

セルフメディケーションのすすめ

セルフメディケーションとは、「自身自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。具体的には、口頃から自分の健康状態と生活習慣をチェックし、ちょっとした体調不良の際に、薬局等で市販されている医薬品(OTC医薬品)を上手に使用して、自分自身で健康の維持や病気の予防・治療にあたることです。

ヘルスメディケーションのメリット

- ①健康管理の習慣が身につく
②医療や薬の知識が身につく
③疾患により、医療機関で受診する手間と時間が省かれる
④通院が減ることで、医療費の増加を防ぐ
⑤セルフメディケーション税制で所得控除が可能に

このセルフメディケーションを一人一人が実施することで、医療費の削減効果も大きくなります。
まずは、普段から適度な運動と栄養バランスのよい食事、十分な睡眠時間を確保し、体に備わっている自然治癒力を高めておきましょう。

水道の開栓・閉栓の届出はお早めに



次の場合、事前に申請手続きが必要となります。
①転入転居により、水道を使用する
②転出転居により、水道を止める
③家屋の増改築や、長期間不在などにより、一時的に水道を止める
④水道の所有者や使用者を変更する
※②③で届出がない場合、使用の有無に関わらず基本料金がかかりますので、ご注意ください。

※②以外の届出書様式は町ホームページからダウンロードできます。
受付時間 平日8時30分〜17時15分
※土日・祝日は業務を行っていません。
3・4月は受付および開閉栓業務が大変混み合います。希望日の3〜4日前までに届け出をしてください。

水道料金の支払について

水道料金の請求は、検針した使用水量をもとに2か月に1度、奇数月に行っています。

水道給水契約について



水道を使用開始する際は水道供給契約の条件等を定めた(嵐山町給水条例、嵐山町給水規程)をよくご確認ください。

福祉課からのお知らせ

TEL 0493-62-0716

重度心身障害者福祉タクシー 助成券 障害者等タクシー助成券

○重度心身障害者福祉タクシー助成券
重度の障害のある方に令和8年度タクシー利用券(1枚500円48枚綴)を交付しますので、ご希望の方は申請してください。令和7年度の利用券(水色の有効期限は3月31日までです。利用していない券はご返却ください。)

○障害者等タクシー助成券

軽度の障害がある方に令和8年度障害者等タクシー利用券(1枚500円48枚綴)を交付いたしますので、ご希望の方は申請してください。令和7年度の利用券(クリーム色の有効期限は3月31日までです。利用していない券はご返却ください。)

農業委員会事務局からのお知らせ

TEL 0493-59-6671

農地の権利移動や権利設定には許可申請等が必要

農地の所有権移転や賃貸借には、農地法三条の許可(相続の場合は届出が必要)になります。許可を取得するには許可条件を満たす必要があります。ただし、賃貸借の場合は中間管理事業を通して借りることもできます。詳しくは、農業委員会事務局までご相談ください。農地法三条に違反すると罰則規定が適用される場合があります。

生涯学習課からのお知らせ

TEL 0493-62-0824

1月号訂正とお詫び

令和7年1月1日発行(No.417)広報1月号15ページ掲載の「嵐山町ソフトテニス大会中学生の部」の内容に誤りがありました。正しくは次のとおりです。お詫びして訂正いたします。

- 誤 1年女子 第2位 山中美園・小川朝花 玉ノ岡中
正 1年女子 第2位 山中美園・小川朝花 玉ノ岡中

指定難病による医療受給者証(小児慢性特定疾患医療受給証も含まれます。)

持参するもの 手帳または難病による医療受給証
利用できるタクシー会社

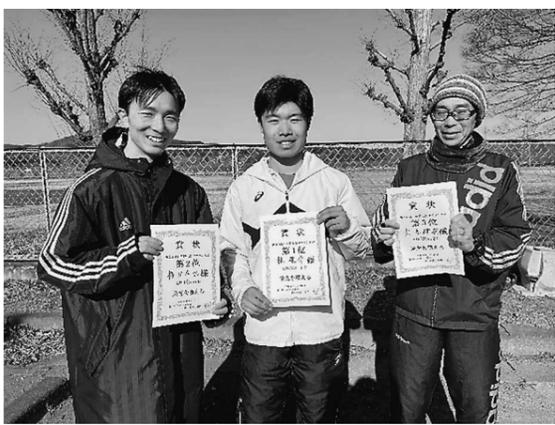
- イグチ交通株式会社
○有限会社小川観光タクシー
○観光タクシー有限公司
○森林公園交通株式会社
○有限会社東松山交通
○エール介護タクシー
○介護タクシー青い鳥
○アストケアタクシー
○北都観光福祉タクシー
○七福タクシー
○ひきあい介護サポート
○介護タクシーエイド
○お助けステーション
受付 3月24日(火)から
※土日・祝日を除く

世界自閉症啓発デーおよび発達障害啓発週間

4月2日は世界自閉症啓発デー、4月2日から8日は発達障害啓発週間です。

第2回嵐山町陸上部マラソン大会

主催 嵐山町スポーツ協会陸上部
開催日 1月18日(日)
会場 嵐山町総合運動公園周辺道路
部門 10km
第1位 林 雄介(36分01秒)
第2位 権田卓也(36分21秒)
第3位 吉本峰登(38分18秒)



自閉症をはじめとする発達障害について広く知っていただくため国内では様々なイベントを開催しています。
パネル展示(予定)コロンシティ
▼懸垂幕の掲示(予定)埼玉県庁 本庁舎東側
いずれも4月2日(木)〜8日(水)
▼さいたま新都心駅での啓発活動
3月2日(日)〜4月8日(水)
さいたま新都心駅改札口LED掲示板

上下水道課からのお知らせ

TEL 0493-62-0728

上下水道の修理等は、嵐山町指定工事事業者へ



上下水道の修理等は、嵐山町の指定を受けた指定給水装置工事事業者、排水設備指定工事店で行うことができます。

最近、嵐山町の指定を受けていない業者による広告等を見かけます。十分ご注意ください。嵐山町の指定業者の一覧表は、町ホームページでご覧いただけます。上下水道の修理は、町の指定業者へお申込みください。

なお、修理等の際は、見積りをとるなど事前にご確認ください。

急なお泊まりにも対応! 昼も夜も、いつものデイサービスで安心!
見学・無料体験 随時受付中!
プチモンド・プチモンド都
【お問い合わせ・お申込み】
一般社団法人プチモンド
比企郡嵐山町菅谷140-5
・地域密着型デイサービス
・有料老人ホーム
0493-62-2552

スタッフ募集
※ グループホーム介護員
・正社員 187,500円〜+各種手当
・ヘルパー(パート職員)も同時募集 1713円〜
職場見学、問い合わせ等お気軽にご連絡ください。
(株)彩香らんど「田舎の家」比企郡小川町下里706-1
TEL:0493-71-3117 採用担当係まで