

団員募集! スポーツ少年団に入ろう!



寄居町スポーツ少年団本部(笠原建徳本部長)には、現在19団(野球5団・サッカー4団・バレーボール2団・柔道3団・剣道1団・ミニバスケットボール2団・女子ソフトボール1団・陸上1団)が加盟しています。
各団とも随時団員を募集していますので、興味のある方は直接お問い合わせください。

種目	団名	募集学年	現員数	練習日・時間	練習場所	問い合わせ
野球	オブスマクラブ	小1~小6	12	土日祝 8:30~16:00	男衾小グラウンド	新井 導 ☎582・0112
	中町ジュニア	小1~中3	27	土日祝 8:30~12:30 夏休み 5:30~7:30	寄居小グラウンド	松本 勇 ☎581・2625
	マツキーズ	小1~小6	6	土日祝 13:00~18:00	桜沢小グラウンド	五十畑 潤一 ☎090-6563-0210
	用土コルツ	小1~小6	12	土 9:00~12:00 日祝 9:00~15:00	用土小グラウンド	矢野 昌宏 ☎584・3535
	城南キングフィッシャーズ	小1~小6	20	土日祝 8:00~17:00	折原小グラウンド 鉢形小グラウンド	田中静雄 ☎090-1039-9170 松本利幸 ☎080-3314-4018
サッカー	男衾サッカークラブ	小1~小6	25	金 19:00~21:00 土日 9:00~12:00	男衾小体育館 男衾小グラウンド	浅野 毅 ☎582・1723
	城南フットボールクラブ	小1~小6	30	土 14:00~17:00 日 9:00~12:30	鉢形小グラウンド 折原小グラウンド	山岸久祥 ☎581-7871 加藤秀行 ☎090-4222-2815
	寄居フットボールクラブ2001	小1~小6	35	土日祝 9:00~11:30	本田技研寄居グラウンド 寄居小グラウンド	吉田昌弘 ☎581-5298 増田雄司 ☎581-9004 佐藤恵一 ☎090-9377-6375
	寄居女子サッカークラブ	小1~小6	14	土日 9:00~11:30	寄居小グラウンド	新井 弘 ☎581-5707 倉田勉 ☎080-1143-2123
バレーボール	用土JVC	小1~小6	12	火木 18:00~20:00 日 9:00~12:00	用土小体育館	井田 勝美 ☎584・3149
	折原ジュニアバレー	小1~小6	6	土 9:00~15:00 日 9:00~12:00	折原小体育館	神田 八重 ☎586・0155
柔道	男衾柔道クラブ	未就学児~中3	30	火木 18:30~21:00 土 17:30~20:00	男衾中武道場	笠原則夫 ☎582-2270 山口伸次 ☎581-3498 笠原和久 ☎581-8089
	明道館寄居警察署少年柔道教室	小1~中3	21	火木 18:00~20:00(小学生) 20:00~21:30(中学生)	小学生(火)・中学生 総合体育館柔道場 小学生(木) 寄居警察署柔道場	小久保秀隆 ☎584-3051 福岡幸志 ☎581-5593
	男衾柔道育成会	中1~中3	9	月水金 18:00~21:00	男衾中武道場	新井 東 ☎582・0112
剣道	寄居成心館剣道	小1~小6	14	水 18:30~20:00 土 14:00~17:00	総合体育館剣道場 成心館剣道場	清水都留吉 ☎581-6930 ☎090-1651-4179 清水周二 ☎0495-24-2498
ミニバスケットボール	寄居ミニバスケットボール	小1~小6(男子)	27	水 18:00~20:00 土日 13:30~17:00	寄居小体育館	波多野隆史 ☎581・8109
	寄居スパークル	小1~小6(女子)	12	月水 18:00~20:00 日 13:30~17:00	寄居小体育館 総合体育館 桜沢小・用土小体育館	加藤 宮の ☎581・6867 ☎090-4841-6724
ソフトボール	寄居ジュニアソフトボール	小1~小6(女子)	12	土 8:30~12:30	城南中グラウンド	白川 宏司 ☎090-4829-1845 齋藤 薫 ☎090-8850-1592
陸上	城南クラブ	小1~中3	9	週3回程度 夏 17:00~19:00 冬 15:00~17:00	寄居運動公園	板橋 久男 ☎0494-62-2074

問い合わせ/寄居町スポーツ少年団本部事務局(生涯学習課内☎581・2121内線531)へ。

実施します!

健康づくり公募事業

健康づくり・チャレンジポイント対象事業です!

「おすすめウォーキングコース」・「おすすめ健康レシピ」を募集します!

問い合わせ/保健福祉総合センター(☎581・8500)へ。

町では「健康づくりのまち宣言」を行い、全町あげて健康づくりを推進しています。健康づくり・チャレンジポイント事業も開始から半年が経ち、事業内容の充実を図りポイントカードを毎戸配布したところ です。

そして今回は、皆さんから健康に関する情報を公募し、町中に広げていくという「健康づくり公募事業」を実施します。健康づくりに欠かせない「食」と「運動」、皆さんのお勧めする健康レシピ、ウォーキングコースをお寄せください。応募されたレシピ、コースは選考のうえ、寄居町お勧めの健康レシピ、ウォーキングコースとして普及PRさせていただきます。皆さんの参加が町中の健康をつくります。どしどしご応募ください!

応募資格/寄居町在住の方

応募方法/指定の応募用紙、またはA4用紙1枚に必要な事項を記入し、健康福祉課、または保健福祉総合センターへ直接提出するか、郵送してください(応募用紙は健康福祉課、保健福祉総合センター、町公式ホームページで入手できます)。

応募期限/6月29日(金)まで(消印有効)

記念品/応募者全員に参加賞とチャレンジポイント(5ポイント)、町がお勧めするレシピ、コースに採用された方にはさらに豪華記念品を準備しています。

おすすめウォーキングコース

運動には「血糖値・血圧を下げる」「脳を活性化する」などさまざまな効果があります。特別な道具や場所がなくても、一人でも大勢でも行えるのがウォーキングです。もっと身近で、楽しめる、町内のお気に入りの「あの道、この道」「いつも歩いているあの道。桜の時期がおすすめのよね!」「あの山から眺める、寄居町の景色は最高!」など、ぜひ教えてください。

条件

- ・実際に歩いたことがあるコースであること
- ・15分~1時間程度の時間内で歩けるコースであること

記入項目

氏名、年齢、住所、電話番号、コースの所要時間、コースの地図(場所が特定できる簡便なもの)、応募動機、コースPR(おすすめスポットなどの写真・イラストを添付)

おすすめ健康レシピ

厚生労働省発表の平成22年「国民健康・栄養調査結果」では、健康を維持するために必要な野菜の摂取目標量は成人1日当たり350mg以上とされていますが、目標量に達していませんでした。また、20代の約3人に1人が朝ごはんを食べないことがわかりました。

寄居町は、地域で生産された新鮮な野菜が店頭で数多く並ぶ、恵まれた環境です。地元の野菜を使ったおいしくて健康になれるアイデアレシピを募集します。

条件

- ・調理時間は、下ごしらえを含めて30分程度で完成するもの。
- ・レシピに必ず2種類以上の野菜を使用すること。
- ・主食、主菜いずれか1品

記入項目

氏名、年齢、住所、電話番号、料理名、材料名および分量(何人分かを明記)、作り方、調理時間、料理PR(料理の健康アピールポイント)、応募動機、でき上がり写真またはイラストを添付

年金 あらいわ

任意加入制度について

日本に住む20歳以上60歳未満の方は公的年金に加入しますが、60歳以上の方でも次に該当すると国民年金に加入できる制度があります。

〈任意加入〉

60歳から65歳までの方で、年金加入期間が短く年金を受け取るための必要な期間を満たしていない方や、保険料の未納期間があるために年金額が少ない方は、国民年金に任意加入することができます。

ただし、老齢基礎年金を受給している方や、厚生年金・共済年金に加入している方は任意加入できません。

〈特例任意加入〉

65歳の時点で受給資格を満たしていない場合、受給資格を満たすまで(最長70歳まで)任意加入することができます。

問い合わせ/埼玉国民年金電話相談センター(☎525・1844)、熊谷年金事務所(☎522・5158)、または保険年金課(☎581・2121内線112)へ。

※問い合わせの際は、年金番号、住所・氏名生年月日を確認させていただきます。また、熊谷年金事務所への問い合わせ件数が多く、電話がたがりにくい場合がありますのでご了承ください。