

ふれあい保育

12月の予定 [9:00~12:00]
※予定は変更になることがあります。

親子活動日	
2日木	読み聞かせ
6日月・9日木	季節の製作
13日月・16日木	ふれあい遊び
20日月・23日木	誕生会



開放日	
1日水・7日火・8日水・14日火・15日水・21日火・22日水・27日(月)・28日火	のびのび遊ぶ自由時間が中心
3日金・10日金・17日金・24日金	サークル活動支援・開放日

☆子育てに関する電話相談、来園相談も受付中

【火・水・金曜日】0歳～就学前の子どもと保護者
【月曜日】0歳～1歳の子どもの保護者 【木曜日】2歳以上の子どもと保護者
▶問合先 子育て支援センター(中野幼稚園内) ☎88-4808 (9:00~15:00)

子育て支援室

子育て中のお母さん、これからお母さんになる妊婦さん、支援室に遊びに来ませんか。風の子保育園子育て支援室では、赤ちゃん体操や親子遊び、リズムや園庭遊び、そしてお散歩や園外遊びを親子で楽しんでいます。また、子育ての悩みや疑問を出し合える時間も大切にしています。きっと子育ての参考になりますよ。ぜひどうぞ!

曜	対象年齢
月	自由開放日 ※年齢を問わず自由に利用できます。
火	1歳児 ※平成31年4月2日～令和2年4月1日 生まれの子ども
水	0歳児(後期) ※令和2年4月2日～はい出した赤ちゃん
木	0歳児(前期)・妊婦さん ※生後3か月～まだはわない赤ちゃん
金	2歳児 ※平成30年4月2日～平成31年4月1日 生まれの子ども

☆子育てに関する電話相談、来園相談も受け付けています。受付時間は12:30~14:00です。

▶申込・問合先 風の子保育園子育て支援室 ☎88-7655 (9:00~14:00)

労働保険 ひとりでも雇ったら必ず。

厚生労働省 労働保険徴収課 ☎03-5253-1111

募集
自衛官候補生(任期制自衛官)
▼受験資格 日本国籍を有し、18歳以上33歳未満の人
▼試験日 ①11月28日②11月29日
▼会場 ①相馬原駐屯地(榛東村) ②新町駐屯地(高崎市新町)
▼募集人数 各日40人(先着順)
▼受付期限 各試験日の一週間前まで
▼問合先 自衛隊群馬地方協力本部 太田出張所 ☎33-7305 http://www.mod.go.jp/pcg/gunma/

口腔ケア教室
▼期日 12月11日(土)午後4時~5時
▼場所 館林邑楽歯科保健医療センター(館林市苗木町)
▼対象 邑楽郡・館林市内に在住の人
▼内容 講義「コロナに打ち勝つ唾液力」実習
※歯ブラシ、研磨剤のプレゼントあり。
▼定員 20人(先着順)
▼費用 無料
▼申込方法 電話で申し込む
▼申込開始 11月15日(月)午前9時
▼申込・問合先 館林邑楽歯科保健医療センター ☎73-8818

TOWN INFORMATION ORA 情報広場

年金・税金

11月30日は年金の日

「ねんきんネット」を利用すると、年金記録の確認や将来の年金受給見込額の試算をすることができます。

▼ねんきんネット <https://www.nenkin.go.jp/>

▼問合先 太田年金事務所 ☎49-3716

ねんきんネットの4つの便利

1. 年金記録の確認ができる
2. 年金見込額の試算ができる
3. ねんきん定期便の閲覧ができる
4. 各種通知書の確認ができる

スマホやパソコンから年金情報を手軽に確認



予約制による年金相談

太田年金事務所では、予約制による年金相談を実施しています。

▼予約方法 電話または年金相談窓口
に直接申し込む

※相談者と配偶者氏名、基礎年金番号、電話番号、相談内容の確認をします。

▼予約時間帯

月曜日 午前8時30分~午後6時
火~金曜日 午前8時30分~午後4時

第2土曜日

午前9時30分~午後3時 ※予約状況により、希望の日時を調整させていただきます。

▼持ち物 年金手帳(基礎年金番号通知書)、年金証書、振込通知書、相談者本人であることを確認できるもの

▼その他 代理人による相談の場合は委任状が必要

▼予約問合先 日本年金機構予約受付専用 ☎0570-054890、太田年金事務所 ☎49-3716

今月の納税

納期限	11月30日	11月30日	11月30日
固定資産税(4期)	11月30日	11月30日	11月30日
国民健康保険税(5期)	11月30日	11月30日	11月30日
介護保険料(5期)	11月30日	11月30日	11月30日
後期高齢者医療保険料(5期)	11月30日	11月30日	11月30日

相談

こころの健康相談

▼期日 12月22日(土)

▼時間 午後1時30分~3時

▼会場 保健センター

▼対象 心の病気で悩んでいる人やその家族

▼相談員 精神科医師

▼定員 4人(先着順)

▼申込方法 電話で申し込む(要予約)

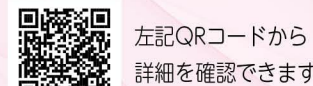
▼申込・問合先 保健センター ☎88-5533

e-Tax なら家からいつでも申告できる! 個別説明会を開催します

申告書の提出は e-Tax が便利

- e-Taxの魅力1 家にいながらいつでも申告ができる
- e-Taxの魅力2 還付金の振り込みが早い
- e-Taxの魅力3 添付書類を提出・提示する必要がない

e-Taxの申告方法はマイナンバーカード方式がおすすめ
マイナンバーカード方式は、スマホやパソコンでマイナンバーカードを読み取って簡単に申告できます



e-Tax で申告したいけど、分からない人に向けて e-Tax 説明会を開催

スマホやパソコンでの申告手続きが分からない人を対象に個別説明会を開催します。自宅でもできるe-Tax申告を始めてみませんか。

- ▶期日 11月15日(月)、16日(火)
- ▶時間 午前10時~午後4時
- ▶会場 役場1階エントランスロビー
- ▶説明時間 15~30分程度(個別説明会です)
- ▶申込方法 直接会場に来場する(先着順で受け付けます)
- ▶問合先 館林税務署 ☎72-4373

e-Tax で必要なマイナンバーカードを持っていない人に マイナンバーカード申請窓口を同時開設

- ▶日時 11月15日(月)、16日(火)午前10時~午後4時 ※正午~午後1時は住民課窓口で受付。
- ▶会場 役場1階エントランスロビー ▶手続時間 10~15分程度
- ▶申請に必要なもの ①本人確認書類2点(有効期限内のもの) ②通知カード、住基カード(持っている人) ③証明写真(縦4.5cm×横3.5cm、希望者は撮影します)
- ▶問合先 役場住民課 ☎47-5015



スマホ申告は、給与所得、年金所得、一時所得のほかに、令和4年1月から、上場株式等の譲渡所得(譲渡損失)、外国税額控除も新たに申告可能となります。



マイナンバーカードを申請できるのは本人のみです

11月は児童虐待防止強化月間

未来へと命を繋ぐ189 (いちにはやく)

児童虐待かもと思ったら すぐにお電話ください。

児童相談所全国共通 いちはやく 189 (いちにはやく)

3部ダイヤル

連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

定例相談

- 法律相談(要予約・定員8人)**
11月20日(土)・神谷弁護士
12月18日(土)・相澤弁護士
午後1時20分~4時
※電話相談になる場合あり。
役場住民課 ☎47-5017
- 人権・行政相談(電話予約可)**
12月9日(木)・午前10時~午後3時
令和4年1月13日(木)・午後1時30分~4時
青葉・佐野・福島・猿橋・齊藤・小倉相談員
※電話相談になる場合あり。
役場住民課 ☎47-5017
- 女性のための法律相談(要予約)**
11月17日(水)・午後1時~4時30分
定員3人、大泉町文化むら
12月15日(水)・午後1時~4時30分
定員3人、邑楽町役場
※電話相談になる場合あり。
役場住民課 ☎47-5017
- 福祉相談(専用電話)**
月~金曜日(祝日除く)
午前9時~午後4時
社会福祉協議会 ☎88-7620
- 消費生活相談(平日のみ)**
午前9時~正午、午後1時~4時30分
町消費生活センター ☎47-5047
- 交通事故相談(平日のみ)**
午前9時~午後4時
県交通事故相談所 ☎027-243-2511
- 青年キャリア相談**
12月4日(土)・午後6時~8時
高島公民館 ☎89-1501
- ストレス・こころの相談(要予約)**
12月1日(水)・午後1時~3時
館林保健福祉事務所 ☎72-3230
- エイズ相談(HIV抗体検査)(要予約)**
毎週火曜日(祝日除く)午前10時~11時
※感染機会から3か月経過
館林保健福祉事務所 ☎72-3230
- 自死遺族相談(要予約)**
毎月第1木曜日(祝日除く)
※対象は、家族を自死で亡くした人。
県こころの健康センター ☎027-263-1156
- 緑の相談室(祝日、年末年始除く)**
毎週木曜日・午前10時~午後3時
県緑化センター ☎88-7188

自分の健康状態の指標の健康診断の結果票を **いつも手元に**

マイナンバーカードを利用した、オンラインサービスである「マイナポータル」で、特定健診の結果が確認できるようになります。スマホやパソコンからアクセスして、日頃の健康づくりにぜひ役立ててください。

※令和3年度分の健診結果は年度末までに順次登録されます。
▶問合先 役場住民課 ☎47-5020

【利用方法】
①本人のマイナンバーカードと設定した暗証番号を用意する
②マイナンバーカード読み取り対応のスマホに「マイナポータル」のアプリをインストール
③手順に従って、特定健診のデータを確認



問 保健センター ☎88-5533

2021.11.14 Blue Light Up 17:00~20:00

世界糖尿病デーに、シンボルタワーのブルーライトアップを実施

高血圧予防教室
高血圧性疾患は自覚症状がなく発症することもある恐ろしい病気です。この教室では、減塩のポイントや高血圧予防の知識を学びます。

▼期日 12月3日(金)
▼時間 午前9時30分~11時
▼会場 保健センター
▼対象 高血圧予防に興味がある人
▼定員 15人(先着順)
▼持ち物 健診結果
▼申込方法 電話で申し込む
▼申込開始 11月15日(日)
▼申込問合先 保健センター ☎88-5533

胃内視鏡(胃カメラ)検診
50歳以上の人を対象に、2年に一度胃内視鏡(胃カメラ)検診を実施しています。

▼対象 50歳以上で奇数年齢の希望者
▼費用 2千円
▼実施医療機関 邑楽郡・館林市内の指定医療機関
※詳しくは申し込みの際にお知らせします。
▼定員 330人(先着順)
▼申込方法 保健センター窓口へ直接申し込む(電話申し込み不可)
▼申込期限 12月24日(金)
※申込時にがん検診受診シール、お薬手帳がある人は持参してください。
▼その他 本年度の町のけんしんで胃がん検診(バリウム検査)を受診した人は対象外です
▼申込問合先 保健センター ☎88-5533

邑楽町プレミアム付商品券
コハクペイで **25%** 上乗せされる
アプリタイプ Now on sale
カードタイプ 発売中
問 役場商工振興課 ☎47-5026
コハクペイイメージキャラ オーランドさん

11月・12月の健康カレンダー

▶会場・問合先 保健センター ☎88-5533

月日	種目	受付時間	対象
11/15(月)	健康相談	午前10:00~11:30	健康上の悩みや疑問のある人
16(火)	4か月児健診	午後 1:00~ 1:15	令和3年7月生まれの乳児
17(水)	両親学級(3日目)	午前 9:15~ 9:30	妊婦またはその夫(どちらか1名のみ)
17(水)	3歳児健診	午後 1:00~ 1:15	平成30年7月生まれの幼児
25(木)	子育て相談	予約制	幼児(希望者)
26(金)	離乳食相談(後期)	午前 9:30~10:00	生後8か月~1歳1か月までの乳幼児
26(金)	2歳児歯科健診	午後 1:00~ 1:15	令和元年9・10月生まれの幼児
29(月)	健康相談	午前10:00~11:30	健康上の悩みや疑問のある人
12/1(水)	3歳児健診	午前10:00~11:30	平成30年8月生まれの幼児
2(木)	ことばの相談	予約制	幼児(希望者)
6(月)	健康相談	午前10:00~11:30	健康上の悩みや疑問のある人
8(火)	8か月児健診	午後 1:00~ 1:15	令和3年3月生まれの乳児
10(金)	離乳食相談(前期)	午前 9:30~ 9:45	生後4か月~7か月までの乳児
10(金)	1歳6か月児健診	午後 1:00~ 1:15	令和2年5月生まれの幼児
13(月)	健康相談	午前10:00~11:30	健康上の悩みや疑問のある人

乳がん検診がイオンモール太田で実施されます

▶日時 12月16日(金)正午~午後8時
▶対象 40歳以上の奇数年齢の女性(令和4年3月31日時点)
▶費用 500円
▶予約方法 県電子申請で予約する
▶予約期限 11月30日(日)
▶問合先 保健センター ☎88-5533

県電子申請システム

人口の動き
世帯数 10,467世帯(+17)
男 13,180人(-11)
女 12,864人(+5)
計 26,044人(-6)
内外国人 852人(+7)
※10月1日現在(前月比)

火災と救急

火災発生件数 1件(6)
交通事故出動 7件(60)
急病出動 56件(496)
その他の出動 16件(122)
救急出動合計 79件(678)
※9月分(1月からの累計)

TOWN INFORMATION ORA 情報広場

健康 からだばかばかヨガ教室

自宅でも続けられるような優しいヨガを紹介します。男性も女性も、みんな楽しく体を動かしてみませんか。

▼期日 12月13日(日)、20日(日)
※2日間とも同じ内容。
▼時間 午前10時~11時30分
▼会場 保健センター

▼対象 医師の運動制限がない人でヨガに興味のある人
▼内容 ヨガに関する講話と実技
▼定員 各日20人(先着順)
▼費用 無料
▼持ち物 動きやすい服装と上履き(かかとがあるもの)、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、マスク
▼申込方法 電話で申し込む
▼申込開始 11月15日(日)
▼申込問合先 保健センター ☎88-5533

健康とお得をGETしよう HEALTH×SWAN

ヘルスワンポイント事業 参加者募集中

ヘルスワンポイントは、健診(検診)を受けたり、健康講座に参加したり、自分で決めた運動を継続的に行ったりするとポイントが貯まります。10ポイント貯めて応募すると景品がもらえます。

▶対象者 町内在住の19歳以上の人
▶実施期間 令和4年3月31日(日)まで
▶参加方法

①登録(ポイントカードを入手)しよう
▶登録受付場所 保健センター、役場健康福祉課、役場住民課、町民体育館、中央公民館、長柄公民館、高島公民館、町立図書館

②ポイント事業に参加する
対象事業は広報おうらや町ホームページでお知らせしています

③応募(貯まったポイントを景品に)しよう
10ポイント貯まったら、保健センターで景品と交換できます

▶問合先 保健センター ☎88-5533

▲対象事業はこのマークが目印

ポイントを貯めて景品をGETしよう

景品は必ずもらえるエコバッグと抽選で当たる景品があります(上記は景品の一例)

12月の休日当番医

◇診療時間 内科・外科/午前9時~午後5時 耳鼻科/午前9時~午後1時 歯科/午前9時~正午(受付は午前11時30分まで)
◇救急病院の問合先 救急テレホン ☎73-5699 ※必ず電話してから保険証をお持ちになって受診してください。

	外科系	内科系	耳鼻科	歯科	
5日(日)	館林医院 館林市西本町 ☎74-2112	いたくら内科クリニック 板倉町朝日野 ☎70-4080	星野こどもクリニック (小児科のみ) 館林市楠町 ☎70-7200	板倉耳鼻咽喉科 板倉町海老瀬 ☎80-4333	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
12日(日)	明和セントラル病院 明和町中谷 ☎84-1234	森下内科医院 館林市花山町 ☎73-7776	金丸内科医院 狸塚 ☎88-3200		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
19日(日)	慶友整形外科病院 館林市赤生田町 ☎49-9000	加藤医院 光善寺 ☎89-1031	多々良診療所 館林市西高根町 ☎72-3060	川田耳鼻咽喉科医院 館林市仲町 ☎72-3314	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
26日(日)	澤田皮膚外科 館林市新宿 ☎70-7703	さくま内科胃腸科クリニック 館林市花山町 ☎55-2500	小児科おぎわらクリニック (小児科のみ) 大泉町坂田 ☎61-1133		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
30日(木)	岡田整形外科クリニック 館林市朝日町 ☎72-3163	ましも内科・胃腸科 大泉町城之内 ☎62-2025	まりレディースクリニック 館林市木戸町 ☎76-7775	藤原医院 明野 ☎88-7797	予約時間 午前9時~11時 診察時間 午前9時~午後5時 歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
31日(金)	川島脳神経外科医院 館林市岡野町 ☎75-5511	ごが内科クリニック 館林市栄町 ☎73-7587	寺内医院 赤堀 ☎88-1511	公立館林厚生病院 (小児科のみ) 館林市成島町 ☎76-8031	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818

群馬県保険医協会 11月の健康テレホンサービス(☎027-234-4970) ▶電話をすると3分間の健康講話が聞けます

直接相談タイム(医師が相談や質問にお答えします) 12月8日(日)午後7時30分~9時

① リウマチと免疫 ② 歯とジュースとおやつ ③ 毛染め
④ 月経痛と出血量 ⑤ 採血なしで24時間血糖測定 ⑥ 夜尿症って何歳から?