

ロコモ事業に参加しませんか？

場 総合センター

申・問 11月15日(木)までに福祉課窓口または電話☎2123・2124で受付

※ロコモとは…加齢とともに足腰が弱くなり、徐々に歩行機能が低下し、要介護や寝たきりが心配になる状態のこと

ロコラジさろん

運動だけでなく、顔が見える地域の方々との交流を通して、生きがい作りの場としてぜひご参加ください。

- ☑ DVDを見ながら、身体の上半身に効く「ラジオ体操」と下半身に効く「ロコモ体操」を理学療法士と一緒にを行います。
- ☑ 11月22日・29日、12月6日・13日・20日の各木曜日10時30分～11時45分
- ☑ おおむね65歳以上の町内在住の方で、自分で来所できる方または地区で介護予防など高齢者の健康づくりに携わる方
- 定 30名

いきいきロコモコール!講習会

ロコモ予防に足腰を上手にきたえるための体操の講習会です。

- ☑ 初回到ロコモセミナー（講師：伊奈病院整形外科石橋英明先生ほか）、運動機能測定とロコモ体操の指導を受け、3か月間自宅で体操を続けます。3か月後に再び運動機能測定をして、頑張った効果を確認するプログラムです。3か月の間、頑張るあなたをロコモコール（励ましの電話）でサポートします。
- ☑ 初回：11月28日(水)、3か月後：平成31年2月27日(水) 10時～12時、13時30分～15時30分
- ☑ 65歳以上で町内在住の方かつ初回・3か月後の参加が可能で、その間自宅でロコモ体操を継続する意欲のある方
- 定 各時間20名（先着順）

胃がん検診(集団)

☑ バリウム造影検査（無地のTシャツであればそのまま検査できます。）

日程	性別	受付時間	定員
11月19日(月)	男性	①から④	各10名
	女性	⑤から⑧	
12月1日(土)	女性	①から④	
	男性	⑤から⑧	

※受付時間は選択可能

受付時間			
①	8:30～8:45	⑤	10:00～10:15
②	8:45～9:00	⑥	10:15～10:30
③	9:00～9:15	⑦	10:30～10:45
④	9:15～9:30	⑧	10:45～11:00

場 保健センター

☑ 40歳以上（昭和54年3月31日以前生）の町民かつ勤務先で受診機会のない方

※平成30年4月の胃がん検診（バリウム検査）、また今年度町の胃カメラによる胃がん健診を受けた方・受ける予定のある方は受診できません。

費 800円

※70歳以上（昭和24年3月31日以前生）の方は無料

☑ 10月16日(火)から窓口または電話で受付（要事前予約）

※申込後に送付する注意事項を必ずよく読み受診してください。

☑ 健康増進課（保健センター）☎720-5000

高齢者インフルエンザ予防接種

☑ 次のいずれかに該当する方

- ①65歳以上の町民
- ②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓または呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する町民およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する町民

☑ 10月20日(土)～平成31年1月31日(木)

場 町と契約している指定医療機関（「伊奈町保健事業のお知らせ」または町ホームページをご覧ください。）

費 1,500円

※生活保護受給者は無料
☑ 保険証、健康手帳（生活保護受給者は受給者証、対象者②に該当の方は身体障害者手帳も持参）

☑ 直接実施医療機関を予約
☑ 健康増進課（保健センター）☎720-5000

今年度の胃カメラによる胃がん検診は10月31日(水)まで!

☑ 町に住民登録があり、50歳以上74歳まで（平成31年3月31日時点）の方のうち、偶数年齢の方

定 200名（先着順）

費 3,500円（当日各医療機関でお支払いください。）

☑ 窓口または電話で受付。申込後送付される受診案内を受領後、右の検診実施医療機関に予約してから受診してください。

[50音順]

実施医療機関	電話番号
石くぼ医院	872-6121
今成医院	723-8280
内田クリニック	728-9296
みなみのメディカルクリニック	720-0033
みやうち内科消化器内科クリニック	783-3751

※診療日・時間等については各医療機関へお問い合わせください。

※受診する医療機関で事前説明を受けていただきます。

☑ 健康増進課（保健センター）☎720-5000

今月の無料相談・上尾警察署からのお知らせ

☑…日時 ☒…場所 ※☎のあるものは要事前予約

まちのタイムライン

子育て・健康・相談

まちからのお知らせ

まちの話

弁護士による法律相談 ☎

☑ ①12日(第2金曜) 13:00~15:30
②26日(第4金曜) 13:00~16:30

☒ 住民相談室
☎ ①5名②6名(先着順)
弁護士が契約、相続、交通事故の損害賠償、訴訟の手続きなどの相談に応じます。
☑ 住民相談室☎2213

住宅リフォーム相談 ☎

建築士が住宅リフォーム対策についての相談に応じます。
☒ 住民相談室☎2213

暴力団被害相談 ☎

上尾警察署員が暴力団員等による不当な行為で困っている方の相談に応じます。
☒ 生活安全課☎2284

障害者虐待防止センター

障がい者に対する虐待防止および早期発見について相談できます。
☒ ①杜の家(上尾市緑丘2-2-27) ☎778-3531
②あらぐさ(上尾市地頭方43-8-6) ☎726-5862
☒ 福祉課☎2122

心配ごと相談

☑ 10・24日(第2・4水曜)9:00~12:30
☒ ふれあい福祉センター相談室
民生委員・児童委員が、生活上の迷い・困りごとの相談に応じます。
☒ 伊奈町社会福祉協議会☎722-9990

行政書士相談

☑ 17日(第3水曜) 13:00~16:00
☒ 住民相談室
行政書士が会社設立、農地転用、各種許認可、相続、成年後見などの手続きの相談に応じます。
☒ 住民相談室☎2213

消費生活相談

☑ 毎週月~木曜(祝日除く)10:00~12:00、13:00~15:00
☒ 役場第8会議室
消費生活相談員が消費者契約トラブル等の相談に応じます。
☒ 元気まちづくり課☎2234

税の相談 ☎

☑ 25日(木)10:00~12:00、13:00~15:00
☒ 税務課
税理士会上尾支部税理士が、相続税・贈与税などの相談に応じます。
☒ 税務課☎2152

創業相談

☑ 8:30~17:15(土日祝日休)

☒ 伊奈町商工会館(小室9454-1)
これから開業・独立を検討している方や将来起業(創業)しようとお考えの方の相談に応じます。
☒ 伊奈町商工会☎722-3751

「行政相談週間」(15日~21日)行事

総務省・一日合同行政相談所

●さいたま一日合同行政相談所
☑ 18日(木)10:30~16:00(15:30まで受付)
☒ 浦和コルソ7階ホール

●上尾一日合同行政相談所

☑ 29日(月)11:15~16:30(16:00まで受付)
☒ 丸広百貨店上尾店6階催事場
国・県・市の職員および弁護士等が、役所の仕事に関する苦情・要望等の相談に応じます。両日とも登記、雇用、年金、相続、税金、法律問題、行政一般などの相談に応じます。
☒ 総務省関東管区行政評価局行政相談課☎600-2311

女性相談

☑ 10日・24日(第2・4水曜) 10:00~12:00、13:00~14:00
☒ 人権推進課 ※予約優先
女性の専門相談員が、女性の抱えるさまざまな悩みや不安等の相談に応じます。
☒ 人権推進課☎2241

不動産無料相談会 ☎~19日(金)

☑ 23日(火)13:00~16:00
☒ 役場第10会議室
不動産や空き家に関するお悩みについて宅地取引有資格者による相談会を開催します。
☒ 都市計画課☎2426

出張法律相談会 ☎

☑ 11日(木)13:30~16:30
☒ 総合センター
予約電話番号☎838-7472
※相談は1組1時間までです。
☒ 埼玉司法書士会☎863-7861

行政相談

☑ 16日(第3火曜) 10:00~12:00
☒ 住民相談室
行政相談委員が行政の業務に関する要望や苦情などの相談に応じます。
☒ 住民相談室☎2213

暮らしの相談

☑ 12日(第2金曜) 9:00~12:00
☒ 役場第8会議室
埼玉県から委託された専門の相談支援員が、経済的困りごとや就職活動支援等の相談に応じます。
☒ 福祉課☎2125

児童相談

☑ 19日(金)10:00~15:00
☒ 伊奈町子育て支援センター(内宿台5-214-3)
相談員が、子どものしつけや生活についての相談に応じます。
☒ 伊奈町子育て支援センター☎728-3482

行政書士無料相談会

☑ 28日(日)10:00~16:00
☒ ウクス伊奈フードコート入口付近
相続・遺言・離婚・成年後見等お気軽にご相談ください。
☒ 埼玉県行政書士会鍵利和田☎720-4848

身体障がい者相談会

☑ 18日(木)13:00~16:00
☒ 福祉課窓口
※電話相談も可能です。
身体障がいに関する悩みごとやお困りごとについて、町が委嘱している身体障がい者相談員がお話を伺います。お気軽にご利用ください。
☒ 福祉課☎2121

結婚相談

☑ 17日(水)9:30~11:30
☒ ふれあい福祉センター相談室兼点訳室
相談員が結婚を希望する方の相談に応じます。
☒ 伊奈町社会福祉協議会☎722-9990

行政書士街頭無料相談会

☑ 6日(土)10:00~16:00
☒ JR上尾駅自由通路
相続・遺言・成年後見・協議離婚・農地転用・各種許認可・会社法人設立などの相談に応じます。
☒ 埼玉県行政書士会上尾支部事務所☎776-3367

振り込め詐欺 緊急対策

上尾警察署管内(平成30年1~8月)

発生状況 **25件 約6,100万円**

※上尾警察署調べ、被害件数・金額は暫定数

会話の中でこの言葉が出たら要注意!

- ▶携帯の番号が変わったよ
- ▶風邪をひいて声が変わったよ
- ▶またあとで連絡するから。携帯番号は…

「おかしい?」と思ったら「110番通報」または上尾警察署☎773-0110に通報しましょう。

上尾警察署・上尾地方防犯協会

平成30年度 首都圏放置自転車クリーンキャンペーン実施中

10月1日(月)~31日(水)

自転車は駅前広場や路上等ではなく、所定の自転車駐車場に駐車しましょう!

☒ 生活安全課☎2284

8月中の町内交通事故

()内は平成30年8月までの累計

発生件数	62件 (545件)
人身事故	5件 (83件)
物損事故	57件 (462件)
死者	0人 (0人)
負傷者	5人 (95人)

夕暮れ時 早めのライト点灯運動 実施中!!