

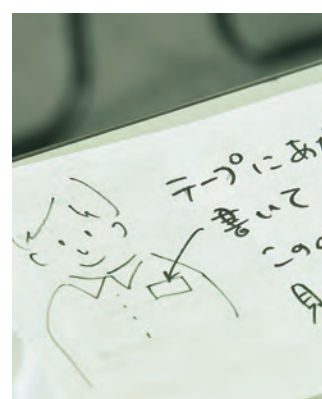
広報ほんじょう 7

HONJO CITY PUBLIC RELATIONS

2023 No.210



本庄には、
七高祭がある。





力強く美しいハーモニーが響き渡る

ミュージアムコンサート

5月20日、本庄早稲田の杜ミュージアム屋外特設会場でミュージアムコンサートが開催されました。

出演した早稲田大学グリークラブの皆さんは、男声合唱ならではの力強く美しいハーモニーでコンサートに来場された約200名の方々を魅了し、披露した曲が終わるごとに会場からは盛大な拍手が起きました。

「もしも」に備える

土砂災害に対する全国統一防災訓練

6月4日、エコーピアで土砂災害に対する全国統一防災訓練が実施され、指定避難所に設置する物資の説明や警察署による講座、児玉郡市広域消防本部職員による講習が行われました。

講習では、倒れている人の運び方を学び、参加者たちは「もしも」に備えて、担架作りや運搬の練習を行いました。



ゼロカーボンシティの実現に向けて

電気自動車を寄附いただきました

市では「ゼロカーボンシティ」の実現に向けて、環境に配慮した公用車の導入を進めています。

5月24日、その趣旨に賛同いただいた梅村孝雄さんから2台の電気自動車を寄附していただきました。車体には電気にちなみ、「雷」と「EV」をモチーフにしたはにぼんをラッピング、市の公用車として市内外を走ります。ご厚意ありがとうございました。

HONJO de HANJO(ほんじょうではんじょう)

えきなん商店会マーケット

6月4日、南本町自治会館前の通りを会場に「えきなん商店会マーケット」が開催されました。

今回は、本庄グルメの「つみっこ」、「ナピラ」をはじめとする28店舗が出店したほか、お囃子演奏や陸船車の試乗会も行われるなど、盛りだくさんの内容に、多くの来場者でにぎわいました。





今年も高校生プロジェクトが始まりました!

市内にあるすべての高校が、学校に関係なく一緒に開催する「七高祭」。

6月に行われたキックオフミーティングでは、学校も学年も違う高校生たちが集まり、和気あいあいとした雰囲気の中でプロジェクトのアイデアを考えていました。当日の様子等は、4ページから詳しく紹介しています。ぜひご覧ください。

CONTENTS

- 04. 高校生プロジェクト 2023 七高祭 #1 キックオフ
- 06. ECO ガイド～SDGs な環境 DAY～
- 08. 第73回 社会を明るくする運動
- 10. 本庄市職員採用試験 / 市が持つ公共施設について指定管理者を募集します
- 12. 今月の PICK UP NEWS
- 14. 「市長への手紙」にご意見・ご提案をお寄せください
- 17. 8月6日(日)は埼玉県知事選挙の投票日です ほか
- 18. 夏休みはミュージアムへ行こう / 探検! 塙保己一記念館
- 20. 国民年金保険料を納めることが難しいときには… ほか
- 22. 国民健康保険ガイド
- 24. 後期高齢者医療制度で医療を受けている皆さんへ
HotSpace～ほんじょうで、ほっと一息、ホットな話題～
- 26. くらしの情報 Station お知らせ、催し・講座、スポーツ、公民館
- 34. 市民相談
- 35. みんなの健康ガイド 医療メモ、令和5年度マイトレ教室 ほか
- 38. 子育て支援 TOPICS つどいの広場 HAPPY BIRTHDAY

人の動き (2023. 6. 1 現在)

		前月比
総人口	77,397	-63
男	38,692	+3
女	38,705	-66
世帯数	36,089	-27

(人口増減の内訳)

自然増減		社会増減	
出生	33	転入	270
死亡	83	転出	284
増減	-50	増減	-14
その他の増減		+1	

\NEWS\

交通安全ニュース

交通事故が増えています!

令和5年中の市内の人身事故件数は4月末時点で74件発生しており、昨年同月に比べて14件増加しています。また、死傷者数は4月末時点で95人となっており、昨年同月に比べて17人増加しています。

交通事故は決して人ごとではありません。ドライバーの皆さんは今一度、自分自身の運転を見直し、横断歩道付近に横断者がある場合は一時停止を徹底するなど、安全運転を心がけましょう。

歩行者の皆さんは、横断歩道を渡るときに手を挙げるなどの意思表示や、左右の安全確認を必ず行いましょう。



★危機管理課 ☎ 25-1184



CHECK 市公式 SNS



感染症の拡大を防止するため、施設利用や催し等へ参加の際、消毒、検温等へのご協力をお願いすることがあります。また、掲載している催し等が中止・変更になる場合があります。市ホームページ、問い合わせ先へご確認ください。

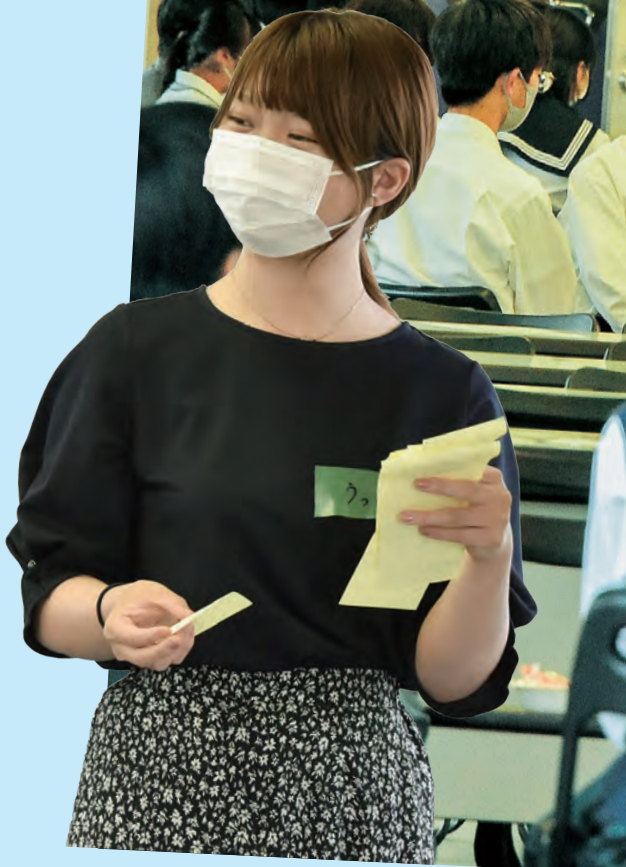
七高祭

01 キックオフ

市内の高校生が集結する一大プロジェクト

高校生プロジェクト、それは市内にあるすべての高校から生徒が集い、ひとつのことに取り組むプロジェクトです。

平成20年度に実施した、まちづくりに対するディスカッション「セブンハイスクールサミット」から始まり、その後は地元企業への商品開発提案や合同文化祭など、形を変えながらもさまざまなプロジェクトに挑戦してきました。



ナナコウサイ、ハジマル

「本市7高合同プロジェクト」
虹がかかるまち

七色の光は、
まちを彩る



▶魅力発信冊子「虹がかかるまち」

コロナ禍を経て・・・

令和2年度・令和3年度は、新型コロナウイルスの影響により、それまで行っていた合同文化祭はやむなく中止となりました。こうした中でも、高校生たちのプロジェクトへの熱意は消えず、コロナ禍でもできるプロジェクトを実施しました。

令和3年度には、7校の生徒がカメラを持って市内を巡り、撮影した写真をひとつの冊子にまとめ、市内外の人に発信するプロジェクト「虹がかかるまち」を実施、撮影した写真の展示会も行いました。

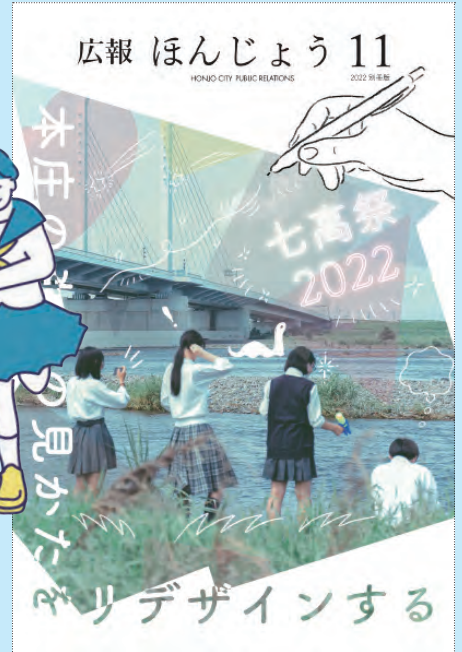
令和4年度の「七高祭」

本格的な再始動として令和4年度は総勢50名もの高校生が集まり「本庄のまちの見かたをリデザインする」と掲げ、学校では体験できないさまざまな活動を行いました。

メンバーの中には市外から通う生徒も多くいましたが、制作が進むにつれ本庄の魅力や面白さをたくさん見つけてくれました。



令和4年度の活動はコチラ



①地域の魅力あふれる動画

高校生が地域の魅力をそれぞれのテーマで切り取った動画を作成、SNSで公開しました。

②仮想空間での合同文化祭「七高祭」

高校生が作成した市のPR動画や、各校の紹介動画等をWEB上の仮想空間に公開しました。

③広報ほんじょう 11月号(別冊版)

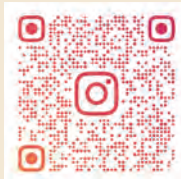
高校生が自分たちの目線で取材・撮影・編集を行って、市を紹介する広報を作成しました。

今年のテーマを 少しだけご紹介します

- ①地域が持つ課題の解決策を考えよう
- ②はにぽんプラザで合同文化祭を開催しよう
- ③企業・大学とオリジナル商品を開発しよう



高校生プロジェクト
公式 Instagram



プロジェクトの進捗状況等、詳しくは広報や公式 Instagram で情報発信をしていきます。ぜひご覧ください。

★七高祭実行委員会事務局（広報課内） ☎ 25- 1 6 1 4

いよいよ今年も始動！
令和5年度も高校生プロジェクトが始まりました。6月に行ったキックオフミーティングでは、学校も学年も違う高校生が集まり、和気あいあいとした雰囲気の中でプロジェクトのアイデアを膨らませていきました。今年度はどんな企画が生まれるのか、どうぞお楽しみに。

▼キックオフミーティングの様子





17個のゴールと169のターゲットについて、詳しくはこちら▶



家庭用プラスチック製品ごみや衣類のリサイクル回収

ふだん皆さんが燃えるごみとして排出しているプラスチック製品や衣類を回収します。

時間 午前9時30分～午後2時30分

場所 東側駐車場

◆回収品目

①硬質プラスチック製品（衣装ケース、プランター、バケツ、おもちゃ、ハンガーなど）

※家庭で使用したものののみ。汚れを取り、中身を空にしてください。

②衣類（Tシャツ、上着、ズボンなど）

※下着類、皮革製品、布団類、靴類、汚れのあるものは回収できません。

回収できないものは、お持ち帰りいただきます。

④

電気を学ぼう！体験しよう！
～空と地下～

高所作業車の試乗や未来の地層処分場の映像体験、水を閉じ込める不思議な粘土実験など。

◆高所作業車試乗

時間 午前10時～、11時～、午後1時～、午後2時～

場所 駐車場

対象 小学4年生以上

定員 各6名（先着順）

用意 運動靴

◆映像体験・粘土実験

時間 午前11時～午後4時

場所 1階ホールホワイエ・駐車場

対象 幼児以上

主催 東京電力パワーグリッド(株)

⑤

高校生プログラム「私が住みたいゼロカーボンシティ本庄」

市・日産自動車(株)・(株)カインズ・東京電力グループのSDGs・ゼロカーボンの取組を知り、未来の本庄市について考えよう。プログラム終了後、修了証を授与します。

時間 午後1時30分～5時

場所 1階ホール

対象 高校生

定員 80名（先着順）

※事前申込不要。



⑥

ダンボールコンポスト講習会

ダンボールコンポストの作り方やコツを学びます。講習会終了後には自宅ですぐできるダンボールコンポストセットを配付します。

時間 午前10時～11時30分

場所 1階リハーサル室

講師 白倉 俊也 先生（NPO 法人熊谷の環境を考える連絡協議会コンポストアドバイザー）

対象 小学生とその保護者

定員 12組（先着順）

集団資源回収予定表 <回収品目は古紙類・缶類です>

回収場所	日程	時間	問合せ先
アスピーアこだま	7月2日(日) 8月6日(日)	午前9時～11時	ハートtoハート (佐久間さんち) ☎22-9 3 0 0
市役所	7月16日(日)	午前9時～午後1時	
本庄南公民館 ※布類回収も実施	7月8日(土)	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

■令和5年4月分のごみの量
(可燃・不燃・有害・粗大)
家庭系ごみ排出量 1,532.65t
1人1日当たり排出量約 659g
前年同月比 -61g (-8.5%)
事業系ごみ排出量 611.20t
1人1日当たり排出量約 263g
前年同月比 -17g (-6.1%)

※天候等の理由で変更になる場合もありますので、各団体にご確認ください。

SDGsな 環境DAY

7月30日(日)

in セルディ

SDGsとは

SDGsは2015年に国連サミットで採択された国際目標で2030年までに持続可能な世界を実現するため、環境やエネルギー、まちづくりなど17個のゴールと169のターゲットから構成されます。

共通事項・お問い合わせ

会場 セルディ 費用 無料

申込 ①・④・⑥ 7月14日(金)から電話または直接環境推進課(市役所4階へ)

※各プログラムに空きがあれば当日受付もできます。また、悪天候等により中止になることがあります。

★環境推進課 ☎ 25-1249 (①・④申込先) ・ ☎ 25-1172 (⑥申込先)

プログラム一覧

①

電気自動車を学ぼう! 日産わくわくエコスクール

環境問題の学習やモデルカーを組み立てて走らせます。参加者にはモデルカーをプレゼント。

時間 午前10時～、11時～、午後1時～(各回30分)

場所 2階大会議室

対象 小学4年生以上

定員 各10名(先着順)

主催 日産自動車(株)



②

くみまち学校 ～環境DAY特別編～

日本の森と豊かな水について体験学習やミネラルウォーターの飲み比べを行います。

時間 午前10時～、午後1時～(各回90分)

場所 2階中会議室

対象 小学4～6年生

定員 各20名(先着順)

申込 7月1日(土)から下記コードへ

主催 (株)カインズ



申込

③

でんきのスマートな使い方 快適な暮らしを

電気と新しい暮らし方の提案や家電の省エネの紹介、クイズを行います。

時間 午前10時～午後3時

場所 1階展示スペース

対象 どなたでも

定員 なし

※事前申込不要。

主催 東京電力エナジーパートナー(株)

～家でもできる身近なSDGs～

緑のカーテンコンテスト開催

★環境推進課 ☎ 25-1249 ・ ☎ kankyo@city.honjo.lg.jp

緑のカーテンは、省エネだけでなく、緑に触れることによる心身のリフレッシュ効果もあります。身近なSDGsへの取組として、緑のカーテンで環境にも人にも優しい暮らしを始めませんか。

受付期間 9月26日(火)まで(消印有効)

対象 次のすべてに該当すること

- ・令和5年度春以降「つる性植物」による緑のカーテンを設置していること
- ・設置場所が、市内の住宅・学校・事業所等であること

応募方法 応募用紙と必要書類を郵送・☎または直接環境推進課(市役所4階)へ

※詳しくは、環境推進課、支所環境産業課(アスパアこだま2階)及び市HPで配付の応募要領・応募用紙をご覧ください。



令和4年度 市長賞受賞作品



市HP

社会を明るくする運動の始まり

社会を明るくする運動のきっかけとなったのは、昭和24年7月、更生保護制度の新たなスタートである「犯罪者予防更生法」が施行されたことです。太平洋戦争後の荒廃した街にあふれた子どもたちの将来を危惧した東京・銀座の商店街の有志が、この法律の思想に共鳴し、「犯罪者予防更生法実施記念フェア（銀座フェア）」を自発的に開催しました。このフェアを皮切りに、翌年以降「矯正保護キャンペーン」と銘打って、全国で実施されるようになった。

りました。

平成22年にはこの運動の名称を「社会を明るくする運動」犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」に改め、現在に至ります。

社会を明るくする運動が目指すこと

- ① 犯罪や非行を防止し、安全で安心して暮らすことのできる明るい地域社会を築くこと
- ② 犯罪や非行をした人が再び犯罪や非行をしないように、その立ち直りを支えること

力を入れて取り組むこと

犯罪や非行をした人を再び地域社会に受け入れ、望まない孤独や社会的孤立などの「生きづらさ」という課題に対し、自分のこととして関わるコミュニティの実現に向け、次のとおり取り組んでいます。

- ① 犯罪や非行をした人の立ち直りを支え、再犯を防止することの大切さや更生保護活動について、デジタルツールも活用して広く周知するなど、理解を深めてもらうための取組
- ② 犯罪や非行の防止、犯罪や非行を

した人の立ち直りには、さまざまな協力方法があることを周知し、多くの人に協力者として気軽に参加してもらうための取組

③ 保護司、更生保護女性会員、BBS会員や協力事業主等、更生保護ボランティアの活動を支援し、な

④ 民間協力者、地方公共団体、国、それぞれの連携を強化し、犯罪や非行をした人が仕事、住居、教育、保健医療、福祉サービス等に関して必要な支援を受けやすくするネットワークを作る取組

⑤ 犯罪や非行が起こらないよう、若者の健やかな成長を期する取組

7月は「社会を明るくする運動」強化月間

市では現在、保護司会、更生保護女性会、民生委員・児童委員協議会、自治会連合会、青少年育成市民会議、PTA連合会といった関係団体と協力し、社会を明るくする運動を進めています。

特に、毎年7月の強化月間中は講演会の開催や街頭キャンペーン、愛の募金活動を展開しています。

非行防止や更生保護を推進し、犯罪のない明るい社会を目指すた



地域のチカラ

明るくする運動

★地域福祉課 ☎ 25- 1 1 4 2

犯罪や非行のない安全で安心な暮らしをかなえるために今何が求められているのか、そして、自分には何ができるのか、皆さんで考えてみませんか。



過去の街頭キャンペーンの様子

めには、地域の力に加え、市民の皆さん一人ひとりの理解と協力が欠かせません。皆さんの参加をお待ちしています。



一人になるのが嫌だった。
孤立するのが怖かった。
誰かといないと、不安に押しつぶされそうで。

仲間たちに誘われた時、断れなかった。
自分にとっては唯一で、大切なものだったから、
至な繋がりやすがりついた。

この街に帰ってきて一年。
色んな人に囲まれて、いま、自分は働いている。

元気がないと気づいてくれた。
失敗を笑い飛ばしてくれる。
仕事の楽しさも厳しさも教
自分が罪を犯しても、見捨

たくさんの顔が思い浮かぶ。
それにすごく、嬉しくなった。

一人でなんでもできるよ
自立じゃない。
困ったら、誰かを頼ったって

きちんと一人、でも孤独じゃ

街頭キャンペーン(啓発品の配布)

日時 ①7月8日(土) 午後4時〜5時、②7月16日(日) 午後3時〜4時30分

会場 ①本庄駅、はにぼんプラザ、市内各商業施設、②こだま夏まつり会場

※荒天時は中止。

講演会を開催

①テーマ『あなたの住まいの防犯対策』

日時 7月22日(土) 午後2時30分〜(開場 午後2時15分)

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える 第73回 社会を

社会を明るくする運動～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための運動です。

日時 8月19日(土) 午後3時〜(開場 午後2時30分)
会場 神川町中央公民館ホール(神



橋本 聖子 氏

会場 セルデイホール
講師 埼玉県住宅課職員
費用 無料
申込 7月7日(金)から14日(金)までに
電話または直接左記へ
★地域福祉課 ☎25・1142
②テーマ『スポーツによる社会開発』

川町大字植竹867・2)
講師 橋本 聖子 氏
費用 無料
※事前申込不要。当日、直接会場へ。
★児玉地区保護司会事務局(美里町福祉課内) ☎76・5132

愛の募金活動にご協力を!

7月から8月にかけて、市内の更生保護女性会では、愛の募金活動を行っています。皆様のご協力をお願いいたします。

- 本庄市更生保護女性会
- 本庄市児玉町更生保護女性会
- ★地域福祉課 ☎25・1142

より理解を深めるために、動画で学ぶ「社会を明るくする運動」

皆さんがさらに「社会を明るくする運動」への理解を深めていただくよう、その歴史と概要についてまとめた動画を作成、市HPで公開しています。ぜひご覧ください。



市HP

本庄市職員採用試験

▶ 1次試験日（テストセンター方式）

8月2日(水)～31日(木)

★行政管理課 ☎ 25-1160

求
ム

本庄を

支える仲間



受験案内

職種	人数	学歴・受験資格等	年齢	
一般事務職	10名程度	大学卒	学校教育法による大学を卒業した方または令和6年3月31日までに卒業見込みの方	平成5年4月2日以降に生まれた方
		短大卒	学校教育法による短期大学を卒業した方または令和6年3月31日までに卒業見込みの方	平成7年4月2日以降に生まれた方
		高校卒	学校教育法による高等学校を卒業した方または令和6年3月31日までに卒業見込みの方	平成9年4月2日以降に生まれた方
一般事務職 (社会福祉士・精神保健福祉士)	2名程度	社会福祉士または精神保健福祉士の資格を有する方または令和6年3月31日までに同資格を取得する見込みの方	平成5年4月2日以降に生まれた方	
一般事務職 (障害者)	3名程度	身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方	昭和58年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方	
技術職 (土木)	各1名程度	大学卒	学歴によって受験資格が異なります。詳しくは、受験案内または市HPでご確認ください。	昭和63年4月2日以降に生まれた方
技術職 (建築)		短大卒		
技術職 (電気)		高校卒		
技術職 (建築主事)	1名程度	建築基準適合判定資格を有する方または令和6年3月31日までに同資格を取得する見込みの方	昭和63年4月2日以降に生まれた方	
保健師	1名程度	保健師の資格を有する方または令和6年3月31日までに同資格を取得する見込みの方	平成5年4月2日以降に生まれた方	
保育士	3名程度	保育士の資格を有する方または令和6年3月31日までに同資格を取得する見込みの方	平成5年4月2日以降に生まれた方	

※学歴・受験資格等について、詳しくは受験案内または市HPをご確認ください。

◆試験方法 テストセンター方式

※令和6年3月31日までに高等学校を卒業見込みの方、また、一般事務職(障害者)で障害の特性上、特別の配慮が必要な方は9月17日(日)に市役所で受験(マークシート方式)。

◆採用予定年月日 令和6年4月1日

◆受験案内・申込書 行政管理課(市役所3階)、支所総務課(アスパアこだま2階)及び市HPで配付
※郵送請求の場合、封筒の表に「受験案内請求」と朱書きし、返信用封筒(A4用紙が折らずに入る封筒に140円分の切手を貼り、請求者の郵便番号・住所・氏名を記入)を同封してください(7月14日(金)必着)。

◆請求先

〒367-8501 本庄市本庄3-5-3
本庄市行政管理課人材育成厚生係

◆申込方法 7月4日(火)から24日(月)までにインターネットの受付専用ページで申込

※やむを得ない事情により、インターネット申込ができない場合は、7月14日(金)午後5時までに行政管理課(☎25-1160)へご連絡ください。

市が持つ公共施設について 指定管理者を募集します



旧本庄商業銀行煉瓦倉庫



絹産業で発展した本庄市の歴史を伝える煉瓦造の施設です。情報発信及び交流の場として幅広く利用されています。

ふれあいの里いずみ亭



本泉地区の恵まれた自然環境を生かし、地域の活性化、農林水産物の展示直売及び都市との交流を促進する事業を実施しています。

《共通事項》

指定期間 令和6年4月1日～令和11年3月31日（5年間）

募集要項等の配付期間 7月3日(月)～21日(金)

申請期間 8月7日(月)～25日(金) 午前9時～午後4時30分（土、日、休日を除く）

※申請は持参に限ります。事前連絡のうえ、お越しく下さい。

現地説明会 7月27日(木) 午後1時30分～

募集要項の配付場所及び申請書の提出先

市民活動推進課施設運営係（はにぼんプラザ内）

現地説明会 7月27日(木) 午前10時～

募集要項の配付場所及び申請書の提出先

支所環境産業課（アスパアこだま2階）

施設の概要

所在地	本庄市銀座1丁目5番16号
設置時期	平成29年4月
建物概要	構造 鉄骨造一部木造 敷地面積 1,193.70㎡ 【煉瓦倉庫】 建物面積 1階：309.03㎡ 2階：313.54㎡
	施設内容 交流スペース、展示スペース、多目的ホール
	【管理棟】 建物面積 88.76㎡
	施設内容 事務所、トイレ

★市民活動推進課施設運営係 ☎ 22-0828

施設の概要

所在地	本庄市児玉町河内209番地1
設置時期	平成16年1月
建物概要	構造 木造平屋建て 敷地面積 2,597.16㎡ 【交流促進施設】 建物面積 178.86㎡ 施設内容 体験室、食堂、厨房、事務室、トイレ
	【倉庫棟】 建物面積 70.38㎡
	施設内容 車庫兼乾燥室、保冷库室、作業場（製粉施設等）

★支所環境産業課産業係 ☎ 72-1334

▶ まつりのにぎわいを照らす

本庄まつりの献燈（提灯）を新規募集

★本庄市観光協会（商工観光課内）☎ 25- 1 1 7 4



写真はイメージです

設置場所 はにぼんプラザ駐車場南側
設置期間 10月から11月3日(祝)まで
募集枠数 60 枠程度（先着順）
費用 2万円 市観光協会
申込 7月6日(木)から31日(月)までに申込用紙に必要事項をご記入のうえ、費用を添えて市観光協会窓口（市役所4階）へ
 ※申込用紙は、市観光協会窓口及びHPで配付。



▶ 市の施設をPRに活用しませんか

公共施設のネーミングライツパートナー【提案型】を募集

★企画課☎ 25- 1 1 5 7

●ネーミングライツ【提案型募集】とは
 公共施設のアピール及びネーミングライツ料について提案できる制度です。

対象施設 スポーツ施設、文化施設、複合施設、道路、公園等、市が所有する公共施設及びそれらの一部

●応募について

応募期間 随時

応募資格 次のいずれかに該当する方

- ①市内に本店または支店を有する法人
- ②市内に事業所を有する団体
- ③①または②を含む複数の団体により構成されたグループ

※応募には事前相談が必要です。詳しくは、企画課（市役所3階）または市HPをご確認ください。



市HP

▶ 食にお困りの方を応援します

フードパントリー「生活応援便（パック）」を配付

★本庄市社会福祉協議会☎ 24- 2 7 5 5

市民や企業等の皆さんから提供いただいた食品等を、経済的事情等で食にお困りの方へ「生活応援便」として配付します。

配付日 8月1日(火)から13日(日)までに順次発送

対象 次のすべてに該当する方

- ・市内在住者
- ・18歳以下の子どもと同居しているひとり親世帯または就学援助世帯等の子育て世帯の方
- ・経済的な理由で食に著しくお困りの方
- ・生活保護世帯ではない方

内容 お米、レトルト食品等の詰め合わせ

定員 300世帯（多数の場合抽選）

費用 無料

申込 7月15日(土)までに右記コードまたは電話で社会福祉協議会へ



申込

▶ 児玉郡市を守る

児玉郡市広域市町村圏組合職員採用試験

★児玉郡市広域市町村圏組合総務課☎ 27- 2 2 4 1

募集職種 消防職

受験資格 平成9年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方

募集人数 3名程度

試験内容

- ・一次試験 9月17日(日) 教養・作文試験
- ・二次試験 10月中旬頃 集団討論・適性・体力試験
- ・三次試験 11月上旬頃 個人面接

申込 7月12日(火)から31日(月)までに申込書を郵送または直接児玉郡市広域市町村圏組合総務課へ（郵送は31日必着）

※受験資格等、詳しくは児玉郡市広域市町村圏組合総務課及び組合HPで配付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

▶本庄の魅力を発掘・発信してみませんか

「本庄市シティプロモーション推進会議」メンバーを募集

★広報課 ☎ 25- 1 6 1 4

若年世代（主に 20～30 代）のみなさんを中心に、本庄のこれからを一緒に考えてくれる方を募集します。ぜひご参加ください。

対象 次のいずれかに該当する方

- ・市内在住・在勤者
- ・市内の高校の卒業生

※上記に関わらず本庄を楽しみたい、本庄と関わりたい方の参加もお待ちしています。

募集人数 10 名程度

期間 選任の日から令和 7 年 3 月 31 日まで

報酬 なし

申込 7 月 25 日(火)までに右記フォームへ

選考方法 申込フォームの入力内容により選考

※結果は、応募者に通知します。



申込

▶生活に便利な 1 冊をお届け

本庄市くらしの便利帳2023を発行

★広報課 ☎ 25- 1 1 5 5



生活に役立つ行政情報などを掲載した「本庄市くらしの便利帳 2023」を作成しました。

本庄市で暮らす方が、ほしい地域情報や行政情報をスムーズにさがせる一冊です。

【こんな時に便利】

- ・市の観光名所やイベントが知りたい
 - ・どんな届出や申請が必要なのか知りたい など
- この冊子は官民共同事業として(株)サイネックスと協働で発行し、企業・事業所等からいただいた広告掲載料をもとに作成したものです。

7 月 14 日(金)から 8 月中旬にかけて、市内の各ご家庭や事業所等に直接配布します。

▶一生に一度の思い出を、仲間と一緒に作りませんか

「本庄市二十歳の祝い」実行委員を募集

★生涯学習課 ☎ 22- 3 2 4 8 ・ FAX 25- 1 1 9 3 ・ ✉ gakyusu@city.honjo.lg.jp

令和 6 年 1 月 7 日(日)に開催予定の、令和 5 年度「本庄市二十歳の祝い」実行委員を募集します。

実行委員の仕事内容は、式典やアトラクションの企画・実行、記念品の選定等を予定しています。

対象 平成 15 年 4 月 2 日から平成 16 年 4 月 1 日生まれの方

募集人数 18 名程度（多数の場合抽選）

活動期間 9 月から令和 6 年 1 月まで（月 1・2 回程度の会合を予定）

※実行委員には終了後、記念品を贈呈します。

申込 8 月 1 日(火)までに住所・氏名・電話番号・メールアドレス・出身中学校名を記入のうえ、電話・

FAX・✉または直接生涯学習課（市役所 4 階）へ

※詳しくは、市HPをご覧ください。



市HP

「市長への手紙」にご意見・ご提案をお寄せください

★秘書課 ☎ 25- 1 1 5 4 ・ ✉ tegami@city.honjo.lg.jp

「市長への手紙」は、市民の皆さんから市長へ、市政に関するご意見・ご提案等をお寄せいただき、市政運営やまちづくりに反映させていく事業です。手紙は市長が直接拝見し、担当部局と調整・検討のうえ、郵便で回答します。

▶ お寄せいただく方法

郵便

①封筒が印刷されたページにご意見・ご提案と必要事項を記入

②封筒の形に折り込み、糊付け

③ポストに投かん（切手は不要）

※用紙は市役所総合案内、アスパアこだま、はにぼんプラザ、図書館本館・児玉分館、各公民館、各児童センター等にあります。

インターネット

①市ホームページで「市長の部屋」にアクセス

②「市長の手紙」専用フォームから入力、送信

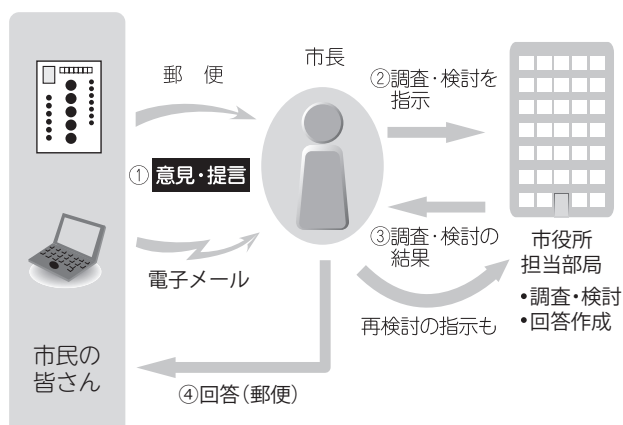
▶ 令和4年度に寄せられた内容

令和4年度の投稿総数224通のうち匿名のものや回答を希望しないもの、担当部局が対応して回答が不要となったもの等を除く61通について、文書で回答しました。そのうち、投稿者からの同意があったものは市HPで公開しています。

分類	通数	内容
都市基盤	53	公園、道路、下水道など
福祉・医療	37	公立病院、介護、保育など
教育・文化	22	小中学校、図書館など
まちづくり	24	防災、防犯、交通安全など
産業・経済	12	観光、産業振興など
生活環境	42	ごみ、悪臭、ペット被害など
その他	50	市職員、税金、市施設など
計	※240	

※1通で内容が複数にわたるものもあるため、投稿総数と一致していません。

▶ 「市長への手紙」はこのように取り扱われます



▶ ご意見の一部を紹介します

パーキング・パーミット制度について

意見 私は、体に障害を持つ者です。車でスーパーなどに行くと、障害者用の駐車場に健常者と思われる人が止めていて、駐車できないことがよくあります。これを解決するために、「パーキング・パーミット制度(*)」を導入していただけないでしょうか。

令和3年1月に市役所の担当部署にメールでお願いをしているのですが、なかなか改善が見られないので、改めて市長にお願いいたします。

ご検討、よろしくお願いいたします。

(*)パーキング・パーミット制度

…障害者等の歩行が困難な方のための駐車区画について、利用者の範囲を定めて利用証を交付することで、駐車区画の適正利用を推進する制度

回答 ●●様からは、令和3年1月に「思いやり駐車場制度」の導入についてご提案をいただき、本市といたしましても、埼玉県や近隣市町の動向を注視しながら、導入について調査研究を行ってきたところでございます。

今回、改めてご提案いただいた「パーキング・パーミット制度」につきましては、現在、埼玉県において検討が進められており、令和5年度以降の導入を目指している状況でございます。市といたしましても、本市だけでなく、広域的な制度の導入が効果的であると考えておりますので、県の動きに合わせて対応してまいりたいと存じます。

制度導入までの期間につきましては、引き続き市民及び市内事業者の皆さまに駐車マナーについてご理解とご協力をいただけるよう周知に努めるとともに、公共施設のバリアフリー化にも務めてまいりますので、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

※上記の内容は、回答時点（令和4年11月）のものであります。



*封筒の形に切り取り、中央を折ってからのりしろ部分を封筒の外側に貼り付けてください。

料金受取人払

本庄郵便局
承認

2304

差出有効期限
令和7年3月
31日まで

[親展]

切手を貼らずにお出しください

—— あなたの声を市政に「市長への手紙」—— 在中

3 6 7 8 7 9 0

本庄市長 吉田信行
本庄市役所
本庄市本庄三丁目五番三号
(受取人)



市長への手紙の出し方

裏面への記入が済みましたら、線に沿って封筒の形に切り取り、中央を折ってからのりしろ部分にのりを付け、封筒の形に仕上げて切手を貼らずにお出しください。

裏面への記入にあたって

- ①あなたのご意見と差出人欄に、必要事項をご記入ください。
- ②手紙の公開について
お寄せいただいたご意見とその回答を公開することにより、市民の皆さんとさまざまな問題を共有できるようになります。公開は、主に市のホームページで行います。

※匿名の場合には、公開の対象にはなりません。

公開にあたっては、内容を要約し本人又は関係者等のプライバシーが侵害されることのないよう、住所・氏名や個人が特定される情報等は掲載しません。
お手紙の内容を公開してほしくない場合には、記載欄の下段の“いいえ”を○で囲んでください。

※この専用封筒の差出有効期間は、令和7年3月31日までです。有効期間内は、切手を貼らずにお出しいただけます。

回答について

いただいたご意見等につきましては、次の場合には原則として回答しません。

- ①氏名・住所が不明なもの
- ②特定の個人や団体等を侮辱又は誹謗中傷したもの
- ③営利企業等の宣伝又はこれに類するもの
- ④思想や宗教に関するもの
- ⑤担当職員が直接お会いし、もしくは、お電話等で説明したことにより、ご理解をいただいたもの
- ⑥「市長への手紙」の趣旨から外れた内容のもの、又は、手紙の内容の意味や意図が不明なもの

★お問い合わせ先

〒367-8501 本庄市本庄3丁目5番3号
本庄市役所企画財政部秘書課秘書係
☎25-1154

8月6日(日)は埼玉県知事 選挙の投票日です

この選挙は、これからの県政のかじ取りを担う埼玉県知事を選ぶ大事な選挙です。皆さんで投票しましょう。

★選挙管理委員会事務局 ☎ 25- 1 1 8 7



投・開票日

8月6日(日)

●投票時間

午前7時～午後8時

●投票場所 各投票所(投票所入場券に記載)

◆開票時間 午後9時～

◆開票場所 カミケンシルクドーム(本庄総合公園体育館)

投票できる方(有権者)

満18歳以上で本庄市の選挙人名簿に登録されている方

※平成17年8月7日以前に生まれた方で、令和5年4月19日以前から引き続き本庄市の住民基本台帳に登録されている方

※転出入された方はその時期によって投票できる住所が異なります。詳しくは、選挙管理委員会または市HPでご確認ください。

投票所入場券

世帯主あてに圧着はがきで送付します。はがき1枚に4名分が印刷されています。

で、各自切り離してお持ちください(同一世帯に有権者が5名以上いる場合、はがきも複数送付します)。

※入場券が届かない、または紛失した等の場合も本庄市の有権者と確認できれば投票可能です。投票所で申し出てください。

期日前投票

投票日に仕事や旅行等で投票に行けない方は、期日前投票をご利用ください。

①市役所1階市民ホール

期間 7月21日(金)～8月5日(土)

②アスピアこだま1階エントランスホール

期間 7月30日(日)～8月5日(土)

《両投票所共通》

時間 午前8時30分～午後8時

※期間中、いずれの投票所でも投票可能です。投票所入場券裏面の宣誓書に必要事項を記入してお持ちください。

不在者投票

次の理由で投票所に行くことができない方は、不在者投票を利用できます。

明るい選挙

啓発ポスター作品を募集

★選挙管理委員会事務局 ☎ 25- 1 1 8 7

投票参加を呼びかけるもの等、選挙に関する内容を自由に描いた作品をお待ちしています。

対象 市内の小学校児童、中学校及び高等学校の生徒



令和4年度明るい選挙啓発ポスター市入選作品

【規格等】

大きさ 四ツ切または八ツ切の画用紙

画材 自由

提出方法 9月8日(金)までに各学校を通じて選挙管理委員会事務局へ

選挙公報

各候補者の経歴、政見等を掲載した選挙公報を告示日以後

手続きには時間がかかりますので早めにご連絡ください。

※事前の手続きが必要ですが、

- ・仕事等で市外に滞在中の方
- ・不在者投票施設として指定された病院や老人ホーム等に入院・入所している方
- ・一定の障害がある方や要介護5の認定を受けている方
- ・期日前投票を行う時点で18歳に達していない方

◆投票所が変わります

○第4投票所 本庄東小学校

変更前 体育館

変更後 地域連携室

○第26投票所 秋平小学校

変更前 体育館

変更後 地域連携室

詳しくは市HPをご覧ください



ミニ企画展「これでキミも考古学者」・関連イベント

わたしたちが暮らす地面の下には、昔の人が建てた家の跡や使っていた道具などが残されています。それらから昔の人々の暮らしを調べるのが考古学です。今年は、土器や埴輪に^{はにわ}残された「痕跡」に注目！考古学者の目線で、痕跡からどんなことが分かるのかをご紹介します。

期間 7月21日(金)～8月27日(日)

会場 本庄早稲田の杜ミュージアム交流ひろば

◀ 盾持人物埴輪が東北へお出かけ！

7月15日(土)～9月24日(日)に、東北歴史博物館(宮城県多賀城市)で開催される夏季特別展に、はにぼんのモデルとなった盾持人物埴輪を含めた文化財3点が出品されます。

出品期間中、ミュージアムでは代わりに円筒埴輪や土師器、須恵器等の特別展示を行います。

「土器・どき(時々はにわ)ワークショップ」

開催日 企画展開催期間中の土・日・祝

※8月15日(火)・16日(水)も開催します。

対象 どなたでも

※開催日によって内容が変わります。詳しくは、ミュージアム☎またはチラシでご確認ください。

費用 無料(内容により実費負担あり)

申込 不要(当日インフォメーションで受付)

体験型ミステリー「H&W探偵社の解読記録」

ミュージアムに仕掛けられた暗号を解いて、真実に迫ろう。参加者には限定缶バッジをプレゼント！

期間 7月21日(金)～8月27日(日)

対象 どなたでも **費用** 無料

申込 不要(当日インフォメーションで受付)

企画展

エジプト文化展

— 早大隊の調査から辿る —

早稲田大学のエジプトにおける調査・研究の歩みは、吉村作治氏(早稲田大学名誉教授・東日本国際大学総長)を学生隊長とした1966年の調査に始まり、早稲田大学本庄キャンパスにはその調査資料が保管されています。

本展覧会では、これら貴重な資料を展示し、古代エジプト文化をさまざまな視点から紹介します。

期間 7月4日(火)～11月12日(日)

午前9時～午後4時30分

会場 本庄早稲田の杜ミュージアム

早稲田大学展示室

費用 無料

▶ 陶棺(ローマ支配時代:紀元前30年～紀元後395年)

早大隊の調査で発見。棺の蓋の顔のまわりには髪と手が表現されている。

発見時、棺内には壮年～熟年男性のミイラが横たわっていた。

杜ミュージアム
NO MORI MUSEUM

ヒエログリフで遊ぼう

エジプト文明の古代文字ヒエログリフの読み方や書き方、解読の歴史などを学び、最後はみんなで描いてみましょう。

日時 8月5日(土) 午前10時30分～正午

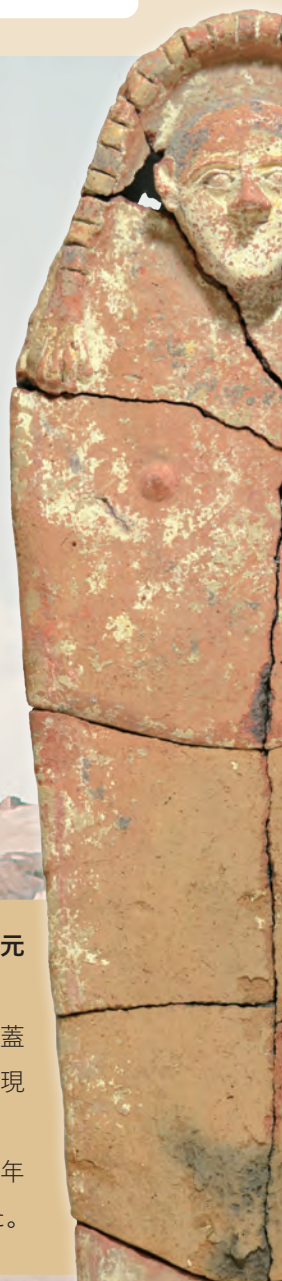
会場 早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター3階レクチャールーム1

講師 馬場 匡浩 氏(早稲田大学考古資料館学芸員)

対象 小学4年生～高校生

定員 30名(先着順) **費用** 無料

申込 7月16日(日)午前9時から電話または直接ミュージアムへ



塙保己一記念館でもイベントを開催！

探検！塙保己一記念館

塙保己一記念館を探検しながら本を完成させよう！

参加者には記念品をプレゼント！

日時 7月21日(金)～8月27日(日)

会場 塙保己一記念館（月曜休館） 対象 どなたでも

費用 無料 申込 不要。直接会場へ

★塙保己一記念館 ☎ 72 - 6 0 3 2



こども学芸員講座 - これでキミもこども学芸員 -

博物館で働く学芸員ってどんなことをしているのかな？こども学芸員として、お仕事を体験しよう！

〔各コース共通〕

会場 本庄早稲田の杜ミュージアム

講師 本庄早稲田の杜ミュージアム学芸員ほか

定員 各6名（先着順）

用意 汚れてもよい服装、タオル、筆記用具、飲み物

申込 7月15日(土)午前9時から電話または直接ミュージアムへ

考古学探求コース

日時

低学年クラス 7月26日(水)、8月2日(水) 全2回

高学年クラス 7月28日(金)、8月4日(金) 全2回

※時間はいずれも午前10時～正午。

対象

低学年クラス 小学1年生～3年生

高学年クラス 小学4年生～6年生

講座内容

第1回 土器や埴輪に残された痕跡に迫る！

土器や埴輪を観察して、作り方を調べよう

第2回 土器や埴輪を作ってみよう！

調べた成果をまとめ、実際に作ってみよう

※作品は8月20日(日)まで交流ひろばで展示します。

費用 200円（材料費）



本庄早稲田の
HONTO-WASEDA M

魅力発信コース

日時 8月9日(水)、11日(金) 全2回 ①午前10時～正午、②午後2時～4時

※時間は①②のいずれかを選択。

対象 小学3年生～6年生

内容

第1回 推し資料を見つけよう！

展示室を見学して、気に入った資料について詳しく調べてみよう

第2回 みんなに魅力を伝えよう！

来館者に推し資料を紹介するガイドツアーを開催します

本庄早稲田の杜ミュージアム

開館時間 午前9時～午後4時30分

休館日 月曜日（休日の場合は翌日）

※施設点検のため、7月17日(祝)は休館。

☎ 71-6878・FAX 71-6879

✉ hwmm@city.honjo.lg.jp

CHECK



本庄早稲田の杜
ミュージアムHP

国民年金保険料を納めることが難しいときには…

「免除」や「納付猶予」が申請できます

★市民課国民年金係 ☎ 25・1114

支所市民福祉課 ☎ 72・1333

熊谷年金事務所 ☎ 048・522・5012

国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合、「保険料免除制度」や「納付猶予制度」が利用できます。
また、失業等を理由とした保険料免除の特例申請といった制度もあります。

◆利用の際は申請を

7月から令和5年度分（令和5年7月～令和6年6月）の保険料に関する免除や納付猶予の申請を受け付けています。原則、申請は毎年度必要です。

※ただし、昨年度に全額免除または納付猶予の承認（特例申請による承認を除く）を受けた方が、あらかじめ継続申請を希望している場合、今年度の申請は不要です。送付される審査結果を確認してください。

保険料免除制度

要件 本人・配偶者・世帯主の前年所得が一定額以下の

場合

※免除される額は、21ページ表1のとおりです。

納付猶予制度

要件 20歳から50歳未満の方が本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合

※保険料免除制度、納付猶予制度とも申請時から2年1か月前まで遡って申請できます。保険料を未納のままにしておくと、老齢基礎年金、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。詳しくは、21ページの表2をご覧ください。



失業等による特例申請

失業等を理由とした保険料の免除申請（Ⅱ特例申請）です。失業した方の所得については、申請にあたって所得額の審査対象から除かれます。※申請が可能な期間は、失業日（Ⅱ退職日の翌日）を起算日として、その前月から翌々年の6月までです。

◆申請について

申請方法 申請書に必要事項を記入し、次の必要書類を

添付のうえ郵送または直接申請窓口へ

※詳しくは、日本年金機構HPまたは申請窓口で配付の申請書をご覧ください。

必要書類

- ・本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証等）
- ・年金手帳または基礎年金番号通知書

※郵送申請では、写しを送付してください。

※失業等による特例申請の場合、そのほかにも必要な書類があります。詳しくは、お問い合わせください。

申請窓口

市民課国民年金係（市役所1階）、支所市民福祉課（アスピーアこだま1階）

▼マイナンバーカードで電子申請が可能に

マイナンバーカードがあれば、電子申請が可能です。スマートフォン等からいつでも申請ができて便利です。

※事前にマイナポータルでの利用者登録が必要です。



マイナポータル

産前産後期間の免除制度

産前産後の一定期間について、届出をすることで保険料の免除が受けられます。

免除となる期間

出産予定日または出産日が属する月の

前月から4か月間

※多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間

なお、出産日が平成31年2月1日以降で、すでに保険料を納付している場合、保険料の還付が受けられます。

詳しくは、市HP及び日本年金機構HPをご覧ください。



市HP



日本年金機構HP

表1 免除等の所得基準額 (所得審査対象者全員の前年所得が下記の計算式で計算した金額以下であること)

免除の区分	所得基準額
全額免除・納付猶予	(扶養親族等の数+1) × 35万円+ 32万円
4分の3免除	88万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
半額免除	128万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
4分の1免除	168万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等

※「扶養親族等控除額」「社会保険料控除額等」は、年末調整・確定申告で申告された金額です。源泉徴収票・確定申告書控等でご確認ください。地方税法に定める障害者・寡婦・ひとり親の場合は、基準額が変わります。

表2 免除等と将来の年金受給との関係

免除等の区分	老齢基礎年金		障害基礎年金・遺族基礎年金
	受給資格期間	年金額	保険料納付要件
全額免除	算入される	8分の4が反映	算入される
4分の3免除		8分の5が反映	
半額免除		8分の6が反映	
4分の1免除		8分の7が反映	
納付猶予		反映されない	
産前産後免除		免除期間は保険料を納めた期間とみなす	
未納	算入されない	反映されない	算入されない

※一部免除の場合、納付すべき保険料を納めないと、未納と同じ扱いになります。また、免除等を受けた期間は、10年以内であれば後から保険料を納めること(=追納)ができます。追納すると、将来受け取る年金額は減少しません。

令和5年度住民税非課税世帯等に対する 電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金について

電力・ガス・食料品等の価格高騰に対する国の給付金制度に基づき、**1世帯あたり3万円**を給付します。

★地域福祉課(コールセンター) ☎ 25-1107

●対象世帯

世帯全員が、次のすべてに該当すること
・基準日(令和5年6月1日)において、本庄市に住
民登録がある

・令和5年度の市民税均等割が非課税

※住民税が課税されている方に世帯全員が扶養を受けている場合は支給対象となりません。

●受取手順

①対象世帯には、給付内容と振込先が書かれた「確認書」を7月中旬に送付します。



②振込先に変更がない場合は、必要箇所にチェックしたうえで、同封の返信用封筒で返送してください。

③返送からおおむね2週間で振り込まれます。

※後日、振込済通知書が届きます。

※昨年度給付を受けている世帯の場合は、同じ口座へ振り込みます。振込先は、原則、世帯主の口座になります。変更がある場合は、確認書に記載された期限までにご連絡ください。

受取に申請が必要な場合があります

次の方は確認書が送付されません。地域福祉課へお問い合わせください。



- ・令和5年1月2日以降本庄市に転入した方がいる世帯
- ・市県民税について未申告の方がいる世帯
- ・修正申告により税額が更正されて非課税となった世帯
- ・令和5年6月1日の時点で既に離婚しているが、令和5年度の申告上は元配偶者の被扶養者となっている世帯
- ・DVを理由に本庄市へ避難している世帯

●申請期間

11月30日(木)まで

※詳しくは、市HPをご確認ください。



市HP



国民健康保険限度額適用認定証の更新をお忘れなく

現在の「国民健康保険限度額適用認定証（または限度額適用・標準負担額減額認定証）」（以下、「認定証」という。）の有効期限は、7月31日(月)です。

8月以降も引き続き入院治療や高額な外来診療を受ける場合は、更新の手続きをお願いします。

●更新期間 7月20日(木)～8月31日(木)

●受付窓口

保険課（市役所1階）、支所市民福祉課（アスパアこだま1階）

●用意

国保の保険証、マイナンバーのわかるもの

※国民健康保険税に滞納があると、認定証の交付を受けられません。

※転入や未申告等で所得が不明な場合、上位所得者の区分となります。

限度額適用認定証とは

国民健康保険の加入者が1か月に1つの医療機関で高額な治療を受ける場合、窓口で提示すると、支払いが自己負担限度額までになるものです。ただし、差額ベッド代などの保険が適用されないものや入院中の食事代は、別に支払いが必要です。

※更新期間後も随時申請できますが、認定証は申請した月の初日から有効となります。月を遡った発行はできませんのでご注意ください。

※認定証を医療機関に提示しなかった場合、自己負担額を超えた支払い分は、後から高額療養費の支給対象となります。

▶ 70歳～74歳の方へ

次の①②のいずれかに該当する方が、医療機関での支払いを限度額までとするためには、認定証の更新または申請が必要です。

①住民税非課税世帯の方

②住民税課税世帯で課税所得が145万円以上690万円未満の方

※①②に該当しない方は「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」が認定証の代わりになるため、申請は不要です。

7月は窓口が大変混み合います。早急に使用する予定がない方は、8月以降に申請してください。7月に申請する際は、比較的空いている午後2時以降の来庁にご協力ください。



令和5年度の国民健康保険税について

令和5年度の国民健康保険税納税通知書及び特別徴収決定通知書は、7月上旬に送付します。

納付方法について

●普通徴収

7月から翌年2月まで毎月納付する方法（合計8回）

※普通徴収は、原則口座振替としています。登録可能な金融機関の窓口のほか、保険課または支所市民福祉課でも登録が可能です。

●年金からの天引き（特別徴収）

公的年金からの天引きで納付する方法（合計6回）

※年度途中で特別徴収に切り替わる方は、天引きが開始される月までは普通徴収で納付していただけます。

○新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した被保険者等の国民健康保険税の減免については、令和4年度分で終了しました。

その他の軽減及び減免制度について確認したい場合は、保険課へご連絡ください。

国民健康 保険ガイド

わたしたちの
暮らしを守る
国民健康保険



★保険課 ☎ 25 - 1 1 1 6



新しい国民健康保険被保険者証(保険証)を送付します

現在の保険証の有効期限は、**7月31日(月)**となっています。**8月から使用する新しい保険証は7月中旬に送付**します。

なお、送付の際は、配達状況が記録され、ご自宅の郵便受けに配達される「特定記録郵便」でお届けします。

新しい保険証(灰色)が届いたら、記載内容を確認してください。誤りや変更がある場合は、保険証、本人確認ができるもの(マイナンバーカード、運転免許証等)を持って、保険課(市役所1階)または支所市民福祉課(アスパアこだま1階)に申し出てください。

古い保険証(オレンジ色)は、8月1日(火)以降にご自身で処分してください。なお、保険証には個人情報記載されています。処分するときは、はさみで切るなどして、内容が読み取られないようご注意ください。

▶ 70歳~74歳の保険証について

国民健康保険に加入している70歳から74歳までの方には、保険証と高齢受給者証が1枚のカードになった「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」(以下「保険証兼高齢受給者証」という。)を交付しています。

対象者には7月中旬に新しい保険証兼高齢受給者証を送付します。8月以降に70歳を迎える方は、誕生日の翌月(1日が誕生日の方はその月)から保険証兼高齢受給者証が使用できるため、誕生月の月末(1日が誕生日の方は前月末)に送付します。

医療費の負担割合は所得等の状況に応じて、2割または3割となります。保険証兼高齢受給者証に記載の負担割合をご確認ください。

交通事故にあったら保険課へ

交通事故や他人の犬にかまれたなど、第三者(加害者)からの行為でけがや病気をした場合でも、保険証を使って治療が受けられます。

国民健康保険に加入している方が治療を受けの際は、必ず保険課へ届出をしてください。



後期高齢者医療制度で 医療を受けている皆さんへ

★保険課 ☎ 25- 1 2 4 5



新しい後期高齢者医療被保険者証（保険証）を送付します

現在の保険証の有効期限は、7月31日(月)となっています。8月から使用する新しい保険証は、7月中旬に特定記録郵便で送付します。7月末日までに届かない場合は、保険課へお問い合わせください。

○新しい保険証が届いたら

古い保険証は8月1日(火)以降にご自身で処分して

ください。その際は、はさみで切るなどして、内容が読み取られないようご注意ください。

○負担割合をご確認ください

医療機関で受診する際の自己負担割合は、前年中の所得等をもとに判定を行います。負担割合は、新しい保険証に記載してありますのでご確認ください。

申請により窓口負担限度額が適用されます

医療機関での支払いが所得区分に応じた金額までとなる、限度額適用・標準負担額減額認定証（または限度額適用認定証）を発行しています。

対象 ①②のいずれかに該当する方

- ①被保険者が住民税非課税世帯（世帯全員が所得申告済みで住民税非課税の世帯）の方
- ②現役並み所得者で、課税所得が690万円未満（本

人及び同じ世帯にいる後期高齢者医療制度の被保険者の課税所得）の方

※前年度にいずれかの認定証を発行されている方で、今年度も該当する方には、7月下旬に新しい認定証を送付します。



7月中旬に保険料額決定通知書を送付します

保険料の納め方は、同封のお知らせをご確認ください。

○被用者保険の被扶養者であった方の軽減

後期高齢者医療制度の被保険者となる前日に被用者保険の被扶養者であった方は、所得割額がかかりません。また、均等割額は、制度加入後2年間に限り、5割が軽減されます。

なお、所得の少ない方に対する均等割額の軽減にも該当する場合、軽減割合の大きい方が適用されます。

○保険料の減免

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した被保険者等の保険料の減免については、令和4年度で終了しました。



後期高齢者医療制度の概要や対象について、詳しくは保険課及び市HPをご確認ください。



市HP



高齢者叙勲

政府は、6月1日付けで高齢者叙勲を発表しました。市内では、山岡久子氏、角谷高之氏のおふたりが瑞宝双光章を受章されました。おめでとうございます。

※ご希望により、山岡久子氏（柏）はお名前のみ掲載させていただきました。



元埼玉県浦和県税事務所長
角谷 高之 氏
(駅南)



でんごん広場

皆さんの情報交換の場

本庄シネマクラブ主催 映画「瀬戸内 寂聴 ～99年生きて思うこと～」上映会

開催日時 7月9日(日) ①午前10時～、②午後2時～

※①②いずれかを選択。

会場 はにぼんプラザ1階多目的ホール

費用 会員 1,000円、一般 1,300円

申込 当日直接会場へ

問合せ 高橋 ☎ 080-5536-2475

コーラスあじさい会員募集

数々の楽しく美しい曲で体操や合唱を楽しみませんか。歌う事が好きな方をお待ちしています。

活動日時 毎月第2・4木曜日 午後1時～3時

活動場所 セルディ2階大会議室

費用 2,000円(月会費)

問合せ 齋藤 ☎ 0495-22-2472

輝く! ほんじょう人

再び本庄から全国へ

小さな選手たちが今年も大躍進

【成績紹介】

兼吉倅希さん(本庄東中) 全日本卓球クラブ選手権大会埼玉県予選 小中学生の部 優勝

斉藤仁悠さん(本庄東小) 全日本卓球選手権大会埼玉県予選ホープスの部 準優勝、全日本卓球クラブ選手権大会埼玉県予選小中学生の部 優勝、全国ホープス卓球大会埼玉県予選優勝

倉林祐助さん(金屋小) 全日本卓球選手権大会埼玉県予選カブの部 優勝、全日本卓球クラブ選手権大会埼玉県予選小中学生の部 優勝、全国ホープス卓球大会埼玉県予選優勝

倉林護さん(金屋小) 全日本卓球選手権大会埼玉県予選バンビの部 優勝

4名はそれぞれ全国大会に出場します。ご活躍を期待しています!



左から倉林護さん、兼吉倅希さん、4人を指導した小野達也コーチ、斉藤仁悠さん、倉林祐助さん

市長コラム
しんげの一言メッセージ

5歳児事件検証委員会の検証終了にあたり

昨年3月、市職員の通報と警察の捜査により、5歳児の遺体が市内住宅の床下から発見されました。その後、このお子さんは同年1月頃に死亡、それまでに度重なる虐待を受けていたことが判明しました。まことに残酷で悲惨な事件です。

このような事件を二度と起こさせないために、警察の犯罪捜査とは別に、事件に至るまでのお子さんを取り巻く状況を専門的な見地から検証するため、昨年5月に検証委員会を設置いたしました。同年7月から弁護士、大学教授など有識者7人による検証が開始され、以降第三者の目線で本事件に関する客観的な事実の認定や、多角的な検証が行政から独立して実施されたところとす。

この検証に対して、市では各課や関係機関から集めた情報を時系列で整理し、亡くなったお子さんの家庭状況や、事件の発覚に至るまでの市や関係機関との関わりをありのままに報告いたしました。

検証委員会は計8回開催され、本事件の背景にある母子を取り巻く状況の検証と課題の抽出を行い、本来

あってはならない児童虐待に対し、市や県などの関係機関が取り組むべき改善策等の提言が「検証報告書」として取りまとめられました。この検証報告書は、個人情報とプライバシーの保護に配慮したうえで一般に公表されるものであり、この原稿を書いている6月14日現在、公表に向けて最終確認を行っていると考えています。この紙面が皆さまのお目に触れるときには、検証報告書も公表されていることでしょうか。あらためて検証委員会メンバーの皆さまに、心から敬意を申し上げる次第です。

今後、二度とこのような残酷で悲惨な事件が起きないように、市として検証報告書の内容を真摯に受け止め、いただいた提言の実施に向けた検討を速やかに進めます。合わせて、増大する子どもに関する相談に対応するための職員の増員、相談対応の質の向上を目指した新たなシステムの導入、また、保護者を対象とする講習など、具体的な施策を実施してまいります。

本事件が発生して1年半。司直による厳正な判断を期しつつ、あらためてお子さんのご冥福を心からお祈りいたします。

本庄市長 吉田信解

お知らせ

はにぼん号・もといずみ号
号 停留所について

はにぼん号・もといずみ号の停留所を次のとおり新設・名称変更します。

【新設】

停留所の名称 本庄脳神経外科・脊椎外科

運行地域 本庄南地域

【名称変更】

①変更前 勤労青少年ホーム
変更後 本庄上里学校給食センター

センター

※変更に伴い、停留所を本庄上里学校給食センター入口付近に移動しました。

②変更前 白楊高校前

変更後 児玉高校前

③変更前 白楊高校入口

変更後 児玉高校入口

受付開始 7月1日(土)

運行開始 7月8日(土)

★都市計画課 ☎25・1136



新築・増築等家屋の評価調査を実施

市では、固定資産税・都市計画税の課税のため、新築・増築等をされた家屋の評価調査を実施しています。

調査は、屋根・外壁・内壁・床・天井の資材や、設備の状況等を確認し、評価額を算出します。

今年中に新築・増築した家は来年度から固定資産税・都市計画税の課税対象となります。

対象となる家屋の所有者通知後、日程調整をして市職員が訪問します。その際、図面等の借用をお願いする場合があります。

また、家屋を取り壊した場合は、翌年度から課税対象とならなくなりますので、ご連絡ください。

★課税課 ☎25・1121



本庄支店 本庄市駅南 1-13-10 TEL:0495-21-2222

生前整理・遺品整理・不用品回収

女性スタッフもいるから安心
見積無料
リユース・リサイクル品
あればお値引き可!



ドライバー
正社員募集

詳しくは
お問い合わせください

株式会社 羽賀商店 埼玉県本庄市栄3丁目1-25
0495-21-3477

一般廃棄物収集運搬業許可業者(美里町・伊勢崎市)
産業廃棄物収集運搬業許可業者(一都六県)



市県民税のお知らせ

◆市県民税の申告相談

市県民税の申告が必要と思われる方に、申告をお願いする通知を発送し、8月に申告相談を実施します。

対象

①前年または前々年に市県民税が課税されていて、今年申告していない方

※給与支払報告書、年金支払報告書が市に提出されている方は除く。

②不動産収入または報酬等があり、申告していない方

※所得税が課税される場合や、源泉徴収された支払調書等がある場合は、税務署で申告してください。

◆所得・課税証明書の発行

所得・課税証明書は、申告がないと発行できません。

申告の結果、課税になる場合、証明書の発行は市県民税の税額決定後になります。申告から発行までに期間を要しますので、早めに申告してください。

◆扶養控除の確認

確定申告書、給与支払報告

書、年金支払報告書に基づき、対象者へ扶養確認を行います。

また、市外の方を扶養している場合、その住所地に被扶養者の合計所得などの確認を行います。

対象

①重複して扶養をとっている方
※複数の納税義務者が同一の方を扶養親族とすることはできません。

②扶養の記載があるが、被扶養者を特定できない方

※確認の結果、扶養が取り消される場合があります。変更内容は、本人または勤務先に通知します。

★課税課 ☎ 25・1123

インボイス制度に関する説明会・相談会を開催

◆消費税のインボイス制度説明会・発行事業者の登録相談会【集合形式】

日時 7月26日(水) 午後2時～4時

会場 本庄税務署2階会議室
定員 各20名(事前登録制)

◆登録要否相談会(個別相談)

インボイス発行事業者としての登録が必要か、お悩みの

事業者向けの相談会です。

日時 7月27日(木) 午前10時～正午

会場 本庄税務署1階会議室
※相談は、1時間程度を予定。

★本庄税務署法人課税部門 ☎ 22・2112、個人課税部門 ☎ 22・2114



7月は「青少年非行・被害防止特別強調月間」

県では、学校が夏休みになる7月を「青少年の非行・被害防止特別強調月間」と定め、

市町村をはじめ、関係団体・家庭・学校・地域住民と連携し、

青少年の健全育成を図るための運動を展開しています。

子どもたちにとって待ち遠しい夏休みは、出会いの場が増えたり、夜に散歩の機会が多くなるなど、危険と隣り合わせです。

また、最近では特にSNSがきっかけのトラブル

ルや犯罪被害が増えており、注意が必要です。

保護者の皆さんは次の2つのポイントに留意しながら、

インターネットやSNSの利用を見守ってください。

①ペアレンタルコントロールで見守り

フィルタリングの設定など、子どもたちが安全にインターネットやスマートフォンを利用できる環境を整えましょう。

②家庭内でルール作り

利用時間や利用場所の制限、名前や顔写真を載せないこと、ネットでも知り合った人と直接会わないなど、子どもの成長に合わせた家庭内のルールを決めておくことも大切です。

★埼玉県北部地域振興センター
本庄事務所
☎ 24・1110

7月は青少年の非行・被害防止全国強調月間です

青少年の非行・被害防止対策セミナー開催会 相談会

青少年の非行・被害防止対策セミナー開催会 相談会

青少年の非行・被害防止対策セミナー開催会 相談会

文月 ふみづきの和菓子

夏の贈りものに
☆涼風スイーツ詰合せ

くずきり	6入	1,680円
フルーツゼリー	9入	2,420円
水羊かん	12入	3,150円

☆くずきり(黒糖) 1袋290円
5入1,620円 8入2,548円

(有) せきね
TEL: 0495-22-2315

本店営業時間: AM9:00~PM5:00
定休日: 7/5,11,12,19,26

お見積りは無料ですのでお気軽にお電話
ご来店ください!! お待ちしております

三ツ星ウイング

リフォーム・増改築専門店

児玉郡上里町七本木3652-2

0120-72-0084

土・日・祝も営業してます
9:00~20:00

いつもご愛顧賜いありがとうございます

埼玉県虐待通報ダイヤル

虐待と思ったか

24時間・365日
受付・対応

#7171

ひかり電話、IP電話、ダイヤル回線、PHSを利用の場合

0120-80-7171

★生活支援課 ☎25・1197



埼玉県HP

※詳しくは、埼玉県HPをご覧ください。

（有料）

☎048・762・7533

☎0120・80・7171

【つながらない場合は】

電話ください。

ダイヤル『#7171』にお

電話ください。

などの場合、埼玉県虐待通報

ダイヤル『#7171』にお

電話ください。

虐待は、いかなる理由があ

っても禁止されるものです。

虐待を発見した、虐待を受け

ている、虐待をしてしまった

などの場合、埼玉県虐待通報

ダイヤル『#7171』にお

7月は虐待ゼロ推進月間

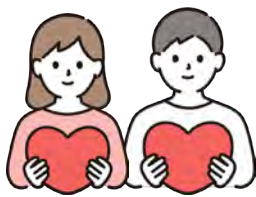
こころの健康に関するアンケートにご協力ください

市では、「本庄市自殺対策計画（平成31年度～令和5年度）」を策定し、自殺対策を推進しています。

現在の計画が最終年度を迎えることから、次期計画策定の基礎資料とするため、市民のみなさんにこころの健康に関するアンケート調査を実施します。

調査は18歳以上の市民から無作為抽出した3000名を対象に行います。調査は無記名で行われ、回答は、統計的に処理をしますので、個人が特定されることはありません。アンケート用紙が届いた方はご協力をお願いします。

★健康推進課（本庄市保健センター内） ☎24・2003



本庄市自殺対策ネットワーク会議の
公募委員を募集

★健康推進課 ☎24-2003 ・ ✉kenko@city.honjo.lg.jp

本庄市自殺対策ネットワーク会議は、自殺対策のために取り組むべき課題や、支援対策等について協議を行います。自殺対策について皆さんの意見を対策等に反映するため、委員を募集します。

応募資格 次のすべてに該当する方

- ①18歳以上で市内在住・在勤・在学者
- ②年1～3回（1回2時間）、平日の日中に開催予定の会議に出席できる方

募集人員 2名

任期 委嘱の日から2年間

報酬 なし

応募方法 申込書に必要事項を記入のうえ、郵送、✉または直接健康推進課へ

※申込書は健康推進課及び市HPで配付。

応募締切 8月10日（木）（必着）

選考方法 書類選考

※結果は、応募者に通知します。



市HP

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎049-243-8428

結婚相談所ムスベル

脇島正法律事務所

埼玉弁護士会所属 弁護士 脇島 正

収入のない方も安心してご相談ください
法テラス制度を利用することで負担なく弁護士に依頼できます

初回相談料無料

予約制 受付時間：平日9:30～18:00

TEL 0495-71-6520

〒367-0030 本庄市早稲田の社4-1-8

http://wakishima-law.jp/ webからも予約できます

夜間・土日
応相談

マイナンバーカードはお早めにお受け取りください

マイナンバーカードの交付通知書が届いたら、早めの受け取りをお願いします。

予約制の日曜交付窓口もご利用ください。

※日曜交付窓口は、市民課(市役所1階)のみ。マイナンバー申請支援は行いません。

※マイナポイント申込期限間近になると、マイナンバーカードの交付窓口、マイナポイント申請支援窓口の混雑が予想されます。早めの手続きをお願いします。

※マイナポイント付与の対象



サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円併せて)

サマージャンボミニ3千万円
(1等2千万円・前後賞各5百万円併せて)

☆昨年度は1億円以上の当せんが埼玉県内で2本出ています！

各1枚300円

7月4日(水)2種類同時発売！
発売期間 7/4(火)～8/4(金)

この宝くじの収益金は県内市町村のまちづくりに使われます。
☆お求めは埼玉県内の宝くじ売り場で！

は2月末までにマイナンバーカードを申請した方です。マイナポイントの申込期限は9月末までです。詳しくは、マイナポイント事業HPをご覧ください。

★市民課マイナンバー担当
25・1246、支所市民福祉課 ☎72・1333



自衛官を募集

◎自衛官候補生

受付期間 8月8日(火)まで
受験資格 18歳～33歳未満の方(採用予定月の1日時点)

WEB試験 8月18日(金)、19日(土) (いずれか1日)

※申込や入隊時期等、詳しくは自衛官募集HPを確認してください。



★自衛隊埼玉地方協力本部
谷地域事務所 ☎048・522・4855

催し・講座

介護者教室

いつまでも、自分の力で食事を楽しみ健康で過ごすための口腔ケアについて学びます。

日時 8月10日(木) 午後2時～3時

会場 セルデイ2階大会議室
講師 竹下 玲 氏(明海大学 学術学部教授)

対象 市内在住の高齢者を介護している方または在宅介護に関心を持っている方

定員 30名(先着順)
費用 無料

申込 7月10日(月)から28日(金) (土・日・休日を除く)まで
電話または直接左記へ

★児玉地域包括支援センター
☎73・1545

「市民ボプラサロン」に参加してみませんか

児玉高校の生徒の皆さんと、農業や軽作業を通して、交流を深めてみませんか。体力に自信がなくても大丈夫です。

日時 不定期(学校行事の予定により)

会場 児玉高校
対象 60歳以上の市内在住者
費用 無料
用意 帽子、手袋等、飲み物
※開催日時や申込等、詳しくは電話または直接左記へ。

★ささえ愛チームこだま事務局
(児玉地域包括支援センター) ☎73・1545

「赤ちゃんマッサージ＆ベビーサイン」

赤ちゃんとのコミュニケーションの充実を図ります。赤ちゃんもお母さんも楽しめる内容です。ぜひお気軽にご参加ください。

日時 7月22日(土) 午前10時～11時

会場 日の出保育園保育室
講師 小松 朋子 先生(発達心理研究所)

対象 0歳児と保護者
定員 10名(先着順)
費用 無料

用意 バスタオル
申込 電話で左記へ
★日の出保育園
☎21・5263

今こそ運動の習慣化でフレイル予防！

1日約99円(税込109円)で出来る

「ちょいトレ施設！」
それが
ドゥ・スマート本庄



ヒバモール本庄1F
DO SMART Training gym
ドゥスマート本庄 検索
☎0495-71-5626

解体工事 承ります。

空家解体・遺品整理
不用品処分見積無料。

女性事務担当者が丁寧に対応致します。

〒373-0815
群馬県太田市東別所町112-10トヨタビル3F
富士産業株式会社
TEL:0276-30-6054 FAX:0276-30-6056
mail: customer@fujisangyo.info

坪単価:25,000円から
☎0276-30-6054

「ふれあい芸能まつり」出
演団体募集

児玉郡市コミュニティ協議
会共催の県民の日協賛行事
「ふれあい芸能まつり」の出
演団体を募集します。

日時 11月12日(日)
会場 本庄市民文化会館
対象 次のすべてに該当する
団体

・活動拠点が市内にあること
・1演目3名以上で出演でき
ること(カラオケ等は不可)
費用 1万円

※申込多数の場合抽選。詳し
くは左記へ。

申込 7月24日(月)から28日(金)
までに電話または直接左記へ
★本庄市コミュニティ協議会
☎21・7688

子ども科学教室〜伊勢崎
絣を紡ごう〜

伊勢崎絣(群馬県伊勢崎市
の伝統工芸品)を現役職人と
ともに主要工程や歴史から五
感で学びながら、絣の敷物を
作ります。

日時 7月23日(日)、29日(土)
午後1時30分〜3時

会場 早稲田大学本庄高等学
院美術室

講師 齋藤 定夫 氏

対象 市内在学の小学3〜6
年生とその保護者

定員 7組(先着順)

費用 500円

用意 筆記用具、エプロン

申込 7月20日(木)までに左記
コードへ



申込

★早稲田大学本庄高等学院事
務所・半田☎21・2400
本庄早稲田塾ゼロからの
創業へのステップ

創業とは何かを短時間で学
べる創業入門セミナーです。
お気軽にご参加ください。

日時 7月29日(土) 午前10時
〜正午

会場 早稲田リサーチパーク・
コミュニケーションセンター

講師 斉藤 陽一氏

対象 創業に興味のある方、
創業を考えている方

定員 20名(先着順)

費用 無料

用意 筆記用具
申込 7月24日(月)午前10時ま

でに電話または左記コード
から申込



申込

★(公財)本庄早稲田国際リサ
ーチパーク☎24・7455

スポーツ

はにぼんチャレンジ対象事業

モルック教室

誰でも気軽に楽しめるフィ
ンランド発祥のスポーツです。

日時 8月3日(木) 午後7時
〜8時30分

会場 エコーピア

講師 市スポーツ推進委員

対象 小学生以上

定員 30名(先着順)

夏休み!カブトムシのお家を
作ろう&クラフト教室

◆カブトムシのお家作り

日時 8月5日①午前10時30分〜
正午、②午後1時〜2時30分

費用 1200円

◆クラフト教室

日時 8月5日①午前9時〜10時
15分、②午後2時45分〜4時

費用 500円

【共通】

定員 各30名(先着順)

申込 7月11日(火)午前9時から電話ま
たは直接下記へ(月曜日は連絡不可)

※当日は、キャラ弁販売等も実施しま
す。詳しくは下記へ。

★本庄市民文化会館☎24-2841

費用 無料
用意 運動する服装、室内用
運動靴、タオル

申込 7月7日(金)より電話ま
たは直接左記へ

★スポーツ推進課

☎25・1152

【本庄市スポーツ協会主催】

市民ゴルフクラブコンペ

日時 9月14日(木) 午前7時〜

会場 上里ゴルフ場

対象 どなたでも

費用 2000円(当日集金)

申込 8月31日(木)まで電話で
左記へ

★市民ゴルフクラブ事務局・

棟☎080・3405・1
588

試して安心 家電のサブスク



詳細はこちら



シロアリ駆除工事
見積無料
ボロンdeガード
ホウ酸劣化対策責任施工

赤ちゃん、
化学物質過敏症の方でも
安心です。

GOOD DESIGN
AWARD 2018

SHAW WOOD DESIGN
AWARD 2018

WEL DESIGN
AWARD 2018

EcoPin Awards

シロアリ対策
お客様満足度
ネオナリサラー賞

0120-776-690
大和装建

埼玉県本庄市本庄3-4-2 (本庄市役所から50m) <https://daiwasoken.jp/>

公民館

◎開催場所の記載がないものは、主催公民館が会場です。

申し込みは、原則として午前8時30分からです。

※費用のかかる講座のキャンセルは、費用を負担していただく場合があります。

※参加の際は、事前の検温、飲み物の用意等をお願いします。

掲載の全公民館事業がはばんチャレンジ対象事業

本庄公民館 ☎24・7383

◆ストレッツ&自重トレーニング教室

普段あまり運動しない方も自宅で気楽にできるストレッツ法を学び、健康増進に役立ちます。

日時 8月4日(金)・18日(金)・25日(金) 全3回 午後1時30分～3時

講師 山口 瑠美 先生

対象 ストレッツや身体を動かして痛みが出ない方

定員 15名(先着順)

費用 無料

用意 動きやすい服装、汗拭き用タオル、飲み物

申込 7月7日(金)から電話または直接公民館へ(木・日・休日は連絡不可)

本庄東公民館 ☎22・3404

◆ベネチアンガラス体験教室

カプトピンブローチを自らデザインし、作成します(金具の色はゴールドのみです)。

日時 7月21日(金) 午後1時30分～3時30分

講師 大類 敏美 先生

定員 8名(先着順)

費用 1000円

用意 ピンセット

申込 7月10日(月)から電話または直接公民館へ(木・土・日・休日は連絡不可)

たは直接公民館へ(木・土・日・休日は連絡不可)



本庄西公民館 ☎21・8786

◆こけ玉盆栽作り教室

清涼感のあるミニこけ玉盆栽にギボウシ・山紅葉を植え込み鉢を作ります。

日時 7月25日(火) 午後2時～3時

講師 立花 勲 先生

定員 10名(先着順)

費用 1200円

用意 ゴム手袋・手拭き用タオル・新聞紙

申込 7月10日(月)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

◆写経教室

般若心経の写経をとおして、心静かな時間を体験しましょう。

日時 8月3日(木) 午前9時30分～11時30分

講師 新井 如水 先生

定員 10名(先着順)

費用 300円

用意 文鎮、極細筆ペン(小筆と墨汁でも可)、筆記用具

※お持ちでない方は申込時にお伝えください。

申込 7月11日(火)午後1時30分から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

◆つまみ細工教室

『帯解の儀』に飾る可愛らしい七五三祝いのかんざしを作りましょう。

※公民館に見本があります。

日時 8月3日(木)・10日(木)・24日(木) 全3回 午前10時～正午

講師 おかりこ 先生

定員 5名(先着順)

費用 5000円

用意 手芸用ピンセット、布用はさみ、手芸用ボンド、拭き用ウェットティッシュ

※お持ちでない方は申込時に伝えてください。

申込 7月13日(木)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

仁手公民館 ☎22・3538

◆笑いヨガで超元気！そして、認知症予防！

健康体操のひとつである「笑いヨガ」をとおして、笑うことの健康効果を体験します。

日時 7月24日(月)・31日(月) 全2回 午後1時30分～3時

講師 新 トヨ子 先生

定員 20名(先着順)

費用 無料

用意 動きやすい服装、汗拭き用タオル

申込 7月10日(月)から電話または直接公民館へ(木・土・日・休日は連絡不可)

－今月の納税納付－

納期限 **7月31日**(月)

- 固定資産税 2期
- 国民健康保険税 1期
- 介護保険料 1期
- 後期高齢者医療保険料 1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 7月5日(水)、8月7日(月) 午後5時15分～7時
場所 収納課(市役所1階) ☎25-1120
支所市民福祉課市民税係
(アスパアこだま1階) ☎72-1333

○休日収納窓口

日時 7月30日(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

本庄南公民館 ☎ 21・8785

◆はじめてのパッチワーク教室

誰でも簡単、パッチワークで
チュールリップを作りませんか。

日時 7月24日(月) 午後1時

30分〜3時30分

講師 齊田 弘子 先生

定員 10名(先着順)

費用 300円

用意 筆記用具、裁縫道具、
布用・紙用はさみ

申込 7月10日(月)から電話ま

たは直接公民館へ(水・土・
日・休日は連絡不可)

◆アナベルのリース作り教室

秋色グリーンのアナベルで
オリジナルのリースを作りま
しょう。

日時 ①7月31日(月) 午後1

時30分〜3時、②8月1日

(火) 午後1時30分〜3時

※①②のいずれかを選択。

講師 田口 範子 先生

定員 各6名(先着順)

費用 1500円

用意 花切りはさみ、持ち帰
り用袋

申込 7月18日(火)から電話ま

たは直接公民館へ(水・土・
日・休日は連絡不可)

日・休日は連絡不可)

◆ふれあいコンサート教室

フルート演奏と歌を鑑賞し
て、心和むひとときを過ごし
ましょう。

日時 8月11日(祝) 午前10時

30分〜11時30分

講師 飯島 奈央 先生、飯

島 法子 先生、新井 翔

子 先生

定員 30名(先着順)

費用 無料

申込 7月24日(月)から電話ま

たは直接公民館へ(水・土・
日・休日は連絡不可)

旭公民館 ☎ 22・5940

◆大正琴鑑賞会

十数人編成の迫力ある大正
琴演奏の魅力を味わいます。

日時 7月20日(木) 午後1時

30分〜2時30分

出演 琴美月のみなさん

定員 30名(先着順)

費用 無料

申込 7月10日(月)から電話ま

たは直接公民館へ(水・土・
日・休日は連絡不可)

日・休日は連絡不可)

北泉公民館 ☎ 22・2484

◆オカリナ体験教室

オカリナの持ち方や吹き方

からスタートし、簡単な曲の
演奏まで体験します。

日時 7月19日から8月9日

までの毎週水曜日 全4回

午後1時30分〜3時30分

講師 依田 由美子 先生

定員 8名(先着順)

費用 無料

用意 オカリナ4C管、筆記
用具、汗拭き用タオル

※オカリナは実費(1100
円)でご用意できます。申込

時に伝えてください。

申込 7月10日(月)から電話ま

たは直接公民館へ(金・土・
日・休日は連絡不可)

日は連絡不可)

児玉公民館 (アスパシアこだま
内) ☎ 72・4789

◆朗読体験講座〜詩の朗読と
ギターとのセッションを楽し
みましょう〜

日時 8月5日(土) 午後1時

〜4時・9月16日(土) 午後

1時〜3時 全2回

講師 久保田 奈々子 先生

(詩人吉野弘の長女)、宮

澤 達也 先生(プロギタ

リスト)

内容

○1回目 吉野弘の詩が生ま

れた背景と朗読について
(朗読してみたい詩を選び
発表に向けて準備)

○2回目 朗読発表会(詩の
朗読とギターとのセッショ

ンを体験)

定員 12名(先着順)

費用 1000円

用意 筆記用具

※9月16日(土)のみ観覧希望の
方を15名受け付けます(費用

無料・要事前申込)。

申込 7月18日(火)から電話ま

たは直接公民館へ(木・土・
日・休日は連絡不可)

日は連絡不可)

共和公民館 ☎ 72・0337

◆絵手紙で送る暑中見舞い教室

絵の苦手なあなたでも素敵
な絵手紙が描けるようになる
教室です。

日時 7月24日(月) 午前10時

〜正午

講師 数井 美恵子 先生

定員 6名(先着順)

費用 200円

用意 筆記用具

申込 7月13日(木)から電話で

公民館へ(水・土・日・休
日は連絡不可)

老人福祉センターつきみ荘の休館日 ☎ 22-3696

7月3日(月)、10日(月)、18日(火)、24日(月)、31日(月)、8月7日(月)

余熱利用施設湯かっこの休館日 ☎ 22-8126

7月3日(月)、10日(月)、24日(月)、31日(月)、8月7日(月)

ボートレース戸田開催日程

7月1日(土)〜3日(月)、6日(木)〜9日(日)、14日(金)〜17日(祝)、
27日(木)〜31日(月)、8月5日(土)〜8日(火)

※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。

ご利用ください！はにぼん号・もといずみ号

市内400か所以上の停留所を送迎す
る乗合バスです。

運行日程 月〜土曜日 午前8時〜正午、
午後1時〜5時

※日曜、休日、年末年始は休み。

利用料金 300円(小学生は半額、未就学児は無料)

利用方法 利用希望日の1週間前から当日までに

予約センター ☎ 21-7797 へ

※予約の際、①利用日時、②乗降車場所(停留所)、③利
用人数を伝えてください。



図書館だより

本館 ☎ 24- 3 7 4 6 / 児玉分館 ☎ 73- 1 7 8 3

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 / 7月3日(月)、10日(月)、18日(火)、24日(月)、31日(月)、

8月1日(火)（館内整理日）

ホームページアドレス / <https://www.lib.honjo.saitama.jp/>



本庄高校図書館地域開放日 (土曜日)

※貸出不可。閲覧のみ利用できます。
詳しくは、本庄高校ホームページをご覧ください。

◎午前8時45分～午後4時30分
7月1日、8日、15日

★本庄高校図書館 ☎ 21- 1 1 9 5

新着図書案内

本館

文豪たちの嘘つき本

彩図社文芸部 編 彩図社



文豪＝気難しい、怖いなどのイメージがあるが、実際はお茶目で憎めない嘘ばかりをついて周りの人を魅了し、引きつけ愛されてきた文豪たちの素顔に迫る一冊。

★今月の一般図書

クジラの歌を聴け 田島 木綿子 著
日本史のなかの埼玉県 水口 由紀子 著
文明交錯 ローラン・ビネ 著
レモンの料理とお菓子 こてらみや 著
お父さんは、君のことが好きだったよ 加治川 健司 著
労働の思想史 中山 元 著

★今月の児童図書

渋沢栄一のことばと人生

是澤 博昭 監修

おべんとうばこさんです。

とよた かずひこ さく・え

三国志が好き！

渡邊 義浩 監修

おもちゃ屋のねこ

リンダ・ニューベリー 作

ライスボールとみそ蔵と

横田 明子 作 絵本塾出版



みそを作る家に生まれたジュンはみそに興味を持ってない。でも転校生にみそ蔵を見せてほしいとたのまれてジュンの気持ちは少し変化してゆく。

児玉分館

錬金術の歴史

池上 英洋 著 創元社



エジプトの冶金術から中国の錬丹術、アラビアの錬金術を経てルネサンス期に隆盛を迎えた西洋錬金術の歩みを、摩訶不思議な奥義書の図像とともにひも解いていく。

★今月の一般図書

毎日、一輪。 小野木 彩香 著
街とその不確かな壁 村上 春樹 著
供養には意味がある 一条 真也 著
家族のためのはじめての認知症ガイド 松永 慎史 編著
香りの作法 齋藤 智子 著

★今月の児童図書

ビジュアル「生きる技術」図鑑

かざま りんぺい 著

ふしぎ草子

富安 陽子 作

どうながのプレツェルとこいぬたち

H. A. レイ 著

とき

太田 大八 著

だじゃれべんとう 岡田 よしたか 著

はじめての梅しごと

高野 紀子 作 偕成社



梅の実でおいしいシロップを作りましょう！梅の下ごしらえからシロップのできあがるまでを、わかりやすく説明した絵本。おいしいレシピやほかの梅しごとなども紹介。

イベント

たのしいおはなし会

◇本館

日時 7月8日(土)
午前11時～11時30分
7月22日(土)
午後2時～2時30分

内容 「夏」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 7月8日(土)
午前11時～11時30分
内容 「夏」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 7月6日(木)
午前11時～11時30分

◇児玉分館

日時 7月12日(水)
午前11時～11時30分
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

手作り工作教室

楽しいロケットをつくろう！

日時 7月28日(金)
午前10時～11時
会場 図書館本館2階会議室
対象 小学生
定員 20名(先着順)
用意 はさみ、のり、色鉛筆(色マジック)
申込 7月12日(水)から電話または直接図書館本館へ

市民相談（7月～8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。

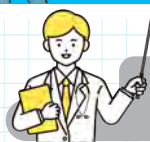
市役所受付時間：午前8時30分～午後5時15分

※感染症の拡大を防止するため、中止となる場合がありますのでご了承ください。

相談名	相談日時など	会場	問い合わせ	
行政	7月20日(木)・8月17日(木) 午後1時～4時	市役所1階 市民相談室	市民課 ☎25-11113 ☎25-11112	
法律	7月5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水)・27日(木) 午後1時～4時 ※27日の会場はアスパアこだま1階相談室 ◎8月の相談日	市役所1階 市民相談室	<ul style="list-style-type: none"> 各種相談は予約制 8月の相談予約は、7月20日(木)から受付開始します(先着順。受付開始日は電話予約のみ)。 同月に同じ相談を複数申し込みすることはできません。 	
	<table border="1"> <tr> <td>弁護士による相談</td> <td>8月2日(水)・9日(水) 午後1時～4時 定員=各日6名(先着順)</td> </tr> <tr> <td>司法書士による相談</td> <td>8月23日(水) 午後1時～4時 定員=6名(先着順)</td> </tr> </table>			弁護士による相談
弁護士による相談	8月2日(水)・9日(水) 午後1時～4時 定員=各日6名(先着順)			
司法書士による相談	8月23日(水) 午後1時～4時 定員=6名(先着順)			
労働法律	8月16日(水) 午後1時～4時 定員=6名(先着順) 相談員=弁護士	市役所4階 商工観光課	●労働法律相談(弁護士) 5・8・11・2月の第3水曜日	
不動産	7月14日(金)・8月4日(金) 午後1時～4時 相談員=宅地建物取引士	市役所4階 商工観光課	●不動産相談 毎月第2金曜日	
年金・労働	8月10日(木) 午後1時～4時 相談員=社会保険労務士	市役所4階 商工観光課	●年金・労働相談 偶数月第2木曜日	
税務	7月11日(火)・8月8日(火) 午後1時～4時 相談員=税理士	市役所4階 商工観光課	●税務相談 毎月第2火曜日	
消費生活	毎週月・水・木・金曜日(休日を除く) 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) 午前9時30分～正午、午後1時～3時30分	上里町役場2階 産業振興課	上里町役場産業振興課 ☎35-1232	
人権	7月25日(火)・8月22日(火) 午後1時～4時	市役所2階職員厚生室	市民活動推進課 ☎25-1118	
	7月11日(火)・8月8日(火) 午後1時～4時	アスパアこだま2階 会議室B		
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 市民活動推進課	市民活動推進課 ☎25-1144 ☎25-1118	
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 子育て支援課	子育て支援課 ☎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 (旧勤労会館2階)	教育支援センター ☎22-4287	
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 ※面談による相談は、電話相談の時間内に事前予約受付	はにぼんプラザ1階 控室A	子どもの心の相談員 ☎080-8494-1609	
ひきこもり相談	毎週月曜日(休日を除く) 午前9時～午後5時	市役所1階生活支援課	生活支援課 ☎25-1197	
心配ごと	7月10日(月)・24日(月)・8月14日(月)・28日(月) 午後1時～4時(受付は午後3時30分まで) ※相談時間中のご連絡は、☎21-8976へ	はにぼんプラザ2階 活動室C	本庄市社会福祉協議会 ☎24-2755	
	7月3日(月)・8月7日(月) 午後1時～4時(受付は午後3時30分まで)	アスパアこだま1階 会議室	本庄市社会福祉協議会児玉支所 ☎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 7月11日(火)・25日(火)・8月8日(火)・22日(火) 午後1時～4時 ※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)	はにぼんプラザ2階 活動室C	本庄市成年後見サポートセンター 本庄市社会福祉協議会 ☎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) 毎週月～金曜日(休日を除く) 午前8時30分～午後5時15分	はにぼんプラザ2階 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 ※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(銀座1-1-1)	☎22-7088	
		本庄東地域包括支援センター 安誠園(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(今井1251-1)	☎23-9580	
		児玉地域包括支援センター(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) 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	

※埼玉県では無料の県民相談を実施しています。詳しくは、埼玉県ホームページをご覧ください。

相談名：弁護士・司法書士による法律相談、県職員による電話・面談相談、県職員によるインターネット県民相談、弁護士による出張法律相談、交通事故相談等



医療メモ

とっても怖いプラークの話

本庄市児玉郡歯科医師会広報部

歯みがき剤や歯ブラシのテレビCMで「プラークコントロール」という言葉をうたっていますが、「プラーク」とは何でしょうか？

簡単に言ってしまえば「歯垢」、歯の表面に付いた白っぽいネバネバのことです。食べかすが残ったもの、と軽く捉えている人もいるようですが、それは大きな勘違いです。「プラーク=歯垢」は、たくさんの細菌の集合体が歯の表面に苔のようにへばり付いたものです。ちょうどキッチンやお風呂の排水溝に付く、取りづらいぬめりに似ています。わずかに1mgのプラークの中には、実に億単位もの細菌が生息している、とわれています。虫歯や歯周病の原因となる細菌もこの中に含まれていません。

プラークが虫歯や歯周病の原因になるのはもちろんですが、もっと怖いのは、プラークの中の細菌が唾液や血液を通して全身に運ばれる危険がある、ということです。

歯周病をそのままにしておくと、歯垢は歯周ポケットの中に潜り込み、どんどんと歯周組織を破壊していき、

炎症を繰り返します。歯茎からの出血が起きているというのは、口の中で常に炎症が続いている、ということです。その際、細菌や炎症によって出てくる毒性物質が歯肉の血管から全身に入り、さまざまな病気を引き起こしたり、悪化させる原因となります。炎症性物質は、血糖値を下げるインスリンの働きを悪くして糖尿病を悪化させる、早産・低体重児出産、肥満や血管の動脈硬化による心筋梗塞・脳梗塞の発症リスクにも関与します。

最近では、アルツハイマー型認知症や大腸がんとの関係の研究も進んでいます。さまざまな疾患の予防のためにも、まずはプラークコントロールが大切です。正しいブラッシングでプラークを丁寧に除去しましょう。ちなみに歯周病の原因の一つである「歯石」は、プラークに唾液中のカルシウムやリンが付着して石灰化したものです。ザラザラと硬く、ブラッシングでは取り除けません。毎日のブラッシングやかかりつけ歯科医院での定期的なチェックと、専門的クリーニングが大切になります。

休日・夜間の急病のときは…

▶ 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)

午前9時～正午、午後1時～4時、午後7時～9時45分

● 平日木曜日夜間 午後8時～9時45分

▶ 用意 健康保険証

▶ 在宅当番医療機関 ▶ 診療時間 午前9時～正午

7月2日(日)	はにぼんクリニック	東台4丁目	☎ 22- 3 5 9 6
7月9日(日)	千田医院	美里町根木	☎ 76- 0 0 4 1
7月16日(日)	昭和産婦人科	駅南1丁目	☎ 22- 2 0 2 5
7月17日(祝)	高山整形外科	見福2丁目	☎ 22- 3 2 4 5
7月23日(日)	田所医院	けや木1丁目	☎ 22- 3 4 4 5
7月30日(日)	たにかわ眼科クリニック 本庄早稲田の杜	早稲田の杜3丁目	☎ 24- 1 1 2 1
8月6日(日)	辻クリニック	上里町七本木	☎ 35- 1 1 1 6

※在宅当番医は変更になる場合がありますので、電話でご確認のうえ、お出かけください。

▶ 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

救急医療相談に看護師が対応します。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

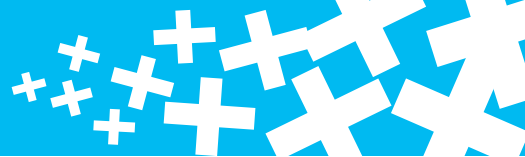
埼玉県新型コロナウイルス感染症総合相談センター

☎ 0570-783-770

FAX 050-8887-9553

※新型コロナウイルス感染症に関する受診についての相談を受け付けています。なお、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが5類に移行したため、一般的な相談には対応していません。

★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 ☎ 24-11119](tel:0570783770)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があります。



新型コロナ

ワクチン接種のお知らせ

★新型コロナワクチン相談窓口 ☎71-8780 ・ FAX24-2005



令和5年春開始接種は8月末で終了します

令和5年春開始接種は、8月末で終了となります。接種を希望する方は、早めの予約をお願いします。



●接種について

対象 初回接種（1・2回目）を完了した次のいずれかに該当する方

- ① 65歳以上の方
- ② 5歳以上の方のうち、基礎疾患を有する方、その他重症化リスクが高いと医師が認める方
- ③ 医療機関や高齢者施設、障害者施設等の従事者

接種間隔 最終接種から最低3か月空けて接種

使用ワクチン オミクロン株対応2価ワクチン

費用 無料

●接種予約には接種券が必要です

対象者	接種券の発送について
対象①	順次発送しています。
対象②	申請が必要です。 特に基礎疾患を有する60歳～64歳の方も、今回は申請が必要です のでご注意ください。
対象③	申請が必要です。

※基礎疾患の一覧や接種券の申込方法等、詳しくは市HPをご覧ください。



市HP

◆ワクチン接種の予約はWEBまたは電話で

WEB予約	URL : https://v-yoyaku.jp/110367-kodamagunshi	
--------------	---	--

電話予約 (無料)	☎0120-501-536 受付 午前9時～午後5時 (平日のみ)
----------------------	--------------------------------------



いつまでも健康な歯を！

8020運動達成者を募集します

★健康推進課（保健センター内） ☎24-2003

市では、皆さんが歯に関心を持ち、より健康に過ごせるよう、「80歳になっても20本以上の歯を保とう」を合言葉にした『8020運動』を推進しています。

今年度も8020運動達成者を表彰します。

表彰対象者 次の①～③すべてに当てはまる方

- ① 8月24日時点で80歳以上の方
- ② 歯を20本以上保っている方

③ これまでに8020運動達成者として表彰されていない方

該当する方は、本庄市児玉郡歯科医師会に加入している歯科医院に8月24日(休)までにお問い合わせください。後日、8020運動達成者として表彰します。

※昨年度は37名が表彰されました。



みんなの/

健康ガイド



令和5年度

けんこう 健幸な毎日を! /

マイトレ教室

「運動したいけど、なかなか続かない…。」、「運動を始めるきっかけが欲しい!」と、考えているそのあなた!

大好評の**マイトレ教室**の参加者を今年度も大募集します。参加して健幸（健康で幸せ）な毎日を目指しませんか。

昨年度参加者の声（アンケートより）

- 最初の頃は、ウォーキングも苦しかったけれど、少しずつ慣れてきて外に出るのが楽しみになった（50代女性）
- これまでゆったり、やらなかったりだった早朝の散歩が、マイトレを通して習慣化することができた（70代男性）
- 筋トレのやり方を教えていただいて、とてもよかったです（60代女性）

教室期間中、参加者は活動量計を身に付けて日々のデータを記録します。データは、スマートフォンやパソコンからいつでも確認できます。

毎日の運動量が計測できます

筑波大学が持つ10万人分もの研究データから、参加者一人ひとりに合わせた運動プログラムを作成します。プログラムは大きく分けて有酸素運動、筋力トレーニング、食事改善の3つで構成されています。

あなただけの運動プログラムを作成します

マイトレ教室とは



筋トレ・有酸素運動で心身ともに若返りましょう!

マイトレ参加で…



- ① 体力年齢の若返り
 - 参加前：71・4歳
 - ▼6か月後：65・6歳
- ② 平均歩数（1日当たり）の増加
 - 参加前：4171歩
 - ▼3か月後：6189歩

こんな効果が出ています（昨年度参加者のデータ）

項目	参加前	参加後
体力年齢	71.4	65.6
平均歩数	4171	6189
有酸素運動時間	15分	30分
筋力トレーニング時間	10分	20分
食事改善	なし	あり

実績レポート

1か月ごとの運動状況が確認できます
毎月、日々の運動状況が一目で分かる実績レポートをお渡しします。自身の頑張りが確認できます。

参加をお待ちしています!

開催期間 9月～令和6年2月まで

月2回（隔週）実施

実施日時

① 隔週水曜日 午前9時30分～10時40分

② 隔週水曜日 午前10時45分～11時55分

③ 隔週木曜日 午前9時30分～10時40分

④ 隔週木曜日 午前10時45分～11時55分

※申込時に希望の曜日と時間をお伝えください。

会場 保健センター2階研修室

対象 次のすべてに当てはまる方

① 40歳以上の市内在住者

② 医師から運動を禁止されていない方

③ 期間中、自宅と教室で運動を継続できる方

④ マイトレ教室に参加したことがない方

定員 80名（多数の場合抽選）

参加費 無料

申込 7月24日(月)までに左記へ

※参加の可否と日程等、詳しくは別途お知らせします。

★健康推進課（保健センター内）

☎ 24・2003・FAX 24・2005



赤ちゃんを迎える準備

会場：健康推進課（保健センター内） ☎ 24-2003 はにぼんチャレンジ対象事業

イベント	内容	日時	対象	申込
両親学級	妊娠中の生活・栄養・赤ちゃんのお風呂の入れ方・妊婦体験など	7月5日(水)・8月2日(水) 午後1時30分～3時30分 7月7日(金)・8月4日(金) 午前9時30分～11時30分 ※終了時刻は前後する場合があります。	これからママ・パパになる方	随時受付 健康推進課へ

赤ちゃんが生まれたら

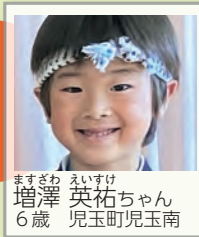
会場：健康推進課（保健センター内） ☎ 24-2003 はにぼんチャレンジ対象事業

イベント	内容	日時	対象	申込
母乳相談	母乳の量、授乳の仕方等、母乳に関する相談 ※はにぼんチャレンジ対象外	7月28日(金) 午前9時～10時30分 (30分ごとに実施)	生後4か月頃までのお子さんとその保護者	定員あり。各実施月の1日から健康推進課へ ※母乳相談は初回相談者のみ。
栄養相談	離乳食、幼児食に関する相談 ※はにぼんチャレンジ対象外	7月28日(金) 午前9時30分～11時 (30分ごとに実施)	乳幼児とその保護者	定員あり。随時受付。健康推進課へ
ラッコクラス (育児学級)	赤ちゃんのこころについてのお話 ～支援センター編～ 赤ちゃんの発達を促すための遊び方や関わり方を紹介	7月4日(火)・8月1日(火) 午前10時～11時50分 7月11日(火) [会場：子育て支援センターコウガの森・共和] 8月9日(水) [会場：ござくら子育て支援センター] 午前10時～11時30分 (両日とも) ※参加人数で時間の変更あり。	生後2～4か月のお子さんとその保護者	開催日の3日前までに健康推進課へ
コアクラス (離乳食教室)	離乳食のはじめかたについて	7月6日(水)・8月3日(水) 午前10時～11時30分	生後4～5か月のお子さんとその保護者	

※お子さんの成長や育児に関すること、栄養に関するご相談は随時受け付けています。ご心配なことがありましたら、健康推進課までご連絡ください。また、計測をご希望の方は、子育て支援センター・児童センターで実施しています。



おざわ まこと
小澤 誠ちゃん
6歳 東台



ますざわ えいすけ
増澤 英祐ちゃん
6歳 児玉町児玉南



よしだ まなと
吉田 真夏斗ちゃん
6歳 児玉町吉田林



いづか りき
飯塚 璃咲ちゃん
5歳 見福



いづか りゅうせい
飯塚 琉惺ちゃん
5歳 見福



おくはら あんな
奥原 杏奈ちゃん
5歳 児玉町塩谷



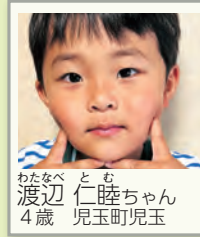
まつもと ゆいな
松本 結和ちゃん
4歳 下野堂



みずかみ りん
水上 凜ちゃん
4歳 本庄



みつはし あおい
三橋 碧衣ちゃん
4歳 小島南



わたなべ とむ
渡辺 仁睦ちゃん
4歳 児玉町児玉



いがらし ゆう
五十嵐 優羽ちゃん
3歳 児玉町入浅見



しおaura えみ
塩浦 咲ちゃん
3歳 緑



さかもと いちたか
坂本 一鷹ちゃん
2歳 見福



おおたに うみか
大谷 海嘉ちゃん
1歳 駅南



おおたに かいと
大谷 海翔ちゃん
1歳 駅南

8月にお誕生日を迎える小学校就学前のお子さんの写真を募集中です。顔のはっきり写ったお子さんの写真、氏名、ふりがな、住所、生年月日、保護者の氏名、連絡先を記入のうえ、下記のあて先へ持参、郵送またはメールで応募してください。
※応募多数の場合抽選（未掲載のお子さんが優先）。応募写真は返却できません。



あて先
〒367-8501 本庄市本庄3-5-3 本庄市役所広報課広報係 ☎ 25-1155
✉ omedetou@city.honjo.lg.jp ※締め切りは7月10日(月) (必着)



児童センター

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。また、小さいお子さんを連れて保護者の皆さんの交流の場としてもご利用ください。

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

利用時間 月～土曜日(休日・年末年始除く)
午前9時～午後5時

※混雑時には、参加人数の制限を行う場合があります。また、利用前の手洗ひまたは手指の消毒をお願いしています。

※あそびの講座は、中止または変更となる場合があります。詳しくは、各児童センターへご確認ください。

●つどいの広場(乳幼児の親子の交流の場)

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。子育てに関する相談も受けていますので、お気軽にご参加ください。

日時 月・水・金曜日(休日を除く) 午前9時～午後2時
つどいの広場 あそびの講座(午前10時～)

つどいの広場では、乳幼児の親子で楽しめるあそびの講座を開催しています。詳しくは各児童センターで配布するおたより、または市HPをご覧ください。



▲つどいの広場



お役立ち情報たくさん! 子育て情報ツール



本庄市子育て情報ガイド



子育てに関するさまざまな行政情報を掲載、電子書籍もあります。

電子書籍版はこちら▶
(外部サイト)



子育て応援サイト

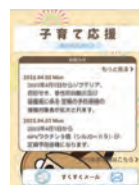


妊娠・出産から子育てに関する情報を年齢別や目的別で検索できます。

市HPの特設サイトから▶



子育て応援モバイルサイト



妊娠期からお子さんが3歳になるまで情報が届き、予防接種の管理もできます。

詳しくはこちら▶



月うまれのみんな



さかいほら とうま
境原 広真ちゃん
5歳 西富田



ひらの いとは
平野 紘羽ちゃん
5歳 西五十子



よしだ あおい
吉田 碧唯ちゃん
5歳 児玉町児玉



あさみ みゆう
浅見 心結羽ちゃん
4歳 児玉町高柳



かんざわ たくみ
神沢 拓未ちゃん
4歳 下野堂



くらはし めい
倉橋 愛衣ちゃん
4歳 日の出



たぬま かのあ
田沼 奏杏ちゃん
3歳 堀田



たぬま ゆうあ
田沼 侑杏ちゃん
3歳 堀田



とねがわ いと
利根川 依杜ちゃん
3歳 本庄



ふじた ゆうこ
藤田 結子ちゃん
3歳 銀座



ふるかわ ゆいな
古川 結奈ちゃん
3歳 本庄



ましくる み
岸 玖瑠美ちゃん
2歳 柏

小学生のための教室を開催

夏休みは
児童センターに行こう！

児童センターでは、子どもたちの学びと遊びをサポートしています。

ここでは、もうすぐ夏休みを迎える小学生のための教室をご紹介します。夏休みの自由研究等にお役立てください。

《全教室共通》 対象 小学生 用意 飲み物

科学工作教室

食塩を使ってスーパーボールを作ろう。

- 日時 7月29日(土) 午後2時～3時
 - 会場 前原児童センター
 - 講師 榎 由憲 先生
 - 定員 8名 (先着順)
 - 費用 無料
 - 用意 手拭き用タオル
 - 申込 7月15日(土)午前9時から電話または直接下記へ
- ★前原児童センター ☎ 21-9820

夏休み工作教室
(マグネット&メモスタンド作り)

アイスクリームをモチーフにしたマグネットとメモスタンドを作って飾ろう。

- 日時 8月9日(水) 午後1時30分～2時30分
 - 会場 前原児童センター
 - 講師 竹内 芳江 先生
 - 定員 8名 (先着順)
 - 費用 100円 (当日集金)
 - 用意 手拭き用タオル
 - 申込 7月26日(水)午前9時から電話または直接下記へ
- ★前原児童センター ☎ 21-9820

夏休み工作教室
(ガーランド作り)

木片に絵を描いたり、スタンプを押してオリジナルのガーランドを作ろう。

- 日時 7月29日(土) 午前10時～11時
 - 会場 日の出児童センター
 - 講師 竹内 芳江 先生
 - 定員 10名 (先着順)
 - 費用 100円 (当日集金)
 - 用意 汚れてもよい服装、手拭き用タオル
 - 申込 7月15日(土)午前9時から電話または直接下記へ
- ★日の出児童センター ☎ 21-0420

読書感想文教室

読書感想文の書き方を、みんなで楽しく体験してみよう。

- 日時 7月29日(土) 午後1時30分～2時30分
 - 会場 児玉児童センター (アスピアこだま1階)
 - 講師 田中 正枝 先生
 - 定員 10名 (先着順) 費用 無料
 - 申込 7月15日(土)午前9時から電話または直接下記へ
- ★児玉児童センター ☎ 71-6805