



▲すぎスポ  
ホームページ

## 申込・問合せ

NPO法人杉戸町総合型スポーツクラブすぎスポ  
☎ (48) 5161 (月・水・金10時～16時)

## 健康スポーツ・文化教室 (会場:エコ・スポいずみ多目的スペース、参加費無料、当日申込OK!)

### ●健康体操教室 (通年)

音楽にあわせて楽しく体操できます。

無理なく有酸素運動ができます。

日時 毎週木曜日 10時10分～11時15分 (第5週休み)

持ち物 運動着、室内履き、飲み物、ヨガマット (貸出可)

通年  
大好評

### ●ヨガストレッチ教室 (通年)

日時 毎月第1～3水曜日

13時～14時15分

持ち物 運動着、室内履き、飲み物、  
ヨガマット (貸出可)

通年  
大好評

## すぎスポ会員募集 (すぎスポ入会金 1,000 円)

### ●スポーツ吹矢

スポーツ吹矢の基本動作を指導しながら、大会形式で楽しく活動しています。

お好きな場所で活動できますので、ぜひご参加ください。

日時・場所 毎週土曜日 10時～12時 杉戸小学校体育館 毎週水曜日 13時～15時 西公民館

毎週水曜日 10時～12時 エコ・スポいずみ

対象 町民および近隣住民 会費 500円/月



会員募集

### ●ボウリング

楽しい仲間での練習ができます。年数回大会を実施しています、お気軽にご参加ください。

日時 毎月第1・3・4木曜日 14時～16時

場所 ビッグボウル杉戸 会費 500円/月 (その他保険料、別途ゲーム代)



会員募集

## 令和8年度から マイナ救急の本格運用を開始します

埼玉東部消防組合では、総務省消防庁の実証事業を経て、令和8年4月1日から、救急業務の円滑化を目的として、傷病者本人のマイナ保険証から通院履歴や服薬情報等を活用した、「マイナ救急事業」を本格運用いたします。詳しくは二次元コードを参照してください。



問合せ 埼玉東部消防組合消防局 救急課  
☎ (21) 0297

## 俳句

揚舟のペンキ塗替へ春近し 野坂 潭  
園庭に沸きたつ声も春隣 毛利 維子  
まな板の乾ける音も春隣 新田 雄悦  
ひたすらに球児の素振り春近し 鈴木 義雄  
冬茜富士の裾野に雲一つ 千葉 清美  
誰も来ぬ部屋とて活けし寒椿 佐川 喜克  
春泥を庭下駄で踏み笑ふ子ら 古賀 康子  
春めくや会話の弾む町歩き 矢仲 勝  
春めくやシニアサロンの笑い声 岡 薫子  
春めくや大鎌小鎌揃へ研ぐ 浜名 勇  
手のひらに乗せれば溶ける春の雪 相馬 治枝  
星臘妹の退院先は空 松田 英雄  
一日券握り春めく江ノ電に 武藤 芳夫  
朧夜の静けさひとり熱燗で 西松 洋子  
あづまやへ続く飛び石草朧 駒田 美津子  
朧月照らせ施設の妻の窓 林 宣夫  
結界のその先の闇月朧 野口 千晴

このコーナーは、公民館で活動する「光風会」「杉風会」による投句を掲載しています。

▶ お子様の用事でお越しになる際は母子健康手帳をお持ちください

## RS ウイルスワクチン予防接種について

RSウイルスワクチン (母子免疫ワクチン) が4月から定期接種となりました。発症予防効果と副反応等を理解した上で、接種をご検討ください (予診票に添付の説明書やホームページもご覧ください)。

対象 接種当日に杉戸町に住民登録がある、妊娠28週0日から36週6日までの妊婦の方  
妊娠毎に1回接種を受けることができます。

※過去にRSウイルス感染症にかかったことのある方でも接種を受けることができます。

接種費用 無料 (公費で受けられます)

予診票配布方法 保健センターにて母子健康手帳を交付する際にお渡しします。

既に母子健康手帳を受け取られた方対象になる方には個別通知をお送りします。

接種方法 契約医療機関での個別接種になります。医療機関に直接予約してください。

### 町内契約医療機関

医療機関	電話番号
井上小児科皮フ科	(33) 7311
高野台クリニック	(35) 1110
玉井医院	(33) 2464
山根医院	(33) 3314

※町外で接種できる契約医療機関は埼玉県医師会加入の契約医療機関となります。埼玉県医師会ホームページで確認または、保健センターへお問合せください。

※里帰り出産等により、杉戸町および埼玉県内の契約医療機関以外の医療機関で接種をする場合は、事前に申請が必要となります (申請なしで接種された場合、接種費用は全額自己負担になります)。

## 令和8年度国民年金の学生納付特例申請受付を 4月1日(水)から開始します

### 申込・問合せ

町民課 国民年金担当 内線253・453  
春日部年金事務所 国民年金課 ☎048 (737) 7112

日本国内に住むすべての方は、20歳になった時から国民年金の被保険者となり、国民年金保険料の納付が義務づけられていますが、学生には、申請により在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」が設けられています。令和8年度分保険料の申請受付を4月1日から開始します。

受付開始日 4月1日(水)

申請期間 令和8年4月分から令和9年3月分

対象 ・申請者本人の前年所得が所得基準額以下の学生  
・学生納付特例制度の対象となる学校の学生

持ち物 ・本人確認ができるもの (マイナンバーカード、運転免許証、パスポートなど)  
・基礎年金番号のわかるもの (年金手帳、基礎年金番号通知書)  
・有効期限内の「学生証」または「在学証明書 (原本)」  
・失業した方は「雇用保険被保険者離職票」「雇用保険受給資格者証」など

詳細は日本年金機構のホームページでご確認ください。



## 国民年金手続の電子申請ができます

申込・問合せ 春日部年金事務所 国民年金課  
☎048 (737) 7112 (自動音声②→②)

これまで国民年金に加入される方は、年金事務所または町役場に出向いて手続きする必要がありましたが、マイナポータルからスマートフォンにより簡単に電子申請ができます。対象となる手続は、お勤め先を退職した場合などの国民年金 (第1号被保険者) へ加入する手続きのほか、国民年金保険料免除・納付猶予・学生納付特例の申請などが可能です。

電子申請の利用方法については、日本年金機構ホームページで動画も公開しておりますので、ぜひご利用ください。

ホームページ・  
動画はこちら

