

# 健康

## 健診結果まるごと相談会

健診は受けるだけでなく、その後の健康づくりにつなげるのが大切です。健診や人間ドックの結果について、保健師または管理栄養士による個別の相談会を開催します。相談は予約制です。

### 場所・期日

- 南部公民館 7月10日(金)
- 東部公民館 7月29日(水)・30日(木)
- 北部公民館 8月5日(水)
- 保健センター 9月1日(火)・2日(水)・4日(金)

**時間** 午前9時30分～11時  
**内容** 健診結果の見かた、生活習慣病予防など  
**持参品** 健診結果票  
**申込み・問合せ** 健康推進係(保健センター)  
☎82-3757

## 献血にご協力ください

いのちを救う愛の献血にご協力をお願いします。ご来場をお待ちしています。

**日時** 7月22日(水)  
○午前の部  
午前9時30分～11時45分  
○午後の部  
午後1時～3時30分

**場所** 中央公民館2階講座室

**問合せ** 社会福祉係  
☎82-6133



## こころの健康相談

認知症や依存症、統合失調症などの精神疾患の相談のほか、「何もやる気にならず外出もままならない」「他人や家族にひどく暴力的に対応してしまう」「不安が先立ち何も手につかない」など、さまざまな心の不安や心配ごとの相談を受け付けます。

ご本人だけでなく、ご家族だけの相談も受け付けます。※相談は、予約制で精神科医師との個別相談です。  
**日時** 7月23日(木) 午後1時30分  
**場所** 役場1階中会議室1

**担当** つつじメンタルホスピタル 脇園知宜医師  
**受付期間** 7月6日(月)～17日(金)  
**申込み・問合せ** 社会福祉係  
☎82-6133

## 健康の鉄人教室④ 夏の音楽療法教室

ピアノの伴奏に合わせて歌唱や体を動かします。  
**日時** 7月30日(木) 午後1時30分～3時

**場所** 東部公民館1階講堂

**講師** 翼ミュージックアカデミー 細谷美直音楽療法士

**募集人数** 30人

**受付開始** 7月23日(木) 午前8時30分

**申込み・問合せ** 包括支援係  
☎82-1133

## いこうよ・けんしん 胸部レントゲン検査

胸部レントゲン検査は、肺がん検診と結核検診を兼ねています。65歳以上のかたは、感染症法により年に1回、結核検診を受けることが義務付けられています。特に、80歳以上のかたは結核罹患率が上がるため、早期発見が大切です。

## 資格確認書・限度額適用認定証などの更新

現在お使いの資格確認書・限度額適用認定証などの有効期限を確認し、必要に応じて更新の手続きをしてください。期限切れの資格確認書・限度額適用認定証などは、ご自身で細断するなど適切に処分してください。

令和6年12月2日以降、マイナ保険証を基本とする仕組みに移行しました。加入されている健康保険により対応が異なりますので、ご確認ください。

▼**国民健康保険に加入のかた**  
マイナ保険証を持っていないかたは資格確認書が郵送されます。マイナ保険証をお持ちの70歳から74歳までのかたは、資格情報のお知らせが郵送されます。なお、マイナ保険証をお持ちの70歳未満のかたは、有効期限の記載がない資格情報のお知らせがすでに交付されていますので、郵送されません。お手元にある資格情報のお知らせをご使用ください。

▼**後期高齢者医療制度に加入のかた**  
次のいずれかに該当されるかたには資格確認書が交付され、該当しないかたには資格情報のお知らせが交付されます。年齢の基準日は令和8年8月1日です。  
○85歳以上のかた  
○84歳以下で日常的にマイナ保険証をご利用されていないかた  
○事前に保険医療係窓口で資

格確認書の継続交付を申請されたかた  
▼**マイナ保険証について**  
マイナ保険証とは、保険証として利用登録されたマイナンバーカードのことです。保険医療機関などでマイナ保険証を利用すれば、事前の手続きなく、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。マイナ保険証をぜひご利用ください。  
▼**一部負担金の減免などについて**  
災害により大きな損害を受けたかたや事業または業務の休廃止・失業などにより、収入が著しく減少し生活状態が困窮したかたで、入院療養に係る医療機関などの窓口での一部負担金(自己負担額)の支払いが困難な場合、原則3か月以内に限り、一部負担金を減額、免除または徴収猶予できる場合があります。詳しくは、保険医療係までご相談ください。  
**問合せ** 保険医療係  
☎82-6136



区分	国民健康保険				更新方法
	証・現在色	有効期限	資格情報のお知らせ	資格確認書	
福祉医療	後期高齢者医療	特定疾病療養受療証	限度額適用(標準負担額減額)認定証	資格情報のお知らせ	資格確認書
受給資格者証	資格確認書	黄色	白色	白色	青色
ピンク	茶色	7月31日	7月31日	7月31日	7月31日
7月31日	7月31日	7月31日	7月31日	7月31日	7月31日
該当するかたには、通知を郵送しています。	7月中に新しい資格確認書【青色】または資格情報のお知らせ【白色】を郵送します。 ※限度額適用(標準負担額減額)認定証は、令和6年12月2日以降、新規発行を終了しました。限度区分が併記されていない資格確認書が届いたかたで、併記を希望される場合には、8月31日以降に新しい資格確認書を持参して手続きしてください。 ※マイナ保険証を利用すると事前の手続きなしで高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。なお、非課税世帯のかたが長期入院該当による食事代の減額を受けるためには申請が必要です。	7月中に新しい受療証【黄色】を郵送します。	自動更新されません。新しい認定証が必要なかたは、8月31日以降に資格確認書などを持参して手続きしてください。8月31日までの手続きで、8月1日から有効な認定証を発行します。 ※原則として、国民健康保険税の未納がある場合は、発行できません。 ※マイナ保険証を利用すると事前の手続きなしで高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。なお、非課税世帯のかたが長期入院該当による食事代の減額を受けるためには申請が必要です。	▼70歳から74歳のかたには、7月中に新しい資格情報のお知らせを郵送します。 ▼70歳未満のかたは、有効期限の記載のない資格情報のお知らせが既に交付されていますので、郵送はありません。現在お持ちの資格情報のお知らせをご使用ください。	7月中に新しい資格確認書【青色】または資格情報のお知らせ【白色】を郵送します。

【広告】

【広告】

有料広告掲載欄

有料広告掲載欄

有料広告掲載欄

有料広告掲載欄

# くらし

## 社会を明るくする運動にご協力ください

7月1日(水)から31日(金)までの1か月間を強調月間として「第76回社会を明るくする運動」が、全国一斉に展開されます。この運動は、家庭、学校、職場や地域社会が力を合わせ、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、安全で安心な地域社会を築こうとするものです。

町でも保護司会や更生保護女性会を中心に、この運動を展開します。この運動を支える「社会浄化募金」を一世帯当たり100円を目安として、行政区を通じて募ります。趣旨をご理解のうえ、ご協力をお願いいたします。

問合せ 社会福祉係  
☎82-6133

## 夏休み大作戦2026

「家庭から出る水の汚れを調べよう」「発電から地球温暖化を考えよう」など、実験をして家庭でのエコについて学びます。保護者のかたもぜひ

ひと一緒にご参加ください。  
期日 8月8日(土)・9日(日)  
場所 群馬県庁28階281A・281B会議室(前橋市大手町1-1-1)

対象 小学校4年生～中学校3年生  
申込期間 7月1日(水)～26日(日)  
申込み・問合せ 群馬県環境

森林部環境政策課環境政策係  
☎027-2226-2821



詳しくはこちら



申し込みはこちら

## サントリー群馬ビール工場夏休みこども見学会

ビールがどのようにつくられているか親子で学んでみませんか。

日時 8月21日(金)午後2時30分～4時  
※午後2時15分に集合してください。  
場所 サントリー群馬ビール工場(千代田町赤岩2712)  
対象 小・中学生の親子20組

申込期限 8月10日(月)  
※ビールの試飲はありません。  
申込み・問合せ 商工観光係  
☎82-6139

## 東部児童相談所巡回相談のお知らせ

友達とうまく付き合えない、気になる癖がある、育てにくいと感じるなど、子育てに関する心配ごとについて、相談をお受けします。児童心理の専門家がお子さんの発達の様子や特徴などを把握し、助言を行います。場合によっては医師の診察も行います。

期日 8月27日(木)  
※予約制で、時間は決まり次第ご連絡します。  
場所 保健センター  
申込期限 8月13日(木)  
定員 4人  
申込み・問合せ 東部児童相談所  
☎57-6111

## 消防ナイトツアー親子で楽しもう!

日時 8月29日(土)午後2時～9時  
場所 館林地区消防組合消防本部(館林市上赤生田町4050-1)

対象 板倉町・館林市・明和町・千代田町・邑楽町在住の小学校4～6年生  
※保護者1名以上同伴  
定員 40名程度(保護者含む)  
申込期間 7月14日(火)～28日(火)  
申込み・問合せ 館林地区消防組合消防本部総務課  
☎72-8360



詳しくはこちら

## 館林地区消防組合消防職員募集



募集人数 4人程度(消防士、救急救命士)  
受験資格 館林地区消防組合管内(板倉町・館林市・明和町・千代田町・邑楽町)に住んでいるかたで、日本国籍を有するかた。ただし、管外に住んでいるかたでも応募はできますが、採用後は管内居住

【広告】

有料広告掲載欄

有料広告掲載欄

有料広告掲載欄

## 採用予定日 令和9年4月1日

※その他、採用試験に関する詳細はホームページに掲載しています。  
問合せ 館林地区消防組合消防本部総務課庶務係  
☎72-7229



館林地区消防組合ホームページ

## 自衛官募集

募集種目  
▼航空学生(海上・航空)  
応募資格 18歳以上24歳未満  
受付期限 8月28日(金)  
▼一般曹候補生  
応募資格 18歳以上33歳未満  
受付期限 9月1日(火)  
▼2等陸・海・空士(任期制自衛官)  
応募資格 18歳以上33歳未満  
受付期限 随時  
問合せ 自衛隊群馬地方協力本部太田出張所  
☎33-7305



自衛隊群馬地方協力本部ホームページ

## 群馬県警察・埼玉県警察警察官募集

【群馬県警察】  
受付期間 7月10日(金)～8月10日(月)  
第一次試験 9月20日(日)  
問合せ 館林警察署  
☎75-0110



群馬県警察採用案内

【埼玉県警察】  
受付期間 7月6日(月)～8月14日(金)  
第一次試験 9月6日(日)  
問合せ 埼玉県警察採用センター  
☎0120-373514



埼玉県警察採用案内

## 館林税務署からお知らせ

関東信越国税局では、申告書入力などの税務署内部事務の集約処理(内部事務のセンタ化)を実施しており、7月10日(金)以降は、全ての税務署が対象となります。館林税務署に申告書や申請書、添付

【広告】

有料広告掲載欄

有料広告掲載欄

有料広告掲載欄

令和8年度国民健康保険税(料)率が決定  
**国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料**

New

区分	医療給付費分	後期高齢支援金分	介護納付金分	子ども・子育て支援金分
所得割	6.2%	2.5%	2.2%	0.3%
均等割	29,000円※1	11,000円※2	12,000円	1,300円※3
平等割	25,000円	10,000円	7,000円	800円
課税限度額	670,000円	260,000円	170,000円	30,000円

※1 未就学児は14,500円です。  
 ※2 未就学児は5,500円です。  
 ※3 高校生世代以下の子ども・子育て支援金均等割は10割軽減(無料)です。

**国民健康保険税**

国民健康保険税率が上の表のとおり決定されました。令和8年度の納税通知書は、7月中旬に発送します。次の場合はご相談ください。  
 ①年金からの天引きを口座振替に変更したい。  
 ②倒産など会社都合により、国民健康保険に加入する。  
 ③夫が社会保険から後期高齢者医療保険に移行したため妻が国民健康保険に加入する。  
 ②と③は、軽減の対象になる場合があります。また、所得が少ないかたの負担軽減の判定基準が見直されました。

**後期高齢者医療保険料**

令和8年度の決定通知書は、納付書払いまたは口座振替のかたには7月中旬、年金天引きだけのかたには7月下旬に発送します。  
 なお、年金天引きを中止して、口座振替に変更を希望するかたはご相談ください。  
 また、令和8・9年度の保険料率が見直されました。

**介護保険料**

令和8年度の決定通知書は、納付書払いまたは口座振替のかたには7月中旬、年金天引きだけのかたには7月下旬に発送します。  
 令和7年度税制改正に伴う介護保険施行令の改正による特別措置で、令和8年度介護保険料の算定に限り、税制改正前の給与所得控除額を用いて算定します。そのため、町民税が非課税でも、介護保険料の算定では課税とみなす場合があります。  
 また、この特別措置に該当するかたで、令和7年度・令和8年度どちらも町民税が非課税などの条件に該当するかたには、減免の特例を適用し、算定します。なお、この減免に申請は不要です。

**子ども・子育て支援金制度**

令和8年度から、子ども・子育て支援金制度が始まりました。これは全世代・企業の皆さんから支援金を拠出いただき、子どもや子育て世帯を社会全体で応援する仕組みです。制度開始に伴い、加入されている医療保険料に子ども・子育て支援金が加算されます。



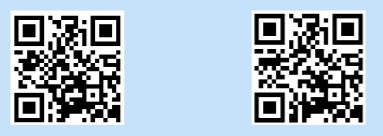
問合せ 子ども家庭庁コールセンター  
 ☎0120-303-272



問合せ 住民税係  
 ☎82-6127  
 詳しくはこちら

**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 二次元コード  
 携帯電話用 二次元コード

携帯電話やパソコンのメール機能を利用した防犯・防災・緊急・町の情報配信を行っています。登録は、町ホームページまたは、二次元コードから可能です。

●●●●●公式SNS●●●●●



YouTube 板倉町公式動画チャンネル  
 板倉町公式LINE

●●●●●まちの動き●●●●●

人口 13,197人(-25)  
 うち外国人 799人(-8)  
 男 6,674人(-5)  
 女 6,523人(-20)  
 世帯数 6,066戸(0)  
 ( )内は前月比 令和8年6月1日現在

●●●●●今月の税金●●●●●

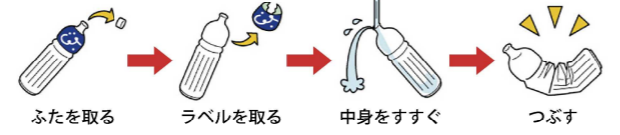
納税は口座振替が便利です  
 固定資産税(2期)  
 国民健康保険税(1期)  
 介護保険料(1期)  
 後期高齢者医療保険料(1期)  
 問合せ 収税係  
 ☎82-6129  
 ○納付書のかたはコンビニ、auPAY、d払い、PayPayでも納められます  
 ○町ホームページ  
 ④ https://www.town.itakura.gunma.jp/

捨てれば「ごみ」、分ければ「資源」  
**ペットボトルの処理方法**

夏は、他の季節と比べてペットボトルの排出量が多くなります。きちんと出すことで、「ごみ」ではなく貴重な「資源」となります。

- 出し方
- ごみステーションに出す  
資源ごみの収集日に、指定ネットに入れてください。
  - 公民館に出す  
各公民館に設置されている収集用ネットに入れてください。
  - スーパーなどの店頭回収を利用する  
各店舗のルールに従って利用してください。  
※ごみステーションや公民館に出す場合は、袋から出して、ペットボトルのみネットに入れてください。

■出す前にやっていただきたいこと



- Q:なぜふたとラベルを取るの?  
 A:素材が異なるためです。ボトル本体はペットボトルとして、ふたとラベルは容器包装プラスチックとして出してください。
- Q:なぜ中身をすすぐの?  
 A:虫が集まることを防ぐほか、リサイクル過程における洗浄を少なくするためです。
- Q:なぜつぶすの?  
 A:ごみ集積場所において、少ないスペースで済むようにするためです。

町で回収したペットボトルはリサイクル業者に売却しています。令和7年度は約36トン回収し、約58万円となりました。

問合せ 環境係 ☎82-6132



**野木町(栃木県)**

第35回ひまわりフェスティバル  
 野木町の夏の風物詩、ひまわりフェスティバルを開催します。メイン会場ではひまわりが咲き誇り、多くの催しが行われます。  
 期日 7月18日(由)・19日(同)  
 場所 野木第二中学校南側  
 問合せ 野木町産業振興課商工観光係  
 ☎0280-5714153

**栃木市(栃木県)**

栃木市フォトフェス2026  
 春夏作品募集中  
 応募テーマ 日常の中の「栃木市の魅力」/「栃木市の魅力」が伝わる春夏3月〜8月の画像(栃木市内で撮影した画像)  
 応募期間 9月30日(由)まで  
 入賞作品には賞状・賞品を贈呈。詳細は栃木市ホームページをどうぞご確認ください。  
 問合せ 栃木市広報課  
 ☎0282-212315

**小山市(栃木県)**

第23回おやま思川アユまつり  
 思川の特設会場でアユのつかみどり塩焼きができます。詳細は小山市ホームページをご確認ください。  
 日時 8月1日(由) 午前9時〜12時予定  
 場所 観覧橋下思川左岸(城山公園側)  
 対象 3歳〜小学6年生(事前に申し込みください)  
 問合せ まちづくり推進課  
 ☎0285-2219337

**加須市(埼玉県)**

ホテイアオイが見頃です  
 道の駅に隣接する休耕田で、一面が薄紫色に染まる涼しげな風景をお楽しみいただけます。  
 開花状況など詳細は加須市ホームページをご確認ください。  
 時期 9月中旬ごろまで  
 場所 道の駅童謡のふる里おとね  
 問合せ 加須市大和根総合支所農政建設課  
 ☎0480-7211321

**古河市(茨城県)**

第21回古河花火大会  
 壮大なスケールの三日月や特大スターマインなどが、古河の真夏の夜空を彩ります。豪華絢爛な空中絵巻をお楽しみください。  
 日時 8月1日(由) 午後7時20分(荒天中止)  
 場所 古河ゴルフリンクス(渡良瀬川河川敷)  
 問合せ 古河花火大会実行委員会(観光物産課内)  
 ☎0280-2215111

