どこにでも行けるけど、
ここにいたい。本庄

広報ほんじょう

# HONJO

まちを知るきっかけを作る情報紙

2026
11
No.250




## あなたとつくる
## これからの広報紙

広報ほんじょう
# HONJO
2026.11 / No.250

## 人の動き（2026.10. 1現在）

| | 総人口 | 前月比 |
|---|---|---|
| 総人口 | 75,776 | －4 |
| 男 | 37,876 | ＋6 |
| 女 | 37,900 | －10 |
| 世帯数 | 37,143 | ＋30 |

（人口増減の内訳）

| 自然増減 | | 社会増減 | |
|---|---|---|---|
| 出生 | 30 | 転入 | 266 |
| 死亡 | 85 | 転出 | 202 |
| 増減 | －55 | 増減 | ＋64 |
| その他の増減 | | | －13 |

## \ PICK UP / 今月の表紙





11月号の表紙は、七高祭に参加している高校生３人に協力いただきマリーゴールドの丘で撮影！

来年４月１日号からの広報発行回数の変更に伴い、広報ほんじょうはリニューアル実施。それに伴い、改めて広報紙に係るアンケートを行います！詳しくは、８ページをご覧ください！

### 広報ID、ご活用ください

広報IDとは、市からのお知らせ記事に記載している以下の「ID」です。

ID 54321

市HPトップの広報ID検索欄にIDを入力するだけで、詳細記事へアクセスできます。

ID検索はこちらから ▶

## Touch《タッチ》 ―人から人へ紡ぐ、あなたの物語



このまちで暮らす、皆さんの物語をリレー方式で紹介していきます。

紹介してくれたのは… ▶▶▶▶▶ 富沢 裕二さん（養鶏農家）

## Story.29 家族みんなで作るこだわりの「あまりん」



**齋藤 洋平さん ／ いちご農家**

▼さいとうふぁーむ代表。写真は奥さんの悠理香さんと。育てるのは、作物だけでなく「こどもたちの未来や地域のつながり」。

もともとはサラリーマンとして働いていましたが、家庭菜園を機に畑を借りて野菜を作り始め、販売したところ反響もあったため農業の道へ。畑をお借りした農家の方の紹介もあり、ナスや米・麦の栽培を学び、さまざまなご縁もあって今のイチゴ栽培に至りました。

現在は児玉地域と美里町で「あまりん」をメインに栽培しています。土づくりは１、２年では分からないことも多く、病害虫や作物の育ち方も、実際に経験して初めて分かることがあります。埼玉産直センターのイチゴ部会には多くの先輩農家がいるので、皆さんの話を聞きながら、毎年勉強しています。自分で育てたイチゴを「おいしい」と言ってもらえることが、やっぱり一番うれしいですね。

**POINT** さいとうふぁーむのこだわり



土耕栽培で、有機肥料を分析して優しい土づくりをしています。家族みんなで楽しみながら、こだわり抜いて作られたあまりんはまさに「高級スイーツ」のような濃厚な甘さ！

今は２人の研修生も受け入れています。教えることで自分自身の学びになると思うので、農業を始める人たちの力になれるよう、これからも共に成長していけたらと思っています。



Touch これまでの物語はこちら ID 20534

## まちかどNews 繋がり、楽しみ、知る

# 今月の写真特集



秋晴れの畑で満喫、児玉なす香る１日

### 児玉なす収穫体験 2026 in 小平

10月10日、東小平農村センター近くの畑で児玉なす収穫体験が行われました。

畑を管理する福島さんの収穫の手本を見た後、参加者の皆さんがなすを選び自らの手で収穫。つやつやとした立派ななすを袋いっぱいに詰め込み、体験を楽しんだ後は、試食会でなすの炊き込みご飯等を堪能しました。



スポーツを「みる！」「する！」「楽しむ！」

### スポレクフェスタ 2026

10月12日、本庄総合公園、タカハシソースエコーピア、若泉運動公園並びに本庄西小学校体育館を会場に、『スポレクフェスタ2026』が開催されました。

各会場にはさまざまなスポーツやレクリエーションの体験ブースが並び、こどもから大人まで多くの来場者がスポーツの楽しさに触れていました。

県境を越えて夜空を彩る

### 利根川坂東大橋花火大会

10月10日、本庄市と群馬県伊勢崎市が合同で「利根川坂東大橋花火大会」を開催しました。尺玉やスターマインなど約１万発の花火が次々と打ち上がり、秋の夜空を色鮮やかに彩りました。利根川の両岸を訪れた人たちは、光と音が織りなす迫力ある花火を楽しみました。









# 特集

# 高齢者のこれからの暮らし

## つながると、ちょっと良いこと。

最近外に出ることが少なくなった。
人と話す機会が減った。
体力も少し落ちた気がする。
そんな「ちょっと気になる」ことは誰にでも訪れるもの。
でも一人で抱える必要はありません。
誰かに話してみる、地域と繋がってみる。
そこから、身体も、気持ちも、暮らしも、ちょっとずつ変わるかもしれません。

### 最近、こんなことありませんか？

- □以前より、外に出ることが少なくなった
- □体力が落ちてきた気がする
- □家族以外の人と話す機会が減った
- □趣味や楽しみが、以前より少なくなった
- □普段の生活について、気になることがある

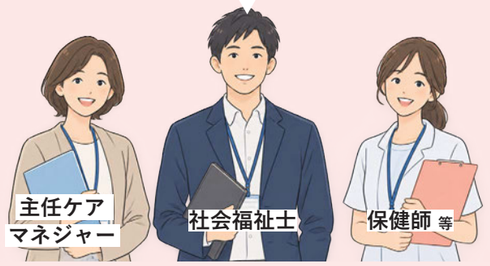


## 高齢者の「気になる」を相談できるところがあります

# 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんやご家族等周囲の方から、**介護や健康、生活のこと**など、さまざまな相談を受ける**総合相談窓口**です。

**さまざまな専門分野を持つ職員が「チーム」として皆さんを支えます！**



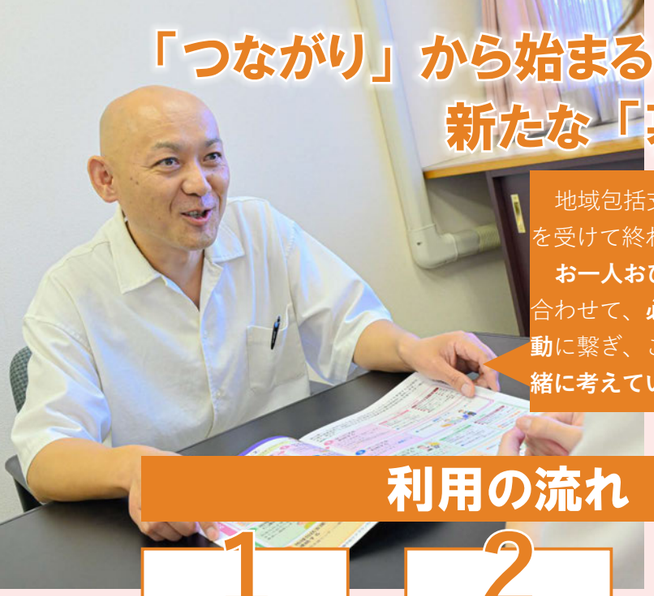




※詳しくは市HP（ID 3873）もご確認ください。



# 「つながり」から始まる、新たな「暮らし」



地域包括支援センターは、相談を受けて終わりではありません。
**お一人おひとりの状況や希望**に合わせて、**必要な支援や地域の活動**に繋ぎ、これからの**暮らしを一緒に考えていきます。**

## 利用の流れ

**1 来所または電話相談**
職員が相談を受け付けます。来所が難しい場合は訪問することもできます。

▶

**2 専門職による面談・対応**
保健師、社会福祉士等の専門職が、相談者と面談。解決策を一緒に考えます。

▶

**3 サービス・事業所の紹介**
困りごとを解決するために必要なサービス・事業所につなげます。

※管轄のセンターが分からない場合は、高齢者福祉課にご相談ください。

## Interview 一人で抱え込まず、まず相談を



児玉地域包括支援センター
**須藤 豊一さん**

**どんな相談が寄せられますか？**

介護や健康だけでなく、お金や財産、ご近所とのことなど、さまざまな相談があります。
「こんなことでもいいのかな」と思わず、**まずは気軽に相談してください。**必要に応じて、関係機関と一緒に支援につなげていきます。

**支援後に変化を感じることは？**

人とのつながりが少なくなった方が、教室などに参加して笑顔になったり、「楽しいよ」と話してくれたりすると、うれしく感じます。
**外に出て人と話すことが、生活のちょっとした変化につながる**と感じています。

### 利用者から、こんな声が寄せられています。



介護について分かりやすく説明していただけた。
今後の動きについても話を聞くことができ**「なにかあったらいつでも連絡してください」のひと言に安心することができた。**



信頼でき安心して相談しています。考えすぎず、早めに相談してよかったです。
**気軽に相談できる場所**だということ多くの人に知ってほしいです。



都内から越してきていろいろ不安が多かったが、センターに相談したことをきっかけに、**地域のコミュニティと繋がりを持つことができ、安心することができました。**

# つながった先には、こんな場所が…

# はにとれ教室









今回の特集では、地域包括支援センター等への相談をきっかけにつながる地域活動の一例として「はにとれ教室」をご紹介！
一体どのような教室なのか、一緒に様子を覗いてみましょう！

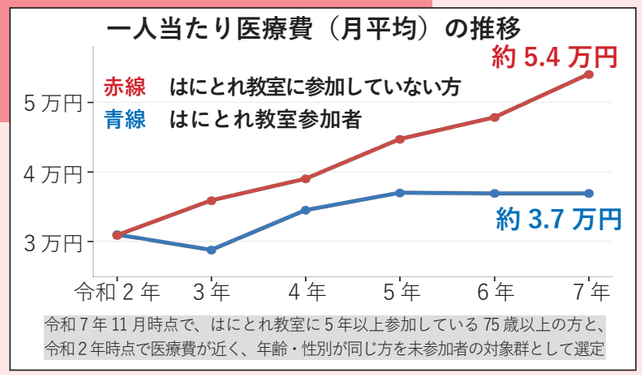






## 「また来週ね」が、元気のもと。

## 参加者には、こんな傾向も。




令和 7 年 11 月時点で、はにとれ教室に 5 年以上参加している 75 歳以上の方と、令和 2 年時点で医療費が近く、年齢・性別が同じ方を未参加者の対象群として選定

年々月あたりの医療費が増加傾向にある中で、
**教室参加者の医療費**は、
**未参加者の医療費**と比較し

**約 1.7 万円**
**低く抑えられている**

**といった結果が出ています。**

## 参加者から、こんな声も！

**実際に教室に参加している方の声も聞いてみました。**



参加する前より体が動かしやすく

**吉田 實 さん**

体を動かしていないと、動きにくくなると感じ、健康のために参加しています。**無理なく休みながら、自分のできる範囲で取り組めるのが良い**ですね。参加するようになってから、**以前より体が動かしやすくなった**と感じています。



体が軽くなり、楽に動けるように

**小泉 淑子 さん**

参加すると、動きやすさが全然違います。**運動した後は体が軽くなり、家に帰ってからも楽に動ける**のを実感しています。
自分のペースで無理なく続けられるので、**筋力低下や外出の減少が気になる方にも、ぜひ参加してほしい**です。

## Interview「来週も来たい」と思える教室に…



はにとれ教室サポーター
**寺園 郁子さん**　**荒井 恵さん**

### 教室で大切にしていることは？

ただ筋トレをするだけでなく、歌や体操など、楽しみながら参加できる内容を取り入れています。声を出したり、笑ったりしながら、**皆さんが「また来週も来たい」と思える教室を目指しています。**

### 教室はどんな雰囲気？

トレーニングだけでなく、参加者同士でおしゃべりしたり、笑ったりできる場にもなっています。私たち自身も皆さんから元気をもらっています。**運動をきっかけに、人と人がつながる場所**にしていきたいです。



## つながることから、始めてみませんか？

これからの生活について、少しでも不安があれば、まずは電話をかけてみるところから始めませんか？

**総合相談窓口**

本庄西地域包括支援センター☎ 22- ７０８８
本庄東地域包括支援センター☎ 22- ６２６２
本庄南地域包括支援センター☎ 23- ９５８０
児玉地域包括支援センター☎ 73- １５４５

**「はにとれ教室」について**

高齢者福祉課☎ 25- １７２２

※管轄のセンターが分からない場合は、高齢者福祉課にご相談ください。

## はにとれ教室って何？

はにとれ（はにぽん筋力トレーニング）教室とは、市内 70 か所以上で行われている教室です。
この教室は、はにとれだけでなく、お口や頭の体操等も行われています。
また、参加者同士で交流を図ることもでき、人とのつながりも広がります。



はにぽん筋力トレーニング

## はにとれとは…

音楽に合わせた 10 種類の運動で、**立つ・歩く・座る等の日常生活に必要な筋力を鍛えられるトレーニング**です！

**ご自宅でも「はにとれ」**
**詳しくは下記へ！**



## 対象・申込

**対象**　概ね 65 歳以上の市内在住者
※教室毎に日時・会場・参加対象者等が異なります。
詳しくは高齢者福祉課（☎ 25- １７２２）へご連絡ください。

※ WEB（ほんじょうネット）からもご確認できます。詳しくは右記コードへ。

ほんじょうネット

発行250号記念

皆さんが「主役」の

# 広報ほんじょう

## これまで






2006. 創刊号




2010.「はにぽん」お披露目




2022. 3年ぶりの祭開催




2024. 紙面リニューアル

広報ほんじょうは、行政情報をただお伝えするだけでなく、**まちに住み・関わる人がそれぞれ大切にする「ヒト・モノ・コト」こそが「魅力」**であると捉え、まちに出て、皆さんと関わり、多くの方に焦点をあてながら、**より読まれて、より伝わる紙面**を作ることを心がけてきました。

**紡いで、**

※新本庄市となってから250号。

# 250号

## これから

来年**4月1日号**より

**発行回数**が変わります。

具体的には…

月2回から**月1回**へ

1日号と15日号を統合し、1日号のみの発行となります。

このたび、広報ほんじょう、ホームページ、SNSの各媒体での情報発信を整理・適正化し、紙面でお届けする情報を見直すことで、必要な情報を適切にお届けする体制が整ったことから、**広報ほんじょうの発行回数を月2回から月1回に変更**します。

そして、**統合**にあわせ**4月1日号**から

## 紙面をリニューアル!

来年4月1日号からの発行回数の変更に向け、より読まれてより伝わる広報紙を目指し引き続き**紙面の見直し**を行っていきます。

広報担当職員がリニューアルについて打合せを重ねていく中で…




★シティプロモーション推進課☎25-1155・ID 22777



数日後…




# あなたの意見で、広報が変わる!







アンケート

## ご意見お寄せください!

急遽、開催された
**広報紙の編集会議に**
**呼ばれた「あなた」。**
もし**「あなた」が広報担当**だったら
**どんな広報紙を作りますか?**
ぜひ、忌憚(きたん)のないご意見・ご感想
をお聞かせください。

### 1 WEBで意見する

右記電子申請フォームより、ご意見ください。

**期間**　12月17日㈭まで

### 2 紙で意見する

下記で配布のアンケート用紙に記入のうえ、併設のアンケートBOXに投函ください。

**期間**　11月6日㈮～12月17日㈭

**配布場所**　市役所本庁舎（1階市民ホール）、アスピアこだま（1階エントランスホール）、保健センター、図書館（本館）

いただいたご意見は、**今後の紙面作りに活用していきます!**




## 更に!お気に入りの写真でオリジナル広報が作れる!!

発行250号を記念して、あなただけのオリジナル広報紙を広報担当が作成!

**抽選で25名**の方に、あなたのお気に入りの写真が表紙になった「広報ほんじょう1月1日号」を令和9年1月以降郵送でお届けします。

**申込方法**　左記アンケート項目内に記載の「オリジナル広報紙作成に応募する」にチェックのうえ、アンケートに回答

※抽選結果は、当選者のみに通知します。

詳しくは市HP（ID 22777）をご確認ください。



※今年度はオリジナル広報紙作成企画を行うため、「笑顔の写真募集」については行いません。

# 各プロジェクトの活動紹介！

今年度も、地域の特性を知り、魅力の発信に取り組む「地域連携プログラム」、市内にある企業・団体等と連携して活動する「地域コラボ企画」、そして一年間の活動の成果を発表する「合同文化祭」を開催します！

## 地域コラボ企画

### 本庄の祭りへの参加




昨年度、七高祭卒業生の発案をきっかけに始まった本庄祇園まつりへの参加。今年も高校生が地域の方々と一緒に神輿（みこし）を担ぎ、祭りを楽しみました。実際に祭りに参加することで、地域の方々や伝統文化に触れ、新たな発見や気づきを得ることができました。また、自治会長の皆さんと意見交換を行い、若い世代が祭りに関心を持ち、参加するきっかけづくりについて考えています。



### 私たちの健康は私たちの手で

（食生活改善推進員協議会）



本庄市食生活改善推進員協議会と連携し、高校生が自らの食生活を見つめ直し、健康的な食生活について考えながら、商品開発に取り組んでいます。朝食アンケートをきっかけに、手軽さや持ちやすさに加え、たんぱく質や本庄野菜を取り入れることを意識してメニューを検討。これまでに市内にある築野食品工業㈱の関東工場や坪谷豆腐店を見学し、こめ油や豆腐の特徴に加え、製造工程について学びました。合同文化祭に向けて、こめ油やおからを使ったドーナツ作りの試作を重ねています。



### Bakery's Kitchen ohana

ベーカリーズキッチンオハナ



市内外の方から愛される市内のパン屋さん「Bakery's Kitchen ohana（ベーカリーズキッチンオハナ）」にご協力いただき、高校生が考えるオリジナルパンの開発に挑戦します。
定休日に店内や厨房を見学し、パン作りの現場を知るとともに、お店の方からパン作りへの思いや工夫を伺いました。見学で得た学びをヒントに、高校生ならではの発想を生かした新しいパンのアイデアを考えています。

## 地域連携　プログラム

### マリーゴールドの丘公園の活用

マリーゴールドの丘公園と周辺地域の魅力を発見し、エリアを活性化するため、高校生ならではのアイデアを考えています。実際に足を運び、魅力的な店舗や山々を一望できる景色など、エリアの特色を発見しました。訪れる人が楽しめるきっかけづくりとして、この地域のヒト・モノ・コトを紹介するマップ制作など、一年をとおして何度でも足を運びたくなるようなアイデアを考えていきます。





### 図書館の利用促進



より多くの中高生にも図書館を身近に感じてもらうため、高校生ならではの視点で図書館の魅力発信や新しい活用の方法を考えています。これまでに学生向けアンケートを実施したほか、藤岡市複合施設ふじまるを訪問し、利用しやすくするための工夫を学びました。中高生をはじめ、より多くの方が図書館を利用したくなるようなアイデアを考えていきます。

### ねんりんピックのおもてなし



**ねんりんピック参加者へ**

本庄市の魅力が伝わり、楽しんでもらえるおもてなしを考えています。これまでに応援メッセージ動画を撮影したほか、のぼり旗の制作、「本庄といえば？」をテーマに本庄市の名所について話し合い、開催地紹介映像の内容を考えました。本庄を訪れる選手の皆さんの心に残るおもてなしを届けられるよう、準備を進めています。

### こどもも大人も安心できる居場所づくり

### こどもまんなかの発見



若い世代が将来への希望を持ち、やりがいを感じながら幸せに暮らせるまちを目指し、「こどもまんなか」の視点から、「居場所づくり」について考えています。こどもが集まるイベントへの参加や保育園・保育所の見学をとおして、こどもたちと触れ合い、保育士の方から話を伺いました。活動をとおして、こどもだけでなく、大人にとっても「居場所」が大切だと学びました。今後は、親子が気軽に過ごせる居場所づくりについて考えていきます。







本庄市高校生プロジェクト2026

このまちに関わる「人」
すべてをつなぐ「場」

# 七高祭 TIMES

HONJO HIGH-SCHOOL PROJECT

★七高祭実行委員会事務局
（シティプロモーション推進課内）
☎25-1614　ID 20553

※この高校生プロジェクトの名称は、高校生の意見を尊重し、「七高祭」としています。

七高祭の情報をSNSでも発信中！ぜひフォローして、高校生たちの活動の様子をチェックしてください！

Instagram

## #3 中間報告会を開催しました！









9月24日に本庄ガスECOはにぽんプラザで中間報告会を行いました。地域連携プログラムと地域コラボ企画の計7つのチームが、これまでの活動や今後取り組む内容について発表しました。
活動で得た気づきや学びを共有し、今後どのような活動に繋げていくかを考える機会となりました。

▶令和７年度の市職員の採用・退職・給与等の状況

## 市人事行政の運営等の状況を公表します

行政管理課☎25-１１６０
ID 2328

### 1　職員の任免及び職員数に関する状況

1）採用職員・再任用職員・退職職員の状況（令和７年度）

※［］内は女性（内数）

| 採用職員 | 再任用職員 | 退職職員 |
|---|---|---|
| 23人［13人］ | 16人［３人］ | 16人［７人］ |

2）職員数の状況（各年４月１日現在）

| | 令和６年 | 令和７年 | 対前年増減 |
|---|---|---|---|
| 常勤職員 | 597人 | 601人 | ４人 |
| 再任用職員（短時間勤務） | ３人 | ３人 | ０人 |
| 会計年度任用職員（フルタイム） | 92人 | 84人 | －８人 |

※詳しくは、市HPをご覧ください。

### 2　職員の給与の状況

1）職員給与費の状況（令和７年度普通会計決算）

| 職員数A | 給与費（千円） | | | | 1人当たり給与費 B/A（千円） |
|---|---|---|---|---|---|
| | 給料 | 職員手当（退職手当除く） | 期末・勤勉手当 | 計B | |
| 529人 | 2,042,268 | 314,422 | 864,656 | 3,221,346 | 6,090 |

※職員数には任期付短時間勤務職員、暫定再任用職員（短時間勤務）、定年前再任用短時間勤務職員及び会計年度任用職員を含みません。

2）特別職等の報酬等の状況（令和７年度）

| 区分 | 報酬月額等 |
|---|---|
| 給料 | 市長：890,000円　副市長：756,000円<br>教育長：697,000円　※減額措置あり。 |
| 報酬 | 議長：425,000円　副議長：374,000円<br>議員：353,000円 |
| 期末手当 | 市長・副市長・教育長：4.60月分 ※減額措置あり。 |
| | 議長・副議長・議員：4.60月分 |
| ※減額措置 | ●給料　市長：10%、副市長・教育長：５% |
| | ●期末手当　市長：20%、副市長・教育長：10% |

▶一年を通して、快適な働き方へ

## 働きやすい服装での勤務を通年実施します

行政管理課☎25-１１６０

職員の働きやすさと環境に配慮した働き方の実現のため、一年を通して、季節や気温、業務内容に応じた適切な服装を選択できるものとします。

●軽装勤務（ノーネクタイ・ノージャケット等）を通年で実施します。
●業務遂行に支障のない範囲で、節度ある服装とします。
● TPO（時、場所、場合）を踏まえた服装とします。



▶引き続きよろしくお願いします

## 「本庄総合公園体育館」のネーミングライツパートナー契約を更新

スポーツ推進課☎25-１１５２
ID 14077

●**愛称名**
**カミケンシルクドーム**
●**ネーミングライツパートナー**
**株式会社上里建設**
（見福３-14-14）
●**ネーミングライツ料**
年間150万円（税抜）
●**期間**
11月１日から５年間




**【ネーミングライツ制度とは】**

公共施設に企業名や商品名を冠した愛称を付ける権利を付与し、その対価としてネーミングライツ料を受け取る制度です。ネーミングライツ料は、施設の運営・維持管理に活用されます。





## 祝　百　賀

市内在住で大正15年生まれの荒木トシ子さんがめでたく100歳を迎えられ、大正から令和までの時代を歩んできた荒木さんにお祝いの「寿状」が贈られました。



荒木　トシ子 さん
（若泉）



## 輝く　ほんじょう人

Pick Up



市長に優勝を報告した園田真弓さん

### 第13回全日本ポールスポーツ／エアリアルスポーツ選手権大会で部門優勝！

７月に大阪で開催された全日本大会で、園田真弓さんが40歳以上の女性プロ部門で優勝しました。競技を始めて約５年。一昨年３位、昨年２位と順位を上げ、今回は小・中学生時代に親しんだバスケットボールとポールを融合した演技に挑戦。10月27日からチェコで開催される世界大会への出場権も獲得し、さらなる飛躍を目指します。

## でんごん広場　皆さんの情報交換の場

### 第59回本庄市菊花展

**日時**　11月６日㈭～８日㈯
午前10時～午後４時
**会場**　北泉公民館
**費用**　無料
※申込不要。直接会場へ。
**主催**　市菊花会
**問合せ**　青木☎090-2335-3138

### ギター弾き語りコンサート

**日時**　11月29日㈯
午後１時～４時30分
**会場**　本庄レンガ倉庫２階ホール
**費用**　無料　**定員**　50名（先着順）
※申込不要。直接会場へ。
**主催**　ティータイム
**問合せ**　榎本☎080-6605-5159

### 第56回本庄古美術展覧会

**日時**　11月21日㈯～23日㈷
午前９時～午後10時
**会場**　本庄ガスECOはにぽんプラザ２階展示スペース
**費用**　無料
※申込不要。直接会場へ。
**主催**　本庄古美術愛好会
**問合せ**　塩原☎090-2229-8356

### 合気道呼吸法体験会

**日時**　毎週日曜日　午後２時～４時
**会場**　市武道館
**費用**　無料　**対象**　どなたでも
※申込不要。直接会場へ。
**主催**　市合気道愛好会
**問合せ**　塚越☎090-3501-1159

### 2026（第48回）戦争と平和を考える市民のつどい

**日時**　11月22日㈰
午後１時30分～５時
**会場**　グローバルソフトウェア本庄文化ホール第３会議室
**費用**　無料　**定員**　90名（先着順）
※申込不要。直接会場へ。
**講演**　平山　知子　氏（弁護士）
**主催**　市民のつどい実行委員会
**問合せ**　矢島☎24-3429

### ダンベル友の会会員募集

**日時**　毎週木曜日　午後１時～３時
**会場**　本庄ガスECOはにぽんプラザ活動室A
**費用**　月1,000円
**対象**　楽しく健康維持したい方
**問合せ**　儘田☎21-7178

▶〜みんなをつなぐ憩いの光〜

## マリーゴールドの丘イルミネーションが始まります！

マリーゴールドの丘イルミネーション実行委員会（都市計画課内）
☎ 25 - １１３７
ID 3342

●**点灯期間**　11 月 21 日(土)〜令和 9 年 1 月 24 日(日)
午後 4 時 30 分〜 9 時 30 分
●**会場**　マリーゴールドの丘公園
※混雑時は臨時駐車場（JA 埼玉ひびきの本店駐車場）をご利用ください。

**【点灯式】**
●**日時**　11 月 21 日(土)　午後 4 時 30 分〜
●**内容**　イルミネーションカウントダウン、ハンドベル演奏、キッチンカー
※点灯式当日は公園駐車場が使えません。臨時駐車場をご利用ください。
※各種 SNS で　＃マリーゴールドの丘イルミネーション　のタグをつけた投稿もお待ちしています！

Instagram



▶たくさんの催しで楽しい一日を

## 同時開催！はにぽんフェスティバル2026 ＆ほんじょう産業フェスタ

（はにぽんフェスティバルに関すること）
ID 15950
市民活動推進課☎ 22 - ０８２８
（ほんじょう産業フェスタに関すること）
ID 15645
商工観光課☎ 25 - １１７５

**日時**　**11** 月 **21** 日(土)　午前 10 時〜午後 3 時　**会場**　本庄総合公園（小雨決行）






### はにぽんフェスティバル 2026

はにぽんの誕生日をお祝いしよう！お友だちのご当地キャラも大集合して、セレモニーやミニゲーム、パフォーマンス等で盛り上がります。
詳しくは市HPへ。

### ほんじょう産業フェスタ

「本庄のいいもの」が大集合！市内企業の紹介ブースや販売、体験会、グルメのほか、イベントステージや森林・林業体験等、お楽しみ盛りだくさん！
詳しくは市HPへ。



▶ 20 歳、心に響く未来への出発式

## 令和８年度二十歳の祝い式典を開催

生涯学習課☎ 22 - ３２４８
ID 15656

新たな門出を祝うために、式典の企画をしています。今年のテーマは「**本庄と創る、人生の本章。ここから魅せる、20 ページ目の本領。**」。皆さんの出席をお待ちしています。
●**日時**　令和 9 年 1 月 10 日(日)　午前 11 時〜
（受付　午前 10 時〜）
●**場所**　グローバルソフトウェア本庄文化ホール
●**対象**　平成 18 年 4 月 2 日〜平成 19 年 4 月 1 日生まれの方
12 月上旬から中旬頃に、式典の案内はがきを、市内在住の方と、市外在住で受取希望のご連絡のあった方へ発送します。**市外在住で案内はがきの受取りをご希望の方**は、11 月 30 日(月)までに生涯学習課へご連絡ください。
詳しくは市HPをご覧ください。

### 今年度の実行委員が決まりました !!



**令和８年度二十歳の祝い式典実行委員**
【上段左から】内田 姫生、山岸 來弥、髙根澤 桜我、川﨑 誠也（実行委員長）、山﨑 仁琥、卜部 泰河、上野 優太
【下段左から】岡崎 奏太、織茂 優歌、曾澤 優汰（副実行委員長）、市川 有亮、矢嶋 拓史、小林 香葉、三品 碧生

▶皆さんの意見をお寄せください

## 男女共同参画に関する市民アンケートを実施

市民活動推進課☎ 25 - １１１８・ID 22768

市では、「本庄市男女共同参画プラン」を策定し、性別にとらわれず誰もが助け合い、さまざまな場で活躍できるまちづくりを推進しています。
令和 10 年度からスタートする新たなプランの策定に向けて、11 月に皆さんの意識や意見をお伺いするアンケートを実施します。
アンケート用紙がお手元に届いた方は、回答にご協力をお願いします。
**対象**　無作為抽出により選んだ 18 歳以上の市民（３千人）



▶皆さんの意見をお寄せください

## 本庄市都市計画マスタープラン(案)へのパブリックコメントを募集

都市計画課☎ 25 - １１３６・ID 22669

**閲覧・意見募集期間**　11 月 16 日(月)〜 12 月 15 日(火)
**提出期限**　12 月 15 日(火)（必着）
**対象**　次のいずれかに該当する方
・市内在住・在勤・在学者
・市内に事務所または事業所を有する方
・市税の納税義務を有する方
・この事案に利害関係を有する方
**閲覧場所**　都市計画課、支所総務課、本庄ガス ECO はにぽんプラザ 1 階、図書館（本館・児玉分館）、市HP
※意見の提出方法等、詳しくは意見提出用紙（閲覧場所で配付）及び市HPをご覧ください。

# 市長コラム

しんげの一言メッセージ

## 進化するスポレクフェスタ

10月12日のスポーツの日、スポレクフェスタ2026が市内各会場で開かれました。参加者は延べ8,580人。お子さんから高齢者の方々まで、大勢の市民の皆さまが、33のブースで多彩な競技に挑戦しました。どの会場でも笑顔が見られ、歓声が上がっていました。

このイベントが今の形になるまでには、長い試行錯誤がありました。合併前の本庄市・児玉町とも自治会や区で競う体育祭がありましたが、当時から参加者集めや自治会の負担が課題でした。合併後、全自治会が集まれる会場がなく、体育祭がなくなることを惜しむ声もありました。

形は変わっても「市民一人1スポーツ」の理念を大切にし、スポーツやレクリエーションを楽しむイベントは残したい、そんな思いで合併直後、カミケンシルクドームでレクリエーション大会を開きましたが、更に工夫が必要と考え、一度休止して考え直した年もありました。

その後、スポーツ協会やレクリエーション協会、スポーツ推進委員の皆さまと市職員が協議を重ね、平成21年度から「スポレクフェスタ」として再出発。当時の早稲田大学白井総長からご紹介いただいた川淵三郎氏にもご協力いただき、当初はケイアイスタジアムなどを会場に、個人でもグループでも参加できる催しを行いました。さらに、平成23年度からは各団体が体験ブースを設け、市民の皆さまに楽しんでもらう形に移行しました。初めての競技でも気軽に挑戦でき、団体にとっても活動を知ってもらい、新しい仲間を増やす機会にもなる、まさに「市民一人1スポーツ」の理念につながるこの取組は広く歓迎され、会場も本庄総合公園、若泉運動公園、タカハシソースエコーピアへと広がりました。

台風やコロナ禍で苦労した年もありましたが、実行委員会と各団体は毎年反省を重ね、企画を磨いて臨みます。これほど創意工夫されたイベントは全国でも珍しいと思います。本年はNHKニュースでも紹介されました。

スポレクフェスタは完成形ではありません。これからも市民の皆さまの力で進化し続けるでしょう。支えてくださる皆さまの熱意と労力は本庄市の誇りです。改めて関係者各位に心から感謝申し上げます。

本庄市長 吉田信解

# お知らせ

## 国民健康保険税等は社会保険料控除の対象です

ID14009

所得税の確定申告と市県民税申告の社会保険料控除として、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付額が申告できます。納付した方には、「納付済額通知書」を令和9年1月下旬に郵送します。

なお、年末調整の際に「納付済額通知書」が必要な場合は、担当課窓口で交付します。

**用意** 本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証等）

※窓口に来た方と納付者が同一世帯でない場合は、委任状が必要です。

※年金から天引き（特別徴収）されている納付額については、市では「納付済額通知書」が発行できません。年金保険者（日本年金機構等）から郵送される源泉徴収票をご利用ください。

★（国民健康保険税について）収納課☎25-1181、（後期高齢者医療保険料について）保険課☎25-1245、（介護保険料について）介護保険課☎25-1719

## パープルリボンキャンペーン

毎年11月12日から25日までの2週間は「女性に対する暴力をなくす運動」週間です。その一環として「パープルリボンキャンペーン」を実施します。

**○パネル展（ドメスティックバイオレンス）、パープルリボンキャンペーンタペストリー巡回**

**場所** 市役所1階市民ホール

**期間** 11月25日(水)～30日(月)

**○ライトアップ、看板等による啓発**

**場所** JR本庄駅通路、本庄ガスECOはにぽんプラザ、本庄レンガ倉庫

**期間** 11月4日(水)～30日(月)

★市民活動推進課☎25-1118



## 国民年金からのお知らせ

**●11月は「ねんきん月間」、11月30日（いいみらい）は「年金の日」**

毎年誕生月に、年金加入記録や年金見込額等が記載された「ねんきん定期便」が日本年金機構から送付されます。また、「ねんきんネット」では、ご自身の年金記録の確認や、現在持ち主が不明になっている年金記録を検索することもできます。

※年金事務所で相談する際は事前に予約をお願いします。

◎予約専用ダイヤル☎0570-05-4890-03-6631-7521

◎「ねんきん定期便・ねんきんネット」専用ダイヤル☎0570-058-555・03-6700-1144

**●社会保険料（国民年金保険料）控除証明書について**

国民年金保険料は、所得税・住民税申告をする際に全額が社会保険料控除の対象です。

※今年納めた保険料であれば、過年度分や追納分、家族分（納付した場合）も含まれます。

**送付時期**

①1月～9月に納付した方…11月上旬に郵送

②10月～12月に納付した方…令和9年2月上旬に郵送

※①②いずれも電子版の送付が可能です。詳しくは日本年金機構HPをご覧ください。

◎ねんきん加入者ダイヤル☎0570-003-004・03-6630-2525

ねんきんネット

★熊谷年金事務所☎048-522-5012

令和8年度控除証明書

## 「人生会議」始めてみませんか？

ID19141

厚生労働省では、**11月30日（いい看取り・いい看取られ）**を「**人生会議の日**」とし、人生の最終段階の医療・ケアについて考える日としています。

**【人生会議とは】**

「もしも」のことがあったときに備えて、あなたの望む医療やケアを前もって考え、家族等や医療・介護の専門職と繰り返し話し合い、共有する取組のことです。

命の危険が迫った状態では、約7割の方が、医療やケア等を自分で決めたり望みを人に伝えることができなくなるといわれています。だからこそ日頃から考え話し合っておくことが大切です。

**【人生会議の進め方の例】**

人生会議は、年齢や健康状態に関係なく、いつからでも始められ、何度でも取り組んでいただけます。自分らしく生きるために、そして家族や大切な人のために、あなたが大切にしたいことや望む生き方について、考え、話し合ってみませんか。

**【人生会議を進めるために】**

これまでの人生を振り返り、これからを大切に生きるために、書き留め、話し合うための「思いをつなぐマイエンディングノート」を配付しています。

**配付場所** 高齢者福祉課、地域包括支援センター等

※市HPからもダウンロードできます。

★高齢者福祉課☎25-1722

## 自衛官募集案内

**【一般曹候補生】**（第3回）

**応募資格** 18歳以上33歳未満の方（採用予定月の1日時点）

**受付期間** 11月20日(金)

**1次試験（WEB試験）** 11月29日(日)、30日(月)のいずれか1日

**2次試験** 令和9年1月9日(土)～11日(祝)のうちいずれか1日

**合格発表** 1次試験・12月17日(木)、2次試験・令和9年2月8日(月)

★自衛隊埼玉地方協力本部熊谷地域事務所☎048-522-4855

自衛隊
















※声の広報（録音CD）の貸し出しは、図書館本館・児玉分館・シティプロモーション推進課へ。また、市ホームページでも聴くことができます。★シティプロモーション推進課☎25-1155

## 本庄上里学校給食組合からのお知らせ

令和9・10年度物品等競争入札参加資格審査申請の受付を次のとおり行います。登録希望者は、郵便で申請を行ってください。

**受付期間** 12月14日(月)～令和9年1月29日(金)

※申請手引・書式は、12月1日(火)から、本庄上里学校給食組合で窓口配布するほか、HPからもダウンロードできます。詳しくはHPをご覧ください。

★本庄上里学校給食センター ☎24-2621

本庄上里学校給食センター

## 非常勤職員（短期）募集

**【募集概要】**

**勤務内容** 確定申告会場でのスマホ、パソコン操作補助

**資格等** スマホ操作またはエクセル・ワード等のパソコン操作ができる方、高校卒業程度の知識を有する方

**給与** 時給1240円～

※給与法改正等により変更される場合があります。

**通勤手当** 交通費相当額（上限あり）

**募集人員** 10名

**勤務期間** 令和9年2月8日から3月15日までの間で1か月程度（土・日・祝日を除く）

**勤務時間** 午前9時から午後5時までの間で4～6時間程度

**勤務場所** 本庄税務署（駅南2-25-16）

**応募方法** 本庄税務署総務課宮田☎22-2111（音声案内2番）へ

★課税課☎25-1123

## ～道路を安全に通行するために～

ID17391・13972

**○道路に乗入れブロックを置かないでください**

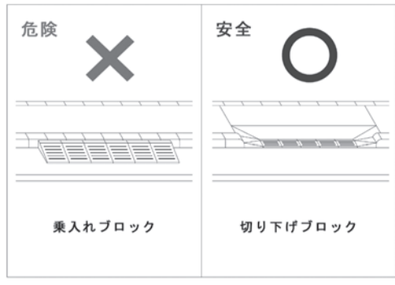
駐車場出入口等の段差を解消するため、市販の乗入れブロックや鉄板等を設置することは、歩行者や自転車の転倒事故につながる恐れがあり危険です。

また、雨水の排水を妨げ、水たまりや冠水の原因になることもあります。

道路を安全に通行できるよう、乗入れブロックを道路上に置かないでください。

**○道路の段差を解消する場合の手続き**

道路の段差を解消する必要がある場合は、歩道の切下げ工事が可能です。工事前に道路管理課に申請が必要です。費用は自己負担となります。

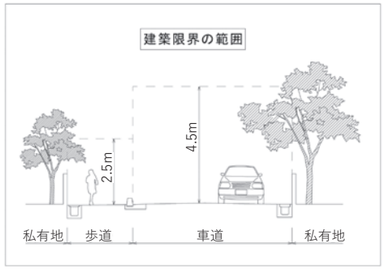



**○道路に張り出している樹木等は剪定をお願いします**

道路上へ張り出した草木も通行の妨げとなります。剪定・除草をお願いします。

車道は高さ4・5m、歩道は2・5mの建築限界の範囲の確保をお願いします。

※建築限界とは、安全な通行を確保するため、道路上の一定の範囲内に障害となるものを置いてはならない空間範囲をいいます。




★道路管理課☎25-1135

## 11月は埼玉県ケアラー月間

ケアラーとは、家族等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方です。

11月を「ケアラー月間」と定め、広報啓発を行い、ケアラー支援への理解と協力の輪を広げ、孤立することのない社会の実現に取り組んでいます。

※詳しくは県HPをご覧ください。

埼玉県

★子育て支援課☎25-1130

〈広告〉
シニア活躍中!!
☆パート社員の募集です☆
仕事 賃貸物件(リフォーム)のサポート業務
資格 高卒以上、要普通運転免許
給与 1,300円(時給) 待遇 交通費規定内支給
時間 9:00～17:00(週3日程度) 応募 お気軽にお電話ください
休日 水・日・祝他・年末年始・GW・お盆 (採用係)
株式会社大絹 埼玉県知事免許(8)第16352号
キリン不動産 ☎0495-33-2266
上里町七本木2368-4
営業時間 10:00～18:30(水曜定休)

〈広告〉
霜月の和菓子
秋の実りの
栗鼓くりつづみ
栗の形の最中。ねっとりとした白餡にやわ栗一粒の贅沢さ。是非ご賞味下さい。
七五三の赤飯ご注文承ります。
今年も一口サイズの栗むし羊かん始まりました。
㐂美屋 せきね
Tel:0495-22-2315
定休日:11/4,10,11,18,25



## 本庄市消防団特別点検を実施

ID19331

火災が発生しやすくなる季節を前に、市と市消防団では、次のとおり特別点検を実施します。

**日時** 11月22日(日) 午前9時～

※雨天中止。

**会場** 若泉運動公園第1グラウンド

この特別点検は、消防団員の職務遂行に必要な「人員服装規律」及び「機械器具」等の点検を行い、災害活動体制の万全を期するために実施するものです。

★危機管理課☎25-1184

★支所総務課☎72-1331

## 11月は「いじめ撲滅強調月間」

ID22751

いじめを受けていたり、いじめに気が付いたりしたら一人で悩まず相談・通報してください。

**【いじめに関する相談】**

**◎彩の国 よりそうみんなの電話・メール教育相談**（24時間365日対応）

・18歳以下のこども用☎#7300（無料）

・保護者用☎048-556-0874・✉soudan@spec.ed.jp

**◎いじめ通報窓口**（県教育委員会）左記コードから申込ページへアクセスし、必要事項を入力

申込

※その他相談先等、詳しくは市HPへ。

★埼玉県青少年課☎048-830-2907

## 児玉郡市広域市町村圏組合職員採用試験（二次募集）

**採用予定日** 令和9年4月1日

**募集職種** 技術職（機械または電気）

**受験資格** 平成3年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた方

**募集人数** 1名

**一次試験** 12月13日(日)

**試験内容** 教養試験・作文試験・適性検査

**申込** 11月2日(月)から27日(金)までに持参または郵送

※郵送の場合、11月27日(金)必着。

※受験資格、二次試験等について詳しくはHPへ。

※職場見学会を随時開催中。詳しくは児玉郡市広域市町村圏組合総務課及びHPで配布の受験案内をご確認ください。

児玉郡市広域市町村圏組合

★児玉郡市広域市町村圏組合総務課☎27-2241

## 税を考える週間

毎年11月11日から17日は「税を考える週間」です。

国税庁HP内に特設ページを設け、税について紹介しています。

※詳しくは、国税庁をご覧ください。

国税庁

★課税課☎25-1123

# 催し・講座

## セルディシアター『お終活』3 幸春！人生メモリーズ

ID15913

映画も、人生も、クライマックスが一番オモシロイ！高畑淳子×橋爪功×三田佳子×小日向文世。笑って、泣けて、役に立つ『お終活』シリーズ第3弾！

**日時** 11月21日(土) ①午前10時～、②午後2時～

※30分前から入場可。

**会場** セルディホール

**定員** 各600名（先着順）

**費用** 無料

※申込不要。直接会場へ。

★セルディ☎72-8851

## こだままつりばやし・和太鼓共演会

ID15646

祭りの感動をふたたび!!会場に鳴り響くまつりばやしと和太鼓の音色を、ぜひ会場でお楽しみください。

**日時** 11月15日(日) 午後1時30分～

**会場** セルディホール

**出演** 児玉地域のお囃子保存会（上町・仲町・新町・本町）、こだま和太鼓会、広木屋台囃子保存会（美里町）

**定員** 600名（先着順）

**費用** 無料

※申込不要。直接会場へ。

★セルディ☎72-8851

〈広告〉
いつか、その時のために
無料事前相談
さいれい聖苑
神川ホール／神川町植竹647-1
本庄ホール／本庄市見福2-18-7
TEL.0495-77-7310

〈広告〉
庭木1本から承ります!
お約束 庭木1本より明瞭料金 トイレはお借りしません 土日でもOKです お茶はご遠慮します
見積無料
広報ほんじょうをご覧の方へ 生垣の剪定（長さ1m 高さ2m）通常2,200円を 初回限定 先着10名様 1,100円!!(税込)
ガーデンエクスプレス カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ
☎0120-61-4128
営業9:00～17:00
高崎藤岡店 高崎市吉井町吉井川140

◎ホームページバナー広告随時募集中！
詳しくは、市ホームページをご覧ください。
★シティプロモーション推進課☎25-1155

## 講演会「知って得する【身近な温泉】と健康効果」

**日時** 11月23日㈷ 午前10時30分～正午
**会場** 老人福祉センターつきみ荘
**講師** 今井 玲子 氏（温泉ソムリエ）
**対象** どなたでも
**定員** 30名（先着順）
**費用** 無料
**申込** 11月15日㈰までに電話、FAXまたは直接左記へ
★老人福祉センターつきみ荘
☎・FAX 22-3696

## 介護者リフレッシュ事業

ID 2570

高齢者を介護しているご家族の皆さん、心身ともにリフレッシュしませんか。

**日時** 11月30日㈰ 午前10時～11時30分
**会場** 観光農業センター
**講師** 立花 勲 氏
**対象** おおむね60歳以上の高齢者を在宅で介護している家族
**内容** みかん狩り・苔玉作り教室
**定員** 5名（先着順）
**費用** 無料
**申込** 11月13日㈭から電話または直接左記へ
★高齢者福祉課☎25-1722

## ふれあい芸能まつり

児玉郡市4つのコミュニティ協議会共催による文化活動団体の発表会を行います。

**日時** 11月8日㈰ 午前10時～
**会場** グローバルソフトウェア本庄文化ホール
★2026ふれあい芸能まつり実行委員会（本庄市コミュニティ協議会内）
☎21-7688

## 老後の生活に備えておくべきこと

はにぽんチャレンジ対象事業

人生100年時代、大切な人に迷惑をかけず、生活を楽しむにはどのような備えが必要か。

**日時** 11月26日㈬ 午後1時30分～2時30分
**会場** セルディ大会議室
**講師** 矢吹 きしお 氏
**対象** 市内在住・在勤の介護に関心のある方
**定員** 50名（先着順）
**費用** 無料
**用意** 筆記用具
**申込** 11月5日㈬から20日㈭までに電話または直接左記へ（日曜日を除く）
★児玉地域包括支援センター
☎73-1545

## 婚活イベント「Xmas Meet & Greet」

ID 2643

―素の自分だからこその出会い―アバターで気軽に会話し人柄に触れた後、リアルの対面イベントで関係を深めます。

市と社会福祉協議会が連携した結婚支援事業です。

**日時** 12月13日㈯ ①午前10時30分～午後2時、②午後3時30分～7時
**会場** 本庄ガスECOはにぽんプラザ
**対象** 結婚を希望する独身男女（①20代～30代の方、②30代～40代の方）
**定員** ①②ともに男女各12名
**費用** 2000円（市内在住・在勤者は1000円）
**申込** 11月3日㈷から23日㈷までに、フォームへ
★市社会福祉協議会
☎24-2755
申込

## バレンタイン アフタヌーンコンサート

ID 17655

音楽と軽食を楽しむ、特別な午後を過ごしませんか？

**日時** 令和9年2月14日㈰ 午後2時～
**会場** グローバルソフトウェア本庄文化ホール多目的ホール
**対象** 18歳以上の方
**定員** 80名（先着順）
**費用** 3000円
**申込** 11月10日㈫午前9時から窓口にて発売（発売日当日の電話予約は午後1時から）
★グローバルソフトウェア本庄文化ホール☎24-2841

## 個人事業主決算説明会

**①青色申告者向け**
**日時** 12月9日㈫ 午前10時～正午、午後2時～4時
**②白色申告者向け**
**日時** 12月10日㈭ 午前10時～正午
≪①②共通≫
**会場** 本庄税務署1階会議室
**申込** 事前に左記へ
★本庄税務署個人課税部門
☎22-2114

脇島正法律事務所
埼玉弁護士会所属　弁護士　脇島　正
予約制 受付時間：平日9:30～18:00
TEL 0495-71-6520
〒367-0030 本庄市早稲田の杜4-1-8
http://wakishima-law.jp/ webからも予約できます

〈広告〉
本庄市の皆様へ
泊まって埼玉 キャンペーン
列車でらくらく乗換1回
車でお気軽アクセス
温泉マーク発祥地
ちょうだい
おろした
会いに来て！
シークレット限定プラン
◀こちらからお申し込みください
軽井沢東 磯部温泉 名切者のお宿
ホテル磯部ガーデン
TEL.027-385-0085 群馬県安中市磯部1-12-5
JR／高崎駅▶乗換▶磯部駅徒歩5分【送迎要連絡】車／松井田妙義ICより10分
〈広告〉



## 講演会「子どもの成長を見守るために知っておきたい、発達の知識」

ID 2268

特性に応じた関わり方や、こども・保護者への支援について学びます。

後日、限定配信も行います。

**日時** 12月5日㈯ 午後2時～3時30分
**会場** 市役所6階大会議室
**講師** 前田 智行 氏（一般社団法人こども発達支援研究会代表理事）
**対象** どなたでも
**定員** 当日参加100名（先着順）
**費用** 無料
**申込** 11月4日㈬～27日㈭
※申込方法等、詳しくは市HPをご覧ください。
★生涯学習課☎22-3248


前田 智行 氏

## WASEDA HONJO ENGLISH KIDS

早稲田大学本庄高等学院の留学生や学院生と一緒に、英語を使ったゲームやクイズをします。学校で勉強した英語を使って、楽しい時間を過ごしましょう！

**日時** 12月6日㈰ ①午前10時～正午、②午後1時30分～3時30分
※①・②いずれかを選択。
**会場** 早稲田大学本庄高等学院1階ほか
**対象** 小学5・6年生
**定員** 各15名（申込多数の場合、抽選）
**費用** 無料
**申込** 11月23日㈷までに左記コードへ


申込

※抽選結果は11月26日㈭に申込者全員にお知らせします。
★（公財）本庄早稲田国際リサーチパーク☎24-7455



## 本庄地域就職面接会

60歳未満（若年者と中高年層）の就職を応援します！

**日時** 12月3日㈭ 午後1時30分～4時（受付時間 午後1時～3時30分）
**会場** 本庄商工会議所 2階大ホール
**内容** 60歳未満の方と企業の人事担当者との個別面接
**参加企業** 15社（予定）
**用意** 履歴書（応募企業数に応じて複数枚用意）、ハローワークの紹介状、ハローワーク受付票
★ハローワーク本庄職業紹介部門☎22-2448

## ゼロから学ぶ起業講座

起業したいとお考えの方に起業の基礎知識をわかりやすく解説！あなたの未来をデザインしませんか。

**日時** 12月4日㈮ 午後1時～3時
**会場** 美里町商工会
**講師** 森 尚子 氏（創業支援センター埼玉）
**対象** これから起業をお考えの方、起業の基礎知識を知りたい方
**定員** 20名（先着順）
**費用** 無料
**用意** 筆記用具
**申込** 左記へ
★児玉商工会☎72-1556

# スポーツ

## 秋のウォーキング教室③

ID 18955

はにぽんチャレンジ対象事業

**【本庄オータム・ウォーク2026連携企画】**

本庄ウォーキングマップ「No.9」水と緑と歴史を感じる路コースを中心に約5kmを歩きます。

**日時** 11月22日㈰ 午前9時～正午（少雨決行）
**集合場所** セルディ駐車場
**講師** 市スポーツ推進委員
**対象** 小学4年生以上の市内在住・在勤・在学者
※小学生は保護者同伴。
**内容** ウォーキング及びインターバル速歩・スロージング等
**定員** 30名（先着順）
**費用** 無料
**用意** 運動する服装・靴、飲み物
**申込** 11月10日㈫から電話で左記へ
★スポーツ推進課☎25-1152



## －今月の納税納付－

**納期限 11月30日㈰**

・国民健康保険税　5期　・下水道負担金　3期
・介護保険料　5期　・後期高齢者医療保険料　5期

納め忘れをなくすため、便利な口座振替をぜひご利用ください。

## －市税夜間・休日収納窓口のお知らせ－

**○夜間収納窓口**
**日時** 11月12日㈭、12月15日㈫ 午後5時15分～7時
**場所** 収納課（市役所1階）☎25-1120

**○休日収納窓口**
**日時** 11月29日㈰ 午前8時30分～午後5時15分
**場所** 収納課（市役所1階）☎25-1120

# 公民館

◎会場の記載がないものは主催公民館が会場です。対象の記載のないものはどなたでも、費用の記載がないものは無料。定員は全て先着順です。申込は各公民館へ（原則午前8時30分から。電話または窓口）。
※有料講座はキャンセル料が発生する場合があります。
※各公民館の講座はID 9044から確認できます。

掲載の全公民館事業がはにぽんチャレンジ対象事業

**本庄東公民館☎22-3404**（金・土・日・休日連絡不可）

**◆固まるハーバリウムでシャンパングラスを作りましょう**
プリザーブドフラワーや木の実等を入れて、おしゃれなグラスアレンジを作ります。
**日時** 11月26日㈭ 午後1時30分～3時30分
**講師** 山梨 きく江 先生
**対象** 18歳以上の方
**定員** 8名
**費用** 2800円
**用意** アルコール入りウェットティッシュ、はさみ、ピンセット
**申込** 11月12日㈭から
※申込時に赤か紫の色を選択。

**本庄西公民館☎21-8786**（水・土・日・休日連絡不可）

**◆歌って笑って年忘れコンサート**
フルートやウクレレ、チューバ等の演奏をお楽しみください。笑って、みんなで歌って元気になれるコンサートです。
**日時** 11月30日㈰ 午前10時～11時30分
**出演** ミッティ・ユッティ・ロッティ
**定員** 30名
**用意** 上履き
**申込** 11月12日㈭から

**藤田公民館☎22-2332**（金・土・日・休日連絡不可）

**◆ハートフル音楽コミュニケーション講座**
北海道の大自然奮闘記を映像とトークで紹介。昔懐かしい童謡や唱歌・懐メロを講師と一緒に歌います。
**日時** ①12月16日㈬ ②23日㈬ 午後1時30分～4時
※①②どちらかを選択。

**旭公民館☎22-5940**（水・土・日・休日連絡不可）

**◆旭お楽しみ演芸会**
落語、講談、漫談に今回はのこぎり音楽演奏が加わります。大いに笑って心穏やかな時間を過ごしましょう。
**日時** 12月15日㈪ 午後1時30分～3時30分
**出演** 紺野 相龍、加賀 竹里、木本 誠二、高野 武、穴掘家シャベル

**ご利用ください！はにぽん号（ID4867）**
市内400か所以上の停留所を送迎する乗合バスです。実証実験として、11月22日までは**日曜日も運行**します。ぜひ、ご利用ください。
**運行日程** 月～土曜日 午前8時～午後6時（最終降車時間）
※日曜日は午後5時まで。
**利用料金** 400円（小学生は半額、未就学児は無料）
**利用方法** 希望日の1週間前から当日1時間前までに予約
**予約先** ☎0120-364-068（通話無料）
※アプリや市公式LINEからは24時間予約可能。アプリの使用方法等でお困りの方は、都市計画課（市役所2階）へ。

**老人福祉センターつきみ荘の休館日** ☎22-3696
11月2日㈰、9日㈰、16日㈰、24日㈪、30日㈰、12月7日㈰

**余熱利用施設湯かっこの休館日** ☎22-8126
11月2日㈰、9日㈰、16日㈰、30日㈰、12月7日㈰

**ボートレース戸田開催日程**
11月6日㈭～9日㈰、12日㈬～15日㈯、18日㈫～23日㈷、27日㈭～30日㈰
※本庄市は埼玉県都市ボートレース企業団に加入しており、配分金をさまざまな事業に活用しています。



## 交通安全NEWS　シートベルトは正しく着用！

★ 危機管理課☎25-1184

自動車のシートベルトは、**事故にあったときの被害を大幅に減らしてくれる**重要な装置です。しかしながら、正しく着用しないと、「効果がない」、「かえって大きな被害を引き起こす」ことがあります。
シートベルトは正しく着用しましょう。

**◆こどもを守るために**
・6歳未満の幼児はチャイルドシートを使いましょう。
・6歳以上でも**身長が150cm未満**の場合は、ジュニアシート等を使いましょう。



**◆大人もご注意を**
身長が150cmに満たない方は、「**背中と座席が着くように座る**」、「**背もたれや座席が調整できる助手席を選ぶ**」等を心がけましょう。

**児玉中央公民館（セルディ）☎72-8851**

**◆初心者向け韓国語教室**
**日時** 11月25日から12月16日までの毎週水曜日 全4回 午前10時～11時30分
**講師** 金 亮佑 先生
**対象** 18歳以上の方
**定員** 15名
**用意** 筆記用具、飲み物
**申込** 11月11日㈫から

**◆体幹力引き出す骨盤底筋トレーニング**
骨盤底筋と周辺の筋肉を鍛え、美しい姿勢を保ちます。
**日時** 12月1日㈫・8日㈫・15日㈫ 全3回 午前10時～11時30分
**講師** 岩上 三絵 先生
**対象** 18歳以上の方
**定員** 18名
**用意** 筆記用具、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、汗拭きタオル
**申込** 11月12日㈬から

**◆月釜茶会**
お茶会に参加してみませんか。
**日時** ①11月8日㈯、②12月13日㈯ 午後1時～4時
**講師** ①裏千家：有村 宗久先生、②江戸千家：田中 宗恵 先生
**費用** 各700円（茶・菓子代・1席分）
**用意** 靴下
※申込不要。直接会場へ。

**仁手公民館（木・土・日・休日連絡不可）☎22-3538**

**◆楽しいパソコン教室**
ワードを使って、オリジナル手帳を作りましょう。
**日時** 11月30日から12月21日までの毎週月曜日 全4回 午前9時30分～正午
**講師** 南 徳美 先生
**定員** 10名
**費用** 2000円
**用意** パソコン、筆記用具
**申込** 11月13日㈭から

**児玉公民館（木・土・日・休日連絡不可）☎72-4789**

**◆台湾風クレープ「ダンピン」を作ろう！**
モチモチ触感の「ダンピン」やホタテ入り中華粥と黒糖白玉団子など5品を作ります。
**日時** 11月27日㈭ 午前10時～午後0時30分
**講師** 市食生活改善推進員
**定員** 12名
**費用** 1000円
**用意** エプロン、三角巾（バンダナ）、マスク、手拭きタオル、筆記用具
**申込** 11月9日㈰から

**◆グローイングフラワー教室～フラワーライトづくり～**
固まるハーバリウムに木の実やLEDライトを入れて作ります。
**日時** 12月6日㈰ 午前10時～正午
**講師** 山梨 きく江 先生
**定員** 6名
**費用** 3500円
**用意** ハサミ、ピンセット、ウェットティッシュ
**申込** 11月9日㈰から
※赤系、青系どちらかを選択。

**◆お正月の花しつらい**
透かし彫りの扇に松や花、葉等を添え、お正月の花飾りを作ります。
**日時** 12月6日㈰ 午後1時30分～3時
**講師** 山梨 きく江 先生
**定員** 6名
**費用** 3000円
**用意** ワイヤーが切れるハサミ、ウェットティッシュ
**申込** 11月9日㈰から

**◆華やかに彩るしめ縄飾り教室**
天然素材のしめ縄にアーティフィシャルフラワーや水引などをあしらい、華やかなお正月飾りを手作りします。
**日時** 12月8日㈪ 午前10時～11時30分
**講師** 中久木 有子 先生
**定員** 8名（先着順）
**費用** 3500円
**用意** 筆記用具、飲み物
**申込** 11月13日㈭から

**北泉公民館☎22-2484**（金・土・日・休日連絡不可）

**◆「年越しそば打ち」を体験しよう！**
年越しそば打ちを、マンツーマンで体験します。
**日時** 12月14日㈰ 午前9時30分～11時30分
**講師** 北泉公民館クラブ「そばの花」の皆さん
**定員** 9名
**費用** 1200円
**用意** エプロン、三角巾、マスク、汗拭きタオル、筆記用具
**申込** 11月16日㈰から

**本庄南公民館☎21-8785**（水・土・日・休日連絡不可）

**◆クリスマスリース作り教室**
庭の植物等で作ります。
**日時** 12月1日㈪ 午後1時30分～3時30分
**講師** 田口 範子 先生
**定員** 8名
**費用** 1500円
**用意** 花切ばさみ、持ち帰り用袋
**申込** 11月16日㈰から
**定員** 50名
**申込** 12月3日㈬から

## 公民館クラブ活動発表会

**旭公民館・ID 10481**

◆展示発表（15クラブ）
**日時** 11月20日㈭ 午後1時～4時30分、11月21日㈮ 午前9時～午後3時30分

◆実演発表（8クラブ）
**日時** 11月21日㈮ 午前9時～午後3時30分

**本庄東公民館・ID 17609**

◆展示発表
**日時** 11月14日㈮、15日㈰ 午前9時～午後4時
※15日は午後3時まで。

※問合せは各公民館へ。詳しくは市HPへ。

# 市民相談（11月～12月）

相談は無料、秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。　　市役所受付時間：午前８時30分～午後５時15分

| 相談名 | 相談日時など | 会場 | 問い合わせ |
|---|---|---|---|
| 行政 | 11月19日㈭・12月17日㈭<br>午後１時～４時　相談員＝行政相談委員 | 市役所１階 市民相談室<br>・専門家による各種相談は予約制<br>・12月の相談予約は、11月20日㈮から受付開始します（先着順。受付開始日は電話予約のみ）。<br>・同月に同じ相談を複数申し込みすることはできません。 | 市民課☎25-１１１３<br>☎25-１１１２ |
| 法律 | 11月４日㈬・11日㈬・25日㈬・26日㈭<br>午後１時～４時<br>※26日の会場はアスピアこだま１階相談室<br>◎12月の相談日<br>弁護士による相談：12月２日㈬・９日㈬　午後１時～４時　定員＝各６名（先着順）<br>司法書士による相談：12月16日㈬・23日㈬　午後１時～４時　定員＝各６名（先着順） | 各種相談日　※休日等により、変更になる場合があります。<br>●行政相談　毎月第３水曜日<br>●法律相談　・弁護士　毎月第１・２水曜日<br>※奇数月第４木曜日（アスピアこだま）<br>・司法書士　毎月第３・４水曜日<br>（労働法律相談のある月は第４水曜日のみ）<br>●労働法律相談（弁護士）　５・８・11・２月の第３水曜日<br>●不動産相談　毎月第２金曜日<br>●年金・労働相談　偶数月第２木曜日<br>●税務相談　毎月第２火曜日 | |
| 労働法律 | 11月18日㈫　午後１時～４時　定員＝６名（先着順）<br>相談員＝弁護士 | | |
| 不動産 | 11月13日㈮・12月11日㈮　午後１時～４時<br>相談員＝宅地建物取引士 | | |
| 年金・労働 | 12月10日㈭　午後１時～４時<br>相談員＝社会保険労務士 | | |
| 税務 | 11月10日㈫・12月８日㈫　午後１時～４時<br>相談員＝税理士 | | |
| 消費生活 | 毎週月・水・木・金曜日（休日を除く）<br>午前９時30分～正午、午後１時～３時30分 | 市役所４階 商工観光課 | 商工観光課☎25-１１７５ |
| | 毎週火・金曜日（休日を除く）<br>午前９時30分～11時30分、午後１時～３時30分 | 上里町役場２階<br>地域活力創造課 | 上里町役場２階地域活力創造課<br>☎35-１２３５ |
| 人権 | 11月10日㈫・12月８日㈫　午後１時～４時 | アスピアこだま２階会議室Ｂ | 市民活動推進課<br>☎25-１１１８ |
| | 11月24日㈫・12月22日㈫　午後１時～４時 | 市役所１階市民相談室 | |
| ＤＶ・女性 | 毎週月～金曜日（休日を除く）午前８時30分～午後５時15分 | 市役所３階<br>市民活動推進課 | 市民活動推進課<br>☎25-１１４４ |
| 家庭児童 | 毎週月～金曜日（休日を除く）午前９時～午後４時 | 市役所２階<br>こども家庭センター | こども家庭センター<br>☎25-１１２９(家庭児童相談室) |
| 教育（不登校等） | 毎週月～金曜日（休日を除く）午前９時30分～午後２時45分 | ふれあい教室（早稲田大学本庄キャンパス90-3号館） | 教育支援センター<br>☎080-8474-2091 |
| 教育（いじめ等） | 毎週水曜日（休日を除く）電話相談：午後１時30分～５時<br>※面談による相談は、電話相談の時間内に事前予約受付 | 本庄ガスECOはにぽんプラザ | 子どもの心の相談員<br>☎080-8494-1609 |
| ひきこもり | 毎週月曜日（休日を除く）午前９時～午後４時 | 市役所１階生活支援課 | 生活支援課　☎25-１１９７ |
| 離婚前後 | 偶数月の第３水曜日　午後１時～４時　定員＝３組　相談員＝弁護士<br>※要予約（先着順、前月15日〈土日祝は翌開庁日〉から受付） | 市役所２階201会議室 | 子育て支援課<br>☎25 - １１３０ |
| 心配ごと | 11月９日㈰・12月14日㈰・28日㈰<br>午後１時～４時（受付は午後３時30分まで）<br>※相談時間中のご連絡は、☎21-８９７６へ | 本庄ガスECOはにぽんプラザ２階　活動室Ｃ | 本庄市社会福祉協議会<br>☎24-２７５５ |
| | 11月２日㈰・12月７日㈰<br>午後１時～４時（受付は午後３時30分まで） | アスピアこだま１階<br>会議室３ | 本庄市社会福祉協議会児玉支所<br>☎73-１２３７ |
| 成年後見 | 成年後見相談員、アドバイザー（弁護士・司法書士）による相談<br>11月10日㈫・24日㈫・12月８日㈫・22日㈫　午後１時～４時<br>※前月初日（休日を除く）から先着順で当日午後２時まで受付（受付開始日は電話予約のみ） | 本庄ガスECOはにぽんプラザ２階　活動室Ｃ | 本庄市成年後見サポートセンター<br>本庄市社会福祉協議会<br>☎24-２７５５ |
| | 成年後見サポートセンター職員による相談（電話・面談）<br>毎週月～金曜日(休日を除く)　午前８時30分～午後５時15分 | 本庄ガスECOはにぽんプラザ２階<br>本庄市社会福祉協議会 | |
| 高齢者相談 | 休日を除く月～金曜日　午前８時30分～午後５時15分<br>※各地域包括支援センターが担当する地域は、おおむね中学校区域。 | 本庄西地域包括支援センター　本庄市社会福祉協議会<br>（銀座１- １- １）　☎22-７０８８ | |
| | | 本庄東地域包括支援センター　安誠園<br>（本庄３- １-21）　☎22-６２６２ | |
| | | 本庄南地域包括支援センター　シャローム<br>（今井1251-1）　☎23-９５８０ | |
| | | 児玉地域包括支援センター<br>（児玉町金屋1302-1）　☎73-１５４５ | |
| 若者就労相談（15歳～49歳） | 毎週月～金曜日、第４土曜日（休日を除く）<br>午前９時～午後５時に事前予約 | 深谷若者サポートステーション（深谷市西島４-２-61 ウェストビル２階）　☎048-577-4727 | |





# 図書館だより



図書館HP

**開館時間**　午前9時30分～午後6時15分
木・金曜日のみ午後8時閉館（本館のみ）

**休館日**　11月2日㈰、4日㈫（館内整理日）、9日㈰、16日㈰、24日㈫、30日㈰、12月1日㈫（館内整理日）、7日㈰、14日㈰

本館☎ 24- ３７４６／児玉分館☎ 73- １７８３

**本庄高校図書館地域開放日**

※閲覧のみ利用可。詳しくは本庄高校HPへ。
◎午前８時45分～午後４時30分
11月7日㈯、14日㈯、28日㈯、12月5日㈯
★本庄高校図書館☎21- １１９５

## 新着図書案内

### 本館

#### 一般図書

丹心／まごころ　仁科　敏　著　新潮社



中国に立ち並ぶ廃墟マンションの一つを「美術館」に、依頼を受けた日本人と、彼らを取り巻く様々な人間模様。芥川賞候補作。

シェー!! の自叙伝　赤塚 不二夫 著
ヤバい日本の住所　河合 太郎 著
離婚後の子育てを考える本　福丸 由佳 監修
50 代からのグレイヘア　広瀬 裕子 著
渋沢栄一最晩年の語り　渋沢 栄一 著
向田邦子　総特集　河出書房新社

#### 児童図書

化石ハンター メアリー・アニング　ケイト・ウィンター　作　偕成社



海辺で探した化石を売って暮らす少女・メアリー。やがて数々の古生物の化石を発見し、進化の歴史を明らかにしていく。「なぞにつつまれたもの」の世界の先にあったものとは…。

10 代女子のためのおしごと図鑑　女子の進路相談室　著
セミの一生　橋本 治二 文
その本、発禁処分トスル　村上 しいこ 作
ウィリアムの子ねこ　マージョリー・フラック 作・絵
はたらく博物館　矢萩 多聞 文

### 児玉分館

#### 一般図書

旨い魚が食べたい！　ながさき 一生 著　柏書房

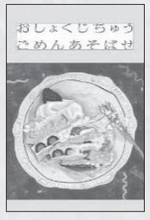


増えているか否か？獲っていいのか悪いのか？冷凍より生？魚との正しい付き合い方を科学的視点で考える。資源管理の課題から生態・締め方・獲り方・流通・食べ方まで解説した「旨い魚のトリセツ」付き。〈TRC MARC より〉

トコトンやさしい機械のからくりの本　福田 遵 監著
雑草の生きざま　稲垣 栄洋 著
少食さんの栄養のとり方　植木 もも子 著
マダム・トキ物語　歌代 幸子 著
海峡の女神　伊東 潤 著

#### 児童図書

おしょくじちゅうごめんあそばせ　はらぺこめがね　作・絵　岩崎書店



プリン、スパゲッティ、カツカレー…。だれが食べてるのか、たずねてみると、あ～ら、びっくり！みんなの食べっぷりが気持ちいい、夫婦ユニット「はらぺこめがね」が描く、読んでおいしいもぐもぐ絵本。〈TRC MARC より〉

うみにすむにんじゃタコ　中村　武弘　写真・文
未来へのたからもの　竹内 早希子 著
まいど!ようかい不動産　緑川 聖司 作
やねの上のカールソンとびまわる　アストリッド・リンドグレーン　作
人生は逆算できるのか　勅使川原 真衣 著

### たのしいおはなし会

◇本館
**日時**　11月14日㈯　午前11時～
11月28日㈯　午後２時～
**内容**　「世界」をテーマとした絵本や紙芝居など
**協力**　よみきかせサークル「本庄ほんの会」の皆さん

◇児玉分館
**日時**　11月14日㈯　午前11時～
**内容**　「乗り物」をテーマとした絵本や紙芝居など
**協力**　こだまお話しの会・語りの会ことよりの皆さん

### 絵本とわらべうたのおはなし会

◇本館
**日時**　11月５日㈬・12月３日㈬　午前11時～

◇児玉分館
**日時**　11月11日㈫　午前11時～

◆両会場共通
**対象**　未就学児と保護者
**内容**　絵本の読み聞かせやわらべうたなど

※いずれのおはなし会も約30分です。

**上映　県民の日DVD上映会**
**ラーゲリより愛をこめて**
バリアフリー上映で行います　ID20231
家族や仲間への思いを胸に、厳冬の強制収容所(ラーゲリ)を生き抜いた男の実話を基にした作品です。
**日時**　11月14日㈯
午後１時30分～３時55分
（開場　午後１時10分）
**会場**　図書館本館2階会議室
**対象**　どなたでも
**定員**　50名（当日先着順）
**費用**　無料
※申込不要。直接会場へ。



## 医療メモ　インフルエンザ予防は、お口から

本庄市児玉郡歯科医師会広報部

毎年冬になると流行するインフルエンザ。予防にはワクチン接種や手洗い、換気、マスクなどが大切ですが、もう一つ意識したいのがお口の健康です。近年の研究から、お口に存在する細菌とインフルエンザなどの呼吸器感染症には深い関わりがあることがわかってきました。

お口には数多くの細菌が存在しています。歯みがきが不十分になると、歯の表面や歯と歯ぐきの境目、舌などに細菌が付着・増殖し、特に歯周病がある場合には細菌の量も多くなります。こうした細菌には、インフルエンザウイルスの感染を助ける働きをするものがあります。歯周病菌などがつくる物質によって、ウイルスが人の細胞に入り込みやすくなったり、細胞の中で増えたウイルスが外へ出て、周囲へ広がりやすくなったりする可能性が指摘されています。つまり、細菌が増えすぎると、ウイルスにとって活動しやすい環境につながる可能性があるのです。

実際、高齢者を対象とした研究では、専門的な口腔ケアを受けた人でインフルエンザの発症が少なく、発症リスクが約 10 分の 1 になったという報告があります。これは、歯みがきをすれば誰でも発症を 10 分の 1 にできるという意味ではありませんが、お口を清潔に保つことがインフルエンザ予防の一助となる可能性を示すものです。また、お口を清潔に保つことは、インフルエンザだけでなく、さまざまな細菌やウイルスから身体を守るうえでも大切です。

お口のケアの基本は、毎日の丁寧な歯みがきです。歯の表面だけでなく、歯と歯ぐきの境目までしっかり磨き、歯間ブラシやデンタルフロスも活用しましょう。舌にも細菌が付着するため、舌ブラシなどでやさしく清掃することも大切です。特に高齢の方や、ご自身で十分な歯みがきが難しい方は、周囲の方によるお口のケアのサポートも重要になります。また、歯科医院で定期的に専門的なクリーニングを受け、歯石や自分では落としにくい汚れを除去することも大切です。

お口のケアは、むし歯や歯周病の予防だけでなく、誤嚥性肺炎などの予防や全身の健康維持にもつながります。インフルエンザ対策では、手洗いやワクチンだけでなく、お口の管理も忘れずに行いましょう。毎日の歯みがきと定期的な歯科受診でお口の環境を整え、感染症に負けない健やかな生活を送りましょう。

## 休日・夜間の急病のときは…

ID 1428

### ▶本庄市児玉郡医師会立本庄市休日急患診療所

☎ 23 - 3 3 2 2

本庄市保健センター内で、内科系の比較的症状が軽く、入院の必要がない方の診療を行います。

※診療以外に関する問い合わせ・電話相談はご遠慮ください。

**▶診療日と受付時間**

◆日曜・休日・年末年始（12/30 ～ 1 / 3 ）

①午前 9 時～正午、②午後 1 時～ 4 時、③午後 7 時～ 9 時 45 分

※①②では発熱外来を行っていますが、時間内で診察できる人数には限りがあります。

◆平日木曜日夜間　午後 8 時～ 9 時 45 分

**▶用意**　マイナ保険証または資格確認書、子ども医療費受給資格証等、お薬手帳（お持ちの方）

### ▶在宅当番医療機関　▶診療時間　午前 9 時～正午

| | | | |
|---|---|---|---|
| 11月 1 日㈰ | 千田医院 | 美里町根木 | ☎ 76 - 0 0 4 1 |
| 11月 3 日㈷ | 昭和産婦人科 | 駅南 1 丁目 | ☎ 22 - 2 0 2 5 |
| 11月 8 日㈰ | 高山整形外科 | 見福 2 丁目 | ☎ 22 - 3 2 4 5 |
| 11月15日㈰ | 田所医院 | けや木 1 丁目 | ☎ 22 - 3 4 4 5 |
| 11月22日㈰ | 辻クリニック | 上里町七本木 | ☎ 35 - 1 1 1 6 |
| 11月23日㈷ | 寺坂医院 | 西富田 | ☎ 22 - 3 3 4 3 |
| 11月29日㈰ | 本庄脳神経外科・脊椎外科 | 早稲田の杜 5 丁目 | ☎ 23 - 9 1 5 6 |
| 12月 6 日㈰ | 中沢皮膚科 | 東台 2 丁目 | ☎ 22 - 1 1 1 2 |

※受診の際は、事前の電話連絡をお願いします。

### ▶困ったときは電話相談（24 時間･年中無休受付）

**ほんじょう健康相談ダイヤル 24（相談料・通話料無料）**

☎ 0120-122-885

健康・医療・出産・育児・介護などの相談、医療機関情報の提供を行います。（市内在住者が対象）

**埼玉県救急電話相談（通話料利用者負担）**

☎ # 7119

救急医療相談に相談員が対応します。健康相談・育児相談には対応しません。（大人・小児共通）

※ IP 電話、ひかり電話、ダイヤル回線からは☎ 048-824-4199

下記の電話番号からも救急電話相談が利用できます。

○小児救急電話相談　#8000 または☎ 048-833-7911

★１１９番は緊急時（火災やけが人など）の受付専門電話番号です。医療機関の情報は、児玉郡市広域消防本部指令課☎ 24- １１１９でご案内します。診療科目によっては県外や本庄市・児玉郡以外の病院をご案内する場合もあります。





## 廃棄物の野外焼却（野焼き）は禁止！

★環境推進課☎ 25- １１７３、支所環境産業課☎ 72- １３３４、ID 4711

庭先や空き地等でごみを燃やすことは、煙やにおい、灰の飛散等によって近隣の迷惑になります。また、有害なダイオキシン類が発生して健康に害を及ぼす可能性もあるため、**法令で禁止**されています。

農林業を営むためにやむを得ない場合等、例外として認められるものもありますが、苦情が出た場合は、速やかに焼却の中止をお願いします。

生活環境をより良くするため、皆さん一人ひとりの取組が大切です。ごみは家庭で焼却せず、認定ごみ袋に入れて収集場所に出すなど適正に処理するようお願いします。



## 出し方のわからない「ごみ」は、まず確認！

★環境推進課☎25- １１７２・ID 6751

分別が間違っていたごみが、回収されないまま残っている。そんな問い合わせが頻繁に寄せられています。出し方がわからないごみがありましたら、ごみ分別アプリや家庭ごみの出し方・分け方パンフレットで、まず確認をお願いします。

**【間違えやすい分別】**

×使い捨てライターを不燃ごみ
→　○**週２回の「可燃ごみ」へ**

×スプレー缶を不燃ごみ
→　○**月１回の「スプレー缶の日」へ**

×リチウムイオン電池を不燃ごみ
→　○**２か月に１回の「有害ごみ」へ**

ごみ分別アプリ
iOS
Android

※膨張、破損しているリチウムイオン電池は、直接環境推進課または支所環境産業課窓口へ。

### ルールを守らないごみ出しは迷惑です!!

ルールが守られていないごみには違反シールが貼られます。シールが貼られたごみは収集することができませんので、自身が出したごみにシールが貼られていた場合は、すみやかに持ち帰り、ごみ出しのルールを確認してください。



ごみ出しのルールが守られないと、収集所が荒れてしまいます。

### 集団資源回収予定表　＜回収品目は古紙類・缶類・衣類です＞

| 回収場所 | 日程 | 時間 | 問合せ先 |
|---|---|---|---|
| 本庄南公民館 | 11月14日㈯ | 午前 9 時～11時 | 佐久間さんち ☎22- 9 3 0 0 |
| 就労継続支援Ｂ型事業所「佐久間さんち」（本庄高校北側） | 随時受付 | | ポノポノ ☎23- 2 1 9 5 |

市役所及びアスピアこだまの古紙類拠点回収もご利用ください。
●紙類の拠点回収ID 16530　●資源物の拠点回収ID 4533

■令和８年８月分のごみの量（可燃・不燃・有害・粗大）
家庭系ごみ排出量 1,476.59t
1 人 1 日当たり排出量約 628g
前年同月比 +12g（+1.9％）
事業系ごみ排出量 584.22t
1 人 1 日当たり排出量約 233g
前年同月比 +12g（+5.4％）

※天候等の理由で変更になる場合があります。各団体にご確認ください。

## 姿勢メンテナンス＆引き締めエクササイズ



はにぼんチャレンジ対象事業

姿勢分析測定で体の歪みを数値化し、未来の姿勢をシミュレーションします。ストレッチやボールを使ったトレーニングで姿勢改善し、身体を引き締め、５歳若見えを目指しましょう。測定は受付順に行います。

**日時**　12 月 13 日(日)　午前 10 時～正午
（受付　午前 9 時 30 分～ 9 時 50 分）
**会場**　カミケンシルクドームサブアリーナ
**講師**　シンコースポーツ㈱　AYANA　氏
**対象**　18 歳から 64 歳までの市内在住・在勤者
**定員**　40 名（先着順）　**費用**　無料
**用意**　室内用運動靴、汗拭きタオル、飲み物、ヨガマットまたは大判のバスタオル、普段お使いのスマートフォン
**申込**　11 月 16 日(月)から電子申請・電話・または直接下記へ
★健康推進課☎ 24 - ２００３
ID 19013

申込

## 暮らしとこころの総合相談会



弁護士、司法書士、社会福祉士、精神保健福祉士等による「生活、失業、多重債務、こころの健康」などの複合的な問題に対応した総合相談会を、埼玉県と共催で実施します（予約制）。

**日時**　12 月 19 日(土)　午前 10 時 ～ 午後 2 時
**会場**　保健センター
**対象**　県内在住・在勤者
**定員**　10 名（先着順）
**費用**　無料
**申込**　11 月 12 日(水)から電話で下記へ
**電話**　048-774-2862
（月～金 午前 10 時～午後 5 時）
「暮らしとこころの総合相談会」事務局
夜明けの会
★健康推進課☎ 24 - ２００３
ID 19011



児玉児童センターの催し☎ 71 - 6805・ID 20603

## 毛糸でリースをつくろう

好きな毛糸を選び、クリスマスリースを作ります。

**日時**　11 月 28 日(土)　午後 1 時 30 分～ 3 時
**講師**　室岡　昭子　先生　**対象**　小学生
**定員**　10 名（先着順）　**費用**　100 円（当日集金）
**用意**　手拭きタオル、飲み物
**申込**　11 月 14 日(土)午前 9 時から電話または直接児玉児童センターへ

日の出児童センターの催し☎ 21 - 0420・ID 11639

## お琴の体験教室

みんなで楽しくお琴を奏でます。

**日時**　11 月 21 日(土)　午後 2 時～ 3 時
**講師**　土屋　三津子　先生　**対象**　小学生
**定員**　15 名（先着順）　**費用**　無料
**用意**　上履き、手拭きタオル、飲み物
**申込**　11 月 7 日(土)午前 9 時から電話または直接日の出児童センターへ

日の出児童センターの催し☎ 21 - 0420・ID 15166

## 工作教室

いろんなパーツを使ってミニリースを作ります。

**日時**　12 月 5 日(土)　午後 2 時～ 3 時
**講師**　竹内　芳江　先生　**対象**　小学生
**定員**　12 名（先着順）　**費用**　100 円（当日集金）
**用意**　手拭きタオル、飲み物
**申込**　11 月 21 日(土)午前 9 時から電話または直接日の出児童センターへ

## 5 歳児健康相談講演会



就学前の大切な時期に知っておきたい、5歳児のこころとからだの発達や関わり方についての講演会です。年中児～年長児の保護者に参考となる内容です。

**日時**　11 月 26 日(水)　午後 1 時 30 分～ 3 時
受付　午後 1 時 15 分～
**会場**　保健センターまたはオンライン参加
**講師**　大塚　敬子　氏（公認心理師）
**対象**　市内在住の年中児～年長児の保護者
**定員**　20 名（先着順）　**費用**　無料
**申込**　11 月 19 日(水)までに下記へ電話または市オンライン窓口へ
★こども家庭センター☎ 71 - 4502・ID 13404

電子申請



# クリスマスケーキ＆プレゼントを贈呈



本庄市社会福祉協議会では、クリスマスケーキとクリスマスプレゼント（こども商品券もしくは図書カード）を無償で贈呈します。

●日程
**・ケーキ引換券・プレゼント発送**　12 月 10 日(水)頃
**・ケーキ配付**　12 月 20 日(日)・24 日(水)・25 日(金)

●対象　市内在住の 18 歳以下のこどもと同居している子育て世帯で、下記のいずれかの方（生活保護世帯、申し込み時及び受け取り時に市内に在住していない方を除く）
①ひとり親家庭等医療費助成受給世帯
②児童扶養手当受給世帯
③就学援助認定世帯
④令和8年度住民税非課税世帯（世帯全員）
⑤特定医療費（指定難病）助成受給世帯
⑥小児慢性特定疾病医療費助成受給世帯
⑦障害者手帳（身体 1・2 級、療育 Ⓐ・A・B、精神 1・2 級）
※⑤～⑦はお子さんが対象の場合。

●配付するもの（多数の場合抽選）
**・生デコレーションケーキ（4号）**
**・プレゼント**　こども1人あたり 5000 円分。⑤～⑦に該当する場合、18 歳以下のきょうだい分も配付します。

●費用　無料
●用意　こどもの人数がわかる書類、①～⑦の書類いずれか
●申込　11 月 23 日(祝)までに申込フォームまたは直接社会福祉協議会（土・日・休日を除く）へ
●受取　対象者に引換券やプレゼントを送付します。ケーキは、指定された期日に洋菓子店等でお受取りください。

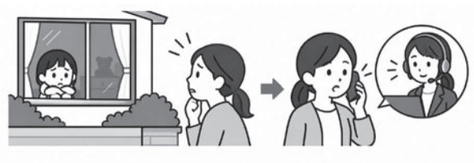
申込

★（福）本庄市社会福祉協議会☎ 24- ２７５５

## 気づいてください。こどもからのSOS

# 11月は児童虐待防止推進月間

★こども家庭センター☎ 71 - 4501



**【児童虐待を防ぐために】**

昨年度、県内児童相談所における児童虐待相談対応件数は、15,355 件でした。

児童虐待は家庭内で起こることが多く、周囲から見えにくいため、発見が遅れてしまうことがあります。

**こどもを守るためには、周囲の『もしかして』という気づきが大切です。**

近所から怒鳴り声や激しい泣き声が繰り返し聞こえるなど、気になる様子があるときは、一人で判断せず、相談窓口へ連絡してください。

また、子育ての悩みや家庭内でのストレスを抱えている方も、一人で抱え込まずにご相談ください。

**【オレンジリボン運動を今年も行います】**

こども虐待防止のシンボルマークであるオレンジリボンを広めることで、こどもの虐待をなくすことを呼びかける市民運動です。市では、児童虐待防止推進月間に合わせて、ポスターやのぼり旗などでオレンジリボン運動を周知し、児童虐待防止を呼びかけます。今年も 11 月 21 日(土)に開催されるほんじょう産業フェスタで啓発活動を行います。

**「もしかして」と思ったら、迷わず相談を**

| | |
|---|---|
| **こども家庭センター**（本庄市） | ☎ 71 - 4501 |
| **児童相談所 虐待対応ダイヤル** | ☎ 189（いちはやく）<br>**24 時間対応・通話料無料** |
| **熊谷児童相談所** | ☎ 048 - 521 - 4152 |
| **子どもスマイルネット**（埼玉県） | ☎ 048 - 822 - 7007<br>こどもに関わるさまざまな悩みについて相談できます。 |
| **親と子どもの悩みごと相談@埼玉** | LINE 相談窓口 |



# 児童センター

**みんなが自由に遊べる場所**





児童センターは主に０歳から 18 歳までの児童が自由に遊べる場所です。
小さいお子さんを連れた保護者の皆さんの交流の場としてもご利用ください。

**利用時間**　月～土曜日（休日・年末年始除く）　午前９時～午後５時

## つどいの広場（乳幼児の親子の交流の場）ID 4463

０歳～就学前の子と保護者の皆さんが**自由に交流できる広場**です。子育ての相談も受けています。

**日時**　月・水・金曜日(休日を除く)
午前９時～午後２時



## あそびの講座（つどいの広場開催日：午前 10 時 15 分～）

乳幼児の親子で楽しめる講座を開催しています。

詳しくは各児童センターで配付するおたより、または市HP（ID 15093）をご覧ください。



### 今月のあそびの講座

はにぼんチャレンジ対象事業

**◆音楽 de 読み聞かせ　講師：にじいろえんぴつ**
**開催日**　前原：11 月 30 日(月)　児玉：11 月 9 日(月)

**◆リズミック体操「リボンを使ってあそぼう」 講師：伊藤　久子　先生**
**開催日**　日の出：11 月 11 日(火)

**◆子育てサロンゆうゆう「おはなしの世界を楽しもう」**
**開催日**　前原：11 月 13 日(金)　日の出：11 月 18 日(水)　児玉：11 月 25 日(水)
**協力**　子育て応援団「本庄びすけっと」

**◆たねちゃんの親子シアター　講師：紙芝居のたね**
**開催日**　児玉：11 月 16 日(月)

**◆ママパパビクス　講師：入　美由紀　先生**
**開催日**　前原：11 月 25 日(水)

**◆親子リトミック　講師：小川　豊子　先生**
**開催日**　日の出：12 月 2 日(水)



★前原児童センター☎21- 9820/日の出児童センター☎21- 0420/児玉児童センター☎71- 6805

# 保健センター

## 赤ちゃんを迎える準備

ID 2897　**会場**　保健センター　**受付**　こども家庭センター（☎71- 4502）

| イベント | 内容 | 日時 | 対象 | その他（申込等） |
|---|---|---|---|---|
| おや親タマゴ（両親学級） | 妊娠中のこと、お産の流れ、産後の生活、赤ちゃん人形での育児体験、妊婦体験など | 11 月 10 日(火)・12 月 1 日(火)<br>午前９時 30 分～ 11 時 30 分<br>11 月 4 日(水)・12 月 2 日(水)<br>午後１時 30 分～３時 30 分 | これからママ・パパになる方 | 随時受付<br>はにぼんチャレンジ対象事業 |

## 赤ちゃんが生まれたら

ID 2893　**会場**　保健センター　**受付**　こども家庭センター（☎71- 4502）

| イベント | 内容 | 日時 | 対象 | その他（申込等） |
|---|---|---|---|---|
| 母乳相談 | 母乳の量、授乳の仕方等、母乳に関する相談 | 11 月 27 日(金)・12 月 18 日(金)<br>午前９時 30 分～11 時 30 分(30 分ごとに実施) | 生後４か月頃までのお子さんと保護者 | 定員あり。随時受付<br>※母乳相談は初回のみ。 |
| 栄養相談 | 離乳食、幼児食に関する相談 | 11 日 27 日(金)・12 月 18 日(金)<br>午前９時 15 分～11 時 30 分(30 分ごとに実施) | 乳幼児と保護者 | |
| ラッコクラス（育児学級）【全２回】 | 赤ちゃんのこころについてのお話【１回目】 | 11 月 5 日(木)・12 月 3 日(木)<br>午前 10 時～ 11 時 50 分 | 生後２～４か月のお子さんと保護者 | 開催日の３日前までに申込<br>はにぼんチャレンジ対象事業 |
| | ～支援センター編～<br>赤ちゃんの発達を促すための遊び方や関わり方を紹介【２回目】 | 11 月 11 日(水)［会場：児玉の森こども園子育て支援センター with］<br>12 月 7 日(月)［会場：いずみ保育所子育て支援センター］<br>午前 10 時～ 11 時 30 分(両日とも) | | |
| コアラクラス（離乳食教室） | 離乳食の始めかたについて | 11 月 6 日(金)・12 月 4 日(金)<br>午前 10 時～ 11 時 30 分 | 生後４～５か月のお子さんと保護者 | |




## 11月 生まれ (November)


秋元 咲優美（あきもと さゆみ）ちゃん　６歳　西富田


大澤 世絆（おおさわ せな）ちゃん　６歳　下野堂


太田 倫太朗（おおた りんたろう）ちゃん　６歳　駅南


小澤 茉央（おざわ まひろ）ちゃん　６歳　東台


新井 唯依（あらい ゆい）ちゃん　５歳　児玉町八幡山


五十嵐 真穂（いがらし まほ）ちゃん　５歳　小島


小西 凛華（こにし りんか）ちゃん　４歳　児玉町児玉


田中 浩輔（たなか こうすけ）ちゃん　４歳　見福


富所 伶美迦（とみどころ れみか）ちゃん　４歳　中央


石井 陽翔（いしい はると）ちゃん　３歳　児玉町吉田林


金丸 莉心（かねまる りこ）ちゃん　３歳　西五十子


繁田 叶音（しげた かの）ちゃん　３歳　寿

**12 月が誕生月！**
小学校就学前のこどもの**写真募集！**
締切：11 月 10 日(火)


橋本 楠都（はしもと なつ）ちゃん　２歳　日の出


酒井 結月（さかい ゆづき）ちゃん　１歳　児玉町児玉


鈴木 雲雀（すずき ひばり）ちゃん　１歳　小島


清家 琉楓（せいけ るか）ちゃん　１歳　児玉町吉田林


園山 優月（そのやま ゆづき）ちゃん　１歳　見福


髙山 ゆず（たかやま）ちゃん　１歳　小島


古田土 寛大（こだと かんた）ちゃん　５歳　本庄


櫻井 凛花（さくらい りんか）ちゃん　５歳　児玉町児玉


髙山 りんかちゃん　５歳　小島


茂木 美怜（もてぎ みれい）ちゃん　５歳　万年寺


天田 実希（あまだ みつき）ちゃん　４歳　久々宇


飯岡 陽太（いいおか ひなた）ちゃん　４歳　牧西


飯塚 玲來（いいづか れいら）ちゃん　４歳　栄


角田 萌叶（つのだ もか）ちゃん　３歳　児玉町児玉


久森 柊彩（ひさもり ひいろ）ちゃん　３歳　都島


井田 律弥（いだ りつや）ちゃん　２歳　都島


井上 慧珠（いのうえ けいじゅ）ちゃん　２歳　北堀


入 律葉（いり おとは）ちゃん　２歳　本庄


内谷 侑誠（うちや ゆうせい）ちゃん　２歳　若泉


笠原 大央（かさはら たお）ちゃん　２歳　見福


立川 久芦衣（たちかわ くろえ）ちゃん　１歳　児玉町児玉


古澤 明香里（ふるさわ あかり）ちゃん　１歳　西富田


矢吹 花（やぶき はな）ちゃん　１歳　栄


山根 悠ノ心（やまね ゆうのしん）ちゃん　１歳　児玉町児玉

広報ほんじょう
11
2026 No.250

第38回全国健康福祉祭埼玉大会

# ねんりんピック彩の国さいたま2026

## 咲き誇れ！長寿と笑顔 彩の国

11月7日㈯～10日㈫に埼玉県内で開催される「ねんりんピック彩の国さいたま2026」へ出場する市内在住の5名の選手が市長を表敬訪問しました。

全国から多くの選手が集まる大会に出場する皆さんの活躍を期待しています！






**今井 敏夫 さん**
**サッカー**
**会場** さいたま市



**温井 英 さん**
**ボウリング**
**会場** 草加市



**山田 剛 さん**
**ラグビーフットボール**
**会場** 熊谷市



**齊藤 久雄 さん**
**スポーツウエルネス吹矢**
**会場** 所沢市



**小島 茂 さん**
**健康マージャン**
**会場** 川口市




★高齢者福祉課☎25－1722・ID 20517

## 本庄市では、ゴルフを開催！

**日時** 11月9日㈪ 午前7時～午後4時30分
**会場** こだまゴルフクラブ
※スターティングホールのティーグラウンド周辺及びクラブハウス周辺のみ観覧可能。入場無料。

# 市民ライターが写す どこにでも行けるけど、ここにいたい。本庄

## 銀座通りで出会った、やさしいピアノの音色

▶この記事を書いたのは…



市民ライター
**余韻** さん



市民ライターの余韻です。

本庄市の魅力を、「音」に着目して紹介します。デジタルな音は、完全に複製しいつでもどこでも全く同じものを再生することができます。しかし、自然の音や街の音は、その時、その場所でしか生まれません。

そんな、本庄市で生まれる「アナログな音」に耳を傾けてみませんか？

銀座通りを歩いていると、どこからか優しいピアノの音色が。

音をたどると、「すずき音楽教室」がありました。

ピアノを中心に音楽を学べるこの教室は、なんと0歳からご高齢の方まで通えるそう。でも、0歳のピアノレッスンってどんな感じなんでしょう。



この教室の先生、鈴木杏奈先生に聞いてみると、まずは音楽に慣れ親しんでもらい、発達に合わせて音楽を学んでいくそうです。

「ピアノが弾けるようになる」というより、「音楽を通して成長する」。それが、0歳のピアノレッスンなのですね。

レッスンは大人も受講できるほか、「おとなの合唱クラス」なるものもあるらしい。



少しでも音楽に興味がある0歳からご高齢の方まで、ぜひ足を運んでみてください。

★シティプロモーション推進課☎25－1614・ID 20617

■発行/本庄市
■編集/本庄市企画財政部シティプロモーション推進課

〒367-8501 埼玉県本庄市本庄3-5-3
☎(代)0495-25-1111 FAX 0495-21-8499 ✉ kouhou@city.honjo.lg.jp
HP https://www.city.honjo.lg.jp/
※広報ほんじょうは、ホームページでもご覧になれます。