



固定資産税 第3期
国民健康保険税 第6期
介護保険料 第6期
後期高齢者医療保険料 第6期
12月25日(月)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 ● 『みとめあう 広い心で 多様な価値観』 長若小学校 笠原 葵(令和5年度優秀作品)

日・SUN	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THU	金・FRI	土・SAT
11/26	27	28	29	30	12/1 世界エイズデー	2
3 障害者週間	4 人権週間 ▲カレンダー作り ◎こころの悩み何でも相談 ■日中開放	5 ▲ベビーマッサージ	6 ▲子育てサークル ▲子育て相談日 ●長寿筋トレ教室 ■夜間開放	7 大雪 ▲発育測定・栄養相談 ■日中開放 ■長寿筋トレ教室	8 ▲開放 ▲すくすく(計測・発育相談) ■ステップ体操(新規)	9
10 世界人権デー 鉄砲まつり(飯田・八幡神社)	11 ▲開放 ■日中開放 ★図書館休館日	12 ▲子育て講座 ◎認知症相談日 オレンジカフェ『笑顔』(長寿ハウス) ●交流会	13 ▲手形足形スタンプ ●長寿筋トレ教室 ■夜間開放	14 ▲おはなし会 ●3か月・6か月・9か月・12か月健診 ◎ひきこもり相談 ■日中開放 ■長寿筋トレ教室	15 年賀郵便特別扱い開始 ▲開放 ▲すくすく(手形足形スタンプ) ☆なかよしキッズ ■健康ステップアップ教室 ★図書館休館日	16 鉄砲まつり(飯田・八幡神社) ▲土曜午前開放 ▲パパと遊ぼう ★ふる総イベント
17 ★ふる総イベント	18 ▲開放 ■日中開放 ■骨密度・高精度体組成計測定日 ○行政相談 ★図書館休館日	19 ▲クリスマス制作(すくすく)	20 ▲クリスマス制作(よちよちてくてくじゃんぷ) ●長寿筋トレ教室 ■夜間開放 ■体組成計測定日 ○人権相談 ○登記相談	21 ▲クリスマス会 ●子育てこころの相談 ●バランスボール教室 ◎こころの悩み何でも相談 ■日中開放 ●長寿筋トレ教室 ■長寿筋トレ教室	22 冬至 ▲手作り講座「だるまん」 ■ステップ体操 ●バランスボール教室 ■長寿筋トレ教室	23 ☆おはなしひろば
24	25 クリスマス ▲ともだちになろう♡ ■日中開放 ★図書館休館日	26 ▲手作り講座「だるまん」 ◆認知症予防教室 ◎認知症相談日	27 ▲みんなで遊ぼう	28 官公庁仕事納め	29	30
◆文化センター休館日 ★図書館休館日	◆文化センター休館日 ★図書館休館日	◆文化センター休館日 ★図書館休館日	◆文化センター休館日 ★図書館休館日	◆文化センター休館日 ★図書館休館日	◆文化センター休館日 ★図書館休館日	◆文化センター休館日 ★図書館休館日
31	1/1 元日	2	3	4 官公庁仕事始め ▲開放 ■日中開放 ■長寿筋トレ教室	5 ▲開放 ▲すくすく(計測・発育相談) ■ステップ体操(新規)	6 小寒

[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 11月1日現在 【世帯数】4,514世帯
【総人口】10,336人【男性】5,151人【女性】5,185人
10月中の異動 出生2人/死亡14人/転入21人/転出21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、行政区の皆さんのご協力と配布しています。
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11月15日現在)
貯水位 315.59m
貯水量 4,647,000㎥
貯水率 45.3%
非洪水期:10月~6月
総貯水量:10,250,000㎥



広報おがの

小鹿野

花と

歌舞伎と

名水のまち

2023.DEC
12
Vol.219

尾ノ内溪谷紅葉まつり

11/4,5

尾ノ内溪谷紅葉まつり 11/4,5

両神山麓花の郷ダリア園で摘み取った色とりどりのダリアでいっぱいになった尾ノ内溪谷が来場者を魅了しました。今回の摘み取り並びに飾り付けは昨年に引き続き、町内外から集まった大勢のボランティアにも参加いただき作業を行いました。
夜はライトアップされ、より幻想的な雰囲気を楽しませてくれました。



CONTENTS

- 2 マイナンバーカードの利用方法
- 3 information
- 10 子育て支援
- 14 図書館・生涯学習
- 16 病院だより・医療
- 18 保健・福祉
- 22 みんなの広場
- 26 無料相談
- 27 情報版

マイナンバーカードの 出張申請受付を実施します!



町では、マイナンバーカードの普及促進を図るため、住民生活課窓口においてマイナンバーカードの申請受付を実施しています。また、窓口に向くのが難しい人は、自宅へ出張訪問し、申請受付を行う「出張申請」も実施します。お気軽にお問い合わせください。

出張申請

実施日程 ● 平日10:00～16:00
(電話にて連絡してください。受付後、日程の調整をさせていただきます。)

窓口申請

受付時間 ● 平日8:30～17:15

受付場所 ● 住民生活課窓口

申請条件

- ① 小鹿野町内に住所(住民登録)があること。
- ② 申請用顔写真の撮影ができること。
- ③ 本人確認ができる書類を提示できること。

■1点で確認できるもの

運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード(写真入り)、在留カードなど顔写真があるもの

■2点以上確認が必要なもの

健康保険証、介護保険証、国民年金手帳、学生証など住所が記載されているもの

交付

申請後、約1カ月程度で住所地に簡易書留郵便等でマイナンバーカードを送付します。

申込&問合せ 住民生活課 ☎75-1418

マイナンバーカードの利用方法



町民の約70%の人がマイナンバーカードを所持していますが、マイナンバーカードをどのように使うかわからないとの声もあります。マイナンバーカードのご利用方法について、3回に分けてご案内します。

第1回 各種証明書の発行について

マイナンバーカードと利用者署名用電子証明書(4桁の暗証番号)を用いて、コンビニエンスストアや住民生活課窓口で各種証明書を発行することができます。申請用紙を書かなくて良いので、とても簡単です。

【発行できる証明書】

住民票の写し、印鑑証明書、町民税・県民税所得・課税証明書(最新年度のもののみ)

【利用できるコンビニエンスストア】

全国のセブンイレブン、ファミリーマート、ローソン
毎日6:30～23:00

(年末年始など休止する場合があります。)

【役場窓口で利用する場合】

窓口開庁日8:30～17:15

コンビニエンスストアで発行するのと同様に利用者署名用電子証明書(4桁の暗証番号)を利用します。

町営住宅の入居者を募集します

町営住宅美屋団地

募集戸数 ● 1戸(抽選)

物件構造 ● 木造2階建3LDK72.86㎡

所在地 ● 小鹿野町小鹿野1278番地(やすらぎの丘公園西約200m)

町営住宅春日団地

募集戸数 ● 1戸(抽選)

物件構造 ● 木造2階建2LDK65.61㎡

所在地 ● 小鹿野町小鹿野1911番地(小鹿野小学校西約100m)

町営住宅笠原団地

募集戸数 ● 1戸(抽選)

物件構造 ● 木造2階建2LDK67.3㎡

所在地 ● 小鹿野町小鹿野405番地(南裏通り伊豆沢入り口)

家賃 ● 所得により決定 **敷金** ● 家賃の3カ月分

駐車場 ● 2,500円/台(月額)

入居資格

- 現に同居し、又は同居する親族等がいること。
- 所得月額が扶養控除後15万8,000円以下であること。
- 自ら居住するための住宅を必要としていること。
- 申込者本人を含む同居世帯の全員が暴力団員でないこと。
- 国・地方税を滞納していないこと。

募集期間 ● 12月4日(月)～22日(金)

申込&問合せ 建設課 ☎75-5062

！ 年末年始 公的機関等の業務のお知らせ

業務内容	年末	年始
役場業務	12月28日(木)まで	1月4日(木)から
し尿収集	12月28日(木)まで ※年末の依頼が混み合い、ご要望に応じられない場合がありますので、12月18日(月)までに衛生センターへお申し込みください。	1月4日(木)から
ごみ収集	12月30日(土)収集予定地区まで通常どおり収集 収集日は「ごみカレンダー」でご確認ください。	1月4日(木)収集予定地区から通常どおり収集
ごみの持ち込み	持ち込み可:12月28日(木)～30日(土) 受付時間 ● 9:00～12:00、13:00～16:00 ※12月31日(日)は持ち込み不可	1月4日(木)から
火葬業務	12月30日(土)まで	1月3日(水)から
霊柩車業務	12月30日(土)まで	1月4日(木)から
水道	12月28日(木)まで	1月4日(木)から

■ 個人番号カード等を利用した証明書(住民票の写し・印鑑登録証明書)のコンビニ発行サービスについては、12月29日(金)～令和6年1月3日(水)までの間、休止となる場合があります。

問合せ ● 総務課 ☎75-1221
衛生センター ☎75-0352
秩父広域市町村圏組合業務課 ☎24-8050

可燃ごみ(秩父クリーンセンター) ☎24-8050
不燃ごみ(秩父環境衛生センター) ☎23-8921
火葬(秩父斎場) ☎23-1678
秩父広域市町村圏組合水道局西秩父事務所 ☎75-0043

！ 年末年始 観光施設等の営業予定

施設名/電話番号	年 末							年 始				
	25 月	26 火	27 水	28 木	29 金	30 土	31 日	1 祝	2 火	3 水	4 木	5 金
両神温泉薬師の湯 ☎79-1533	○	休	○	○	休	休	休	休	△	△	○	○
両神農林産物直売所 ☎79-0124	○	休	○	○	休	休	休	休	▽	▽	○	○
クライミングパーク神怡館 ☎26-7805	○	休	▼	▼	休	休	休	休	▼	▼	休	休
秩父ミュージアムパーク(直売所・サイクリング) ☎25-2939	○	休	○	○	休	休	休	休	休	休	○	○

○…営業・臨時営業 休…休業・臨時休業 △…11:00～17:00 ▽…10:00～16:00 ▼…10:00～18:00
※秩父ミュージアムパークのスカイトレインについては、冬季は土・日・祝のみの営業ですが、12月31日(日)～令和6年1月2日(火)は休業します。

！ 町営バス お正月運休便のお知らせ

お正月の期間、次の町営バスが運休します。

問合せ ● まちづくり観光課 ☎75-5060

1月1日(月・祝)

■ 終日運休 日向大谷・三峰口線及び白井差線

■ 一部運休 西武秩父駅線

西武秩父駅線の運休便

薬師の湯発 18:15 → 西武秩父駅着 19:04
西武秩父駅発 19:15 → 薬師の湯着 20:04

1月2日(火)、3日(水)

■ 表記した17便が運休

日向大谷・三峰口線の運休便

薬師の湯発 6:45 → 日向大谷口着 7:20
両神庁舎発 7:10 → 三峰口駅着 7:31
日向大谷口発 7:30 → 薬師の湯着 8:05
三峰口駅発 7:48 → 両神庁舎着 8:13
薬師の湯発 17:09 → 三峰口駅着 17:27
三峰口駅発 17:37 → 日向大谷口着 18:30
薬師の湯発 17:55 → 三峰口駅着 18:08
三峰口駅発 18:15 → 両神庁舎着 18:36
日向大谷口発 18:30 → 薬師の湯着 19:05

白井差線の運休便

両神庁舎発 6:50 → 白井差口着 7:25
白井差口発 7:34 → 小鹿野町役場着 8:20
両神庁舎発 16:52 → 小鹿野町役場着 17:09
小鹿野町役場発 17:35 → 白井差口着 18:27
白井差口発 18:33 → 両神庁舎着 19:13
薬師の湯発 19:05 → 小鹿野町役場着 19:19

西武秩父駅線の運休便

薬師の湯発 18:15 → 西武秩父駅着 19:04
西武秩父駅発 19:15 → 薬師の湯着 20:04

危険ブロック塀等の撤去費及び築造費を補助します

道路に接するブロック塀が倒壊すると、通行人などに危害を与える恐れがあります。ブロック塀倒壊により事故にあった被害者がブロック塀の所有者に対し、高額な損害賠償を求めるケースもあります。

ブロック塀を所有されている人は、事故を防止するため、町ホームページ内の「ブロック塀の点検チェックシート」により、安全点検をお願いします。不適合が一つでもある場合は、専門業者や建設課へご相談ください。



対象物

- ①道路等に面しているもの。
 - ②建築基準法に適合しないもの又は道路等からの高さが0.8m以上で劣化や損傷があり、撤去する必要があると町長が認めるもの。
- 対象者**●危険ブロック塀等のある敷地又はその敷地に存する建築物の所有者及び管理者で町税の滞納がない人

補助金額

■危険ブロック塀等の撤去
1平方メートル当たり1万円を乗じた額と補助対象経費の額を比較して

問合せ 建設課 ☎75-5062

較していずれか少ない額(上限額15万円)
※千円未満の端数切り捨て

■安全な塀の築造等
1メートル当たり1万円を乗じた額と補助対象経費の額を比較していずれか少ない額の2分の1以内の額(上限額10万円)
※千円未満の端数切り捨て

申込●事前に建設課へお問い合わせのうえ、事業を実施する前に必要な書類を添えて申請してください。なお、申請書等は建設課で配布しています。また、町ホームページからもダウンロードできます。

木造住宅耐震診断及び耐震改修費を補助します

町では、今後予想される大規模な地震に備え、町民の生命、財産を守るため、昭和56年以前に建てられた木造戸建て住宅を対象に、地震に対する強度を測るための「耐震診断」及び耐震診断の結果、補強工事が必要となった場合の「耐震改修」の費用に対して補助金を交付します。



対象物

- 耐震診断
町内にある一戸建ての木造住宅又は木造併用住宅(店舗等として利用している部分の床面積が延べ面積の2分の1未満のもの)。ただし、地階を除く階数が2以下のものとし、その建築時期が昭和56年5月31日以前に着工されたもの。
- 耐震改修
耐震診断の結果、上部構造評価点等が1.0未満又は地盤もしくは基礎が安全でないと診断されたもの。
- 対象者**●耐震診断、耐震改修ともに町内に住所があり、町税及び水道料金を滞納していない人であって、対象となる木造住宅に居住し

ている住宅の所有者又はその人の2親等以内の親族

補助金額

■耐震診断
耐震診断に要した費用の2分の1以内の額(上限5万円)
※千円未満の端数切り捨て

■耐震改修
耐震改修に要した費用の3分の1以内の額(上限20万円)
※千円未満の端数切り捨て

申込●事前に建設課へお問い合わせのうえ、事業を実施する前に必要な書類を添えて申請してください。申請書は建設課で、配布しています。また、町ホームページからもダウンロードできます。

問合せ 建設課 ☎75-5062

2024年版 小鹿野町観光カレンダー

販売価格●200円/部
販売窓口●小鹿野町役場、国民宿舎「両神荘」、道の駅「両神温泉薬師の湯」、両神農林産物直売所、長尾根農林産物直売所

問合せ 小鹿野町観光協会(小鹿野町まちづくり観光課内)
☎75-5060



福祉関係の計画に対するご意見を募集します

町では、福祉関係の計画の策定を進めています。計画をよりよいものにするために、町民の皆さんからのご意見を募集します。

募集期間●12月6日(水)～令和6年1月5日(金)

策定概要

- 第9期小鹿野町総合保健福祉計画の策定
- 第5次小鹿野町障害者計画及び第7期小鹿野町障害福祉計画・第3期小鹿野町障害児福祉計画の策定

提出方法

- 意見用紙の持参、郵送、FAX
 - インターネットによる提出
- 町ホームページ内のご意見・ご要望フォームから送信してください。なお、件名は「第9期小鹿野町総合保健福祉計画(案)に対する意見」、「第5次小鹿野町障害者計画及び第7期小鹿野町障害福祉計画・第3期小鹿野町障害児福祉計画(案)に対する意見」としてください。※ご意見は、日本語に限ります。※電話など口頭によるご意見の受け付けは行いません。

計画案の公表方法

■町ホームページへの掲載
トップ画面>町政情報>広報・広聴・統計>パブリックコメントの募集・結果

■小鹿野町役場町政情報コーナー、小鹿野文化センター、町立図書館(両神ふるさと総合会館)、保健福祉センター窓口での閲覧

その他

- ご意見に対する個別の回答は行いません。
- いただいたご意見は、計画策定の参考とさせていただきます。ご意見の概要や町の考え方は、町ホームページ等により公表します。
- 公表内容からは、個人情報を除きます。
- ご意見等をまとめるため、必要に応じて抜粋や要約を行うことがあります。

提出先&問合せ 〒368-0105 小鹿野町小鹿野300
小鹿野町保健福祉センター・福祉課
☎75-4421 FAX75-4710

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
町道117号線道路改良工事(2工区その1)	小鹿野地内	22,121,000円	株式会社山崎工務店	～令和6年3月29日
小鹿野町橋梁修繕工事(日向橋工区)	河原沢地内	14,290,100円	株式会社山崎工務店	～令和6年3月29日
町道117号線道路改良工事(2工区その2)	小鹿野地内	14,726,800円	株式会社山崎工務店	～令和6年3月29日
町道171号線道路改良工事	下小鹿野地内	11,833,800円	株式会社山崎工務店	～令和6年3月29日
町営住宅滝原団地一部解体工事	飯田地内	4,428,600円	株式会社加藤建設	～令和6年2月29日
町道702号線舗装工事	飯田地内	5,062,200円	株式会社岩田組	～令和6年1月19日
日向大谷公衆便所受水槽付きポンプ設置工事	両神薄地内	1,639,000円	守屋設備株式会社	～令和5年12月25日
町道700号線用地測量業務委託	三山地内	1,859,000円	株式会社千島測量設計	～令和6年2月29日

▲令和5年10月26日開札分



当日は大名行列や、笠鉾・屋台の曳き廻し、歌舞伎上演も行われるよ!



こんにちは
町長です

国民健康保険制度について

日本の医療保険制度は、職業、年齢などで区分された複数の制度によって構成されており、国民のすべてがいずれかの医療保険制度に加入するという国民皆保険制度を確立しています。

そのうち74歳以下の人が加入する医療保険制度は、健康保険と国民健康保険(以下「国保」という。)の二つの柱から成り立っています。

国保は、健康保険の適用を受けない人や自営業者などが加入する保険で、地域を単位に把握して構成するため地域保険と呼ばれています。国保は中高年齢者が多く加入し医療費が増加する一方、被保険者(加入者)の所得水準が比較的、保険料(税)の負担率が高いという構造的な課題を抱えています。

これらの課題を解決するため、国は3,400億円の財政支援の拡充により、財政基盤を強化し、平成30年度から国保を都道府県単位として、都道府県が新たな財政運営の責任主体となり、市町村は引き続き資格管理、保険給付、保険税の賦課徴収、保健事業などを行うこととなりました。

この制度改正により、都道府県は各市町村と共通認識の下、一体となって財政運営や保険者としての事務を実施するとともに、事業の効率化を推進できるよう運営方針を定めることとなりました。埼玉県では各市町村や国民健康保険団体連合会と共に課題を整理し、運営方針第一期(平成30年度から令和2年度)、第二期(令和3年度から令和5年度)を定め、国保財政の安定的運営のため、一般会計からの法定外繰入の削減や医療費適正化、事務の広域化、効率化などの取り組みを進めてきました。

埼玉県では法定外一般会計繰入金額は減少傾向にあります。全国的に高い水準となっています。今後は高齢化の進展や被用者保険の適用拡大などにより、主に負担を担ってきた現役世代が減少し、保険者規模が縮小していくことが見込まれます。また、被保険者から見て、療養の給付などは全国共通であるものの、各市町村の財政状況によって保険税が異なる状況にあり、受益と負担の公平性を図る観点から改善していく必要があります。

埼玉県と市町村などで協議を行い、これまでの取り組みを継続し財政の安定化を図りながら、法定外繰入の着実な解消や保険税水準の統一、医療費適正化のさらなる推進を図っていくこととなります。

国保財政の安定的な運営のためには、原則として、必要な支出を保険税や国庫負担金などで賄うことにより、国保会計の収支が均衡していることが重要です。

埼玉県では令和9年度に保険税水準の準統一を実現するために、令和8年度までに法定外一般会計繰入金等を解消することとしています。保険税水準の統一は、県内の保険給付の負担を全市町村で支え合うために、財政の安定化につながることに、県内どこに住んでいても、同じ世帯構成、所得であれば同じ保険税となるため、被保険者間の公平性の確保につながります。

なお、令和5年10月1日現在で町内の国保被保険者の人数は、2,823人となっています。

町では、埼玉県で定める国保運営方針に定める内容に沿って進めてまいりますので、町民の皆様にはご理解ご協力を賜りたいと存じます。

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.52 ~神怡館大規模課題リニューアルのお知らせ~

小鹿野町クライミングパーク神怡館には、傾斜角度の異なる6面の壁があり、1カ月に1面の頻度で課題のリニューアルを実施しています。



寒い冬でも大勢のお客さんにご利用いただくため、右記の日程で3面(80度・90度・100度)の大規模課題リニューアルを実施します!!

課題リセット(ホールド取り外し)●12月4日(月)

課題セット(ホールド取り付け)●12月5日(火)

課題リニューアル(新作課題公開日)●12月6日(水)

皆様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



縄文時代の「石器作りのムラ」の出土品を公開します

合角ダム水没地域には4つの遺跡があり、発掘調査の成果は「合角ダム水没地域埋蔵文化財発掘調査報告書」①(平成7年)と同②(平成13年)として刊行されています。また、出土した土器や石器などは小鹿野総合センターや旧両神中学校で保管し、これまでに報告されたものを含め出土品の整理及び調査研究を継続して行ってきました。

令和4年度には、新たに調査報告がまとまった同③下平遺跡石器編を刊行しました。

下平遺跡からは、石鏃などの石器類が多く出土し、特に1号溝と呼ぶ湧水が流れた自然溝を中心にチャートや黒曜石の剥片、石くずが顕著で、1万点近い膨大な量が出土しました。これらのことより発掘当時より石器製作遺跡であることが想定されていました。

町文化財保護審議委員の田部井功氏を中心に継続して行われていた調査により、チャートや黒曜石を用いて作られた石器類の製作工

程が明らかになりました。

また、令和3年度に実施した「塚越向山遺跡出土注口土器及び収納土器」(県指定文化財)の石器群の理化学分析の結果も、報告書には掲載されています。

今回の報告書に掲載した資料の収蔵展示作業が終了しました。そのため、下記日程で収蔵している小鹿野総合センターの特別公開を行います。皆さまに調査報告の成果をご覧いただける機会です。また、特別公開に併せて町内在住の画家吉田迪子氏が描いた小鹿野の文化財の絵画も特別展示します。ぜひ足をお運びください。

小鹿野総合センター特別公開

期日●12月9日(土)~17日(日) 時間●9:30~16:00

※入場無料

町長交際費

町長が町を代表して対外的に活動するときに、外部との交際に要する経費です。
※代理出席したのものも含まれます。

令和5年度前期分 支出額 260,680円

令和5年4月	
6日	土産品代 4,000円
13日	土産品代 10,000円
19日	西秩父商工会青年部通常部員総会・懇親会会費 5,000円
20日	民生委員・児童委員協議会懇親会会費 5,000円

令和5年5月	
1日	土産品代 5,770円
19日	土産品代 4,000円
23日	西秩父料飲店組合懇親会会費 5,000円
23日	土産品代 4,000円
24日	秩父商業青年経営者研究会定時総会・懇親会会費 6,000円
26日	秩父地域首長懇親会会費 10,000円
26日	小鹿野町消防団第5支団歓迎会会費 6,000円
27日	小鹿野町消防団第2支団歓迎会会費 5,000円
27日	小鹿野剣道連盟総会・懇親会会費 5,000円
31日	秩父郡町村会懇親会会費 8,000円

令和5年6月	
10日	清水武司氏 環境大臣賞受賞祝賀会会費 8,000円
12日	土産品代 2,910円
12日	知事との意見交換会会費 10,000円
17日	ウエルカムライダーズおがの通常総会・懇親会会費 5,000円
20日	土産品代 4,000円
21日	秩父雇用対策協議会総会・懇親会会費 5,000円
22日	秩父観光協会秩父支部総会・懇親会会費 7,000円
24日	さやか創立40周年記念祝賀会会費 3,000円
26日	小鹿野町農業委員会委員懇親会会費 5,000円
26日	小鹿野町観光協会総会・懇親会会費 5,000円
27日	おがのシルクロード商店会第6期通常総会・懇親会会費 5,000円
28日	小鹿野りそな会総会・懇親会会費 2,000円

令和5年7月	
1日	小鹿野高校野球部出陣式・懇親会会費 5,000円
2日	秩父願い石巡礼の会設立祝賀会会費 6,000円
3日	秩父機械電気工業会総会・懇親会会費 5,000円
7日	原水爆禁止・平和大行進賛助金 3,000円
7日	小鹿野町国際交流協会総会・懇親会会費 3,000円
8日	小鹿野町消防団本部歓迎会会費 5,000円
11日	両神農林産物直売所組合総会・懇親会会費 5,000円
12日	秩父地域基幹道路建設促進議員連盟、水と森林を守る秩父地域議員連盟、秩父地域観光振興議員連盟交流会会費 2,000円
14日	おがの紙漉き伝承倶楽部文化財指定に伴う祝いの会会費 5,000円
21日	秩父法人会総会・懇親会会費 5,000円
27日	西秩父地区安全運転管理者協会定期総会・意見交換会会費 5,000円

令和5年8月	
1日	小鹿野町観光協会青年部総会・懇親会会費 5,000円
4日	土産品代 4,000円
7日	関根博之儀お別れの会会費 5,000円
15日	長瀬船玉まつり知事との夕食会会費 5,000円
16日	第2回おがの花火大会 3,000円
21日	民生委員・児童委員協議会「納涼会」会費 5,000円
25日	土産品代 4,000円
28日	地方行政懇談会意見交換会会費 6,000円

令和5年9月	
8日	秩父都市叙勲者連合会懇親会会費 2,000円
10日	武内英則氏カボス伝承記念碑建立除幕式会食会費 3,000円
18日	中山静先生瑞宝双光章受賞記念祝賀会会費 10,000円
19日	土産品代 4,000円
24日	ユアアイフェスティバル2023 3,000円
24日	第30回倉尾地区スポーツ大会 3,000円
25日	町村長研修会意見交換会会費 5,000円

小鹿野町子育てPR動画を配信しています!

これから小鹿野町で子育てを考えている人や出産予定の人、現在子育てしている人、町内外の多くの皆さんに町で子育てしていく良さを知っていただくために、子育てPR動画を作成しました。町ホームページやYouTubeで配信していますので、ぜひご覧ください。



マタニティーサポート編

- 役場内に癒しの空間「ほっとママステーション」
- おいしいミルクの配達「妊産婦栄養強化事業」
- 妊娠後期のファミリー面談
- おがの育児パッケージギフト
- 町の助産師・保健師が妊娠期から手厚くサポート産後も訪問します!
- 体験談



豊かな自然の中での子育て編

- 木育ウッドスタート事業
- 子育て支援センター
- 子どもの遊び場 プレーパーク
- プレーパーク体験談

一緒にやってみよう! おがニャッピー親子体操 2023ver



おがニャッピーがテーマソング『ちょこざい!おがニャッピー』の音楽に合わせて親子体操する動画です。YouTubeや町のホームページ、母子手帳アプリ「ほっと子育ておがニャプリ」等にて動画を配信しています。

～ニヤンでシカ～のリズムに合わせて体を動かし、筋力や協調運動、バランス感覚に効果的です!皆さんで実践してみてください。



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

3か月・6か月・9か月・12か月児健診

開催日 ● 12月14日(木)
 受付時間 ● 13:00～13:50
 場所 ● けんこう交流館
 該当児 ● (3か月児)令和5年8月、9月生まれ
 (6か月児)令和5年5月、6月生まれ
 (9か月児)令和5年2月、3月生まれ
 (12か月児)令和4年11月、12月生まれ
 持ち物 ● 母子健康手帳、健康診査票、バスタオル

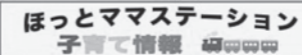
子育てこころの相談 予約制

子どもの成長とともに、どう対応したらよいかなど子育てで悩んでしまうことはないでしょうか?子育てしている人(父母・祖父母等)を対象とした子育て相談です。お子さん連れでも参加できます。
 日時 ● 12月21日(木)9:30～11:30
 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 ● 12月18日(月)までにお申し込みください。

乳幼児期からの性教育講座 予約制

日々のコミュニケーションで子どもにどう伝える?とまどうこともあるのではないのでしょうか。気軽に楽しく、そして真面目にからだや性について考える講座です。
 日時 ● 1月15日(月)10:00～12:00
 場所 ● 子育て支援センター
 内容 ● 講話「0歳から始める性教育のお話」
 講師 ● 助産師 宮原まり先生
 対象 ● 6か月から2歳までの保護者
 定員 ● 12人(申込順) お子さんと一緒に参加できます。
 申込 ● 1月10日(水)までにお申し込みください。

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!



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/>



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



おがのこども園・おがの保育所 情報

おがのこども園

秋晴れの暖かい日が多く、親子バス遠足(全学年参加)や園外保育を楽しみました。



親子バス遠足(クラスごとに記念撮影)

ミュージックパークでスカイトレインに乗ったよ。



ゴロゴロ転がったり、虫を探して楽しめます。



おがの保育所

天気の良い日は、所庭で元気に外遊び。芝山は子どもたちに人気のスポットです。



段ボールを使って芝山滑り「たのしい〜!」

こども園より

なかよしキッズ

(来年度3歳児入園対象のお子さん)

日時 ● 12月15日(金)10:00～11:00
 内容 ● “作って遊ぼう”簡単なクリスマス制作を親子で楽しみましょう。
 持ち物 ● 水筒、着替え、タオル、帽子(天候により)、上履き

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 ● 12月23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、ブラックライトシアター

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』を実施していきます。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。

対象 ● 町内在住の幼児(親子)から小学校低学年
持ち物 ● 上履き又はスリッパ



子育て支援センター情報

応援します！
あなたの子育て

親子で遊びに来てね。待っています。

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 ● 親子で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 ● 12月6日(水)

☑ すくすく

日時・内容 ● 10:00~11:30
①12月1日(金)計測・発育相談(助産師・保健師)
②12月8日(金)カレンダー作り(保育士)※予約制
③12月15日(金)手形足形スタンプ(保育士)
対象 ● 1歳未満のお子さんと保護者

☑ 手作り講座「カレンダー作り」(予約制)

日時 ● 12月4日(月)1歳~3歳 ①10:00 ②10:40
12月8日(金)0歳 ①10:00 ②10:40
内容 ● 新年の可愛いカレンダーを作ります。
対象 ● 0歳~3歳のお子さんと保護者 各回5組
申込 ● 定員になり次第終了します。

☑ 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。お母さんもリラックスして楽しみましょう。
講師 ● 川田ひかりさん
対象 ● 2か月~7か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
申込 ● 定員になり次第終了します。

☑ 子育てサークル・ニャッピーくらぶ (予約制)

日時 ● 12月6日(水)10:00~11:30
内容 ● 同じ歳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。



☑ 発育測定・栄養相談

日時 ● 12月7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

☑ 子育て講座「こんなときどうする?子どもに伝わる伝え方」(予約制)

日時 ● 12月12日(火)9:45~12:00
内容 ● 子どもが何回言っても聞かない!日頃悩んだり、ストレスに感じていることはありませんか。子どもに伝わる伝え方をみんなで一緒に考えてみましょう。
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
(就学前のお子さんをお持ちの人ご参加ください。)
申込 ● 定員になり次第終了します。

☑ 手形足形スタンプ (予約制)

日時 ● 12月13日(水)10:00~11:30
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

☑ おはなし会 (予約制)

日時 ● 12月14日(木)10:30~11:30
内容 ● 図書館司書が絵本の読み聞かせを行います。
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。

☑ 土曜午前開放

日時 ● 12月16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 ● 12月16日(土)10:30~11:30
内容 ● クリスマスや冬の遊びを楽しみます。
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。



☑ クリスマス制作 (予約制)

日時 ● 12月19日(火)すくすく(0歳)
12月20日(水)よちよちてくてくじゃんぷ(1歳~3歳)
両日とも ①10:00 ②10:40 ※作品は21日(木)に持ち帰ります。
内容 ● クリスマスの飾り作りです。両日とも同じ内容です。
対象 ● 0歳~3歳のお子さんと保護者 各回5組
申込 ● 定員になり次第終了します。

☑ クリスマス会 (予約制)

日時 ● 12月21日(木)10:00~11:30
内容 ● みんなで楽しいクリスマス会を過ごしましょう。サンタクロースもやってきます。
対象 ● 0歳~3歳のお子さんと保護者 20組
費用 ● 300円
申込 ● 定員になり次第終了します。

☑ ともだちになろう♡ (予約制)

日時 ● 12月25日(月)10:00~11:30
内容 ● 同じ歳のお子さんをお持ちの皆さんで、一緒にお話したり遊びましょう。
対象 ● 令和4年3月~令和5年9月生まれ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。

☑ 手作り講座「だるまさん」(予約制)

2回続きの制作です。
日時 ● 第1回12月22日(金) ①10:00 ②10:40 ③14:00
第2回12月26日(火) ①10:00 ②10:40 ③14:00
内容 ● 子どもたちの大好きなだるまさん。お正月飾りにもなります。
対象 ● 0歳~3歳のお子さんと保護者 各回5組

☑ みんなで遊ぼう (予約制)

日時 ● 12月27日(水)10:00~11:30
内容 ● 顔見知りになってみんなで遊んだり子育て情報交換をしましょう。
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。

楽しいこといっぱいあるよ! ~ハロウィン~



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)

12月の
休館日

町立図書館 月曜日(4、11、18、25日)
金曜日(15日)
年末(29～31日)
町立図書館分室 土曜日(2、9、16、23日)
日曜日(3、10、17、24日)
年末(29～31日)

第8回 小鹿野町図書館を使った調べる学習コンクール

第5回 小鹿野町読書感想画コンクール

「図書館を使った調べる学習コンクール」「読書感想画コンクール」へ、たくさんのご応募ありがとうございました。

調べる学習コンクールは86点、感想画コンクールは59点の応募がありました。10月13日及び20日の審査会にて入賞作品が決定し、11月11日に表彰式を行いました。

結果発表&表彰式

小鹿野町図書館を使った調べる学習コンクール



町長賞

【中学生の部】

久保虹翔(小鹿野中学校2年)
「ANOREXIA」

教育長賞

【小学生低学年の部】

笠原義太郎(三田川小学校3年)
「絶対音感の謎」

館長賞

【小学生低学年の部】

染谷洸太(両神小学校2年)
「みえない力でおいしい!きんでつくるごちそう」

【小学生高学年の部】

坂本柚月・坂本若葉(両神小学校4年、2年)
「はしはすごい」

奨励賞

【小学生低学年の部】

相馬暖樹(三田川小学校3年)
「クリスターがやってきた!～ドイツってどんなところ?～」

【小学生高学年の部】

岩崎日和凜(両神小学校4年)
「浄水場から家庭までの水の旅」

ブックスタート(6か月児)・ ブックスタートチャレンジ(1歳6か月児)



12月は、次のとおり実施します。当日は、絵本の紹介と絵本を1冊プレゼントします。場所 ● けんこう交流館(健診会場)

ブックスタート	ブックスタートチャレンジ
日時 ● 12月14日(木)13:30～	日時 ● 12月8日(金)13:30～
対象 ● 令和5年5月、6月生まれ	対象 ● 令和4年3月、4月、5月生まれ

小鹿野町読書感想画コンクール



最優秀賞

【小学生低学年の部】

笠原 咲(長若小学校2年)
「ぞうのたまご見つけたよ」

【小学生高学年の部】

岩崎日和凜(両神小学校4年)
「まい子になっちゃう!?わたしの100階建ての家」

優秀賞

【小学生低学年の部】

新井歩都里(長若小学校3年)
「力いっぱい生きる」

【小学生高学年の部】

高橋あおい(長若小学校5年)
「あなたはどちらを選びますか?」

優良賞

【小学生低学年の部】

黒沢健(小鹿野小学校1年)
「ぼくがかえるになっちゃった」

【小学生高学年の部】

加藤翔(小鹿野小学校6年)
「思いやりは七色に輝く」

奨励賞

【小学生低学年の部】

染谷峻太(両神小学校2年)
「ぼくとねずみの手作り船」

【小学生高学年の部】

松井綺衣咲(長若小学校6年)
「クラムボンって何?」

生涯学習 コーナー

ふる総イベント

両神ふるさと総合会館でミニコンサートやワークショップなどのイベントを開催します。どんな人たちが何をやるのかは、来てからのお楽しみです。

日時 ● 12月16日(土)、17日(日)10:00～16:00
場所 ● 両神ふるさと総合会館
内容 ● ミニコンサート、ワークショップなど
問合せ ● 両神ふるさと総合会館・両神公民館 ☎79-1311



フラワーアレンジメント教室

日時 ● 12月28日(木)18:30～20:30
場所 ● 両神ふるさと総合会館・研修室B、C
内容 ● お正月飾りのフラワーアレンジメントを作ります。
講師 ● ヤマサ生花店 相馬威さん
費用 ● 3,000円(当日集金)
定員 ● 15人
持ち物 ● 花ばさみ、新聞紙
申込&問合せ ● 12月4日(月)～18日(月)の間にお申し込みください。
両神ふるさと総合会館・両神公民館 ☎79-1311



新春将棋大会

日時 ● 令和6年1月8日(月・祝)9:00～
場所 ● 小鹿野文化センター・和室
対象 ● 高校生以上
費用 ● 1,000円(学生無料)
申込&問合せ ● 当日9:00までに会場にお越しください。
小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063



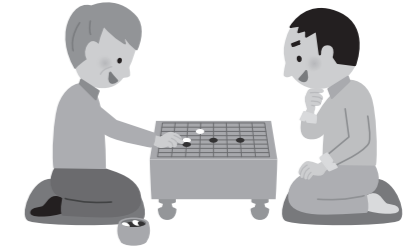
まが玉作り教室

日時 ● 令和6年1月14日(日)10:00～12:00
場所 ● 小鹿野文化センター・美術工芸室
講師 ● 生涯学習課職員
対象 ● 小学1～6年生
費用 ● 300円(材料代)
定員 ● 15人
持ち物 ● 汚れてもいい服装、タオル、水筒
申込&問合せ ● 12月11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



新春囲碁大会

日時 ● 令和6年1月21日(日)9:00～
場所 ● 小鹿野文化センター・研修室1、2
対象 ● 高校生以上
費用 ● 1,000円(学生無料)
申込&問合せ ● 当日9:00までに会場にお越しください。
小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063



子育ての町おがの 「あなたの・わたしのコンサート」

日時 ● 令和6年1月28日(日)13:30～(13:00開場)
場所 ● 小鹿野文化センター・ホール
内容 ● 歌あり、楽器あり、踊りありの楽しいコンサートです。
出演 ● 「つぼみの会」(熊谷女子高校OGグループ)
費用 ● 無料(事前申込が必要です)
定員 ● 500人 ※町外からの参加も可能です。
申込&問合せ ● 小鹿野文化センター・生涯学習課へお申し込みください。小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063



町民スキー教室

開催日 ● 令和6年2月3日(土)
場所 ● 長野県湯ノ丸スキー場
集合 ● 小鹿野中学校第一体育館前5:00
対象者 ● 次のすべてを満たしている人
①原則として秩父郡市内在住、在勤している人
②小学生以下の参加は必ず保護者が同伴すること
③中学生、高校生の個人参加は、保護者の同意を得ること
費用 ● 大人6,000円、子ども(小学生以下)4,500円(バス代、保険代含む)
※レンタル代、リフト券代は個人負担となります。
定員 ● 30人(20人に満たない場合は中止とさせていただきます。)
申込&問合せ ● 12月22日(金)までに参加費を添えて、小鹿野文化センターへお申し込みください。
小鹿野文化センター・生涯学習課 ☎75-0063

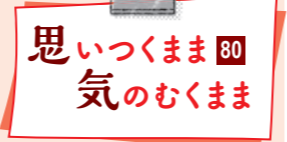




問合せ ● 国保町立小鹿野中央病院(小鹿野町小鹿野300番地)
☎75-2332 FAX75-3313 小鹿野中央病院 検索



シドクター内田のひとりごと
「心の廃用症候群」予防を



12月になりました。早いですね、もう一年が終わります。皆様にとってこの一年はどんな一年でしたか？

さて、先日は健康ふれあいフェスティバルが開催されました。42回目(町民輪投げ大会は39回目)を迎えたこのお祭り、今回も多くの方々にお越しいただきました。私も各ブースをあちこち回ってみたいのですが、太極拳でほんの少しだけ体がまっすぐになった気がしたり、読み聞かせの世界について聞き入ってしまった、相変わらずの輪投げ大会の熱量に圧倒されたりと、とても有意義な半日を過ごしました。もちろん今年も入棺体験コーナーがありました。遠くからわざわざ入棺のために小鹿野町に来てくださった方もおられました。参加していただきました皆様、ご協力いただきました関係団体やスタッフの皆様にはあらためて御礼申し上げます。

このふれあいフェスティバル、40回以上開催されていることは本当に驚きです。そもその目的は「町民の健康意識の高揚と、町立病院の理解をはかること」とありました。そのような趣旨で40年以上も続いていることは本当に素晴らしいことです。住民の皆様と行政と病院が一体となった地域包括ケアが、全国的にも先駆的に進められてきた小鹿野町に誇りすら感じます。実際に当町はこの地域包括ケアと精神保健活動によって、2004(平成16)年に「第56回保健文化賞」を受賞しています。以前は一人当たりの医療費が県内でもトップクラスで低かったのですが、最近ではというと…

ところで皆様、廃用症候群という言葉を知っていますか？風邪で寝込んで体力が落ちた状態が長く続いている、と言えばわかりやすいでしょうか。廃用症候群とは、病いやけがで安静にしていることによって活動性が低下し、体や精神に様々な影響をもたらす状態のことです。先日私の購

読している雑誌で「心の廃用症候群」という言葉を使っていたエッセイがありました。そこでは精神的な活動が低下することについて警鐘を鳴らしていました。確かに最近では、ミスをなくすためにできるだけマニュアルやガイドラインを使うようになり、後にトラブルにならないようになんでも同意書を取る時代になっています。また、スマホで簡単に情報が得られるため覚える必要もなくなっています。訴えられた時に困らないようなアリバイ作りの「同意します」が溢れかえっているのでは、とも指摘されていました。このような機械的コミュニケーションが先行し、頭や心を使わなくなっている状態を「心の廃用症候群」と表現されていました。なかなかうまいこと言うなと感心して読んでいましたところ、電車の前の座席で1歳ぐらいの男の子が「ばばーまー、でんしゃー」と一生懸命に両親に話しかけていました。この子は今とんとん体と心と脳が成長している。私は退化する一方だ…としみじみと思ったことでした。

結果にこだわるな、成功にこだわるな、成長にこだわれ

(本田圭佑:元日本代表プロサッカー選手)

一番大切なことは、単に生きることではなく、善く生きることである

(ソクラテス:古代ギリシャの哲学者)

人間にとって最高の幸福は、一年の終わりにおける自己を、その一年の始めにおける自己よりも、遥かに良くなったと感ずることである

(トルストイ:ロシアの思想家、小説家)

心も体も廃用していかないよう、健康について命について考えながら日々成長していきたいものです。本年も一年間ありがとうございました。新しい年が皆様にとっていい年でありますように。

院長 うちだ のぞむ 内田 望

外来からのお知らせ

診察時間の変更 (11月13日現在)

12月1日(金)
11:30まで 総合診療科 植木先生
12月22日(金)
11:30まで 総合診療科 植木先生

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	秩父郡市医師会 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
12月3日		12月3日	本間医院(内・リウ) 小鹿野町	☎75-0020
10日	医師会休日診療所(内・小)	10日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町	☎75-2332
17日		17日	秩父生協病院(内) 阿保町	☎23-1300
24日	熊木町 ☎23-8561	24日	小鹿野中央病院(内) 小鹿野町	☎75-2332
31日		31日	健正堂医院(内・外) 東町	☎22-0270
			南須原医院(内・外) 長瀬町	☎66-2038

※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、秩父郡市医師会ホームページでもご確認できます。

救急告示医療機関

重症救急患者優先のため、軽症と思われる場合にはお待ちいただくことがあります。

期日	診療時間/8:30~翌日の8:30
12月3日	
10日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611
17日	
24日	皆野病院 皆野町 ☎62-6300
31日	秩父市立病院 桜木町 ☎23-0611

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
12月7日(木)	皆野病院	☎62-6300

土曜夜間救急対応

期日	医療機関	電話
12月2日・16日・30日	皆野病院	☎62-6300
9日・23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
12月7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

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

休日在宅歯科当番医 診療時間/10:00~13:00

期日	医療機関	所在地	電話
12月31日(日)	皆野歯科医院	皆野町	☎62-3597
1月1日(月・祝)	渡邊歯科口腔外科医院	皆野町	☎62-7777
2日(火)	岩田歯科医院	中村町	☎24-6484
3日(水)	内田歯科医院	大野原	☎24-4184

※必ず電話でご確認のうえ、受診してください。
※診療費用は通常の保険診療扱いとなりますので、保険証等を忘れず持参してください。

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。

秩父郡市医師会より「地域の皆様へのお願い」

新型コロナウイルス感染症が5類感染症になってもウイルスがなくなるわけではありません。感染流行にご注意ください。新型コロナが不安な人は医療機関にご相談ください。

- ①医療機関を受診する際は、マスクを着用してください。
- ②かぜ症状や発熱で医療機関を受診する場合、必ず電話をしてから、その指示に従ってください。
- ③治療費、検査費は、他の疾患と同様に原則自己負担となります。

④受診に迷ったときや体調急変時には埼玉県コロナ総合相談センター(☎0570-783-770)が24時間対応します。

⑤これまでコロナに対応していた「診療・検査医療機関」は引き続き埼玉県ホームページ、秩父郡市医師会ホームページから確認できます。

⑥令和5年度のワクチン接種は自己負担のない秋接種(5歳以上のすべての人)が実施されています。詳しくはお住まいの自治体へお尋ねください。

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】（身体活動・運動）

自分にあった運動を習慣にし、健康的な毎日過ごす

特集 「こじか筋力体操」を知っていますか？

- 特徴**
- 手首や足首におもりをつけて、ゆっくり上げ下げするだけです。
 - 元気な人も、体力に自信のない人も、誰でもできるように工夫されています。
 - 簡単な体操を週1~2回、3カ月続けると効果を実感できると実証されています。
- 効果**
- 体や足の動きが軽くなったり、体力がついて元気になります！
 - 転びにくい体になり、骨折による寝たきりを防ぎます！
 - 脳のはたらきも良くなり、認知症の予防になります！

実施場所 ● こじか筋力体操は、各地域で自主的に行っています。



こじか筋力体操活動地区一覧 令和5年10月時点

地域	実施日時	場所
下小鹿野		
信濃石	月曜日 10:00	信濃石会館
泉田	木曜日 10:00	泉田会館
小鹿野		
中島	水曜日 10:00	中島公会堂
春日町	木曜日 9:30	春日町会館
上二	月曜日 10:00	長寿ハウス
上二	1日、11日、21日 10:00	上二丁目会館
原町	火曜日 10:00	原町文化会館
新井	木曜日 10:00	新井会館
腰の根	金曜日 13:30	腰上会館

地域	実施日時	場所
長若		
長若12区	第1、3、5土曜日 10:00	12区集会所
長若13区	月曜日 9:30	長留観光農林漁業経営管理所
三田川		
栗尾・岩殿沢	月曜日 13:30 ※7月~8月午前10:00	栗尾生活改善センター
上飯田	第2、3、4土曜日 10:00	上飯田集会所
倉尾		
倉尾7・8	第1、3水曜日 14:00	上郷生活改善センター
両神		
両神2区	金曜日 10:00	下薄農民センター
両神4区	金曜日 10:00	両神4区集会所

※ 時間・場所は変更があります。旗を目印にお越しください。お正月や地区の行事など、地区ごとで活動日時の変更があります。どの地域でも大歓迎です。ご参加の際は、現場のこじかクラブ(緑のおしゃれなTシャツが目印です。)にお声かけください。

活動紹介

令和5年2月8日『ふれあい散歩in秩父』と題して元純烈の小田井涼平さんが、中島地区のこじか筋力体操に参加いただきました。



小鹿野町敬老会で、初めてこじか筋力体操を紹介しました。



チャレンジクイズ! こじか筋力体操に関するクイズに答えて、プレゼントを当てよう! 『こ〇か筋力体操』で、健康長寿を目指そう!

プレゼント ● 抽選で『こじかグッズ』が当たります。
応募方法 ● 保健福祉センターに設置している応募箱に、応募用紙を投函してください。
応募用紙は、応募箱横に設置してあります。ただし、応募は1人1枚まで。
締切 ● 12月28日(木) ※厳正なる抽選を行い、当選者には令和6年1月31日(水)までにご連絡します。

「〇」に入る言葉は何でしょう?



冬場のヒートショックに注意しましょう

ヒートショックとは、暖かい場所から寒い場所へと移動する時、急激な温度変化が体に大きな負担を与えてしまうことをいいます。室温の変化によって血圧が大きく変動し、脳内出血や大動脈解離、心筋梗塞、脳梗塞などの病気を引き起こします。

65歳以上の人や高血圧や糖尿病、睡眠時無呼吸症候群の人は特に注意が必要ですが、持病がない健康な人にも起こります。

暖房のきいた部屋から廊下・トイレへの移動時、朝に布団から出る際、脱衣室から浴室・浴槽への移動時など温度差が10℃以上ある場合に起こる危険があります。**暖房器具の活用や衣服の調整により、急激な温度変化を予防しましょう!**

入浴中のヒートショックを予防しましょう

入浴中は、意識消失による転倒や浴槽内での溺死なども多く報告されていて、特に冬場の入浴は注意が必要です。また体調が悪い時や飲酒後、食直後は入浴を控えましょう。

【入浴時のヒートショック対策】

- 入浴前に脱衣室や浴室を暖めておく。
- 入浴は家族にひと声かけてから。
- かけ湯をしてからお湯に入る。
- お湯は41℃以下、お湯につかる時間は10分までを目安に。
- お湯から出る時は、つかまってゆっくりとした動作で。

第42回小鹿野町健康まつり 第39回町民輪投げ大会を実施しました

10月22日(日)町立病院、保健福祉センターにて健康ふれあいフェスティバルが開催されました。秋晴れの青空の下、大勢の町民の皆さんにご参加いただき、輪投げ大会では多くの歓声があがっていました。

町民輪投げ大会結果報告

【団体戦】出場27チーム

- 第1位 飯塚隆太郎・飯塚もとえ・飯塚健司チーム (倉尾第8区)
- 第2位 新井武好・勅使河原一郎・新井秀典チーム (倉尾第1区)
- 第3位 高田みつ子・新井一夫・黒澤昭武チーム (倉尾第2区)
- 第3位 保坂昭雄・保坂令子・黒澤康恵チーム (小鹿野第7区)



第1位 飯塚隆太郎・飯塚もとえ・飯塚健司チーム(倉尾第8区)

お酒と正しくお付き合いをしましょう!

少量の飲酒は生活に豊かさと潤いを与えたり、一時的に血圧を下げたりしますが、長期間の飲酒や過度の飲酒は逆に血圧を上昇させ、高血圧のリスクになります。

ここ最近では、少量の飲酒により、心筋梗塞などの循環器疾患の発症リスクは下がるものの、結核や乳がんなどの他の疾患リスクが上昇するため、お酒の飲み方に注意が必要と言われています。生まれつきお酒を飲めない人や、お酒を飲む習慣がない人に、飲酒を強要しないことも重要です。お酒を飲む習慣のある人は、節度ある適度な飲酒を目指していきましょう。

適正飲酒の10か条

適量は1日
純アルコールで20g程度

- 1 談笑し 楽しく飲むのが基本です
- 2 食べながら 適量範囲でゆっくりと
- 3 強い酒 薄めて飲むのがオススメです
- 4 つくろうよ 週に二日は休肝日
- 5 やめようよ きりなく長い飲み続け
- 6 許さない 他人への無理強い・一気飲み
- 7 アルコール 薬と一緒に危険です
- 8 飲まないで 妊娠中と授乳期は
- 9 飲酒後の運動・入浴要注意
- 10 肝臓など 定期検査を忘れずに



埼玉県コバトン健康マイレージ 事業終了のお知らせ

(歩数計の無料お渡しは今月までです。)

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。ご希望の人はお早めに保健課まで来所してください。

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

※①②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。

新型コロナウイルス感染症の お問い合わせについて

新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが5類に移行した後も、ウイルスがなくなるわけではありません。発熱などの症状があり、感染の不安がある場合は、以下をご確認ください。

発熱などの症状があり、医療機関の受診を希望する場合

医療機関をお探しの人は、「**埼玉県指定診療・検査医療機関検索システム**」をご利用ください。

受診すべきかどうか迷っている、受診先を確認したい場合

埼玉県コロナ総合相談センターへお問い合わせください。看護師が常駐し、**24時間**電話相談ができます。

埼玉県コロナ総合相談センター

☎0570-783-770 (24時間対応)

FAX ☎050-8887-9553 (聴覚障がいの人)

今月のミニ運動講座 『いきいき館の開放トレーニング』 を利用してみませんか？

効果的な運動とは、筋トレ(畑仕事等含む)と有酸素運動の組み合わせが大切です。今月は、いきいき館の紹介をします。

どんなことができるの？

いきいき館では、7種類の筋トレマシンとランニングマシン5台、エアロバイク8台、音波振動マシンなど様々な運動マシンがあります。

「筋力トレーニングで筋力アップ」や「有酸素運動で体脂肪を燃焼」など、利用する人の目的に合った運動ができます。
※いきいき館はスポーツクラブのようなトレーニングジムではありません。生涯通じた生活習慣病の予防・改善を目的としています。

利用時間について

- 昼間、夜間の開放時間内であれば、好きな時間に運動ができます。
- 教室のような全員で同じことをするのではないので、利用する人の都合やメニューで運動をすることができます。
- 室内での運動になるので、天候や気温に左右されることなく、快適に良い汗をかくことができます。



いきいき館で運動を始めてみたい人は、初回講習会を受けていただく必要があります。(詳しい内容は説明欄をご覧ください。)町民で20歳以上であれば利用することができますので、ぜひこの機会に運動を始めてみませんか。

12月1日は「世界エイズデー」です

秩父保健所では、感染の不安がある人に無料・匿名でエイズ等性感染症の検査を行っています。あなたとあなたの大切な人を守るために検査を受けましょう。検査は予約制です。電話でお申し込みください。

問合せ ● 秩父保健所保健予防推進担当 ☎22-3824

『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 ● 12月12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 ● 12月8日(金)までにお申し込みください。



オレンジカフェ「笑顔」

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 ● 12月12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。

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 ● 12月26日(火) ①13:30開始 ②14:30開始

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。



12月・1月の予約が必要な教室

※今月の予約は12月分です

※各教室共、開催日の前日までにお申し込みください。
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
	12月	1月				
長寿筋力アップ トレーニング 教室	①12/6(水) 20(水)	①1/10(水) 24(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。)
	②12/6(水) 20(水)	②1/10(水) 24(水)	15:15~16:15			
	③12/13(水) 21(木)	③1/17(水) 31(水)	15:00~16:00	いきいき館		
	④12/7(木) 21(木)	④1/4(木) 18(木)	19:00~20:00			
	⑤12/14(木) 22(金)	⑤1/11(木) 25(木)				
バランス ボール教室	12/21(木) 22(金)	1/25(木) 30(火)	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	12/18(月)	1/22(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	12/20(水)	1/17(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	12/1(金) ※新規のみ 10:00~11:00 8日(金) 22日(金)	1/5(金) ※新規のみ 10:00~11:00 12日(金) 26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
健康ステップ アップ教室	12/15(金)	1/19(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	筋力トレーニング

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)

※初回講習会を受講していない人は利用できません。



障害のある人の支援施設を紹介します

問合せ ● 保健福祉センター・福祉課 ☎75-4109

事業所名(法人の名称)	施設の種別	定員	所在地	電話番号/FAX番号
ユーアイハウスおがの (社会福祉法人美里会)	障害者支援施設	施設入所50人 生活介護50人 短期入所4人	三山2213-1	72-5011 / 76-0007
	福祉を必要とされる人のその人らしい幸せな人生の実現をご提供します。お気軽にお問い合わせください。 http://www.misatokai.com			
きづな (特定非営利活動法人障がい者自立支援農場きづな)	就労継続支援 B型事業所	20人	長留3545	75-2049 / 75-4145
	牧場:肉牛肥育、堆肥作り レストラン:接客、調理補助 ホームページ「NPO法人きづな」で検索			
アンゴラ王国 (NPO法人小鹿の夢)	就労継続支援 B型事業所	20人	河原沢767-1	26-7171 / 26-7172
	内職作業、農作業、手芸品製造販売など各利用者様に合った作業内容をご提供します。			
就労支援施設ぶんぶん (社会福祉法人小鹿野ひまわり福祉会)	就労継続支援 B型事業所	20人	下小鹿野2464-1	26-6100(FAX兼)
	全員で作れるようすべて手作りです。かりんとう、クッキー、カップケーキ、学童のおやつ作り。			
おがのふれあい作業所 (小鹿野町)	地域活動支援センター	20人	小鹿野274	75-4111(FAX兼)
	内職、清掃、石けん作り、手工芸品作りなど。			
星降る下で (NPO法人小鹿の夢)	共同生活援助事業所 (グループホーム)	7人	両神小森80-1	26-7171 / 26-7172
	一人ひとりの個性を理解しながら、穏やかに安心して生活ができる共同生活の場をご提供します。			
特別養護老人ホーム花菖蒲・両神 (社会福祉法人秩父正峰会)	生活介護事業所	3人	両神薄1060-1	72-8050 / 79-0012
	両神薄にて地域貢献の一環として障害者生活介護事業を実施しています。お気軽にお問い合わせください。			
こかのさと (社会福祉法人小鹿野福祉会)	共生型放課後等 デイサービス	若干名 (応相談)	小鹿野471	26-7706
	これからの人生が豊かになるための「もう一つの家」となり子どもたちの成長を見守り、サポートしていきます。			

第62回 簡単な手話を覚えましょう

ときどき絵を描いて楽しんでいます



上に向けて開いた右手の親指と人差し指を、体の前やや左側で閉じ、やや右側でもう一度閉じます。



甲を前に向けた左手掌に、右手の指の甲側を2回当てます。



両手の指先を軽く曲げて、胸に向けて交互に上下させます。

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/tkegn.php#v>

文芸の窓

小鹿野ひこばえ句会
 切れつきれに旗振るダンス天高し
 さりげなく夫の活けたる薔薇三輪
 友の名を呼べど応えぬ星月夜
 秋風や奥社見守る千羽鶴
 柿たわははじめて入る新庁舎
 ほろほろとこぼれる零余子掌に受けて
 無花果をとろり煮てあり友の味
 秋みだる秩父のさとの細きみち

木村 良子
 山口 啓子
 浅香カヲル
 富田ケサ子
 原島 勝子
 齋藤 みち
 石川ヨシ子
 清水 知子

小鹿野町俳人協会
 ゆふ風に残る虫の音いと寂し
 体重計にいのちの重さ神無月
 手際よく障子貼る祖父偲びけり
 夫と子の会話弾めり夏の夜の
 虫の声をにワインブルームーン
 ひよいと枝たわめ無花果挽ぐ媪
 斉場にひびく靴音深む秋
 さわやかな野菜ソムリエ小学生
 球児らの砂一袋夏終る
 義兄逝けり見送るとんぼ杉木立

坂本 蔵子
 岩崎 陽子
 岩崎キミ子
 山口 啓子
 島崎まつ乃
 木村 良子
 岩崎 季華
 浅香カヲル
 茂木 たい
 横田トシエ

四年ぶり族集ひし郷の盆
 コスモスの揺れて近道好きな道
 色なき風一夜の花の果つる朝
 読み返すなつかしき文字涼新た
 芙蓉咲く焼きたてのパンありがとう
 荒野原ひときわ高きすすきの穂
 秋なすのこんがり焼けし朝餉かな
 上弦の月吸ひ込むや四阿屋山
 秋霖や激しさを増す虫の声
 長き夜や母の呼ぶ声よはよはし
 掻き上げる手櫛の髪に秋の風

石川ヨシ子
 齋藤 みち
 秋山木実子
 原島 勝子
 富田ケサ子
 増島 敏雄
 齋藤 富恵
 長又 和子
 清水 知子
 坂本 蔵子
 多比良キヨ子

祝悼

ご出産おめでとうございます
 (10月中の同意書届出()は保護者・敬称略)

10月
 19日 高橋 幸穂(成世) 小鹿野

お悔やみ申し上げます
 (10月中の同意書届出・敬称略)

9月
 23日 守屋 ウメ子(98) 両神小森
 29日 岩田 フジノ(103) 両神薄
 29日 山口 柳太郎(92) 河原沢
 30日 大澤 哲也(53) 両神薄

10月
 1日 加藤 スミ子(88) 下小鹿野
 8日 山崎 鶴松(91) 藤倉
 9日 道庭 ナミ(92) 藤倉
 12日 黒沢 和作(88) 三山

※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)

我が家の天使



にいに大好き、仲良し兄妹！
 仲良く元気に大きく育ってね☆

三山 黒沢一成さん・冬美さん
 百花(もな)ちゃん
 星成(せな)くん 兄



おがのフォトニュース



秩父郡下社会人テニス大会 優勝 小鹿野町チーム 9/17



第27回埼玉県北少年柔道大会 10/1
小学5年生の部 優勝 八宮士竜
小学2年生の部 第3位 斉藤溪太

第36回県民総合スポーツ大会 10/22
スポーツ少年団の部柔道
中学1年生女子の部 第2位 斉藤千晴
小学5年生の部 第2位 八宮士竜



長若 13、14区
ハロウィンイベント
10/22



小森諏訪神社例大祭 10/14



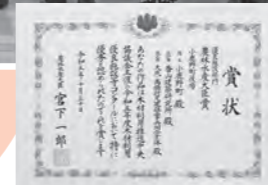
奈倉妙見宮秋まつり 10/7



老人クラブと小鹿野高校生との交流会
10/26



令和5年度
木材利用優良施設等コンクール
農林水産大臣賞 受賞



10月30日(月)に木材会館で行われた令和5年度木材利用優良施設等コンクール表彰式において、小鹿野町役場庁舎が、「農林水産大臣賞」を受賞しました。
小鹿野町役場庁舎は、小鹿野町産材や秩父郡産材の原木を最大限に活用して建設されており、純木造庁舎では全国で初めてとなるNearlyZEBを取得し、地球環境に優しい庁舎を実現していることが評価され、今回の受賞となりました。



小鹿野両神
ふるさとまつり
11/3



おがのライダー宿2023
Vol.14 × こつぶちゃんねる
10/15



♥ 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 ●12月18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 ●令和6年1月16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 ●12月14日(木)13:30~16:30

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 ●12月4日(月)、21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 ●①12月12日(火)、26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 ●令和6年1月9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 ●令和6年1月17日(水)13:30~

相談時間は予約の際にご確認ください。



情報版

イベント

彩の国ふれあいの森のイベント

●すかり(背負い編み袋)作り

日時 令和6年1月14日(日)10:00~16:00

内容 昔山仕事などの時に、弁当や飲み物などを入れて持ち歩くのに重宝された背負い編み袋(現代のナップザック)をシュロ縄で製作します。

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

費用 1,500円/人

定員 10人(申込順)

締切 令和6年1月7日(日)

●天然の氷壁を見に行こう

日時 令和6年1月28日(日)10:00~12:00

内容 高さ約50mある天然の氷壁、氷柱や滝など、奥秩父・中津川の冬の名所をガイドの案内により巡ります。

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

費用 500円/人 定員 10人(申込順)

締切 令和6年1月21日(日)

申込&問合せ 申し込みは、森林科学館のホームページ「イベント申込みフォーム」にて受け付けます。このほかのイベントはホームページをご覧ください。

彩の国ふれあいの森 埼玉県森林科学館

☎56-0026

募集

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。

●迎春「ミニ門松をつくろう!」

日時 12月28日(木)9:30~11:30

場所 皆野高校計算事務室

対象 一般(親子参加可)

費用 無料 定員 20人

申込 12月22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。

問合せ 皆野高校 ☎62-2076

自衛官募集

●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歳未満の人(32歳一部条件あり)

※令和6年4月1日までに18歳になる17歳含む

●自衛官等個別採用説明会・相談会

自衛官等採用種目に関する説明会&相談会を個別に行います。

期日 12月中の平日及び土・日曜日(要電話予約)

場所 自衛隊秩父地域事務所(秩父市大野原491-1)

対象 中学生以上32歳未満の人とその家族
申込&問合せ 自衛隊秩父地域事務所
秩父都市担当広報官 満木
☎080-3431-0635

秩父税務署で働いてみませんか?

募集期間 令和6年1月12日(金)まで
※応募者多数の場合、締め切る場合があります。

雇用予定期間 令和6年2月、3月の月曜日~金曜日

勤務時間 5時間30分(9:00~17:00までの間。休憩時間1時間を除く)

勤務場所 秩父税務署(秩父市日野田町1丁目2番41号)

勤務内容 申告会場等での相談者のスマートフォン及びパソコン操作補助、事務補助、パソコンによるデータの入力、書類の整理等

賃金 時給1,030円

問合せ 秩父税務署総務課 重石、安田

☎22-4433(自動音声案内2番)

案内

埼玉県特定(産業別)最低賃金の改正

令和5年12月1日より、下記のとおり5業種の特定(産業別)最低賃金の時間額が改正されます。

■非鉄金属製造業

時間額:1,048円(42円UP)

■電子部品等製造業

時間額:1,055円(42円UP)

■輸送用機械器具製造業

時間額:1,055円(42円UP)

■光学機械器具等製造業

時間額:1,064円(42円UP)

■自動車小売業

時間額:1,060円(42円UP)

詳しくは、埼玉県労働局労働基準部賃金室へお問い合わせください。

問合せ 埼玉労働局労働基準部賃金室

☎048-600-6205

ちちぶ出会いサポートセンター

ジュノールからのお知らせ

おかげ様で6年目を迎えました。感謝の気持ちを込めて、女性限定で期間内に登録いただいた人、登録日より3か月間無料お試しのキャンペーンを行います。

期間 12月1日(金)~令和6年2月29日(木)

対象 新たな出会いを求めている20歳以上の独身女性
※開設してから、お見合い数は180組を超え、

すでに17組がカップルになっています。※プライバシーにも配慮しており、最初のお見合いは、センターで行いますので、女性も安心して登録できます。

問合せ NPO法人ちちぶ出会いサポートセンタージュノール

☎26-7518(火曜日定休)

障害者無料法律相談

埼玉弁護士会では、障害者週間(12月3日~9日)にあたり、法律相談を行います。ご家族、関係者からの相談も受け付けます。

日時 12月8日(金)10:00~16:00

相談番号 ☎048-866-7590

FAX048-866-7593

※相談専用電話及びFAXは相談実施日のみ利用可能です。

※電話代は相談者負担となります。

問合せ 埼玉弁護士会法律相談センター

☎048-710-5666

税務署からの重要なお知らせ

令和5年分の年末調整に役立つ情報は「年末調整がよくわかるページ」で提供しています。

国税庁ホームページで年末調整の手順等を解説した動画やパンフレット、年末調整時に必要な各種申告書など様々な情報を提供していますので、ぜひご利用ください。



▲年末調整がよくわかるページ

冬場の食中毒・感染症に注意しましょう

食中毒は家庭の食事でも発生します。特に冬場はノロウイルスによる食中毒や感染症の発生が多くなります。次の点に注意して、健康に過ごしましょう。

①生食用以外の二枚貝(カキなど)を食べるときは、中心部まで十分加熱してから食べましょう。(中心温度85~90℃で90秒以上の加熱)

②調理器具・食器を洗浄消毒しましょう。(熱湯・塩素系漂白剤を使用)

③日常的に「しっかり手洗い」をしましょう。(特にトイレの後)

④体調が悪い時には、調理しないようにしましょう。

⑤吐物やふん便を始末するときは、使い捨て手袋やマスクを着用して適切に処理しましょう。

問合せ 秩父保健所 ☎22-3824

年末困りごと相談会

生活に困窮している人の生活再建を図るため、電話相談会を開催します。

日時 12月16日(土)10:00~16:00

相談番号 ☎0120-121218

※相談専用電話は相談実施日のみ利用可能です。

問合せ 埼玉司法書士会事務局

☎048-863-7861