

板倉町総合老人福祉センター			
期日	送迎場所	期日	送迎場所
6日	水曜日 西地区	20日	水曜日 北地区
8日	金曜日 北地区	21日	木曜日 西地区
13日	水曜日 南地区2	25日	月曜日 南地区2
14日	木曜日 東地区	26日	火曜日 東地区
15日	金曜日 南地区1	28日	木曜日 南地区1

送迎バス運行予定表
問合せ 総合老人福祉センター ☎82-3900

健康

健康の鉄人教室(第11回)
腰痛・膝痛予防教室
健康エンジョイポイント対象
腰痛や膝痛の原因や予防法を学んで、春に向けて健康な体づくりをはじめましょう。
日時 2月19日(火) 午後1時30分～3時
場所 中央公民館3階第2・3会議室
定員 50名
内容 腰痛・膝痛予防の講話と軽運動の実践
講師 加藤啓祐 理学療法士(慶友整形外科病院)
受付開始日 2月6日(水)
申込み・問合せ 介護高齢係
☎内線324

を提供します。
日時 2月25日(月) 午後1時30分～3時30分
場所 東洋大学板倉キャンパス1101教室
内容
① 研究員による研究活動報告「板倉町の健康づくり支援」
② 特別講演「口腔の健康を通して健康寿命延伸を考える」
渡邊裕(東京都健康長寿医療センター研究所)
費用 無料
申込み 問合せ先にご連絡ください。当日受付も可能です。
対象 なたでも参加できます。
問合せ 東洋大学板倉事務課
☎82-9105

骨美人チャレンジを
健康エンジョイポイント対象
開催します
骨粗しょう症を予防し、しなやかに若々しい体を維持するための、骨力アップの秘策を学ぶ教室です。
日時 2月28日(木) 午後1時



15分～3時30分
場所 保健センター
申込み・問合せ 保健センター
☎82-3757

よく食べて健康に

健康エンジョイポイント対象
「食べることに焦点をあてて、実践を通して学ぶ教室です。お口の手入れや食事バランスについて学び、健康な体づくりをはじめましょう。
日時 3月1日(金)、8日(金)、15日(金)(全3回) 午後1時15分～3時30分
場所 中央公民館2階調理室
対象 65歳以上のかた
定員 20名
内容 ①正しいお口の手入れ方法、噛む力や飲み込む力を鍛える体操の実践
② 食事のバランスについての講義、栄養満点のおかずやおやつ作り
受付開始日 2月6日(水)
申込み・問合せ 介護高齢係
☎内線321

動かしませんか。ストレッチやエアロビなどが体験できます。
日時 2月19日(火)、26日(火)、3月5日(火)(全3回) 午前10時～11時
場所 保健センター
定員 10名
申込期限 定員になり次第締め切り
申込み・問合せ 保健センター
☎82-3757



【広告】

初級編
バランスボール教室開催
健康エンジョイポイント対象
大きなボールで楽しく体を
を監視する母子家庭などの母
監護し生計を同じくする父子
家庭などの父または養育者
要件 18歳に達する日以後の
最初の3月31日までの間にあ
る次のいずれかに該当する児童
・ 父母が離婚
・ 父または母が死亡
・ 父または母が重度の障害者
・ 父または母の生死が不明
・ 父または母から一年以上遺棄
・ 父または母が裁判所からDV
保護命令を受けた
・ 父または母が一年以上拘禁
・ 未婚の母の子
・ 孤児など父母が不明
手当額(月額)
10,030円～42,500円
▼特別児童扶養手当
対象 精神または身体に一定
の障害のある20歳未満の児童
を監護する父母または養育者
手当額(月額)
・ 1級 51,700円
・ 2級 34,430円
申込み・問合せ
○ 児童扶養手当
子育て支援係
☎内線314
○ 特別児童扶養手当
社会福祉係
☎内線312

口腔ケア教室
館林邑歯科医師会
食べる機能
である摂食・
嚥下の基礎知
識、必要な口
腔ケアを学び
健康寿命を延
ばしましょう。初めてのか
た、リピータのかた、ご夫婦
での参加も大歓迎です。
日時 3月2日(土) 午後3時
～5時
場所 館林邑歯科保健医療
センター(苗木町2622-1)
対象 館林市邑楽郡内に在住
するかた
定員 40名
内容 歯や口の病気を予防す
る効果的なセルフケア | 専
門家オススメの口腔ケア用品

【広告】

有料広告掲載欄

有料広告掲載欄

を使ってみましょう(試供品の提供あり)
※中高年以降のお口の健康は、歯みがきだけでは足りません。お口の機能(食べる・飲みこむ)に注目した口腔機能低下症の検査を行い予防法を考えます。
講師 尾崎研一郎 足利赤十字病院 リハビリテーション科歯科医師
○合場千佳子 日本歯科大学東京短期大学 教授
受付開始日 2月12日(火) 午前9時から
申込み・問合せ 館林邑楽歯

科保健医療センター
☎73-8818

児童扶養手当

県では、児童扶養手当・特別児童扶養手当を支給しています。支給の要件を満たしている、まだ受給していないかたは、申請してください。
※所得要件により手当が支給されない場合があります。
▼児童扶養手当
対象 次の要件を満たす児童

容器包装プラスチックのリサイクル

混ぜればごみ、分ければ資源としてリサイクルできます

○リサイクルできる容器包装プラスチック
容器包装プラスチックには「容器包装リサイクルマーク」の表示があります。マークを参考に分別をお願いします。

発泡スチロール シャンプーボトル カップめん容器など

×リサイクルできない容器包装プラスチック
リサイクルに悪影響があるため、燃えるごみで出してください。
① 容器プラマークの表示のないもの
② 汚れのあるもの
③ においのついているもの

○収集は資源ごみステーションへ 専用容器または専用ネットへ
1区2区、9区～15区 第2・4水曜日
3区～8区 第1・3水曜日
専用コンテナまたはネットが収集前日に設置されます。ビニールの袋に入れるなど、飛散しないように出してください。
※持ち込みは「いたくらリサイクルセンター」へ
月～金(祝日除く) 午前8時30分～午後4時30分
土曜日 午前8時30分～11時30分
☎56-9860
ご理解ご協力をお願いします。
問合せ 環境係 ☎82-5371

を監視する母子家庭などの母
監護し生計を同じくする父子
家庭などの父または養育者
要件 18歳に達する日以後の
最初の3月31日までの間にあ
る次のいずれかに該当する児童
・ 父母が離婚
・ 父または母が死亡
・ 父または母が重度の障害者
・ 父または母の生死が不明
・ 父または母から一年以上遺棄
・ 父または母が裁判所からDV
保護命令を受けた
・ 父または母が一年以上拘禁
・ 未婚の母の子
・ 孤児など父母が不明
手当額(月額)
10,030円～42,500円
▼特別児童扶養手当
対象 精神または身体に一定
の障害のある20歳未満の児童
を監護する父母または養育者
手当額(月額)
・ 1級 51,700円
・ 2級 34,430円
申込み・問合せ
○ 児童扶養手当
子育て支援係
☎内線314
○ 特別児童扶養手当
社会福祉係
☎内線312

～献血にご協力ください～
健康エンジョイポイント対象
いのちを救う愛の献血にご協力をお願いします。
日時 3月7日(木)
午前の部 午前10時～正午
午後の部 午後1時～3時30分
場所 板倉町総合老人福祉センター
問合せ 社会福祉係 ☎内線311

冬の省エネルギー

冬の室温は20℃を目安にね!
見てないテレビや照明はOFF!
お出かけ時はプラグを抜いて待機電力をカット!

関東電気保安協会 <https://www.kdh.or.jp/>

くらし

福祉タクシー利用の
助成券を交付します



対象者 次の①～⑤に該当する在宅のかた

- ①身体障害者手帳1・2級の交付を受けているかた
- ②療育手帳の交付を受けているかた
- ③精神障害者保健福祉手帳の交付を受けているかた
- ※①、②、③に該当しても自動車税または軽自動車税の減免を受けている場合は対象外
- ④70歳以上(昭和24年4月1日以前生まれ)の高齢者のみの世帯
- ※隣接した敷地を含む同一敷地内に家族が住んでいる場合、二世帯住宅の場合は対象外
- ⑤母子・父子家庭世帯(18歳未満の児童のいる世帯に限る)
- ※④、⑤に該当しても四輪自動車車を所有し、運転できるかた

たがっている世帯は対象外
交付枚数 1世帯につき48枚
(1枚500円)

※ただし、年度途中の場合
は、申請された月に応じた枚数の交付となります。
申込み お住まいの地区の担当民生委員に申請してください。
問合せ 介護高齢係
■内線323

**在宅介護の負担軽減
紙おむつ給付券を支給**

在宅介護の負担軽減のため、高齢者・障害者のかたに紙おむつ給付券を支給します。
対象者 在宅で暮らし、紙おむつを必要とするかた
①介護認定の有無にかかわらず、65歳以上の在宅高齢者で紙おむつが必要なかた
②身体障害者手帳1級または2級、療育手帳A判定もしくは精神障害者保健福祉手帳1級の所持者で町民税非課税世帯に属するかた
※他の制度により紙おむつの給付を受けているかたは、対象外です。
※紙おむつ給付券の支給は4月以降となります。
申込み お住まいの地区の担当民生委員に申請してください。

問合せ 介護高齢係
■内線323

**腎機能障害者等の
通院交通費を補助します**

腎臓または小腸の機能に障害のあるかたが、人工透析または中心静脈栄養法・経腸栄養法の医療を受けるために医療機関へ通院した場合の交通費の一部を補助します。
対象者 次の条件全てに該当しているかた
①町内に居住し、住民登録されているかた
②腎臓機能障害または小腸機能障害の身体障害者手帳が交付されているかた
③医療機関に通院し、人工透析または中心静脈栄養法・経腸栄養法の医療を受けているかた。(入院の期間は除く)
④他の法令等により、通院交通費の支給を受けていないかた
⑤当該年度の町民税が非課税のかた
申請期限 2月28日(木)
申請に必要なもの
①身体障害者手帳
②対象者名義の通帳
③認め印
昨年度、支給決定を行ったかたについては申請書を送付

します。その他のかたについては、福祉課にて申請書を受け取り、医療機関で証明を受けた後、申請してください。
申込み・問合せ 社会福祉係
■内線312

**指定難病等見舞金を
支給します**

指定難病の患者および小児慢性特定疾病にかかっている児童の保護者に見舞金を支給します。
対象者 ①に該当し、かつ②③のいずれかに該当のかた
①町内に居住し、住民登録のあるかた
②特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちのかた
③小児慢性特定医療費医療受給者証をお持ちの児童の保護者
支給額 月額3,000円
申請期限 2月28日(木)
申請に必要なもの
①特定医療費(指定難病)受給者証または小児慢性特定医療費医療受給者証
②対象者名義の通帳
③認め印
※詳しくはお問い合わせください。
申込み・問合せ 社会福祉係
■内線312

**両立支援助成金
再雇用者評価処遇コース**

主な要件 妊娠、出産、育児または介護を理由として退職したかたについて、退職前の勤務実績を評価・処遇し、再雇用する制度を導入している対象者を再雇用し、無期雇用者として6か月以上継続雇用すること。
支給額 再雇用人数・企業規模・生産性により一人につき10万円～48万円(継続雇用6か月後と1年後の2回に分けて半額ずつ支給)
※1企業5人まで
問合せ 群馬労働局雇用環境・均等室

**放送大学
4月入学生募集**



放送大学では、4月入学生を募集しています。
○10代から90代の幅広い世代、約9万人の学生が、大学を卒業したい。学びを楽しみたいなどさまざまな目的で学んでいます。
○テレビで授業を行っている

**放送大学
4月入学生募集**

だけでなく、学生はその授業をインターネットで好きなときに受講することもできます。
○心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり1科目から学ぶことができます。
○放送授業1科目の授業料は1万1千円(入学金は別)。半額ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステムです。
○全国にミニキャンパスといえる学習センター・サテライトスペースが設置されており、サークル活動などの学生の交流も行われております。
○資料を無料で差し上げています。
お気軽に放送大学群馬学習

「ぐんま一番」群馬テレビ

県広報番組「ぐんま一番」は、地域の人々とのふれあいや体験を通して、35市町村それぞれの魅力と潜在力を紹介しています。
放送日時 毎週金曜日
午後7時30分～8時
毎週日曜日
午前9時30分～10時
問合せ 群馬県広報課
■027122612167

くらしの
情報

●●●●● いたくらお知らせメール ●●●●●



スマートフォン・パソコン用 QRコード
携帯電話用 QRコード

●●●●● まちの動き ●●●●●

人口	14,661人 (-6)
男	7,371人 (-6)
女	7,290人 (±0)
世帯数	5,594戸 (-3)

()内は前月比
平成31年1月1日現在

●●●●● 今月の税金 ●●●●●

国民健康保険税(第8期)
介護保険料(第8期)
後期高齢者医療保険料(第8期)
納期限 2月28日(木)
問合せ 収税係
■内線221・222
毎週水曜日に窓口延長を午後7時15分まで行っています。ご利用ください。

●●●●● 事故と犯罪の発生状況 ●●●●●

事故 平成31年1月1日～1月15日

	累計	前年比
人身事故	2件 (2件)	+2
物件事故	3件 (3件)	±0

犯罪 平成30年12月1日～12月31日

	累計	前年比
侵入窃盗	3件 (22件)	±0
乗物盗難	2件 (15件)	-3
器物損壊	0件 (3件)	-5
住居侵入	0件 (2件)	±0
その他の事件	3件 (49件)	-3

※()内は平成30年1月からの累計



野木町(栃木県)

野木町煉瓦窯で明治の薫りを感じてみませんか
国指定重要文化財の野木町煉瓦窯が見学できます。
見学時間 午前9時～午後5時
(野木町ホフマン館の開館日のみ)
ボランティアガイド等による解説付き見学ツアーも実施 午前9時30分、10時30分、11時30分、午後1時、2時、3時、4時の7回
料金 中学生以下 無料
高校生以上 1000円
問合せ 野木ホフマン館
■028013316667

栃木市(栃木県)

できました!
栃木市のマンホールカード
蔵の街並みをデザインしたマンホール蓋のマンホールカードを無料配布しています。
配布場所 栃木市観光協会(栃木市後町・ちぎ蔵の街大通り沿い)
時間 午前8時30分～午後6時
(在庫状況は栃木市ホームページまたは左記問合せへ)
問合せ 下水道建設課
■028212112422

小山市(栃木県)

小山一郎研究会所管
小山一郎関係資料調査
第2回報告展
小山出身の版画家、小山一郎。代表作である「盤庄に耐えて」を中心として、版木や油絵など小山一郎研究会所管の作品を紹介します。
期間 2月15日(金)～17日(日)
午前10時～午後4時
場所 小山市立生涯学習センター・ギャラリー(小山市中央町3-7-11)ロブル6階)
費用 無料
問合せ 文化振興課
■028512219662

加須市(埼玉県)

本と遊ぼう 全国訪問おはなし隊
550冊以上の絵本を乗せておはなし隊のキャラバンカーが加須市来館にやってきました。絵本の自由閲覧、絵本の読み聞かせ、紙芝居などをします。
日時 3月3日(日)
午前10時～11時5分
場所 加須市来館(加須市外野350-1)
費用 無料
対象 2歳～8歳くらいまで
問合せ 加須市来館
■048016212160

古河市(茨城県)

古河歴史博物館展示
「雪の殿さま土井利位」
期間 3月3日(日)まで
時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
休館日 2月12日(火)、21日(木)、22日(金)、25日(月)
場所 古河歴史博物館(古河市中町3-10-56)
費用 一般 400円
小中高生 100円
問合せ 古河歴史博物館
■028012215211