

水と森・歴史と文化に息づく利根川源流のまち みなかみ

2018 (平成30年)

広報

みなかみ

11

Public Information Minakami

No.157

●みなかみ町ホームページ <http://www.town.minakami.gunma.jp> ●



- みなかみ町公衆無線 LAN 開通
- 平成30年度 予算執行状況
- 糖尿病が増えています

【今月の表紙】新治小学校運動会



みなかみ町公衆無線 LAN “Minakami-Town_Wi-Fi”

※アクセスポイントはイメージです



10月から公共施設 11カ所において、主に施設の利便性の向上を目的としてフリー公衆無線 LAN (以下「Minakami-Town_Wi-Fi」) の運用を開始します。パソコン、スマートフォン、タブレット端末などに適合し、さまざまな場面で施設利用者が自由に使用することが可能になります。Minakami-Town_Wi-Fiの設定は共通で、初回利用時に設定を記憶させることで、簡単に他の公共施設でも利用が可能となります。

みなかみ町 Wi-Fi の利用

総合戦略課では町民向けの公衆無線 LAN のアクセスポイントをよく利用されている公共施設に設置しました。これは庁舎内や図書館等でのインターネット接続の要望に応え、公共サービスの向上を目的として導入しています。普段からスマートフォンやタブレットをご利用されている方はお気軽にご利用ください。例えば、本庁や支所で行政手続きの待ち時間のインターネット利用、公民館等で会議や講座のインターネット利用などに簡単に使用できます。

観光 Wi-Fi と相乗効果

本町では国の補助事業などを活用して国内観光客や訪日外国人観光客を対象としたインターネットアクセスポイントの提供を図り、既に道の駅、観光施設、民間事業者などで 100カ所以上のアクセスポイントが運用されています。

観光客の動線を想定してネットを使った地域観光情報の提供や観光集客・回遊を促しています。そのため、重点は国内外からの観光客の利便性に置かれていました。

	Minakami-Town_Wi-Fi	みなかみ町観光ステーション
対象	住民や施設利用者	国内外からの観光客
目的	公共施設の利便性向上 災害時の無料 Wi-Fi 解放	観光情報の取得、サービス向上、情報発信
基地局数	公共施設 11カ所	民間事業所 100カ所以上
接続方法	共通パスワードの入力	施設毎に異なる手順
接続時間	無制限 ※アクセスが集中すると繋がらない場合があります。	60分または無制限

今回の Minakami-Town_Wi-Fi 整備は、公共施設を利用する町民の利便性向上を目的に利用者の多い施設にアクセスポイントを設置しています。今後も情報化の流れやニーズに合うように効果の検証を行いながらさらに積極的に住民サービスの向上に努めます。

住民向け 新規・新設

Minakami-Town_Wi-Fi

3つのポイント

- どなたでも利用できます
- 無料で利用できます
- 共通パスワードで簡単に利用できます

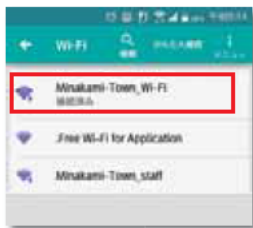
みなかみ町公衆無線 LAN 施設一覧

公共施設名	利用できる所
みなかみ町役場	ロビー、第1会議室
水上支所	ロビー
新治支所	ロビー
中央公民館	図書室、大会議室、会議室、研修室
水上公民館	ロビー、講堂、図書室
新治公民館	図書室
カルチャーセンター	ロビー、大会議室、小会議室、児童図書室
月夜野総合体育館	ロビー、トレーニング室
新治B & G海洋センター	ロビー
観光センター	2階ロビー、会議室
月夜野農村環境改善センター	ロビー、多目的ホール、会議室

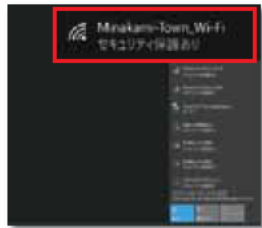
■利用を開始するための接続手順

利用を開始するには、次の2つの方法があります。

Wi-Fi の設定画面から登録



例) Android 端末



例) Windows 端末

- ①Wi-Fi を ON にして SSID を選択
公共施設の無線 LAN 設置ポイントで Wi-Fi 端末 (パソコンやスマホなど) の Wi-Fi 設定から「Minakami-Town_Wi-Fi」を選択
- ②施設に掲示してあるパスワードを入力
- ③利用登録完了



接続用アプリからの登録



- ①アプリ「Japan connected Free Wi-Fi」を起動
※アプリは事前に App Store や Google Play からダウンロードしてください。
- ②利用規約などに同意
- ③メールアドレス又は SNS などで登録
- ④利用登録完了

よくある質問と答え

Q 別の場所や2回目以降に利用する場合は再設定が必要ですか?

A 初めての利用時にパスワードを保存すると次回からの設定は不要です。他の公共施設で利用する場合も公衆無線の範囲内に入ると自動的に接続します。

Q 利用制限はありますか?

A 接続時間に制限はありません。ただし、接続可能な端末数に限りがありますので、混雑時には接続できないことがあります。

その他の利用条件や禁止事項、利用資格の停止などに関する注意点については、町ホームページをご確認ください。

※Wi-Fiはケーブルがなくてもインターネットに接続することができる無線LANの規格の1つです。半径20メートル程度の限られたエリア内においてデータ通信を行うことができます。



平成30年度 予算の執行状況

■問い合わせ先／総合戦略課 財政・契約グループ ☎(25) 5005

町の予算がどのような目的に使われ、どのような状況にあるのかを知っていただくため、財政状況を年に2回公表しています。今回は平成30年度上半期(9月30日現在)の状況をお知らせします。

■一般会計

区 分		予 算 額	収 入 率	執 行 率
合 計	現 年 分	141億5000万円	46.5%	34.1%
	繰 越 分	6億1300万円	50.0%	32.0%
歳 入	地方交付税	47億8700万円	71.6%	
	町 税	33億9500万円	60.4%	
	町 債	15億2900万円	0.0%	
	繰 入 金	15億1000万円	0.0%	
	国庫支出金	9億5500万円	19.8%	
	県支出金	8億4400万円	10.0%	
	その他 ※1	17億4300万円	63.9%	
歳 出	民 生 費	26億3700万円		38.0%
	土 木 費	25億8600万円		15.1%
	総 務 費	22億6700万円		36.3%
	公 債 費	22億 600万円		47.1%
	教 育 費	15億1300万円		45.5%
	衛 生 費	13億4500万円		26.4%
	その他 ※2	22億 900万円		32.5%

■町債残高

一般会計	111億5900万円
下水道事業特別会計	39億4900万円
水道事業会計	11億2300万円
合 計	162億3100万円

■特別会計

内 訳・区 分		予 算 額	収 入 率	執 行 率
国民健康保険特別会計		25億 400万円	67.8%	32.3%
後期高齢者医療特別会計		2億8700万円	50.7%	27.8%
介護保険特別会計		25億7500万円	80.4%	41.8%
下水道事業特別会計		9億円	15.1%	34.9%
水道事業会計	収益的収入	4億1700万円	46.9%	
	収益的支出	3億9900万円		21.4%
	資本的収入	3億5400万円	0.0%	
	資本的支出	4億5300万円		13.0%

■積立基金残高

一 般 会 計	財政調整基金	37億7900万円
	減債基金	4億3400万円
	その他特定目的基金	36億6600万円
公営事業基金 ※3		6億1500万円
合 計	84億9400万円	

※1 その他…繰越金・交付金等・使用料及び手数料など

※2 その他…農林水産業費・商工費・消防費など

※3 公営事業基金…国民健康保険特別会計・介護保険特別会計の基金

※収入率は予算額に対する収入済額の割合、執行率は予算額に対する

支出済額の割合です。なお、予算額等は百万円未満を整理しています。

糖尿病が増えています

■問い合わせ先/子育て健康課 健康推進グループ ☎(62) 2527

11月14日の世界糖尿病デーを含む1週間を「全国糖尿病週間」として全国で啓発活動を行っています。

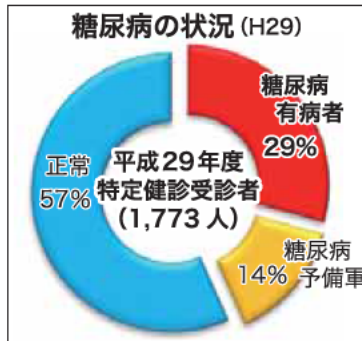
糖尿病は自覚症状がなく進行し、ほうっておくと人工透析・失明・下肢切断等の合併症を発症する怖い病気です。

糖尿病患者は年々増加傾向にあり、みなかみ町国保加入者に実施した特定健診では受診者の3人に1人以上が糖尿病または糖尿病の予備群という結果でした。

糖尿病の予防・改善には定期的に検査を受け、



悪い生活習慣を見直す事が大切です。まずは、糖尿病を招きやすい生活を送っていないかチェックし、改善できることから取り組みましょう。



- 糖尿病**
- ・脳梗塞
 - ・失明（網膜症）
 - ・神経障害
 - ・虚血性心疾患
 - ・人工透析（腎症）
 - ・壊疽^{えそ}
- などの危険性が高まります。

生活改善チェック！

チェックがついた項目は要注意です。
右側の生活改善のポイントをみて、できることから取り組みましょう。

食生活チェック

- 食事時間が不規則だ
- 朝食は食べないことが多い
- 間食をすることが多い
- ジュース類やコーヒーを毎日飲む
- おなかいっぱい食べるほうだ
- 脂っこいものが好きだ
- 野菜や海藻類をあまり食べない
- お酒を毎日飲む

生活改善策

- ・1日3食、規則正しい食生活をする。食事の間隔があきすぎると太りやすくなる。
- ・間食は控える。特に寝る前は食べない。ジュース類はお茶やお水に代える。
- ・食事はゆっくりよく噛んで食べる。腹八分目にする。
- ・肉は脂が少ない部位を選んで食べる。調理は蒸す・茹でる・網焼きで脂を落とす。
- ・野菜は1日に小鉢で5皿以上食べる。野菜から先に食べる。
- ・休肝日をつくる。お酒は適量にする。

運動習慣チェック

- 運動不足だ

・こまめに動くようにする。歩数計をつけて行動し、まずはプラス1,000歩を目指す。

休養習慣チェック

- ストレスがたまっている

・深呼吸したり、ゆっくり入浴したりしてリラックスする。十分な睡眠を確保する。

その他の要因チェック

- 太っている
- 自分の血糖値やHbA1cの値を知らない

・毎日本体重を測定する。標準体重を目標に体重を減らす。
標準体重 = 身長 (m) × 身長 (m) × 22

・HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）は過去1～2ヶ月の平均的な血糖値の状態を表します。

※HbA1cの値 / 正常 5.6%未満、糖尿病予備群 5.6～6.5%、糖尿病域 6.5%以上

家庭用の廃タイヤなどを有料回収します

■問い合わせ先／奥利根アメニティパーク ☎(64) 1167



奥利根アメニティパークでは、家庭で使用した廃タイヤ等の有料処分を実施しますので、不要なタイヤ類や消火器を奥利根アメニティパークまで搬入してください。

処分料金表 (1本あたり・消費税込み)

タイヤ等の種類	処分料金
軽自動車・普通自動車タイヤ	130円
2～4t車、4WD車タイヤ	300円
大型自動車タイヤ	800円
農機具タイヤ (14インチ以下)	500円
農機具タイヤ (15～18インチ)	800円
ホイール	50円
タイヤチェーン・車用バッテリー	無料
消火器 (小)	400円
消火器 (中)	700円
消火器 (大)	1,000円

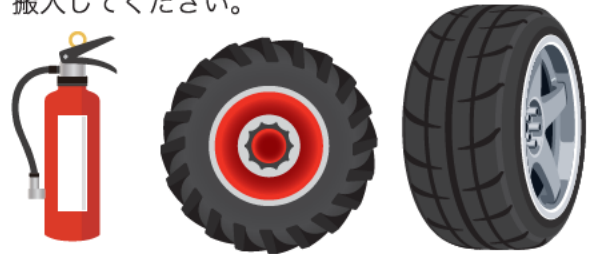
※特殊タイヤ等はお問い合わせください。

■日時 11月25日(日)午前9時～正午

■場所 奥利根アメニティパーク

■タイヤ運搬時に注意すること

- ・有料処分できるのは、本町在住者で家庭で使用したものに限りです。
- ・タイヤにホイールが組まれているものも処分します。
- ・タイヤの中にごみや水等がある場合は取り除いて搬入してください。



村主八幡神社太々神楽 (毎年4月)



1. 修繕した面 (14面)

神明面、浮橋面、鯛女面、白天狗面、赤天狗面、烏面、追込面、鯛鉤面、酒造面、住吉面、土蜘蛛面、種蒔面、苗代面、岩戸面



2. 購入した備品

面収納箱、幕、神楽用手造り槍、神楽用鋤・鍬・鎌、太鼓台、締太鼓台共、鯛鉤用烏帽子、神楽鈴、絵入提灯、酒造冠纓共、円座、桴、ワイヤレスポータブルアンプ、チューナーユニット、ワイヤレスマイク



宝くじの収益による「魅力あるコミュニティ助成事業」により、上区の地域行事「村主八幡神社太々神楽」の備品を別表のとおり整備しました。群馬県市町村振興協会では、宝くじの収益による社会貢献広報事業として、コミュニティ助成事業を行っております。地域コミュニティ活動に必要な設備等の整備に対し助成する事業で、地域コミュニティ活動の充実・強化を図り、地域社会の健全な発展・住民福祉の向上を目指すものです。今回整備した備品は、来年4月7日(日)に開催される太々神楽で使用され、今後も地区住民によって大切に守られ、伝承していきます。

魅力あるコミュニティ助成事業実績報告



■問い合わせ先／総合戦略課 企画グループ ☎(25) 5001

介護職員初任者研修受講経費を助成します

■問い合わせ先/町民福祉課 高齢介護グループ ☎(25) 5012

介護職員初任者研修（旧ホームヘルパー2級程度）を受講し、在宅介護をはじめホームヘルパーとして介護サービス事業所や地域で活躍する方を支援するため、町民福祉課では研修の受講に係る経費の一部を補助金として助成します。



■対象者

- 以下のすべてに該当する方
- ①町内に住所を有し、現に居住している方
 - ②町税を滞納していない方
 - ③平成30年度内に介護職員初任者研修を修了する方

■助成対象経費

介護職員初任者研修の受講費、受験料、教材費（ただし、振込手数料は除く。）

■助成額

上限5万円 ※助成対象経費の額、他の機関から助成金額を控除します。

■申請および交付決定

次のものを持参のうえ、町民福祉課まで申請して

ください。なお、補助金の交付の可否については、申請書類を審査のうえ決定します。

《介護職員初任者研修補助金申請書類》

- 住民票 町税の納税証明書 印鑑 介護職員初任者研修受講に関する経費の領収書の写し
- 受講を修了したことを証する書類（修了証明書など）の写し
- その他、経費を明らかにする書類の写し

群馬県では介護人材確保・育成のために様々な支援を進めています。詳しくは県ホームページをご覧ください。

群馬県ホームページ

<http://www.pref.gunma.jp/02/d2300345.html>

応募期限迫る！ みなかみフォトコンテスト2018

■問い合わせ先/総合戦略課 企画グループ ☎(25) 5001

総合戦略課では、みなかみ町の美しい風景を写した写真を募集するフォトコンテストを開催しています。今年度は「利根川源流のみなかみ町」を表現するような水に関係する写真を募集しています。

応募期間が11月30日(金)までとなりますので奮ってご応募ください。



募集要項

- テーマ 水、ダム、川
- 撮影場所 みなかみ町地内
- 作品規格

カラープリント4つ切り、または5メガバイト程度のJPEG形式の画像データで応募ください。

■応募方法

- ①応募用紙に必要事項を記入して、次の窓口に郵送または直接お持ち込みください。

- みなかみ町役場 総合戦略課 企画グループ
〒379-1398 みなかみ町後閑 318 番地
- みなかみ町観光協会
〒379-1313 みなかみ町月夜野 1744 番地 1

- ②電子メールに必要事項を記入して、画像データを送信してください。

- minakami-photo@town.minakami.gunma.jp
※応募用紙はみなかみ町 HPからダウンロードするか、公共施設等に置かれたフォトコンテストのチラシ裏面をご使用ください。

■賞（平成31年1月頃発表）

- 最優秀賞 1点・みなかみ旅行券5万円分
- 優秀賞 2点・みなかみ旅行券2万円分
- 特別賞 3点・みなかみ旅行券2万円分
- 入選 8点・みなかみ町商工会商品券5千円分

中学生職場体験

月夜野中学校2年生の生徒さんが町内の事業所や農家などに通って仕事を手伝いする職場体験（10月9日から12日）を行いました。役場総合戦略課で職場体験した小川夏希さんには、10月中旬に見頃を迎えた伊賀野の花畑について取材をしていただきました。



社会体験学習で、広報取材を体験させていただきました。今回は、「伊賀野の花畑」に行ってお話を伺ってきました。伊賀野の花畑は、ほうき草と、小菊を栽培しています。育て始めたきっかけを聞くと、伊賀野の花畑の代表の小林一幸さんは、一つは、畑が牧草で荒れていたのを立て直すため、二つ目は、畑が荒れるのを防ぐためだと教えてくださいました。いつから見られるようになったかを聞くと、小林さんは、八年前から見られるようになってきて、一年目は、初めての栽培に苦労したのですが、二年目からは、研究し綺麗に見られるようになったと教えてくださいました。また、去年からは、栽培方法を変え、前までは約四千株だったのが現在は、約四千三百株まで増えたそうです。

今年、台風にもみまわれ、倒れ

てしまったものもありましたが、これから栽培している花に、育てている方の愛情が込められているのでとても綺麗な花が見られました。小林さんたちが、丹精込めて栽培したほうき草を利用し、民芸風のほうきが作れるそうです。小菊の鑑賞も楽しめます。今回、取材させていただいた小林さんありがとうございます。



伊賀野の花畑
「小菊の観賞と
ほうき草のほうき作り」

と き：平成30年11月4日(日)
午前10時から午後3時
ところ：伊賀野の花畑
費用：無料

高校球児による少年野球教室



▲元気よくかけ声を上げて練習を開始

10月7日、利根沼田地区の高校4校の野球部員（尾瀬高、沼高、利根実高、利根商高から14名）が、水上ドルフィンズの子ども達（小学1、5年生）に野球教室を行いました。指導した尾瀬高校野球部員は「小学生にわかる指導ができるような心がけて準備してきました。みんな楽しそうでした」と優しくスイングを教えていました。

この試みは、高野連が推進する野球普及活動の一環で、野球の楽しさを学童に伝えて裾野を広げていくために県内で初めて開催されました。

村主八幡神社秋季大祭 稚児行列



▲境内参道より入場する稚児行列

10月7日、村主八幡神社秋季大祭および稚児行列が行われ、苔むす敵かな神社を緑や赤の鮮やかな衣装を着付けた7名の子どもたちが練り歩きました。

村主八幡神社宮司により「平けく、安らけく、まっすぐ伸び」と祝詞を述べられたあと、参列した親子は心を込めて玉串奉奠（たまぐしほうてん）を行いました。

地区区長らも稚児行列を穏やかに見守り、地元の子どもたちの健やかな成長を願う良き風習が感じられました。

慶祝訪問

敬老の日の祝賀行事として9月13日に今年度100歳を迎えられる敬老者の皆さんに慶祝訪問が行われました。

百寿となる敬老者16名のお宅などに町長が訪問し、お祝いの言葉と共に慶祝状・敬老祝金・記念品を贈呈しました。

これからもご健康に充分ご留意され、いつまでもお元気で過ごしいただけますようご祈念申し上げます。

慶祝該当数

■百寿(100歳)	16人	※対象者は、町内に5年以上
■白寿(99歳)	16人	居住し今年度内に満年齢で
■卒寿(90歳)	182人	対象年齢を迎える方です。
■米寿(88歳)	170人	
■傘寿(80歳)	204人	
■喜寿(77歳)	276人	



百寿おめでとうございます

	中村	かつの	さん	(湯宿)
	吉野	智意子	さん	(後閑)
	原澤	大三	さん	(下新田)
	本多	岩雄	さん	(須川)
亡	金子	よしの	さん	(後閑)
	増田	ふみえ	さん	(後閑)
	鈴木	吉郎	さん	(小仁田)
	林	菊子	さん	(南区)
亡	星野	つる子	さん	(町組)
	原澤	清一	さん	(上区)
	林	五三	さん	(下羽場)
	倉澤	よし子	さん	(上組)
	内海	はる江	さん	(中村)
	木村	ぎん	さん	(粟沢)
	阿部	けさ美	さん	(小和知)
	阿部	近枝	さん	(中村)

「共に生きる未来を目指して」福祉パレードが来庁



▲本庁舎ロビーにてメッセージを読み上げる原澤さん

9月の知的障害者福祉月間にあわせて福祉パレードが11日に県内で一斉に行われました。

利根沼田地区の福祉パレードでは管内の各市町村や商業施設等で障害への理解を求めるメッセージを読み上げました。本町には関係者ら約50名が来庁し、障害福祉サービス事業所びっころに通う原澤さんよりメッセージの伝達式が行われました。

この福祉パレードは知的障害者に対する理解を深めてもらうとともに、教育の推進ならびに福祉の向上と充実のために毎年9月に実施されています。

中秋の名月を愛でる 指月会



▲後閑社中によるお茶席

9月27日、大峰山獄林寺において日本百名月に認定されている「月夜野のお月見指月会」(主催/月夜野蛸月会)が開催されました。

今年で10回目を迎えた本会には、約150人を迎え、月見にちなんだ和菓子と抹茶を楽しむお茶席や篠笛と11弦ギターの和楽器の演奏会、星の鑑賞会のガイドによる天体観測などの催しが行われました。

境内は千個のキャンドルを灯した幻想的な雰囲気醸し出して、多くの来場者が静かな夜のゆとりある時間を共有し、月夜の音楽を楽しみました。

鈴木松雄さんが 旭日単光章を受章



元水上町議会議員の鈴木松雄さんが、旭日単光章を受章し、9月13日に笠木副町長から伝達されました。鈴木松雄さんは、昭和38年から旧水上町議会議員として3期12年にわたり奉職し、その間、産業常任委員会委員長等を歴任、産業基盤の確立および生活環境の整備に尽力し、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、このたびの受章となりました。

人権擁護委員に林さん・平原さんを委嘱



▲平原文雄さん

▲林 耕平さん

10月1日付けで、林耕平さん（新巻）と平原文雄さん（綱子）が人権擁護委員として法務大臣から委嘱されました。（任期3年）

人権擁護委員は、地域において、人権相談や人権啓発、また人権救済など、各種人権擁護活動をおこなっています。

林さんは現在、群馬県人権擁護委員連合会「高齢者・障がい者人権委員会」委員長、平原さんは同連合会「企画委員会」副委員長として、群馬県の人権擁護推進活動の最前線にたって活躍されております。

林さん・平原さんともに再任で2期目を迎えます。引き続き委員としてお世話になる林さん・平原さんの今後の活躍が期待されます。

関東地区学校農業クラブ連盟大会 プロジェクト発表Ⅱ類で最優秀賞



▲関東大会と群馬県大会の最優秀賞に輝いた利根実業高生物生産科の皆さん

10月9日、8月の山梨県関東地区学校農業クラブ連盟大会の「プロジェクト発表Ⅱ類」で、最優秀賞となった利根実業高生物生産科の10名が受賞報告を行いました。

生物生産科は8年間のイノシシの行動調査に基づく研究成果を発表し、審査員からその継続した調査と新しい視点を検証した研究内容、および実用に向けて積極的に行政や農家へ普及活動を行ったことが評価されての最優秀賞受賞となりました。

報告会で代表の高山七星さん（後関）は「農業クラブ大会で初めて全国大会に出場できることが楽しみ。」



▲イノシシの行動調査から見つかった青色を嫌う性質に着目して農業廃材を活用した防護柵を研究しています。

実物展示や映像など、充実した内容なので最優秀賞を目指したい」と10月に鹿児島県で開催される全国学校農業クラブ連盟大会への豊富を述べました。さらに「イノシシ被害に困っている農家さん実際に使ってもらいたいと考えています。今後は実用化に向けての課題をクリアしていきたい」と更なる展開に向けて明るい笑顔をを見せていました。

利根実高としては4年前の「えだまメンチ」に次ぐ2度目の全国大会出場、生物生産科としては初めての全国大会に出場となりました。

利根商モール 利根商業高 総合ビジネス部 谷川温泉水ジェル開発

10月13日、利根商業高の商業祭「利根商モール」が開催され、大勢の来場者で賑わいました。それぞれの店舗が製造者から商品を仕入れて販売するまでを一環して行い、生徒は笑顔を大切に、お客さんをもてなそうと工夫を凝らした模擬店を出店しました。

総合ビジネス部の6名は、新しく企画開発した谷川温泉水を使った化粧品や入浴剤を販売していました。独自で観光客を対象に行ったアンケート調査において、みなかみ町の魅力の温泉に関心が高かったことから温泉成分を使った化粧品を開発することに至ったそうです。

総合ビジネス部部長の白井佑美さ



▲来場する子どもたちにバルーンアートをプレゼントする利根商高の生徒



▲新商品をPRする総合ビジネス部の皆さん。訪日客にも手にとってもらえるように、英語の説明文を添えています。

んは「試供品を使った人の感触が良かった。みなかみのお土産として手にとってもらいたい。地域の資源を使って地域振興のために少しでも役に立てばうれしい」と話しました。市場アンケートを実施し企画開発段階からターゲットとニーズ把握を行うなど目的設定してビジネスを実践する様子は後輩にも引き継がれ、現在は水上駅周辺のおみやげ店や谷川温泉の宿泊施設で販売しているほか、市場の大きいネット販売も行っているように谷川温泉水を使っていることをもっとPRしたい」と販売促進を強化していくと話してくれました。

地域おこし協力隊の活動 宇津木信之介さん(川上在住)

今年7月から、地域おこし協力隊としてみなかみ町に着任し、みなかみ町観光協会に所属しています。

これまで、演劇やコンサートなどを上演する劇場の制作スタッフとして働いていました。出身地は高崎市になりますが、川上に住んでいた祖母が亡くなったことをきっかけに、みなかみ町を拠点に働きたいと思っていたところ、観光協会のホームページで地域おこし協力隊の募集を見て、「これだ！」と思い、応募させていただきました。とても単純な動物です。(笑)

地域おこし協力隊としての活動内容は、みなかみ町の新治地区を中心として、イベントや地区会活動のお手伝いをしています。ほかに、観光案内、SNSやホームページでの情報発信など観光振興業務を行っています。

みなかみ町に「住み始めて気づいたこと」は、街では見られないような綺麗な夜空や蛇口をひねればミネラルウォーター並みに美味しい水が飲めるなど、日常のなかにある小さな魅力です。「観光」には直接つながらないかもしれませんが、町のみなさんと一緒に、みなかみ町の今ある

魅力に気づいていけたらと思っています。



▲地域おこし協力隊として、みなかみ町観光協会に勤務。

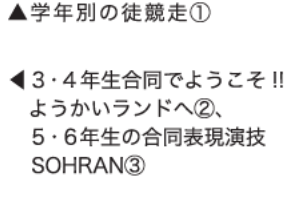
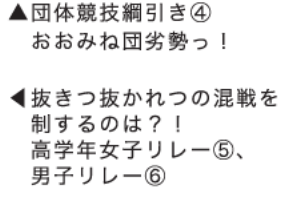
真剣に楽しく！
秋の大運動会を開催

9月16日、町内小学校が一齐に秋の大運動会を開催しました。

新治小学校では、第11回運動会として、学年ごとの徒競走で個々の見せ場から始まり、表現種目の「荒馬」や「ようこそ！ ようかいランドへ」「SOHRAN」「みなcoming」を全力で演技して応援の観客らを楽しませました。ほかに児童たちが力を合わせて戦う団競技では大玉転がし、棒引き、綱引き、玉入れなどを経て、一番の盛り上がりを見せる高学年リレーと続きました。今年には数々の熱戦の結果、みくに団の優勝で幕を閉じました。



▲団体競技棒引きの熱戦に大きな歓声が上がりました



▲団体競技綱引き④
おおみね団優勢！

◀抜きつ抜かれつの混戦を制するのは？！
高学年女子リレー⑤、
男子リレー⑥

▲学年別の徒競走①

◀3・4年生合同でようこそ！！
ようかいランドへ②、
5・6年生の合同表現演技
SOHRAN③

フォトギャラリー

●相談、教室【子育て健康課 健康推進グループ ☎(62) 2527】

相談・教室等	対象者	日程	時間	備考
母子健康手帳交付	妊娠されている方	月・木	9:00~11:30 13:00~16:00	所 子育て健康課 持 妊娠届出書、個人番号カード
ママヨガ教室	妊娠中から産後 12か月までの母親	11/26(月)	10:30~11:30	所 にはるこども園2階(汽車ぼっぼ)
ベビーマッサージ	生後2か月から 1歳までの乳児	11/16(金)	10:30~11:30	所 保健福祉センター
乳児相談	3か月児	11/ 8(木)	10:00~10:15	所 保健福祉センター 内 計測・問診・栄養相談
	8か月児		9:45~10:00	
	12か月児		10:15~10:30	
母乳相談	妊婦及び産婦	11/ 8(木)	9:30~11:30	所 保健福祉センター 予 健康推進グループ

●健診【子育て健康課 健康推進グループ ☎(62) 2527】

健診の種類	対象者	日程	受付時間	備考
4か月児健診	平成30年 7月生	11/21(水)	13:45~14:15	所 保健福祉センター
10か月児健診	平成30年 1月生	11/21(水)	12:45~13:15	
1歳6か月児健診	平成29年 3月・4月生	11/14(水)	12:45~13:30	
2歳児歯科健診	平成28年10月・11月生	12/ 5(水)	12:45~13:30	
2歳6か月児歯科健診	平成28年 4月・5月生	12/11(火)	12:45~13:30	
3歳児健診	平成27年 9月7日~10月生	11/20(火)	12:45~13:30	

所 場所 予 要予約 定 定員 料 料金 申 申込期間 持 持ち物 内 内容

11月は児童虐待防止推進月間です

■問い合わせ先/子育て健康課 子育て支援グループ ☎(25) 5009

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。



■子どもや保護者のこんなサインを見落としていませんか？

子ども

- ・いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声がある
- ・不自然な傷や打撲の後がある
- ・衣類やからだがかいつも汚れている
- ・落ち着きがなく乱暴である
- ・夜遅くまで一人で遊んでいる

保護者

- ・地域などと交流がなく孤立している
- ・小さい子どもを家においたまま外出している
- ・養育に関して拒否的、無関心である
- ・けがの原因について不自然な説明をする

■児童虐待とは・・・？

- 【身体的虐待】 殴る、蹴る、叩くなど
- 【ネグレクト】 食事を与えない、病気になっても病院に連れて行かないなど
- 【心理的虐待】 言葉による脅し、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう(DV) など
- 【性的虐待】 子どもへの性的行為、ポルノグラフィの被写体にするなど

●子育て支援センター、子育てサークル【子育て健康課 子育て支援グループ ☎(25) 5009】

イベント	メニュー	日程	時間	お知らせ・備考	場所
汽車ぽっぽ	親子ふれあい	月～金	10:00～16:00	11/6 はお休み、キラキラ開館	子育て支援センター (にいほりこども園2階) ☎(64) 1848
	読み聞かせ	11/ 1(木)	10:30～11:00		
	特別メニュー	11/ 6(火)	13:00～	内 サトシ 読み聞かせ絵本ライブ	
	お茶しませんか？	11/ 8(木)	10:00～15:00		
	クリスマスのごちそう作り	11/15(木)・16(金)	10:00～12:00	要予約	
	離乳食講演会	11/22(木)	10:30～		
	大きくなったかな？	11/29(木)	10:00～16:00		
	リトミック	11/5(月)・12/3(月)	10:30～11:30	12/3 はハンドベル演奏会	
キラキラ	親子ふれあい	火・金	10:00～14:00	11/16 はお休み	にいほりこども園体育館隣
わくわく	親子ふれあい	水	10:00～14:00		水上公民館2階和室
にこにこクラブ	みんなで遊ぼう	11/ 2(金)	10:00～12:00		保健福祉センター
	親子ふれあい	11/16(金)	10:00～12:00		
ぽかぽか	親子ふれあい	月・火・水	10:00～15:00		NPO 法人北風塾 きたかぜはうす ☎(25) 3535
	製作	11/20(火)	10:30～11:30	クリスマス飾りを作ろう	
さくらんぼルーム	親子ふれあい	月～金	9:30～15:30		つきよのこども園 ☎(25) 8400 ※対象者:0・1・2歳児の子どもと保護者
	親子で製作	11/ 7(水)	10:30～	予 限定5名 内 七五三製作	
	読み聞かせ	11/13(火)・27(火)	10:15～		
	親子でたのしいわらしべうた産後ダンス	11/14(水)	10:30～	持 対象:生後3ヶ月～2歳半 抱っこひも、タオル、飲み物	
	給食の試食会	11/21(水)	11:20～	予 限定5名 料 親子で380円	

■対象者/就学前の子どもと保護者 ■参加費/無料 ※参加費がかかる場合は備考欄に記入します。

所 場所 持 上履き、飲み物、タオル、運動しやすい服装 予 要予約 内 内容 料 料金

催し物

猿ヶ京関所まつり やる気稲荷市

猿ヶ京関所まつり実行委員会では、猿ヶ京関所絵図のレプリカ完成記念として、猿ヶ京関所まつりやる気稲荷市を開催します。



県指定史跡の猿ヶ京関所跡並びに旧役宅は、三代將軍・徳川家光によって設けられた幕府直轄の役宅で、当時の通行手形や資料を展示しています。

今回、絵図レプリカの完成記念として拝観料無料でご覧いただけます。この機会に歴史文化に触れてみませんか？

■日時▽11月25日(日)
午前9時～午後3時

■場所▽猿ヶ京関所跡

■入場料▽無料

■内容▽絵図レプリカ完成披露式典、館内見学、朝市の開催、飲食店の出店などを予定

■問い合わせ先

猿ヶ京温泉やど倶楽部

☎0278(66)0186

箸祈願会

使用済みの箸を供養する箸祈願会(はしきがんえ)が開催されます。

■日時▽11月11日(日)午前11時

■場所▽たくみの里地内

旧にはる幼稚園跡

■内容▽山伏によって、役目を終えた箸の供養として箸のお焚き上げを行います。

■問い合わせ先

たくみの里総合案内所

☎0278(64)2210

たくみの里

りんごまつり

みなかみ町で収穫された美味しいりんごの販売を行います。

■日時▽11月11日(日)

午前10時～午後3時

■場所▽たくみの里豊楽館

■内容▽りんごの直売(陽光・新世界・ふじなど)とりんごの詰め放題、りんごスイーツの販売などが行われます。

■問い合わせ先

たくみの里総合案内所

☎0278(64)2210

たくみの里 わらアートまつり

わらで彩る秋の里山巡り、わらアートまつりを開催します。たくみの里PRイベント実行委員会が主催し、わらアートで実績のあるNPO法人わらアートJAPANが協力して製作した7体の巨大なわらアートを展示します。

■日時▽11月3日(土)

午前10時～午後3時

■場所▽たくみの里豊楽館

■内容▽豊楽館にて音楽ライブ・クラフトと園芸ワークショップ・飲食物販ブースなど

□わらアート展示期間

10月下旬から11月末まで

■問い合わせ先

みなかみ農村公園公社

☎0278(64)2211



東出昌大写真展 「雪は西からやって来る」

みなかみ町をはじめ新潟、山形、青森の大自然や人々と出会う旅を追った東出昌大初の写真集「西から雪はやって来る」。

荘厳な自然や野生動物と向き合う東出昌大さんを写した写真を間近で見ることが出来ます。また写真集製作メンバーが写真、写真集、そしてみなかみが持つ可能性と未来について語ります。

〈記念トークショー〉

■日時▽12月2日(日)午後2時

■場所▽道の駅水紀行館

■内容▽写真家の田附勝さんと造本家の町口覚さんに加え、旅の水先案内人を務めたみなかみ町の猟師・阿部達也さんのトークショー

■費用▽入場無料・要予約

〈東出昌大写真展〉

■展示期間▽12月2日までの午前9時～午後5時

■場所▽道の駅水紀行館

■費用▽入場無料

■内容▽大判パネル展示

■申し込み・問い合わせ先
道の駅水紀行館

☎0278(72)1425

お知らせ

第14回

みなかみ町成人式

第14回みなかみ町成人式を次により開催します。



▲第13回 みなかみ町成人式

- 開催日時▽平成31年1月13日(日) 午後1時 ※受付は正午から
- 会場▽カルチャーセンター
- 該当者▽

平成10年4月2日～

平成11年4月1日生まれの人

※該当者には11月中旬頃にハガキでご案内します。案内状が届かない場合はお問い合わせください。

■問い合わせ先

教育課 生涯学習推進グループ

☎0278(25)5025

群馬県最低賃金が改定されました

群馬県最低賃金は
時間額 809円

平成30年10月6日より
改正されました!

10月6日から、群馬県の地域別最低賃金額が改正されました。事業主、労働者の皆さんは、最低賃金をしっかり確認しましょう。

最低賃金制度は賃金の最低限度を定め、使用者は最低賃金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとする制度です。

最低賃金には、産業や職種に関わりなく適用される「地域別最低賃金」と、特定の産業に適用される「特定(産業別)最低賃金」があります。

※「特定(産業別)最低賃金」は12月下旬に改正される予定です。

■問い合わせ先

群馬県労働局労働基準部賃金室

☎027(896)4737

国民年金からのお知らせ

20歳になったら必ず
国民年金に加入しましょう

日本に住む20歳以上60歳未満の人は、全員が国民年金に加入しなければなりません。学生も20歳になれば国民年金に加入することになります。20歳の誕生日を迎えたら、すみやかに役場町民福祉課で加入手続きをしてください。ただし、すでに就職して厚生年金に加入している方は、第2号被保険者として国民年金にも加入していただきますので手続きは不要です。

なお、収入が一定額以下の場合には、申請して承認を受けることにより、保険料の納付が免除または猶予される制度があります。学生については学生期間中の保険料の納付が猶予される『学生納付特例制度』、学生以外の方については保険料の納付が免除または猶予される『免除制度』や『納付猶予制度』です。この猶予(免除)を受けている期間中でも、万一の事故などで障害を負った場合には、障害基礎年金を受けることができます。(一部免除の場合には、残りの保険料を納めないで未納と同じ扱いになり、受けられない場合があります。)

あります。)なお、猶予を受けた期間は年金を受けるための資格期間に算入されませんが、老齢基礎年金額には反映しません。満額の老齢基礎年金を受けるためには、10年以内に保険料を納めること(追納)が必要です。

学生納付特例制度などを申請される方は役場町民福祉課で手続きをしてください。手続きには学生証(コピー可)または在学証明書が必要となります。また、年金事務所で年金相談や手続きを行う場合「事前予約」を受け付けておりますので、予約専用受付電話(☎0570054890)までお申し込みください。



■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・医療グループ

☎0278(25)5010

年末調整説明会を 開催します

沼田税務署では、年末調整のしかたや給与所得の源泉徴収票等の法定調書の作成と提出などについて説明会を開催します。

■**場所**▽カルチャーセンター

■**対象となる方**▽

みなかみ町の源泉徴収義務者

■**日時**▽11月21日(水)

午後1時～午後3時

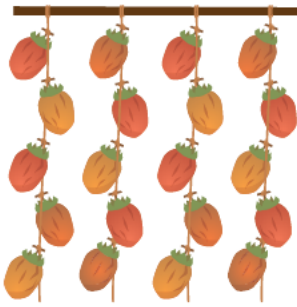
※他に昭和村公民館(11/19)、片品村役場(11/20)でも説明会が開催されます。みなかみ会場に行けない方はお問い合わせください。
※年末調整関係用紙及び法定調書の用紙が不足する場合には説明会会場に配布します。

■**問い合わせ先**

沼田税務署

個人課税部門 記帳指導担当

☎0278(22)2131



決算等説明会を 開催します

沼田税務署では、決算書等の作成方法や注意点などについて、沼田税務署管内青色申告連合会の協力を得て、次のとおり説明会を開催します。消費税の決算の仕方や申告書の書き方、マイナンバー制度の概要なども説明します。

■**青色申告者(事業所得者向け)**

○開催日▽12月5日(水)

○時間▽午前10時～正午

■**青色申告者(農業所得者向け)**

○開催日▽12月5日(水)

○時間▽午後1時30分～3時30分

■**白色申告者(事業所得者向け)**

○開催日▽12月6日(木)

○時間▽午前10時～正午

■**白色申告者(農業所得者向け)**

○開催日▽12月6日(木)

○時間▽午後1時30分～3時30分

■**場所**▽利根沼田振興局

1階101会議室

■**問い合わせ先**

沼田税務署

個人課税部門 記帳指導担当

☎0278(22)2131

11月は 「計量強調月間」です

水道メーター、電力計、はかり、ガソリンメーター、タクシーメーターなど、身の回りではさまざまな計量器が使われています。私たちの暮らしが安全・安心であるためには、これらの計量器が正しく使われることが重要です。

計量についての正しい知識と理解を広め、計量意識の一層の向上などを図るため、11月を「計量強調月間」と定めています。この機会に、身の回りの計量器に目を向けてみましょう。

計量検定所では、家庭の体重計や料理用はかりなどの、精度の確認を実施しています。また計量についての相談にも応じていますので、気軽にご利用ください。

■**相談日**▽平日午前9時～午後4時

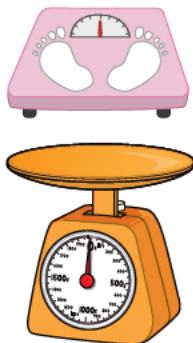
■**費用**▽無料

■**相談方法**▽電話または直接相談

■**問い合わせ先**

県計量検定所

☎027(263)2436



募集

みな女クラブ

MINAJYO

子育て健康課では女性の健康教室を全6回コースで開催しています。

	日時	教室名	対象者
2回	11月7日(水) 10:15～11:50	ゆったりエクササイズ/ お菓子でおやつを作るう	20～59歳 女性
3回	12月8日(土) 10:30～11:30	ヨガ for みなかみ女子	20～59歳 女性

第1回参加者の感想

- ・体が楽になった。
- ・とても良かった。
- ・リラックスしながらできた。



■**会場**▽保健福祉センター
■**参加費**▽無料
■**申し込み・問い合わせ先**
子育て健康課 健康推進グループ
☎0278(62)2527

スポーツ大会参加者募集

町駅伝大会

■開催日▽11月18日(日)

■場所▽月夜野総合運動公園・人工芝ホッケー場

■集合時間▽午前8時30分

■参加資格▽小学生以上の町内在住者、在勤者、通学者により、1チーム監督1人、選手5人の計6人で編成して申し込む

■参加種別▽①小学生男子の部・

②小学生女子の部・③一般男子の部・④一般女子の部・⑤混成の部

■参加費▽無料

■申込み方法▽所定の申込用紙に記入のうえ11月12日(月)までに申し込む

■申し込み・問い合わせ先

町体育協会事務局

☎0278(25)5025

町レクリエーション バドミントン大会

■開催日▽11月18日(日)

■場所▽月夜野総合体育館

■集合時間▽午前9時

■参加資格▽小学生以上の町内在住者および在勤者

■参加費▽無料

■申込期限▽11月11日(日)まで

■申し込み・問い合わせ先

町バドミントン協会 会長 佐藤

☎080(3714)7033

町体育協会事務局

☎0278(25)5025



町男女混合3×3 バスケットボール大会

■開催日▽11月18日(日)

■場所▽水上社会体育館2階

■集合時間▽午前9時

■参加資格▽町在住者および在勤者で高校生以上。男女混合3×5名程度の団体に申し込む

■参加費▽無料

■参加方法▽11月9日(金)までに申し込みください。



■申し込み・問い合わせ先

町バスケットボールクラブ

水上地区/担当 大塚

☎080(7972)2311

町体育協会事務局

☎0278(25)5025

インフルエンザやノロウイルスが 流行る時期になります。

地域包括支援センター
からの お知らせ

■問い合わせ先 地域包括支援センター ☎(62)0540

こまめに手洗いをしましょう。

手で触れたものに、ウイルスや細菌が付着している可能性があります。細菌がついた手で鼻や口、目などを触ることで体内に侵入してしまいます。手洗いには石鹸を泡立てて、手のひら、手の甲、手首、指の股をよく洗い、流水で十分にすすぎ、清潔なタオルかペーパータオルでよく拭きとって乾かしましょう。

手のひらを洗う



手の甲を洗う



手首を洗う



手の股を洗う



「女性の人権ホットライン」強化週間

法務省及び全国人権擁護委員連合会では、11月12日から18日までの一週間を「女性の人権ホットライン強化週間」として、夫・パートナーからの暴力やストーカーなど、女性の人権に関する相談・悩みごとについての電話相談窓口の受付時間を延長します。

女性の人権ホットライン専用番号
全国共通

0570(070)810

※IP電話からは接続できません。

■強化週間中の受付時間

○月曜日～金曜日

午前8時30分～午後7時

○土曜日・日曜日

午前10時～午後5時

※通常の受付時間は、平日の午前8時30分から午後5時15分です。対応は人権擁護委員と法務局職員があたり、秘密は堅く守ります。

■問い合わせ先

前橋地方法務局人権擁護課

☎027(221)4426

町民福祉課窓口・医療グループ

☎0278(25)5010

講座

がん市民公開講座

〈Uターンの受け皿となる次世代の地域医療を目指して〉

■内容▽

①基調講演『21世紀のMedical Villageの構築に向けて』

▽講師・順天堂大学医学部病理・腫瘍学教授 樋野興夫先生

▽座長・沼田病院根岸副院長・青山地域医療連携係長

②パネルディスカッション

▽日時▽12月2日(日)

午後1時～午後3時

▽場所▽国立病院機構沼田病院(沼田市上原町15514)地域医療研修センター

■参加者▽どなたでも

■参加費▽無料

■その他▽詳細については沼田病院ホームページをご確認ください。

http://www.numata-hosp.jp

■問い合わせ先

国立病院機構沼田病院

がん診療推進室

☎0278(23)3972

図書室だより 11月

新着一般図書

思い出が消えないうちに / 川口俊和 / 中

真犯人の貌 / 前川裕 / 中

猫は笑ってくれない / 向井康介 / 水

向日葵のある台所 / 秋川滝美 / 水

標砂の塔 / 大沢在昌 / 新

緑の花と赤い芝生 / 伊藤朱里 / 新

だいじょうぶだよ、モリス「こわい」と「いやだ」がなくなる絵本 / カール＝ヨハン・エリーン / 力

新着児童書

ねずみくんのうんどうかい / なかえよしを / 中

どんぐりむらのいちねんかん / なかやみわ / 中

おやすみクマタン / 若槻千夏 / 水

おせんべやけたかな / 絵・降矢なな / 水

魔法のハロウィン・パイ / 野中柊 / 新

きょうふのおばけパンツ / アーロン・レイノルズ / 新

かたつむりタクシー / たむらしげる / 力

若おかみは小学生！ / 令文ヒロ子 / 力



Book Information

カルチャーセンター 臨時休館のお知らせ

平成30年11月16日(金)
午前9時～午後1時

カルチャーセンター施設内の非常用電気設備の停電試験を行うため、臨時休館とさせていただきます。

絵本の読み聞かせ (おはなしの会)

◆11月15日(木) 午後3時30分～ 力

◆11月18日(日) 午後2時～ 新

※おすすめの絵本の読み聞かせです。参加者が朗読することもあります。

中 中央公民館図書室 ☎(62) 2275

水 水上公民館図書室 ☎(72) 3707

新 新治公民館図書室 ☎(64) 0111

■開室時間 9:00～17:00

■休館日/毎週月曜及び休日

力 カルチャーセンター児童図書室 ☎(20) 4040

■開室時間 9:00～17:00

■休館日/毎週月曜(祝日の場合次の平日)と祝日の翌日

相談

労働委員会が雇用のトラブル解決をサポート

県労働委員会では、労働者個人と事業主の、労働条件などに関するトラブル（個別的労使紛争）解決をサポートをしています。経験豊かなあっせん員が両者の間に立って、話し合いによる解決を目指します。費用は無料で、秘密は厳守します。労使間のトラブルでお困りの方は、ご相談ください。電話での相談も受け付けています。

- **相談内容**▽解雇・雇止め・配置転換・パワハラ・懲戒処分などの労働条件、その他労働問題に関する紛争
- **対象者**▽県内事業所に勤務する労働者・県内事業所の事業主
- **費用**▽無料
- **場所**▽群馬県庁26階群馬県労働委員会事務局
- **問い合わせ先**
群馬県労働委員会事務局
☎027(226)2783

みなかみ町社会福祉協議会
相談所

心配ごと(民生・人権・行政)相談所

- **新治会場** 11月20日(火)
場所/のぞみ館 相談室
- **月夜野会場** 12月18日(火)
場所/保健福祉センター2階

法律相談所

- **水上会場** 11月9日(金)
場所/社会福祉協議会水上支所
- **新治会場** 12月14日(金)
場所/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** ☎0278(62)0081

巡回診療車運行予定(国立沼田病院)

地区	診療地	開始時間	11月	12月
月夜野	小和知公民館前	15:50	29日(木)	27日(木)
	大峰集荷倉庫前	13:20	20日(火)	18日(火)
水上	大芦公民館前	13:20	29日(木)	27日(木)
	北部生活改善センター前	14:10		
	原集古館前	14:40		
	粟沢公民館前	15:20		
新治	上羽場分館前	12:30	20日(火)	18日(火)
	茅原高齢者会館前	13:50		
	入須川分館前	14:30		

■ **問い合わせ先**
独立行政法人国立病院機構沼田病院
☎0278(23)2181

群馬県保険医協会
24時間健康テレホンサービス

☎027-234-4970

※約3分の健康講話(テープ音声)が聞けます。
※11月15日(木)午後7時30分から9時まで「直接相談タイム(歯科)」

- 11月**
- **月曜** 乳がんの手術 - 最近の話題 -
 - **火曜** 口腔ケアは脳卒中のリスクを軽減する
 - **水曜** 女性の過度なダイエットは危険です
 - **木曜** 口腔機能発達不全症
 - **金曜** ドライマウス
 - **土日** 入れ歯と上手に付き合う法

へき地診療(ふれあい出張診療)実施予定
(沼田脳神経外科病院)

地区	診療地・診療時間	11月	12月
水上	大芦公民館(坂東会館) 9:00~12:30	2日(金)	7日(金)
	北部生活改善センター 9:00~12:30	13日(火) 27日(火)	11日(火) 25日(火)
新治	赤谷公民館 9:00~12:30	20日(火)	18日(火)
	入須川分館 13:30~17:00	14日(水) 28日(水)	12日(水) 26日(水)
	笠原生活改善センター 13:30~17:00	7日(水) 22日(木)	5日(水) 19日(水)
	東峰分館 9:00~12:30	9日(金)	14日(金)

■ **問い合わせ先**
沼田脳神経外科循環器病院(へき地診療担当)
☎0278(22)5052

【谷川岳登山 水上中】

10月10日に水上中学校1年生が“近くてよい山”谷川岳登山に挑戦しました。水上中学校では、環境学習の一環として学年行事にしています。



▲気温8度。山頂は真っ白なガスで覆われましたがこれも魅力のひとつ。



▲山頂付近は秋が深まっていました。

みなかみ歳時記

みなかみ町の主な行事予定



行政カレンダーは
こちらから

11月

3日(祝) ■文化の日

3日(土)~4日(日) ■みなかみ町文化祭

- 舞台発表会 ●カルチャーセンター
- 月夜野会場 ●カルチャーセンター・北部体育館
- 水上会場 ●水上公民館・水上社会体育館
- 新治会場 ●新治 B&G 海洋センター

3日(土) ■わらアートまつり ●豊楽館 午前10時~午後3時

11日(日) ■みなかみウォーク2018 ●たくみの里 午前8時30分

■りんごまつり ●豊楽館 午前10時~

■善祈願会 ●たくみの里地内 旧にはいる幼稚園跡 午前11時~

17日(土)~18日(日) ■若山牧水全国顕彰大会 ●源泉湯の宿松乃井

23日(祝) ■勤労感謝の日

25日(日) ■猿ヶ京関所まつり ●猿ヶ京関所資料館 午前9時~午後3時

12月

上旬 ■12月議会定例会 ●本庁舎議場

9日(日) ■町かるた大会 ●新治農村環境改善センター 午前8時30分~

23日(祝) ■天皇誕生日

24日(月) ■振替休日

28日(金) ■官庁仕事納め

~30日(日) ■消防団歳末特別警戒

11月の納税

納期限: 11月30日(金)

- 国民健康保険税(第5期)
- 国民年金(10月分)
- 後期高齢者医療保険料(第5期)



お支払いは便利な口座振替をご利用ください。

おともだちがふえたよ!

9月の出生者

男の子	女の子	計
3人	5人	8人

*数字は住民基本台帳(10月15日現在)に基づくものです。

人口と世帯数 10月1日現在

総人口	19,140人	(-41)
男	9,282人	(-23)
女	9,858人	(-18)
世帯数	8,102世帯	(-12)

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

スポーツ大会 結果報告

みなかみ町 ホッケー大会 10/13



大会結果

- 【男子】 優勝 利根商ホッケー部α
準優勝 利根商ホッケー部B
第3位 T-ONE マスターズ
- 【女子】 優勝 利根商ホッケー部
準優勝 群馬L・H・C
第3位 月夜野中ホッケー部



高圧圧子 役場栄養士おすすめ減塩レシピ

「アボカドとエリンギのホットサラダ」



材料2人分

(1人分のエネルギー 60kcal 塩分 0.3g)

- エリンギ…………… 50g
- アボカド…………… 40g
- バター…………… 2g
- オリーブ油…………… 小さじ 1/2 (2g)
- 薄口醤油…………… 小さじ 2/3 (4g)
- 黒こしょう…………… 少々

作り方

- ① エリンギは半分に切り、縦に4つに切ります。
- ② アボカドは皮と種をとり、1cmのいちょう切りにします。
- ③ フライパンにバターとオリーブ油を熱し、①を炒めます。エリンギに火が通ったら②を入れ炒め、薄口醤油を回しかけ軽くゆずって全体になじませたら、お皿に盛り黒こしょうをふります。

ワンポイントアドバイス

エリンギの表面に焼き目をつけた方が美味しいです。