

# Kawajima



健康長寿No.1のまちへ!

特集

10年後、20年後も健幸であるために

- P10～ まちの話題
- P12～ お知らせ
- P26～ 子育て、催しなど
- P28～ 相談
- P30 川島町のその瞬間

12 Vol.680  
2016  
月号





特集

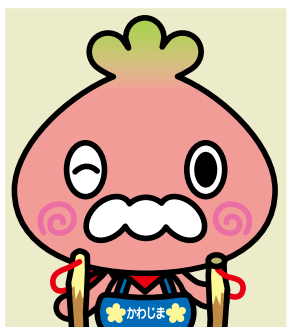
# 10年後、20年後も

## 健幸でいるために

わしは、若いころから町が実施している健康事業に参加して来たんじやよ！おかげで、体も元気で、趣味のいちじく栽培なども楽しんでるんじやー！

今月号は、わしが取り組んだ健幸の秘訣を教えていくぞい！町民の皆さんの中にも、「最近体力が落ち、階段を上がるのがつらくなってきた」、「好きな趣味をいつまでも続けられるか心配」と感じている人もいると思っんじやー！

皆さんも、わしのように「健康」でいきいきと「幸せ」に生活していくための方法を知ってほしいぞい。



マスコットキャラクター  
かわべえ

# 特定健康診査



けんこうナビゲーター  
かわべえ

生活習慣が変わる

きっかけになったのじゃ

## 40歳から始める健診

あなたは普段から健診を受けていますか。40歳からの健診と聞くと少し早いと感じる方もいるのではないのでしょうか。

しかし、40歳からの健診は非常に重要と言われています。その理由は、40代から糖尿病や高脂血症などの予備群が増え始めるからです。また、早期発見していれば治る可能性の高い病気も、健診を受けなかったり、または検査結果により再検査や、精密検査を必要とする通知を受けておきながら放置してしまった結果、手遅れになる場合もあります。

40歳を過ぎたら、毎年健診を受けて、病気の早期発見や健康に対する意識を高めましょう。

**結果を無駄にせず生活習慣を見直そう**

様々な病気は生活習慣を見直すことで防ぐことができます。

町では、特定健診の結果をもとに保健指導などを行い、その人に合った食事の摂り方や、運動などを見直すための様々なアドバイスをしています。

## こんな保健指導をします

保健師や栄養士などと一緒に、生活習慣改善に向けて運動や食事などその人にあつた具体的な目標や計画を立てます。例えば「体重を3kg減らす」、「毎日の食事に野菜を一皿プラスする」、「毎日続けている散歩を早歩きに変える」、「晩酌に飲んでいくビール2缶を1缶に減らす」などです。

指導が始まってから3か月は、保健師、栄養士などと一緒に計画の進み具合を確認し、必要に応じて計画の修正を行います。また半年後には、目標が達成できたかを評価します。

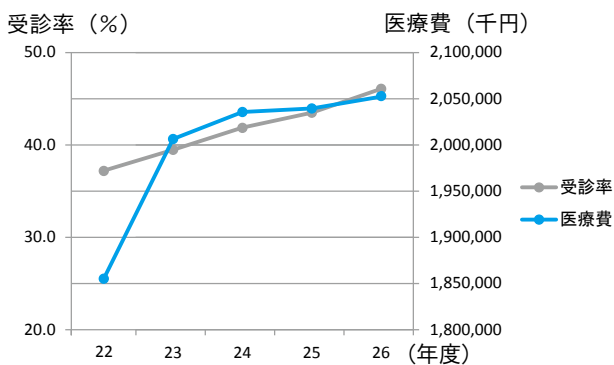


## 国民健康保険医療費の伸びを抑える病気の予防

近年、町では、町民の皆さんの健康に対する関心が高まり、特定健診の受診率が向上しています。

それと同時に平成26年度は国民健康保険の医療費の伸び率が落ち着く傾向がみられました。そのため、平成28年度は国民健康保険税率を軽減し、皆さんの負担を少なくすることができました。今後、医療費の伸びを抑え、医療費負担を減らすためにも、「治療」に頼るのではなく、皆さん一人ひとりが「自分で病気を予防」していきましょう。

特定健診受診率と医療費の推移





# かわべえ健康大学



健康に関する

お得な知識を学んだぞい

## 健康について学ぶ大学

「かわべえ健康大学」は、大学の先生方による高血圧、脂質異常症、大腸がん、腎臓の病気を防ぐための生活習慣病予防や、心の健康をテーマにした講演会、運動の体験など健康づくりに役立つ講座を開催しています。

平成27年度からスタートした「かわべえ健康大学」には、1000人を超える参加者が集まりました。今年度も定員を超える応募がある人気の事業となっています。

## 町の実態って？

川島町の健康寿命(※)は、男性が81歳、女性が84歳(平成26年度となり、県平均よりやや低い状況です。川島町国保加入者の方が受診して

いる疾病の中で多いのは、「循環器系の疾患」や「がん」、「精神疾患」、「腎尿路生殖器の疾患(透析)」などです。そのためかわべえ健康大学では、それらの実態に合った講義を開催しています。

※健康寿命：健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間

## 「知って得する」プログラム

高血圧予防の講義では、「お塩の体験会」として、試食により食品の塩分量を体験することができたり、「最新「ごはん事情」と題した講義では、「いつ何を食べると効果的か」といった話も聞けます。

また、「心の健康づくり講演会」では、臨床心理士による専門的な知識を学べます。さらに「効果テキメンウォーキング」として、短い時間でも効果が出るような歩き方を体験できるなど、まさに「知って得する」プログラムとなっています。



## interview



かわべえ健康大学参加者  
おだかのぼる  
小高 昇さん (58歳)

## 健康についての正しい知識を学べた

40代の頃に、特定健診で「メタボ」と診断され、保健指導を受けました。自分で正しいと思っていた情報とは違っていたことがたくさんあり、「健康について正しく知りたい」という気持ちになり、「かわべえ健康大学」に参加しました。

毎日2リットルの水を飲むと良いと聞いてガブガブ水を飲んでいましたが、腎臓の講座で「水分はこまめに補給することが大切」と学びました。そのほかにも、今まで正しいと思っていたことが、間違っていた理解だったと気がつくことがたくさんありました。

町で行う他の健康事業にも興味があってきたので、無理をしない程度に、筋トレ教室や体操などへも参加したいと考えています。

# 健幸★筋力アップ教室



わしに合ったプログラム  
で筋トレじゃ

「健幸★筋力アップ教室」では、体力テストの結果をもとに、筑波大学の研究データから一人ひとりの体力や年齢に合わせた個別の運動プログラムを作成し、様々な筋力トレーニングとエアロバイク、ウォーキングなどの有酸素運動を6か月間行います。さらに、個人ごとの食事分析や栄養講座など、栄養面からも健康づくりをサポートします。

## 健幸★筋力アップ教室



## 体力年齢が4.7歳若返る!?

### 体力年齢4.7歳若返り

昨年度の参加者は、開始から4か月後に、体力年齢が平均4.7歳若返りました。なかには10歳以上若返る結果が出た方もいました。

### 血液検査データも改善!

開始時から4か月後には、参加者の中性脂肪や血糖値が下がり、血液の流れが良くなる結果が出ていました。



トレーナー  
野口 泉さん

「階段を上がるのが楽になった」と、すぐに効果が出る方もいます。でも、無理をせず継続することが一番大切です。教室が終わってからも継続できるようトレーニング方法を一緒に学びましょう。

## interview



健幸★筋力アップ教室参加者  
野沢 光子さん (67歳)

### 体力年齢60歳まで若返った

ここ数年、歩いていてつまずいたり、何となく体がフワフラしてしまったり、何となく体が増え、運動不足で体重も増えたと感じて、医者に診てもらいましたが、異常はありませんでした。

何か運動できるきっかけはないかと思っていた時に、「健幸★筋力アップ教室」が始まることを知り、参加しました。昨年の10月の体力テストでは、体力年齢71歳との結果が出て少し不安になりましたが、参加して4か月後に、63歳まで若返りました。終了後も「継続」として月に2回、教室で仲間と一緒に運動をしています。今年の7月には体力年齢が60歳まで若返りました。数字の結果だけでなく、つまづかなくなったり、お腹周りが細くなったり、地域の子どもと追いかけてこをできたりと、実際の成果を感じられています。

# ハッピー体操



地域の方と一緒に汗を流して  
体力を維持したんじゃ

音楽に合わせて  
体操しよう

「ハッピー体操」は、健康づくりや地域での交流を目的として、概ね65歳以上の方を対象にした、全身機能の維持向上に効果のある体操です。

誰もが知っている歌に合わせて、タオルやダンベルなどを使い、楽しく踊りながら体を動かします。動きの中には、ストレッチや筋トシなどの要素が組み込まれており、全身の筋力アップや、関節の柔軟性の向上、反射能力の向上などに効果があります。

参加者同士で運営

「ハッピー体操サポーター」（ボランティア）を中心に、参加者が自主的に取り組んでいます。

各地区公民館等で週1回程度開催されており、どなたでも事前予約なしで参加できます。

参加者が増えています

「ハッピー体操」の参加者は、年々増えており、平成27年度は、町内10か所で年間376回開催され、のべ

8393人の方が参加しました。

効果も出てます

長く参加している方では、腰が悪かったけど、体操中にぎゅちり背筋が伸びるようになった方や、体力がついて80歳を超えても元気に体操を続けている方など、様々な効果が見られます。



## interview

体力維持と地域交流を



ハッピー体操サポーター  
あざわ てるこ  
晶川 輝子さん (75歳)

私自身は、自分の体力の維持と、人との交流が好きなのでサポーターになりました。毎回、帰る際に「楽しかったよ」と言って帰ってくれるのが本当にうれしいです。

また、サポーターとして参加したことで、足腰を鍛えることにもつながり、体力を維持できて日常生活や他の趣味やボランティアの活動にも活かすことができました。

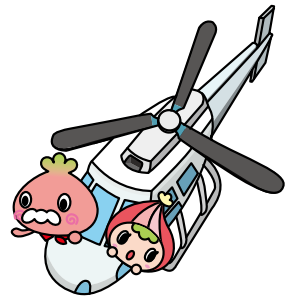
また、「参加者の皆さんが待っていてくれる」と思うと、それだけで元気をもらえて、張り切って体操に参加できています。

これからも、参加者の皆さんにたくさん元気をもらって、自分自身の健康維持のためにも、「ハッピー体操」を続けていこうと思っています。



# かわべえいきいき体操

重りとイスを使って  
自治会の仲間と体操じゃ



「かわべえいきいき体操」は、重りとイスを使った体操です。集会所など自宅から歩いて行ける場所で体操をできるよう、町内全地区の実施を目指して、今年度新たにスタートしました。この体操は、誰でもできるゆっくりとした動きの筋力強化体操で、重りも調整できます。そのため体力に自信のない高齢者も参加できます。この体操を続けたことで、90歳を超えた高齢者が杖なしで歩けるよう

## かわべえいきいき体操スタート

「ハッピー体操」が  
キツイ方でも安心



になった実績のある体操です。

10月現在、実際に体操を支援するサポーターの養成講座を行い、35人の「かわべえいきいきサポーター」が誕生しました。

今年度は、町内8地区でグループを立ち上げます。今後、町内全地区での開催を目指していきます。

## 仲間づくりの場でも…

体操をきっかけに近所の人の集まりの場、通いの場としての効果も期待でき、参加する皆さんが近所の人とより仲良くなり、困ったときに助け合う、姿が見えないときに声掛けができるような関係づくりも期待しています。

## かわべえいきいき体操 28年度に開始する地区



## interview

### 筋力維持と仲間づくり

私は、長年農業をやってきましたが、最近、腰が痛くなることもあり、少しでも改善したいと思い「かわべえいきいき体操」に参加しています。ゆっくりとした動きですが、しっかり筋肉を鍛えられ、ストレッチができるので、激しい動きについていけない私にも良い運動です。

また、近所の集会所で行われるので、参加しやすく、よく知っている方々とおしゃべりするのも楽しく、夫婦で参加しています。

農業を続けられるからだづくりと、生きがいである「白井沼の万作踊り」を若い人に伝えていくのが私の目標です。これからも参加したいと考えています。



かわべえいきいき体操参加者  
梶野 重次郎さん (86歳)

# 健幸な方が増えています

健康事業を通じていきいき  
生活している仲間を紹介するぞい



## 働けることがうれしい

私は、特定健診を受け続けています。実は、私はお医者さんもびっくりするくらい、体の悪い部分は無いんです。でもやっぱり病気は怖いので、毎年健診を受けて、結果に変化がないのを見て安心していきます。次はピロリ菌や骨密度を調べてみようなど、更に健康への意識が高まっています。

私の健康の秘訣は、3つあります。1つ目は、自分でつくった野菜を食べることです。スーパーへ行っても、不要な添加物の入っているものは極力買わないようにしています。また、自分で作った野菜を使い、娘



中野 道子さん (78歳)

から教えてもらった「根菜スープ」を飲んでいきます。大根、人参、ごぼう、大根の葉、干しいたけを1時間煮てこしたスープをもう15年間飲み続けています。

2つ目は、趣味の洋裁や、ギターを楽しむことです。

そして3つ目は、働くことです。健康に自信が持てたので、思い切って75歳から「シルバー人材センター」で働き始めました。メンバーの中でも年配のほうになってきましたが、とにかく働けることがうれしくて仕方ありません。これからも健診を受けて健康チェックをしながら、いつまでも明るく元気な好きなことを楽しめるからだを維持していきたいです。

## 地域でいきいきとした方が増えてうれしい



ハッピー体操サポーター  
深井 玉江さん (58歳)

私は、「ハッピー体操サポーター」や「民生委員」などを経験して、川島町の高齢者は、「自分のことは自分でやる」、「なるべく子どもの世話にならないように」といった気持ちで頑張っていると感じます。また、近所の方同士で、自分が参加した健康事業の話をしている様子もよく見ます。

元気な方も多く、万作踊りを続けている人、農家で今も楽しそうに野菜を作り皆さんに分けてくれる70代の方、80代後半になっても「ハッピー体操」に行くのがとにかく楽しみだと言ってくれる方など、体力を維持できていきいきと生活している方などがいます。私は、そういう方を見ていると幸せを感じます。



## もうすぐ90歳、「やすらぎの郷」で歌うのが大好き

私は、後期高齢者ですが、「介護の世話になりたくない」という気持ちで、「ハッピー体操」や他の体操に長年参加しています。足腰はすいぶん丈夫になりました。

歩くのは大好きで、毎朝30分ウォーキングをしています。町の「輪中の郷ウォーキング」にも4回参加しました。息子夫婦にも「元気でいてくれて助かるよ」と言われるので、続けていて良かったと思っています。体操を始めてからは、背筋が伸びるようになりました。身長も縮まなくなっ

たのでちょっとした自慢です。

そしてなんとといっても、私の今の一番の幸せな時間は、「1日おきに」やすらぎの郷」に通い、近所の友達とカラオケを歌うときです。これからもずっとカラオケを歌いに通いたいと考えています。

今年の12月で90歳になりますが、今は、「ハッピー体操」への参加回数が440回程度。500回を目標に頑張っているんです。

これからも、できるだけ「介護のお世話にならない」という意識で、元気な体づくりを続けていこうと思います。



畔見 登美子さん (89歳)

## さあ、健康長寿への第一歩

### 始めてみませんか？

歳をとってもいつまでも元気で楽しんでいく自分になりたい。そう思い描いている方もたくさんいると思います。

そして、これからも高齢者が元気でいきいきと活動している町になっていくためにも、皆さん一人ひとりが、健康について考え、教室などに参加しましょう。

最初は、参加することに抵抗がある方もいるかもしれませんが。でも、誰かと一緒に体力づくりや健康づくりに取り組むことで、楽しみや、新たな出会いが見つけれられるかもしれません。

10年後も、20年後も、「健康」で楽しく、いきいきとした生活を送るために。

健康長寿への第一歩を、今日からはじめましょう。





## 1月4日から「かわみんタクシー」の本格運行を実施します！

通院や買い物等の日中の移動を支援するため、6月1日から「かわみんタクシー」のテスト運行を行ってきました。テスト運行の状況や、利用者の皆さんからのご意見などをふまえ、川島町地域公共交通会議で協議した結果、本格運行を実施することを決定しました。

**利用登録** 利用者登録申請書に必要事項を記入し政策推進課へ提出後、登録者証が届いた時点で利用できます。申請書は、12月の区長配送で全戸配布します。

**※テスト運行に登録済みの方は、申請は不要です。**

### かわみんタクシー利用先

【町内】 全域

【町外病院】 埼玉医科大学総合医療センター（川越市）、康正会総合クリニック（川越市）、若葉病院（坂戸市）、大谷整形外科病院（東松山市）

**運行時間** 午前8時～午後6時（日曜日、祝祭日、年末年始を除く）



**対象** 町内在住の16歳以上の方

### 利用料金

【町内の移動】 片道500円

【町内から町外病院、町外病院から町内】  
片道1,500円

### 割引制度

【町内】 75歳以上300円、東武バス利用者300円（乗降場所が町内東武バス停の利用者）、障害者300円、運転免許返納者300円

【町外病院】 障害者、運転免許返納者1割引

**利用方法** ㈲川島タクシーに電話して利用内容を伝え、乗車の際に登録者証を提示

**問合せ** 政策推進課 政策・財政グループ  
☎299-1752（直通）

## 「やすらぎの郷」送迎専用バス（予約制）として本格運行します！

老人福祉センター「やすらぎの郷」の送迎専用バス（予約制）のテスト運行を11月で終了といたします。12月以降もバス停、時刻表、運行曜日を変更せず本格運行いたします。

### 利用方法

老人福祉センター「やすらぎの郷」に電話または窓口で予約後、予約したバス停で乗車してください。予約のないバス停は停車しません。

### 対象者

老人福祉センター「やすらぎの郷」を利用する方

**利用料金** 無料



**問合せ** 老人福祉センター「やすらぎの郷」  
（社会福祉協議会）  
☎297-7111



…このマークは「町の話題」を表しています。





## 小学校統合に向けた交流事業が始まっています！

平成30年4月に、三保谷小学校と出丸小学校、八ッ保小学校と小見野小学校がそれぞれ統合されます。対象校同士の子どもたちが統合後に早くなじめるよう、趣向を凝らした交流事業を行っています。

### ●交流事業の内容

かわじまスクールバスを利用して統合予定校同士を移動し、授業や給食、校外学習を行います。

#### 三保谷小学校・出丸小学校の交流事業の例

- ・学級活動（各学校の児童が一緒にグループになりいろいろなゲームをしました。）
- ・音楽（お互いの学校の校歌をそれぞれの児童が歌いました。リコーダーの合奏なども行いました。）



堀越 萌愛さん  
(出丸小学校4年生)

最初は緊張しましたが、一緒にゲームに取り組んでいくうちに、すぐに仲良くなれました。保育園で一緒だった子や社会科見学で友達になっていた子もいたので、もっと多くの三保谷の子と友達になれそうです。今度、三保谷小学校の子が交流事業で出丸小学校に来てくれるのが楽しみです。

問合せ 教育総務課 学校統合推進室  
☎299-1730



## 町の条例に基づき表彰を行いました！

11月3日、川島町功勞表彰が町民会館で行われ、長年にわたり町の発展や福祉の向上に貢献された方、町の体育・スポーツの推進に貢献された方、また、スポーツ大会で優秀な成績を収めた方が表彰されました。今後ますますのご活躍を期待申し上げます。

### ■表彰受賞者

(順不同・敬称略)

	氏名	事績
功勞表彰	宮前 守 いしかわ たかひろ 石川 貴洋	30年にわたり地域の消防・水防活動に精励
	やすの じさく 安野 治作 かねもと まさひろ 兼本 雅浩	20年にわたり地域の消防・水防活動に精励
善行表彰	おずき まさよし 鈴木 益躬	新庁舎落成の記念として油彩絵画を寄附
	とみた みちひこ 富田 三千彦	図書購入費として金品を寄附
	しろがねこうぎょう 白金工業(株)	町の公益のため金品を寄附
	しまむらこうぎょう (株)島村工業	町教育環境の向上のため金品を寄附

	氏名	事績
功勞賞	よしかわ むねお 吉川 宗夫	中山スポーツ少年団指導者として青少年の育成に努めた
優秀選手賞	いわい こうた 岩井 光太	ゴルフ大会において優秀な成績を収めた
	いわい あきえ 岩井 明愛	
	いわい ちさと 岩井 千怜	弓道競技において優秀な成績を収めた
	なかざと ももか 中里 桃佳	
	きた かずい 喜多 一生	硬式野球大会において優秀な成績を収めた

問合せ 総務課 庶務・人権グループ  
☎299-1753



## 税についてのお知らせ

### ■所得税・個人消費税・贈与税の確定申告についてお知らせします！

**期間** 2月16日(木)～3月15日(水)(土日を除く)

**場所** 東松山市民文化センター

**受付時間** 午前9時から午後4時まで

#### その他

- ・申告書の作成には時間を要します。会場は大変混雑しますので、お早めにお越しください。
- ・確定申告期間中は、東松山税務署庁舎では申告相談を行っておりません。

- ・町でも所得税の確定申告を2月16日(木)～3月15日(水)(日曜を除く)まで受け付けします。
- ・国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用すると、自宅で確定申告書が作成できます。書面で印刷して送付、またはe-Taxで送信してください。

**問合せ** 東松山税務署個人課税第一部門

☎0493-22-0990(代表)

### ■固定資産税にかかる届出について

固定資産税は、土地や家屋のほかに償却資産(※)も課税対象です。確定申告が始まる前にきちんと届出をしましょう。

#### 家屋滅失届け

固定資産税は、毎年1月1日現在に所有するものが課税の対象となりますので、平成29年1月1日までに家屋を取り壊した場合は、税務課へ届出をしてください。

#### 償却資産の申告

償却資産を有する方は、1月31日までに税務課へ申告書を提出してください。また、太陽光パネルを設置する方も申告が必要な場合があります。

- 法人** 売電収入の有無に関わらず、申告が必要です。
- 個人** 電力会社などと売電契約を結んでいる場合や、店舗・アパート経営・農業などの事業のために利用している場合は申告が必要です。

#### ※償却資産とは

製造や小売、農業などの事業を個人または会社を営む方が所有し、その事業に用いることができる構築物や機械、運搬具、器具、備品などの資産。

**問合せ** 税務課 課税グループ

☎299-1757

### ■平成28年分所得税白色申告決算等説明会が開催されます

東松山税務署では、収支内訳書の作成方法や作成に当たっての注意点などについて、東松山地区青色申告会連合会の協力を得て、税理士・税務署職員による説明会を開催いたします。

**対象者** 事業所得、農業所得、不動産所得を有する白色申告者

#### 日時および会場

**1月19日(木)**

午前10時～正午、午後2時～4時  
東松山市民文化センター大会議室

**1月23日(月)**

午後1時30分～午後3時30分  
小川町民会館リリックおがわ

**問合せ** 東松山税務署個人課税第一部門記帳指導担当

☎0493-22-0991(直通)



…このマークは「まちからのお知らせ」を表しています。





## 子育て応援します！産前・産後ヘルパーの派遣を開始

12月1日から、妊娠中の方や0歳児のお子さんがいる方で、同居家族が家事を手伝うことができない場合にヘルパーを派遣します。

**内容** 食事の準備や洗濯、掃除、買い物を代行します。(託児は行いません。)

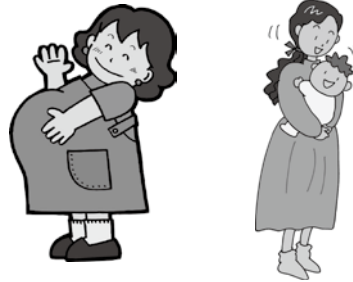
**申込資格** (以下の全てを満たす方)

- ・町内に住所のある方
- ・町税を滞納していない方
- ・妊娠中または0歳児のお子さんを育児中の方

**利用方法** 子育て支援課で登録をしてください。

**利用料** 1時間500円(1日2時間まで)

※妊娠中、0歳児育児期間中、それぞれ合計10時間まで利用できます。



**問合せ先** 子育て支援課 子育て支援グループ  
☎299-1765



## 水道管を寒さから守りましょう！

冬になると、水が凍結して水道管が破裂したり、水が出なくなったりすることがあります。水道管を保温し、凍結から守りましょう。

### 水道管の凍結対策

保温材(発泡スチロールや使い古しの布類)などで蛇口まで完全に包み、保温材がぬれないように上からビニールテープなどを巻いてください。また、市販されている保温材を使うのも効果的です。

### メーターボックスの凍結対策

メーターボックスの中に、保温材をぬれないようにビニール袋に入れて保温してください。



発泡スチロールを小さく切って使用した凍結対策の例

### 凍って水が出ないときは

そのまま自然に溶けるのを待つか、蛇口を開け、凍った部分に布かタオルをかぶせ、蛇口の方からぬるま湯をゆっくりかけて溶かします。直接熱湯をかけると、ひび割れや破裂を起こすことがあるのでご注意ください。

### 上水道料金の計算方法が変わります

上水道料金について、計算方法をわかりやすくするため、別々に計上していた基本料金と量水器使用料を、統合いたします。平成29年1-2月使用分(3月検針)から新しい計算方法となります(水道使用中止に伴う料金精算分を除く)。

詳細については、町ホームページや広報かわじま2月号に掲載します。

**問合せ** 上下水道課 上水道グループ  
☎297-1818



## 平成 29 年成人式のお知らせ

**成人を迎える皆さん、おめでとうございます！**

**日時** 1月8日(日)

午前 10 時受付開始、11 時開式

**場所** 町民会館ホール

**対象** 平成 8 年 4 月 2 日から平成 9 年 4 月 1 日まで  
に生まれた方

※町内在住の方には、12 月中に案内状を送付しま  
す。12 月 19 日を過ぎても届かない場合はご連絡  
ください。また、町内の小中学校に在学していて  
現在町外に住所のある方が出席を希望する場合は  
12 月 9 日までにご連絡ください。

**問合せ** 生涯学習課 生涯学習グループ

☎ 2 9 9 - 1 7 1 1



▲平成28年成人式



## 油の流出事故にご注意ください！

冬の時期は、家庭や農業施設で暖房を使う機会が  
増えるため、ちょっとした不注意で油の流出事故が  
起きてしまいます。油の流出事故が起こると、河川  
が汚染され、地域の生活や農業に大きな被害を与え  
てしまいます。

オイルフェンスの設置や油の汲み取りなど、事故  
処理にかかる莫大な費用は全て、油を流した人の負  
担となります。事故を起こさないためにも、油の取  
り扱いには十分注意してください。

※屋根からの落雪や雪の重みにより給油管が壊れた  
り、除雪作業のときに給油管を壊してしまうこと  
があります。給油管を保護するなど、屋外にある  
タンクなどの管理には十分注意してください。



**問合せ** 町民生活課 生活環境グループ

☎ 2 9 9 - 1 7 3 4



## 私の考える川島町

川島町をもっとよくするために、実施したらよいと思う事業や取り組みなど、前向きで建設的なご意見・ご提案をお願いいたします。また、ご提案いただいた意見に対し、あなたができることも添えてください。

### 題名

.....

.....

.....

.....

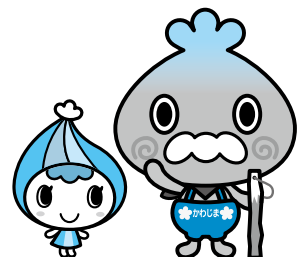
.....

.....

.....

.....

### 私ができること



郵便はがき

3500190

川島町大字下八ツ林870番地1

川島町役場

川島町長 へ

料金受取人払郵便

川越局承認  
960

差出有効期間  
2017年3月  
31日まで  
(郵便切手は  
いりません)



(山折り)

(表)

(山折り)

(裏)

住所			
氏名			
電話	( )	年齢	性別 (男・女)

※この「私の考える川島町」は、皆さんが町政について、日ごろ感じていることをもとに、川島町をもっとよくするための制度です。

※お寄せいただいたご意見、ご提案やその回答を、町の広報紙やホームページで個人が特定できないようにしたうえで紹介する場合があります。ご了承ください。



## 障害者扶養共済制度をご利用ください！

障がいのある方を扶養している保護者が、自らの生存中に毎月一定の掛金を納めることにより、保護者に万一（死亡・重度障がい）のことがあったとき、障がいのある方に終身一定額の年金を支給する制度です。

### 【対象】

次の①～③のいずれかに該当する方で、将来独立や自活が困難であると認められる方

- ①知的障害者
- ②身体障害者(手帳1級から3級)
- ③精神または身体に永続的な障がいのある方(統合失調症、脳性麻痺、進行性筋萎縮症、自閉症、血友病など)



### 【保護者の要件】

- ・町内に住所があり、主に生計を立てていること
  - ・加入時の年齢(4月1日現在)が満65歳未満であること
  - ・特別の疾病や障がいがなく、生命保険契約の対象となる健康状態
- ※障がいのある方1人に対して、加入できる保護者は1人です。

問合せ 健康福祉課 福祉グループ  
☎299-1756



## 環境影響評価調査計画書の説明会などのお知らせ

埼玉中部資源循環組合の新ごみ処理施設建設に係る環境影響評価調査計画書の説明会および縦覧を行います。なお、縦覧期間中は埼玉中部資源循環組合のホームページに環境影響評価調査計画書が掲載されています。

### 【説明会】

日時 12月16日(金) 午後2時から  
場所 川島町コミュニティセンター大会議室

### 【計画書の縦覧】

期間 12月9日(金)～1月10日(火)の業務時間内(土・日・祝日および年末年始を除く)  
場所 川島町町民生活課 生活環境グループ窓口  
埼玉中部資源循環組合  
(吉見町大字下細谷1216-1)

**意見書の提出** 各縦覧場所に備えてある意見書に必要な事項を記入のうえ、1月24日(火)(必着)までに持参、FAXまたは郵送で、埼玉中部資源循環組合へ提出してください。

### 問合せ

川島町環境センター  
☎297-5666  
埼玉中部資源循環組合  
☎0493-81-6110

### ※埼玉中部資源循環組合とは？

東松山市、桶川市、滑川町、嵐山町、小川町、川島町、吉見町、ときがわ町、東秩父村で構成されるごみ処理の一部事務組合です。





# 年末・年始の業務案内



町内公共施設・ごみ収集業務・東松山斎場の年末年始の日程をお知らせします。

## ■役場 ☎297-1811

期 日	業 務	備 考
12月29日(木) ～1月3日(火)	閉 庁(※)	証明書自動交付機もご利用できません

※出生・死亡・婚姻などの戸籍に関する届出は、日直が受け付けます。(午前8時30分～午後5時15分) 夜間の届出は夜間受付をご利用ください。

## ■東松山斎場 ☎0493-22-4279

期 日	受付業務	火葬業務
12月27日(火)	平常受付	平常業務
28日(水)		
29日(木)		
30日(金)	受付・火葬・告別式のみ	
31日(土)	受付のみ・火葬業務は休業	
1月1日(日)	休 業	
2日(月)		
3日(火)	平常受付	平常業務
4日(水)		
5日(木)	受付・火葬・告別式のみ	
6日(金)	受付のみ・火葬業務は休業	

## ■町内各施設

施設名称	問合せ	休館日
図書館	☎297-6030	12月29日(木) ～1月3日(火)
フラットピア川島	☎297-1117	
町民会館	☎297-1667	
やすらぎの郷(※)	☎297-7111	

※お風呂の利用は、1月5日(木)からです。

## ■環境センター ☎297-5666

### 年末年始のごみ収集

月 日	ごみ収集	ごみ搬入受付
12月26日(月)	平常収集	午前9時～11時30分 午後1時～4時
27日(火)		
28日(水)		
29日(木)	全地区可燃ごみ	受付いたしません
30日(金)	収集いたしません	
31日(土)		
1月1日(日)		
2日(月)		
3日(火)	平常収集	午前9時～11時30分 午後1時～4時
4日(水)		
5日(木)		
6日(金)		

※年末・年始のごみ搬入は大変混雑が予想されます。可燃ごみは、通常の各地区のごみ収集をご利用ください。

## ■コミュニティセンター・体育館・武道館 ☎297-1611

期 日	施設貸出	備 考
12月28日(水)	平常どおり	平常受付
12月29日(木) ～1月3日(火)	休 館	
1月4日(水)	平常どおり	平常受付



## 「縁結びレインボーパーティー ～恋のかけはし～ i nかわじま」を開催します！



埼玉県川越都市圏まちづくり協議会（通称：レインボー協議会）では、出会いを求める未婚の男女に、恋の橋渡しとなる交流パーティーを開催します。6回目の開催となるこのパーティーでは、これまで62組のカップルが誕生しています。今回は、川島町、川越市を会場に開催します。

川島町内でのイチゴ狩りや、川越市内結婚式場でのパーティーを楽しみながら、素敵なパートナーを見つけてみませんか。

**日時** 1月28日（土）午前9時～午後3時（予定）

### 集合場所

ウェディングホール「ラ・ボア・ラクテ」  
（川越市脇田本町22-5）

※公共交通機関でお越しください

### 内容

#### イチゴ狩り

バスで川島町内のストロベリーハント（川島町大字虫塚53）に移動。

#### パーティー

ラ・ボア・ラクテに戻り、ドレスアップしてパーティーを行います。

### 対象

25歳～45歳位までの未婚の男性・女性。ただし応募者多数の場合は抽選とし、7市町（川越市、坂戸市、鶴ヶ島市、日高市、川島町、毛呂山町、越生町）在住の方を優先します。

### 定員

男性30人・女性30人

### 参加費

3,000円（パーティー代）

### その他

- ・アルコールの提供はありません。
- ・服装について  
パーティーの際は、男性はスーツまたはジャケット、女性は結婚式の2次会に参加するような服装をご着用ください。  
イチゴ狩りの際は動きやすい服装をご着用ください。

### 申込み

町ホームページの「レインボーパーティー」からお申込みください。

**問合せ** 川島町政策推進課 政策・財政グループ

☎299-1752





## 伊草地区自主防災訓練を実施しました！

11月13日(日)、伊草公民館で伊草地区の自主防災訓練が行われ、地域住民約150人が参加しました。

当日は、川島消防署員、川島町消防団第2分団員の指導のもと、消火防災班、避難誘導班、救出救護班、給食給水班、情報連絡班に分かれて訓練が行われました。参加者は、積極的に訓練に取り組み、普段からのそなえや地域での助け合いの大切さを改めて学びました。

問合せ 総務課 自治振興・危機管理グループ  
☎299-1753



▲真剣に訓練に取り組んでいました



## 犯罪や交通事故に気をつけましょう！

年末年始は犯罪及び交通事故の多発が予想されることから、地域住民と町、警察が連携して、犯罪や交通事故を防ぐ「特別活動」を行います。

### 冬の交通事故防止運動

12月1日から14日までは、平成28年冬の交通事故防止運動期間です。早朝や夕暮れ時の交通事故を防止するため、自転車や車の運転手は早めのライト点灯を心がけましょう。また、歩行者は反射材や明るく目立つ色の衣服を身につけましょう。

**人も車も自転車も 安心・安全 埼玉県**

問合せ 町民生活課 生活環境グループ  
☎299-1734

### 年末年始特別警戒期間

12月15日から1月3日までは、年末年始特別警戒活動期間です。年末年始は、帰省などで長い間家を空けたり、多額の現金を所持するなどにより、空き巣などの犯罪が増加します。被害に遭わないために、こまめな施錠や、二重ロック、外出時は隣近所にひと声掛けるなどを心がけましょう。

問合せ 総務課 自治振興・危機管理グループ  
☎299-1753



# 三保谷スポーツ少年団でサッカーをやりませんか

問合せ 生涯学習課  
☎299-1711



**活動日** 土・日曜日 午前8時30分～正午  
**活動場所** 埼玉県中央防災基地グラウンド  
**対象** 小学1年生～6年生の男女  
 サッカーを通し「個人技とアイデア」を身に着け、仲間を大切に、あいさつがしっかりできて自己管理のできる子を育てることを目標に取り組んでいます。三保谷少年団に入団し、サッカーファミリーになりませんか？



サッカーをいっしょにやりませんか



石川 煌さん  
(4年生)

友だちがたくさんできました。



吉田 唯花さん  
(4年生)

他校の友達が増えました。



宮内 大和さん  
(5年生)

足が速くなりました。



菊池 大智さん  
(6年生)

前より運動が楽しくなりました。

サッカー少年団に入ってよかったこと



## 新春歩け走ろう大会を開催します

- 中山地区**  
1月7日(土) 午前9時集合 中山公民館
- 伊草地区**  
1月7日(土) 午前8時45分集合 道場橋下グラウンド
- 三保谷地区**  
1月2日(祝・月) 午前9時集合 三保谷公民館
- 出丸地区**  
1月3日(火) 午前9時集合 出丸小学校
- 八ッ保地区**  
1月3日(火) 午前9時集合 八ッ保小学校
- 小見野地区**  
1月3日(火) 午前9時集合 小見野小学校
- 問合せ** 生涯学習課 生涯学習グループ  
☎299-1711



## 第33回比企郡駅伝競走大会の選手を募集

- 川島町教育委員会では、比企郡駅伝競走大会に出場する選手を募集しています。
- 大会日時** 3月5日(日)  
午前8時30分スタート
- 大会会場** 小川町 ⇄ ときがわ町 ⇄ 嵐山町  
全7区間 29.80 km
- 出場資格** 町内在住または在勤者。学生については在住者のみ出場可
- ※全日制高校・大学の運動部員の方は出場できません。
- 問合せ** 生涯学習課 生涯学習グループ  
☎299-1711

# 流行に乗らない！ RSウイルス感染症

今年は何年より早くRSウイルス感染症が流行しています。RSウイルスについて正しい知識を持ち、感染を防ぎましょう！

## RSウイルス感染症とは？

風邪のような症状が出る呼吸器の感染症です。非常に感染力が強く、2歳までにほぼ100パーセント感染すると言われています。免疫ができてくると、繰り返し感染します。何度も感染するうちに免疫ができます。しかし、免疫もなく抵抗力の弱い0歳児が感染すると、重症化の危険性が高くなりますので、予防が何より大切です。

## どのような症状がでるの？

鼻水、発熱、咳などが数日

間続きます。悪化すると咳がひどくなったり、ぜいぜい・ひゅーひゅーとした呼吸音が出たりします。

インフルエンザなども重症化しやすく怖いウイルスですが、RSウイルスはワクチンがないという点で、より注意が必要です。

## 感染を予防するには？

RSウイルスは飛沫感染と、接触感染があります。  
 ・家族全員で手洗い、手指消毒、うがいをしましょう。  
 ・子どもが触れるおもちゃなどはこまめに消毒しましょう。  
 ・咳などの症状がある大人はできる限り接触を控え、マスクをしましょう。  
 もし、風邪のような症状が見られた場合、早めの受診をおすすめします。

## 休日当番医

(診療時間：午前9時～午後5時)

月日	病院・診療所	診療科目	電話番号
12月4日(日)	武蔵嵐山病院	内科	☎0493-62-7282
11日(日)	榎本耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉科	☎0493-22-3478
18日(日)	シャローム病院	内科、外科	☎0493-25-2979
23日(祝)	平成の森・川島病院	内科	☎049-297-2811
25日(日)	埼玉成恵会病院	内科、外科、整形外科	☎0493-23-1221
31日(土)	小川赤十字病院	内科、外科	☎0493-72-2333

救急車を呼ぶべきか迷ったらまず相談 休診時間帯の電話相談

<p>小児救急電話相談</p> <p><b>子ども</b> ☎#8000 (NTTプッシュ回線) ☎048-833-7911</p> 	<p>大人の救急電話相談</p> <p><b>大人</b> ☎#7000 (NTTプッシュ回線) ☎048-824-4199</p> 	<p>救急医療情報センター</p> <p><b>情報</b> 診療時間外のご相談 ☎048-824-4199</p> 
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



## 新刊のご案内

- スローバード 小路 幸也
- 陰陽師 玉兔ノ巻 夢 枕 獯
- ヴァアエティ 奥田 英朗
- 下北沢について 吉本 ばなな
- レッド・マスカラの秋 永井 するみ
- キャンプで子育て スノーピーク
- 楽しい介護シクリエーション 富永 雅美
- これはすいへいせん 谷川 俊太郎



### 『あなたが作る等身大のBCP』

昆 正和 / 日刊工業新聞社

災害リスクとして「火災」「地震」「水害」を中心に取り上げ、効果的なBCP（事業継続計画）を策定するための考え方と作り方を解説する。



### 『農ガール、農ライフ』

垣谷 美雨 / 祥伝社

仕事と彼氏と家を失った32歳の久美子。「農業女子特集」というテレビ番組を見て「これだ！」と感じた彼女は田舎に引っ越し農業大学校に入学。希望に満ちた農村ライフが待っていると信じていたのだが…。

## 「おはなし会」開催予定

- ①4か月～2歳の赤ちゃん 12月6日  
午前10時40分～午前11時
- ②2歳～4歳の小さい子 12月13日、1月10日  
午前10時30分～午前11時
- ③どなたでも 1月22日  
午後2時30分～午後3時

## 図書館カレンダー

12月

1月

日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	①	②	③	4	5	6	7
4	⑤	6	7	8	9	10	8	⑨	10	11	12	13	14
11	⑫	13	14	15	16	17	⑮	⑯	17	18	19	20	21
⑮	⑲	20	21	22	23	24	22	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	28
25	⑳	27	28	⑳	⑳	⑳	29	⑳	31				

●は休館日です

開館時間 / 火～金曜日 午前9時30分～午後7時  
土・日・祝日 午前9時30分～午後5時

### クリスマスこどものつどい

日時 12月23日（祝・金）午後1時30分～午後3時  
場所 川島町民会館  
対象 4歳以上（保護者も入場できます）  
内容 大型紙芝居・オペレッタ・ジャズダンス・かわじマンショー・オカリナ演奏・サンタさんからのプレゼントなど  
※12月3日（土）から町民会館・図書館・コミュニティセンター・フラットピア川島で整理券を配布します。

川島町立図書館（役場庁舎南側）

☎297-6030





## 生涯学習の成果を発表

### ●生涯学習町民ふれあいフェスティバル

11月3日（祝・木）、町民会館および役場多目的広場周辺で、生涯学習町民ふれあいフェスティバルが開催されました。

訪れたお客さんは、子どもと一緒にゲームをしたり、各団体の太鼓や踊りなどを見て楽しんでいました。



▲かわいいダンスに会場は盛り上がりました



▲手作りゲームで遊ぶ参加者



▲寿状を手に記念写真

## 百寿おめでとうございます!

### ●100歳のお祝い

11月4日（金）、小見野地区にお住いの深谷五郎さんが100歳のお誕生日を迎えました。町長から寿状と記念品を贈呈しました。

この日は、ご家族や親せきなど多くの方が集まり深谷さんのお誕生日をお祝いしていました。

これからも、お身体に気をつけて、ご活躍ください。

# おにいさん おねえさんとの楽しい時間

## ●中学生の保育実習

10月26日～28日の3日間、町立さくら保育園で西中学校3年生による保育実習が行われました。これは、中学生が幼児とふれあい、幼児に対する理解を深めることを目的に行われたものです。

中学生の楽しいゲームによる保育に、園児たちは大喜びでした。



▲元気にゲームをする園児たち



▲数種類の菊の花が飾られました

# 役場入口がきれいに飾られました

## ●中山菊花展作品

11月8日から15日、役場庁舎入口に、中山菊花展に出展された菊が飾られました。役場を訪れた方々は、色鮮やかな花を見て写真を撮るなどして楽しんでいました。



# 家庭教育のポイントを学ぶ

## ●親の学習会

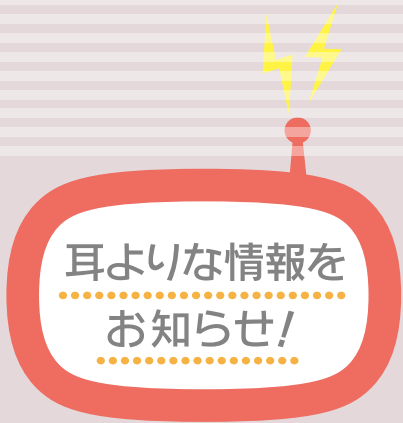
10月5日、12日、14日、18日に、家庭教育アドバイザーや学校の先生を務めていた方を講師として、保護者が家庭教育を学ぶ「親の学習」が開催されました。来年度新一年生の保護者が、家庭での子どもとの接し方などを、講義やグループワークで学びました。参加した皆さんは、家庭教育に対する自信や安心が高まったようでした。



▲グループに分かれ意見を出し合いました

Kawajima ▶▶▶





# 情報ガイド



## 子育て支援センター事業

### ① 親子教室

時 12月7日(水)・14日(水)  
午前10時～11時30分

所 子育て支援センター(さくら保育園内)

内 クリスマスリースを作るう

費 50円(材料費)

対 町内在住の1歳～3歳の子と親(先着12組)

### ② 講習会 フラワーアレンジメント

時 12月16日(金)午前10時～11時

所 子育て支援センター(さくら保育園内)

対 町内在住の1歳～4歳までの子の親(12人)

費 15000円

### ③ クリスマス会

時 12月21日(水)

所 子育て支援センター(さくら保育園内)

内 ふれあい遊び・手品他

対 町内在住の2歳～4歳の子と親(先着15組)

費 無料

申 ①・②・③共通

12月5日(月)午前9時から  
電話または直接さくら保育園へ

☎ 299・3906

## 赤ちゃんサロン

時 12月22日(木)

凡例	
時	とき
所	ところ
内	内容
講	講師
対	対象
定	定員
費	費用
持	持ち物
申	申込
問	問合せ
講	講師

午前10時～午前11時30分

所 コミュニティセンター1階和室

対 生後1か月から1歳未満の子どもと保護者

内 ふれあい遊び、手遊び  
健康福祉課健康増進グループ

☎ 299・1758

## パパ・ママリフレッシュ講座

時 12月15日(木)

午前9時30分～11時30分

所 コミュニティセンター

内 フラワーアレンジメント(託児付き)  
町内在住で、満1歳～就学前の児童の保護者

定費 先着10人・15000円

申 12月1日(木)から子育て支援課 ☎ 299・1765

## かわみんママの出張子育てひろば

時 12月13日(火)午前9時30分～11時30分(入退場自由)

所 コミュニティセンター和室

内 無料

対 0歳～就学前の子と保護者

問 申込み不要、直接会場へ  
子育て支援課

☎ 299・1765

産まれたばかりの赤ちゃんとのふれあい講座

時 12月20日(火)

午後1時30分～午後3時

所 コミュニティセンター和室

対 妊娠中の方、生後4か月未満のお子さんとその保護者、初孫を迎える祖父母

定 6組(予約制)

申問 12月1日(木)から子育て支援課 ☎ 299・1765

## 催し・講座

### 成人に対する救命講習

時 1月27日(金)

午前9時～正午

所 川越地区消防局3階講堂

内 胸骨圧迫(心臓マッサージ)と人工呼吸、AED使用方法などの応急手当

対 川島町、川越市に在住・在勤、在学の概ね中学生以上(再講習も可能です)

定費 先着30人・無料

受付開始日 1月11日(水)

午前10時から消防局救急課へ電話でお申し込み下さい。

☎ 222・0160

### 親子ピザ作り教室参加者募集

時 2月5日(日)

午前10時～午後1時

所 フラットピア川島 調理室





**内** 米粉を使ったピザとデザート作り

**持** エプロンと三角巾  
小学生と保護者12組(24人)  
**定** 無料  
**申** 12月12日(月)から1月13日(金)電話でお申し込み下さい。  
**問** 農政産業課  
☎299・1760

**時** 12月21日(水)  
午後2時～午後3時30分

**所** 商工会2階大会議室  
**講** 社会保険労務士・行政書士 鈴木義行氏

**内** マイナナンバー制度の概要、給与計算実務および労務管理の知識

**対** どなたでも(30人)  
**申** 無料  
**問** 12月14日(水)まで  
川島町商工会  
☎297・6565

**所** サンタクロースがやってくる  
商工会青年部がサンタクロースになり、商工会からのプレゼントをお届けします。

**時** 12月23日(祝)・金午後6時～  
町内在住の小学2年生以下の子どもがいる家庭  
**対** 先着15組  
**費** 無料  
**申** 12月6日(火)から商工会へ  
☎297・6565

**時** 2月12日(日)  
中山マラソン2002大会

**所** 小雨・小雪決行(7時判定)  
八幡工業団地周辺  
**内** 親子(小学1～3年) 1km  
小学生(1～3年男・女1km  
小学生(4～6年)男・女2km  
中学生 男・女3km  
一般 男・女3km 男5km

**費** 無料  
**対** どなたでも参加可能  
**申** 中山公民館 矢部  
☎080・8483・8711  
生涯学習課(中山地区以外の方)  
☎299・1711

**時** 1月7日(土)  
午前9時～午前11時30分

**所** 川島町役場南側駐車場  
川島消防署消防課  
**問** ☎297・1891

**募 集**  
東松山税務署 アルバイト職員の募集について  
勤務期間 平成29年1月中旬～3月末(土日祝日除く)  
勤務時間 午前9時～午後5時  
の内(昼休み1時間)を除く5

時間または6時間・午前10時～午後4時の内4時間(昼休みなし)

**勤務内容**①納税者のパソコン操作の補助②事務補助等  
**勤務場所** 東松山税務署または東松山市市民文化センターの確定申告相談会場  
時給等①980円②940円  
(通勤手当は当署規定により支給)  
募集人数 40人程度  
申込方法 電話申し込み  
東松山税務署 総務課  
☎049312210990  
(自動音声案内「2」選択)  
武州・入間川プロジェクト

**入間川流域で環境保全活動を行っている市民団体等に対し、助成金の交付や情報提供等を行います。**

**対** 市民団体、学校等の非営利団体による公益的な活動  
助成金額 1団体最大20万円  
募集期間 12月1日～3月17日  
活動の対象期間 平成29年4月1日～平成30年3月1日  
応募方法 荒川上流河川事務所ホームページ内の「武州・入間川プロジェクト」ページから応募  
用紙をダウンロード  
応募・問合せ 入間川環境保全支援委員会事務局  
☎048・645・0570

**その他**

**調理師の方は調理師業務従事者届を出しましょう**

**対** 県内の飲食店や給食施設などで就業している調理師  
**提出方法** 平成28年12月31日現在の氏名、免許番号、従事する施設名等を平成29年1月16日までに指定様式にて埼玉県調理師会へ届出  
一般社団法人埼玉県調理師会  
☎048・862・6443  
または埼玉県健康長寿課  
☎048・830・3585

**申** お電話にて幼稚園へご連絡ください。随時、面接の日程をお知らせします。  
とねがわ幼稚園  
☎297・3000

**私立とねがわ幼稚園入園願書受付**  
**対** 3歳児(60人)：平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ  
4歳児(40人)：平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれ  
5歳児若干名：平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ  
満3歳児(15人)：3歳の誕生日～入園案内書 直接またはお電話ください。

**問** 入間川流域で環境保全活動を行っている市民団体等に対し、助成金の交付や情報提供等を行います。

ハッピー体操は筋力低下を防ぐための体操です

■12月のハッピー体操開催予定

会 場	12月
フラットピア川島	2・9・16日(金)
中山公民館	5・12・19・26日(月)
伊草公民館	5・12・19・26日(月)
三保谷公民館	1・8・15・22日(木)
出丸公民館	13・27日(火)
出丸下郷集落センター	6・20日(火)
八ツ保公民館	6・13・20・27日(火)
小見野公民館	7・14・21・28日(水)
やすらぎの郷	11・25日(日)
特別養護老人ホームひまわり	8・22日(木)

**時 間** 午前10時から(出丸公民館・出丸下郷集落センターは午後2時から)  
※介護予防のための体操で、どなたでも事前予約なしで参加できます。タオル・飲み物を持参し、動きやすい服装で直接会場までお越しください。  
※フラットピア川島、三保谷・出丸・八ツ保・小見野公民館は上履きが必要です。  
**問合せ** 川島町社会福祉協議会 ☎297-7111

# 相談

みなさんの困ったを解決

お気軽に  
ご相談ください。

## 凡例

時

所

内

内容

講師

対

対象

定

費用

持

持ち物

申

申込

問

問合せ

相

相談員

## 法律相談

### ◆弁護士による法律相談

#### 〔町主催〕

時 12月12日(月)

午前10時～正午

※要予約(先着4人、1人30分)

所 役場2階第2小会議室

内 法律的な専門知識や判断

を必要とする問題

問 総務課 ☎299・1753

#### 〔県主催〕

時 12月13日(火)、12月27日(火)

午後1時～午後4時 ※要予約

所 川越地方庁舎(ウエスタ川

越4階)

問 県民相談総合センター

☎048-8330・78330

### ◆行政相談

時 12月12日(月)

午後1時～午後3時

所 役場2階第2小会議室

内 行政が行っている事業に

関する相談を受け付けます。

行政相談委員  
総務課 ☎299・1753

### ◆司法書士法律相談

時 12月21日(水)

午前10時～正午

※要予約(先着4人、1人30分)

所 役場2階第2小会議室

内 登記や成年後見に関すること

問 総務課 ☎299・1753

### ◆人権相談

時 12月12日(月)

午前10時～午後3時

所 役場2階第2委員会室

問 総務課 ☎299・1753

## 生活・健康

### ◆精神保健福祉相談

時 12月21日(水)

午後1時30分～午後3時

所 保健センター

対 ・うつ症状、意欲低下、

妄想や幻聴などの精神症状

を有する方

内 ・ひきこもりや、前述の精

神症状を有する方のご家族

問 健康福祉課健康増進グループ

☎299・1758

## 子ども・育児

### ◆乳幼児相談

時 12月7日(水)、1月11日(水)

午前9時30分～午前10時30分

所 保健センター

対 生後1か月から小学校入

学までの子

内 計測・育児相談

※当日、母子健康手帳を持参

し会場へお越しください。

問 健康福祉課健康増進グループ

☎299・1758

### ◆子育て相談

子育てについて相談を受け

付けています。一人で悩まず

に相談してください。

電話相談 火・木曜日

面接相談 月・金曜日(要予

約)、水曜日(面接は要予約)

申 午前9時～午後4時

※水曜日は午前10時～午前11

時30分

対 町内在任の方

所 子育て支援センター(さ

くら保育園内)

問 さくら保育園

☎299・3906

### ◆教育相談

内 不登校・いじめなど児童・

生徒に関する相談

時 学校の授業がある日

午後1時～3時

所 スクーリング・サポートセ

ンター川島(町民体育館1階)

相 教育相談の専門家

センター川島

☎297-6556

## 12月1日は世界エイズデーです！

東松山保健所ではHIV抗体検査を実施しています

【通常検査】 毎月第1月曜日午前9時30分～10時30分

【即日検査】 毎月第3木曜日午後1時～2時

※検査は予約が必要です。お問合せ、ご相談ください。

東松山保健所保健予防推進担当 ☎0493-22-0280

## 消防局からのお知らせ

消防署を名乗る不審電話にご注意ください。消防署では、郵送、訪問による防火・防災グッズの無料配布は行っていません。



問合せ 消防局予防課 ☎222-0744



教室参加者が伝授

## 「腕立て伏せ」

※胸と腕の筋肉が鍛えられます

健幸★筋力アップ教室で行っている筋力トレーニングを紹介します。筋力トレーニングにより、筋肉量を増やして転倒を予防したり、太りにくい身体づくりに効果的です。皆さん、実践してみてください。

### <腕立て伏せの仕方>

- ①両膝は腰幅に開き、四つ這いの姿勢をとります。両手は肩幅に開き、指先を少し内側に向けます。
- ②腰が反らないように気をつけながら、3秒かけてゆっくりと肘を曲げて、1秒間保持します。
- ③3秒かけてゆっくりと元の姿勢に戻します。



※腰を反らさないようにする

1日10回を目安に!



## 冬の俳壇

- 冬の季題は、1月分…①歌留多 ②寒鯉  
 2月分…③春寒 ④白魚  
 3月分…⑤雛流し ⑥辛夷

冬の俳壇は、2月17日(金)までに住所、氏名(俳名の場合は本名も記入)、電話番号を明記し、上記の6つの季題の中から1人3句以内で政策推進課秘書室までご応募ください。選考句数は特選3句、入選12句を選考し、4月1日号に掲載予定です。

## 編集室

「健康でいきいきと生活している」をテーマに取材先にお伺いさせていただきました。想像以上に皆さんの「元気」や「やる気」が伝わってきて、私のほうが元気をもらったような気がします。ありがとうございました。



広報担当 清水

さて、12月に入ると寒くなっていますが、空気が澄んで富士山をはじめたくさんの山が見渡せる季節です。ぜひ、皆さんも絶景ポイントを探してみてください。

川島町ホームページアドレス

<http://www.town.kawajima.saitama.jp>

防災無線フリーダイヤル

☎0800-8000-898 (携帯電話も可)

人口と世帯

人口	: 20,793人	(前月比- 8)
男	: 10,571人	(前月比- 12)
女	: 10,222人	(前月比+ 4)
世帯数	: 7,983世帯	(前月比+ 14)
(平成28年11月1日現在)		



# 第1回白鳥写真コンテストを開催!



## 【応募写真】

- ①川島町で撮影した白鳥写真(1人1点)。過去に公募展などで展示された写真はご遠慮ください。
- ②人物が写っている写真は、承諾を得てください。

## 写真のサイズ 「全紙」または「A3ノビ」

※写真をパネルに入れて、裏側にヒモをつけ、展示できる状態でお持ちください。また、応募票をパネル裏面の右上にノリ付けしてください。

**応募資格** どなたでも応募できます(先着50人)

**応募期間** 12月1日(木)～1月31日(火)

## 【写真展】

**期間** 2月12日(日)～23日(木)

午前8時30分～午後5時15分(23日は午後4時まで)

**場所** 役場1階多目的室

**【表彰】** 応募作品は、町およびぬのしり写友会で審査を行い、入選作品を選出し表彰します。また、応募者全員に参加賞を差し上げます。

**その他** コンテストの要領、応募用紙は農政産業課の窓口または町ホームページをご覧ください。

**問合せ** 農政産業課 農政産業グループ

☎299-1760



まちを好きになるアプリ  
**マチイロ**

行政情報アプリ「i広報紙」が「マチイロ」としてリニューアル!

自治体がもっと身近になる機能が盛りだくさん!

- 1 役立つ行政情報を見逃さない!
- 2 自分に合わせた情報が届く!
- 3 いろいろなまちの魅力をお届け!

ダウンロードはこちらから



※「i広報紙」をご利用中の場合、アップデートによって新アプリに切り替わりますので、新たにダウンロードする必要はありません。※アプリの使用は無料ですが、通信費は各回線ごとのご負担となります。※広告が表示されますが、各自治体とは何ら関係ありません。

問い合わせは株式会社ホープ(092-716-1404)まで

## 町民カメラマンが撮影 川島町のその瞬間

問合せ 政策推進課  
秘書室 ☎299-1751

町民カメラマンは町の紹介やPRのため、町の催しや景色などを写真撮影するボランティアです。現在12名の方に活動していただいています。

町民カメラマンがとらえた魅力ある川島町のその瞬間を紹介します。



町民カメラマン 清水 清太郎 さん撮影



川島町役場は土曜日を一日開庁し、窓口業務の一部を取り扱いしています。  
なお、業務時間は、午前8時30分から午後5時15分です。

