

「いきいき脳力教室」参加者募集 ～自分らしい生活を送るために～

最近、「物忘れが気になりはじめた」「人と話す機会が減った」「外に出るのがおっくうになった」などの経験はありませんか？外に出て、会話を楽しみながら脳を活性化させ、認知症を予防する教室が開講します。

簡単な読み書き計算などの教材を使用した、1回30分の教室です。個人に合わせて計算や音読をテンポよく行います。楽しく脳を鍛えましょう。

日 10月23日～令和6年2月19日の各月曜日①13時30分～14時②14時30分～15時（全13回）

※11月13日、12月11日、令和6年1月1日・8日、2月12日を除く。

※初回は①13時30分～14時30分②14時45分～15時45分。

場 ゆめくる2階会議室

対 おおむね65歳以上の町内在住の方で、ご自分で来所できる方

※なるべくすべての回に参加できる方。

定 各8名

費 無料

申 10月16日(月)までに、いきいき長寿課☎2124窓
□または電話

「いきいき脳力教室」サポーター募集

脳の活性化につながる簡単な計算や音読などをしながら、高齢者が交流する教室です。一緒に楽しみながらお手伝いしていただける方を募集します。(事前研修あり)

日 10月23日～令和6年2月19日までの各月曜日
13時～16時（全13回）

※11月13日、12月11日、令和6年1月1日・8日、2月12日を除く。

※事前研修が、10月16日(月)13時～16時にあります。

場 ゆめくる2階会議室

対 ・サポーター活動ができる元気な町民で、高齢者の心身の健康増進に理解のある方
・週に1回3時間程度、サポーター活動が可能な方

定 7名程度（先着順）

※ローテーションにより、1回4名の参加となります。

謝礼▶1回1,000円（町内共通お買物券）

申 10月10日(火)までに、いきいき長寿課☎2124窓
□または電話

健康ウォーキング教室

要事前予約

総合センターを発着点とした町内のコースを歩き、ウォーキングの楽しさ・手軽さを体験しましょう。正しい靴の履き方や効果的なウォーキングに関する講義、実地ウォーキングを開催します。

開催日	コース	定員
①10月11日(水)	日本薬科大学コース（約4km・学内見学あり）	各20名 （先着順）
②11月8日(水)	バラ園コース（約7km）	

※集合場所は、両日とも総合センター2階多目的ホール（9時～9時10分受付）

※小雨決行。荒天の場合は、多目的ホールでウォーキング講座を実施します。

対 町内在住の方

持 タオル、飲み物、い～な！健康マイレージカード（お持ちの方のみ）

費 無料

申 9月13日(水)から、健康増進課窓口または電話

※①②どちらかをお申し込みください。

※動きやすい服装と履き慣れた靴でお越しくください。

問 健康増進課（保健センター）☎720-5000



各種無料相談

日…日時 場…場所 定…定員 受…受付場所 問…問合せ

弁護士による法律相談 ※要事前予約

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。
 日 ① 8日(金)13時～15時30分
 ② 22日(金)13時30分～16時30分
 ※相談は一人30分まで。
 定 ① 5名② 6名 (いずれも先着順)
 ※各相談日の2週間前から予約受付。
 受・問 住民相談室 2213

全国一斉司法書士法律相談会

相続や遺言、不動産登記、会社登記、少額民事裁判、成年後見などについて、司法書士が相談に応じます。
 日 10月4日(火)13時～16時
 場 伊奈町役場 3階第1会議室
 問 埼玉司法書士会上尾支部 田村 708-3341

女性のための女性司法書士による電話相談会

相続や遺言、登記、成年後見などについて司法書士が相談に応じます。
 日 9日(土)10時～16時
 相談電話番号 048-872-8055 (相談会当日のみ通話可能)
 問 埼玉司法書士会事務局 863-7861

行政書士相談

会社設立、農地転用、各種許認可、申請、紛争のおそれのない遺言書や遺産分割協議書作成の手続きなどの相談に応じます。
 日 20日(火)13時～16時
 受・問 住民相談室 2213

土地家屋調査士相談 ※要事前予約

土地家屋調査士が、土地の境界や測量、分筆、合筆などの相談に応じます。
 受・問 住民相談室 2213

住宅リフォーム相談 ※要事前予約

建築士が、住宅リフォーム対策の相談に応じます。
 受・問 住民相談室 2213

行政相談

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。
 日 19日(火)10時～12時
 受・問 住民相談室 2213

消費生活相談

消費生活相談員が、消費生活に関する消費者と事業者間のトラブルについて相談に応じます。「商品やサービスの契約で事業者とトラブルになった」「製品を使ってけがをした」などのお困りごとがありましたら、消費生活相談をご利用ください。
 日 毎週月～木曜日(祝日除く) 10時～12時、13時～15時
 相談電話番号(局番なし) 188
 問 元気まちづくり課 2234

人権相談

人権擁護委員が、生活上のトラブルやもめごと、さまざまな悩みなどの相談に応じます。
 日 20日(火)9時～12時
 場 伊奈中央会館
 受・問 人権推進課 2241

女性相談

※予約優先
 専門の女性相談員が、DV・離婚問題や生活面の不安なことなど、女性の抱えるさまざまな悩みや不安と一緒に考え、解決する方法を探します。
 日 12日(火)・26日(火)10時～12時、13時～14時
 ※相談は一人50分まで。
 受・問 人権推進課 2241

暴力団被害相談

※要事前予約
 上尾警察署員が、暴力団員などによる不当な行為でお困りの方の相談に応じます。
 問 危機管理課 2283

ふくし総合相談窓口

福祉全般に関する心配ごとや悩みごとの相談に応じます。
 日 毎週月～金曜日 9時～17時(祝日除く)
 場 ふれあい福祉センター
 問 伊奈町社会福祉協議会 722-5498

地域包括支援センター土曜日相談

高齢の方の介護・福祉・健康・生活などの相談に応じます。平日の通常相談と併せてご利用ください。
 日 ① 9日(土)9時～13時
 ② 16日(土)10時～14時
 場 ① パブリックルーム(ウニクス伊奈2階) ② 伊奈町南部地域包括支援センター
 問 ① 伊奈町地域包括支援センター 720-5656
 ② 伊奈町南部地域包括支援センター 795-4900

創業相談

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。
 日 8時30分～17時15分(土日祝日休)
 場 伊奈町商工会館
 問 伊奈町商工会 722-3751

不動産相談会

不動産鑑定士が、不動産の価格などの相談に応じます。
 日 10月7日(土)10時～16時
 場 大宮会場(ソニックシティビル8階会議室809)、熊谷会場(八木橋百貨店1階正面入口)
 問 (公社) 埼玉県不動産鑑定士協会 789-6000



空き巣被害が多発しています!

～在宅中でも油断厳禁～

5月末現在、上尾署管内の刑法犯認知件数は昨年の1.4倍に増えています。

増加率の最も高いのは空き巣や忍込みなどの侵入盗で、昨年の約2.7倍にもなり、留守中の被害の他、自宅で就寝中に被害に遭うケースが約4倍になっています。

ゴミ捨てなどの少しの時間でも戸締りをする、網戸にしまったまま就寝しないなど、被害に遭わない環境づくりが重要です。

問 上尾警察署 773-0110



振り込め詐欺

上尾警察署管内 令和5年1～7月

緊急対策

発生状況 **31件** 約 **3,670万円**
(うち、伊奈町内発生件数7件 約1,385万円)

※上尾警察署調べ、被害件数・金額は暫定数



振り込め詐欺の撲滅をめざして!

あなたを騙す振り込め詐欺の3大キーフレーズ

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。