

坂上の里

回 覧

No.366

令和8年5月7日

坂上公民館

TEL・FAX 69-2001

「坂上公民館・出張所・簡易局」業務のご案内

● 「坂上公民館」業務

・教養講座の開設

令和7年度は1講座開催

参加者 計20人

・公民館報「坂上の里」発行

・図書室の開放、図書の貸し出し

令和7年度 延べ 216人 利用

345冊 貸出

・貸館業務

令和7年度（延べ数）

会議室 89回 1,337人

研修室 37回 194人

実習室 49回 216人

図書・和室等 19回 106人

合計 194回 1,853人

● 「坂上出張所」業務

・住民登録・戸籍関係の証明書の発行

* 住民票関係の証明 → 住民票写し等

* 印鑑登録証明

* 戸籍関係の証明 → 全部(個人)事項証明等

(旧名称 戸籍謄本(抄本)等)

・税務関係の証明

* 納税証明書・所得証明書・評価証明書等

※各証明書の請求等には本人確認が必要です

本人確認ができる書類をお持ちください

(運転免許証・マイナンバーカード等)

※証明等は請求できる人が限られています

わからない場合は電話等でお尋ねください

・役場本庁等との事務の取り次ぎ

* 本庁への提出書類などの受付や取りまとめ

* 本庁での支給・発行物の取り次ぎ

※ 出張所の開所時間は 8:30~17:15です

● 「吾妻本宿簡易郵便局」業務

① 銀行代理業務

* 貯金（通常・定額貯金等）預入れ・払戻し

* 為替（普通・定額小為替）払込み・受取り

* 振替 払込み・払渡し

② 郵便窓口業務

* 郵便切手・郵便葉書・レターパック等の販売

* ゆうパック(小包)の引受

* 印紙の販売

※ 簡易局の営業時間は 9:00~16:00です

令和8年度坂上地区区長会長会より

今年度の区長会長会及び各役員さんが選出されました。一年間よろしくお願ひいたします。

(敬称略)

| 区長会長会 | |
|-------|------------|
| 会 長 | 渡辺 三司(須賀尾) |
| 副会長 | 大塚 幸男(萩生) |
| 副会長 | 高橋 春喜(本宿) |
| 幹 事 | 高橋 厚(大戸) |
| 監 事 | 高林 昌弘(西榛名) |
| 監 事 | 加邊 武彦(大柏木) |

| 坂上地区戦没者慰霊奉賛会 | |
|--------------|-------|
| 会 長 | 大塚 幸男 |
| 副会長 | 高橋 春喜 |
| 役 員 | 高橋 厚 |
| 役 員 | 渡辺 三司 |
| 監 事 | 高林 昌弘 |
| 監 事 | 加邊 武彦 |

| 東吾妻町防犯協会坂上支部 | |
|--------------|-------|
| 支部長 | 高橋 春喜 |
| 副支部長 | 大塚 幸男 |
| 幹 事 | 高橋 厚 |
| 監 事 | 高林 昌弘 |
| 監 事 | 加邊 武彦 |
| 顧 問 | 渡辺 三司 |

| 町民親善スポーツ大会 | |
|------------|-------|
| 実行委員長 | 高橋 厚 |
| 大会長 | 渡辺 三司 |
| 副会長 | 大塚 幸男 |
| 副会長 | 高林 昌弘 |
| 副会長 | 高橋 春喜 |
| 副会長 | 加邊 武彦 |



公民館に遊びに来てください

公民館の会議室を、地域のみなさんの「自由な居場所」として開放します。

お茶を飲みながらのおしゃべりや読書、手芸あるいは何もしていないという過ごし方も大歓迎です。散歩のついでにお立ち寄りください。



日時 5月21日(木) 9:00~17:00
(時間内出入り自由)

場所 坂上公民館 実習室

持ち物 飲み物、自分がやりたい事の道具

吾妻交通安全協会坂上支部より

令和8年4月6日(月)~15日(水)まで、春の全国交通安全運動を行いました。期間中は、交通安全ののぼり旗を大戸駐在所に立てたり、



大戸信号付近で役員による朝の街頭監視やスーパー等で事故防止と交通安全を呼びかけました。

新刊図書のご案内

| | |
|-----------------|----------|
| わたしとわたし | 五味太郎/著 |
| ある小説家の死からはじまる物語 | ほしおさなえ/著 |
| ノスタルジア | 島本理生/著 |
| 白と黒のソナタ | 宇佐美まこと/著 |
| 富嶽を駆けよ | 有馬桓太郎/著 |
| 私たちはたしかに光ってたんだ | 金子玲介/著 |

坂上地区の人口と世帯数

令和8年3月末現在

| 地区名 | 男 | 女 | 計 | 世帯数 |
|-----|-------|-------|-------|-------|
| 大戸 | 307 | 308 | 615 | 305 |
| 萩生 | 158 | 145 | 303 | 149 |
| 西榛名 | 99 | 82 | 181 | 126 |
| 本宿 | 192 | 196 | 388 | 212 |
| 須賀尾 | 124 | 136 | 260 | 137 |
| 大柏木 | 155 | 165 | 320 | 147 |
| 合計 | 1,035 | 1,032 | 2,067 | 1,076 |

| | | | | |
|------|-------|-------|--------|-------|
| 昨年同月 | 1,066 | 1,068 | 2,134 | 1,091 |
| 比較 | △31 | △36 | △67 | △15 |
| 全町 | 5,776 | 5,868 | 11,644 | 5,382 |

【健康一口メモ】

良い眠りで骨元氣

大戸診療所 高橋 政次

随分長く寝たのに目覚めが悪い、疲れが取れた気がしない、そんな悩みをお持ちの方は1度日中の過ごし方を振り返って見ましょう。

3度の食事をしっかり摂れていますか。暗めのお部屋でテレビを見ながら、いつの間にか居眠りをしていませんか。このような活気のない日を過ごしてしまうと体温変化が少なく夜になっても睡眠モードに切り替わらないと言われます。

朝食をしっかり摂り、夜間に消費された脳の栄養と1日のスタートに必要な栄養を補充し、日中にはウォーキングなど太陽の光を浴びながら軽い運動で体温を上げ、活発な過ごし方をしてみましょう。

栄養は食べ物から得られる物ですがカルシウムの吸収に役立つビタミンDは肌から吸収した太陽光(紫外線)を体内で生産しなおすという性質を持つ栄養素です。



適度な運動と規則正しい食生活、1日の疲れは温めのお風呂でリラックス。眠気を感じたら床に入りましょう。質の良い睡眠が骨の元氣にも繋がることでしょ。

こども園・学校の主な行事予定

さかうえこども園

5月11日(月) 読み聞かせ①
28日(木) 避難訓練(火災)
29日(金) 春の遠足
6月1日(月) 園開放①9:30~10:30
読み聞かせ②

坂上小学校

5月12日(火) 交通安全教室
19日(火) 地域学習1~4年
28日(木) 心肺蘇生法講習会
6月3日(水) 修学旅行(鎌倉方面・4日まで)



東吾妻中学校

5月11日(月) 2年高原学校(12日まで)
19日(火) 1年生交流学習(20日まで)
27日(水) 校内長距離走大会
6月4日(木) 郡総体壮行会
6日(土) 郡総合体育大会(7日まで)

*予定は変更になることがあります。