

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

内容

- 獣害対策の取り組み
- マイナポイントの申請はお早めに ■ 世界青少年「志」プレゼンテーション大会



2021
(令和3年)

11

No.193



近年、全国の中山間地域を中心にシカやサルなどの野生鳥獣による被害が増加しています。このような被害を未然に防ぐため、町ではどのような対策を講じているのか、その取り組みを紹介します。

問い合わせ先 農林課 獣害対策係 ☎0278(64)0111

侵入防止対策と捕獲強化

町の獣害対策センターでは、シカやサルなどの侵入防止対策として補助事業を活用した「侵入防止柵（電気柵・金網柵）」の整備と、猟友会の協力を得て「有害鳥獣捕獲、狩猟による捕獲」の強化に取り組んでいます。

侵入防止柵

平成17年度から令和2年度までの侵入防止柵の設置地区は106地区、延長は約212キロメートルが整備されています。令和3年度には新たに28地区24キロメートルが整備予定です。



猟友会等との連携で

捕獲強化

獣害対策の要となる捕獲には、猟友会の活動が大きな力となっています。利根沼田猟友会月夜野支部、水上支部、新治支部の3支部合わせて97名の会員があり、猟期の捕獲のほか、有害鳥獣捕獲許可による捕獲などで協力いただいています。

捕獲頭数の傾向

捕獲頭数は、猟期の捕獲と有害捕獲許可によるものを合わせて、令和元年度1007頭から令和2年度1385頭と増えています。

令和3年度は、猟期の捕獲は積雪の影響を受けるため未知数ですが、有害捕獲許可による捕獲は、出没数の減少もあり全体的には減少傾向となっています。

狩猟免許取得補助制度

全国的に捕獲活動従事者の高齢化が進んでいることから、町では担い手を確保するため、有害鳥獣捕獲に協力いただける新規狩猟免許取得者に対し、免許取得にかかる費用の一部を上限10万円の範囲で補助しています。

補助金の対象となる免許や経費などの詳細については、町ホームページからご確認いただくか、農林課へお問い合わせください。なお、補助金の申請をされる場合は、あらかじめご連絡ください。



獣害パトロールの取り組み

獣害対策センター直営のニホンザル捕獲班（通称〓獣害パトロール）が、ニホンザルの捕獲のために町内に設置した檻は約70カ所あります。捕獲檻設置後は、事故防止のため毎日見回りをする必要があります。捕獲の確認やエサの付け替え、設置場所の移動などの作業を行っています。

町内には、推定で18群、700頭余りのニホンザルが生息していると思われれます。農作物に食餌依存しているニホンザルの個体増加率は15パーセントといわれていますが、平成30年度は96頭、令和元年度は207頭、令和2年度は157頭を捕獲しています。3年平均で20パーセント以上の捕獲があり、その半数を獣害パトロールが捕獲していることから、個体数の増加を抑制する効果を発揮しているといえます。

直営のニホンザ



ル捕獲班は年間を通して活動をしており、群れなどを発見した際は、花火での追い払いを行うなど、出没の抑制を図っています。

他にも、クマの目撃情報に基づいて現場を確認し、出没注意看板の設置や、スピーカーによる注意喚起を皆さんにお知らせしています。

また、交通事故動物の回収や、道路異常の早期発見なども行い、生活環境の保全の役割も務めています。

獣害対策の取り組み

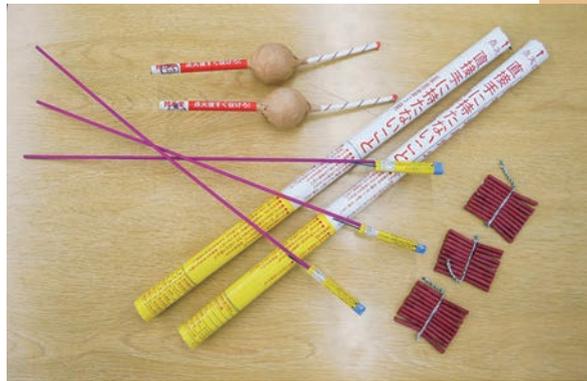
地域での活動

地域の皆さんが積極的な追い払い活動を行うことで、有害鳥獣が近寄りにくい環境へと変わります。

住民参加での追い払い活動

町は、鳥獣被害防止対策を住民の皆さんとの協働で取り組んでいくため、動物駆逐用煙火（轟音玉、三連発等）の取扱資格取得支援や追い払い用花火の支給をしています。

昨年度は、コロナ禍の影響で講習会が行われませんでした。令和3年度は、新規68人を含む214人が受講し、取扱資格を取得されました。煙火講習会は年一回行われていきます。令和4年度の日程は広報でお知らせする予定ですので、資格取得を希望する方は受講をお願いします。



新たな対策

ニホンザル

大型捕獲檻の導入

現在行っている小型檻での捕獲に加え、大型の捕獲檻を導入して新たな手法での群れの捕獲を計画しています。現在の捕獲数の倍増を目指しており、群れ数、生息数の半減を目標に、今年の冬から試行を開始します。

ニホンジカの捕獲対策

近年では、ニホンジカが生息範囲を拡げており、実際に捕獲数も増えています。国でも生息頭数の半減を目標に掲げているため、町としても積極的な捕獲の必要があると考えています。

ニホンジカについて調査・研究をしている日本自然保護協会や赤谷プロジェクト等と連携して生息数や生息域の情報共有などを行い、今後、効果的な捕獲対策に取り組みます。



クマの出没に注意

秋も深くなり、冬眠を控えたクマは食欲が増し活動が活発になっていきます。キノコ採り等で山野に入り込むことが多い時期は、クマに出合い負傷する事故が毎年発生しています。

林の中や森林に隣接する畑周辺にもクマが潜んでいることがありますが、農作業中にも注意が必要です。また、薄暗い森の中の散歩や、野外活動には充分注意してください。クマに出会わないために次のことに注意しましょう。

ようにしましょう。

4 突然のクマとの出会いが一番危険です。山菜採りなどに夢中にならないように、また、水の流れが激しい沢や風雨の強い日はお互いに物音が聞こえないので、注意しましょう。

5 早朝や夕方の薄暗い時間帯はクマの活動が活発になることから、食べ物探しに夢中のクマは人の接近に気付かないことがありますので、この時間帯の行動は控えましょう。

【目撃したら連絡を】

町では、登録制防災メールでクマの目撃情報を発信しています。いつ、どこで、どのような状況で目撃したのか、落ち着いて警察や獣害対策センターに連絡してください。

●緊急時には

沼田警察署110番

☎0278(22)0110

●目撃・被害情報は

農林課 獣害対策係

☎0278(64)0111

1 「クマに出会わないために」
野外（農作業や散歩、山菜採り等）に出かける場合は、ラジオやクマ鈴など、音の出るものを持ちましょう。

2 新しい糞（ふん）や足跡を見つけた時は、近くにクマがいる可能性があるのですぐに引き返しましょう。

3 子グマの近くには母グマが必ずいます。母グマは子グマを守るのに必死で、襲ってくることもあります。子グマには絶対近づかない

「糖尿病」早めの気づきが大切

～11月14日は「世界糖尿病デー」～

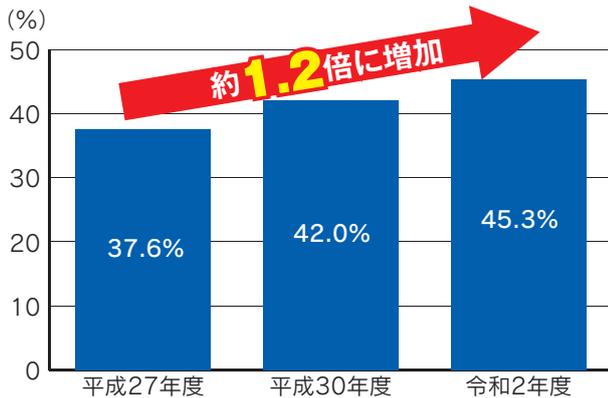
問い合わせ先 子育て健康課 健康推進係 ☎0278(62)2527

■世界糖尿病デーとは

誰もが耳にしたことがある糖尿病。糖尿病は日本だけでなく世界的に拡大を続けています。それを受け、国連は11月14日を「世界糖尿病デー」とし、糖尿病の予防と治療に対する啓発を推進しています。

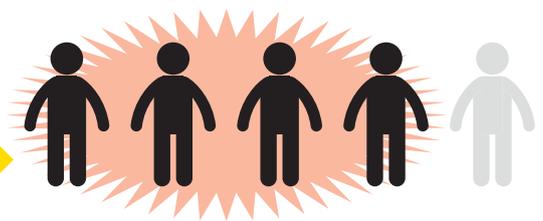


●糖尿病または糖尿病予備群の割合



■みなかみ町の糖尿病の実態

昨年度、国民健康保険加入者を対象に実施した特定健診では、受診者の45.3%の方が糖尿病または糖尿病の予備軍であることが分かりました。平成27年度に37.6%であった割合は、この5年間で約1.2倍に増加している状況です。また、今年の6月から8月にかけて実施した特定健診の受診者において、糖尿病またはその疑いがあるとの判定で受診が必要と診断された人のうち、約78%の方（10月上旬現在）が受診を放置している状況です。



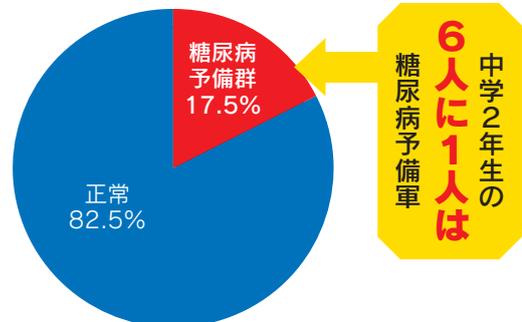
受診が必要な人のうち、**約5人に4人が未受診です!**

■子どもにもおよんでいる糖尿病（14歳の健診結果より）

子どものうちから自分の健康状態を把握し、生活習慣病を予防することを目的に、中学2年生の希望者を対象に14歳の健診を実施しています。今年度の健診結果では、糖尿病の検査値を示すHbA1cの数値が5.6%以上の「糖尿病予備軍」と診断された生徒が全体の17.5%であることが分かりました。

※HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）とは、過去1～2カ月の平均的な血糖値の状態を示します。

●令和3年度 14歳の健診 糖尿病検査(HbA1c)の結果



■糖尿病を予防・改善するためには

糖尿病は自覚症状がなく進行し、放っておくと人工透析や失明、下肢切断等の合併症を発症する怖い病気です。糖尿病を予防・改善するために、食事の摂り方や運動などの生活習慣を見直しましょう。また、定期的に医療機関を受診し、必要な検査や治療を受け、血糖をコントロールしていくことも大切です。

食事はバランス良く食べ、腹八分目を心がける

毎食「主食」＋「主菜」＋「副菜」をそろえてバランス良く食べましょう。



適度な運動に取り組む

ウォーキングや筋力トレーニングなど、まずは1日プラス10分（1,000歩）から始めましょう。また、なるべく階段を利用したり、近い距離は歩いたりしましょう。



食事は「野菜」から食べる

食物繊維は、血糖値の急激な上昇を抑えてくれます。野菜は1日小鉢5皿を目安に摂りましょう。



適切な治療・検査を受ける

合併症の発症を予防するためには、血糖値をうまくコントロールする必要があります。自己判断で治療や検査を中断しないようにしましょう。



マイナポイントの申請はお早めに

問い合わせ先 町民福祉課 住民・戸籍係 ☎0278(25)5029

令和3年4月末までにマイナンバーカードの交付申請をされた方は、マイナポイントの対象となります。令和3年12月末までにマイナポイントの申し込みおよびキャッシュレス決済サービスでお買い物やチャージをご利用いただくと、利用金額の25%分のポイント（一人あたり最大5,000円分）を受け取ることができます。

なお、付与されたポイントには有効期限がありますのでご注意ください。



■マイナポイントとは

マイナンバーカードを利用して申し込みをされた方を対象に、民間キャッシュレス決済サービスへのチャージ等に応じて、国が一人あたり最大5,000円分付与する制度

■マイナポイント付与対象者

令和3年4月末までにマイナンバーカードの交付申請をされた方（平成27年の制度開始以降に交付申請された方も含む）

■マイナンバーカード受取時の注意点

病気や身体の障害等やむを得ない理由により本人の来庁が困難である場合には、必要な手続きを済ませることで代理人がカードを受け取ることができます。（本庁又は支所にご相談ください）
なお、お仕事の多忙、通勤通学のため来庁が困難な場合は、やむを得ない理由に該当しません。



家庭で不要になったパソコンを無料回収します

問い合わせ先 生活水道課 奥利根アメニティパーク業務係 ☎0278(64)1167

町では、「小型家電リサイクル法」の認定事業者である「リネットジャパンリサイクル(株)」と協定を締結し、家庭で不要になったパソコンの宅配便による無料回収を始めました。利用方法は以下のとおりです。



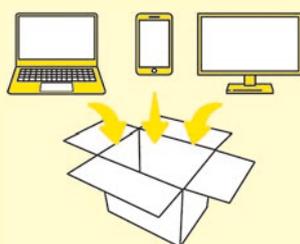
回収手順

1 申込み



リネットジャパンへ申込
<https://www.renet.jp>

2 詰める



パソコン等を
ダンボールに詰める

3 回収



宅配業者が希望日時に
自宅から回収

- データはご自身で消去してください。（無料消去ソフトの提供などのサービスもあります。）
- 他の小型家電、プリンタなどの周辺機器も一緒に回収可能です。
- パソコンを含むダンボール1箱分(3辺の合計が140cm以内、重さ20kg以内)の回収料金が無料になります。
- インターネットが使用できない方は、下記のお問い合わせ専用窓口へご相談ください。

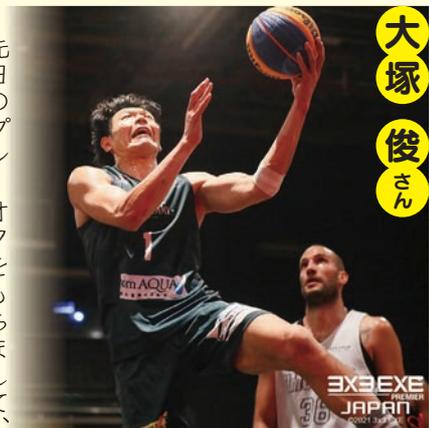
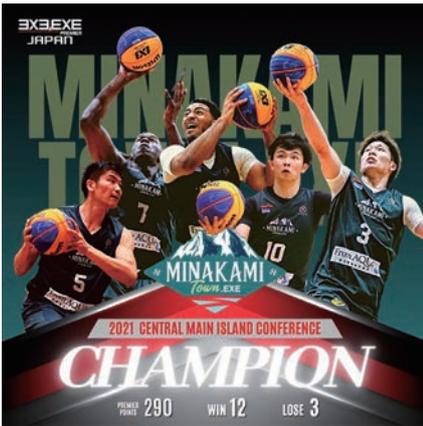
詳しくは

リネットジャパンリサイクル(株)のHP <https://www.renet.jp>「リネットジャパン」検索を確認、もしくは、お問い合わせ専用窓口 ☎0570-085-800（10時～17時）にお問い合わせください。

MINAKAMI TOWN. EXE 今シーズンの活動報告／皆さまへ感謝のコメント

3人制プロバスケットボールチームのMINAKAMI TOWN. EXEは、プロリーグ「3x3. EXE PREMIER 2021」において、チーム初となるカンファレンス優勝を果たしました。シーズンとしては全体の5位という結果で幕を閉じることになりましたが、早くも来シーズンの飛躍が期待されます。大塚さんは「目標である日本一は叶いませんでしたが、過去最高成績を取られることができ、チームとして成長できているという自信に繋がったシーズンだったと思います」と話されました。

大塚俊さん、日下謙人さんから、日頃チームを応援してくださっている皆さまへ感謝のコメントをいただきましたのでご紹介します。



先日のプレーオフをもちまして、「3x3. EXE PREMIER 2021」の全行程を無事に終えることができました。まずは、MINAKAMI TOWN. EXEを支えてくれるスポンサー様、関係者様、ファンの皆様および町民の皆様、本当に感謝申し上げます。

シーズン開幕1カ月前に、腕の前腕部の骨折により離脱、チームに多大な迷惑をかけた中、仲間の活躍により、初のカンファレンス優勝を経験することができました。プレーオフでも総合順位5位と着実にチームとして成長しているのを感じつつ、目標の日本一まで後一歩のところまでできていると感じています。

初年度からのチームテーマ『みなかみから世界へ』も現実味を帯びてきてると自信を持って言える位置まで

できました。

MINAKAMI TOWN. EXEの強みは、PREMIER選手6名に加え、合計11名の選手と3名の優秀なスタッフのお陰で、日々切磋琢磨できる環境がみなかみ町にとのっている点だと思います。代表としてももちろんですが、一選手としてもまだまだ成長できると実感しています。

来年度こそ『みなかみから世界へ』いけるように、日々全力で努力していきますので、これからも熱い声援の程よろしくお願い致します。



日下 謙人さん



今シーズンたくさんの応援ありがとうございました。スタッフ、スポンサー、町の皆様、関係者の方々のおかげで今年も無事にシーズンを終えることができました。日本一になって世界大会に出場する『みなかみから世界へ』の目標は叶いませんでしたが、だんだんとチーム力が上がってきたシーズンでした。

ライブ配信や試合を見ていただき、コメントやメッセージをいただいととも力をもらいました。4シーズン目を終えて、本当にたくさんの方々に支えられてチームが成り立っていることを強く感じました。

来シーズンこそは皆様に試合会場で熱い試合を見せられるよう頑張ります。引き続き応援よろしく申し上げます。

途切れることのない「赤谷の森を育てる活動」

イヌワシをはじめとする生物多様性の保全や復元、地域づくりに取り組む「赤谷プロジェクト」の活動に、田村大翔さん（猿ヶ京・沼田高校2年）、石飛樹さん（布施・同校1年）、クレイグ翔音さん（東峰・同校1年）が参加しました。

彼らは、小学生の時に新治小学校で環境学習や親子ドングリ拾い活動、赤谷プロジェクトの活動を通じて、自然の大切さを学び、高校生になった今もみなかみユネスコエコパークの自然をまもりいかしひろめる活動を続けています。



▲出島誠一さん（中央右）と苗の植樹活動をしました

りをしやすくするために、人工林を伐採したエリアをもとの自然の森に戻していくための活動として、日本自然保護協会の出島誠一さん、赤谷プロジェクト地域協議会の石坂克之さん（町組）と一緒に、赤谷の森で採取したミズナラのドングリからおこした苗の植樹を行いました。

彼らが小学校の時に体験した親子ドングリ拾い活動は、今も新治小学校で続いています。こうした活動が広がっていくことで、みなかみのすばらしい自然が未来につながるっていきまます。豊かな森は水害を防ぎ、飲み水を作り、地球温暖化を防ぎ、わたしたちの命を守ってくれます。



▲田村大翔さん

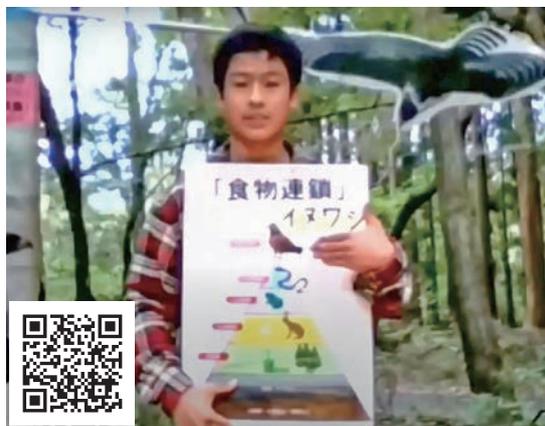


▲石飛樹さん



▲クレイグ翔音さん

第4回世界青少年「志」プレゼンテーション大会



▲手作りの資料で堂々とプレゼンした石飛さん

文部科学省や環境省が後援する「第4回世界青少年『志』プレゼンテーション大会」が開催され、石飛樹さん（布施・沼田高校1年）が優秀賞に輝きました。

石飛さんは、赤谷の森をテーマにプレゼンテーションを行い、1次・2次審査を経てファイナリストの12名に選ばれました。

10月10日にオンラインで開催された本大会では、自宅前の自然を活かすなどの創意工夫を凝らした発表が審査委員から高く評価され、見事「優秀賞」を受賞しました。

国土交通大臣表彰を受賞



▲国土交通大臣表彰を受賞された後閑区の役員の方々の皆さん（左が増田幸雄後閑区長）

後閑区が「令和3年度優良道路愛護団体」として、国土交通大臣表彰を受賞しました。この表彰は、道路の安全と道路の正しい利用促進、道路愛護などの活動に尽力され、その中でも特に顕著な団体等に授与されるものです。

9月28日に群馬県沼田土木事務所長から感謝状が贈呈され、同日、受賞報告のため町長室を訪れました。

後閑区では、昭和32年から道路美化活動に取り組まれており、これらの長年にわたる功績が認められ、今回の受賞となりました。

町内の各園・学校で運動会が開催



▲水上中学校3年生によるソーラン節

9月から10月にかけて、町内のこども園や小中学校で運動会が開催されました。

新型コロナウイルスの影響により、昨年度と同様、観覧者の制限や規模の縮小が余儀なくされ、秋の恒例行事を盛大に開催することはできませんでしたが、こども園の園児や小学校の児童生徒らは、練習の成果を十分に発揮しようと、演技や競技に真剣に取り組みました。

統合前最後の運動会となった各中学校では、悔いのないように全力で取り組む生徒の姿が見られました。

ALITの退任／「JET絆大使」の任命



▲ジャズミンさん(左)とロハスさん(右)

町内の学校でALITを務めたジェンキンス・ジャズミンさん、シエロ・ロハスさんが9月末をもって退任することから、2名に対して「JET絆大使」が任命され、田村教育長から任命書が授与されました。これは、町と母国との友好関係の「絆」を深めることを目的として、総務大臣から送られるものです。

ジャズミンさんは、新治地区の小中学校の担当として4年間、シエロさんは月夜野地区の小中学校の担当として3年間勤務し、町内の英語教育の発展にご尽力いただきました。

産官学金による包括連携協定を締結



▲オンライン形式により行われた締結式

町は、水上温泉街の再生や人口減少などの課題解決に取り組むため、9月22日に株式会社オープンハウス（東京都）、東京大学大学院工学系研究科（同）、株式会社群馬銀行と4者による「産官学金」での包括連携協定を締結しました。

本協定では、魅力ある観光地づくり、サステイナブル（持続可能）な街づくり、移住・定住の促進、観光・産業振興などの地域経済の発展、環境保全など8項目を定め、目的の実現に向けた取り組みを推進していきます。

「ミナカミハートライターズ」誕生



▲ミナカミハートライターズの5名の皆さん

みなかみユニエスコエコパークをわかりやすく発信することを目的として「みなかみハートライターズ」が結成されました。

町内に住む20～30代の女性5名が、それぞれの暮らしの中から「みなかみユニエスコエコパーク」の価値や魅力に着目した記事を展開。みなかみ発ローカルメディア「GENRYU」にも協力いただきながら活動していきます。詳細は二次元コードからご覧ください。





▲渡辺孝さん



▲小野達寿さん

人権擁護委員のご紹介

10月1日付けで、渡辺孝さん（新巻）、小野達寿さん（阿能川）が人権擁護委員として法務大臣から委嘱されました。人格識見が高く、広く社会の実情に精通しているお二人の今後の活躍が期待されます。

また、9月30日をもって退任された平原文雄さん（綱子）、林耕平さん（新巻）におかれましては、2期6年の長きにわたりご活躍いただきました。

人権擁護委員とは、住民からの人権相談に応じたり、人権に関する啓発活動などを行っている方々です。



▲みんなで協力して植え付け作業をしました

B&G海洋センターの花植え作業

10月3日、いはる花の里づくり委員会による花植え作業が、B&G海洋センターで行われました。

当日は、新治中学校の生徒と婦人会ら総勢約130名がボランティアとして作業に参加し、色とりどりのパンジー約2000株を花壇一面に植え付けました。

この活動は、花で町をきれいにしようという合併前の新治地区で始められたもので、参加した中学生は「花壇がきれいになって嬉しい」などと笑顔で話してくれました。

第32号

まちづくり協議会だより

まちづくり協議会事務局(総合戦略課) ☎0278(2)50001

新治支部の活動

～湯宿温泉地域活性化事業～

湯宿区では、温泉街を昔のように賑やかにしたい！という思いから、任意団体であるゆじゅくらぶを中心に、湯宿温泉地域活性化事業として野外映画「湯宿温泉シネマ」を9月、東京藝術大学の学生との企画展「アートイン湯宿」を10月に開催する予定でした。しかし、新型コロナウイルスの感染拡大による緊急事態宣言が再発令され、参加者が密に集まることは危険と判断し、今年度の事業はやむなく中止となりました。

事業は中止となってしまいましたが、小さな温泉街でも地域住民との連携・交流を図りながら、昔あった文化・歴史を見直し、これからも地域の活性化に貢献できたいと思っています。そのためにも、私たち親世代が子どもたちにも積極的に参加してもらえような「面白い事業」を企画し、積極的に取り組んでいくことが大切だと思っています。

委員 本多 工

まちづくり協議会新治支部



▲東京藝術大学生の「アートイン湯宿2018秋」の作品



▲150人が参加した2019年開催の湯宿温泉シネマ

みなかみ町スポーツ少年団のご紹介

問い合わせ先／生涯学習課 生涯学習係 ☎(25)50065

新治中学校バレーボール部愛好会

■代表者▽林 兼光さん（下新田）

■練習日▽毎週月・水・金曜日

■コメント

新治中学校バレーボール部愛好会は、新治中バレー部が部活動以外で技術とチーム力の向上を図る目的で活動している育成母集団です。地域のさまざまな人たちと関わり、日々楽しく、自分自身の向上を目指しています。

これからも部活動と連携し、より一層、子どもたちの健全な成長のために活動していきたいと思えます。



▲新治中学校バレーボール部愛好会の皆さん

月夜野ホッケースポーツ少年団

■代表者▽三富市巳さん（政所）

■練習日▽毎週土曜日午前

■コメント

群馬国体みなかみ町開催予定種目のホッケー、小学生から中学生までの幅広い年齢層で活動しています。新たなスポーツにチャレンジしてみたい子、将来の群馬県代表選手を目指したい子、外で体を動かすのが好きな子など、お待ちしております。

見学・体験は随時可能です。お気軽にお問い合わせください。
☒office@minakami-hockey.com



▲月夜野ホッケースポーツ少年団の皆さん

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 **むし歯予防**

11月8日は「いい歯」の日です。歯と口の健康は、食べたり会話をするうえでとても大切です。

「乳歯は生え替わるから、むし歯になっても大丈夫？」などと思いがちですが、乳歯が生えそろう頃には永久歯のもとができています。そのため、乳歯がむし歯になると永久歯の成長に影響をおよぼします。何より、口の中にむし歯菌が存在しているため、生えたばかりの永久歯がむし歯になりやすくなってしまいます。

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中にはむし歯菌は存在しておらず、大人から感染することがほとんどです。そのため、大人がかみ砕いて与える

ことや、大人が使っている箸やスプーンで食べさせることは、むし歯菌と一緒に与えることになってしまいます。離乳食はお口の成長に合わせた柔らかさに調理し、子ども用のスプーンで与えるようにしましょう。

大人も子どもも口の中を清潔な状態に保つため、歯みがきなどのセルフケアに加え、かかりつけ歯科医を持って定期的なチェックを受けましょう。



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	11/11(木)	10:30~11:30	所 にいはるこども園2階(汽車ぼっぼ) 予 汽車ぼっぼ ☎(64)1848 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	11/19(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	11/11(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	訪問による母乳相談を実施します。 相談を希望される方はご連絡ください。		

●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3年7月生	11/17(水)	時間については個別に通知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3年1月生	11/17(水)		
1歳6か月児健診	令和2年2月17日~4月23日生	11/16(火)		
2歳児歯科健診	令和元年10月7日~11月10日生	12/8(水)		
2歳6か月児歯科健診	平成31年3月26日~令和元年5月生	12/14(火)		
3歳児健診	平成30年8月11日~10月生	11/10(水)		

所：場所 **予**：要予約 **員**：定員 **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、利用を希望される際はイベント当日に各支援センターへお問い合わせください。
なお、しばらくの間は町民のみ利用可能とします。

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	子育て支援センター (にいはるこども園2階) ☎(64)1848
	Let's Music	11/4(木)	10:30~11:30	予	
	保健師のミニ講座『骨密度を測ろう』	11/15(月)	10:30~12:00	予	
	助産師さんに学ぼう!『身体のこと』	11/22(月)	10:30~12:00	予	
	大きくなったかな?	11/24(水) ~30(火)	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	にい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 限定各3組	NPO法人北風塾 きたかぜはうす ☎(25)3535
	クリスマス飾り製作	11/16(火)	10:30~ 13:30~	予 限定各3組	
さくらんぼルーム	親子ふれあい	月~金	9:30~12:00 13:00~15:30	予 限定各4組	つきよのこども園 ☎(25)8400
	親子製作	11/10(水)	10:00~	内 千歳飴袋作り 予 限定4組	

■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入します。

持：持ち物 **予**：要予約 **内**：内容

催し物

わらアートの展示が始まります

毎年恒例となったたくみの里の秋の風物詩「わらアート」の展示が今年も始まります。

今年の夏にこの世を去った里の人氣者、周遊馬車のカントタをモチーフにした新作『カントタ塚』や、年賀状撮影スポットとして多くの方に訪れていただこうと、来年の干支『トラ』などを新たに製作し、里内7カ所に合計8体の展示を行います。

わらアートは、たくみの里近隣の農家さんより提供されたわらを使用しており、冬の時期から着々と準備を進めてきました。地域とともにつくる取り組みとして定着しつつあるわらアート、ぜひご覧ください。

問い合わせ先

道の駅たくみの里
☎0278(64)2210



▶今年の新作であるカントタ塚(上)とトラ(下)

お知らせ

大規模な土地取引には届け出が必要

一定面積以上の土地取引を行った場合は、市町村を経由して県知事宛てに届け出を行う必要がありますので、忘れずに届け出してください。

【国土法に基づく届け出】

■**取引土地面積**▽市街化区域内≧2000平方メートル以上／市街化区域を除く都市計画区域内≧5000平方メートル以上／都市計画区域外≧10000平方メートル以上

■**届出者**▽土地を買った者

■**届出期間**▽売買契約を締結した日から起算して2週間以内

■**届出先**▽土地所在市町村役場

【公法に基づく届け出】

■**取引土地面積**▽都市計画施設の区域≧200平方メートル以上／市街化区域内≧5000平方メートル以上／市街化区域を除く都市計画区域内≧10000平方メートル以上

■**届出者**▽土地所有者

■**届出期間**▽売買契約を結ぶ3週間前まで

■**届出先**▽土地所在市町村役場

問い合わせ先

地域整備課 都市計画係
☎0278(25)5021

最優秀の投稿には
なんと50,000ht
プレゼント



町民みんなでアンバサダー!

投稿してくれた方
先着200名に1,000ht
プレゼント

みなかみ町民インスタグラムアンバサダーとして みなかみ町の魅力を発信しませんか?

みなかみ町観光協会では町民みんなで盛り上げる観光地を目指し、

みなかみ町民インスタグラムアンバサダーとして、
みなかみ町の魅力を発信する取り組みを実施いたします!

投稿してくれた方 **先着200名様にみなかみハートベイ1,000htをプレゼント**します!

さらに投稿の中から **素敵な投稿**をしてくれた方から4つの賞を決定し、

宿泊施設・飲食店限定で使えるみなかみハートベイ **最大50,000htをプレゼント**します!

是非この機会にみんなでみなかみ町の観光を盛り上げよう!

※認定制度ではございません。今後はアンバサダーの認定制度も検討中です。



実施期間: 2021年11月1日(月)~2021年1月31日(月)

実施方法:

- ① みなかみ町観光協会の公式Instagramをフォローして **#みなかみアンバサダー** をタグ付けて投稿!
ふるさと応援チケットを利用した投稿は #みなかみアンバサダー に **#ふるさと応援チケット** のタグ付けを追加
- ② 投稿後、応募URL画面にご入力ください。先着200名様にDMを通じて後日みなかみハートベイ1,000htを付与いたします。(お一人様一回まで) 投稿はおひとり様何度でも投稿できます。

参加資格:

- ① みなかみ町民であること
- ② 事業者様や店舗、法人アカウントは対象外です

専用webサイト
はこちら



<https://www.enjoy-minakami.jp/instaAmbassador>

「空き家バンク」でみんなの空き家を活用しよう!

第2話

空き家の放置はとっても危険!



「空き家バンク」とは…!?

安心して物件を売買・賃貸できる仕組みです。

貸したい人 売りたい人 → 提供 募集 → **みなかみ町 空き家バンク** → 情報提供 利用申込 → 借りたい人 買いたい人

空き家の賃貸・売却を希望する所有者から提供された情報を集約し、空き家を利用・活用したい方に紹介する町の制度です。空き家の有効活用を通して「地域内外の住民交流の拡大」および「定住促進による地域の活性化」を推進することを目的とし、全国各地の自治体取り組みを進めています。現在移住を検討する方が増えていますが、借りたり買ったりできる物件は多くありません。一方で人が入っていない空き家も多く存在しています。家は人が管理しないと、どんどん朽ちて、倒壊など多くの危険があります。(※空き地も管理しなければどんどん荒れて、獣害被害の原因にもなります。)必要とする人に「貸す」「売る」ことで、家と土地はより良い状態で保たれ、皆さんの住む地域も人が活動する元気な地域になります。空き家の利活用で、町を元気にしていきましょう。

お問い合わせ・ご相談は…
役場観光商工課 移住・交流推進係 TEL: **0278-25-5028** FAX: 0278-62-3211 E-mail: k-nakayama@town.minakami.gunma.jp
みなかみ町 空き家バンク 検索 または、QRコードから →

国民年金からのお知らせ

11月30日(5/5みらい)は
「年金の日」です

ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。日本年金機構では、国民一人ひとりが高齢期の生活設計に思いを巡らす日として、平成26年度から毎年11月30日を「年金の日」としています。

インターネットサービス「ねんきんネット」をご利用いただくと、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、ご自身の年金記録からさまざまな条件を設定した上で、年金見込額の試算をすることもできます。

また、各種通知書を紛失した場合などには「ねんきんネット」からいつでも再交付申請ができます。詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。



「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3年1月から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」(はがき)が、10月下旬から11月上旬にかけて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。破棄や紛失により再発行が必要な場合は、渋川年金事務所へ連絡するか、「ねんきんネット」から再交付申請をしてください。

■問い合わせ先

渋川年金事務所 国民年金課
☎0279(22)1614
町民福祉課 医療係
☎0278(25)50010

冬の感染症対策をしましょう

～正しい手順で手指消毒～

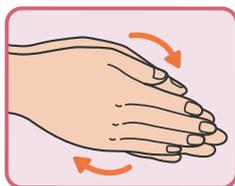
■問い合わせ先 地域包括支援センター ☎0278(62)0540

地域包括支援センター からのお知らせ

インフルエンザやノロウイルスなど、冬の感染症が流行する時期になりました。手洗い、手指消毒、マスクの着用は感染症対策の基本であり、新型コロナウイルスにも有効です。今回は効果的な手指消毒(アルコールジェル)の正しい手順をご紹介します。



1 消毒液を適量手のひらに受け取る



2 手のひらと手のひらを擦り合わせる



3 指先を手のひらに擦りつける



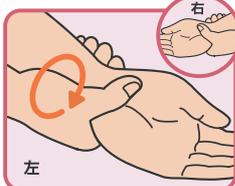
4 手の甲を擦る



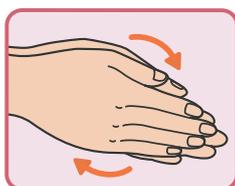
5 両手の指の間を擦る



6 親指を反対の手で包むように擦る



7 手首を擦る



8 乾くまで擦りこむ

ポイント

- 指の間や爪の間などは特に意識して消毒しましょう。
- 手指消毒をするときは、消毒が乾くまで15秒以上擦りこみましょう。乾きが不十分だと空気中のウイルスや菌が手に付着しやすくなってしまいます。

65歳以上の方向け

おうち時間で筋力をアップしよう

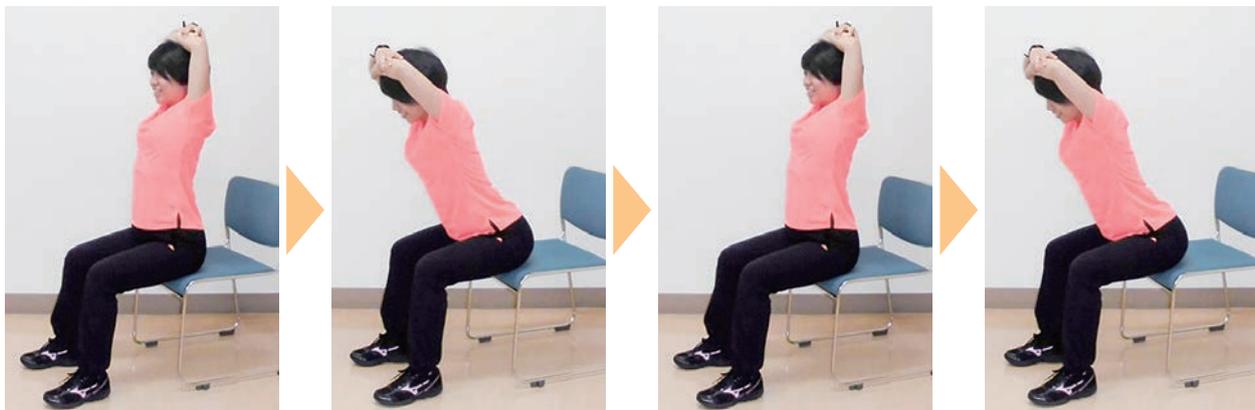
～進化編～

外出自粛の緩和により「おうち時間」が減りつつありますが、みなさんの「運動時間」はいかがでしょうか。以前よりアクティブになっている人もいるかもしれません。新型コロナウイルスの感染に注意しつつ、天気の良い日は秋の空気を吸いに外に出るのがおすすめです。色づく紅葉に季節の変化を感じながら、思い切り手足を伸ばしてみましょ。う。

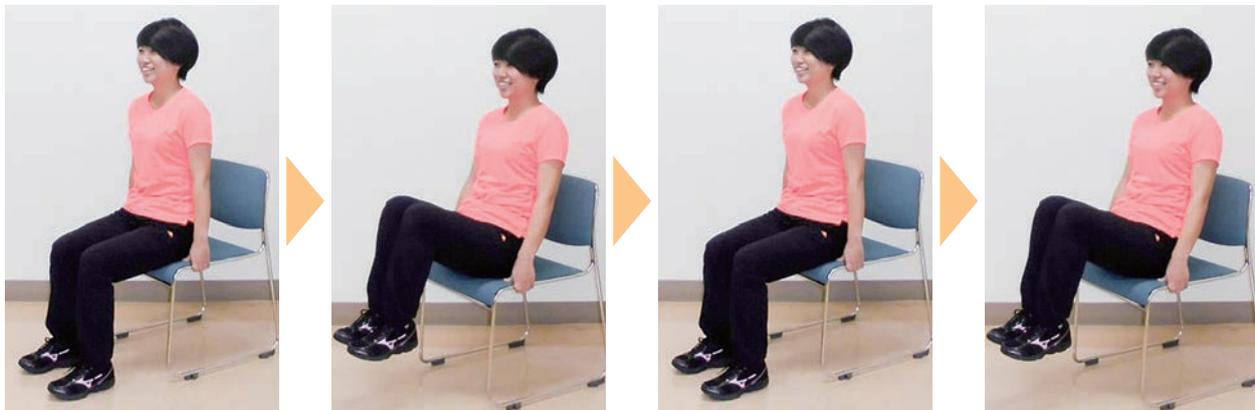
スポーツの秋と言われるように秋は運動に適した季節です。できる範囲で運動を頑張っ、少しでも筋力をつけてみませんか。そして1カ月後、今までと違う自分にもし出会えたら、自分を褒めてあげましょ。う。

それでは今月の運動をご紹介します。寒くなってくると身体が丸くなりがちなので、意識して身体の脇や腰を伸ばしたり、胸を大きく広げたりましょ。う。

その① 両ひじを抱えた状態で頭の上に持ち上げる。背筋は伸ばしたまま上半身を前に傾ける。



その② 下腹部を意識して、座った状態から両足を持ち上げる。



その③ 両ひじを抱えた状態で背筋を伸ばしたまま左右にひねる。



■問い合わせ先
町民福祉課 高齢介護係
☎0278(62)2280

お知らせ

廃タイヤ等の有料処分を実施

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。不要なタイヤ類や消火器などありましたら、直接お持ちください。

■日時▽11月28日(日) 午前9時～正午

■場所▽奥利根アメニティパーク

■問い合わせ先
生活水道課

奥利根アメニティパーク業務係
☎0278(64)1167

大腸がん郵送検診

11月1日から12月25日にかけて大腸がんの郵送検診を実施します。

郵送検診とは、医療機関に出向くことなく、自宅にいながらにして大腸がん検診を受診することができます。大変便利な方法です。自宅で2日分の便を採り、郵送するだけで手軽に大腸がん検診が受けられます。

希望調査で郵送検診を希望した方には受診票と容器を郵送しましたので、忘れずに受診しましょう。

また、大腸がん集団検診を受けられなかった方も郵送検診を受けるこ

とができますのでご連絡ください。

■対象者▽40歳以上で今年度集団検診を受けていない方

■検診医療機関▽沼田脳神経外科循環器科病院

■検診料▽無料

■問い合わせ先

子育て健康課 健康推進係
☎0278(62)2527

家屋の新築・増築・取り壊しをされた場合はご連絡ください

固定資産税は、毎年1月1日時点の土地・家屋・償却資産の所有者に課税されています。

家屋(住宅、店舗、工場、倉庫などの建物)を新築または増築した場合には、固定資産税の評価をする必要がありますので、役場税務課までご連絡ください。税務課職員が家屋調査に伺いますのでご協力をお願いします。

また、家屋を取り壊した場合、届け出によって課税台帳から削除され、翌年度から課税されなくなりまますので、届け出は忘れずお願いします。なお、登記されている家屋の場合は、役場への届け出のほかに法務局で滅失登記手続きが必要です。

■問い合わせ先

税務課 資産税係
☎0278(25)5006

国民健康保険からのお知らせ

国民健康保険では、被保険者の皆さまの健康と生活の質の維持を図るとともに、医療費の適正化を推進しています。

【重複・頻回受診は控えましょう】

同じ病気で複数の医療機関を受診することは、重複する検査や薬により、かえって体に悪影響を与えてしまう心配があります。必要な回数に適切に受診しましょう。治療に不安があるときは、かかりつけ医に相談しましょう。

【薬の数や飲み合わせに注意】

薬の飲み合わせや飲みすぎによる副作用を防ぐために、おくすり手帳を一冊にまとめましょう。医療機関や薬局を利用する場合、おくすり手帳を受診時に提示し、薬の飲み合わせや飲みすぎがないか医師や薬剤師に確認してもらいましょう。

【健康相談を行います】

国民健康保険に加入している方を対象に、保健師・栄養士による健康相談を行っています。ご自身の健康状態、受診・服薬習慣や生活習慣について相談できますので、ご利用ください。

■問い合わせ先

町民福祉課 医療係
☎0278(25)5010

第17回みなかみ町成人式

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17回みなかみ町成人式を開催します。

■日時▽令和4年1月9日(日) 午後1時～

■会場▽町カルチャーセンター

■対象者▽平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれの人

■その他▽該当者には11月初旬に案内を送付します。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

～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	8	6	5	円
令和3年10月2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。

医療・介護の仕事図鑑



沼田利根医師会では、中高生の皆さんに医療や介護の仕事に興味・関心を持っていただくこと「医療・介護の仕事図鑑」を作成しました。

今後、利根沼田地域のさまざまな場所にポスターを掲示するなど、周知に向けた取り組みを進めます。SNSなどで「#仕事図鑑」とポスター写真入りで投稿すると、何か良いことがあるかもしれません。



問い合わせ先

ぬまたとね医療・介護連携相談室
☎0278(25)3671

募集

野菜園芸・刈払機講習

(公財)群馬県長寿社会づくり財団では、60歳以上のシルバー人材センター入会希望者または同センター会員が、新たな分野で活躍することに興味・自信を持つことができるよう、技能講習会を開催します。

■内容▽土づくりや野菜づくりの基
本および刈払機取扱いの基礎的知識・技能の習得

■開催日▽野菜園芸部門 12月20日(月)、21日(火) / 刈払機取扱部門 12月22日(水)

■会場▽渋川市シルバー人材センター(渋川市吹屋376)ほか

■定員▽15名

■受講料▽無料

■申込方法▽電話または郵送もしくはファックスにより、氏名(ふりがな)、生年月日、性別、住所、電話番号をご連絡ください。

■申込期限▽12月3日(金)

■その他▽新型コロナウイルスの感染拡大状況により開催日の変更、または中止となる場合があります。

問い合わせ・申し込み先

(公財)群馬県長寿社会づくり財団
☎027(255)6400
FAX 027(255)6166

町営住宅入居者募集

町営住宅の入居者を募集しています。お申し込みから入居までは、資格審査や書類提出等のため約3週間から1カ月程度の時間を要します。

募集団地

■募集団地
月夜野地区▽矢瀬団地、第2矢瀬団地、第3矢瀬団地、上河原団地、上牧団地

新治地区▽上布施団地

水上地区▽高日向団地、鹿野沢団地
※各団地の空室状況や、各部屋の間取り図などについては、町ホームページからご確認ください。



問い合わせ・申し込み先

群馬県住宅供給公社みなかみ支所
☎0278(25)8423



令和3年度自衛官等の募集案内



募集種目	資格	受付期間	試験日	試験会場
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の者	通年	11月28日、11月29日、1月24日、2月11日、3月7日	別途お知らせ
高等工科学校生徒(推薦)	男子で中卒(見込含)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者	11月1日~12月3日	令和4年1月8日~11日のいずれか1日	高等工科学校(神奈川県横須賀市)
高等工科学校生徒(一般)	男子で中卒(見込含)17歳未満の者	11月1日~1月14日	1月22日	勢多会館(前橋市)

自衛隊群馬地方協力本部 沼田地域事務所 ☎0278(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17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26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

雇用のトラブル解決を

サポート

群馬県労働委員会では、労働者個人と事業者の労働条件などに関するトラブル(個別的労使紛争)を解決するための支援をしています。

労使のトラブルでお困りの方はお気軽にご相談ください。

■対象者▽県内事業所に勤務する労働者および県内事業所の事業主

■対象事案▽解雇・雇止め・配置転換・懲戒処分・パワハラなどの労働に関する紛争

■費用▽無料

■問い合わせ・相談先

県労働委員会事務局
☎027(226)2783

とらいあんぐるん電話相談室

ぐんま男女共同参画センターでは、専門の相談員が皆さんのお話を伺います。悩みや不安などをひとりで抱え込まないで、お気軽にご相談ください。

■女性電話相談

■日時▽毎週火・水・金・日曜日の午前9時～正午、午後1時～午後4時(祝日・年末年始は休み)

■電話番号▽027(224)5210

■男性電話相談

■日時▽毎月第4日曜日の午後1時～午後4時

■電話番号▽027(212)0372

■問い合わせ先

ぐんま男女共同参画センター
☎027(224)2211



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。

◆カルチャーセンター児童図書館からのお知らせ

- ・カルチャーセンター玄関前にブックポストを設置しています。夜間や休室日でも図書の返却が可能ですので、ご活用ください。ただし、CDやDVDは破損の恐れがありますので、返却の際はブックポストを使用せず、図書室の窓口までお願いします。
- ・児童図書室の本やDVDは、スマートフォンなどから検索や予約ができます。詳しくは、カルチャーセンターまでお問い合わせください。

◆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の感染状況を踏まえ、図書の貸出・返却のみの対応で開室しています。状況によっては変更になる場合もありますので、各図書室または町ホームページでご確認ください。

◆利用にあたってのお願い

- ・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。
- ・発熱など体調に不安のある方は利用をお控えください。
- ・来室時はマスクの着用をお願いします。

◆新着一般書

もういちど/畠中恵/中

九十八歳。戦いやまず日は暮れず/佐藤愛子/中

白光/朝井まかて/水 氷獄/海堂尊/水

臨床の砦/夏川草介/新

教場X/長岡弘樹/新

子どもも自分もラクになる

とまらない練習/伊藤徳馬/力



中 中央公民館図書室 ☎62-2275

※11月6、7、20、21日は臨時休室

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

おばけのソッチぞびぞびどうぶつえん

/角野栄子/中

おばけのまんまる/ひろただいさく/中

シロクマが嵐をこえてきた!/マリア・ファラー/水

かうかうからず/ほそいさつき/水

すずりくん/青柳貴史/新

くまがうえにのぼったら/アヤ井アキコ/新

あきらがあげてあげるから/ヨシタケシンスケ/力

公益財団法人人権教育啓発推進センターでは、アイヌの方々の悩みをお受けするフリーダイヤルを開設しています。嫌がらせや差別、プライバシー侵害などの相談もお受けしますので、お気軽にご相談ください。

■電話番号▽0120(771)2080

■相談時間▽午前9時～午後5時
(※土日・祝日・年末年始を除く)

■問い合わせ先
(公財)人権教育啓発推進センター
☎03(5777)1802

アイヌの方々からのさまざまなご相談をお受けします

利根沼田保健福祉事務所では、「こころの健康相談」を行っています。心配ごとのある方は、お気軽にご相談ください。

■日時▽毎月水曜日(午前または午後)

■場所▽利根沼田保健福祉事務所(沼田市薄根町4412)

■その他▽相談はすべて予約制です。希望者はあらかじめ予約申し込みをしてください。

■問い合わせ・申し込み先
利根沼田保健福祉事務所
☎0278(23)2185

こころの健康相談

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16日(火)
会場：のぞみ館 相談室
- 月夜野会場 12月21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12日(金)
会場：社会福祉協議会水上支所
- 新治会場 12月10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	25日(木)	23日(木)
	大峰集荷倉庫前	13:20	16日(火)	21日(火)
水上	大芦公民館前	13:20	25日(木)	23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	16日(火)	21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 リウマチと免疫
- 火曜 月経痛と出血量
- 水曜 歯とジュースとおやつ
- 木曜 採血なしで24時間血糖測定
- 金曜 毛染め
- 土日 夜尿症って何歳から？

11月の「直接相談タイム」

- 11月11日(木) 歯科
- 受付時間帯 午後7時30分～午後9時
- ◎上記時間帯は専門医が直接相談に応じます。

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	5日(金)	3日(金)
	北部生活改善センター 9:00～12:30	9日(火) 30日(火)	7日(火) 21日(火)
新治	赤谷公民館 9:00～12:30	16日(火)	14日(火)
	入須川分館 13:30～17:00	9日(火) 30日(火)	7日(火) 21日(火)
	笠原生活改善センター 9:00～12:30	10日(水) 17日(水)	1日(水) 15日(水)
	東峰分館 9:00～12:30	12日(金)	10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



歳時記

みなかみ町の
主な行事予定

ホームページからも
ご確認いただけます



【金賞受賞者へ表彰盾贈呈】

令和2年度のホタルポスターコンクールで見事金賞に選ばれた大川千咲さん(当時桃野小5年)、真庭柊哉さん(当時新治中1年)へ表彰盾が贈呈されました。



▲大川千咲さん(上)と真庭柊哉さん(下)

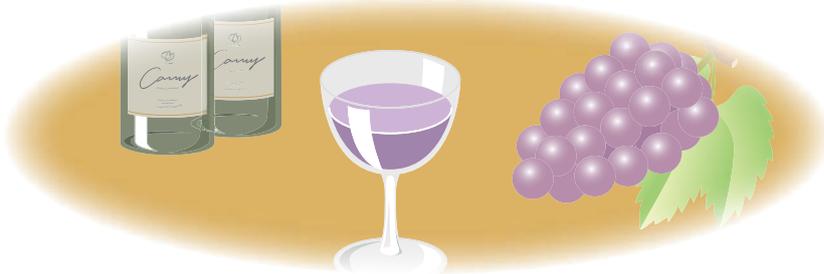
11月

- 3日(祝)~4日(木) ■ **中止** 文化祭
- 3日(祝) ■ 文化の日
- 23日(祝) ■ 勤労感謝の日

12月

- 28日(火) ■ 官庁仕事納め
- 28日(火)~30日(木) ■ 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。



役場栄養士おすすめレシピ **地産地消**

「白菜と豚肉のミルフィーユ蒸し」

材料(4人分) 1人分のエネルギー142kcal 塩分0.7g

白菜……………	1/4個程度(約450g)	しょうゆ……………	小さじ2(6g)
豚バラ薄切り肉……………	5~6枚(120g)	酒……………	大さじ1(15g)
和風顆粒だし……………	小さじ1(4g)	白髪ねぎまたは万能ねぎ……………	適宜

● 作り方 ●



- ①白菜は洗って水気を切る。大きい葉の場合は、縦半分にする。
- ②白菜を葉と白い部分が交互になるように重ねながら、1~2枚おきに豚肉をはさむ。
- ③4センチの幅に切り、切り口を上にして深さのある耐熱容器に並べる。
- ④和風顆粒だし、しょうゆ、酒を全体に振りかけ、ふんわりとラップをする。電子レンジで約10分加熱する。
- ⑤加熱後、2~3分おいてからラップを外す。
- ⑥お好みで白髪ねぎや万能ねぎを飾る。

●ワンポイントアドバイス

- ・加熱時間は電子レンジの機種やワット数によって異なるので、調節してください。
- ・柚子こしょうやポン酢をつけて食べても美味しいです。

納期限: 11月30日(火)

- 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	2人	5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	18,053人 (-33)
男	8,818人 (-17)
女	9,235人 (-16)
世帯数	7,950世帯(-13)

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

使っていない

家・土地

貸すのも売るのも

まずはご相談ください

観光商工課 移住・交流推進係
☎:0278-25-5028

