉県コロナ総合相談センター☎0570-783-770(24時間対応)に電話などでご相談ください。



休日急患当番医

※必ず電話でご確認のうえ、受診してください。

休日急患対応

まずは休日診療所又は在宅当番医療機関を受診してください。

期日	秩父都市医師会 休日診療所(熊木町) 診療時間/9:00~17:00 (受付終了時間 16:30) ※時間が変更になる場合があります。	期日	在宅当番医療機関 診療時間/9:00~18:00	電話	期日	診療時間/8:30~翌日の8:30
11月3日	医師会休日診療所 (内・小) 熊木町 ☎23-8561	11月3日	石塚クリニック(内・呼) 大野原	☎22-6122	11月3日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611
5日		5日	あいおいクリニック(内・消内) 相生町	☎26-7001	5日	
12日		12日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町	☎75-2332	12日	
19日		19日	水野医院(内) 山田	☎22-3315	19日	
23日		23日	長瀬医新クリニック(内) 長瀬町	☎66-1000	23日	
26日		26日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町	☎75-2332	26日	
12月3日	医師会休日診療所	12月3日	本間医院(内・リウ) 小鹿野町	☎75-0020	12月3日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611
10日		10日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町	☎75-2332	10日	

※医療機関の都合で変更になることがあります。消防署西分署(☎72-0119)でご確認ください。
※お薬手帳をお持ちの方は持参ください。
※平日、休日の救急医療体制については、秩父都市医師会ホームページでもご確認できます。

平日夜間救急対応

曜日	医療機関	電話
月	皆野病院	☎62-6300
水	秩父病院	☎22-3022
火・木・金	秩父市立病院	☎23-0611
11月9日(木)	皆野病院	☎62-6300

土曜夜間救急対応

期日	医療機関	電話
11月4日・18日	皆野病院	☎62-6300
11日・25日	秩父市立病院	☎23-0611

平日夜間小児初期救急対応

曜日	医療機関	電話
月	あらいクリニック	☎25-2711
水	秩父病院	☎22-3022
火・木・金	秩父市立病院	☎23-0611
11月9日(木)	皆野病院	☎62-6300

診療時間/19:30~22:00(祝日を除く)

埼玉県救急電話相談(24時間 365日対応)

- NTTプッシュ回線、ひかり電話、携帯電話の場合
☎#7119 (シャープ7119番)
- ダイヤル回線、IP電話、PHSの場合
☎048-824-4199

小鹿野町いつでも健康相談

心と体の様々な相談に24時間体制で医師や専門スタッフが
お答えします。

☎0120-554-245 ※小鹿野町民のみ利用できます。

埼玉県精神科救急情報センター

夜間・休日において、精神疾患を有する人や、そのご家族などからの緊急的な精神医療相談を電話にて受け付けています。

☎048-723-8699

受付 平日(月~金)/17:00~翌日8:30
土・日・祝日/8:30~翌日8:30

インフルエンザ予防接種のお知らせ

10月25日(水)からインフルエンザの予防接種を実施しています。ご希望の方は病院にお申し込みください。

接種時間 ● 15:00~(受付は14:00~14:45です。時間内にお越しください。)

接種場所 ● 病院外来 予約時間 ● 8:30~17:15 ※土・日曜日・祝日は除きます。ただし、第1、3土曜日は午前中のみ受け付けます。

接種費用 ● 4,270円

※65歳以上の人は1,200円(公費助成による個人負担)

申込方法 ● 予約制ですので必ず予約してください。(電話予約可) ☎75-2332

インフルエンザ予防接種日程

月	接種日
11月	1日(水)、6日(月)、7日(火)、10日(金)、13日(月)、14日(火)、17日(金)、20日(月)、21日(火)、24日(金)、27日(月)、28日(火)
12月	1日(金)

※ワクチンの入荷状況により、日程、定員を変更することがあります。

※来院の際は必ずマスクを着用してください。

※インフルエンザワクチン接種ご希望の方は、新型コロナワクチン以外の予防接種日から2週間以上空けてください。

保健・福祉

保健課 健康増進・地域包括担当
☎75-0135 FAX75-4710

※問合せの表記がない記事はこちらが連絡先です。

【いきいき小鹿野健康21計画の目指す姿】

一人ひとりが豊かな人生に向かって、自分に適した望ましい健康づくりを進める

【今月のいきいき小鹿野健康21計画】（休養・こころの健康）

様々な社会情勢の中でも、心身のバランスを保ちながら生きがいを持って暮らす

特集

今月は「介護の日」「人生会議」「ケアラー月間」の3つのテーマがうたわれています

高齢期は様々な疾患を発症し、介護の必要性が生じる時期でもあります。この機会に、自分の事として考えてみましょう。地域包括支援センターでは、本人や家族の困りごとの相談を受けています。一人で悩まず、ご相談ください。



「11月11日」は『介護の日』

「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう」をテーマに、「介護の日」とされています。高齢化に伴って、介護は誰にとっても身近な問題となってきました。「介護の日」を通して、本人、家族、介護従事者への理解と認識を深め、地域における支え合いや協力などそれぞれの立場でできることを考えてみましょう。

「11月30日」は『人生会議の日』

「いい看取り・看取られ」の意味を込め、「人生会議の日」とされています。誰でも、いつでも、命にかかわる病気やケガをする可能性があります。「もしもの時のために」望む医療やケアについて、一人ひとりが最期まで自分らしい生き方ができるよう周囲の信頼できる人たちと話し合っておきましょう。

11月は『ケアラー月間』

「誰かを支えるあなたも支える」11月はケアラー月間です。ケアラーとは、家族などの身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上のお世話や援助をしている人です。18歳未満の人をヤングケアラーと呼びます。介護される側だけでなく、介護にあたる人のケアも同じくらい重要です。ケアラーが孤立することのないよう地域で見守り、支えていきましょう。

埼玉県コバトン健康マイレージ事業終了のお知らせ

埼玉県コバトン健康マイレージ事業は、令和6年3月をもって終了します。今後については、新しい健康増進事業について検討をしています。詳細が決まり次第、埼玉県コバトン健康マイレージホームページの「重要なお知らせ」欄に掲載します。

なお、事業終了に伴い、新規受付（歩数計の無料お渡し）については、12月をもって終了となります。ご希望の方はお早めに保健課まで来所してください。

『交流会』に参加してみませんか？

様々な活動を通じて、対人関係の向上や社会参加を目指します。ふれあい作業所とボランティア団体よもぎの会と保健課が協働で実施します。

日時●11月14日(火)13:30~14:30

場所●けんこう交流館

対象●精神疾患で治療中の人、人前に出るのが苦手と感じている人等

内容●軽い運動、お話し会など

申込●11月10日(金)までにお申し込みください。

健康ステップアップ教室を開催します

年齢を重ねていくと共に、私たちの身体は変化をしていきます。変化の仕方によっては生活習慣病にかかったり、筋肉量の減少により、腰痛、膝痛、体力の減少などの症状が出てくることもあります。これらの症状を放っておくとだんだん身体が思うように動かなくなり、将来、生活することが大変になる可能性があります。そのきっかけは40~60代の若い時の生活習慣です。

将来の自分の健康な身体のために今から運動・食事から健康について学び、できることから実践していきましょう。

日時●11月~3月 毎月第3金曜日/全6回(内1回のみ第1金曜日)10:00~11:00 ※調理時のみ10:00~12:30

場所●いきいき館

対象●40歳以上の町民 定員●15人

内容●筋力トレーニング、有酸素運動の体験、食事について学び、調理で実践する方法を学んでいきます。

11月:体力測定・健康について学ぶ

12月:筋力トレーニング

1月:栄養講義(食事バランスや望ましい量、たんぱく質摂取の必要性について)

2月:調理実習

3月:①ステップ体操(有酸素運動)(第1金曜日)

②体力測定・他の教室の紹介

乳がん・子宮頸がん検診

日時●11月21日(火)12:30~13:30

場所●小鹿野文化センター

対象●20歳以上の町民

定員●各検診35人

費用●乳がん検診1,200円
子宮頸がん検診800円

申込●保健課に電話又は二次元コードよりお申し込みください。※加入医療保険は関係ありませんが、年度に1度限りとなります。(がん検診とセットでできる人間ドックの補助申請や、個別がん検診の申し込みは常時受け付けています。)



新型コロナウイルスワクチン 秋開始接種のお知らせ

新型コロナウイルスワクチンの令和5年秋開始接種が9月20日より始まっています。

接種対象者は1、2回目接種を済ませた5歳以上で、最後に接種してから3カ月以上経過した人となります。

接種券を紛失している場合には、再発行の手続きが必要となりますので保健課窓口で申請してください。

なお、接種は任意です。あくまでご本人の意思に基づき接種するかどうかを判断してください。

新型コロナウイルス感染症について、下記で相談に応じます。

埼玉県コロナ総合相談センター

0570-783-770(24時間対応)

ステップ体操(新規)を始めてみませんか？

音楽に合わせてステップ台に乗り降りして、楽しく腸腰筋を鍛えます。腸腰筋を鍛えると足の上げ下げがしやすくなります。

日時●12月1日(金)10:00~11:00

※ご参加いただいた人は、その後第2、4金曜日のステップ体操に参加いただけます。

対象●20歳以上の町民

費用●無料

注意事項●動きやすい格好でご参加ください。

持ち物●飲み物、タオル、室内履き

私たち頑張っています！ 今月の

こじかクラブ通信

9月21日(木)に、まちづくり座談会を行いました。日頃から、筋力体操を地域の皆さんと行うだけでなく、年間を通じて開催することの課題について話し合いました。こじかクラブメンバーからは、「高齢者が多くなる中で身近な地域で集まりが大切なこと、健康だけでなく多くの介護予防効果があるので、広く他分野の関係機関ともかかわりを増やしていきたい」等の声がありました。

終了後は町職員と筋力体操を体験する交流会も実施し、地域でがんばることの励みになりました。

個別健診が受けられます

自分の健康管理と大切な家族のため、一年に1回健診を受けるようにしましょう。

場所●契約医療機関

対象●①35歳~74歳の小鹿野町国民健康保険加入者
②75歳以上の後期高齢者医療保険加入者

※どちらも、令和5年度に集団健診や個別健診を未受診の人、又は人間ドック受診予定がない人

費用●無料

申込●保健課へお申し込みください。受診券、受診票を発行します。医療機関の予約はご自身でお願いします。

受診方法●郵送された一式について、必要事項を記入し医療機関へ持参してください。

認知症予防教室

認知症予防を目的とした月1回(全12回)の教室です。

月毎に内容を変えて、運動や音楽を取り入れた楽しい予防教室です。ぜひご参加ください。

日時●11月7日(火)①13:30~②14:30~

場所●小鹿野文化センター・大会議室

対象●65歳以上で、認知症予防に取り組みたい人

定員●40人

申込●初めて参加を希望する人は、保健課へご連絡ください。

令和5年度介護予防ボランティア養成講座 15人が修了しました！

介護予防ボランティアとは、地域の身近な場所で「こじか筋力体操」の普及をサポートしていただく皆さんです。令和5年度新たに養成講座を修了された人は15人です。これまで卒業された人は延べ147人で、様々な立場で各地域で介護予防のための活動をされています。町では16カ所の集会場で「こじか筋力体操」を実施し、参加者は楽しみながら介護予防に取り組んでいます。



11月・12月の予約が必要な教室

※今月の予約は11月分です

※各教室共、開催日の前日までに申し込みください。
申込&問合せ ●保健課 ☎75-0135 (直通)

	開催日		時間	場所	定員 持ち物	内容
長寿筋力アップ トレーニング 教室 H1	①11/8(水) 22(水)	①12/6(水) 20(水)	14:00~15:00	けんこう 交流館	各回15人 新規参加者は保健課へお申 し込みください。 運動のできる服装、飲み物、 バスタオル	筋力トレーニング等(ト レーニング機器は使い ません。)
	②11/8(水) 22(水)	②12/6(水) 20(水)	15:15~16:15			
	③11/15(水) 29(水)	③12/13(水) 21(木)	15:00~16:00			
	④11/2(木) 16(木)	④12/7(木) 21(木)	19:00~20:00	いきいき館		
	⑤11/9(木) 30(木)	⑤12/14(木) 22(金)				
バランス ボール教室 H1	11/16(木) 24(金)	12/21(木) 22(金)	10:00~11:00	けんこう 交流館	各回8人 運動のできる服 装、飲み物	大小のボールを使用する 運動
	(1カ月に1回のみ参加可能)					
骨密度・高精度 体組成計 測定日 H1	11/27(月)	12/18(月)	13:30~15:00	いきいき館	8人 運動のできる服装	骨密度測定と高精度体 組成測定、個別結果説 明、指導
高精度体組成計 測定日 H1	11/15(水)	12/20(水)	18:00~20:00	いきいき館	10人	高精度体組成測定、個 別結果説明、指導
ステップ体操 H1	11/10(金) 24(金)	12/1(金) ※新規のみ 10:00~11:00 8日(金) 22日(金)	①9:30~10:30 ②11:00~12:00 ③13:30~14:30 ④15:00~16:00	いきいき館	各回20人(1カ月に2回参加 可能) 室内履き、運動のできる服装、 飲み物、タオル	ストレッチ体操、 筋力トレーニング、 ステップ体操
ステップアップ 教室 H1	11/17(金)	12/15(金)	10:00~11:00	いきいき館	15人 運動のできる服装 飲み物、タオル	体力測定、健康教育

いきいき館(運動器具)利用のための初回講習会

安全に自分に合った運動をするための講習会です。必ず予約をお願いします。

予約がない人は初回講習会を受講できません。

対象 ●20歳以上の町民で初めていきいき館を利用する人

内容 ●いきいき館の利用方法(運動器具の使い方)

・エアロバイク(自転車こぎ)の使用法

・筋力トレーニング機器の使用法

その他、運動機器をご案内します。

持ち物 ●運動靴、運動のできる服装、タオル、飲み物

※講習会は90分程度で、個別に開催します。

※書類の記入がありますので、講習会の開始10分前には来館してください。

※疾患のある人は事前に主治医に相談後、お申し込みください。



いきいき館開放日

初回講習会を受講した人は、受講証明書を持ってご利用ください。

日時

①日中開放 毎週月・木曜日(祝日は休館)
13:00~17:00

②夜間開放 毎週水曜日(祝日は休館)
17:30~21:00(最終入館 20:30 まで)

※初回講習を受講していない人は利用できません。

認知症家族会

認知症の人を介護する家族が集まり、悩みや気持ちを話し
たり皆で支え合う会です。

日時 ●11月14日(火)10:00~11:00

場所 ●けんこう交流館

対象 ●認知症の人を介護する家族

申込 ●初めて参加を希望する人は、保健課へご連絡ください。

※水分補給のため各自飲み物をご持参ください。

オレンジカフェ「笑顔」 **H1**

認知症の人や家族が気軽に出かけられ、地域の皆さんとの交流
を深める場です。認知症になっても住みやすい環境づくりや予防に
ついて考えてみませんか?

日時 ●11月14日(火)13:30~14:30

場所 ●長寿ハウス

対象 ●町内に住所のある人で、認知症当事者及び家族

申込 ●初めて参加を希望する人は、保健課へご連絡ください。

※飲食を提供しないので、水分補給のため各自飲み物をご持参くだ
さい。

♡ 定期無料相談

※最新の開催状況については、ホームページでご確認いただくか、各問合せ先へご確
認ください。秘密は厳守しますので、お気軽にご利用ください。

行政相談

問合せ/総務課 ☎75-1223(直通)

公正・中立の立場から、行政相談委員が
行政などへの苦情や意見、要望を受け、その
解決や実現を促進します。

毎月第3月曜日実施

※休日の場合は翌日

日時 ●11月20日(月)13:00~15:00

相談委員 ●猪野龍男さん

岩崎愛美さん

場所 ●小鹿野町役場1階・相談室1

法律相談

問合せ/総務課 ☎75-1223(直通)

隔月(奇数月)実施

日時 ●11月21日(火)13:00~15:00

相談員 ●加藤純二さん(弁護士)

場所 ●小鹿野町役場1階・相談室1

※事前の予約は不要です。

登記・法律相談

問合せ/総務課 ☎75-1223(直通)

相談内容

相続の手続き・遺言の書き方、高齢者の
財産を保護する成年後見、クレジット・サ
ラ金の整理など。

隔月(偶数月第3水曜日)実施

日時 ●12月20日(水)13:00~15:00

相談員 ●埼玉司法書士会

秩父支部会員

場所 ●小鹿野町役場1階・相談室1

※事前の予約は不要です。

人権相談

問合せ/総務課 ☎75-1221

「自分の悩みは人権侵害かも?」と思っ
たら、一人で悩まず、気軽にご相談ください。

隔月(偶数月)実施

日時 ●12月20日(水)10:00~12:00

相談員 ●渡部幸夫さん、新井保子さん

場所 ●小鹿野文化センター

■みんなの人権110番 ☎0570-003-110

■女性の人権ホットライン ☎0570-070-810

■子どもの人権110番 ☎0120-007-110

※電話は、最寄りの法務局・地方法務局につ
ながります。

移住相談

問合せ/移住定住推進室 ☎0494-75-5060

小鹿野町へのU/Iターンを希望する皆
さんをサポートします。

平日の移住相談窓口

日時 ●月~金曜日8:30~17:15

(祝日・年末年始を除く)

相談員 ●移住支援コーディネーター、地
域おこし協力隊員、町職員

場所 ●まちづくり観光課

休日の移住相談窓口

日時 ●土・日10:00~15:00

(年末年始を除く)

相談員 ●移住支援コーディネーター、地
域おこし協力隊員

場所 ●小鹿野町観光交流館

ひきこもり・こころの相談

~来所や訪問での相談~

問合せ/保健福祉センター・保健課 ☎75-0135

ひきこもり相談

児童期から成人期の人を対象に、ひき
こもり・不登校でお悩みのご本人、ご家族
からの相談をお受けします。ひきこもりの
原因や解決策は様々です。一緒に考えてい
きますので、ご相談ください。

日時 ●11月13日(月)9:00~12:00

相談員 ●公認心理師

場所 ●保健福祉センター

こころの悩み何でも相談

日時 ●11月9日(木)、30日(木)

13:30~16:30

相談員 ●公認心理師

場所 ●保健福祉センター

申込 ●前日までに予約をしてください。予
約のない場合は、中止となりますのでご了
承ください。

※ご家族などご本人以外の相談も可能です。
※秘密は守りますので、安心してご相談く
ださい。

認知症に関する相談

問合せ/保健福祉センター・保健課 ☎75-0135

物忘れなどの生活の不安・介護全般

日時 ●①11月14日(火)、28日(火)

9:00~12:00

②平日(月~金)9:00~17:00

相談員 ●地域包括支援センター職員

場所 ●保健福祉センター

②の場合、又は訪問を希望される場合は、
事前にご連絡ください。

障がい者の相談窓口

相談時間/月~金曜日(祝日を除く) 9:00~17:00

■身体障がい者について

フレンドリー(カナの会)

☎26-7102 FAX62-5613

■知的障がい者・障がい児について

■障がい者の就労・生活について

秩父障がい者総合支援センター

☎21-7171 FAX24-9963

■精神障がい者について

生活支援センター アクセス

☎24-1025 FAX24-1026

消費生活・多重債務等の相談

問合せ/秩父市消費生活センター ☎25-5200

日時 ●月~金曜日9:00~16:00

(12:00~13:00を除く)

相談員 ●専門相談員

場所 ●秩父市消費生活センター

(秩父市役所本庁舎2階)

秩父保健所の相談業務 **予約制**

問合せ/秩父保健所 ☎22-3824

■ひきこもり専門相談

相談員/公認心理師

日時 ●11月7日(火)13:30~

相談時間は予約の際にご確認ください。

■ひきこもり家族ミーティング

相談員/公認心理師

日時 ●11月15日(水)13:30~

相談時間は予約の際にご確認ください。

結婚相談

問合せ/中央公民館 ☎75-0063

日時 ●11月8日(水)18:00~20:00

相談員 ●高岸友行さん、高橋 聡さん

守屋おね子さん

場所 ●小鹿野文化センター

※電話相談もご利用ください。

ひまわり 保育園 だより

🌸 マスつかみ大会 🌸

9月12日(火)に、1歳児から5歳児でマスつかみ大会を開催。
泳いでいる魚を捕まえることは、とても難しいです。最初は、怖くて触ることもできませんでした。1匹捕まえると次から次に捕まえることができました。小さいクラスの子も、たらいに入れた魚をつかもうと頑張っていました。
捕まえた魚は、塩焼きにしてもらい、お昼に食べました。
年長は、自分たちで処理をして、塩をまぶし、炭火で焼いて食べました。



まで～!



そーっと



つかまえたぞ!



逃がさないぞ!



うわあ・・・



おいしく焼けるかな?



いただきまーす!

一緒に遊びませんか? 給食を食べる場合は前日までにご連絡ください。 問合せ●小鹿野ひまわり保育園☎75-3354

第61回 簡単な手話を覚えましょう

カレーを作るのが上手です



右手5指を曲げて口に向け、回します。
指を丸めた左手に沿って、指をそろえた右手を上下させながら左へ動かします。
右手の掌で左腕をなで下ろします。

スマートフォンやパソコンで、下記のURLを入力するか二次元コードを読み取ると、手話を動画でご覧いただけます。(協力 ちちぶ広域聴覚障害者協会)



<https://shuwa-chichibu.sakura.ne.jp/video/crtkzj.php#v>



我が家の 天使

元気に、たかばいで
どこまでも！
優しい笑顔が
チャームポイント☆

長留
黒沢翔平さん・すみれさん
絃太(げんた)くん
奏太(そうた)くん 兄

文芸の窓

銀漢や夜干のブラウスカがやかす
大夕立やと万物息づけり
秋高し鎌を研ぐ夫気合入れ
ひぐらしや一声鳴いて次の谷
久々に握手を交はし夏座敷
太陽に赦し乞ひたき溽暑なり
廃校の天空に咲く大花火
山の子や海に四泊夏休み
夏座敷ごろ寝の会話母も居て

両神文芸クラブ

秋山木実子
木村 良子
齊藤 富恵
島崎まつ乃
多比良キヨ子
長又 和子
増島 敏雄
茂木 たい
横田トシエ

がれき中残されし時間あとわずか
母ちゃんもたまにはぐいっと茶わん酒
頼まれて手がいつぱいの福の神
気象庁今夏の残暑想定外
次々と体質なのかな虫刺され

石田 徳光
小鹿原 澄子
黒澤 哲雄
小菅 義久
豊田 勝彦

小鹿野川柳を楽しむ会



おがのフォトニュース



路地ST. 9/10

第55回 令和5年度郡下 社会人卓球大会 9/10

女子団体戦優勝
/小鹿野Aチーム
(犬木恵子・
茂木登美江・若林 葵)
男子個人戦上級の
部優勝/藤田 峻
女子個人戦優勝
/茂木登美江



彩の国プラチナフェスティバル
令和5年度シルバースポーツ大会
ゲートボールの部 優勝 9/21

祝悼

ご出産おめでとうございます (9月中の同意書届出()は保護者・敬称略)

9月
10日 黒沢 菜白(直也) 長留
14日 久保 茉莉花(雅貴) 両神小森

お悔やみ申し上げます (9月中の同意書届出・敬称略)

8月
17日 黒沢 光弘(52) 飯田

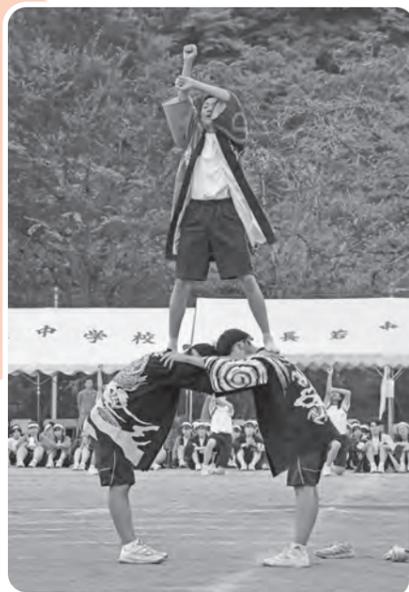
9月
2日 飯塚 栄子(62) 藤倉
5日 出浦 市郎(84) 下小鹿野
13日 宮越 良昭(84) 小鹿野
15日 斉藤 キサ(94) 飯田
21日 犬木 晃(88) 飯田
23日 浅香 恵喜夫(92) 三山
26日 鷹塚 忠男(79) 下小鹿野

※ご家族の同意をいただいた人のみ掲載しています。(同意書届出順)



おがのフォトニュース

小鹿野中学校体育祭 9/16



両神小学校運動会 9/30



第47回
埼玉県スポーツ少年団
剣道交流大会
小学5・6年団体の部
第3位 9/23
八木 稜
高橋寛貴
中川弘理



おがの化石館
来館者20万人を達成。
記念品を授与しました。 9/23

長若小学校運動会 9/30



小鹿野小学校運動会 9/30



三田川小学校運動会 9/30



情報版

イベント

みどりの村のイベント

●ウマとのふれあいコーナー

日時 11月12日(日)10:00~15:00
場所 みどりの村 子供の広場
費用 乗馬体験1人500円

※申込不要

●キーホルダー(レジン)作り教室

日時 11月25日(土)10:00~12:00
場所 みどりの村 交流館
費用 1人1,000円

定員 10人(抽選)

締切 11月10日(金)必着

●コンニャク作り体験

日時 12月3日(日)10:00~12:00
場所 みどりの村 若者センター
費用 1人1,500円

定員 10人(抽選)

締切 11月17日(金)必着

※5ℓの容器を持参ください。

●トウフ作り体験

日時 12月10日(日)10:00~13:00
場所 みどりの村 若者センター
費用 1人1,500円

定員 10人(抽選)

締切 11月24日(金)必着

※容器を持参ください。

●クリスマスリース作り教室

日時 12月17日(日)13:00~15:00
場所 みどりの村 若者センター
費用 1人2,500円

定員 10人(抽選)

締切 12月1日(金)必着

申込&問合 往復はがきにて参加イベント名、参加者全員の住所、氏名、連絡先と年齢を明記のうえ、応募してください。

みどりの村管理事務所
〒368-0101小鹿野町下小鹿町27
☎75-3441

ミニ門松を作ってみよう

日時 12月17日(日)9:30~12:00
場所 秩父ミュージックパーク・音楽堂(予定)
内容 伝統的な正月飾りの門松を小さくしたミニ門松を秩父ミュージックパークに自

生する竹や松などを使って作成します。飾りなどをお持ちの人はご持参ください。できたものはお持ち帰りできます。

対象 一般

費用 500円

定員 先着50個(11月15日(水)10:00受付開始)

※作業しやすい服装でご参加ください。

申込&問合 事前に秩父ミュージックパーク管理事務所へ電話にてお申し込みください。
秩父ミュージックパーク管理事務所
☎25-1315

募集

秩父看護専門学校 令和6年度看護学生募集

●推薦入試

試験期日 11月26日(日)
出願期間 11月13日(月)~22日(水)
選考方法 書類選考、一般常識、小論文、面接

●一般入試

試験期日 12月17日(日)
出願期間 11月27日(月)~12月13日(水)
選考方法 国語I(漢文、古文を除く)、一般常識、小論文、面接
※学校見学も随時行っています。
問合 秩父看護専門学校 ☎25-4696

自衛官募集

●高等工科学校生徒(推薦)

試験期日 1月6日(土)~8日(月・祝)の間の指定された1日
受付締切 12月1日(金)
応募資格 男子で中学卒業(見込含む)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動・部活動等で顕著な実績を修め、学校長が推薦できる人

●高等工科学校生徒(一般)

試験期日 1月13日(土)、14日(日)の指定された1日 2次試験あり
受付締切 1月5日(金)
応募資格 男子で中学卒業(見込含む)17歳未満の人

●自衛官候補生(陸海空任期制自衛官)
受付期間 年間を通じて行っております。
応募資格 18歳以上33歳未満の男女(令和6年4月1日までに18歳になる17歳含む)

※試験期日等は変更になる場合がありますので、詳細はお問い合わせください。

問合 自衛隊秩父地域事務所
主任広報官 満木
☎080-3431-0635

埼玉県内市町村専門職 オンライン業務説明会

彩の国さいたま人づくり広域連合では、市町村の専門職の仕事を知ってもらうことを目的に「専門職オンライン業務説明会」を開催します。各市町村の専門職として働く現役職員が仕事紹介や体験談等を講演します。

日時 12月15日(金)13:30~16:40
職種 保健師、保育士、社会福祉士、土木・建築職(予定)

申込 彩の国さいたま人づくり広域連合ホームページ「SAITAMA市町村職員採用NAVIL」にて申込受付中です。

問合 彩の国さいたま人づくり広域連合 ☎048-664-6684

メール jinzai02@hitozukuri.or.jp
ホームページ
https://hitozukuri-navi.jp

熊谷高等技術専門学校秩父分校 技能講習受講生募集

●介護福祉士試験準備講習(受験直前対策)

日時 1月6日(土)、13日(土)
9:00~16:00
費用 受講料2,000円、テキスト代2,860円(税込)

●ビジネス広報Microsoftフォトによる動画編集とSNS活用(基礎)

日時 1月20日(土)、27日(土)
9:00~16:00
費用 受講料4,000円(税込)
申込&問合 12月1日(金)~10日(日)までに往復はがき又はホームページでお申し込みください。
熊谷高等技術専門学校秩父分校
☎22-1948

皆野高校冬期 学校公開講座参加者募集

皆野高校で学校公開講座を開講します。

●実用書(筆で署名)

日時 12月12日(火)、19日(火)両日とも
18:00~19:30

※1日だけの参加でも可

場所 皆野高校書道教室
対象 高校生を除く成人(15人程度)
費用 1,500円(小筆代)

申込 12月1日(金)までに皆野高校ホームページ又は電話でお申し込みください。
※このほかの講座はホームページをご覧ください。

問合 皆野高校 ☎62-2076

案内

11月は「いじめ撲滅強調月間」です

いじめられた子どもには心身に深刻な被害が生じることがあります。いじめは重大な人権侵害であり、決して許されることではありません。

県では、11月を「いじめ撲滅強調月間」と定め、いじめ問題の根絶に取り組んでいます。いじめを受けていたり、いじめに気が付いたら一人で悩まず相談・通報してください。

電話相談窓口

よい子の電話教育相談(毎日24時間対応)
18歳以下の子ども専用
☎0120-86-3192
保護者専用
☎048-556-0874
メール相談
soudan@spec.ed.jp

安全運転のご提案

皆さんは、ご自身の運転を顧みることがありますか。更なる安全運転意識と事故・違反の抑止効果の向上を目指していただくために、運転記録証明書の活用をお勧めしています。

当センターでは、運転記録証明書のほか、運転者の求めに応じて、無事故・無違反、累積点数等、運転免許経歴の各証明書を発行しています。

証明書の申請方法は自動車安全運転センターホームページでご確認ください。
問合 自動車安全運転センター
埼玉県事務所 ☎048-541-2411

求人企業合同説明会 ~県内企業多数参加予定です 採用担当者と直接話してみよう~

日時 11月21日(火)13:00~16:00
(受付12:00~15:30)

場所 大宮ソニックシティビル・市民ホール(予約不要、入退場自由)

対象 令和6年3月大学・短大・専門学校卒業予定者(既卒3年以内含む)

その他 求人企業情報を来場者全員に配布。履歴書を複数枚お持ちください。(当日会場でコピー可)参加企業は開催2週間前より雇用対策協議会ホームページに掲載予定。

問合 埼玉県雇用対策協議会
☎048-647-4185

埼玉県環境アドバイザー募集

豊富な経験や知識を持ち、地域での環境保全活動や環境学習の指導及び助言等を行う「環境アドバイザー」を募集しています。応募資格、応募詳細を県環境政策課のホームページで確認のうえ、各応募締切日までに県環境政策課へお申し込みください。

問合 埼玉県環境部環境政策課
☎048-830-3019

秩父自殺予防フォーラム

自殺は、その多くが防ぐことができる社会的な問題です。

秩父地域で支え合い、自殺を防ぐために何ができるか、また日頃抱える悩みの解消法を考える機会にしませんか。ぜひ、お気軽にご参加ください。

日時 11月26日(日)14:00~16:00
場所 横瀬町町民会館
内容 講演会「みんなで支える大切な命~ストレス対処やこころの整え方~」
講師 精神科医 大野裕 先生(一般社団法人認知行動療法研修開発センター理事長、ストレスマネジメントネットワーク株式会社代表)

その他 参加費無料、事前申込不要
※駐車場に限りがあるため、乗り合わせ又は公共交通機関の利用にご協力ください。

秩父税務署からのお知らせ

●11月1日(水)より国税相談専用ダイヤルを導入します

国税に関する電話相談については、現在、全国の国税局に設置している電話相談センターで対応していますが、国税庁では、11月1日(水)より納税者の利便性の向上を図るため、税務署の代表電話番

号を介さず全国一律の電話番号で電話相談センターに直接つながる「国税相談専用ダイヤル」(☎0570-00-5901)を導入します。

利用時間は平日8:30~17:00までで、各国税局(所)の電話相談センターへ直接入電されます。なお、税務署にご用の際は、従来どおり税務署へ電話して音声案内「2」を選択してください。

●税を考える週間

11月11日(土)~17日(金)は「税を考える週間」です。

国税庁では、国民の皆さんに租税の意義や役割、税務行政に対する知識と理解を深めていただくため、毎年11月11日~17日を「税を考える週間」として、「これからの社会に向かって」をテーマに集中的に国税庁ホームページやSNS等による広報、講演会の実施や関係民間団体等と連携して、各種イベントを全国各地で実施しています。

詳しくは、国税庁ホームページ又は秩父税務署へお問い合わせください。

問合 秩父税務署
☎22-4433(自動音声案内2番)



秩父特別支援学校 秩特かがやき祭開催

日時 11月25日(土)10:10~
場所 埼玉県立秩父特別支援学校
内容 児童生徒の作品展示、作業学習の製作品販売、学習活動紹介、バザー等
問合 秩父特別支援学校 ☎24-1361

秩父法律相談センター 無料相談会(予約不要)

日時 11月24日(金)14:00~16:00(最終受付15:30)
場所 秩父地場産センター・多目的大ホール
主催 埼玉弁護士会
問合 埼玉弁護士会熊谷支部
☎048-521-0844

