

広報

Public Information MINAKAMI

2013

みなかみ

2月

平成25年2月1日発行



第8回みなかみ町

成人式

1月13日、カルチャーセンターで第8回みなかみ町成人式が開催され、新たに247人が成人を迎えられました。式典では、スーツや紋付き袴、色とりどりの振り袖などに身を包んだ成人206人が参加し、決意を新たに20歳の門出を祝いました。また、式典後には大相撲の元大関の小錦八十吉さんを迎え記念講演が行われました。



町長式辞

～抜粋～

若々しく夢と希望に燃える247名の成人された皆さん、ご成人式におめでとございます。心からお祝い申し上げます。皆さんが、これから生きていく社会は、ややもすると社会的秩序等にも陰りが見え、良き日本の心を表わす言葉が失われつつある社会になってきています。例えば「矜持」「辛抱」「含羞」などがあります。矜持は、わゆる自分自身の持つ誇りであった

り、辛抱は辛いことや苦しいことがあっても我慢すること。含羞は、はじらいなどですが、なかなか頻繁には耳にしなくなりました。言葉です。しかし時には、これらの言葉を持つ豊かな響きやその意味などを考える機会があっても良いのではないのでしょうか。

昭和の初め、みなかみ町を訪れた歌人と謝野晶子は、沢山の歌を残してくれました。その中の一つ「岩の群れおこれど阻む力なし、矢射つ行く若き利根川」という歌があります。この「若き利根川」は、まさに今の皆さんそのものです。どんなに強い大きな岩でも、打ち砕く若さと力強さと鋭さに満ちあふれています。

これからは、自らの責任と義務を果たすとともに、自分の幸せだけでなく、常に他を思いやり、誇りを持って人生を切り開いていってください。



▲教育委員長渡部かつ江さんから、新成人代表の杉木さんに記念品が手渡されました。

記念品贈呈

杉木和明さん(月夜野地区)

誓いのことば

～抜粋～



林 和紀さん(新治地区)

本日は、多くの方々の祝福のもと、私たちの成人式を盛大に執り行っていたいただきありがとうございます。

想い新たに日本人としての誇りを持ち、強い心と体をつくり、自立自らの精神を持って、これからの社会に向かつていくことを誓います。私



▲月夜野地区の新成人席の様子

来賓祝辞

～抜粋～



みなかみ町会議議長 森下 直

これは、一人の責任ある社会人として、将来へ希望に燃えながら長い道のりを歩んでいくこととなりますが、その道は決して平坦なものではなく、山あり谷ありで、時には困難なことに突き当たっても、自分の未来をしっかりと見定め、人生を自らの力で切り開く情熱を忘れずに持ち続けてください。



答辞

～抜粋～

清水祐太さん(水上地区)

本日は、私たちの門出にこのような素晴らしい式を開いて



▲水上地区の新成人席の様子



群馬県議会副議長

星野 寛代理

あなた自身の中にあるキラキラと光る才能を輝かせることに集中

しましょう。あなたが幸せに生きていくために必要なものはすべて好きなことを極めていく旅の途中で手に入るのです。慌てず、焦らずじっくりと成功指定席を見つけ座ってください、その日を心から応援し楽しみにしております。



▲牧野教育長の発声による万歳三唱



万歳三唱

ただいま本当に感謝しております。私たちがこの地に生まれ、今までの20年間様々な人たちの愛に包まれて育ってきました。今日この日を境に、私たちは大人の仲間入りを果たしました。大人になり、社会に出るということは責任を負うことでもあります。今日という日は私たちの新たなスタートの日でもあります。これから先、うれしいことや楽しいことばかりではなく、辛いことや嫌なことともたくさん待ち受けていることでしょう。そういったたくさんさんの経験を糧に、力強く前へ向かって進んでいくことをここに誓い答辞とさせていただきます。

式典に続き元大関の小錦八十吉さんから祝賀記念講演が行われました。小錦さんから新成人の皆さんへ「困った人がいたら助けてあげよう」「挫折したって夢があれば大丈夫だよ」「笑って、踊って、歌えば、いやなこと忘れよ」と、3つのメッセージに自身の経験などを交えてエールを送られました。



記念講演

元大関 小錦八十吉さん



▲新治地区の新成人席の様子



久しぶりの級友との再会に...

第7回NRI学生小論文コンテスト2012 林ひろみさんが特別審査委員賞を受賞

12月22日、野村総合研究所（NRI）主催の第7回NRI学生小論文コンテスト2012において、県立女子大3年の林ひろみさん（師）による小論文「農業・地域・女性が拓く日本の未来」が特別審査委員賞を受賞しました。

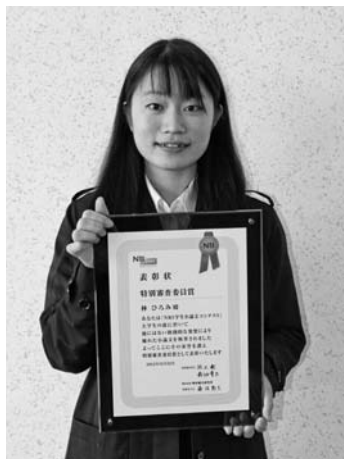
このコンテストは、日本と世界の未来に目を向け、次世代を担う若い学生の皆さんに考える機会を持っていたらと、NRIが平成18年から毎年開催している論文コンテストです。今年は大學生、留學生、高校生の各部門に1363本の応募があり、林さんの論文は大學生の部「テーマ／自分たちの子ども世代に創り伝えたい社会／あるべき社会の姿と私たちの挑戦」応募数231本の中から大賞、優秀賞に次ぐ成績でした。

林さんは、利根商高を卒業し、県立女子大国際コミュニケーション学部在学中で、一昨年自宅近くの農家でアルバイトをした体験とゼミで学んだ子育て支援についての視点から、農産物直売所の機能に子育て支援を加えた新しい地域とのつながりの場を提案した論文が審査員から高い評価を得て今回の受賞になりました。

林さんは「今回の論文作成で身近な農業について触れたことで、自分の地元への意識の高さに気がつきました」と丁寧な口調で話してくれました。



▲都内で開催された授与式にて、受賞者全員の記念撮影。林さんは前列左から2番目。



上毛高原駅前広場 光のイルミネーションがお客様を歓迎

12月23日、上毛高原駅特設会場において、月夜野地区まちづくり協議会による上毛高原イルミネーション点灯式が開催されました。

点灯式では、町内ジャズバンド「スイングリバージャズアンサンブル」によるミニコンサートが催され、イルミネーションとジャズのメロディーが多くのお客様を魅了しました。

また、同協議会では上牧駅前でもイルミネーション装飾を行いお客様を楽しませています。両イルミネーションは2月28日まで点灯されます。



新任保護司に青柳譲二さんを委嘱

12月1日付けで、鹿野沢の青柳譲二さんが、保護司として法務大臣から委嘱されました。

保護司とは、非常勤の国家公務員で任期は2年、ボランティアで保護観察を必要とする人を指導・監督し、社会復帰の手助けを行います。

町内の保護司は青柳さんを迎え各地区ごとに2名ずつの6名となり、今後ますますの活躍が期待されます。また保護司として平成8年から長年にわたり地域社会の浄化に貢献されました安部武さん（大穴）は、昨年5月24日付けをもち退任されました。



▲保護司に委嘱された青柳譲二さん

澁谷正誼^{まさよし}監査委員が再任されました

澁谷正誼さん（後閑）が12月議会定例会において同意を得て、12月10日付で監査委員に再任されました。任期は4年で、澁谷さんはこの選任が2期目となります。

監査委員は、地方自治法の定めるところにより、町の財務に関する事務の執行及び町の経営に係る事業の管理について公正不偏の立場から監査を行う独立した執行機関です。

職務は、「定期監査」や「決算審査」、毎月行われる「例月出納検査」等の他に「請求又は要求による監査」の審査や検査も行います。また、監査の結果に関する報告をするときは、議会から選出された委員1名との合議により決定されます。



▶監査委員に再任された澁谷正誼さん

故手塚竹夫さんが旭日単光章を受章

故手塚竹夫さん（大穴）は、昭和54年から旧水上町議会議員として4期16年にわたり奉職し、その間、議長、副議長、総務常任委員会委員長、谷川岳総合開発特別委員会委員長等を歴任、社会教育施設の整備や住民福祉の向上など、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、昨年12月28日、岸町長からご家族へ伝達されました。

共同募金 ～あたたかい思いやり～

- 募金総額 4,200,296円
- 赤い羽根募金 2,041,338円
- 歳末たすけあい募金 2,158,958円

昨年10月～12月にかけて、皆さんのあたたかい思いやりにより実施された共同募金の総額がまとまりました。

「赤い羽根募金」「歳末たすけあい募金」は県共同募金会へ送金後、町社会福祉協議会や福祉団体などからの申請に基づき適正に配分され、高齢者や障害のある人、児童福祉など地域福祉の向上のため有意義に活用されます。

募金運動期間中には小中学校をはじめ、町民や企業の皆様がたくさんのご厚志をいただき心より感謝申し上げます。

猿ヶ京神明神社 年越しの夜神楽奉納

大晦日から元旦にかけて、恒例の猿ヶ京神明神社夜神楽奉納が行われました。

夜の境内は照明が照らされ、神楽殿で舞う演者たちの姿は、おごそかで神秘的な世界をかもし出していました。

この夜神楽をひと目見ようと、町民だけでなく観光客の姿が見られました。神楽の合間には福まきが行われ、参拝者は餅やお菓子などを楽しそうに拾う姿が見られました。



▶古馬牧小代表児童の皆さんが役場を訪れ、副町長に募金を手渡しました。



人権擁護員に澤田久子さんを委嘱

1月1日付けで、後閑の澤田久子さんが人権擁護委員として、法務大臣から委嘱されました。

人権擁護委員は、地域において、人権相談・人権啓発・人権救済などの各種人権擁護活動を行っています。澤田さんは、再任により2期目となります。澤田さんの今後ますますの活躍が期待されます。



▲人権擁護員に委嘱された澤田久子さん

みなかみ町新年賀詞交歓会

1月11日、みなかみ町新年賀詞交歓会が「源泉湯の宿 松乃井」で開催されました。

同会は、町内の公職者の皆様が一堂に会して新春を祝い、交流と親睦を深めていただくために例年行われ157人が参加しました。

発起人の岸町長と森下町議会議長によるあいさつの後、関群馬県企業局企業管理者と鈴木利根沼田県民局長より祝辞をいただきました。あわせて本町出身の県幹部職員の皆様の紹介も行われました。

矢野区長会長（町組）の乾杯の発声により始まった交歓会は、貴重な意見交換の場となり、有意義な交歓会となりました。



みなかみ町 消防出初め式

1月13日、月夜野総合体育館でみなかみ町消防団の出初め式が開催されました。

出初め式は、本町の無事故無火災を祈願するとともに、消防団員が一致団結し新たな気持ちで地域防災活動を行えるよう毎年開催されています。

多くの来賓を迎え厳粛に行われた式典では、岸町長から「消防団員の皆様には、地域住民の生命・財産を守るため、昼夜を問わずご尽力いただき心より感謝申し上げます。安全で安心な暮らしの大切さが、地域の中で改めて認識され、「自らの地域は、自ら守る」という考えに立つことが、地域防災の意識向上につながるものと期待します」と挨拶がありました。また、阿部団長からは、「私たち消防団は、住民の皆様が安全で安心して暮らせるまちづくりの旗振り役として、一意専心、強い団結力を持って取り組んでいきます」と力強いあいさつが述べられました。

町民の皆様には、本年も変わらぬ消防団へのご理解とご協力をよろしくお願ひします。



▲出初め式の様子



▲あいさつをする岸町長



▲あいさつをする阿部団長

親子料理教室

12月8・22日の両日、月夜野環境改善センター及び保健福祉センターで親子料理教室が開催されました。

8日は月夜野そば研究会の方々から手ほどきを受けながら、親子で協力してそば打ちを楽しみました。

22日はクリスマスケーキ作りを行い、スポンジ作りや生クリームのホイップ、果物の準備など親子で協力して思い思いのデコレーションをして楽しみました。

出来上がった料理は、参加者みんなで楽しく試食をしました。

どんど焼き

1月14・15日に町内各所で「どんど焼き」が行われました。これは正月に飾られた門松やしめ縄、お守り、破魔矢、祈願成就した「だるま」などを持ち寄って焼き、その火にあたり、餅などを焼いて食べて家内安全、無病息災、五穀豊穡などを願う日本の伝統的なお祭りです。

真政地区では、厄年の男女の厄落としの神事を行ったのち参加者にみかんをまいていました。その後、参加者は各々の願いを込めて、竹に付けた餅やスルメなどを焼いて食べていました。



▲真政地区のどんど焼きの様子



▲22日のクリスマスケーキ作り



▲8日のそば作り

がんばれ!未来のトップアスリート! 13

【今月は水上スキークラブスポーツ少年団の紹介です】



アルペンチーム



クロスカントリーチーム



ジャンプチーム

■単位団名 水上スキークラブスポーツ少年団
 ■団員数 41人(平成25年1月現在)
 ■練習場所

▼アルペン/①④ノルン、⑤金奥利根、⑥宝台樹
 ▼クロスカントリー/⑦水上中、⑧水上高原
 ▼ジャンプ/雪の状況によるため不定

■練習日時
 ▼アルペン 平日ナイター18時〜20時30分
 週末8時30分〜正午

▼クロスカントリー
 平日ナイター18時30分〜20時
 週末9時30分〜正午

▼ジャンプ 雪の状況によるため不定
 ■問い合わせ先 代表 阿部 晃
 ☎&FAX (72) 58553

コーチからのメッセージ

「感謝の心、毎日の努力と強い精神力」を持って、冬の厳しい環境の中、みんなでトレーニングを頑張っています。小学生は総体・スポ少大会、中学生は全国中学校体育大会を目指し練習を続けています。平成26年には全国中学校スキー大会、平成27年には国体、平成29年にはインターハイと地元群馬での開催が決定しています。このチームから多くの選手が活躍してくれることを願っています。頑張ろう!水上スキークラブスポーツ少年団!

※スポーツを頑張っているスポーツ少年団の子どもたちを紹介いたします。チームの活動報告や団員募集などに役立ててください。掲載を希望される団体は、写真を一枚ご用意いただき、所定の用紙でお申し込みください。詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ先

町スポーツ少年団本部事務局 ☎(25) 50025
 総合政策課企画グループ(広報担当) ☎(25) 50001



町県民税の申告相談のお知らせ

申告期間 2月18日（月）～3月15日（金）※土日を除く

町県民税は、地方税法の規定に基づき、平成25年1月1日現在の住所地で、平成24年（1月から12月）の所得を申告しなければなりません。その申告に基づいて町が税額を計算し、それを納税者の皆様に通知し、納税していただく仕組みになっています。

なお、この申告をしないと、国民健康保険税の減額（軽減）の判定要件（所得が一定額以下の世帯）から除外され減額できません。また、児童手当、保育園入園、幼稚園補助金・公営住宅入居・国民年金の免除申請・福祉年金・融資などの申請に必要な町県民税の課税証明書などの交付が受けられないことがあります。

■次に該当する人は申告してください

- ①2カ所以上から給与を受けている人
- ②給与所得者で、年末調整をしていない人、または給与所得以外に所得のある人
- ③年金・恩給のみ受けていた人で、各種控除（社会保険料控除・扶養控除等）のある人
所得税確定申告の必要のない公的年金等の収入が400万円以下である人
- ④営業等、農業、不動産、配当などの所得があった人
- ⑤国民健康保険に加入している世帯主及び被保険者
- ⑥病気、失業、学生等で所得が無かった人
- ⑦所得のない人でどなたの扶養親族にもなっていない人
- ⑧他市町村に住所のある人の扶養親族になっている人

■申告をしなくてもよい人

- ①税務署で確定・還付申告をする人
- ②年末調整された給与所得のみで、勤務先からみなかみ町役場へ「給与支払報告書」が提出されている人

■申告のとき持参していただくもの

- ①印鑑
- ②平成24年中の所得のわかるもの
・給与所得者は、源泉徴収票または事業主の支払証明等
・年金受給者は源泉徴収票
・事業所得者及び不動産所得者は、収支に関する書類（帳簿、領収書等）
- ③社会保険料（国民年金、国民健康保険、介護保険料等）生命保険料、地震保険料、長期損害保険料、雑損、寄付金等の控除を受ける人は、証明書、領収書等
- ④障害者控除を受ける人は、その手帳または証明書

*** 申告時のお願い ***

町内各申告会場において、申告相談時間や待ち時間の短縮を図るため、次の事項についてご協力をお願いします。

■土地、株式等の譲渡所得のある方は沼田税務署にて申告をお願いします。

■営業・農業・不動産などの所得がある方へ

- ◎各事業における収支内訳書（青色申告を除く）
- ◎領収書等（平成24年中に支払った領収印があるもの）
- ◎不動産所得の方は、租税公課（固定資産税等）
これらをノート等に集計・整理をしてきて下さい。

■医療費控除を受けられる方へ

申告者本人と生計を一にする配偶者その他の扶養者・親族のために平成24年中に支払った医療費の領収書等（領収印があるもの）がある人は、受診者名単位に受診機関名と金額を整理してノート等に集計・整理をしてきて下さい。

なお、混雑時において整理されておりませんと整理してから再度お越しいただく場合がございますのでご協力をお願いします。

■申告受付場所・日程

次ページ申告相談日程表のとおりです。

町県民税申告相談日程表

地域	月	日	曜	対 象 区	相 談 時 間	会 場		
月夜野地域	2	18	月	師	午前9時30分～午後3時	師公民館		
				真政	午前9時30分～午後3時	真政公民館		
	2	19	火	小川島・南区・竹改戸・中村	午前9時30分～午後3時	中村集落センター		
				下区・上区	午前9時30分～正午	下区集落センター		
	2	20	水	淵尻・和名中・小和知・下石倉・ 上石倉・上牧・大沼・奈女沢	午前9時30分～午後4時	カルチャーセンター 大会議室		
				上組・小川・大峰	午前9時30分～午後2時	上組公民館		
	2	21	木	町組	午前9時30分～午後3時30分	保健センター 2階会議室		
下牧				午前9時30分～午後2時	下牧公民館			
2	22	金	後閑	午前9時～午後4時	中央公民館 3階大会議室			
2	25	月	月夜野地域で指定日に申告できなかった人	午前9時～午後3時30分	中央公民館 3階大会議室			
新治地域	2	26	火	赤谷・相俣	午前9時30分～午後2時	相俣分館		
				新巻(今宿を除く)	午前9時30分～午後3時	新巻分館		
	2	27	水	今宿・下新田・上羽場・下羽場・ 師田	午前9時30分～午後3時30分	下新田分館		
				永井・吹路・猿ヶ京	午前9時30分～午後3時	猿ヶ京多目的集会所		
	3	1	金	笠原・須川(坂下を除く)・ 谷地・東峰・恋越・布施	午前9時30分～午後3時30分	農村環境改善センター ホール		
				塩原・布施	午前9時30分～午後3時30分	農村環境改善センター ホール		
3	5	火	新治地域で指定日に申告できなかった人	午前9時30分～午後3時30分	農村環境改善センター ホール			
水上地域	3	6	水	小日向・高日向・寺間・小仁田	午前9時30分～午後3時	観光会館 研修室		
				川上・湯原・阿能川	午前9時30分～午後3時	観光会館 研修室		
	3	8	金	藤原上・藤原中・藤原下	午前10時～午後2時	北部生活改善センター		
				粟沢・綱子・幸知・湯桧曾・ 大穴・鹿野沢・谷川	午前9時30分～午後3時30分	水上保健センター		
	3	12	火	水上地域で指定日に申告できなかった人	午前9時30分～午後3時	水上保健センター		
全町	3	13	水	指定日に申告できなかった人	午前9時～午後4時	中央公民館 3階大会議室		
				14	木	指定日に申告できなかった人	午前9時～午後4時	中央公民館 3階大会議室
						15	金	指定日に申告できなかった人

※申告期間中、税務課・支所窓口での申告相談は受付できません。各地区の指定されている日程・会場で申告を済まされるようお願いします。

※申告会場によっては2～3階となっていますので、身体的に都合の悪い方は事前にご連絡ください。

※申告日は、会場が申告者で混雑することがありますが、ご協力をお願いします。

ご不明の点は下記までお問い合わせください。

■問い合わせ先 税務課 住民税グループ ☎(25)5007



放射性物質「汚染状況重点調査地域」指定解除のお知らせ

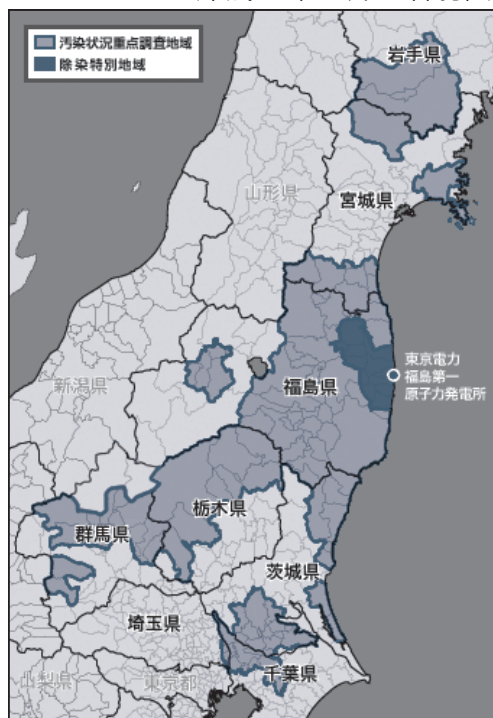
本町は「放射性物質汚染対処特措法（平成23年3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震に伴う原子力発電所の事故により放出された放射性物質による環境の汚染への対処に関する特別措置法）」に基づき、汚染状況重点調査地域として指定されていましたが、12月27日に環境大臣から汚染状況重点調査地域を解除されました。

同地域に指定されていた東北と関東地方の104市町村のうち、片品村と福島県昭和村の2村も同時に解除されました。これは空間放射線量の詳細な測定の結果、空間線量率が減少し、汚染状況重点調査地域の指定の要件となった事実の変更があったことによるもので、全面的な除染は必要ないと判断されたものです。

環境課では、今後も町内各地区における空間線量の定期調査や、自家栽培等自家消費用食品の放射能簡易検査を行い結果をホームページで公表していきます。また、空間放射線量の簡易測定器は継続して貸し出しを行います。なお、薪ストーブや薪風呂の焼却灰は、指定解除されたことにより、以前のように家庭において庭や畑にまいて処分できますが、灰の放射線量が心配な方は、これまでどおり環境課や支所窓口でお預かりします。ご不明な点がありましたら環境課までお問い合わせください。

汚染状況重点調査地域

(平成24年12月27日現在)



■問い合わせ先 環境課 生活環境グループ ☎(25)5027

グループホーム運営事業者を募集します

町民福祉課では、介護が必要となった高齢者が、住み慣れた地域や環境の中で安心して暮らせるよう第5期高齢者保健福祉計画に基づき、地域密着型サービス基盤整備を推進します。

今回は、平成25年度中に認知症対応型共同生活介護施設（グループホーム）を町内に設置運営を希望する指定候補事業者を募集します。

■公募する地域密着型サービスの事業種類・箇所数

認知症対応型共同生活介護（介護予防）施設 1箇所（1ユニット 9人）

■募集期間

2月1日（金）～2月28日（木）

■応募要件

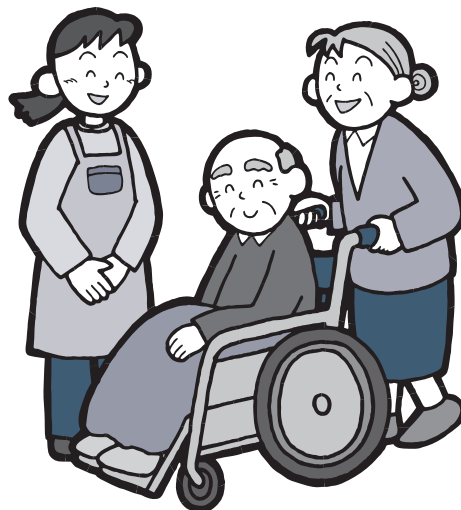
- 原則として、平成25年度中に施設を完成し事業者指定を受けること。
 - 応募主体は法人であること。（指定時に法人であれば可）
 - 当該法人及びその代表者について、町税を滞納していないこと。
 - 関係法令等の条件に満たしていること。
- ※応募要件の関係法令等の条件については下記までお問い合わせください。

■提出書類

公募要項、提出書類についてはお問い合わせください。

■申込先

町民福祉課 高齢介護グループ



■問い合わせ先 町民福祉課 高齢介護グループ ☎(25)5012

平成24年度じん臓機能障害者等通院交通費補助申請について

町民福祉課では、人工透析療法及び中心静脈栄養法等により医療を受けるために、医療機関への通院に要した交通費の一部を補助します。

対象となる人は、次の要件をすべて満たす必要があります。

- ①じん臓機能障害または小腸機能障害の身体障害者手帳所有者
- ②医療機関に通院（入院は不可）のうえ、人工透析療法または中心静脈栄養法または経腸栄養法の医療を受けている方
- ③平成24年度町民税が非課税の方
- ④他の法令等による通院交通費の補助を受けていない方（病院の送迎車により通院していてもその利用料を支払っている場合は対象となります。）



■申請に必要なもの 印鑑、振り込みによる支給のため口座番号が分かるもの

■申請期限 平成25年3月8日（金）

■申請場所 町民福祉課及び各支所庶務・住民サービスグループ

■問い合わせ先 町民福祉課 障害・福祉グループ ☎(25)5011

不妊治療費助成事業について

子育て健康課では、不妊治療をされているご夫婦の経済的な負担を軽減するため、平成24年4月1日以降の不妊治療（医療保険診療適用外の治療に限る）に要する医療費の助成を行っています。

■助成を受けるための要件

- 不妊治療をしている法律上の婚姻関係にある夫婦
- 申請日の1年以上前から、夫婦共に本町に住所を有する者
- 医療保険加入者

■助成対象となる不妊治療費

- 不妊治療費及び不妊治療に付随する検査費等の治療に要する費用（不妊診断のための検査費は対象になりません。）
- 県の特定不妊治療費助成事業と重複して、町の助成も受けることができます。（但し、県の助成金を優先します。文書作成料などは対象になりません。）

■助成内容

- 助成対象額は、平成24年4月1日以降の不妊治療費の夫婦負担額の2分の1（千円未満は切り捨て）
- 助成額は、夫婦一組に対して10万円が上限です。（但し、県の助成金と町の助成金の合計が治療に要した額を超える場合は県を優先し、要した額を限度とします。）
- 助成回数は、夫婦一組に対して1年度につき1回の申請。通算5回（5年度）までです。

■医療機関

- 不妊治療についての医療機関の指定はありません。

■必要書類と留意事項

- ①申請書（子育て健康課備え付けの所定様式）
※助成金の振込口座は、申請者名義の口座に限ります。
- ②医療機関受診証明書（子育て健康課備え付けの所定様式）
※文書作成手数料は、医療機関規定の費用が必要です。
※①②の書類は、町のホームページからもダウンロードできます。
- ③領収書
- ④医療保険証の写し
- ⑤町税等の完納証明又は、確認同意書
- ⑥県の申請をした場合、決定通知書



■問い合わせ先 子育て健康課 健康推進グループ ☎(62)2527



国民健康保険からのお知らせ

国民健康保険の加入・脱退には手続きが必要です

■加入・脱退は14日以内に

職場の医療保険（社会保険、共済組合など）に加入している人以外は、すべて国民健康保険に加入しなければいけません。就職や退職などで国民健康保険から他の医療保険または他の医療保険から国保へ変わる場合は、保険証と印鑑を持参のうえ14日以内に手続きをしてください。

■届出が遅れると

国民健康保険に加入する届出が遅れると、保険証がない間の医療費全額が自己負担になります。後日、加入の届出をすると、前の保険が切れた日まで遡って国民健康保険の資格を得られますが、国民健康保険税も資格が発生した日に遡って納めることになるので、一度に多額の保険税を納めなければなりません。

医療機関の適正受診にご協力ください

■休日や夜間の診療は控えましょう

「夜は待ち時間が短いから」「昼間は都合が悪い」などで、安易に休日や夜間に救急医療期間を受診する方が増えています。このままでは、緊急を要する重症患者への対応が遅れたり、本当に必要なときに救急医療期間を受診できなくなる場合があります。急病などのやむを得ない場合を除いては、診療時間内に受診しましょう。

休日や夜間に子どもの容態が急変したら、群馬こども救急相談^{※1}（#8000）をご利用ください。明らかに緊急を要する場合は「119番」で救急車を呼んでください。

■重複受診はやめましょう

医療機関を紹介なく変更すると、その都度初診料がかかり医療費の無駄が発生します。また、何度も検査や処置・投薬などを行うので体にも負担がかかります。かかりつけ医をもって、何かあった場合は、まずはかかりつけ医に相談しましょう。

■ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品は新薬と同様に、薬事法に基づいて厚生労働省から承認されている薬です。新薬と同じ有効成分を使っているため、安全性も効き目も立証されています。

医師が処方せんに「ジェネリック医薬品への変更不可」と署名または記名・押印している場合以外は変更することが出来ます。処方されている薬にジェネリック医薬品があれば、積極的に利用しましょう。



※1 群馬こども救急相談（#8000）



群馬県では夜間や休日におけるお子さんの病気への対処方法や、応急処置などを電話で相談できる「群馬こども救急相談」を実施しています。

お子さんの急な発熱、嘔吐、腹痛などで医療機関を受診すべきか迷った時など、お気軽にお電話ください。経験豊富な看護師等が対応します。※医療行為となる診断や治療を行うものではありません。

- 電話番号 #8000（つながりにくい場合は☎03-3839-0886をご利用ください。）
 - 相談日時 ◎月～土曜日：午後7時～午前0時 ◎日曜、祝日、年末年始：午前9時～午前0時
 - 対象 15歳未満の子どもの保護者等
 - 相談対応者 専任の相談員（保健師または看護師）
- ※相談は無料ですが、通話料は利用者の負担となります。

■問い合わせ先 町民福祉課 窓口・医療グループ ☎(25)5010

ぐーちょきシニアパスポートについて

県では65歳以上の高齢者の方々に積極的な外出を促し、地域との交流や自身の健康維持につなげていただくことを目的として、ぐーちょきシニアパスポートを配付します。

このパスポートは県内協賛店でお買い物をする際に提示することで、割引などの優遇措置が受けられます。またパスポート裏面には、緊急連絡先やかかりつけ医等の記載欄を設けていますので、緊急時の連絡カードとしてもご利用いただけます。詳しくは町民福祉課までお問い合わせください。

- 配付開始日 1月15日（火）から
- 対象者 配付日時時点で65歳以上、県内在住で配布を希望される人
- 配付方法 ①窓口配付

配付を希望されるご本人が、介護保険被保険者証や運転免許証等の住所、氏名、生年月日が確認できるものを町民福祉課または各支所庶務・住民サービスグループ窓口まで提出してください。

②郵送配付

返信用封筒（返信先記入し80円切手を貼付）と介護保険被保険者証のコピーを同封し、県介護高齢課まで送付してください。

〈郵送先〉〒371-8570 前橋市大手町1-1-1 群馬県健康福祉部介護高齢課まで

みなかみ町内登録協賛店（平成24年12月21日現在）

- ▼買い物／サンモール水上店、同月夜野店、不二家月夜野ベシア店▼
- 飲食／そば処角弥▼遊び／レイクウォーク▼金融／利根郡信用金庫水上支店、同新治支店、同月夜野支店▼
- 宿泊・入浴／奥平温泉遊神館、真沢の森、秘湯の宿龍洞



▲協賛店にはステッカーが掲示されています。



▲ぐーちょきシニアパスポートデザイン 県内登録協賛店でご利用いただけます

※県では協賛店を随時募集しています。詳しくは県ホームページをご覧ください。

<http://www.pref.gunma.jp/02/d2300159.html>

■問い合わせ先 町民福祉課 高齢介護グループ ☎(25)5012

みなかみ福祉サポート事業利用会員・サポーター募集

町商工会では、65歳以上の高齢者の方や1級・2級の障害者認定を受けている方、一人で小さなお子様の育児をされている女性や一人暮らしの妊婦の方などを対象に、買物などの日常生活で困っていることを支援する「みなかみ福祉サポート事業」を実施します。

この事業は、地域の支え合いと商業振興を目的に予め登録された利用会員（支援を受けたい方）の要望に、サポーター（支援をする方）がお手伝いや代行をしてサポートします。

利用会員はサポーターに対し、商工会で販売している共通商品券で謝礼（1時間当たり500円券1枚）をしていただき、サポーターに商品券加盟店で買物をしていただく事業です。

現在、町商工会では利用会員とサポーターの方を随時募集しています。詳しくはみなかみ町商工会へお問い合わせください。



■問い合わせ先 みなかみ町商工会（福祉サポート専用電話） ☎(62)1121



青色申告者(商工会員)対象 平成24年度所得税及び消費税確定申告受理会の開催について

商工会では、所得税及び消費税の確定申告を控え、青色申告者の商工会員を対象に派遣税理士による「所得税及び消費税確定申告受理会」を開催します。

■各地区相談日

【月夜野地区】

相談日	時間	派遣税理士	会場
2月18日(月)	午前10時～午後3時	木暮 正人	観光センター2階(第1・2会議室)
26日(火)		赤井 幸夫	
3月 7日(木)		木暮 正人	
12日(火)		赤井 幸夫	

【水上地区】

相談日	時間	派遣税理士	会場
2月19日(火)	午前10時～午後3時	林 武一郎	みなかみ町商工会水上支所
25日(月)		芳澤 利行	
3月 4日(月)		芳澤 利行	
13日(水)		林 武一郎	

【新治地区】

相談日	時間	派遣税理士	会場
2月22日(金)	午前10時～午後3時	浅川 忠良	みなかみ町商工会新治支所
3月 5日(火)		小林 徳司	
12日(火)		浅川 忠良	

※正午～午後1時の間で昼休みの時間を取りますのでご了承ください。

■問い合わせ先 みなかみ町商工会 本 所 ☎(62)1155
水上支所 ☎(72)5511
新治支所 ☎(64)1515

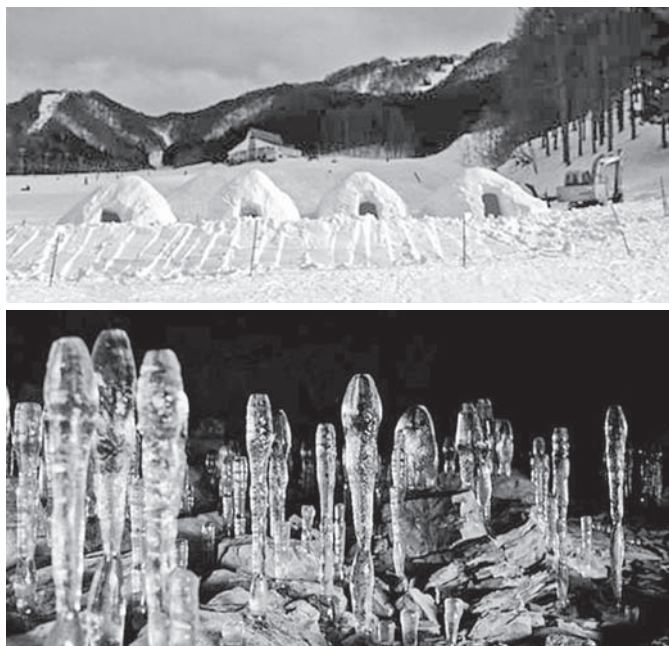
日本風景街道登録記念事業「ゆびそ温泉雪像祭り」開催



- 開催日 3月10日(日) 午前10時～午後3時
- 場所 湯桧曽公園特設会場
- 催し物 ○アトラクション ※宝さがしゲームなど
○屋台
○巨大雪像
○風景街道の紹介 ※パネル展示など
- 主催 ゆびそ塾
- 後援 群馬県、みなかみ町、湯桧曽区、谷川区
湯桧曽観光協会、谷川温泉観光協会
谷川の景観を守る会
谷川岳ゆけむり街道ルート委員会

■問い合わせ先 観光課 観光振興グループ ☎(25)5017

第2回みなかみかまくら祭り &キャンドルナイト・大幽洞窟スノーシューツアー



- 開催日 3月9日(土)・10日(日)
- 場 所 水上宝台樹スキー場
- 催し物 【9日】 ○10:00～ かまくら作り
○15:30～ キャンドル設置
○16:30～ ちびっこ宝探し
○19:00～ コンサート
【10日】○10:00～ スノーシューツアー
- 主 催 藤原村おこしプロジェクト
- 後 援 利根川源流水源地ビジョン推進協議会、
みなかみ町、みなかみ町商工会、みなか
み町観光協会
- 協 賛 宝台樹民宿組合、キャンドルナイト実行
委員会、武尊山観光開発(株)

■問い合わせ先 みなかみ町観光協会 ☎(62)0401

第13回みなかみ歩くスキーフェスティバル参加者募集

スノーシューやかんじき、クロスカントリースキーを履いて雪原を歩いてみませんか。
宝さがし大会やお楽しみ抽選会など、多数の賞品をご用意して皆様の参加をお待ちしております。

- 日 時 3月20日(水) 春分の日
○受付 午前8時～
○スタート 午前10時～
- 会 場 水上高原スキーリゾート内
特設クロスカントリーコース
- コ ー ス 1km・3km・5km・10km
※タイム計測はしませんので楽しく歩いてください。
- 参加資格 ○健康状態が良好な方とします。
○未成年者の方の参加には、保護者の承諾書が必要です。
○小学生以下の方の参加には、引率者の同伴参加が必要です。
- 参加料 一般 1,000円、高校生以下 500円、未就学児 無料
- 用具のレンタル ○クロスカントリースキーセット 2,000円
○スノーシューセット 2,000円
※かんじきのレンタルはありません。
- 申込期限 3月8日(金)までに現金書留にてお申し込みいただくか、観光課窓口にて直接お申し込みください。
- 申込用紙 観光課までご請求いただくか町ホームページよりダウンロードしてください。
- 申し込み先 観光課 観光振興グループ
- その他 ○傷害保険は主催者で加入します。
○申し込み後の返金はしません。



■問い合わせ先 観光課 観光振興グループ ☎(25)5017



「食の安心安全のための講演会」開催 「食の安全」のプロが語る ～食品と放射能～

原発事故以来、放射能汚染により、私たちが普段から口にしている食べ物は大丈夫なのだろうか？放射能から身を守るワザを学びましょう。

■開催日 2月23日（土）午後1時30分～午後3時30分

【受付】午後1時～

■場 所 カルチャーセンター

■参加費 無料

■定 員 150名

■申込先 子育て健康課

■その他 ○事前申し込みが必要です。
○お子さんと参加の場合は親子席があります。
○保育コーナー有り（要予約：定員15名）

■講師

農民連食品分析センター
所長 八田純人さん



1973年生まれ。新潟大学大学院自然科学研究科修了。
現在、一般社団法人農民連食品分析センター所長。
2000年、中国産冷凍ほうれん草の残留問題を発見し、食品衛生法改定のきっかけをつくる。
原発事故後は、放射能測定装置を導入し、調査に奔走している。

◆同時開催 実験コーナー「食べ物の秘密に迫る！」 定員 先着30名（要予約）

実験／①オレンジなしでもオレンジジュースはできるか！？

②市販のおにぎりはなぜおいしいか！？

●第1部／10:00～11:00 ●第2部／11:00～12:00 ※第1・2部共に内容は同じです。

■問い合わせ先 子育て健康課 健康推進グループ ☎(62)2527

第3回たくみの里「つるし雛・ひなめぐり」 つるし雛展示参加者募集

つるし雛作り愛好家の皆様で展示参加に興味のある方、たくみの里「つるし雛・ひなめぐり」に展示参加をしてみませんか？

■搬入期間 2月22日（金） ■搬入場所 たくみの里体験予約センター

■搬入時間 午前10時～午後3時 ■展示料 無料

■展示期間 3月2日（土）～4月7日（日）

■搬 出 4月7日（日）午後4時以降

■展示会場 たくみの里「香りの家」メイン会場ほか



■問い合わせ先 たくみの里体験予約センター ☎(20)6111

今月のハピネス健康運動教室参加者募集中！

■開催日 2月8日（金）

■メニュー

みなかみガール編 午前11時～

60歳から始める運動編 午後1時30分～

ぽっこりお腹解消編 午後2時30分～

親子体操編 午後4時～

■場 所 保健福祉センター

■申し込み先 子育て健康課



次回
3月15日
開催！

■問い合わせ先 子育て健康課 健康推進グループ ☎(62)2527

みなかみ町商工会からのお知らせ

町内のおみやげ屋さんで「ふわふわ雪グルメ&スイーツ」を販売中!



みなかみ町商工会では県が実施する「サービス産業生産性向上事業」に参加し、町内6店舗で冬限定企画として「ふわふわ雪」にちなんだ白い商品やふわふわ感が楽しめるユニークな商品を開発し販売をしています。

スキーやスノーボードを楽しんだ後に食べたくなるような魅力いっぱいの冬の新名物で町の魅力を発信しています。

商品についての詳しい情報については商工会ホームページをご覧ください。

■みなかみ町商工会

<http://www.minakami.or.jp/>

※「サービス産業生産性向上事業」とは

サービスの高付加価値化や業務の効率化のため、事業者に対しコンサルタントを派遣して各種アドバイスを行うとともに、その取組を広くPRすることにより、業界全体で事業成果の共有と地域産業の活性化を図る事業です。今後、今回の取り組みの事例報告会を開催する予定です。詳しくは県庁HPをご覧ください。

(HP内で「サービス産業生産性向上セミナー」と検索)

■問い合わせ先 みなかみ町商工会 ☎(62)1155

みなかみバスカードをご利用ください!

総合政策課では公共の路線バスの利用促進と利用者支援を目的に路線バス回数乗車券「みなかみバスカード」を販売しています。



■実質販売額 2,000円 (利用可能金額4,350円)

■購入場所 町民福祉課・各支所

■購入方法 窓口で本人確認ができる書類(運転免許証、学生証、保険証、年金手帳など)を持参し申請書を記入してご購入ください。

■利用できる路線

関越交通(株)が運行する町内の路線バスで利用できます。また、乗降するバス停のどちらかが町内であれば利用できます。

■乗降時の利用方法

◎乗車時

- ・乗車の際は、バスカードを専用のカードリーダーに通してください。
- ・整理券は取らなくても結構です。

◎降車時

- ・降車の際に再度、バスカードを専用のカードリーダーに通してください。
- ・小児や割引運賃適用者の方は、カードを通す前に運転手へ、その旨を申し出てからバスカードをカードリーダーに通してください。

■問い合わせ先 総合政策課 企画グループ ☎(25)5001



国民年金からのお知らせ

第3号被保険者は配偶者の転職や退職によっても届出が必要です

国民年金の「第3号被保険者」（厚生年金や共済年金に加入している配偶者に扶養されている20歳以上60歳未満の人）は、本人が就職したときだけでなく、配偶者が転職・退職したときなどにも届出が必要になります。

- 配偶者が退職したとき
（3号から1号へ…本人が役場へ届出）
- 配偶者が転職したとき（退職した翌日に再就職したとき）
（3号の種別確認…転職後の勤務先事業所から年金事務所へ届出）
- 配偶者が死亡したとき
（3号から1号へ…本人が役場へ届出）
- 本人の収入増、離婚などにより、配偶者の扶養でなくなったとき
（3号から1号へ…本人が役場へ届出）
- 配偶者が65歳になったとき
（3号から1号へ…本人が役場へ届出）



■問い合わせ先
 渋川年金事務所 国民年金課
 ☎0279(22)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

- 新治会場 2月19日(火)
会場：のぞみ館 相談室
- 月夜野会場 3月19日(火)
会場：町保健福祉センター2階

法律相談所

- 水上会場 2月8日(金)
会場：社会福祉協議会水上支所
- 新治会場 3月8日(金)
会場：のぞみ館 相談室



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。

2月

- 月曜 骨のお薬と歯科治療
- 火曜 手足口病
- 水曜 乳幼児のワクチン
- 木曜 RSウイルス感染症にご用心
- 金曜 切迫流産と治療
- 土日 男性の勃起機能の低下 ED

2月の「直接相談タイム」

- 6日(水) 小児科・内科
- 14日(木) 歯科
- 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す。

納税と納期限

2月の納税

■納期限：2月28日(木)
国民健康保険税 第11期

3月の納税

■納期限：4月1日(月)
国民健康保険税 第12期

◎国民年金
1月分の納期限は、**2月28日(木)**です。

◎介護保険料
第6期の納期限は、**2月28日(木)**です。

◎後期高齢者保険料
第8期の納期限は、**2月28日(木)**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

特定疾患等患者見舞金 支給のお知らせ

家族の福祉増進を図ることを目的に特定疾患等患者およびその保護者に見舞金を支給します。

■対象者

①県が実施する特定疾患医療給付及び小児慢性特定疾患医療給付を受けている方

②人工肛門若しくは人工膀胱の手術を受けた方

■受給資格者

町内に居住し、住民登録されている患者及びその保護者

■見舞金の額

年額12,000円(月割計算あり)

■申請方法

見舞金受給申請書(本庁・各支所にあります)に必要事項を記入し、①の対象者は県の医療受給者証の写し、②の対象者は身体障害者手帳の写しを添付して申請してください。

■申請期限 3月8日(金)

■申請・問い合わせ先

町民福祉課 障害・福祉グループ

☎(25) 5011

水上支所

庶務・住民サービスグループ

☎(72) 2111

新治支所
庶務・住民サービスグループ
☎(64) 0111

みなかみ町 奨学金のお知らせ

教育課では、町内に3年以上居住する方またはその子女を対象に、高等学校、大学またはこれと同程度の学校に在学中か入学見込みで、資力がなく就学困難な方に対し、月額2万円の範囲で奨学金の貸与を行っています。貸与を決定するにあたり、学業成績人物考査書、所得証明書、連帯保証人の状況などの審査があります。

現在、平成25年度奨学生(若干名)の願書受付を行っています。詳細については、教育課までお問い合わせください。

■願書受付期限 2月28日(木)

■問い合わせ先

教育課 総務・学校グループ

☎(25) 5024

群馬県立 点字図書館からのお知らせ

県立点字図書館では、視覚に障害のある方に対し点字図書や録音図書を約22,200タイトル所蔵し、無料で貸し出しを行っており郵送料

金もかかりません。録音図書の内、デージーCD図書を聞く場合には専用の再生機が必要ですが、これも無料で貸し出しを行っています。

点字図書を利用するには、利用登録(無料)が必要ですが、電話での登録申し込みも可能です。

ぜひ、点字図書館の図書を読んだり聞いたりして情報を得てください。

■問い合わせ先

群馬県立点字図書館

☎027(255) 6567

沼田利根歯科医師会 訪問歯科ネットワーク

超高齢化社会に移行している利根沼田地区において、在宅及び病院、老人ホームなどへの訪問診療の必要性が高まっています。

訪問診療により口腔環境機能をより良く維持・改善することは、誤嚥性肺炎の予防に寄与するほか、心血管系疾患や糖尿病などへ良い影響を及ぼすとともに、要介護者や介護者のQOL(生活の質)の改善にも役立ちます。

しかし、訪問診療を行ううえで「往診を行っている歯科医が判らない」といった声も聞きます。また診療所より半径16kmを超えて往診をすることができないといった制約問題を抱えている事も事実です。

利根沼田利根医師会では、地域の歯科医療を支えるべく訪問歯科医療ネットワークを立ち上げ、質の高い訪問診療を実現するとともに地域の諸問題について対応してまいります。訪問診療を希望される方はお問い合わせください。

■問い合わせ先

沼田利根歯科医師会員

(担当) 片野歯科医院

☎(64) 0413





お知らせ



看護師としてもう一度活躍してみませんか？

県ナースセンターでは、育児などで現場を離れている看護師などの職場復帰を支援するため、ナースセンターへの登録を推進しています。

■対象 出産・育児などで職場を離れている保健師、助産師、看護師、准看護師の有資格者

■登録すると インターネットによる無料職業紹介のほか、最新の医学知識や看護技術に関する講習会を無料で受けられます。

■費用 無料

■受付期間 随時受付

■登録方法 電話登録可

■登録先 県ナースセンター

※eナースセンターホームページからも登録できます。

(<http://www.nurse-center.net/nccs/>)
※詳しくは県ナースセンターホームページをご覧ください。

(http://www.gunma-kango.jp/?page_id=25)

■問い合わせ先

県ナースセンター

☎027 (269) 5202

県庁 医務課

☎027 (226) 2538

福祉の仕事さがしを

お手伝いします

県社会福祉協議会では、県の指定管理者制度の指定を受け「福祉マンパワーセンター」の管理運営をしています。福祉マンパワーセンター事業の一つに、福祉人材無料職業紹介事業を行っており、福祉関係の職場への就職を希望している方の相談等を受け付けています。詳しくはお問い合わせください。

■内容

○求職登録及び就職の斡旋

○福祉資格等の相談

○福祉関係事業所の求人随時受付中

■問い合わせ先

県福祉マンパワーセンター

(県社会福祉協議会 福祉人材課)

☎027 (255) 6600

電気を上手にお使いいただくために「でんぎの家計簿」を使ってみませんか？

毎月の電気料金やご使用量、ならびに電気料金メニューを変更した場合の試算結果をインターネットで確認いただけるサービスです。登録は無料です。

※ご家庭など低圧(100V・200V)の電気をご契約いただいているお客様が対象です。

■わが家の電気料金を簡単チェック！同じご契約容量の平均ご使用量と比較！料金メニューを試算し比較などが簡単に確認できます。

詳細は東京電力ホームページをご覧ください。

(<http://www.tepco.co.jp/kakeibo/>)

■問い合わせ先

東京電力株式会社

群馬カスタマーセンター

☎0120 (99) 5222

募集



平成25年度自衛官等募集

■幹部候補生

○資格

①一般・技術

②20歳以上26歳未満の者(22歳未満の者は大卒(見込含む))

③歯科・薬剤

④細部については直接お問い合わせください

○受付期間 4月26日(金)まで

■予備自衛官補

○資格

①一般

②18歳以上34歳未満の者

③技能

④18歳以上で国家資格免許等を有する

者(資格により55歳未満の者)

○受付期間 4月3日(水)まで

■問い合わせ先

自衛隊沼田地域事務所

☎(23) 4111

平成24年度(第5回)

個人向け普通救命講習会

参加者募集

いつ、どこで、突然の病気やケガにおそわれるかわかりません。「心臓や呼吸が止まった。出血が止まらない！」こんな時、そばに居合わせた人ができる応急手当があります。新しくなった心肺蘇生法を、AEDの取り扱い方法と一緒に学びましょう。

■日時 2月24日(日)

午前9時～正午

■場所 利根沼田広域中央消防署

■定員 20名

■申込場所 最寄りの消防署

■申込時間 午前8時30分～午後5時(電話申込可、土日祝日も受け付けます)

■申込期間

2月1日(金)～22日(金)

※定員になりしだい締め切り。

■その他

※参加費用は無料です。

※実技中心の講習です。動きやすい服装で参加してください。

問い合わせ先

- 中央消防署 ☎(24) 1734
- 東消防署 ☎(56) 2300
- 西消防署 ☎(64) 0002
- 北消防署 ☎(72) 4349

相談



県心身障害者福祉センター
巡回相談

群馬県心身障害者福祉センターでは巡回相談を実施します。

■日時 3月6日(水)
午前10時～正午

■場所 沼田市保健福祉センター

■相談科目 整形外科、在宅訪問診査

■相談内容 身体障害者の補装具・身体障害者に関する各種相談等

■必要なもの 身体障害者手帳、印鑑

■その他 重度障害者にはご自宅を訪問することもできます。

■申込締切 2月26日(火)

※相談はすべて予約制です。

■申し込み・問い合わせ先

町民福祉課 障害・福祉グループ

☎(25) 5011

精神障害者家族相談

心に悩みを持つ人を抱え孤立している家族、あるいは当事者の対応に日々苦しんでいる家族の支えとなるため、同じ悩みを持つ県精神障害者家族会(群馬つつじ会) 会員や精神科医師等の専門家による相談会を開催します。

■日時 2月25日(月)
午前10時～午後3時

■場所 利根沼田保健福祉事務所

■相談内容 保健・医療・福祉等の相談、家族の対応の仕方、社会復帰への相談、他家族同士の対話など

■対象者 精神障害者家族及び関係者等

※当日直接会場へお出掛けください

※秘密は固く守ります。

■主催 群馬県、県精神障害者家族会連合会(群馬つつじ会)

■協力 利根沼田保健福祉事務所、沼田市、県こころの健康センター、榛名病院、県精神保健福祉士会

■問い合わせ先

県精神障害者家族会連合会(群馬つつじ会事務局)

☎027(263) 1166

図書館

2月の開室日



中央公民館図書館

☎(62) 2275

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	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	1	2

■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 大人の流儀3

別れる力

◎児童書 かいけつゾロリなそのスライとチヨコレット/原ゆたか

新治公民館図書館

☎(64) 0111

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	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	1	2

■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 けさくしや
◎児童書 いじわる

／畑中 恵
／せなけいこ

水上公民館図書館

☎(72) 3707

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	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	1	2

■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 謎解きはディナーのあとで3

／東川篤哉

◎児童書 ばけれんぼ

／広瀬克也

カルチャーセンター児童図書館

☎(20) 4040

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	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	1	2

■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 日本人の知らない日本語

／蛇蔵

◎児童書 ユメリとおばけのなかまたち
／あへびで



地域包括支援センターだより

シリーズ **22**

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。

「入恋サロン」 毎月第2・第4水曜日 午前11時～午後2時 代表：小林辰夫

入恋サロンは、町営日帰り温泉施設『遊神館』を会場に、入須川地区と恋越地区の合同で毎回17～18名程度の参加者が集まって開催されています。

始まりは、町主催の「はつらつ教室」修了者が継続して運動ができる場所がほしいとの要望で民生委員さんや介護予防サポーターさんの協力のもとサロンができました。

会場が日帰り温泉施設ということで、歌やゲーム、介護予防体操などを楽しむだけでなく、温泉入浴もできるということで参加者は大満足です。

取材当日は、地元の病院から理学療法士さんが来て筋力アップの体操指導を受けていました。いつまでも元気に歩けるよう額にうっすら汗をにじませながら参加者は楽しく取り組んでいました。今後、さらに参加者を増やすことを目標としてい

るそうです。そのためにも外出行事なども計画したいそうです。自分の健康は自己管理が大事という姿勢の中で、仲間と地域が密着した活動によりお互いが元気になれるサロンです。



振り込め詐欺被害防止ホットライン(群馬県警)

☎027-224-5454 (24時間受付)



やってみよう!
口腔ケア

今月は薬が及ぼす口腔への影響についてです。

お口の乾燥が体に悪影響って本当!?

口の中が乾きやすいことはありませんか?

高齢者は体の水分量が少なくなっていることに加え、嚥む力が低下し唾液の分泌が減少するために口の中が乾燥しやすくなります。

『そして…もう一つ!』実は飲んでいる薬によっても口の中が乾燥することがあります。

高齢者は、腎臓や肝臓などで行われる代謝機能も徐々に低下するため、薬を体内にとどめる時間を長引かせるなど副作用の危険を高めます。特に口の中が乾燥する人は多いと言われています。これは、薬によって唾液の分泌をおさえる作用があるためです。口の中が乾燥しやすい薬を飲んでいるかどうか薬剤情報で確認してみましょう。

口の中の乾燥を放っておくと…

- ・口やのどが乾く
- ・味覚がおかしくなる
- ・発音がしにくくなる
- ・口腔内の細菌が増え、誤嚥性肺炎になる

予防
しましょう!

《予防のポイント》

- ・唾液腺マッサージをして唾液の分泌を促進する
- ・かむ回数を増やす
- ・こまめに水分補給をする
- ・室内の温度・湿度に気をつける

■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 2月20日(水)・3月6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	2月	3月
1歳6か月児健診 対象 1歳7・8か月児		13(水)
2歳児歯科健診 対象 2歳1・2か月児	13(水)	
2歳6か月児歯科健診 対象 2歳7・8か月児	7(木)	
3歳児健診 対象 3歳1・2か月児		27(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 2月14日(木)・3月14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 2月25日(月)・3月25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
- 2月 4日(月)・12日(火)・18日(月)・25日(月)
- 3月 4日(月)・11日(月)・18日(月)・25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
- 【2月・3月のじゃんぶの日(毎週木曜日)10時～12時】
- 期日 ●2月 7日/読み聞かせ
14日/お茶しませんか?
21日/調理実習(ひな祭りバージョン)
講師:町栄養士
28日/大きくなったかな?
町保健師によるミニ講座
『衣類の着せ方』
- 3月 7日/読み聞かせ
14日/お茶しませんか?
- 【特別メニュー】開催日:2月4日(月)・3月4日(月)
・リトミック 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 2月8日(金)・15日(金)・22日(金)
3月8日(金)・15日(金)・22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～
- 2月15日●自由遊び
22日●おひなさま
- 3月15日●送る会
22日●自由遊び

※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 2月8日(金)・3月8日(金) 10:30～11:30
- 持ち物 ハスタオル、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～ ぽかぽか

- 会場 元J A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」
- 2月12日●親子でヒップホップ

○問い合わせ先 子育て広場「ぽかぽか」 ☎(25)3535

●今月の表紙●

第8回みなかみ町成人式



▲月夜野地区新成人記念撮影の様子



▲水上地区新成人記念撮影の様子



▲新治地区新成人記念撮影の様子

みなかみ町に
おともだちがふえたよ!

12月の出生者	男の子	女の子	計
月夜野地区	2人	2人	4人
水上地区	0人	0人	0人
新治地区	2人	2人	4人
計	4人	4人	8人

数字は住民基本台帳(1/15現在)に基づくものです。

みなかみ町の

人口と世帯	1月1日 現在
総人口	21,503人 (-20)
男	10,366人 (-7)
女	11,137人 (-13)
世帯数	8,200世帯(+1)

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



歳時記

町の主な
行事予定

2月

- 3(日) ■茂左衛門地蔵尊千日堂豆まき ●千日堂 午前9時～
- 市兵衛地蔵尊節分会 ●市兵衛地蔵尊(真庭) 午前10時30分～
- 9(土) ■鹿児島県奄美市笠利町(奄美大島)の小学生来町
(青少年交流事業～13日)

3月

- 7(木) ■3月議会定例会(予定/15日まで) ●本庁舎議場
- 13(水) ■町内中学校卒業式
- 21(木) ■月夜野北幼稚園、いはるこども園卒園式
- 22(金) ■月夜野幼稚園下牧分園、月夜野幼稚園卒園式
- 23(土) ■水上わかくりこども園卒園式
- 25(月) ■町内小学校卒業式
- 27(水) ■月夜野保育園、第三保育園卒園式



今月の食改推おすすめ地元食材レシピ

「ごはんと豆腐のおやき」

材料(4人分) 1人分のエネルギー189kcal、塩分1.8g

ごはん	200g	あさつき	4本
木綿豆腐	1/3丁(100g)	塩	小さじ1(6g)
じゃがいも	2～3個(400g)	油	適量
キャベツ	100g	しょうゆ	適量

● 作り方 ●

- 豆腐をしっかり水切りをする。
じゃがいもは茹でて粗くつぶす。塩を入れて混ぜる。
キャベツはみじん切りにする。あさつきは小口切りにする。
- ごはんと①の材料すべてをよく混ぜて小判型にする。
- フライパンを熱し、油をしいて②を焼く。
少し焼き色がついたら、しょうゆを塗って焼く。



●ワンポイントアドバイス
ごはんが入っている簡単なおやきです。
豆腐の水切りは電子レンジを使用すると簡単です。

提供：食生活改善推進協議会

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 79/151

『remora』

作者/造田七瀬
規格・素材/H1800mm×W760mm
キャンバスに油彩
作者コメント/鶏、女性、コバンザメです。

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

