

広報

Public Information MINAKAMI

No.81

2012

みなかみ

7月

平成24年7月1日発行



谷川岳エコツアーリズム

推進協議会（前編）

エコツアーリズムとは、地域ぐるみで自然環境や歴史文化など、地域の魅力を観光客に伝えることにより、その価値や大切さを理解し、保全につなげていくことを目指すものです。谷川連峰は、太平洋と日本海を分ける急峻な分水嶺となることから、厳しい気象条件の中で育まれた自然環境は、貴重な植生を形成しています。

環境省が勧める「エコツアーリズム推進法」

近年、身近な環境についての保護意識や、自然と直接ふれあう体験などへの関心が高まる中、環境への配慮が少し欠けている単なる自然体験ツアーがエコツアーと呼ばれたり、過剰な観光活動により、自然環境が劣化するケースが見られているようです。このような状況を踏まえ、適切なエコツアーリズムを推進するための総

合的な枠組みを定めた法律が「エコツアーリズム推進法」で、平成19年6月20日に成立し、翌年4月1日より施行されています。この法律は、地域の自然環境の保全に配慮しつつ、その地域の創意工夫を生かしたエコツアーリズムを推進するもので、国の具体的な推進方策として、エコツアーリズムを通じた自然環境の保全、観光振興、地域振興、環境教育の推進などの4つの方策が掲げられています。

谷川岳エコツアーリズム推進協議会

町では、このエコツアーリズム推進法に基づき、谷川岳周辺をエコツアーリズムのモデル地域として広く推進するため、平成20年12月に住民と共同で、谷川岳エコツアーリズム推進協議会設立に向けた準備会を立ち上げました。

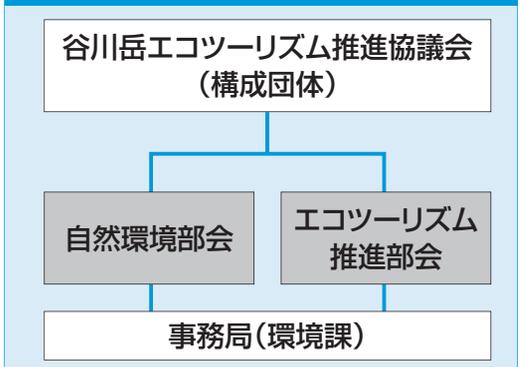
その後は、国が掲げた4つの方策に則り、谷川岳に即した全体構想の検討や具体的な現地活動を進めるとともに、協議会設立の準備を進めてきました。

準備会設立後の平成22年12月、正式に「谷川岳エコツアーリズム推進協議会（以下「協議会）」として、関係機関・団体や企業等に参画して組織化されました。



▶協議会準備会の会議の様子

谷川岳エコツアーリズム推進協議会組織図



- 協議会構成団体
- 国・県関係
 - ・環境省万座自然保護管理事務所
 - ・林野庁利根沼田森林管理署
 - ・県自然環境課
 - ・県利根沼田県民局
 - ・谷川岳登山指導センター
 - 企業関係
 - ・JR東日本(株)高崎支社
 - ・(株)JR東日本ウオータービジネス
 - ・谷川岳ロープウエー(株)
 - 町内団体等
 - ・町商工会
 - ・町観光協会
 - ・水上民宿ペンション連合会
 - ・水上温泉旅館協同組合
 - ・谷川岳をきれいにする会
 - ・水上山岳会
 - ・山岳ガイド協会
 - ・谷川岳登山環境研究会
 - その他
 - ・学識経験者・観光アドバイザー
 - ・みなかみ町

谷川岳エコツーリズム 推進協議会の 具体的な活動

協議会では、谷川岳に即したエコツーリズム推進の全体構想を策定に向けて準備を進める中、様々な活動を始めました。その一部をご紹介します。

■企業との連携事業

○谷川連峰 水と緑のプロジェクト

(JR東日本ウォータービジネスと
JR東日本高崎支社)

JR東日本駅構内等で販売されている、JR東日本ウォータービジネスが製造販売している飲料水「フロムアクア」について、販売本数1本につき1円を募金していただく企画を、昨年9月1日から10月31日までの期間限定で行い、約317万円の寄附を協議会へいただき、その一部



▶(株)JR東日本ウォータービジネス(田村修社長)④から寄附を受ける岸町長⑤

で谷川連峰での自然環境教育事業やインタープリターの養成事業等に利用させていただきました。



▲谷川岳で行われたインタープリター養成講習会の様子



▲谷川岳一ノ倉沢で行われたフロムアクア一ノ倉沢教室の様子

■東京藝術大学との連携事業

東京藝術大学に協力いただき、谷川岳の環境教育の教材の一つとし

て、谷川岳の代表的な植物40種類を選定し、植物図譜を製作しました。今後、谷川岳の貴重な自然環境の啓蒙活動に有効利用していく計画です。



▶ハクサンコサクラ

▶ホソバヒナウスユキソウ

■案内看板等設置事業

谷川岳の自然散策を満喫しながらも、谷川岳の正しい知識を学んでいただくため、案内看板等の整備も行っています。

山での道標は、安全な登山・トレッキングをする上で最も重要なものであると思います。ただ、その道標や案内看板だけを頼りに行動をするのではなく、事前に登山コースの下調べをすることも自然を親しむための必要条件であることを指導啓蒙して

いくことも本協議会で勧めていくべき活動の一つと考えます。



▲谷川岳一ノ倉沢出合に設置された「一ノ倉沢概念図」説明看板除幕式の様子

谷川岳エコツーリズム 推進全体構想の認定

協議会では、谷川岳におけるエコツーリズムに関しての全体構想をまとめ、環境大臣へエコツーリズム推進法に基づく認定団体申請をいたしました。

現段階で、この法律に基づく認定に至った団体は、埼玉県飯能市のエコツーリズム推進協議会の1団体しかありません。現在、本町の協議会も第2号認定に向けて事務局間協議を行っているところであります。

この認定については、次号の後編で詳しくご紹介したいと思います。

金環日食観測

5月21日、太陽に月が重なり環(わ)に見える金環日食を一目見ようと、町内各校で観察会が行われました。

月夜野中学校(高橋幹校長)では、全校生徒が午前7時に登校し、正しい観察方法を確認したあと校庭に出て観察を行いました。生徒たちは各々の遮光レンズを太陽にかざし、初めて見る金環日食に歓声を上げていました。

その他にも、水上小学校や水上中学校では希望者による観察会が行われたほか、北小学校や藤原小中学校では家庭で観察ができるよう登校時刻を変更するなどの対応が取られました。

藤原小学校

田植え体験

5月22日、藤原小学校児童による田植え体験授業が行われました。

あいにくの曇り空でしたが、藤原平出地区の林明男さんの田んぼで、林さんや藤原千歳会の方々の方々の指導により、一株ずつ丁寧に稲苗を植えました。児童たちは、田んぼに足を取られ悪戦苦闘しながらも、目印のロープに沿って稲苗を植えました。



きれいな花を咲かせて 「命のあさがお」種まき

5月25日、いはいはるこども園に国際ソロプチミスト利根沼田の会員8名が来園し、年長組41名とアサガオの種まきを行いました。

このアサガオは、7歳という若さで白血病を患い亡くなった男の子が育てていたもので、骨髄バンクの普及を訴えるために受け継がれた種です。

事前に絵本で話を聞いていた園児達は「きれいな花が咲きますように」と祈りながら、大切に育てることをみんなでお約束しました。

みなかみキッズ

クッキング教室

5月26日、保健福祉センターで、みなかみキッズのクッキング教室(第1回目)が開催され、食生活改善推進員、学校給食センター栄養士、町栄養士の指導により、ピザやカラフルスープ、ミルクゼリーを作りました。

子どもたちは、野菜を切ったりピザ生地をこねたり楽しみながら料理し、出来上がった料理を試食しました。

この教室は、子供たちの料理経験を増やしたいことから、5月〜7月にかけて4回開催し、毎回4年〜6年生の小学生、約60名が参加しています。



平成24年度利根沼田母子のよい歯のコンクール

5月25日、利根沼田保健福祉事務所において、母と子のよい歯のコンクール地区審査会が実施されました。

本町からは、平成23年度の3歳児健診で虫歯がなかった子の中から、政所の高橋美咲さん・頼人くん親子、上津の大川舞さん・恵衣ちゃん親子、下津の本多沙也加さん・煌空くん親子、石倉のハリソン千恵さん・ひかりちゃん親子が代表で参加しました。

当日は、高橋さん親子が最優秀賞、大川さん親子、本多さん親子、ハリソンさん親子が優良賞として表彰されました。最優秀賞の高橋さん親子には、利根沼田地区代表として、7月12日に開催される県大会へ出場していただくこととなります。

平成23年度3歳児健診において虫歯のある子は27.2%で、平成22年度(23.9%)よりも増加しています。

虫歯予防で大切なことは、「しっかり歯磨きをする」、「だらだらと間食をとらない」ことです。乳歯の虫歯は、永久歯に大変悪い影響を及ぼしますので、虫歯にならないように予防することが大切です。



▲ハリソン千恵さん(石倉) ひかりちゃん



▲本多沙也加さん(下津) 煌空くん



▲大川舞さん(上津) 恵衣ちゃん



▲高橋美咲さん(政所) 頼人くん

春の環境美化運動で268人がゴミ拾い

5月27日、月夜野道路情報ターミナル周辺において、利根沼田環境森林事務所主催の「春の環境美化運動」が実施され、管内の各種事業者や行政が連携してゴミ拾い作業が行われました。

この運動は、清掃活動やゴミの不法投棄防止、ゴミの減量化、植栽・植樹を呼びかけ普及啓発することを目的に毎年行われています。

当日は268人が参加し、約570kgのゴミを回収しました。



みなかみ町交通指導員辞令交付

平成24年度みなかみ町交通指導員の辞令交付式が行われました。この度の辞令交付では、3名の指導員が退任され、新たに4名の指導員が任命されました。

退任者と新任者は以下のとおりです。

(敬称略)

■退任された指導員

傳田創司(水上) 31年間勤務

狩野敏一(水上) 28年間勤務

田村朋之(新治) 9年間勤務

■新任された指導員

小林孝夫(水上)

田村 亘(水上)

石坂俊樹(月夜野)

渡辺 登(新治)



▲退任に伴い感謝状を受け取る傳田さん

第36回 日本リバーベンチャー 選手権大会

5月26・27日、利根川（水明荘）諏訪峡間の約9kmの激流を舞台に第36回日本リバーベンチャー選手権大会が開催されました。

この大会は、大学生が企画・運営する国内最大級のラフティング大会で、今年は34チーム、約400人が参加し、2日間にわたり利根川に果敢に挑みました。本大会の成績は、4メン（4人乗り）の部優勝は「疲労コンパインチーム」、2メン（2人乗り）の部優勝は「ブラウダーチーム」でした。



湯松曾橋周辺を考える ワークショップ開催

6月1日、湯松曾区と沼田土木事務所による湯松曾橋周辺を考える第1回のワークショップが開催されました。

当日は、湯松曾区の住民をはじめ、県や町の関係者24人が参加し、新しく掛け替えられる橋の周辺の有効利用について、現地を歩き状況を確認したのち、湯松曾会館にて活発な意見交換を行いました。

次回は、7月に第2回のワークショップを開催する予定です。



平成24年度利根沼田支部ポンプ操法競技会

6月3日、沼田公園において利根沼田消防ポンプ操法競技会が開催されました。この競技会は、利根沼田管内の市町村からポンプ車の部9チーム、小型ポンプの部10チームが出場し、正確な機器の操作と標的を倒すまでの時間等について競うものです。

本町からは、各部門に3チームが出場し日頃の訓練の成果を発揮しました。大会の結果は次のとおりです。

■ポンプ車の部

- 第7分団 第6位
 - 第3分団 第7位
 - 第5分団 第7位
- ### ■小型ポンプの部
- 第7分団 第3位
 - 第1分団 第5位
 - 第5分団 第7位



◀小型ポンプの部／整列の様子



◀小型ポンプの部／放水と伝達の様子



◀ポンプ車の部／吸管の延長の様子

故神保己一さんが旭日単光章を受章

故神保己一さん（入須川）は、昭和59年から旧新治村議会議員として3期12年にわたり奉職し、その間、副議長、経済建設常任委員会委員長、地域開発対策特別委員会委員長等を歴任、生活環境の整備や産業基盤の

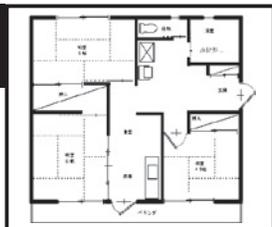
確立など、地方自治の発展に多大な貢献をされました。その功績が認められ、旭日単光章が授与され、5月28日に岸町長からご家族へ伝達されました。

町営住宅入居者募集のお知らせ

- 受付期間 7月2日(月)～17日(火)
- 入居日 8月上旬予定 ■募集戸数 5戸
- 上河原団地 11号棟 103号室
- 矢瀬団地 2号棟 301号室
3号棟 303号室
- 第3矢瀬団地 7号棟 701号室
8号棟 104号室

※鹿野沢団地、大穴団地、柳田団地、高日向団地、藤原団地については、7月より随時募集とします。

上河原団地11号棟
103号室間取り



- 申し込み・問い合わせ先
- 地域整備課 管理グループ ☎(25)5020
- 水上支所 除雪センター ☎(72)2111
- 新治支所 除雪センター ☎(64)0111

第55回 デサント藤原湖マラソン 参加者募集

- 期日 8月26日(日) 雨天決行
- 会場 藤原湖運動広場
- 日程
 - ▽前日受付 / 8月25日(土) 午後2時～5時
 - ▽受付会場 / 道の駅 水紀行館
 - ▽当日受付 / 午前7時～8時30分
 - ▽受付会場 / 藤原湖運動広場
 - ▽開会式 午前8時15分
 - ▽スタート 午前9時
- ◆15kmの部
 - ①男子15歳～29歳(中学生を除く) / ②男子30歳～39歳 / ③男子40歳～49歳 / ④男子50歳～59歳 / ⑤男子60歳以上 / ⑥女子15歳～39歳 / ⑦女子40歳～49歳 / ⑧女子50歳以上(中学生を除く)
- ◆3kmの部
 - ⑨小学生男子(4年生以上) / ⑩小学生女子(4年生以上)
- ◆5kmの部
 - ⑪中学生男子 / ⑫中学生女子 / ⑬男子15歳以上(中学生を除く) / ⑭女子15歳以上(中学生を除く)
- ◆7kmの部
 - ⑮女子40歳～49歳 / ⑯女子50歳以上
- ◆参加料
 - 一般・高校生 2,500円
 - 小・中学生 500円
- ◆申込期間
 - 6月8日(金)～7月17日(火)
- ◆申し込み・問い合わせ先
 - 観光課内
 - デサント藤原湖マラソン 実行委員会事務局
 - ☎(25)5017
 - FAX(62)3211

平成24年 谷川岳一ノ倉沢 車両通行止のお知らせ

〔国道291号線：谷川岳登山指導センター下～一ノ倉沢出合〕

規制区間 国道291号線(谷川岳登山指導センター下～一ノ倉沢) 全長約3km

規制内容 一般車両通行止め。但し、自転車・緊急車両・管理車両・許可車両については除外。
※この区間は、通年において11人乗り以上の大型車両及び大型貨物車は通行止めです。

規制日 平成24年6月30日(土)午後5時～11月4日午後5時

ご案内 歩行が困難な方や小さいお子様連れの方のため、実証実験として乗合タクシー(定員9名)を運行しています。片道 大人500円・小人300円 予約不可(マチガ沢で下車した場合でも再乗車は片道料金がかかります。)
※一般のタクシーはご利用できません。
※みなかみ町では歩いての散策を推奨しております。ブナ林の中をゆっくり散策してみてください。
※乗合タクシーは土日祝日や時間帯により混雑する恐れがあります。ご了承下さい。

平成24年 谷川岳ロープウェイ駅～の一ノ倉沢乗合タクシー時刻表

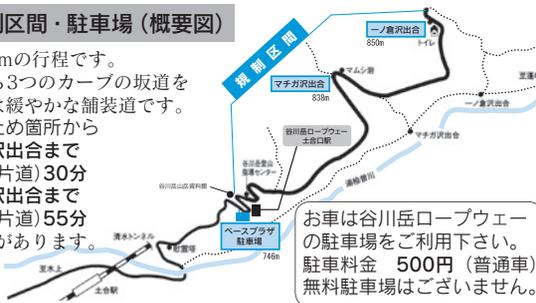
谷川岳ロープウェイ駅発	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30
マチガ沢発	9:10	9:40	10:10	10:40	11:10	11:40	12:40	13:10	13:40	14:10	14:40	15:10	15:40
一ノ倉沢着	9:20	9:50	10:20	10:50	11:20	11:50	12:50	13:20	13:50	14:20	14:50	15:20	15:50
一ノ倉沢発	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00
マチガ沢発	9:40	10:10	10:40	11:10	11:40	12:10	13:10	13:40	14:10	14:40	15:10	15:40	16:10
谷川岳ロープウェイ駅着	9:50	10:20	10:50	11:20	11:50	12:20	13:20	13:50	14:20	14:50	15:20	15:50	16:20

■お問い合わせ先
谷川岳交通対策連絡協議会 ☎379-1393 みなかみ町後閑318(みなかみ町役場 環境課内) ☎0278-62-2111
みなかみ町観光協会 ☎379-1313 みなかみ町月夜野1744-1 ☎0278-62-0401〔受付時間9:00～17:00〕

みなかみ町では、谷川岳マチガ沢出合と一ノ倉沢出合付近の「歩行者や車両同士の事故」の防止のため、マイカー規制を行います。これにより、歩行者や車両の安全確保だけでなく、排ガスによる自然環境の破壊防止や、そして何よりも谷川岳の魅力を皆様により一層知っていただけるよう努めます。

車両規制区間・駐車場(概要図)

片道約3kmの行程です。駐車場から3つのカーブの坂道を登った後は緩やかな舗装道です。車両通行止め箇所からマチガ沢出合まで 徒歩(片道)30分
一ノ倉沢出合まで 徒歩(片道)55分
※個人差があります。



お車は谷川岳ロープウェイの駐車場をご利用下さい。駐車料金 500円(普通車) 無料駐車場はございません。

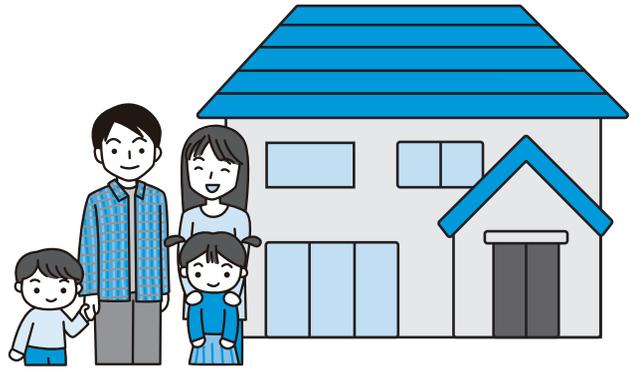


木造住宅耐震診断者派遣事業を行っています

町では、昭和56年5月31日以前に着工した木造住宅について、耐震診断者を派遣する事業を実施しています。

対象の住宅の所有者又は居住者であり、町税の滞納がないなどいくつかの条件がありますが、通常は3万円以上かかる耐震診断が、1,000円から3,000円という少ない負担で実施できます。

この機会に自宅の強度を知り、万が一の災害に備えましょう。申請方法など詳細は、役場総務課消防・防災グループまでお問い合わせください。



■問い合わせ先 総務課 消防・防災グループ ☎(25)5002

国民健康保険に加入している70～74歳の人へ

新しい国民健康保険高齢者受給者証を郵送します

国民健康保険高齢者受給者証が7月31日で有効期限切れになります。

対象者には、新しい受給者証（有効期限：平成24年8月1日～平成25年7月31日）を7月中に郵送します。8月1日以降は新しい受給者証をお使いください。また、医療機関での受診時には、保険証と高齢者受給者証を忘れずに提示してください。

■対象者

国保加入の方で、年齢が70歳以上75歳未満の方（ただし、後期高齢者医療対象者を除きます。）

■一部負担金について

一部負担金は、前年の所得によって決められます。現在、高齢受給者証を持つ人は、平成23年中の所得により負担区分の判定を行い一斉更新します。

※医療機関に支払った1ヶ月の一部負担金が一定額（自己負担限度額）を超えた場合、その超えた分が高額医療費として払い戻されます。

交通事故と国保診療

皆さんが交通事故（第三者行為）にあつてけがなどをしたときでも、国保を使って治療を受けることはできます。ただし、治療費は原則として加害者が負担すべきものです。そのため国保を使って治療を受けたときは、国保が一時的に治療費を立て替えたあとで加害者に費用を請求します。

もし交通事故にあつたら、必ず国保窓口へ届け出て必要な手続きをしてください。

交通事故にあつたときの注意点

- ①警察に届ける…「事故証明書」をもらってください。
- ②国保の窓口へ届け出る…保険証、印鑑、事故証明書が必要です。

国保に相談してから示談を

注) 示談を結んでしまうと、国保が使えない場合があります。



■問い合わせ先 町民福祉課 窓口・医療グループ ☎(25)5010

入院時の食事療養費減額認定及び 限度額適用認定証などは再申請が必要です

入院時の食事代の標準負担額を減額する「標準負担額減額認定証」を申請により発行しています。現在の減額認定証は7月31日で有効期限が切れますので、すでに発行を受けている方で引き続き必要な方は再申請をしてください。※住民税課税世帯は該当になりません。

今年度、住民税非課税世帯で新たに減額認定証が必要な方も、被保険者証と印鑑、領収証などの入院期間がわかる書類を持参し、国保の窓口で申請してください。

また、国保加入者と後期高齢者医療対象者に発行している「限度額適用認定証」、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限も7月31日で切れますので、上記と同様の手続きが必要です。

■標準的な食事代（食事療養費）

標準負担額(1食あたり)		
① 一般の人（下記以外の人）		260円
② 住民税非課税世帯に属する人など （低所得Ⅱの人）	90日までの入院	210円
	過去12か月間で90日を超える入院	160円
③ 70歳以上で低所得Ⅰの人		100円

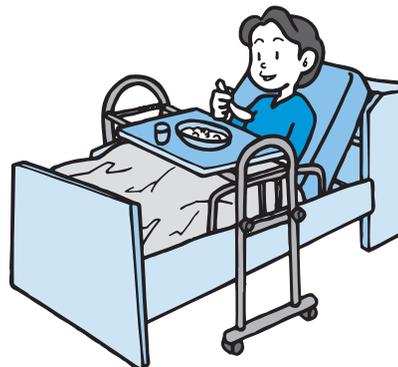
※住民税非課税世帯の人は「標準負担額減額認定証」（低所得Ⅰ・Ⅱの人は「限度額適用・標準負担額減額認定証」）が必要となりますので窓口にて申請してください。

□低所得Ⅱ

その属する世帯の世帯主および世帯員全員が住民税非課税の方

□低所得Ⅰ

その属する世帯の世帯主および世帯員全員が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除を差し引いたときに0円となる方



■問い合わせ先 町民福祉課 窓口・医療グループ ☎(25)5010

群馬子ども緊急相談 〈電話番号 #8000〉

子どもの具合が悪くなったとき、すぐに受診した方がよいか、家庭でどのように対処したらよいか、保健師や看護師が相談に応じます。

相談日時 月～土曜日 午後6時～翌朝午前8時
日曜日・祝日・年末年始 午前9時～翌朝8時

※ダイヤル回線・IP電話等は ☎03 (3839) 0886 【平成24年9月まで】

※電話相談の通話料は有料となります。



福祉医療制度をご存知ですか？

福祉医療制度とは、子供や障害をお持ちの方など下記の表に該当する方が医療機関にかかったときの自己負担額を町と県が負担する制度です。

町と県が負担する費用には、入院時の食事療養費標準負担額や訪問看護・柔道整復施術・治療用装具などの費用も含まれます。

※高額療養費に該当する場合は、自己負担限度額の範囲を負担します。限度額を超えた分については、加入している健康保険へお問い合わせください。

種 類	資 格 要 件	手続に必要なもの
乳幼児	15歳まで ^{※1}	保険証・印鑑
重度心身障害者(65歳未満) 高齢重度障害者 (65歳以上で後期高齢者医療 制度に加入の人)	身体障害者手帳1級・2級	保険証・印鑑・身体障害者手帳
	障害年金1級	保険証・印鑑・障害年金証書
	障害年金1級程度の障害で障害年金を受給できない人	保険証・印鑑・所定の診断書
	療育手帳A判定	保険証・印鑑・療育手帳
	特別児童扶養手当1級	保険証・印鑑・特別児童扶養手当証書
ひとり親家庭など	所得税非課税で18歳未満 ^{※2} の子を扶養している母子・父子家庭または父母のない18歳未満 ^{※2} の児童	保険証・印鑑 本籍が本町にない人は戸籍謄本 転入者は前住所地の課税証明書

※1・・・「15歳まで」とは、満15歳の誕生日以後最初の3月31日まで

※2・・・「18歳まで」とは、満18歳の誕生日以後最初の3月31日まで

福祉医療（ひとり親）の更新手続きを

～8月から受給資格者証が新しくなります～

福祉医療費を受給しているひとり親家庭などの人は、年に一度更新手続きを行う必要があります。現在お手元にある受給資格者証の有効期限は7月31日です。該当者には7月末までに更新手続きの通知を郵送いたします。

なお、更新手続きに際し所得等の申告が必要な方には、その旨を明記した通知を郵送いたしますので、所得等の申告をしたのち更新手続きをしてください。

■**窓口**に持参するもの 郵送した更新通知・保険証・お手元にある福祉医療費受給資格者証・印鑑

※平成24年1月2日以降に本町に転入した人は、同年1月1日現在の住所地の平成24年度所得・課税証明書（23年分）が必要となります。

◎福祉医療費無料化の対象となる方へ

中学生までの医療費無料化は、社会全体で子どもの成長を支えていくための制度です。

医療費無料化はみなさんの税金でまかなわれています。この制度を将来にわたり維持していくためにも、制度の仕組みや目的などをご理解のうえ、受診されるようお願いいたします。

■**問い合わせ先** 町民福祉課 窓口・医療グループ ☎(25)5010

後期高齢者医療保険料の納付について

後期高齢者医療制度は、財源の一部を被保険者のみなさまが負担している保険料により運営しております。納付書は7月中旬に郵送されますので、納期限までに納めていただきますようお願いします。

※すでに保険料が年金から天引きされている人、口座振替の手続きをされている人には納付書は届きません。

■平成24年度納付書納期と口座振替日

期別	1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
納付期限	7月31日	8月31日	10月1日	10月31日	11月30日	12月25日	1月31日	2月28日	4月1日

※口座振替日（納付期限日）に残高不足等により引き落としができなかった場合、未納付扱いになってしまいます。事前に残高の確認をしておいてください。

■保険料が納期限までに納まらなかった場合

1. 督促状により保険料が再請求されます（延滞金が発生する場合があります）。
2. 督促状による納付がない場合、催告書により保険料が再請求されます（延滞金が発生する場合があります）。
3. 催告書による納付がない場合、有効期間の短い保険証が交付されることがあります。

※一度に納付が困難な場合は町民福祉課後期高齢担当までご相談ください

■口座振替について

町では保険料が年金から天引きされず、納付書でお支払いされている方に便利な口座振替での納付をお勧めしています。口座番号のわかるもの、その口座の届出印を持参の上、取扱金融機関でお手続きください。

※国保税等を口座振替で納付されてきた人も後期高齢者医療保険料を口座振替にするには、再度手続きが必要になります。

■問い合わせ先 町民福祉課 窓口・医療グループ ☎(25)5010

次の人は大腸がん検診が無料です ～期間は7月末です～

日本で2番目に多いがんである大腸がんを減らすため、国の対策として次の対象者は大腸がん検診（便潜血反応検査）を無料で受けられるようになっています。

この機会に大腸がん検診を受けてみませんか。

■大腸がん検診を無料で受けられる人

生年月日
昭和46年4月2日～昭和47年4月1日
昭和41年4月2日～昭和42年4月1日
昭和36年4月2日～昭和37年4月1日
昭和31年4月2日～昭和32年4月1日
昭和26年4月2日～昭和27年4月1日

※左表の該当者には詳細を通知しご案内しています。

※検診を希望する人には、便を採取する検査容器と受診票、検診無料クーポン券をお送りしますので、役場子育て健康課までお問い合わせください。

※大腸がん検診は、特定健診の会場で実施していますので、7月末まで採便容器を提出することができます。



■問い合わせ先 子育て健康課 健康推進グループ ☎(62)2527



子ども手当が「児童手当」に変わりました！

平成24年4月1日より、子ども手当が「児童手当」に変わりました。

主な変更点は次のとおりです。

①6月以降の手当認定について所得制限があります。

②支給金額に変更はありませんが、所得制限を超えた場合、支給額は児童一人あたり月額5,000円になります。その他細かい制度変更があります。児童の養育状況に変化が生じた場合は、子育て健康課までお問い合わせください。なお、公務員の方は勤務先での手続きとなります。

■支給対象

中学卒業までの児童を養育している方に支給されます。

■支給額（児童一人あたりの月額）

3歳未満	15,000円
3歳以上小学校修了前	10,000円（第3子以降は15,000円）
中学生	10,000円
所得制限超過者	5,000円



■支給月

6月、10月、2月にそれぞれ前月分までの4ヶ月分をまとめて支給します。

■現況届

児童手当を受けている方は、毎年6月に「現況届」を提出しなければなりません。（別途通知により受付中）

この届けは、毎年6月1日における状況を記載し、児童手当等を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。今年度、既に多くの方が提出いただいておりますが、この届けの提出がないと、6月分以降の児童手当が受けられなくなります。まだ手続きがお済みでない方はお早めに窓口までお越しください。詳細は別途通知を確認するか、子育て健康課にお問い合わせください。

■問い合わせ先 子育て健康課 子育て支援グループ ☎(25)5009

群馬県若者就職支援センター(ジョブカフェぐんま)をご利用ください

ジョブカフェぐんまでは、就職を希望する若者（40代前半までの不安定就労者を含む）に対し、就職情報の提供から適性診断・カウンセリング、職業紹介・定着まで就職に関する一貫した支援を行っています。開設以来13万人を超える利用者があり、うち8,800人以上の人が就職しています。費用は無料です。ぜひお気軽にご利用ください。

■高崎センター

所在地 高崎市旭町34-5 旭町ビル3階
問い合わせ先 ☎027 (330) 4510
開所日 月～土曜日（年末年始を除く）
開所時間 午前10時～午後7時

■北毛サテライト

所在地 沼田市薄根町4412 利根沼田県民局4階
問い合わせ先 ☎(20) 1155
開所日 月・水・金曜日（祝日・年末年始を除く）
開所時間 午前8時30分～午後5時15分



※北毛サテライトは平成23年4月1日から職業紹介を開始しました。職業紹介を受けるにはカウンセリングを受けていただく必要があります。ぜひご利用ください。

幼稚園開放事業【夏休み「みんなの広場」】が始まります

月夜野幼稚園、月夜野幼稚園下牧分園、月夜野北幼稚園では、昨年度に引き続き、主に就学前のお子さんをもつ親子の交流の場として園庭と遊戯室を開放します。親子で一緒に行事へ参加したり、幼稚園の雰囲気も味わうこともできますのでお気軽にお越しください。

■対象

就学前の子どもと保護者（小学校低学年程度の児童まで可・児童のみは不可）

■日時及び場所

実施日	時(月～金曜日)	場所
7月23日～8月3日	9:00～15:00 (7/25・30は12時まで) プール開放時間 13:00～14:00 (7/25・30はプールなし)	下牧分園
8月6日～8日	9:00～12:00	月夜野幼稚園
8月9・10日、 16日～22日	9:00～15:00	月夜野北幼稚園



■実施内容

園庭での水遊び、ホールや園庭での自由遊び、絵本の読み聞かせ、親子での制作あそび、親子クッキング など

■申し込みについて

来園時に申し込みは必要がなく、開放時間内であれば出入り自由です。なお、制作やクッキングなど事前予約や参加費が必要なものもありますので、各園にお問い合わせください。

■問い合わせ先 子育て健康課 子育て支援グループ ☎(25)5009
 月夜野幼稚園 ☎(62)6746 下牧分園 ☎(62)0911
 月夜野北幼稚園 ☎(72)5725

この夏も節電にご協力ください！

この夏も電力不足が予想されます。ご家庭でも節電へのご協力をお願いします。

■夏の電力使用の特徴

電気は貯めておくことができません。

需要が供給を上回らないようにするために、1日を通じた節電に取り組みながらピーク時間帯（9時～20時）の節電を心がけましょう。特に日中（13時～16時）に最大ピークとなる傾向にありますので、在宅時には、この時間帯の節電が特に重要となります。

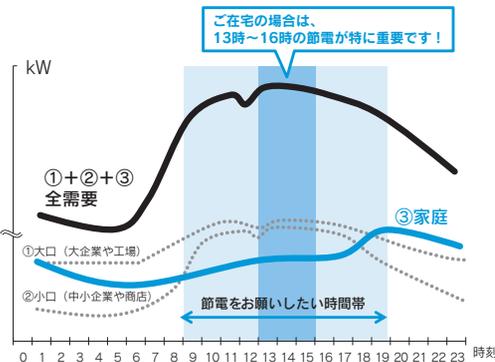
■家庭の電力消費の特徴

昼間と夜とでは、使っている電気の割合が異なります。時間帯に応じた効果的な節電に取り組みましょう。

■主な電気製品の消費電力

- 200w～ 600w…パソコン、DVDレコーダー、
マッサージチェア、ゲーム機など
- 600w～1000w…電気ポット、食器洗い洗浄機、
ドライヤー、オーブントースターなど
- 1000w～1400w…ホットプレート、アイロン、
電子レンジなど
- 1400w以上 ……IHクッキングヒーターなど

※家庭には消費電力の大きな電気製品がたくさんあります。ピーク時間帯を避けて使用したりする工夫をお願いします。



出典：経済産業省(資源エネルギー庁推計)

■問い合わせ先 環境課 環境政策グループ ☎(25)5003



国民年金からのお知らせ

保険料免除の申請は、原則として毎年必要です

国民年金には、所得が少なく、保険料を納めることが困難な場合に、一定の基準により保険料が免除される制度があります。また、30歳未満の方には、保険料の納付が猶予される若年者納付猶予制度があります。

免除や若年者納付猶予の申請をすると、本人・配偶者及び世帯主（若年者納付猶予では世帯主は除かれます）の前年の所得を基準に審査が行われ、承認されると所得に応じて保険料の全部または一部が免除（若年者納付猶予では全額の納付が猶予）されます。

一部免除には、4分の3免除（4分の1納付）、半額免除（半額納付）、4分の1免除（4分の3納付）があり、所得に応じたきめ細やかな免除の申請ができます。

ただし、4分の3免除、半額免除または4分の1免除が承認された場合には、残りの保険料を納めないと同扱いになります。保険料の免除または若年者納付猶予の申請は原則として毎年必要です。ただし、全額免除及び若年

者納付猶予については、翌年度以降分もあらかじめ申請（継続申請）することができ、（失業等による理由を除く）。

今まで全額免除または若年者納付猶予の承認を受けており継続申請をしていない方は、一部免除の承認を受けていた方は、6月で承認期間が切れています。引き続き免除等を希望する場合には申請が必要です。忘れずに役場町民福祉課で申請の手続きをしてください。

■問い合わせ先

■ 問い合わせ先
 渋川年金事務所 国民年金課
 ☎027-234-1607
 町民福祉課 窓口・医療G
 ☎(25)5010



心配ごと・法律相談所

心配ごと(民生・人権・行政)相談所

- 水上会場 7月17日(火)
会場：社会福祉協議会水上支所
- 新治会場 8月21日(火)
会場：町保健福祉センター2階

法律相談所

- 月夜野会場 7月13日(金)
会場：町保健福祉センター2階
- 水上会場 8月10日(金)
会場：社会福祉協議会水上支所



相談は予約制で先着順です。
時間は午後1時30分～4時まで。

■ ■ ■ 問い合わせ先 ■ ■ ■
 みなかみ町社会福祉協議会
 ☎(62)0081

24時間健康テレホンサービス

群馬県保険医協会では、健康テレホンサービスを行っています。
 ☎027-234-4970にかけると、約3分の健康講話(テープ音声)が聞けます。

7月

- 月曜 ポリープと胃
- 火曜 肝臓かんぞうに関する検査けんさのいろいろ
- 水曜 歯が抜けたままだとどうなるの
- 木曜 ブリッジのお手入れ法
- 金曜 小児しょうにの生活習慣病
- 土日 小児しょうにの事故「水みずに溺おぼれた時とき」

7月の「直接相談タイム」

- 5日(木) 小児科・外科
- 受付時間帯 午後7時30分～9時まで
- ◎ この時間帯に電話すると、直接医師が電話にできます。

納税と納期限

7月の納税

- 納期限：7月31日(火)
- 固定資産税 第2期
- 国民健康保険税 第4期

8月の納税

- 納期限：8月31日(金)
- 町民税 第2期
- 国民健康保険税 第5期

- ◎ 国民年金
6月分の納期限は、**7月31日(火)**です。
- ◎ 介護保険料
第3期の納期限は、**8月31日(金)**です。
- ◎ 後期高齢者保険料
第1期の納期限は、**7月31日(火)**です。



お支払いは便利な口座振替をご利用ください。

お知らせ

オンライン「かんたん証明書請求」をご利用ください

土地、建物や会社等の登記事項証明書を請求される方は、自宅や会社のパソコンで「かんたん証明書請求」を使えば便利です。

ご利用時間が午前8時30分～午後9時までと、窓口より長く、手数料は次のように登記所の窓口で請求されるよりも断然お得で、ご指定の送付先へ郵送します。

(例)

〔土地・建物・会社の登記事項証明書〕
窓口又は郵送請求の場合

←
かんたん証明書請求の場合
一通700円
一通570円

※郵送料を含みます

詳しくは、前橋地方事務局のホームページをご覧ください。

■問い合わせ先

前橋地方事務局不動産登記部門

☎027(221)44288

HP <http://www.touki-kyoutaku-net.moj.go.jp/>

エアコンと扇風機を併用して快適に過ごしましょう

日本電機工業会では、夏に利用する扇風機の安全点検とエアコン利用時の扇風機併用による快適利用及び節電対策を呼びかけています。

扇風機を安全にご利用いただくために季節の変わり目などには点検をお願いします。

また、室内でエアコンを利用する時に扇風機を併用すると、エアコンの冷気を部屋中に循環させ、体感温度を下げ、より一層涼しく感じられます。この方法でエアコン温度を少し高めに設定するだけでも節電効果があります。

詳しくは日本電機工業会「快適せんぷうき」WEBサイトをご覧ください。

■問い合わせ先

(社)日本電機工業会

☎03(3556)5887



第28回日本^{せんが}剪画美術展 みなかみ町巡回展の開催



今年も夏の風物詩になりました剪画(切り絵)美術展を開催します。

今回は各受賞作品をはじめ、テーマ「きずな」部門・自由部門・ジュニア部門のほか特設コーナーなどにわかれ100点におよぶ作品が展示されます。

ぜひこの機会に、素敵な剪画芸術の世界をご鑑賞ください。

■期間 7月7日(土)～22日(日)

※9・17・18日は休館。

■時間 午前9時～午後5時。

■場所 カルチャーセンター

■料金 無料

■問い合わせ先

カルチャーセンター

☎(20)4040

募集

みなかみ町職員募集 職員採用第1次試験を実施

町では、職員採用第1次試験を次のとおり実施します。受験を希望する方は、職員採用試験申込書を役場総務課へ提出してください。

職員採用試験申込用紙は、役場総務課人事グループ及び支所庶務住民サービスグループまでご請求ください。

■試験区分 一般職 教養試験

(高等学校卒業程度の教養試験)

■採用予定人員 若干名

■採用予定日 平成25年4月1日

■受験資格 昭和59年4月2日～平成7年4月1日までに生まれた方

■試験期日 9月16日(日)

■試験場所 みなかみ町役場

中央公民館3階会議室

■申込期間

7月2日(月)～8月8日(水)

■申し込み・問い合わせ先

総務課 人事グループ

☎(25)5026



募集



警察官・警察事務募集

群馬県警察では、次のとおり警察官及び警察事務を募集します。

【警察官】

■受験資格

◎警察官A（男・女）第2回

昭和57年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学（短期大学を除く）、またはこれと同等と人事委員会が認める学校を卒業した人、または平成25年3月31日までに卒業する見込みの人。

◎警察官B（男・女）

昭和57年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人で、警察官Aの受験資格学歴に該当しない人。

■第1次試験日 9月16日（日）

■申込期間

7月26日（木）～8月10日（金）

【警察事務Ⅲ類】

■受験資格

平成3年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人。

■第1次試験日 9月23日（日）

■申込期間

8月6日（月）～21日（火）

※警察官・警察事務ともに試験案内配布日は7月3日（火）です。

■問い合わせ先

沼田警察署 警務課
☎（22）0110



平成24年度 利根沼田広域市町村圏振興整備組合職員採用試験のお知らせ

利根沼田広域市町村圏振興整備組合では、次のとおり職員を募集します。

■職種 消防士

■勤務内容 消防本部または消防署における消防業務に従事

■受験資格 高等学校卒業程度以上の学力を有すること。また、昭和62

年4月2日から平成7年4月1日までに生まれ、身長160cm以上、体重50kg以上、胸囲が身長のおおむね2分の1以上、視力は矯正視力を含み両眼で0.7以上、一眼でそれぞれ0.3以上で色覚が正常であり、聴力が左右とも正常であること。

採用された場合、利根郡内および

沼田市内に居住し得る者。

■採用予定人員 若干名

■採用予定日 平成25年4月1日

■第1次試験（適性検査、教養試験、作文）

○日時 9月16日（日）午前9時～

○場所 利根沼田広域消防本部

■第2次試験（体力検査、面接）

◇体力検査（沼田北小学校）

10月20日（土）午前9時～

◇面接（利根沼田文化会館）

10月28日（日）午後3時～

■受付期間

7月18日（水）～8月3日（金）

※土日・祝日を除く午前9時～午後5時まで

※申込書の請求・提出先

利根沼田広域消防本部総務課

※詳しくは問い合わせください。

■申し込み・問い合わせ先

利根沼田広域消防本部 総務課

☎（22）3133



ホームヘルパー2級講座 受講者の募集

町社会福祉協議会では、次のとおりホームヘルパー2級講座の受講者を募集します。

■内容 通信教育と8日間の通学、4日間の施設実習で資格取得ができます。実習は家族介護や就職に役立つ介護技術を学べます。

■受講定員 20名

※定員を超える場合は抽選とします

■受講費用 62,000円

※テキスト代、消費税含む

■8日間の通学日程

9月8日（土）・11日（火）・15日（土）・22日（土）・25日（火）・29日（土）・10月2日（火）・6日（土）

■時間 午前9時30分～午後4時30分

※9月11日（火）は、午前9時30分～午後5時30分

◎無料説明会

講座内容を詳しく説明しますので、まずは無料説明会にお越しください。

◇日時 7月24日（火）午前10時～

◇会場 町保健福祉センター

■申し込み・問い合わせ先

町社会福祉協議会

☎（62）0081

募集



文化・体育振興費補助事業 (2次募集)の申請受付

町では社会教育・社会体育の振興を目的とする事業に対して補助金を交付します。平成24年度の2次募集の受け付けを次のとおり実施します。

■補助事業名

みなかみ町文化・体育振興費補助金

■補助対象内容

社会教育・社会体育の振興を目的とした活動に要する経費を対象とします。ただし、県や町の他の補助金対象になっている事業は該当しません。

■補助金額

1次募集で決定した補助金額を差し引いた予算の範囲で、1団体10万円以内を補助します。

■募集期間

7月9日(月)～8月10日(金)

■申請方法

生涯学習推進室にありますが交付申請書に必要事項を記入のうえ、必要書類を添付して提出してください。

■交付決定

申請期間終了後、事業内容を審査し、補助対象事業及び補助金額を決定します。

※詳細についてはお問い合わせください。

■申し込み・問い合わせ先

教育委員会 生涯学習推進室

☎(25)5025

せんが 剪画(切り絵)教室 参加者募集

日本剪画協会長の石田良介さんによる指導で剪画教室を次のとおり開催します。

■開催日 7月23日(月)

午前9時30分～正午

■場所 カルチャーセンター

■対象 中学生以上 10名

小学生 20名

※定員30名先着順です。

※小学生は学校を通してお申し込みください。

■参加費 600円

※材料費及び保険料含む。

※参加費は当日徴収します。

■持ち物 カッターナイフ、ホチキス、カッターマット

※持参できる方はお持ちください。

■申込期間 7月6日(金)まで

※7月2・9日は休館日です。

■申し込み・問い合わせ先

カルチャーセンター

☎(20)4040

教育委員会 生涯学習推進室

☎(25)5025

消防レスキュー体験会

参加者の募集

利根沼田広域消防本部では、利根沼田管内の小学生以下の子ども達を対象に消防レスキュー体験会を次のとおり開催します。

■開催日 7月29日(日)

午前9時30分～11時30分

■場所 中央消防署

■対象 小学生以下の子どもとその家族

■内容 綱渡り体験、放水体験、しご車搭乗、地震体験、ミニ消防車搭乗など

■定員 子ども60名とその家族

※先着順とします。

■申込期間

7月10日(火)～20日(金)

■申し込み・問い合わせ先

中央消防署

☎(24)1734



高崎経済大学

大学院生の募集

高崎経済大学では、平成24年度大学院地域政策研究科と経済・経営研究科の学生を募集します。つきましては、次により学生募集説明会を開催します。

■開催日 7月16日(月)海の日

■場所 高崎経済大学事務棟3階

■内容

①地域政策研究科の紹介

②経済・経営研究科の紹介

③現役院生による体験談等

・出願のきっかけや学生生活、将来のことなどについて生の声が聞けます。

④教員、現役院生による個別相談

・両研究科長による個別相談コーナー(入学後のカリキュラムや修了後の進路等)

・現役院生にしか聞けない個別相談コーナー

⑤募集要項及び過去問題の無料配布

・合格への近道かも…

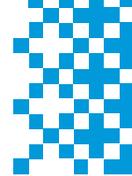
⑥大学院内ミニツアー

・普通は入れない大学院棟を見学してみませんか?

■問い合わせ先

高崎経済大学学務課入試担当

☎027(344)6265



募集



下水道排水設備工事責任 技術者資格更新講習

群馬県下水道協会では、下水道排水設備工事責任技術者資格更新講習を次のとおり実施します。

■対象者

免状番号5851〜6474番及び6521番〜6527番

※平成20年度からの講習未受講者も対象。

※対象者には自宅へ書類が郵送されます。

■申込期間

7月2日(月)〜31日(火)

※郵送は7月31日(火)必着。

■受講日

8月31日(金)・9月28日(金)

■場所

8月31日／高崎経済大学

9月28日／桐生市市民文化会館

■受講料 無料

※責任技術者証の作成費用1,000円のみ徴収。

■申込書等の配布

7月上旬頃に群馬県下水道協会から、受講対象者の自宅へ直接郵送されます。

■注意事項

「下水道排水設備工事責任技術者」

資格の制度改正により、資格の有効期限が5年と定められました。平成19年度以前の試験に合格し責任技術者となった方は、本改正に伴う経過措置として更新講習の受講が必要でず。平成24年度は経過措置の最終年度です。講習を受講しないと資格が失効となりますので、町内の指定工事店におかれましては、自社の責任技術者の資格更新の状況等にご注意ください。

■問い合わせ先

上下水道課 下水道グループ
☎(25)5014

下水道排水設備工事責任 技術者資格認定共通試験

群馬県下水道協会では、下水道排水設備工事責任技術者資格認定共通試験を、次のとおり実施します。

■日時

10月21日(日)
午前9時〜正午

■会場

高崎経済大学

■受験料

8,500円

■申込書配布期間

8月1日(水)〜31日(金)

■受付期間

8月1日(水)〜31日(金)

※受験申込書の配布および受付は、問い合わせ先までご連絡ください。

■問い合わせ先

上下水道課 下水道グループ
☎(25)5014

放送大学2学期生募集

放送大学では平成24年度第2学期(10月入学)の学生を募集中です。

放送大学はテレビやラジオの放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

出願期間は8月31日まで。

資料を無料で差し上げています。お気軽に放送大学群馬学習センターまでご請求ください。また放送大学ホームページでも受け付けております。

■申し込み・問い合わせ先

放送大学群馬学習センター
☎027(230)1085

平成24年度統計グラフ

群馬県コンクール募集

県統計協会では、県民の皆様親しんでいただくとともに、統計の表現技術の向上を図ることを目的に、県内の小学生以上の方から統計グラフ作品を募集します。

■応募部門

第1部／小学1・2年生

第2部／小学3・4年生
第3部／小学5・6年生
第4部／中学生

第5部／高校生以上一般
パソコン統計グラフの部／小学生以上一般

■課題

第1・2部／児童が自ら観察・調査したもの。

第3・4・5部／各部とも自由。

パソコン統計グラフの部／小学4年生以下は、児童が自ら観察・調査したもの。

■用紙の大きさ(仕上げ寸法)

72・8cm×51・5cm(B2版)

たて・よこ自由

■紙質・色彩

自由です。

■応募点数

点数の制限なし。

■協力の人数

1作品5名以内

■締め切り

9月5日(水)必着

※詳しくはホームページをご覧ください。

■申し込み・問い合わせ先

群馬県統計協会
☎027(226)2412

ホームページ
<http://toukei.pref.gunma.jp/gsa/graph/>



「わがまちのCM」コンテスト
2012「作品募集」

日本のクールや地域の魅力をあな
たの目線でデジカメ等で撮影し、30
秒に編集したCM作品を募集します。

■募集作品

◎わがまちCM編

まちの魅力（街並み・郷土愛・特
産品等）

◎クールジャパンCM編

日本のクール（匠の技・アニメ・
おもてなし等）

■応募規定 アマチュアなら個人・
団体問わず、どなたでも応募できま
す。

■募集期限 9月9日（日）

■審査 予備審査及び本選考に分け
て実施。

■表彰式 10月27日（土）

■各賞

最優秀賞、優秀賞、入選、努力賞
※各賞には賞状と副賞を贈呈。

■応募方法 「応募申込書」に必要
事項を記載のうえ、DVD等メデイ
アに記録した作品を郵送。

※詳しくはホームページをご覧だ
さい。

■申し込み・問い合わせ先

総務省関東総合通信局

情報通信部 情報通信連携推進課

☎03(62338)1682

ホームページ

http://www.soumu.go.jp/
soutsu/kanto/ai/npo/index.html

相談

依存症相談のご案内

群馬県こころの健康センターでは、
専門医師による薬物、アルコール等
の依存症の相談をおこなっておりま
す。依存症は意思の弱さや性格の問
題ではなく、アルコールや薬物によ
る脳の障害です。専門家による適切
なアドバイスの必要です。一人で悩
まずご相談ください。相談者の秘密
は守られます。家族の方のみの相談
もお受けしております。

相談は、予約制になります。

■相談日

毎月第2火曜日・第4水曜日

■予約受付時間

午前8時30分～正午

■相談場所

群馬県こころの健康センター
前橋市野中町368

■専用電話番号

☎027(263)1156

相談内容をお伺いしたうえで予約
を受け付けます。

■問い合わせ先

県こころの健康センター相談援助係

☎027(263)1166

図書館

7月の開室日

中央公民館図書室

☎(62)2275

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

■開室日(●印)／時間:午前9時～午後5時
※正午～午後1時の間は休室
■休室日:月曜日、祝日、年末年始、図書整理期間
※7月より開室日が変更しました。

◎おすすめの新着図書

◎児童書 たんじょうび おめでとう
／マーガレット・ワイズ・ブラウン
／渡辺和子

新治公民館図書室

☎(64)0111

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

■開室日(●印)／
時間:午前9時～午後5時
■おはなしの会(●印)／
時間:午後2時～

◎おすすめの新着図書

◎一般書 ママが遺したいのちのレシピ
／安武千恵
◎児童書 よろしくともだち
／内田麟太郎

水上公民館図書室

☎(72)3707

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

■開室日(●印)／
時間:午前9時～午後5時
※正午～午後1時の間は休室

◎おすすめの新着図書

◎一般書 みつばの郵便屋さん
／小野寺史宣
◎児童書 スーフと白い馬
／いとうようこ

カルチャーセンター児童図書室

☎(20)4040

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

■開室日(●印)／
時間:午前9時～午後5時
■おはなしの会(●印)／
時間:午後3時30分～

◎おすすめの新着図書

◎一般書 モダンタイムス 上下
／伊坂幸太郎
◎児童書 ドラえもんだいすき!
ようちえん
／藤子・F・不二雄

みなかみ町の 生きがいサロン紹介

町内各地で開催されているサロンを順次紹介しています。
場所や参加者によってサロンもそれぞれ特徴があり、内容もバラエティーに富んでいます。お近くのサロンを見つけて是非参加してみませんか。

「小和知ふれあいサロン」月1回水曜日（1・2月は休み）午前9時 代表：田村良美

小和知ふれあいサロンは、国道291号から関越自動車道高架下をくぐり小和知地区の小和知公民館で開催されています。平成20年10月にモデル事業として町内4カ所で始まったサロンの1つです。

参加費は500円で、カラオケや様々な講習会なども行われています。カラオケでは、皆さん歌に合わせて振り付けた踊りを楽しみ身体を動かしています。

冬期には百人一首も行われるそうですが、参加者の中には百人一首の読み手にすばらしい方がいるそうです。

そして皆さん何よりも楽しみなのが、休憩時間のお茶だそうです。沢山のご馳走や手作りの野菜料理などがならび昼食会を兼ねて参加される方も

いるそうです。最近では「びっころ」のパンを注文して配達してもらっています。

今後は温泉に出かけたりスロットボールも楽しみたいと計画を立てています。



『認知症相談・家族の会』を開催します。参加希望の方はお問い合わせください。

7月25日（水）午後1時30分～ 地域包括支援センター ☎（62）0540



やってみよう！
口腔ケア

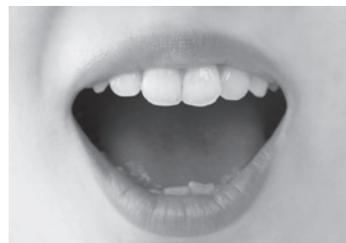
今月は「パ・タ・カ・ラ体操」についてです。

パ・タ・カ・ラと発音し
飲み込みに使う筋肉(口輪筋・表現筋)を鍛えましょう！

- 【パ】（唇の閉じる力）→食べ物をこぼさないよう口を閉じ飲み込む。
- 【タ】（舌の前方への動き）→舌を使って食べ物を口の奥に運ぶ。
- 【カ】（舌の後方への動き）→舌を使ってのどまで運ばれた食べ物をさらに食道へ運ぶ。
- 【ラ】（舌の上方への動き）→舌を使って「ゴックン」と飲み込む。

舌、口輪筋・表現筋の衰えを予防・改善すると、誤嚥性肺炎予防、いびきの改善、表情が豊になるなどの効果があります。

パ・タ・カ・ラをそれぞれ4回ずつ、はっきりと大きな声で発音してみましょう。♪キラキラ星の曲に合わせて発声してみても面白いですよ。



■問い合わせ先 包括支援センター ☎（62）0540

健康づくりインフォメーション

みんなの保健

●問い合わせ先 子育て健康課 健康推進グループ ☎62-2527

乳幼児健診

～対象の方には事前に個別通知いたします～

乳児健診

- 会場 町保健福祉センター
- 対象 4か月児・10か月児
- 期日 7月18日(水)・8月29日(水)
- 受付 4か月児 13時45分～14時
10か月児 12時45分～13時

幼児健診

- 会場 町保健福祉センター
- 受付 12時45分～13時

健診名	7月	8月
1歳6か月児健診 対象 1歳7・8か月児	5(木)	
2歳児歯科健診 対象 2歳1・2か月児		7(火)
2歳6か月児歯科健診 対象 2歳7・8か月児		30(木)
3歳児健診 対象 3歳1・2か月児	11(水)	

乳児相談・母乳相談

- 会場 町保健福祉センター
- 対象 3か月児・8か月児・12か月児・妊婦及び産婦
- 期日 7月12日(木)・8月9日(木)
- 時間 9時30分～11時30分
- 受付時間および内容
 - * 3か月児 10:00～10:15 計測・問診・ふれあい遊び
 - * 8か月児 9:45～10:00 計測・問診・栄養相談
 - * 12か月児 10:15～10:30 計測・問診・栄養相談
 - * 妊・産婦 9:30～11:30 母乳相談(予約制)

ママヨガ教室

- 会場 子育て支援センター(にいほるこども園内2階)
- 対象 妊娠中～産後12か月くらいまでの母親
- 期日 8月27日(月)
- 時間 10時30分～11時30分
(受付は10時15分～10時30分まで)
- 持ち物 運動のできる服装・汗ふきタオル1枚

母子健康手帳交付

- 会場 子育て健康課 ■対象 全地区
- 7月 2日(月)・9日(月)・17日(火)・23日(月)・30日(月)
- 8月 6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)
- 時間 9時～11時30分 13時～16時
- ※交付には30分程度かかりますので、余裕をもってお出かけください。
- ※町では不妊治療費の助成を行っています。詳細は子育て健康課へお問い合わせください。

子育て支援センター 汽車ぽっぽ

- 会場 子育て支援センター(にいほるこども園内2階)
- 対象 就学前の子どもと保護者
- 日時 月～金曜日 10時～16時
- 【7月・8月のじゃんぷの日(毎週木曜日) 10時～12時】
- 期日 ●7月 5日/読み聞かせ
12日/お茶しませんか?
19日/夏の簡単おやつ作り(要予約)
26日/大きくなったかな?
●8月 2日/読み聞かせ
9日/お茶しませんか?

【特別メニュー】

- ・リトミック 開催日: 7月2日(月) ※8月は休み
会場: 月夜野わんぱくクラブ
時間: 10時30分～11時30分

○問い合わせ先 子育て支援センター ☎(64)1848

子育てサークル

子育て支援ボランティア等による、就学前児童とその保護者を対象とした、親子のふれあいの場です。

- 【キラキラ】■会場 にいほるこども園体育館隣
■日時 毎週火・金曜日 10時～14時
- 【わくわく】■会場 水上公民館2階和室
■日時 毎週水曜日 10時～14時

○問い合わせ先 子育て支援センター ☎(64)1848

子育てひろば ～子育て支援ボランティア～ にこにこくらぶ

- 会場 町保健福祉センター
- 対象 就園前の乳幼児と保護者(全地区)
- 期日 7月13日(金)・20日(金)・27日(金)
8月10日(金)・17日(金)・24日(金)
- 時間 10時～12時
- 主催 にこにこくらぶ

～遊びながらお友達と出会う楽しいひろばです～

7月20・27日 ●水遊び

8月10・17・24日 ●水遊び

- ※麦茶が出るのでコップを持参してください。
- ※詳しいことは久野豊子さん(☎62-2403)までお問い合わせください。

◇ベビーマッサージ(1歳までの乳児対象)

- 日時 7月13日(金) 10:30～11:30 ※8月は休み
- 持ち物 バスタオル、フェイスタオル、防水シート
- ※費用は無料で、予約もありません。

子育てひろば ～子育て支援ボランティア～ ほかほか

- 会場 元JA利根沼田月夜野北事業所
- 対象 就園前の乳幼児と保護者(全地区)
- 日時 毎週月・火・水曜日 10時～15時
- 主催 NPO法人「北風塾」
7月16日 ●おはなしきけるかな?

○問い合わせ先 子育て広場「ほかほか」 ☎(25)3535

●今月の表紙●

B&G海洋センター周辺
花植えボランティア活動

5月26日、新治中学校生徒や婦人会の方々によるボランティア花植え作業がB&G海洋センターで行われ、130名の参加者により2千株の夏の花が植えられました。



みなかみ町に

おともだちがふえたよ!

5月の出生者	男の子	女の子	計
月夜野地区	2人	1人	3人
水上地区	0人	3人	3人
新治地区	3人	1人	4人
計	5人	5人	10人

数字は住民基本台帳(6/15現在)に基づくものです。

みなかみ町の

人口と世帯	6月1日現在
総人口	21,495人 (-22)
男	10,380人 (-11)
女	11,115人 (-11)
世帯数	8,109世帯(-9)

数字は住民基本台帳に基づくもので、国勢調査の数値とは異なります。※()内は前月比

みなかみ 歳時記

町の主な
行事予定

7月

- 1(日) ■谷川岳山開き ●土合霊園地 午前4時～
■なつこ新曲発表コンサート ●ホテル聚楽 午後2時～
- 2(月) ■谷川岳の日イベント ●谷川岳周辺
- 7(土) ■たくみの里はたる観賞の夕べ ●泰寧寺 午後4時30分～

8月

- 16(木) ■みなかみ花火大会 ●月夜野中学校野球場
イベント:午後5時～ 花火:午後7時30分～
- 25(土) ■赤谷湖上花火大会 ●赤谷湖畔 午後8時～
- 26(日) ■第55回デサント藤原湖マラソン ●藤原湖運動広場 午前9時～



今月の食改推おすすめ地元食材レシピ

「ねばねば丼」

材料(4人分) 1人分のエネルギー352kcal、塩分1.8g

ご飯……………	4杯(720g)	〔 鶏ささみ…………… 1本(50g) 塩…………… 少々 酒…………… 小さじ1(5g) かつお節…………… 1袋(3g) しょうゆ…………… 大さじ2.1/4(40g)
みょうが……………	2本(30g)	
きゅうり……………	1本(100g)	
めかぶ……………	1パック(40g)	

● 作り方 ●

- ①オクラはさつと茹で、みじん切りにする。
みょうがはみじん切りにする。
きゅうりは5mm角に切る。
- ②鶏ささみは、耐熱容器に入れ、塩・酒をふる。
ラップをして、電子レンジ(600W)で1分30秒加熱する。冷めたら細かく裂く。
- ③すべての材料を、ねばねばが出るまで混ぜ合わせる。
- ④器にご飯を盛り、③をかける。



提供：食生活改善推進協議会

●ワンポイントアドバイス

食欲のない暑い日におすすめです。鶏ささみの代わりに、鶏ハムを使っても美味しいです。鶏ハムはビニール袋に鶏むね肉(2枚)・塩・砂糖を各大さじ1ずつ入れ、軽くもんで一晩漬けます。これを約6分間茹で、ゆで汁ごと冷まします。作り置きしておくとう便利です。

Gallery 東京藝術大学卒業生修了生寄贈作品

東京藝術大学卒業生・修了生からみなかみ町に寄贈された作品を紹介しています。

◎平成24年4月末現在
93名から151作品を収蔵
広報にて紹介した作品数 72/151

『存在について』

作者/小坂梨絵
規格・素材/H2273mm×W1650mm
木製パネル、綿布、パステル

作品の一部を「みなかみコレクション展」として、役場水上支所2階及び商工会水上支所2階に展示中です。

■開場日 月～金曜日(祝祭日は除く)
■開場時間 午前9時～午後4時30分

