

水と森林と人を育む利根川源流のまち みなかみ

みなかみ

広報

Public Information Minakami



2020
(令和2年)

11

No.181

内容

- withコロナ時代の災害への備え方
- 令和2年度 予算の執行状況
- MINAKAMI HEARTカードがパワーアップ

錦秋を 辿り行く。

【今月の表紙】みなかみフォトコンテスト応募作品。
『秋の大岩壁とエコバス』





withコロナ時代の 災害への備え方

9月9日に群馬県北部を中心に発生した局地的豪雨により、住宅への土砂の流入や土砂崩れが起きるなど、町内各所に甚大な被害をもたらしました。

新 型コロナウイルス感染症 流行下では、感染拡大を 防ぐため、避難所においても「3 つの密」を避けることが求めら れています。そのためには、1 つの避難所に大人数が集まるこ とがないよう『分散避難』が必 要となります。

避難とは指定避難所に移動することだけでなく、自宅が安全

だと判断できれば自宅の2階以上で生活するようになり、安全な親族・友人宅に移動したりといった行動も避難になります。町では、感染症対策を考慮した避難所の開設や、とるべき行動を記したマニュアルを町ホームページに公開していますので、ご自身や家族の安心安全のためにお役立てください。

いざという時の備えとして あらかじめ確認しておくべきこと

- ①自分の住んでいる場所が避難の必要がある場所か
- ②親戚や友人、知人の家への避難が可能か
- ③車中避難が可能か
- ④避難所には感染拡大のリスクがあることを再認識し、非常時の持ち出し品・感染対策物品を整理しておく（次ページ参考）

感染症対応
避難所開設及び
行動マニュアル



各地区別
ハザードマップ



また、各地区の危険箇所や避難場所等が確認できるハザードマップ（土砂災害危険箇所位置図）についても公開していますので、併せてご確認ください。

非常時の持ち出し品 チェック リスト



- 1 両手が使えるリュックタイプの袋などにまとめておきましょう。
- 2 避難の妨げにならないように、軽くコンパクトにまとめましょう。
- 3 自分や家族の状況に応じて必要な物を選びましょう。
- 4 自分に必要な物の優先順位を決めて準備しましょう。
- 5 定期的な中身をチェックしましょう。

貴重品

- 現金
- 車や家の予備鍵
- 予備の眼鏡、コンタクトレンズ
- 銀行の口座番号・生命保険契約番号など
- 健康保険証
- 身分証明書
- 印鑑
- 母子健康手帳



情報収集用品

- 携帯電話（充電器を含む）
- 携帯ラジオ（予備電池を含む）
- 家族の写真（はぐれた時の確認用）
- 緊急時の家族、親戚、知人の連絡先
- 広域避難地図
- 筆記用具



食料等

- 非常食
- 飲料水

便利品

- 防災ずきんかヘルメット
- 懐中電灯（予備電池を含む）
- 笛やブザー
- 万能ナイフ
- 使い捨てカイロ



便利品

- マスク
- ビニール袋
- アルミ製保温シート
- 毛布
- スリッパ
- 軍手か皮手袋
- マッチライター
- 給水袋
- 雨具（レインコート、長靴など）
- レジャーシート
- 簡易トイレ



健康のためのもの

- 救急セット
- 体温計
- 常備薬・持病薬
- タオル
- トイレットペーパー
- 着替え
- ウェットティッシュ



その他

- 紙おむつ（幼児用・高齢者用など）
- 生理用品
- 粉ミルク・哺乳瓶
- その他生活に欠かせないもの



町緊急時一斉メールにご登録ください

町が運用する「緊急時一斉メール」は、防災に関する情報を中心に携帯電話やスマートフォンにメール配信しています。

受信には登録が必要です。エリアメールと違い、登録しておけば町外にいてもメールを受け取ることができます。いざという時に備えて、あらかじめ登録しておきましょう。

■ 配信される内容

防災気象情報、火災情報、野生動物目撃情報、防犯・見守り情報など

■ 登録方法

QRコードを読み込むか、下記メールアドレスへ空メールを送信してください。（送信後、本登録用メールが届きます。）

専用アドレス【manshin@wbi.jp】



■ 登録料

無料（登録や受信にかかる通信料金は利用者負担）



令和2年度 予算の執行状況

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、年に2回財政状況を公表しています。今回は令和2年度上半期（9月30日現在）の状況をお知らせします。

なお、予算額等は百万円未満を整理しています。

◆一般会計

| 区 分 | 予算額 | 収入率 (※3) | 執行率 (※3) |
|---------------|------------|-------------|-------------|
| 合 計 | | | |
| 現 年 分 | 173億5700万円 | 50.2% | 41.2% |
| 繰 越 分 | 7億500万円 | 37.5% | 30.2% |
| 歳 入 | | | |
| 地方交付税 | 44億5000万円 | 78.5% | — |
| 国庫支出金 | 33億7900万円 | 75.3% | — |
| 町 税 | 33億2100万円 | 56.6% | — |
| 町 債 | 22億7400万円 | 0.0% | — |
| 繰 入 金 | 17億8700万円 | 0.0% | — |
| 県 支 出 金 | 10億4200万円 | 9.5% | — |
| そ の 他 (※1) | 18億1000万円 | 53.5% | — |
| 歳 出 | | | |
| 総 務 費 | 41億6500万円 | — | 60.3% |
| 民 生 費 | 27億9900万円 | — | 33.5% |
| 教 育 費 | 24億5600万円 | — | 28.6% |
| 公 債 費 | 22億3000万円 | — | 49.2% |
| 土 木 費 | 20億7200万円 | — | 27.4% |
| 衛 生 費 | 11億9400万円 | — | 26.3% |
| そ の 他 (※2) | 31億4700万円 | — | 39.0% |

◆特別会計

| 区 分 | 予算額 | 収入率 (※3) | 執行率 (※3) | |
|---------|-----------|-------------|-------------|-------|
| 国民健康保険 | 24億2200万円 | 38.7% | 31.2% | |
| 後期高齢者医療 | 2億9900万円 | 33.7% | 28.8% | |
| 介護保険 | 28億5500万円 | 42.0% | 39.3% | |
| 下水道事業 | 現年分 | 8億3600万円 | 46.8% | 41.0% |
| | 繰越分 | 900万円 | 100.0% | 0.0% |
| 水道事業 | 収益的収入 | 4億800万円 | 42.2% | — |
| | 収益的支出 | 4億700万円 | — | 19.0% |
| | 資本的収入 | 8000万円 | 0.0% | — |
| | 資本的支出 | 1億8100万円 | — | 32.2% |

※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 収入率…予算額に対する収入済額の割合
 執行率…予算額に対する支出済額の割合

◆積立基金残高

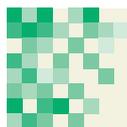
| 区 分 | 金 額 |
|------------|-----------|
| 一 般 会 計 | |
| 財政調整基金 | 31億7100万円 |
| 減債基金 | 4億3400万円 |
| その他特定目的基金 | 37億4900万円 |
| 公営事業基金(※4) | 6億7500万円 |
| 合 計 | 80億2900万円 |

※4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

◆町債残高

| 区 分 | 金 額 |
|-----------|------------|
| 一 般 会 計 | 93億3000万円 |
| 下水道事業特別会計 | 34億7300万円 |
| 水道事業会計 | 9億8900万円 |
| 合 計 | 137億9200万円 |





MINAKAMI HEARTがパワーアップ ～アプリ登録でQRコード決済にも対応!～



昨年11月からサービスを展開している「MINAKAMI HEART カード」がパワーアップし、11月5日からスマートフォン用アプリでも利用できるようになります。アプリでは「QRコード決済」（店舗レジに掲示してあるQRコードを読み取って決済する方式）ができるようになるほか、利用履歴や加盟店の確認、クレジットカードによるチャージやふるさと納税などにも対応する予定です。

■カードが新しくなり、アプリにも対応!

システム変更に伴って、カードが新しくなります。すでに会員の方には、10月後半に新しいカードをお送りしましたので、サービス開始（11月5日）以降は新カードをご利用ください。また、スマートフォンをお使いの方はアプリの利用が便利です。お手持ちのカードからアプリに残高を移行することも可能です。

アプリダウンロード用QRコード



■「みなかみユネスコエコパーク」の取組を応援!

MINAKAMI HEART（みなかみハート）とは、水と森林と人を育む「みなかみユネスコエコパーク」の理念であるとともに、みなかみを愛する気持ちを表す造語です。皆さんが利用したMINAKAMI HEARTの一部は、水と森林と人を育む取組に活用させていただきます。

■チャージ時にポイントを還元!

これまでのポイント付与ルールが変更となり、残高のチャージにのみポイントが還元される仕組みとなります。お買い物の際にはポイントはつかなくなりますのでご注意ください。

| | ポイント還元率 | カード | アプリ |
|------|---------------------|------|------|
| チャージ | チャージステーション(※1) (現金) | 2.0% | 3.0% |
| | クレジットカード | 非対応 | 1.0% |
| | 支払い(※2) | 還元なし | 還元なし |

※1 チャージステーションは、みなかみ水紀行館、たくみの里（豊楽館）、観光協会、遊神館の4カ所です。（11月現在）

※2 各店舗が独自に実施しているポイントサービス等をご活用ください。



お試し利用 キャンペーンを実施

専用アプリをダウンロードし、会員登録およびキャンペーンQRコードを読み込んだ方へ100円相当のポイントを付与します。

アプリからスキャン!



■ポイント獲得方法

- ①アプリのダウンロード&会員登録
- ②「QRコード読み込」からキャンペーンQRコード（左記）を読み込む

■付与ポイント数

100ht（1ht=1円相当）

■ポイント付与期間

11月1日（日）～12月31日（木）

■ポイント有効期限

令和3年2月28日（日）

■使えるお店

アプリから確認可能

問い合わせ先／観光商工課 観光振興係 ☎(62)0810(専用)

新型コロナウイルス感染症に関する 令和3年度分の固定資産税・都市計画税の軽減措置

新型コロナウイルス感染症の影響により売上高が減少した中小事業者は、令和3年度分の事業用家屋・償却資産の固定資産税および都市計画税の軽減措置の適用を受けることができます。

なお、土地や個人の所有する居住用に係る固定資産税等は、今回の軽減措置の対象ではありません。

申請書等は税務課備え付けのものを利用するか、町ホームページからダウンロードしてください。

制度の詳しい内容については中小企業庁ホームページをご確認ください。

■対象年度

令和3年度分のみ（※新型コロナウイルス感染症に関する、令和2年度分についての軽減措置はありません。納税が困難な場合は、納期末到来で令和3年2月1日分までの期間に限り、納税の猶予制度があります。詳しくは、町ホームページをご覧ください。）

■対象となる方と軽減割合

要件を満たす中小事業者等を対象に、令和3年度分の課税に限り、以下の割合を軽減します。（※「中小事業者」とは、資本金の額または出資金の額が1億円以下の法人、資本または出資を有しない法人の場合、常時使用する従業員の数が1,000人以下の法人、常時使用する従業員の数が1,000人以下の個人）

| 令和2年2月～10月までの 任意の連続する3カ月間の事業収入の 対前年同期比減少率 | 軽減率 |
|---|------|
| 50%以上 | 全額 |
| 30%以上50%未満 | 2分の1 |

■軽減の対象

所有する償却資産および事業用家屋

■軽減の手続き

申請書様式に必要事項を記入の上、認定経営革新等支援機関等（公認を受けた税理士・商工会等）の認定を受け、認定の際に添付した書類一式の写しを添えて提出してください。

申告書の提出期間は令和3年1月4日（月）から令和3年2月1日（月）までです。償却資産申告書提出がある方は併せて提出をお願いします。なお、申告期限を過ぎると軽減措置を受けることができなくなりますのでご注意ください。

また、事業用家屋の該当がある方は申告書とともに特例対象資産一覧の提出が必要となります。提出の際には家屋に対する事業専用割合の分かる資料として、青色申告決算書や図面を添付してください。
※ご利用できる方は新型コロナウイルス感染症予防のため、郵送またはエルタックスでの申告をご利用ください。

■関連サイト

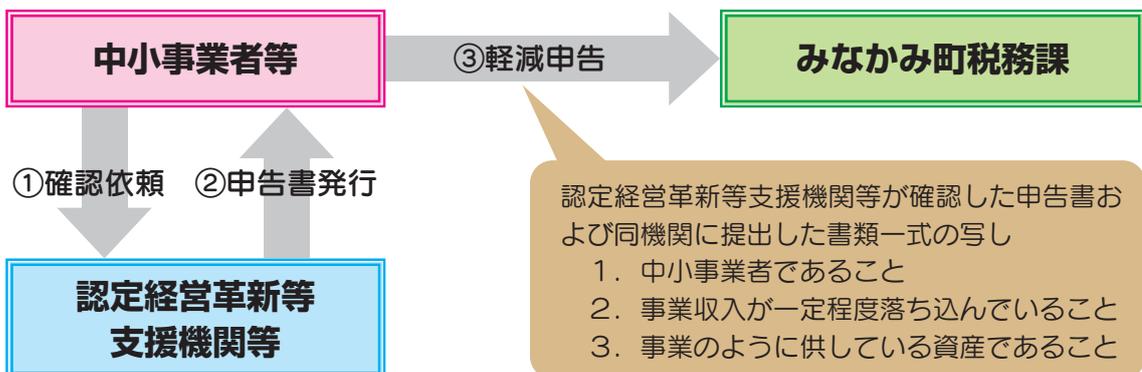
中小企業庁ホームページ
(<https://www.chusho.meti.go.jp/zaimu/zeisei/2020/200501zeisei.html>)



町ホームページ「新型コロナウイルス感染症に関する令和3年度分の固定資産税・都市計画税の軽減措置」
(<https://www.town.minakami.gunma.jp/01news/2020COVID-19/2020-1009-1405-71.html>)



申告の流れ



問い合わせ先／税務課 資産税係 ☎(25)5006

町有地を売却します

次の町有地を売却しますので、購入を希望される方は下記売却条件にしたがってお申し込みください。

■売却土地

| 番号 | 1 | 2 |
|-------|------------|--------------------|
| 所在 | 政所405-2 | 新巻240-2 新巻246-1 |
| 面積(㎡) | 245.10 | 336.00 195.00 |
| 価格 | 5,164,500円 | 191,100円 |
| 用途 | 住宅地 | 家庭菜園用地 |
| 備考 | | 一括 |

■売却条件および方法

○共通事項

- (1)みなかみ町民（転入予定者を含む）であること。
- (2)所有権移転後10年間は所有権の移転および貸し付けをしないこと。
- (3)用途を守ること。
- (4)租税を滞納していない者であること。
- (5)地方自治法施行令第167条の4第1項各号または第2項各号に規定する者でないこと。
- (6)日本語が理解できない者または社会通念上の必要な一般倫理を心得ていない者でないこと。
- (7)1件の募集に2人以上の申し込みがあった場合には抽選により購入予定者を決定します。

○個別事項（番号1の土地について）

- (1)購入から1年以内に住宅建築に着手できる方
- (2)売買契約締結時に解約手付金として20万円を納付していただきます。
- (3)建築確認申請提出後に手付金を除いた残額を納付いただいた後、所有権を移転します。

○個別事項（番号2の土地について）

- (1)適切な管理ができること。
- (2)売買契約締結時後に代金を納付いただいた後、所有権を移転します。

■申込方法

- (1)町ホームページから申込用紙をダウンロードし必要事項を記載のうえ、必要書類を添えて総務課政策室政策係へ提出してください。
- (2)土地の状況や公図についてはホームページからご確認ください。

■申込期限

令和2年11月20日（金）まで
※郵送の場合は消印有効



■その他

対象地は国土調査事業実施済みです。売買は公簿売買とし実測による地積の変更があった場合においても清算は行いません。また現況引渡となりますので境界杭の復元等は買受人の責任において行ってください。所有権移転手続きは町が行います。

問い合わせ先／総務課 政策係 ☎(25)5013

■新調した備品

- | | |
|--------------|-----------------------|
| ①山車……………1基 | ④ホンダ発電機（EU9i）……………1台 |
| ②附締太鼓……………4個 | ⑤ホンダ発電機（EU18i）……………1台 |
| ③お囃子太鼓1尺…1台 | ⑥ワンアクションタープテント…4張 |
| | ⑦LEDライトスタンド……………4個 |

問い合わせ先
総務課 企画調整係
☎0278(25)5001



福祉の向上を目指すものです。布施区ではこの事業を活用し、地域行事（祇園祭）の備品を整備しました。今回整備した備品は、今後も地区住民によって大切に守られ、伝承されていきます。



（公財）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います。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。

魅力あるコミュニティ
助成事業実績報告

図工作品とたくみの里「森のおもちゃの家」作品を展示

2学期がスタートした新治小学校では、夏休み期間中に児童らが制作した図工作品の展示と併せて、地域の素晴らしさを身近に感じてもらうため、たくみの里「森のおもちゃの家」で扱っているカスターネットや間伐材を原料にしたアロマオイルの特別展示を行い、森林資源の活用などについて学びました。

また、コロナ禍の中、より多くの



▲▲たくみの里「森のおもちゃの家」特別展示の様子(新治小学校玄関ホール) 期間:9月7日(月)~11日(金)

保護者や地域の皆さんに図工作品を見てもらおうと、学校支援センター地域コーディネーターの皆さんの協力により、道の駅たくみの里豊楽館と奥平温泉遊神館に場所を移し、一定期間展示を行いました。

同校では、11月13日(金)まで地元の陶芸作家などの作品展示を行っています。



▲▲新治小学校児童の図工作品展の様子(遊神館・たくみの里豊楽館) 期間:9月14日(月)~30日(水)

人権擁護委員に田村さん・栗原さんを委嘱



▲田村房代さん



▲栗原愛子さん

10月1日付で、田村房代さん(谷川)と栗原愛子さん(下区)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、地域における人権相談や人権啓発、また人権救済などの各種人権擁護活動に取り組んでいます。田村さんは再任で3期目、栗原さんは再任で2期目を迎えます。

引き続きお世話になる田村さん、栗原さんの今後の活躍が期待されます。

敬老祝金を贈呈

敬老の日の祝賀行事として、今年度100歳・99歳・90歳・88歳・80歳・77歳を迎えられる皆さんに、敬老祝金を贈呈しました。

今年度は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、訪問は行わ

ず、口座振込による贈呈に変更しました。

これからも健康に充分ご留意され、いつまでも元気に過ごされますようご祈念いたします。

| | | |
|-----------|-----------------------|-----|
| 100歳 (百寿) | 大正9年4月1日~大正10年3月31日生 | 15人 |
| 99歳 (白寿) | 大正10年4月1日~大正11年3月31日生 | 21人 |
| 90歳 (卒寿) | 昭和5年4月1日~昭和6年3月31日生 | 14人 |
| 88歳 (米寿) | 昭和7年4月1日~昭和8年3月31日生 | 18人 |
| 80歳 (傘寿) | 昭和15年4月1日~昭和16年3月31日生 | 25人 |
| 77歳 (喜寿) | 昭和18年4月1日~昭和19年3月31日生 | 23人 |

※対象は、町内に5年以上居住し、年度内に満年齢で対象年齢を迎える方

新治支部「猿ヶ京活性化まちづくり協議会」の活動

猿ヶ京活性化まちづくり協議会では、次の7つの事業を中心に活動しています。

- (1) 休耕田コスモスプロジェクト
今年、菜の花に変更しましたが、美しい住環境の創造を目指した休耕田の管理および花の育成
- (2) 西川自然観察の森・宮野ホテル保護地整備
地生生物の保護・復活を進め、数多くの動物・植物・昆虫を観察できるように整備
- (3) 歌碑公園整備
地域の歴史と文化の保全
- (4) 上杉謙信横断幕周辺整備
歴史文化を活かした武者行列の援助として、横断幕周辺の整備
- (5) ダム周辺草刈
ダム周辺の美化のため、竹切り・草刈・落ち葉等の除去
- (6) 猿ヶ京花フェスタ
猿ヶ京区の美しい住環境の創造を目指した街路の花植え・花の育成等の美化活動および、人と人のつながりを大切にした心地よい地域づくり
- (7) 姉山吊り橋周辺遊歩道清掃

姉山吊り橋周辺の遊歩道および沢の遊歩道の整備・清掃

今年、新型コロナウイルスの影響や大雨による災害で予定どおり事業が進んでおりませんが、皆で考え協力しながら地域の課題解決に向けた取り組みができればと考えております。

まちづくり協議会新治支部

林 孝三



▲「西川自然観察の森」の草刈りの様子



▲猿ヶ京関所跡地に花飾り

地域おこし協力隊の活動

田仲由希さん

(上組在住)

今年も残すところわずかとなり、10月1日にはGOTOトラベルの地域クーポンも始まったことで日々を目まぐるしく過ごしています。前回の記事を書いた5月の自粛期間明けからたった数カ月でしたが、生活様式から何から状況が変わり、みなかみ町に住む住民の一人としても状況が大きく変わりました。

9月9日に発生した豪雨・土砂災害で多くの民家・施設や道路が被災し、特に谷川岳ロープウェイに大きな被害が出てしまいました。幸いな被害はなかったとの事で安心しましたが、一日も早い復旧をお祈りしています。

天空のナイトクルージングは9月10月の開催は中止となりました。開催目前での中止となり残念ですが、新型コロナウイルス対策でオンラインチケットへの移行や、イベントへの影響など、思いもよらない成果を得ることもできました。執筆時点では11月の開催については未定なのですが、次の開催までにこれまで得たものを活かしてよりよいイベントになっていくよう誠意準備していきたいと思っています。

6月に行ったクラウドファンディング「ふるさとの大好きなまち

を守りたい！『みなかみ』が好き！未来応援プロジェクト」への返礼品のチケットが手元に届き、GOTOトラベルの割引や地域共通クーポン、ゆくゆくはGOTOイートも利用して町内を満喫しようと計画しています。宿泊はもちろん、昨年は挑戦できなかったパラグライダーやクロスカントリースキーなどのスノーアクティビティにもこれを機に挑戦したいと思います。

先日は早速クラウドファンディングの返礼チケットを利用して、まるかチェリー園さんで様々な種類のブドウを買いました。想像よりも一回り以上大きく、そしてみずみずしくてとても甘かったです。お世話になった方に贈ったところ、とても喜んで頂けて私も大変嬉しく思います。旬のフルーツが年間を通して楽しめるのが、みなかみ町の素晴らしいところの一つだと思います。次はリンゴを買う予定なのですが、今からとても楽しみです。



▲購入した様々なブドウ

新生「みなかみ中学校」の「校章」と「制服」が決定

校章は、谷川岳などをイメージしたシンプルで親しみやすいデザインに

10月9日に開催された中学校統合準備委員会において、令和4年4月に月夜野中学校、水上中学校、藤原中学校、新治中学校が統合し、新たに開校する「みなかみ中学校」の校章と制服が決定されました。

校章については、公募により寄せられた189点の作品の中から、田村典子さん（東京都在住、新治中

学校出身）の作品（最優秀賞）が選ばれたほか、優秀賞5点、特別賞5点が選出されました。

選ばれた作品は以下のとおりです。

多くの皆さんからのご応募、ありがとうございました。

最優秀賞（校章採用作品）



作 者 田村 典子さん（東京都在住・新治中学校卒業生）

イメージ シンプルで親しみやすく町の象徴である谷川岳をイメージし、たくましく立派な人になってほしい。中央の丸い輪は、4つの中学校が1つになり未来に向け輪になって手を取り合い新たな歴史を刻んでほしいという願いを込めて表現したもの。

優秀賞5作品



町谷 喜市さん
（町内在住）



宮嶋 大輔さん
（町内在住）



笹口 真希さん
（町内在住）



干川 絢女さん
（町内在住）



山岸 信之さん
（町内在住）

特別賞5作品（町内小中学生対象）



田村 璃桜さん
（水上小学校）



鈴木 心美さん
（水上小学校）



林 咲帆さん
（新治小学校）



澁谷 咲葵さん
（月夜野中学校）



村山 耕汰さん
（新治中学校）

制服は、爽やかで機能性に優れたものに

制服については、明石スクールユニフォームカンパニー製の詰襟タイプ（男子）とセーラータイプ（女子）に決定されました。

決定までの経過としては、統合準備委員会総務部会から示された条件をもとに、制服製造事業者3社から、計12点のサンプルを提出してもらい、児童・生徒・保護者・教職員の皆さんを対象に希望調査を実施しました。また、統合準備委員会拡大総務部会で3社によるプレゼンテーションの審査を行い、希望調査とプレゼンテーションの結果を総合的に判断して最終候補を決定し、統合準備委員会で承認されました。

決定した制服については、以下のコンセプトのもの

と、①～⑦の機能が備わっています。

今後、最終的な仕立てや、ボタンやリボンの調整を行うほか、シャツやブラウスについても検討していくこととなります。

制服の機能

- ①ご家庭でいつでも洗える、イージーケア素材
- ②丈夫で耐久性がある素材
- ③成長に応じてサイズアップができる機能
- ④ストレッチ性があり着やすいデザイン
- ⑤気持ち良く過ごせる抗菌消臭機能
- ⑥シワが付きにくい加工
- ⑦撥水、撥油加工（汚れが付きにくい）

男子
詰襟
タイプ



女子
セーラー
タイプ



◆制服のコンセプト◆

- みなかみ町のイメージに合い、地域から愛される制服であること
- 制服としての基本（耐久性、機能性）を踏まえ、品位と時代の感覚にあったものであること
- 爽やかで清潔感があり、生徒にとって誇りと愛着が持てる制服であること

問い合わせ先／学校教育課 教育環境対策係 ☎(62)2275

11月は児童虐待防止推進月間です

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。

189(いちはやく)
ちいさな命に
待たなし

児童虐待かもと思ったら
すぐにお電話ください。

児童相談所全国共通3桁ダイヤル
イチ ハヤ ク

189

児童虐待とは…？

- 身体的虐待 殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、外にしめだす など
- 性的虐待 子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など
- ネグレクト 子どもを家に残して外出する、食事を与えない、自動車の中に放置する、病院に連れて行かない など
- 心理的虐待 言葉で脅す、無視する、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう (DV) など

「しつけ」が行き過ぎると虐待にあたることもあります
子どもを健やかに育てるために～愛の鞭ゼロ作戦～

子育てにおいて、しつけと称して、叩いたり怒鳴ったりすることは、子どもの成長の助けにならないばかりか、悪影響をおよぼしてしまう可能性があります。以下のポイントを心がけながら、子どもに向き合しましょう。詳しくは厚生労働省の専用ページをご覧ください。



| | | | | |
|------------------------|--------------------------------|--------------------------|---------------------|--------------------------------|
| 子育てに 体罰や暴言を 使わない | 子どもが親に 恐怖を持つとSOS を伝えられない | 爆発寸前の イライラを クールダウン | 親自身が SOSを 出そう | 子どもの気持ちと 行動を分けて考え、 育ちを応援 |
|------------------------|--------------------------------|--------------------------|---------------------|--------------------------------|

問い合わせ先／子育て健康課 子育て支援係 ☎(25)5009

子育て 今昔物語

時代が変われば子育ての常識も日々変わっていきます。変化の違いがわかれば子育て・孫育てがスムーズになることでしょう。そこで、隔月のシリーズとして「子育て今昔物語」をお届けします。

問い合わせ先／子育て健康課 健康推進係 ☎(62)2527

今回のテーマ 離乳食

今月は、離乳食の昔と今の違いを紹介します。

- 昔** 離乳食を始める準備として、生後2～3カ月頃から果汁を哺乳瓶やスプーンで与える。
- 今** 離乳食が始まるまでは、母乳（またはミルク）だけを飲ませれば良いとされています。お風呂上りの白湯も必要なく、母乳（またはミルク）を与えるだけでOKです。果汁は甘くておいしいため、母乳やミルクを飲まなくなる原因になったり、糖分の取りすぎになったりすることもあるため控えましょう。離乳食は生後5～6カ月頃で赤ちゃんの発達状況に合わせて始めましょう。
- 昔** 離乳食は大人が噛み砕いて与える。
- 今** 虫歯菌を大人から子どもへ移してしまう危険性が高まるため、噛み砕いたものは与えません。箸やスプーンなどの共有もできるだけ控えましょう。
- 昔** はちみつは健康に良いから、離乳食に取り入れる。
- 今** 乳児ボツリヌス症を発症する恐れがあるため、生後1歳までは与えてはいけません。(黒砂糖も同様)



※以前は当たり前として推奨されていた離乳食の常識も、医学や研究が進み、日々変化・進歩しています。離乳食は新しい情報を確認していただき、赤ちゃんのペースに合わせて進めていきましょう。また、乳児健診や乳児相談で離乳食の相談ができますのでご利用ください。

こどものわだい

●相談、教室【子育て健康課 健康推進係 ☎(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 | 11/30(月) | 10:30~11:15 | 所 にはるこども園2階(汽車ぼっぼ) 予 健康推進係 員 6人 |
| ベビーマッサージ | 生後2か月から1歳までの乳児 | 11/20(金) | 10:30~11:15 | 所 保健福祉センター 予 健康推進係 員 8組 |
| 乳児相談 | 3か月児 | 11/12(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 | 11/12(木) | 9:30~11:30 | 所 保健福祉センター 予 健康推進係 |

●健診【子育て健康課 健康推進係 ☎(62)2527】

| 健診の種類 | 対象者 | 日程 | 時間 | 備考 |
|------------|------------------|----------|---|-------------------|
| 4か月児健診 | 令和2年7月生 | 11/18(水) | 時間については個別に通知を郵送しますのでご確認ください。なお、都合の悪い場合は子育て健康課へお問い合わせください。 | 所 保健福祉センター |
| 10か月児健診 | 令和2年1月生 | 11/18(水) | | |
| 1歳6か月児健診 | 平成31年2月~3月15日生 | 11/11(水) | | |
| 2歳児歯科健診 | 平成30年10月~12月15日生 | 12/9(水) | | |
| 2歳6か月児歯科健診 | 平成30年4月~5月生 | 12/15(火) | | |
| 3歳児健診 | 平成29年7月6日~8月生 | 11/17(火) | | |

所：場所 **予**：要予約 **員**：定員 **¥**：料金 **申**：申込期間 **持**：持ち物 **内**：内容

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

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、休館もしくは変更等が生じる場合があります。また、人数制限や時間制限等がありますので、ご利用される際は事前に各支援センターへお問い合わせください。

| イベント | メニュー | 日程 | 時間 | お知らせ | 場所 |
|--|----------------------|----------------|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 汽車ぼっぼ | 親子ふれあい | 月~金 | 10:00~12:00 13:30~16:00 | 予 11/30(月)は13:30~16:00のみ | 子育て支援センター(にはるこども園2階) ☎(64)1848 |
| | 保健師によるミニ講座(骨密度測定と講話) | 11/19(木) | 10:00~12:00 | 予 11/5(木)予約受付開始 | |
| | Xmasオーナメント作り | 11/2(月)~20(金) | 10:30~ | 予 限定1日2組 | |
| | 大きくなったかな? | 11/24(火)~30(月) | 10:00~12:00 13:30~16:00 | 予 | |
| キラキラ | 親子ふれあい | 火・金 | 10:00~12:00 | 予 | にはるこども園体育館隣 |
| わくわく | 親子ふれあい | 水 | 10:00~12:00 | 予 | 水上公民館2階和室 |
| にこにこクラブ | 親子ふれあい | 11月はお休み | | | 保健福祉センター |
| ほかほか | 親子ふれあい | 月・火・水 | 10:00~12:00 13:00~15:00 | 予 | NPO法人北風塾 きたかぜはうす ☎(25)3535 |
| | クリスマス飾りを作ろう | 11/17(火) | 10:30~13:00 | 予 限定各3組 | |
| 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 |
| | 親子制作 | 11/11(水) | 10:30~ | 内 千歳飴袋の制作 予 限定5組 | |
| ※新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、密になりやすいイベントや行事等は引き続き見合わせていただきますが、今後、少しずつ取り入れていきたいと思っております。 | | | | | |

■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お知らせ欄に記載します。
持：持ち物 **予**：要予約 **¥**：料金 **内**：内容 **対**：対象者

催し物

みななかみ秋の新そばまつり

町内産のそば粉を使ったそばを登録店で提供する「みななかみ秋の新そばまつり」を開催します。

新型コロナウイルス感染症の影響により、生産されたそばが消費されない状況が続いていますが、この状況を地産地消を進める良い機会と捉え、そばの消費拡大キャンペーンとして実施します。

農家支援や地産地消の取り組みに多くの店舗が協力してくださいませので、皆さんお誘いあわせの上、ご賞味ください。また、期間中、町の特産品が当たる抽選会を行います。

■期間▽11月14日(土)～12月13日(日)

■場所▽10店舗(詳しくは町ホームページをご覧ください。)

【オープニングイベント】

■日時▽11月14日(土) 午前11時～

■場所▽町内の道の駅

■イベント内容▽限定200食の「天ぷら付きそば」を販売します。

水紀行館では利根実業高校の生徒の皆さん、矢瀬親水公園内月夜野はーべすとではみななかみ蕎麦組合員によるそば打ち実演を行います。

■問い合わせ先

町地産地消推進協議会
(農林課 農政係)

☎0278(25)5015

お知らせ

空き家の現地調査を実施

年々増加する空き家の対策に取り組むため、町内に点在する空き家の実態を把握することを目的に現地調査を実施します。

次の期間中、町から委託した事業者が空き家と思われる建物を巡回し、外観や管理状況等を調査しますので、ご理解とご協力をお願いします。

■期間▽11月中旬～令和3年3月下旬

■委託業者▽玉野総合コンサルタン株式会社

■その他

○調査員は、町が発行する調査員証明書を携帯しています。

○原則、公道から調査をします。

○空き家の外観写真を撮影します。

○調査員を装った詐欺等に十分ご注意ください。(リフォームや売買を勧める行為や必要のない個人情報聞き取る等の行為は行いません。)

■問い合わせ先

地域整備課 都市計画係

☎0278(25)5021

第16回みななかみ町成人式を

開催

新成人に成人としての自覚を促すとともに、町全体で新成人の門出を祝福することを目的に、第16回みななかみ町成人式を開催します。

なお、新型コロナウイルスの今後の感染状況によっては、急遽中止となる場合もあります。

■日時▽令和3年1月10日(日) 午後1時～

■会場▽町カルチャーセンター

■対象者▽平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれの人

■その他▽該当者には詳細を記した案内を11月初旬に発送します。案内が届かない場合はお問い合わせください。

■問い合わせ先

生涯学習課 生涯学習係

☎0278(25)5025



▲昨年の第15回みななかみ町成人式の様子

11月は「計量強調月間」です

質量計、電気・ガス・水道メーター、体温計、血圧計、ガソリンメーターなど、私たちの身の回りでは、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で安心であるためには、これらの計量器が正しく使われていることが重要です。

計量の正しい知識と理解を広め、計量制度の普及や計量意識の一層の向上を図るため、現行の計量法が施行された11月1日を「計量記念日」とし、11月は「計量強調月間」と定められています。この機会に、身の回りの計量器に目を向けてみましょう。

群馬県計量検定所では、家庭の体重計や料理用はかりなどの精度確認のご依頼を受け付けております。また、計量についてのご相談にも応じていますので、お気軽にご利用ください。

■相談日▽月々金曜日(祝日・年末年始を除く)

■相談時間▽午前9時～午後4時

■相談費用▽無料

■相談方法▽訪問または電話

■問い合わせ・相談先

県計量検定所

☎027(263)2436

国民年金からのお知らせ

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

■対象となる方

- ① 老齢基礎年金を受給している方（65歳以上であること、世帯員全員が町民税が非課税となっていること、年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下であること）
- ② 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方（前年の所得額が約46.2万円以下であること）

■請求手続き

① 新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方（対象者には、年金生活者支援給付金請求書（ハガキ）が10月中旬に送付されていますので、必要事項を記入し提出してください。）

② 年金を受給しはじめる方（年金の請求手続きと併せて年金事務所または町役場で請求手続きをして

ください。

■その他

年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときは「ねんきんダイヤル」へお電話ください。

☎0570（05）1165

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が発行されます

（年末調整確定申告まで大切に保管を）

令和2年1月1日から令和2

年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方へ、納付額を証明する「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」（ハガキ）が11月上旬に日本年金機構から郵送されます。（10月1日以降に、今年初めて国民年金保険料を納付された方については2月上旬に郵送予定）
年末調整や確定申告の手続きの際には、この控除証明書または国民年金保険料の領収証書が必要になりますので、申告をするまで大切に保管してください。

■問い合わせ先

茨川年金事務所 国民年金課
☎0279(22)16007
町民福祉課 医療係
☎0278(25)5010

地域包括支援センター からのお知らせ

まずはインフルエンザワクチンで感染予防を
～自分と大切な人を守るために～

■問い合わせ先 地域包括支援センター ☎(62)0540

10月から入国者の制限が緩和されることで、新型コロナウイルス感染の増加が懸念されますが、インフルエンザの増加も懸念されます。インフルエンザが増加することを想定してあらかじめ備えておく必要があります。新型コロナウイルスとインフルエンザはよく似た症状があるため、症状だけでは区別する事は困難です。診断がつくまでは新型コロナウイルスと同様の感染対策が必要となります。医療現場の負担を減らすためにも可能な限り流行させないようインフルエンザワクチンの予防接種を受けましょう。

ハイリスクの方は早めの接種を

- 65歳以上の方
- 60歳から65歳未満の慢性高度心・胃・呼吸器機能不全者等

インフルエンザの流行シーズンは12月以降になることがほとんどですので、11月中に接種を完了するようにしましょう。自分のためだけでなく、自分の家族や大事な人を守るためにもインフルエンザワクチン接種しましょう。



お知らせ

中央公民館改修工事に伴う 関連施設の利用停止のお知らせ

町中央公民館の防火設備等改修工事に伴い、館内会議室の貸出および図書室の利用を停止させていただきます。また、工事の進捗により教育委員会事務局の入口がその都度変更になる場合もあります。

日頃から中央公民館および図書室をご利用いただいている皆さまには、大変ご迷惑をおかけしますがご理解とご協力をお願いします。

なお、中央公民館図書室で借りた本を返却する場合は、教育委員会入口に返却ボックスを設置しますのでそちらをご利用ください。

■**利用停止期間**▽11月1日(日)～令和3年3月31日(水)

■**問い合わせ先**
生涯学習課 生涯学習係
☎0278(25)5025

廃タイヤ等の有料回収を実施

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アメニティパークへ搬入

してください。

■**日時**▽11月29日(日) 午前9時～午前12時

■**場所**▽奥利根アメニティパーク
■**処分料金**

| | |
|------------------|--------|
| 軽自動車、普通自動車タイヤ | 1500円 |
| 2～4t車、4WD車タイヤ | 3500円 |
| 大型自動車タイヤ | 10000円 |
| 農機具タイヤ(14インチ以下) | 5000円 |
| 農機具タイヤ(15～18インチ) | 8000円 |
| ホイール | 500円 |
| タイヤチェーン | 無料 |
| 車用バッテリー | 2000円 |
| 消火器(小) | 4000円 |
| 消火器(中) | 8000円 |
| 消火器(大) | 10000円 |

■**問い合わせ先**

奥利根アメニティパーク
☎0278(64)1167

高速バス「みなかみ温泉号」 をご利用ください

毎年、冬季限定で運行している高速バス「みなかみ温泉号」が今年も運行を開始します。今シーズンは上毛高原駅から水上駅までのルートの一部を変更し、さらに宝川温泉入口を経て水上高原ホテル2000まで路線を延長しました。東京へのアクセスはもちろん、観光や宿泊にもご利用

いただけます。

■**運行本数**▽1日1往復

■**運行期間**▽12月19日(土)～令和3年4月4日(日)

■**その他**▽ルートや時刻、運賃などについては、広報12月号でお知らせします。

■**問い合わせ先**

みなかみ温泉号案内センター

☎0120(53)0215

関越交通株式会社 沼田営業所

☎0278(23)1111

11月は「労働保険適用促進 強化期間」です

労働保険とは、業務または通勤に起因して負傷等を被った労働者に対して補償を行う労災保険と、労働者が失業した際に生活の安定等を図る雇用保険により構成される制度で、労働者の福祉の向上を目的としています。

労働者(パートやアルバイトを含む)を一人でも雇用していれば、原則として業種・規模に関わらず事業主は加入手続きを行い、労働保険料を納付しなければなりません。労働保険制度の円滑な運営についてご協力ください。

■**問い合わせ先**

沼田労働基準監督署

☎0278(23)0323

～群馬県最低賃金が 改正されました～

必ずチェック最低賃金 使用者も 労働者も

群馬県最低賃金は

時間額 **837** 円に

令和2年10月3日より改定

詳しくは、群馬労働局労働基準部賃金室
【☎027-896-4737】または県内の労働
基準監督署までお問い合わせください。

アプリを使って感染拡大を防止

厚生労働省が配信している新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)をスマートフォンにインストールすると、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができます。

また、アプリ利用者は検査の受検など、保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで感染拡大防止につながりますので、ぜひご利用ください。



▲Android版



▲iPhone版

「自筆証書遺言書保管制度」
の運用が始まりました

自筆証書遺言書の作成者本人が、法務局に設置される遺言書保管所に
出向くことにより、遺言書の保管
を申請することができる制度が開始
されました。

紛失や亡失の防止や、第三者によ
る破棄や改ざんといったおそれがな
くなり、遺言者が亡くなられた後の
手続きとして、相続人等は遺言書保
管所に保管中の遺言書の内容の証明
書を請求したり、遺言書の閲覧もで
きるといった、遺言者だけでなく相
続人等にもメリットがある制度です。

また、この保管制度を利用した場
合の自筆証書遺言書は、家庭裁判所
における検認が不要となります。

自筆証書遺言書保管制度を利用す
るには、法務局へ予約していただく
ことが必要となっております。

本制度の利用に関する詳しいこと
は、法務省のホーム
ページをご覧ください
くか、お近くの法務
局へお問い合わせせ
ください。



■問い合わせ先

前橋地方法務局供託課
☎027 (221) 4423
前橋地方法務局沼田支局
☎0278 (22) 2518

募 集

群馬銀行環境財団賞募集

公益財団法人群馬銀行環境財団で
は自然環境・生活環境の保全活動お
よび調査研究等を支援するため、第
24回「群馬銀行環境財団賞」を募集
し、優れた実践活動等を行っている
団体・個人の方を表彰します。

■募集テーマ▽①身近な自然環境や
生態系等の保全と活用に向けた実践
活動、研究、提案など②低炭素（省
エネなど）・循環型社会（3Rなど）
づくりに向けた身近な実践活動、提
案など

■応募資格▽群馬県内の営利を目的
とする事業活動を行わない法人・団
体ならびに個人

■応募方法▽財団のホームページか
らダウンロードした応募用紙に必要
事項を記入のうえ、郵送により応募

■表彰内容▽助成金として1先20万
円を贈呈（7先以内）

■応募締切▽11月30日（月）

■問い合わせ・申し込み先
公益財団法人群馬銀行環境財団
〒371-0846

前橋市元総社町171-1
☎027 (255) 6160

65歳からの元氣塾

【金曜日クラス】

■内容▽筋トレ&ストレッチ&ヨガ
■日付▽12月25日・1月22日・2月
26日・3月26日

■会場▽町保健福祉センター
■定員▽15名

【月曜日クラス】

■内容▽筋トレ&ストレッチ
■日付▽12月7日・12月21日・1月
7日・1月18日・2月1日・2月15
日・3月1日・3月15日

■会場▽ライフネス（沼田市井土上
町235-9）
■定員▽8名

【ヨガクラス】

■内容▽リラククスヨガ
■日付▽12月4日・1月8日・2月
5日・3月5日（すべて金曜日）

■会場▽ライフネス（沼田市井土上
町235-9）
■定員▽8名

【共通事項】

■時間▽午後1時30分～1時間程度
■持ち物▽飲み物・タオル・マスク
着用・上履き（金曜日クラスののみ）

■問い合わせ・申し込み先
町民福祉課 高齢介護係

☎0278 (62) 2280
✉2018@gmail.com（名前・電
話番号・希望クラスを入力）

令和2年度自衛官等の募集案内

平和を、仕事にする。
陸海空自衛隊募集



| 募集種目 | 資 格 | 受付期間 | 試 験 日 | 試験会場 | 合 格 発 表 |
|----------------------|----------------------------|--------------------|-------------------------------------|-----------------|--------------------------------------|
| 高等工科 学校生徒 (一般) | 男子で中卒 (見込含む) 17歳未満の人 | 11月1日～ 令和3年1月6日 | ■一次 令和3年1月23日 ■二次 令和3年2月6日 | 新町駐屯地 | ■一次 令和3年1月29日 ■最終 令和3年2月18日 |
| 自衛官 候補生 | 18歳以上 33歳未満 | 年間を通じて 受け付けています | 11月27日 11月28日 令和3年1月24日 | 相馬原駐屯地 新町駐屯地 | 試験時にお知らせ |

自衛隊群馬地方協力本部 沼田地域事務所 ☎(23) 4111

相談

知的障害者巡回相談

群馬県心身障害者福祉センターでは、18歳以上の方を対象に「知的障害者巡回相談」を実施します。

■日時▽1月18日(月) 午前10時～

■場所▽テラス沼田(沼田市役所)

■相談内容▽各種相談・判定・生活指導等

■その他▽相談はすべて予約制です。希望者は11月27日(金)までに予約申し込みをしてください。

■問い合わせ・申し込み先

町民福祉課 障害・福祉係

☎0278(25)5011

全国「斉」女性の人権ホットライン「強化週間」

法務省および全国人権擁護委員連合会では、来る11月12日(木)から18日(水)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、女性の権利に関する相談・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。

■専用電話▽0570(070)810(※IP電話からは接続できません。)

■受付時間▽月～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

■その他▽対応は人権擁護委員と法務局職員が当たり、秘密は固く守ります。

■問い合わせ先

前橋地方方法務局人権擁護課

☎027(221)4466

困りごとの解決をお手伝い

NPO法人手をつなごうでは、さまざまな事業「お助け隊のいる利根沼田わがこと・まるごと相談所」を開設しています。

住民からの福祉・医療相談や家事代行、家屋修繕、家電修理などの困りごとに対して、専門機関や企業・団体を紹介しています。相談は無料です。困りごとが解決した際は、紹介した企業・団体の規定により料金が発生する場合があります。

また、同法人では、本趣旨に賛同して協力していただける企業・団体も募集しています。

■受付時間▽午前9時～午後5時(土・日、祝日を除く)

■困りごとの例▽福祉・医療相談、消費生活相談、家事代行サービス、ハウスクリーニング、家屋の修繕、パソコンや携帯電話、スマートフォンなどの各種設定・操作サポート

図書室だより

Book Information

11月

絵本読み聞かせ(おはなしの会)

※毎月行われている絵本読み聞かせについては、新型コロナウイルス感染症防止のため、当分の間、開催を見合わせます。

◆中央公民館図書室を休室します

中央公民館の改修工事に伴い、図書室の利用を下記のとおり停止します。なお、同図書室で借りた本を返却する場合は、教育委員会入口に返却ボックスを設置しますので、そちらをご利用ください。

■利用停止期間 11月1日(日)～令和3年3月31日(水)

◆利用できるサービス

各図書室については、新型コロナウイルス感染拡大のリスクを軽減するため、先月に引き続き図書の出借・返却のみ(できるだけ短時間でのご利用をお願いします。)の対応で開室します。ご理解ご協力をお願いします。

◆利用にあたってのお願い

- ・発熱(37.5度以上または、平熱比+1度超過)など体調に不安のある方は利用をお控えください。
- ・入室時はマスクの着用をお願いします。
- ・手洗い、手指消毒、咳エチケットなど感染予防にご協力ください。

※なお、今後の情勢によって開室が変更になる場合もありますのでご承知おきください。最新情報については町ホームページでご確認ください。

◆新着一般書

これはミステリではない / 竹本健治 / 水

いちねんかん / 畠中恵 / 水

ハリネズミは月を見上げる / あさのあつこ / 新

空白の家族 / 堂場瞬一 / 新

青くて痛くて脆い / 住野よる / 力

中 中央公民館図書室 ☎62-2275
(令和3年3月31日まで休室)

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 午前9時～午後5時(正午～午後1時までは休室)

休室日 毎週月曜および祝日

力 カルチャーセンター児童図書室
☎20-4040

開室時間 午前9時～午後5時

休室日 毎週月曜(祝日の場合次の平日)と祝日の翌日

◆新着児童書

かぼちゃのだいおう / おおいじゅんこ / 水

みみずくと3びきのこねこ / アリス・プロベンセン / 水

きりんりんりん / きむらゆういち / 新

めくって発見! えほん恐竜 / 新

ぼくんちのおふろ / 山田美津子 / 力

コツがわかる! 小学生の体育図鑑 苦手な種目も

ぐんぐん上達! / 体育指導のスタートライン / 力

■問い合わせ先

NPO法人をつなごう

☎0278(25)9082

☎090(6143)5895

自死遺族相談



ご家族などの大切な人を自死で亡くしたとき、残された方が大きなショックを受け、悲しみや不安といった様々な感情を抱くのは自然なことです。

しかし、その気持ちを周囲に話すことは難しく、ひとりで悩みを抱える方も多いと言われています。

群馬県こころの健康センターでは、ご遺族等が安心して思いを語れる自死遺族相談を開催しています。

■日時▽原則、毎月第1木曜日 午後1時30分～

■場所▽群馬県こころの健康センター（前橋市野中町368）

■対象者▽ご家族などを自死で亡くされた方（家族、婚約者、親しい友人など）

■その他▽予約制

■問い合わせ・申し込み先

群馬県こころの健康センター
☎027(263)1156

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17日(火)

会場：のぞみ館 相談室

■月夜野会場 12月15日(火)

会場：町保健福祉センター2階

法律相談所

■水上会場 11月13日(金)

会場：社会福祉協議会水上支所

■新治会場 12月11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 ☎(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 | 15:20 | 26日(木) | 24日(木) |
| | 大峰集荷倉庫前 | 13:20 | 17日(火) | 15日(火) |
| 水上 | 大芦公民館前 | 13:20 | 26日(木) | 24日(木) |
| | 北部生活改善センター前 | 13:40 | | |
| | 原集古館前 | 14:10 | | |
| 新治 | 粟沢公民館前 | 14:50 | 17日(火) | 15日(火) |
| | 上羽場分館前 | 12:30 | | |
| | 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 ☎(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

- 月曜 こどもとアトピー
- 火曜 歯が痛い時の応急手当
- 水曜 心筋梗塞と危険因子
- 木曜 おとなの矯正治療
- 金曜 高齢者の皮膚病
- 土日 歯科の訪問診療

11月の「直接相談タイム」

直接相談タイムについては、新型コロナウイルス感染症による影響を受け、当面の間休止とさせていただきます。

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 | 6日(金) | 4日(金) |
| | 北部生活改善センター 9:00～12:30 | 10日(火) 24日(火) | 8日(火) 22日(火) |
| 新治 | 赤谷公民館 9:00～12:30 | 17日(火) | 15日(火) |
| | 入須川分館 13:30～17:00 | 10日(火) 24日(火) | 8日(火) 22日(火) |
| | 笠原生活改善センター 9:00～12:30 | 4日(水) 25日(水) | 2日(水) 16日(水) |
| | 東峰分館 9:00～12:30 | 13日(金) | 11日(金) |

■問い合わせ先

沼田脳神経外科循環器科病院
(へき地診療担当) ☎(22)5052

みなかみ 歳時記

みなかみ町の
主な行事予定

ホームページからも
ご確認くださいませ



【飛沫防止用アクリル板を 寄贈】



▲寄贈に訪れた笛木俊明さん(中)

9月15日、笛木建設株式会社(代表取締役社長＝笛木俊明さん)より、新型コロナウイルス感染症拡大防止に役立ててほしいと、飛沫防止用アクリルパーテーション30枚を寄贈いただきました。

町長を訪れた笛木さんは「事務所に設置し、新型コロナウイルス感染症の予防に努めていただきたい」と話しました。

納期限：11月30日(月)

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

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

| | | |
|----|----|----|
| 男子 | 女子 | 計 |
| 3人 | 4人 | 7人 |

数字は住民基本台帳(10/15現在)に基づくものです。

人口と世帯 10月1日 現在

| | |
|-----|---------------|
| 総人口 | 18,337人 (-46) |
| 男 | 8,956人 (-19) |
| 女 | 9,381人 (-27) |
| 世帯数 | 7,915世帯(-23) |

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

11月

1日(日)～3日(祝) ■ 中止 文化祭
3日(祝) ■ 文化の日
14日(土)～12月13日(日) ■ みなかみ秋の新そばまつり
23日(祝) ■ 勤労感謝の日

12月

28日(月) ■ 官庁仕事納め
28日(月)～30日(水) ■ 消防団歳末特別警戒

※新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、今後も各種イベントや行事が中止になる場合がありますので予めご了承ください。詳しくは、各イベントもしくは行事の主催者へお問い合わせください。



スポーツ大会 結果報告

10/1 みなかみ町月見射会(弓道)



- 大会結果(敬称略)
- 優勝 吉澤比佐男(8中)
- 準優勝 小林 宏治(5中)
- 第3位 原澤かおる(5中)

※大会には13名が参加し、10射中の合計的中数を競いました。

役場栄養士おすすめ減塩レシピ 高血圧予防 「かぼちゃの簡単きんぴら」



材料(2人分) 塩分0.4g
1人分のエネルギー79kcal

| | |
|------|----------|
| かぼちゃ | 100g |
| A 砂糖 | 小さじ1(3g) |
| しょうゆ | 小さじ1(6g) |
| みりん | 小さじ1(6g) |
| ごま油 | 少々 |
| ごま | 少々 |

● 作り方 ●

- ①かぼちゃは5mm幅程度の細切りにする。
- ②耐熱容器にかぼちゃとAの調味料を入れ混ぜる。
- ③②にラップをかけ、電子レンジ(600W)で約2分加熱する。かぼちゃが固い場合は、加熱時間をプラスする。
- ④ごま油とごまを混ぜる。

●ワンポイントアドバイス

- ・煮含めるより、表面に味をつけた方が味を濃く感じることができます。
- ・ごま油とごまの風味で塩分を控えることができます。
- ・お弁当にぴったりな1品です。