

防犯対策強化のお願い

安全で安心な町を創るためには、皆様の防犯意識の一層の強化が必要です。
皆様におかれましては、下記の取組等を実践し、防犯対策の強化と地域防犯力の強化に努めていただきますようお願いいたします。

町民の皆様をお願いしたいこと

- ・ 栃木県警防犯アプリ「とちぎポリス」「ルリちゃんメール」を活用した早期情報共有
- ・ 住宅への防犯機器の設置(住宅用防犯ブザー等)
- ・ 不審な車両や普段見かけない人物を目撃した際の110番通報
- ・ 「ながら見守り」の取組による地域防犯力の強化
- ・ 最寄りの警察署・交番の場所の確認



「とちぎポリス」についてはこちら



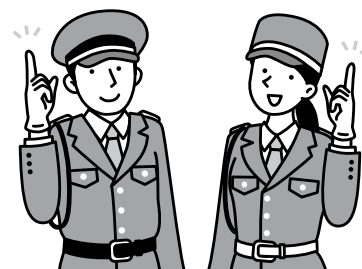
「ルリちゃんメール」についてはこちら



〈強盗殺人事件に便乗した詐欺電話に注意！〉

警察官をかたり、
「強盗殺人事件の主犯格があなた名義の口座を知っている」
「あなたの口座番号が犯人グループに知られている」
「新しい口座を作り、全財産を移してください」
などと言って、金銭をだまし取ろうとする電話が確認されています。

警察が、
・ 口座開設を指示する
・ 現金を別口座へ振り込ませる
・ 暗号資産へ送金させる
・ SNSやビデオ通話で取り調べを行う
ことは絶対にありません。



このような電話を受けた際は、一人で判断せず、電話を切って家族や警察に相談してください。
不審な電話は#9110、又は最寄りの警察署へ通報をお願いします。

▶問い合わせ先=地域生活課 生活係 ☎0285(56)9129

上三川町
にお住まいの方へ

土地・建物 売って下さい!

- ☑管理が大変・使っていない田畑…
- ☑相続した後、使う予定の無い実家…

まずは
無料相談

家や土地をお持ちの方必見!
相続勉強会
開催決定!

7.11 土 AM10:00~
参加 無料 電話 予約

「ノーブルホーム」のグループ会社

とちぎ未来開発(株) 栃木市箱森町19番26号 ☎0282-24-5687

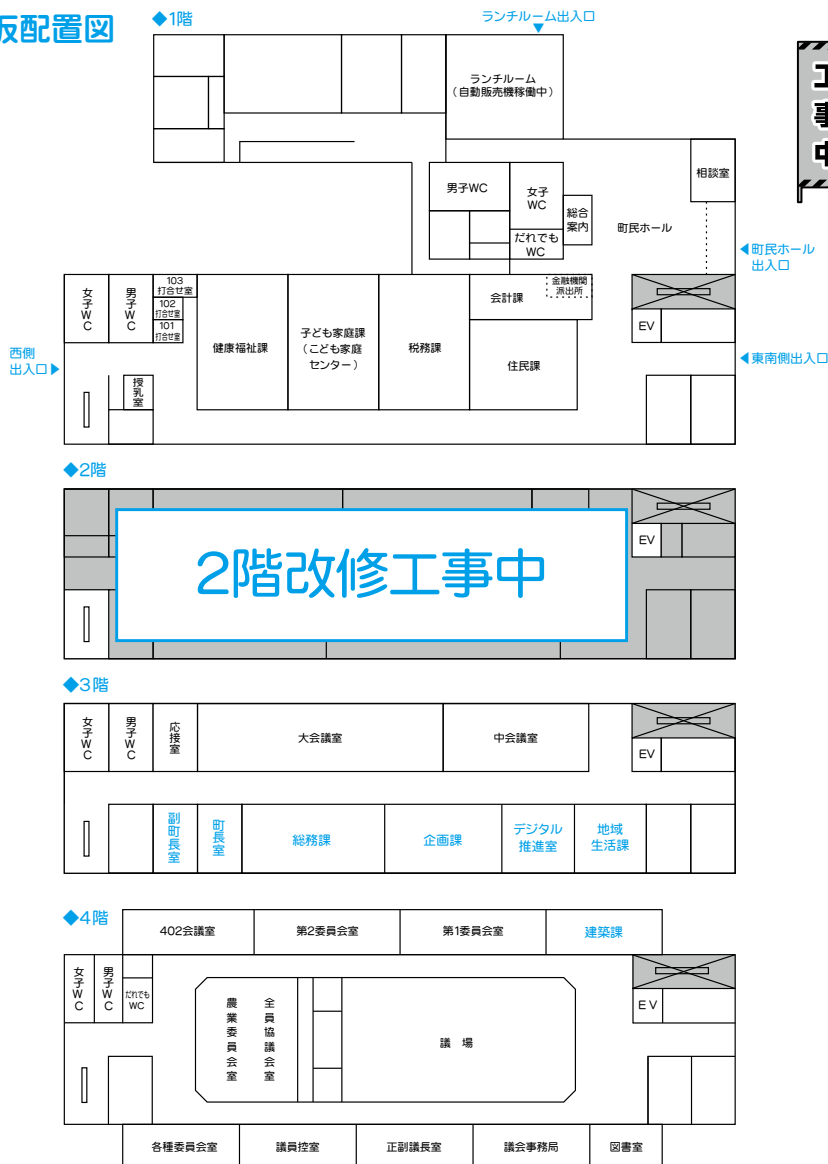


広告

庁舎内部大規模改修工事のお知らせ

上三川町役場庁舎の内部大規模改修工事を実施しています。
 工事に伴い、庁舎執務室の配置が変更になっています。 **なお、1階は5月7日に業務を開始しました。**

◆役場庁舎仮配置図



その他 ・7月は、2階と東側階段で改修工事を実施しています。

・東側階段は工事により閉鎖していますので、エレベーターまたは西側階段をご利用下さい。

工事は解体作業を伴い、騒音が発生する場合があります。ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いします。
 なお、農政課(農業委員会事務局を含む)・商工課・都市建設課・上下水道課の4課は、仮庁舎(旧中央公民館)へ移動し、業務を行っています。

▶問い合わせ先=総務課 庁舎改修班 ☎0285(56)9174 建築課 建築係 ☎0285(56)9148

介護職員初任者研修受講生募集

介護業務に従事するための資格です。取得後、ご希望者には近隣の福祉関連勤務先をご紹介します
 講習期間：2026年9月2日～11月14日の毎週火・金曜日 原則9:00～16:00 合計22回(実習2回)
 受講料：25,500円(テキスト代込) 更に1万円お得…詳細は当社公式ホームページをご覧ください
 募集人数：4名(20歳代～60歳代・少人数で行き届いた指導を行います。和気あいあいとした教室です)
 場所：下記研修センター(東武鉄道おもちゃのまち駅 西口徒歩1分・通学用無料駐車場もあります)
 (有)さくら福祉サービスみぎ営業所研修センター 壬生町緑町1-19-5 0282-28-7603
 事前説明会 7月12日・8月2日・23日 10:00～10:30 電話連絡の上ご参加下さい
 前回は40歳代男性1名・60歳代女性の2名が卒業し、2名が福祉業界に就職されました



広告

クーリングシェルター・涼みどころで暑さを避けましょう！

町では暑さが厳しいときに、暑さがしのげる施設として、一部の町有施設やご協力いただける民間施設を「クーリングシェルター」と「涼みどころ」に指定しています。

これらの施設は、危険な暑さであることを示す「熱中症特別警戒アラート」が発表されていない時でも、通常の利用の範囲内で暑さを避けるために利用することができます。

指定施設は以下のとおりです。

クーリングシェルター

【町有施設】

上三川町庁舎(町民ホール)・上三川いきいきプラザ
上三川町立図書館・ORIGAMIプラザ

【民間施設】

ウエルシア(薬局)上三川しらさぎ店
フードマーケットオータニ 上三川店
Honda Cars 栃木東 上三川店
リバティ保険ショップ宇都宮南店



涼みどころ

【民間施設】

ジョイフル本田宇都宮店
馬場商店ENEOS上三川中央SS



詳しくは
ホームページへ



▶問い合わせ先＝地域生活課 環境係 ☎0285(56)9131

高齢者の定期予防接種における長期療養特例措置について

下表の定期予防接種において、長期療養を必要とする疾病にかかった等により、やむを得ず接種の機会を逃した方は、接種可能となった日から1年を経過する日までの間、長期療養特例として定期接種を受けることができます。長期療養特例に該当するか否かは、医学的な判断が必要となり、医師の意見書が必要になります。

長期療養特例として接種を希望する場合は、接種する日の10日前までに申請が必要となります。対象になると思われる方は主治医とご相談の上、接種を受ける前に健康福祉課にご連絡ください。事前申請を行わずに接種を受けた場合は、原則、全額自己負担になりますのでご注意ください。

【長期療養特例の対象となる予防接種】

予防接種名	対象者
带状疱疹(定期)	①年度内に65歳になる方 ②年度内に70、75、80、85、90、95、100歳になる方
高齢者用肺炎球菌	①満65歳の方(接種日当日の年齢が65歳の方)

▶問い合わせ先＝・带状疱疹(定期)に関すること 健康福祉課 成人健康係 ☎0285(56)9133
・高齢者用肺炎球菌に関すること 高齢者支援係 ☎0285(56)9191

日用品、生活雑貨、作業用品、季節の商品、LPガス、灯油

暮らしの店  **海老原善次商店**

商品1個から配達します。☎ 0285-56-2065

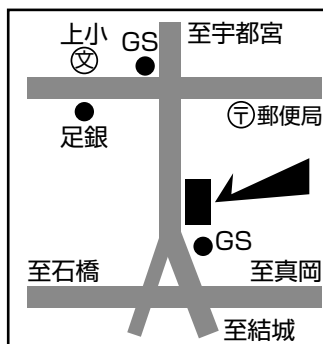
ギャラリー & 多目的スペース

やねうら

ご利用を、随時受け付けています。
お気軽にお申し込みください。



上三川町上三川4879 FAX 0285-56-0390 URL <https://ebiharashouten.jp/>



広告

7月は『第76回社会を明るくする運動』強調月間



『社会を明るくする運動』とは？

『社会を明るくする運動』とは、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築くための全国的な運動です。



安心で安全な生活ができることは、誰もが望むことですが、毎日の生活の中では、事件や犯罪のニュースを聞かない日はありません。犯罪や非行をした人が罪と向き合い、反省し、一生懸命努力することにより、もう二度と過ちを犯すことなく社会復帰できることが一番ですが、実際とても難しい現状にあります。本気で立ち直ろうとする人を受け入れる社会をつくること、そもそも犯罪や非行をさせない家庭や地域の関係づくりをしていくことが大切です。

犯罪を犯してしまった人たちを信じて寄り添い続ける更生保護活動を行う団体が上三川町にもいくつかありますが、そのような団体の名前を聞いたことはありませんか。保護司、更生保護女性会、協力雇用主などそれぞれの立場で協力し合い、安心安全な社会を築くお手伝いをしています。町民の皆さまにも、ぜひこれらの団体と一緒に活動していただきたい、また、加入はできなくとも、この“社会を明るくする運動”を『自分にできること』はどんなことなのかを考えていただくきっかけのひとつにしてほしいと思います。「青少年は地域社会からはぐくむ」という観点に立ち、町では、地域社会が犯罪や非行の防止に対して一体となった取り組みを進めるため、今年も『“社会を明るくする運動” in かみのかわ』を開催します。地域の皆さまの発表等アトラクションも企画しておりますので、お気軽にご来場ください。

第76回“社会を明るくする運動”内閣総理大臣メッセージ伝達式

- ▶日時＝7月1日(水)午後4時から
- ▶場所＝役場正面玄関前
- ▶内容＝内閣総理大臣メッセージ伝達及び街頭啓発

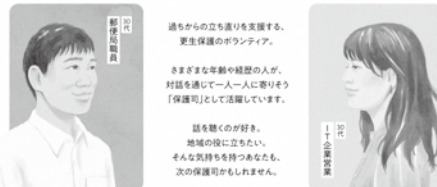
“社会を明るくする運動” in かみのかわ

- ▶日時＝7月28日(火)午前10時から
- ▶場所＝ORIGAMIプラザ 上三川日産ホール
- ▶内容＝交番所長講話、ダルク女性シェルターとちぎ施設長による講話、上三川高校生徒によるアトラクション等

※詳細は、チラシやかみたんメール等でお知らせします。



保護司になるなんて、



思ってもみなかった。



犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ
第76回 社会を明るくする運動



昨年の活動の様子



▶問い合わせ先＝健康福祉課 社会福祉係 ☎0285(56)9190

明治43年創業 地域と共に116年

伊澤薬局

「毛細血管をのぞいてみませんか？」

15分で

- 毛細血管の形が丸わかり！
- 血液が行き届いてるのか？
- 血流がスムーズかどうか？

毛細血管の観察会開催

7月限定
1回500円
さらに!!

7/6(月)・7(火)・8(水)

★参加者限定特典★
ストレスケア体験
プレゼント♪(2000円相当)

LINE

ご予約はコチラ

0285-56-2008

上三川4973 (生沼家住宅そば) / 日・祝日休

広告

国民健康保険と後期高齢者医療制度のお知らせ

国民健康保険の方

7月末までに「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」を世帯主あてに郵送します。

マイナ保険証をお持ちの方

「資格情報のお知らせ」を郵送します。

これまでどおり「マイナ保険証」で医療機関等に受診してください。

※すでに資格情報のお知らせをお持ちの70歳未満の方には新しく届かない場合があります。



マイナ保険証をお持ちでない方

「資格確認書」を郵送します。

8月1日より

今回郵送する「資格確認書」で医療機関等に受診してください。

※現在お使いの資格確認書の有効期限は、令和8年7月末までです。有効期限が切れた資格確認書は、住民課へ返却するか各自で破棄してください。



・70歳～74歳の方は、自己負担割合が記載されています。令和7年中の所得などによる判定で2割または3割となっています。

●「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」について

マイナ保険証または認定証を医療機関等の窓口で提示すると、1か月の医療費の支払いが一定額にとどまります。また、住民税非課税世帯の方は入院時の食事代が減額になります。

ただし、保険税の未納がない方に限ります。

引き続き認定証が必要な方(マイナ保険証の方は申請不要です。)

- ・現在交付されている認定証の有効期限は、令和8年7月末までです。8月以降も認定証が必要な方は、8月1日以降に住民課国保年金係で申請をしてください。
- ・70歳～74歳の方で今年度の所得区分が「現役並み所得者Ⅲ」または「一般」に該当する方は、資格確認書が認定証を兼ねるため、申請は不要です。

長期入院該当者はマイナ保険証をお持ちでも、申請をしてください。

●保険税を滞納すると…

保険税を滞納していると、延滞金が加算され、滞納処分(差押えなど)を受ける場合があります。また、特別療養費の支給対象となる場合があります。

特別療養費とは、医療機関等の窓口で10割自己負担した後、後日申請することにより、保険給付分の金額を払い戻す制度です。ただし、国保税の納期限から1年6か月滞納が続く場合には、払い戻す額の全部または一部を差し止めます。

対象の方のうち、マイナ保険証をお持ちでない方には「資格確認書(特別療養)」を、お持ちの方には「資格情報のお知らせ(特別療養)」を交付します。



職種



どうしょうくん®

戸建もお見積り無料!



株式会社

東昭こすも

河内郡上三川町多功1928-1

人材募集

取引先は大手企業多数!
「高収入」・「将来の安定」そして
「一生モノのスキル」を手に入れてください。

①総合現場管理者

②鉄塔塗装工

③建築塗装工

④プラストエ

昇給年1回、社会保険完備、寮完備、車通勤可

まずはお気軽にご連絡ください!

東昭こすも

検索

広告

後期高齢者医療制度の方

7月末までに「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」を郵送します。

○85歳以上の方全員

これまでどおり、手続きなしで新たな「資格確認書」を郵送します。

8月1日より、新たな「資格確認書」で医療機関等に受診してください。

○84歳以下で、マイナ保険証を普段から利用していない方(※1)

(マイナ保険証をお持ちでない方も含まれます)

これまでどおり、手続きなしで新たな「資格確認書」を郵送します。

8月1日より、新たな「資格確認書」で医療機関等に受診してください。

○84歳以下で、マイナ保険証を普段から利用している方(※2)

「資格情報のお知らせ」を郵送します。

「マイナ保険証」で医療機関等を受診してください。

マイナ保険証での受診が難しくなった場合は、申請により

資格確認書を交付します。必要な方は申請書を提出してください。

※1 マイナ保険証を普段から利用していない方は、次の※2に該当しない方です。

※2 マイナ保険証を普段から利用している方は、以下の条件のいずれにも該当する方です。

①過去1年間で6回以上マイナ保険証を利用している方

②概ね直近3か月以内にマイナ保険証を利用している方

マイナ保険証の利用状況は、7月中にお届けする新たな資格確認書を作成する時点の情報となります。

●限度額適用認定について

マイナ保険証または所得区分を記載した資格確認書を、医療機関等の窓口に表示すると、1か月の医療費の支払いが一定額にとどまります。また、住民税非課税世帯の方は入院時の食事代が減額になります。

マイナ保険証をお持ちでない方

現在お持ちの資格確認書に所得区分が表示されている方は、申請することなく、所得区分を記載した資格確認書を交付します。

★医療費を大切に

医療費は近年増加傾向にあります。医療費が増えると、その費用を補うために保険税(料)の引き上げも考えられます。一人ひとりが生活習慣を見直し、健康管理に努め、医療費の適正化に努めましょう。

【薬と上手に付き合きましょう！】

・ジェネリック医薬品、バイオ後発品(バイオシミラー)を利用しましょう。

バイオ後発品(バイオシミラー)とは、先行バイオ医薬品と同等の有効性がありながら、安価な医薬品です。医師や薬剤師に相談し、利用を検討してみてください。

・ポリファーマシーによる有害事象に注意しましょう

多くの種類の薬を服薬し、副作用などの有害事象や飲み間違いにつながる状態を「ポリファーマシー」と呼び、問題になっています。薬の種類が多いときは、薬剤師に相談しましょう。

▶問い合わせ先=住民課 国保年金係 ☎0285(56)9134

窓口業務の受付時間が短縮になります

令和9年1月から、各課等において対面で行う窓口業務の受付時間が変わります。これに伴い、窓口受付時間を除いては来庁者の方の立ち入りが制限されます。役場庁舎・仮庁舎・ORIGAMIプラザ内の教育委員会事務局のすべての課を対象に実施しますので、ご来庁の際はご注意ください。

	令和8年12月まで	令和9年1月から (試行運用の開始)
窓口 受付時間	午前8時30分から 午後5時15分まで	午前9時から 午後4時30分まで
住民課の 窓口延長	毎週木曜日の窓口受付時間終了後から午後7時まで	

MUSBELL
うちの子ども結婚できました!
独身のお子様の結婚相談
お気軽にご連絡ください!
0120-138-026
マルマークCMS取得 ムスベル株式会社
結婚相談所ムスベル小山
小山市駅東通り1-21-7 KM-4ビル2階 ☎ 運送料無料 営業時間:10時~19時 定休日:第2・第4水曜日

国民年金への変更手続きはお済みですか？

会社を退職(失業)された方などは国民年金の届出が必要な場合があります。



●届出が必要なとき

- ・60歳になる前に退職(失業)したとき
- ・60歳になる前に配偶者の扶養から外れたとき

※退職(失業)して、厚生年金に加入している配偶者に扶養される方は、配偶者の会社へ届出が必要です。

●届出に必要なもの

- ・退職日の分かる証明書(離職票、退職証明書、社会保険・厚生年金資格喪失証明書など)
- ・マイナンバーが分かるもの(マイナンバーカード、通知カードなど)、または基礎年金番号が分かるもの(年金手帳、基礎年金番号通知書など)

国民年金の保険料と免除・猶予制度について

令和8年度の月額保険料は、17,920円です。保険料は毎年度変わります。

所得が少ないときや失業などにより保険料を納めることが難しい場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」、「納付猶予制度」、「学生納付特例制度」がありますので申請してください。なお、申請月の2年1か月前までさかのぼって申請できます。

保険料の一部が免除されても、減額後の保険料を納付しないと未納期間となります。障がいや死亡といった不慮の事態が生じたとき、未納期間があると年金を受け取ることができなくなる場合がありますので、ご注意ください。

なお、令和8年度分(令和8年7月～令和9年6月分)の免除・猶予の受付は7月から開始します。

※令和8年度分(令和8年4月～令和9年3月分)の学生納付特例の受付は4月から開始しています。

●申請に必要なもの

- ・マイナンバーまたは基礎年金番号が分かるもの
- ・代理申請の場合…代理の方の顔写真付きの身分証明書
- ・離職による免除を希望する場合…離職票または雇用保険受給資格者証等
- ・学生納付特例の場合…学生証または在学証明書(原本)



▶問い合わせ先=住民課 国保年金係 ☎0285(56)9134
宇都宮西年金事務所 ☎028(622)4281

Road to victory

夏の全国高等学校野球選手権栃木大会に向けて、地域の高校球児たちの熱い思いや練習風景をご紹介します。

地上デジタル101ch
放送予定の詳細はこちら

6月29日(月)～7月8日(水)
毎日8:00～19:00～ほか

ご視聴にはケーブルテレビへのご加入が必要です。

ケーブルテレビ栃木 ☎0120-00-0794

広告

楽しく学べる
無料塾

詳しい内容は下のQRコードを読み取ってみてね!

場 所: いきいきプラザ 中会議室

参加申込・詳しい内容のお問い合わせ先

主催者: NPO法人 Dream Support・ドリームサポート
☎090-1055-8560 (渡辺)
受付 10:00～18:00

広告

元気アップ栄養教室に参加してみませんか？

高血圧や糖尿病などの生活習慣病を予防するための料理教室です。
管理栄養士によるミニ講話の他、食生活改善推進員が減塩やテーマに沿ったおかずの紹介をします。

- ☑ 身近で手に入る食材を使用
- ☑ 少ない材料と手順で簡単に作れる
- ☑ 実際に調理をして作り方を説明

だから自宅でも
作りやすい！



参加費は500円
ワンコインで1食分のおかずを持ち帰れます！

日時	テーマ	申込締切日	【対象】 18歳以上の上三川町民 【場所】 上三川いきいきプラザ 【申込《要予約》】 申込締切日までに成人健康係にご連絡ください。
7月14日(火) 午前10時～正午	近年増加しているCKD (慢性腎臓病)の予防には 減塩が大切！	7月7日(火)	 お好きな回を選んで 参加ができます。
9月14日(月) 午前10時～正午	もっとカリウムをとって、 体の余分な塩分を 出しましょう！	9月7日(月)	
10月9日(金) 《託児付き》 午前10時～正午	不足しがちなカルシウムを もっととりましょう！	10月2日(金)	
12月10日(木) 午前10時～正午	国が定める重要疾患のひとつ 『糖尿病』を予防しましょう！	12月3日(木)	
令和9年1月22日(金) 午前10時～正午	内臓脂肪を増やさないことは 生活習慣病予防の第一歩！	1月15日(金)	

《託児》対象は生後2か月から未就学児です。
いきいきプラザの託児室が先着5名まで利用できます。利用を希望する方は申込み時に伝えてください。

昨年7月に実施した夏バテ予防メニュー『ズッキーニとツナの和え物』を紹介します！

材料	分量(4人分)
ズッキーニ	200g(大きめ1本)
塩	2g
ツナ油漬け缶	80g(小1缶)
めんつゆ(ストレート)	大さじ2
ごま油	小さじ2
青じそ(せん切り)	4枚

作り方

- ①ズッキーニは5mm幅の輪切りにし、塩でもんでおく。
- ②ツナの油をきる。
- ③ボウルに㊦を混ぜ合わせ、①と②を加えて和え、味をなじませる。
- ④器に盛り、青じそをのせる。

〔エネルギー90kcal、
食塩相当量0.9g〕



今が旬のズッキーニはビタミンCが豊富です。
青じそがアクセントになり、美味しく減塩できる料理です♪

▶問い合わせ先=健康福祉課 成人健康係 ☎0285(56)9133

人間ドック・脳ドックの検診費用の一部を助成します

国民健康保険及び後期高齢者医療制度では、加入している方の健康保持と病気予防のために人間ドック・脳ドック検診費用の一部助成を行っています。

●助成額 28,000円

●助成対象者

次のいずれにも該当する方

- ①上三川町国民健康保険被保険者で満30歳(令和8年度)以上の方または後期高齢者医療保険被保険者の方
- ②国民健康保険税の滞納がない世帯の方または後期高齢者医療の保険料の滞納がない方
- ③特定健康診査(町が実施する健康診査)を受けていない方(予約を含む)

●検診機関

- ・ 栃木県保健衛生事業団
- ・ 石橋総合病院
- ・ 栃木県済生会宇都宮病院健診センター
- ・ JCHOうつのみや病院
- ・ 宇都宮記念病院総合健診センター
- ・ 宇都宮セントラルクリニック
- ・ その他人間ドック実施検診機関(特定健康診査項目を実施している場合のみ)



オンライン申請は
こちら

●申請方法

事前に検診機関へ予約のうえ、受診日の**14日前**までに住民課窓口、もしくはオンラインで申請してください。

▶問い合わせ先=住民課 国保年金係 ☎0285(56)9134

住宅の耐震無料相談会を開催します

住宅の耐震化に関するお悩みに専門家や町職員がお答えします。

補助金等ご案内もいたしますので、お住まいの家に不安がある方はぜひご相談ください。

- ▶対象=町内に木造住宅を所有している方
- ▶日時=8月10日(月)午後2時~4時 事前予約が優先となります。
- ▶相談時間=1組あたり15分程度
- ▶会場=ORIGAMIプラザ 学習室2
- ▶申請方法=電話または申込フォーム
- ▶申込期限=7月27日(月)午後5時まで



詳しくはこちら

▶問い合わせ先=建築課 住宅係 ☎0285(56)9145

町営住宅入居者募集

▶募集住宅=

下町第二町営住宅	3DK(平成元年築) (単身入居はできません。)	1戸
下町第二町営住宅	3DK(平成3年築) (単身入居はできません。)	1戸

- ▶受付期間=7月1日(水)~15日(水)(土日祝日を除く)
- ▶家賃=入居者の年取等により決まります。
- ▶入居可能日=翌月3日(月)からになります。



▶問い合わせ先=建築課 住宅係 ☎0285(56)9145

7月から健康診査がスタートします。

毎年必ず、健康診査を受診しましょう！

●集団健診について

集団健診の日程や申込みについては、健康福祉課成人健康係にお問い合わせください。

●個別健診について

下表のとおり、個別健診を実施します。

かかりつけ医が指定医療機関（※4）の方や、集団健診の日程が合わない方は、各医療機関にお申し込みください。

健診項目	特定健診	75歳以上健診	がん検診	子宮がん検診	歯周病検診 (後期高齢者歯科健診)
健診内容	問診、身体計測、血圧、血液検査、尿検査、心電図など		胃 ※1・肺・大腸・前立腺	子宮頸部または子宮頸部及び体部 ※2	歯科健診、歯周病検査、保健指導・ブラッシング指導
対象者 (R9.3.31時点の年齢です)	40～74歳の国民健康保険加入者	75歳以上	40歳以上 (前立腺は50歳以上の男性)	20歳以上の女性	20・30・40・50・60・70・76・81・86歳
費用 ※3	200円	無料	胃：2,200円 肺：1,300円 (65歳以上は無料) 大腸：600円 前立腺：400円	頸部：1,600円 頸+体部：3,100円	800円
医療機関	町内の指定医療機関※4			宇都宮市内の指定医療機関※4	町内及び宇都宮市内の指定医療機関※4
実施期間	7月1日～12月31日				
申込み方法	医療機関に直接お申し込みください。				
持参するもの	<ul style="list-style-type: none"> ・受診券(受診券は6月末に町から郵送しました。なお、76歳以上の方は、歯科健診以外の受診券は交付されません) ・保険情報の分かるもの(マイナ保険証、保険資格確認書など) 				
その他	個別健診の各種健診実施日および時間は、医療機関によって異なります。詳しくは、医療機関へお問い合わせください。				

※1 「胃がん検診」は、医療機関によりバリウム検査または内視鏡検査の選択ができます。

※2 「子宮体部がん検診」は、最近6か月以内に①不正性器出血、②月経異常、③褐色帯下のいずれかの症状に該当する方が対象です。

※3 住民税非課税世帯の方、後期高齢者医療被保険者の方は無料です。

※4 実施医療機関は、健康カレンダーまたは町ホームページでご確認ください。



▶問い合わせ先＝健康福祉課 成人健康係 ☎0285(56)9133

ご存じですか? 民生委員児童委員 つなぐ、つながる民生委員



悩みや困りごとをもつ
地域の方



行政、社協等の関係部署

今回は民生委員児童委員の活動の一部を紹介します。

上三川町社会福祉協議会では、寝たきりの状態にある高齢者に対して紙おむつ支給事業を行っています。

民生委員児童委員は、担当地域の支給対象者(※)のお宅を訪問して、高齢者の状況把握を行い、申請方法を家族の方に説明します。その後、社会福祉協議会から交付された紙おむつ支給券を家族の方へ手渡します。

お母さんは、お元気ですか



散歩途中に声かけをする小野田委員



社協窓口で手続きをする渡辺委員

介護、お疲れ様です



紙おむつ支給券を手渡す上野委員

民生委員児童委員は、専門的な技能や資格を持っているわけではなく、地域の方からの相談内容に応じて、必要な支援を受けることができる専門機関などにつなぎ、課題が解決できるよう寄り添います。

そのために、行政や社会福祉協議会、学校など、さまざまな機関と連携しています。



※支給対象者は、町内に住所を有し、居住する65歳以上で介護保険制度における要介護3以上に認定され在宅で常に寝たきりの状態にある者。(社協の対象者の基準による)

▶問い合わせ先=健康福祉課 社会福祉係 ☎0285(56)9190

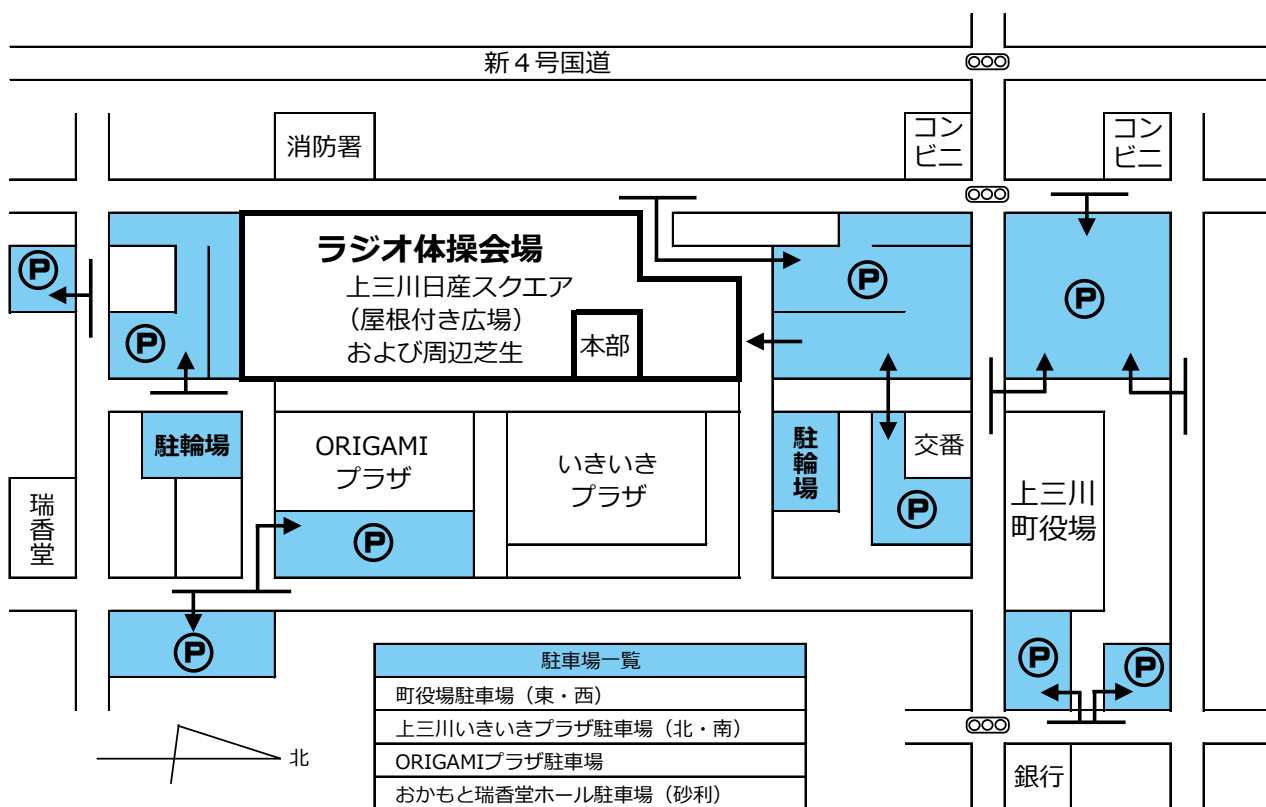
夏期巡回ラジオ体操 参加者募集!

NHK AM にて全国に生放送!

巡回ラジオ体操が、栃木県代表として8年ぶりに本町で開催されます。
ご家族・お知り合いみんなで参加して、気持ちの良い汗をかきましょう!



- ▶ 名称 = 夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会
- ▶ 日時 = 7月22日(水) 開会: 午前6時
放送: 午前6時30分~
- ▶ 会場 = 上三川日産スクエア 大字上三川4 1 7 3-1
(いきいきプラザ西側 屋根付き広場及び周辺芝生)
- ▶ 参加 = **参加無料・事前申込不要**です。当日6時までに会場へお越しください。
終了後に**参加記念品**をお配りします。数に限りがありますのでご了承ください。
- ▶ 駐車場 = 矢印の方向で進入ください。相乗りや徒歩・自転車での来場にご協力ください。



- ▶ その他 = 荒天の場合中止となります。
中止の場合は、当日の午前4時30分頃に、次の方法でお知らせします。

町ホームページ・かみのかわ情報アプリ
かみたんメール(カテゴリ: イベント)・町公式SNS
ラジオ体操公式X

かみのかわ情報アプリの登録は裏表紙をご覧ください。

町ホームページ

ラジオ体操公式X
(@radio_kampo)



▶ 問い合わせ先 = 生涯学習課 スポーツ係 ☎0285 (56) 9170

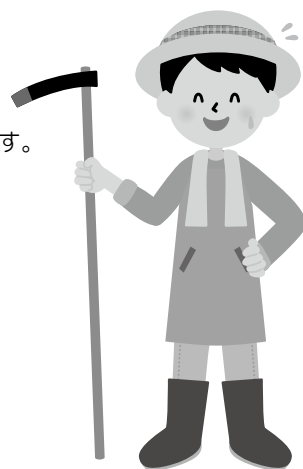
農業者対象の「原油価格・物価高騰対策 農業者支援事業交付金」を交付します

農業経営規模助成

- ▶対象＝令和7年中の農業収入が50万円以上の申告をしている、又は水田耕作面積が1ヘクタール以上の農業者
- ▶内容＝農業収入、水田耕作面積等に応じて支援金(3万円～30万円)を交付します。
- ▶申請方法＝農政課(仮庁舎)へ申請書を提出
- ▶受付期間＝7月1日(水)～9月30日(水) 土日祝日を除く
詳細は町ホームページをご確認ください。

水稲種もみ・苗購入費助成

- ▶対象＝JAうつのみや又は小売店から種もみ等を購入した農業者
- ▶内容＝1) 種もみ 上限300円/kg
※令和7年度購入単価からの上昇額を交付します。
2) 苗 50円/枚
- ▶申請方法＝JA購入の方：申請不要です。後日、JAを通じて交付金の交付をします。
小売店購入の方：農政課(仮庁舎)へ令和7年、令和8年の2ヶ年の購入伝票等を添えて申請書を提出
- ▶受付期間＝7月1日(水)～9月30日(水) 土日祝日を除く
詳細は町ホームページをご確認ください。



町ホームページ

▶問い合わせ先＝農政課 農産園芸係 ☎0285(56)9138

第62回 上三川町文化祭一般参加申込のご案内

ジャンル		募集内容	期日	会場
ステージ部門	歌謡祭	カラオケの発表 一般出場者募集	10月16日(金)午前9時～午後4時	ORIGAMIプラザ
	芸能舞踊祭	民謡、日本舞踊、ダンスなどの発表 ジャンル不問	10月17日(土)午後1時～午後4時	
	音楽祭	合唱、合奏、楽器演奏などの発表 一人での参加も歓迎	10月18日(日)午前11時～午後3時	
展示部門	美術展	油絵、日本画、水彩など(50号以内) どなたでも可	10月16日(金)～18日(日) [搬入]15日(木)午後2時～7時 [搬出]18日(日)午後3時～5時 ※搬入搬出は各自行ってください	ORIGAMIプラザ または いきいきプラザ
	書道展	全紙以内 表装または額装し釈文をつける		
	写真展	四つ切り以上全紙以内 点数は出品数による		
	文芸展	短歌・俳句・川柳(一人3句まで) 詩、創作など		
	自由展示	上記以外の作品を展示するコーナー どんなジャンルでも可 1作品から可		

- ▶日時＝10月16日(金)～18日(日) 午前9時～午後4時 ※最終日は午後3時まで
- ▶会場＝ORIGAMIプラザ、上三川いきいきプラザ
- ▶対象＝町内在住、在勤、町内を中心に活動する団体、個人の方
- ▶申込方法＝右記のQRまたは、事務局窓口にて、**8月17日(月)正午**までにお申し込みください。
申込用紙は、町HPよりダウンロードしていただくほか、ORIGAMIプラザ窓口にもございます。
代表者(申込者)の住所・氏名・連絡先、ジャンル・作品名・数量・必要なスペースと物品などをご記入ください。
申し込み受付終了後に事務局および部門代表者より詳細を連絡します。



▲申し込みはこちら

▶問い合わせ先＝文化祭運営委員会事務局 (生涯学習課 文化係) ☎0285(56)3510

敬老会の開催について

次のとおり、敬老会を開催しますのでぜひお申込みください。

- ▶日時＝9月18日(金)
午前の部(本郷地区・明治地区) 午前10時30分から
午後の部(上三川地区) 午後1時45分から
- ▶場所＝ORIGAMIプラザ 上三川日産ホール(多目的ホール)
- ▶内容＝式典、イベント(日本総合伝統芸能集団 井坂斗絲幸社中「喜楽座」による津軽三味線ライブショー)
- ▶対象＝75歳以上の町民の方(昭和27年3月31日以前にお生まれの方)
- ▶申込方法＝7月中に対象者の皆様へ通知をお送りします。参加を希望される方は、氏名、送迎バスの利用及び介助者の有無、連絡先をご記入の上、通知文の上部を切り取り投かんしてください。
- ▶締め切り＝7月31日(金)当日消印有効
※参加地区(午前・午後)の変更をご希望の方はご相談ください。
※午前・午後の部が満席になる場合は、参加時間の変更をお願いすることもございますのでご理解・ご協力をお願いいたします。
※招待者には9月上旬に招待状を送付いたします。詳細については招待状をご確認ください。

▶問い合わせ先＝健康福祉課 高齢者支援係 ☎0285(56)9191

計量モニター募集

県では、普段皆さんが購入している食料品を一定期間、実際に計量していただくことを通じて、計量への関心を深めていただくことを目的とした、計量モニター事業を行っています。

今年度は本町で実施することになりましたので、次のとおり計量モニターを募集します。

- ▶募集人数＝10名程度(抽選により決定。参加希望された方全員に個別通知いたします。)
- ▶活動内容＝10月1日から10月31日までの期間中に購入した商品のうち、調査対象商品について計量し、計量日誌に記入します。はかりは、県から貸与されます。
- ▶資格要件＝①現に町内にお住まいの満18歳以上の方
②期間中、モニター業務に従事できる方
③過去に計量モニターの経験が無い方(優先)
④説明会に参加できる方
以上の条件を満たす方とします。
- ▶説明会＝9月15日(火)午後2時から(概ね1時間程度を予定しています)
ORIGAMIプラザ学習室1
- ▶謝礼等＝6,000円(説明会参加費用2,000円、モニター調査謝金4,000円として)
- ▶申込方法＝7月31日(金)までに、商工課商工振興係に電話でお申し込みください。

▶問い合わせ先＝商工課 商工振興係 ☎0285(56)9150

マイナンバーカードの休日交付等のお知らせ ※予約制

- ▶日程＝7月12日(日)
※7月10日(金)午後4時までに事前予約が必要です。右のQRの読み取り、または電話でご予約ください。
- ▶実施内容＝①マイナンバーカードの交付申請に必要な写真撮影等のサポート
②マイナンバーカードの交付
③電子証明書の発行及び更新
④暗証番号の変更及び再設定



▲ご予約はこちら

▶問い合わせ先＝住民課 総合窓口係 ☎0285(56)9125

上三川町職員を募集します

1. 受付期間

7月7日(火)～9月3日(木)

2. 採用予定職種・人員・受験資格



職種	人員	受験資格
一般事務①	4名程度	平成9年4月2日以降に生まれた方
一般事務② (障がいのある方)	1名程度	平成9年4月2日以降に生まれた方で、次の要件の全てに該当する方 ①身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳若しくは療育手帳のいずれかの交付を受けている方 ②活字印刷文による出題に対応できる方
一般事務③ (会計年度任用職員等経験者)	若干名	平成2年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、次の要件に該当する方 ①令和8年7月1日時点で、本町の会計年度任用職員(週30時間以上勤務)又は臨時職員として連続1年以上の在職期間がある方
保健師①	2名程度	平成9年4月2日以降に生まれた方で、保健師免許を有する方又は令和9年3月31日までに保健師免許を取得見込みの方
保健師② (社会人経験者)	若干名	平成2年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、次の要件の全てに該当する方 ①保健師免許を有する方 ②令和8年7月1日時点で、保健師業務の実務経験が通算3年以上ある方

3. 申込方法

令和8年度上三川町職員募集要項を参照し、申込書兼履歴書等を総務課へ郵送で提出してください。募集要項、申込書兼履歴書等は、総務課窓口でお受け取りになるか、町ホームページからダウンロードしてください。



▶問い合わせ先＝総務課 人事係 ☎0285(56)9110

上三川町民の健康を守る、とてもやりがいのある仕事です。 上三川町の保健師として一緒に働きませんか

保健師の仕事内容 保健師が活躍する主な配属先の仕事内容を紹介します

健康づくりの推進、疾病予防・早期発見等に取り組む 健康福祉課 成人健康係

生活習慣病の発症・重症化予防や病気の早期発見、こころの健康づくりなど、町民のみなさんの健康寿命を延ばすための活動を行っています。
成人の健康診査や保健指導、がん検診、健康教育、健康相談などの事業があります。



高齢者に関する相談や介護予防事業に取り組む 健康福祉課 高齢者支援係

「いつまでも 元気で安心 上三川」を基本理念として、介護予防や認知症に関すること、地域包括ケアシステムの推進などの事業を行っています。
高齢者に関する相談も、地域包括支援センターと連携しながら対応しています。



妊娠期から幼児期までの母子の心身のケアと育児のサポートを行う 子ども家庭課 母子健康係

母子手帳の交付、妊婦さんのプレママパパ教室、乳幼児健康診査(4か月児・10か月児・1歳6か月児・3歳児・5歳児)、むし歯予防、お子さんに関する相談対応、小中学生の性教育など様々な母子保健事業を幅広く展開します。
お子さんの成長を共に見守り、子育て中のパパさんやママさんをサポートします。



先輩保健師からのメッセージ

母子、成人、高齢者に関わるさまざまな業務を通じて、多くの事業や住民が必要とする支援に、じっくりと取り組むことができる環境です。住民一人ひとりの健康を支えるために、保健師が主体となり企画を立ち上げたり、地域に根差した活動を行っています。自分の知識や経験を活かしながら充実感を得られる職場です。

人口約3万人というコンパクトな町だからこそ、住民と顔の見える関係を築きながら丁寧に支援を行うことができ、その結果を身近に実感できるのもこの町ならではの魅力です。

保健師を目指しているみなさん、私たちと一緒に、人々が健やかに暮らせるまちづくりに取り組みませんか？



育児休業から復帰した 先輩保健師からのメッセージ

復帰前は仕事と子育てを両立する新しい生活に不安がありましたが、子育て世代の同僚も多く、上司をはじめ、理解ある相談しやすい職場の中で、安心して復帰することができました。

現在、母子保健の業務に携わっていますが、自

身の妊娠・出産・子育ての経験が、相手と同じ目線に立って共に考えるという姿勢を強くしてくれたと思います。

ライフステージが変わっても、その経験自体が保健師としての強みになるのは、保健師という仕事の魅力と感じています。

皆さんの保健師としての力を発揮してみませんか？一緒に働ける日を楽しみにしています。

とちぎ結婚支援センターの 出張相談会を開催します！

結婚を誠実に希望する独身男女のために新たな出会いの場を提供する「とちぎ結婚支援センター」の出張相談会を上三川町で開催します。

※相談会の参加には事前予約が必要です。

センターについて詳しく知りたい方や登録するか迷っている方など、ご本人またはそのご両親でも気軽にご相談いただけます。

その場で登録のサポートもできますので、この機会にぜひご参加ください。

※町民の方には、入会登録料の一部を補助しています。

- ▶開催日=9月4日(金)
- ▶時間=①午後1時45分～2時15分
②午後2時30分～3時
③午後3時15分～3時45分
④午後4時～4時30分
⑤午後4時45分～5時15分
⑥午後5時30分～6時

▶場所=ORIGAMIプラザ

▶対象者=上三川町に在住または在勤で

結婚を希望している独身の方及びその両親

※町の入会登録料の補助は、後日役場で申請が必要です。

▶問い合わせ先=とちぎ結婚支援センター ☎028(688)0880
子ども家庭課 母子健康係 ☎0285(56)9132



▲詳細はこちら

ウィメンズヘルスケアサービス 「ルナルナ」有料プランの無償提供開始

栃木県と上三川町では、ライフステージを通じて心身の健康を維持し、自分らしい生き方や将来の選択ができるよう、「プレコンセプションケア」の推進に取り組んでいます。

この取組をさらに進めるため、県はウィメンズヘルスケアサービス「ルナルナ」を運営する株式会社エムティーアイと連携協定を締結しました。これにより栃木県にお住まいの方は、通常有料の「ルナルナプレミアムコース」を無料でご利用いただけます。

このアプリでは、生理日や体調の記録をはじめ、妊娠を希望する方へのサポート、女性の体調管理など、ライフステージに応じた情報を確認することができます。妊娠・出産を考えている方をはじめ、ヘルスケアに関心のある方におすすめです。ぜひご活用ください。

▶提供期間=令和10年6月30日まで

※期間終了後は、自動的に無料プランに切り替わります。

▶利用方法=上三川町特設ページにアクセスして利用登録を行ってください。

専用コード：
QLFHUYG3



▲詳細はこちら

▶問い合わせ先=栃木県 保健福祉部 こども政策課 母子保健担当 ☎028(623)3064
上三川町 子ども家庭課 母子健康係 ☎0285(56)9132

上三川こぼれ話 第45話「上三川城について」

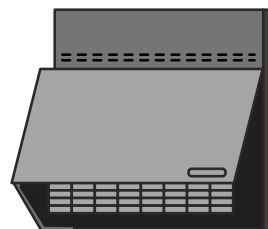
上三川城は、宇都宮城5代城主宇都宮頼綱うつのみやよりつなの次男頼業よりなりにより建長元(1249)年に築られました。宇都宮氏の世継ぎ争いの結果、真岡城主の芳賀高武はがたかたけに攻められ、慶長(1597)2年に落城しましたが、約350年にわたり栄えた中世の平城でした。城主は横田氏、今泉氏の二期に区分されます。現在は公園となっており、遊歩道が整備された土塁どるい上を歩くことができます。また、ツツジや桜、もみじなどの植物で賑わい、季節ごとに花見や紅葉を楽しめます。

現在では、城の存在を感じられる場所は公園のみとなってしまいましたが、お城が機能していた当時ほどのくらいの大きさだったのでしょか。

上三川城は本丸のほかに、二の丸、三の丸といわれる城郭敷地が区画されていたと考えられています。城の範囲は、東側は東館ひがしだて、北側は長泉寺を含めた白鷺神社付近、西側は普門寺西方の通り、南方は真岡一石橋街道そとほりまであり、外堀と土塁めくがぐるりと巡めぐっていたと考えられています。本丸には、城主の居館きょかんや政治や外交を行う部屋、重臣たちと会議をする評定の間ひょうじょう、城で勤務していた者(勤番の士きんぼん)の詰め所などがあつたとされています。二の丸には、本丸を守備するための櫓やぐらや堀のほか、建造物がいくつかあり、三の丸は城域で一番広い敷地となっており、城主の分家一族や重臣たちの屋敷が10~20家くらいあり、そこで生活していたと考えられています。

消費生活センターにご相談ください 消費豆知識 156

ハウスクリーニングの トラブルに注意!



事例

電話で換気扇のクリーニングの勧誘があり、依頼した。翌日、換気扇を掃除してもらった際、換気扇フードを風呂場で洗わせてほしいと言われたので業者を風呂場に案内したら、カビ臭いと言われ、風呂場と洗面所、トイレのクリーニングも勧められ、相場が分からないまま契約してしまった。2日間の作業の予定だが、内容もよく分からず、約50万円と高額なので換気扇以外の契約を解約したい。

- 契約内容や料金について十分な検討ができないまま契約してしまった結果、トラブルにつながってしまうケースが少なくありません。
- 事業者によってサービス内容や料金は異なるため、必ず複数社から見積もりを取り、事業者は慎重に選びましょう。
- 料金や説明に納得できない場合は、きっぱりと契約を断りましょう。
- 作業当日に追加の契約を勧誘されてもその場で決めないようにしましょう。作業時はなるべく家族などに同席してもらいましょう。
- 一定の要件に該当する場合には、クーリング・オフ等が適用できる場合があります。

▶ 相談日時=月~金曜日(祝日・年末年始を除く) 午前9時~正午、午後1時~4時

▶ 相談場所=上三川町消費生活センター(役場3階 地域生活課内)

▶ 相談専用電話 = ☎0285(56)9153

まずは、お電話を。消費者ホットライン188いっやでもつながります。