

年金・税金

国民年金の任意加入

老齢基礎年金は、20～60歳の40年間保険料を納めれば、満額の年金を受け取ることができます。

保険料の納め忘れなどで納付済期間が40年間に満たない場合は、60～65歳の間に国民年金に任意加入して、満額の年金に近づけることができます。また、海外に在住する日本国籍の人も任意加入することができます。

▼問合先 太田年金事務所 49-3716

社会保険料控除証明書

国民年金保険料の納付額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書(はがき)」が日本年金機構から11月上旬に送付される予定です。

年末調整や確定申告の手続きには控除証明書が必要になります。申告まで大切に保管してください。

▼控除の対象 平成31年1月～令和元年12月に納めた国民年金保険料

▼問合先 太田年金事務所 49-3716

今月の納税

▼納期限 町県民税(3期) 10月31日 国民健康保険税(4期) 10月31日

10月31日 国民健康保険税(4期) 10月31日

公聴

都市計画変更に係る公聴会

県と町は、都市計画の変更を予定しています。この変更案がまとまったので公聴会を開催します。なお、公述人がない場合は、公聴会は開催しません。

公聴会

▼期日 11月12日(火)午後2時

▼場所 館林土木事務所大会議室

▼内容 都市計画変更案(区域区分、用途地域、地区計画)の公述人の意見発表

公述人の受付

公聴会での意見発表希望者は、公述申出書を提出してください。

▼申出期間 10月11日(金)～25日(金)

※郵送の場合は10月25日(金)必着

▼提出先 役場都市建設課

▼その他 申出人が多数の場合は町が公述人を選定して本人に通知します。

なお、区域区分に関する意見は県が公述人を選定して本人に通知します。

原案の閲覧

▼期間 10月11日(金)～25日(金)

▼場所 役場都市建設課

▼問合先 役場都市建設課 47-5031、県都市計画課 027-22613656

教養

笑顔で長生き！
ロコモ予防教室

「ロコモ」は骨や筋肉、関節などが衰えてしまうこと。放っておくと、要介護や寝たきりになってしまう可能性があります。日頃の運動不足解消のために一緒に運動してみませんか。

▼期日 10月30日(火)、11月12日(火)

※2日間とも同じ内容。

▼時間 午前9時30分～11時45分

▼会場 保健センター

ふれあい保育

11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

7日(木)	給食センター見学(全年齢対象)
11日(月)・14日(木)	季節の製作
18日(月)	読み聞かせ(全年齢対象)
21日(木)	くすみボタンのアクセサリー作り(全年齢対象)
25日(月)・28日(木)	誕生会

※11月4日(月)は振替休日でお休みです。

開放日

5日(火)・6日(水)・12日(火)・13日(水)・19日(火)・20日(水)・26日(火)・27日(水)	のびのび遊ぶ自由時間が中心
1日(金)・8日(金)・15日(金)・22日(金)・29日(金)	サークル活動支援・開放日

☆子育てに関する電話相談、来園相談も受け付けています。

【火・水・金曜日】0歳～就学前の子どもと保護者
【月曜日】0歳～1歳の子どもと保護者 【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28年4月2日～平成29年4月1日生まれの子ども
水	0歳児(後期) ※平成29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～まだはわかない赤ちゃん
金	2歳児 ※平成27年4月2日～平成28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)

定例相談

法律相談(要予約・定員8人)

10月19日(土)・相澤弁護士
11月16日(土)・神谷弁護士
午後1時20分～4時、邑楽町役場
役場住民課 47-5017
人権・行政相談(電話予約可)
11月14日(木)・午後1時30分～4時
12月12日(木)・午前10時～3時
中央公民館
関根・青葉・佐野・福島・齊藤相談員
役場住民課 47-5017

女性のための法律相談(要予約)

10月16日(水)、11月20日(水)
午後2時30分～4時・定員3人
大泉町文化むら
役場住民課 47-5017
心配ごと電話相談(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
オレンジカフェ(認知症カフェ)
10月16日(水)午後2時～3時30分
まがたまの里 89-0011

消費生活相談

平日・午前9時～午後4時30分
町消費生活センター 47-5047
交通事故相談
平日・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

11月2日(土)・午後6時～8時
ヤングプラザ 89-1501

年金相談(要予約)

10月17日(木)、12月19日(木)
午前9時30分～午後3時30分
館林市役所 72-4111

子育てこころの相談(要予約)

10月23日(水)・午前9時～11時
館林保健福祉事務所 72-3230

ストレス・こころの相談(要予約)

10月16日(水)、11月6日(水)・午後1時30分～3時
館林保健福祉事務所 72-3230

ふれあい相談会(神経難病生活支援相談会)

11月13日(水)・午後1時15分～3時30分
※初めての参加者は電話予約が必要。
館林保健福祉事務所 72-3230

相談

不妊・不育症専門の出張相談

県では、不妊や不育症についての相談をお受けする、不妊専門相談センターを開設しています。女性産婦人科医と保健師が相談をお受けします。

▼相談日 毎月第1・第3木曜日
▼時間 午前10時～午後3時30分
▼会場 群馬県健康づくり財団(前橋市堀之下町)
▼内容 不妊・不育症に関する検査、治療方法や治療への不安、家族関係などの相談

身体障害者巡回相談

県心身障害者福祉センターでは身体障がい者の利便性を考慮し、身体障害者巡回相談を行います。

▼日時 11月13日(火)午前10時～正午
▼会場 館林市総合福祉センター(館林市苗木町)

うつ・自殺対策地区別研修会

県看護協会館林地区支部では、自殺者の発するサインに気づき、見守り、医療機関に繋いでいくための講演会を開催します。

▼日時 10月23日(火)午後6時～7時30分
▼会場 公立館林厚生病院3階(講堂)
▼講師 大小原利信先生(システムカウンセラー)

緑化センターの出張緑化講座

▼日時 11月14日(火)午前10時～正午
▼会場 県前橋合同庁舎(前橋市上細井町)

男性の料理教室

▼期日 11月19日(火)
▼時間 午前9時30分～午後1時
▼会場 保健センター
▼対象 40歳以上の男性
▼定員・費用 15人(先着順)・200円
▼持ち物 エプロン、三角巾、スリッパ、ふきん(2枚)

▼テーマ 早めになりたいカキの剪定
▼定員・参加費 60人(先着順)・無料
▼申込開始 10月28日(日)午前8時30分
▼申込方法 電話で申し込む
▼申込・問合先 県緑化センター 88-7188

えっ、そんなに!? うどんの塩分

群馬県は昔から小麦の生産量が多く、粉食文化が根付いていいます。中でもうどんを食べる機会が多いのではないのでしょうか。

健康な成人の1日の食塩摂取基準値は男性で8g、女性で7gです。ゆであうどん1人前には約1g、つゆには約5gの食塩が含まれているをご存知でしょうか。1食でほぼ1日分の食塩を摂取することになってしまいます。つゆはだしを強めにする、生姜やネギなど薬味を多く入れるなどして塩分を控えめにする工夫をしてみましょう。野菜をたっぷり乗せたサラダうどんもおおすすめです。



最近では食塩ゼロのうどん、塩分カットのつゆなども売られています。血圧が気になる方は上手に活用してみたいかもしれません。

▶問合せ 保健センター ☎88-5533

経済センサス基礎調査
町内全ての事業所が対象の統計調査です。令和2年3月までに順次調査員が伺います。ご協力お願いします。
▼問合せ 役場商工振興課 ☎47-5010

調査

令和元年10月22日 に行われる即位礼正殿の儀に伴い、町では記帳所を設けます。
▼期日 10月18日(金)・23日(水)
▼場所 役場ロビー
▼問合せ 役場総務課 ☎47-50002

即位礼正殿の儀に伴う記帳所を設けます

お知らせ

幼児、小学生 乳幼児(3歳以下) 6,500円
2,500円
▼乗車地 館林市役所、バスターミナルおおた(太田市)など
▼申込方法 往復はがきに住所、電話番号、参加者全員の氏名、年齢(学年)、希望乗車地、「東京デイズニールランド参加希望」と書いて申し込む
▼申込締切 11月5日(火)
▼問合せ 県母子寡婦福祉協議会(〒371-0843 前橋市新前橋町13-12) ☎027-2551663

その軽油、もしかして不正軽油？
不正軽油は、犯罪。製造・販売・使用していると
思われる情報をお知らせください。
不正軽油110番 前橋行政農務事務所軽油広域調査係 ☎027-231-2801

東京デイズニールランドツアー
(主催：県母子寡婦福祉協議会)
県母子寡婦福祉協議会では、母子・父子家庭や寡婦のふれあいの場をつくり、児童の育成と母子・父子家庭の自立促進を図るため、ツアーを開催します。
▼期日 12月1日(日)
▼対象 県内在住の母子・父子家庭の母や父とその子ども(高校生以下)、寡婦
▼定員 親子合わせて200人
※応募者多数の場合は抽選。
▼参加費(バス代・保険料・パスポートを含む)
大人(非会員) 10,500円
母子(父子)会員・中・高校生 9,000円

TOWN INFORMATION ORA 情報広場

募集

東京デイズニールランドツアー
(主催：町労使教育委員会)
町労使教育委員会では、東京デイズニールランドツアーを開催します。
▼期日 12月7日(土)
▼集合出発時間 午前6時30分
▼集合場所 保健センター東駐車場
▼対象 町内在住・在勤者とその家族でツアーに協力できる人
※未成年者は保護者の同伴が必要。
▼定員 80人(応募者多数の場合抽選)
▼参加費(バス・パスポート・保険代など)

大人(18歳以上) 10,000円
中人(12~17歳) 8,500円
小人(4~11歳) 7,000円
未就学児(3歳以下) 2,000円
▼申込方法 所定の申込用紙に参加者全員の名前、年齢、住所、電話番号と勤務先を記入し、直接またはファクスで申し込む(二度の申し込みで4人まで)
※申込用紙は役場商工振興課または町ホームページにあります。
※参加費の支払い方法などは、参加者決定後に通知します。
▼申込締切 10月21日(月)
※受付は、役場開庁時間に限りです。
▼申込・問合せ 役場商工振興課 ☎47-5026 内線88-3247

ぐんま県民の日「町内公共施設を無料開放」

町では「10月28日(日)群馬県民の日」協賛事業として町内の施設を無料開放します。

郷土への理解と関心を深め、豊かな群馬県をつくろう！



施設名・利用内容・問合せ先	
中央公民館	使用料無料 (ホールとホール備品除く) 利用時間 9:00~22:00 問合せ 中央公民館 ☎88-1177
長柄公民館	使用料無料 利用時間 9:00~17:00 問合せ 長柄公民館 ☎89-0123
町勤労青少年ホーム、 勤労者体育センター	使用料無料 利用時間 9:00~17:00 問合せ ヤングプラザ ☎89-1501
町民テニスコート	使用料無料 利用時間 9:00~17:00 問合せ 町民体育館 ☎88-5355
シンボルタワー	シンボルタワー展望室へ入場無料 利用時間 10:00~16:00 問合せ シンボルタワー ☎88-8686
福祉センター寿荘	※文化祭開催。 利用時間 9:30~16:00 問合せ 福祉センター寿荘 ☎88-6588

※28日(日)は休館日のため、27日(土)が県民の日事業として利用料無料になります。



人口の動き

世帯数 10,325世帯 (+24)
男 13,375人 (-6)
女 13,090人 (-2)
計 26,465人 (-8)
内外国人 695人 (+3)
※9月1日現在(前月比)

火災と救急
火災発件数 0件(9)
交通事故出動 1件(42)
急病出動 57件(466)
その他の出動 23件(161)
救急出動合計 81件(669)
※8月分(1月からの累計)

10月・11月の健康カレンダー

▶会場・問合せ 保健センター ☎88-5533

月日	種目	受付時間	対象
10/16(水)	3歳児健診	午後 1:00~ 1:15	平成28年8月生まれの乳児
21(月)	健康相談	午前10:00~11:30	健康上の悩みや疑問のある人
23(水)	両親学級(2日目)	午前 9:15~ 9:30	妊婦または妊婦とその夫
25(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
25(金)	2歳児歯科健診	午後 1:00~ 1:15	平成29年9月生まれの幼児
28(月)	健康相談	午前10:00~11:30	健康上の悩みや疑問のある人
29(火)	4か月児健診	午後 1:00~ 1:15	令和元年6月生まれの幼児
11/6(水)	3歳児健診	午後 1:00~ 1:15	平成28年9月生まれの乳児
7(木)	両親学級(3日目)	午前 9:15~ 9:30	妊婦または妊婦とその夫
8(金)	離乳食相談(前期)	午前 9:30~10:00	生後4か月~7か月までの乳児
8(金)	1歳6か月児健診	午後 1:00~ 1:15	平成30年3・4・5月生まれの幼児
11(月)	健康相談	午前10:00~11:30	健康上の悩みや疑問のある人
13(水)	8か月児健診	午後 1:00~ 1:15	平成31年2月生まれの乳児

体の中身が測れます 体脂肪や筋肉量のバランスを計測 InBody

インボディでカラダの中をチェックしてみませんか。
インボディは、生活習慣病の指標となるBMIや内臓脂肪レベル、筋肉や体脂肪の量、さらには、それらが体のどこについているのかが分かります。あなたの健康管理に役立つこと間違いなしです！

保健センターで無料で測れます

▶測定日 毎月「健康相談」実施日 ▶問合せ 保健センター ☎88-5533

はだして乗り、棒を握って測定します。姿勢が保てない人やベースメーカーをつけている人は測定できません。



11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)
◇救急病院の問合せ 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	邑楽部 (内科系)	館林市 (内科系)	耳鼻科	歯科
3日(日)	館林医院 館林市西本町 ☎74-2112	三浦医院 大泉町北小泉 ☎62-2917	真中医院 本町 ☎72-1630		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
4日(月)	堀井乳腺外科クリニック 館林市北成島町 ☎55-2100	益田小児科 (小児科のみ) 大泉町朝日☎62-5535	森下内科医院 花山町 ☎73-7776		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
10日(日)	田沼整形外科医院 中野 ☎88-9223	みづほクリニック 大泉町西小泉 ☎20-1122	神尾内科医院 緑町 ☎75-1288	今村クリニック 篠塚☎70-2221	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
17日(日)	海宝病院 館林市堀工町 ☎74-0811	阿部医院 大泉町吉田 ☎62-5428	ごが内科クリニック 栄町 ☎73-7587		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
23日(土)	高木整形外科 (午前のみ) 大泉町いずみ☎62-6611	湯沢医院 大泉町西小泉 ☎62-2209	菅沼医院 大手町 ☎72-9090		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
24日(日)	慶友整形外科病院 館林市赤生田町 ☎49-9000	田沼内科医院 中野 ☎88-7522	県西在宅クリニック館林 新栄町 ☎55-3818		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 10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) 日時 歯科……11月7日(土)午後7時30分~9時	⑦ 膝の痛み ⑧ 自律神経失調症	⑨ 子宮がんや子宮筋腫 ⑩ 親知らずは抜くべきか	⑪ 補聴器の選び方 ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿
---	---------------------	-----------------------------	--