

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



2023
(令和5年)

3

No.209

内容

- 群馬県議会議員選挙
- 会計年度任用職員を募集します ■福祉医療制度のお知らせ

自然であそび 自然を学ぶ

【今月の表紙】 赤谷森林ふれあい推進センター・みなかみ町共催「赤谷の森自然散策」
陽が照らす雪原と子供たちの笑顔が輝く。



群馬県議会議員選挙

(利根郡選挙区・定数1)

投票日 令和5年4月9日(日) ※即日開票

告示日 令和5年3月31日(金)



4月9日(日)は群馬県議会議員選挙の投票日です。
皆さん忘れずに投票しましょう。

■投票できる人

日本国籍を有し、次の要件を満たす人が投票できます。

- ・本町の選挙人名簿に登録されている人
- ・平成17年4月10日以前に生まれた人
- ・令和4年12月30日以前から本町の住民基本台帳に引き続き記録されている人

■投票日当日(4月9日)の投票所と投票時間

投票日当日は、入場券に記載してある決められた投票所で投票してください。

入場券発送後に、本町の区域内で転居による住所変更があった場合は、入場券に記載されている転居前の住所地の投票所になります。

地区	投票区名	投票所名	住所	投票時間
月夜野地区	みなかみ第1投票区	みなかみ町役場	後閑318	午前7時～午後8時
	みなかみ第2投票区	師公民館	師473-1	
	みなかみ第3投票区	真政公民館	政所753-1	
	みなかみ第4投票区	下区集落センター	上津2020	
	みなかみ第5投票区	月夜野会館	月夜野581-11	
	みなかみ第6投票区	上組公民館	月夜野1777-2	
	みなかみ第7投票区	下石倉公民館	石倉718-4	
	みなかみ第8投票区	上牧公民館	上牧1715	
	みなかみ第9投票区	下牧公民館	下牧682-1	
水上地区	みなかみ第10投票区	水上公民館	湯原441	午前7時～午後7時
	みなかみ第11投票区	小仁田会館	小仁田259-1	
	みなかみ第12投票区	みなかみ町水上支所	湯原64	
	みなかみ第13投票区	みなかみ町中部生活改善センター	綱子106	
	みなかみ第14投票区	みなかみ町北部生活改善センター	藤原2254-3	
新治地区	みなかみ第15投票区	猿ヶ京地区多目的集会施設	猿ヶ京温泉254	午前7時～午後7時
	みなかみ第16投票区	旧猿ヶ京幼稚園	相俣1731-23	
	みなかみ第17投票区	にいはるこども園体育館	須川774-1	
	みなかみ第18投票区	みなかみ町入須川社会体育館	入須川1924	
	みなかみ第19投票区	みなかみ町新治支所	布施365	午前7時～午後8時
	みなかみ第20投票区	下新田会館	新巻甲479	

■投票所入場券

世帯ごとに4人までを1組にした投票所入場券を郵送します。選挙人が5人以上の世帯には、複数の封筒が郵送されます。入場券が届かないときや紛失した場合でも、本人の確認ができれば投票できますので、投票所係員に申し出てください。

■期日前投票

投票日に仕事や旅行などで投票に行くことができない場合は、期日前投票ができます。

入場券裏面の「宣誓書」をあらかじめ記入し、下記の期日前投票所にお越しください。

期間 4月1日（土）～4月8日（土）

時間 午前8時30分～午後8時

場所 みなかみ町役場、水上支所、新治支所

■開票

開票は投票日の午後9時から月夜野農村環境改善センターで行います。開票速報・開票結果については、町ホームページに掲載します。

■代理投票と点字投票

体が不自由で字を書くことができない人は申し出により投票所係員が代わって記載し投票できます。また、目の不自由な人は点字で投票できます。

■投票所と期日前投票所の新型コロナウイルス感染症対策

取り組み内容

- ・手指消毒液を設置します
- ・飛沫防止用パーテーションを設置します
- ・使い捨て鉛筆を用意します
- ・記載台は間隔を空けて設置し、定期的に消毒します
- ・定期的な換気をします

不在者投票 について



●指定病院等に入院している場合

みなかみ町の選挙人名簿に登録されている人で、群馬県選挙管理委員会が指定する病院や老人福祉施設に入院中または入所中のため、投票日当日、投票所へ行けない人は、その施設内で投票をすることができます。指定施設の長（病院長、老人ホーム施設長など）に対し、お早めに投票用紙等の請求をしてください。

以後の手続きについては、その指定施設の長の指示に従い投票してください。

●遠隔地に滞在している場合

みなかみ町の選挙人名簿に登録されているが、仕事や修学で遠隔地に滞在していて選挙期間中にみなかみ町で投票をすることができない場合には、その滞在中の市町村の選挙管理委員会に不在者投票ができます。詳しくは町のホームページをご覧ください。町選挙管理委員会までお問い合わせください。

●郵便等による不在者投票

「郵便等投票証明書」の交付を受けている人、または受けることができる人（身体障害者手帳および戦傷病者手帳を取得されている人で指定級以上の人、要介護状態区分が要介護5の人）は、郵便による不在者投票ができます。詳しくは、町選挙管理委員会までお問い合わせください。

郵便等による不在者投票は、4月5日（水）までに選挙管理委員会に投票用紙などを請求する必要があります。

●新型コロナウイルス感染を理由に投票所に来られない人は、郵便による投票ができます場合があります。

郵便によるやりとりになるため、投票を希望される人はお早めに町選挙管理委員会までお問い合わせください。

●その他

投票日当日までに満18歳に達する人で、投票日に投票所で投票することが困難な方は、期日前投票期間内に期日前投票所において不在者投票をすることができます。

問い合わせ先

総務課 総務係内 選挙管理委員会事務局 ☎0278(62)2111

県動物愛護センター 本所（玉村町）に統合されます

北部出張所が

問い合わせ先 生活水道課 生活環境係 ☎0278(25)5003

平成27年7月から本町を管轄していた群馬県動物愛護センター北部出張所（渋川市）は閉所し、令和5年4月1日から群馬県動物愛護センター（本所／玉村町）に業務が統合されます。

動物愛護センターと出張所の管轄する市町村

※前橋市、高崎市を除く県内33市町村

動物愛護センター （本所）24

沼田市
みなかみ町
片品村
川場村
昭和村
中之条町
東吾妻町
草津町
長野原町
高山村
嬬恋村
渋川市
吉岡町
安中市
藤岡市
神流町
伊勢崎市
上野村
榛東村
富岡市
甘楽町
下仁田町
玉村町
南牧村

東部出張所 （太田保健福祉 事務所内）9

桐生市
館林市
みどり市
邑楽町
太田市
大泉町
千代田町
明和町
板倉町

これまで、利根沼田地域の狂犬病予防・動物愛護業務として、放浪犬の収容、犬猫の引き取り、苦情等の対応を担ってきた北部出張所ですが、4月1からは玉村町内の群馬県動物愛護センター（本所）において業務が引き継がれます。

令和5年4月1日以降の連絡先

・群馬県動物愛護センター（本所）

住所：佐波郡玉村町樋越305-7

☎：0270-75-1718

・東部出張所（太田保健福祉事務所内）

住所：太田市西本町41-34

☎：0276-55-0731

犬の飼い方

- ・犬の登録制度と狂犬病予防注射を正しく理解しましょう。
- ・周囲に危害を加えぬように適切な犬のしつけや訓練をしましょう。
- ・屋外での運動の際は、犬にリードをつけて、いつでも制御できるようにしましょう。
- ・犬のフンやその他の汚物は必ず持ち帰り、周辺の美化に努めましょう。
- ・犬は一生面倒をみるという心構えで飼いましょう。
- ・日頃から犬の健康（運動・食事・病気予防など）に責任を持ちましょう。
- ・飼い主の責任として、犬の首輪や名札、マイクロチップなどを装着し、飼い主が誰か分かるようにしましょう。

※みなかみ町では、犬のマイクロチップ登録制度については、令和5年3月1日現在実施されていません。犬の登録等の手続については、従来の役場窓口での登録手続をお願いします。

猫の飼い方

- ・猫は屋内飼育が基本です。環境省の「家庭動物等の飼養及び保管に関する基準」でも猫の屋内飼養を指導しています。
- ・猫はとても繁殖力のある動物です。飼い主は多頭飼育などにならないように不妊・去勢手術を受けましょう。
- ※町民であれば町の助成制度が利用できます。
- ・猫が屋内外を自由に入出りできる放し飼いが許されたのは昔のことです。現在は首輪や名札をつけて、誰の飼い猫かを明確にするとともに野良猫との区別ができるようにしましょう。
- ※猫が屋内外を自由に入出りできると、地域の野良猫などが紛れ込み周辺住民に迷惑をかけることになってしまいます。

※近所の方すべてが動物が好きな人ばかりではないことを理解しておきましょう！

会計年度任用職員を募集します

問い合わせ先 下表問い合わせ先欄をそれぞれご覧ください。

業務名	にいはるこども園保育補助業務	国民健康保険・保健事業業務	観光施設等管理業務
業務内容	看護業務および保育業務	健康づくり支援、訪問指導、健康診断等の業務	観光商工課管理の公園、遊歩道および町道路肩等の除草作業
募集人員	1名	1名	若干名
任用期間	令和5年4月1日～ 令和6年3月31日	令和5年4月1日～ 令和6年3月31日	令和5年4月1日～ 令和5年10月31日
勤務時間	週5日 午前8時15分～午後5時	週4日 午前8時30分～午後5時15分	週4日 午前8時30分～午後5時15分
報酬等	月額165,900円通勤手当（通勤距離に応じて支給あり）、期末手当 健康保険、厚生年金保険および雇用保険は、勤務時間に応じて適用があります。	時給897円～1,019円（経験等を考慮の上、決定します。）通勤手当（通勤距離に応じて支給あり）、期末手当 健康保険、厚生年金保険および雇用保険は、勤務時間に応じて適用があります。	時給908円、通勤手当（通勤距離に応じて支給あり）、期末手当 健康保険、厚生年金保険および雇用保険は、勤務時間に応じて適用があります。
休暇等	勤務時間等に応じて年次有給休暇、特別休暇あり	勤務時間等に応じて年次有給休暇、特別休暇あり	勤務時間等に応じて年次有給休暇、特別休暇あり
必要資格	・看護師または准看護師 ・簡単なパソコン入力（ワード、エクセル）ができる方等 ※次のいずれかに該当する場合は応募できません ①日本国籍を有しない者 ②地方公務員法（昭和25年法律第261号）第16条の規定に該当する者	・保健師または看護師免許 ・普通自動車運転免許 ・簡単なパソコン入力（エクセル）ができる方等 ※次のいずれかに該当する場合は応募できません。 ①日本国籍を有しない者 ②地方公務員法（昭和25年法律第261号）第16条の規定に該当する者	・普通自動車運転免許証（・労働安全衛生法による特別教育「刈払機取扱作業員」安全衛生教育修了者） ※次のいずれかに該当する場合は応募できません。 ①日本国籍を有しない者 ②地方公務員法（昭和25年法律第261号）第16条の規定に該当する者
申し込み方法	写真を貼った履歴書を提出してください。（郵送可）	写真を貼った履歴書を提出してください。（郵送可）	写真を貼った履歴書を提出してください。（郵送可）
申し込み期間	令和5年3月1日（水）～3月15日（水）（土日祝日を除く午前8時30分～午後5時） 郵送の場合は、受付最終日の消印のあるものまで受け付けます。	令和5年3月1日（水）～3月24日（金）（土日祝日を除く午前9時～午後5時） 郵送の場合は、受付最終日の消印のあるものまで受け付けます。	令和5年3月1日（水）～3月15日（水）（土日祝日を除く午前8時30分～午後5時） 郵送の場合は、受付最終日の消印のあるものまで受け付けます。
提出先	・〒379-1393 みなかみ町後閑318番地 みなかみ町役場 子育て健康課 子育て支援係 ・〒379-1418 みなかみ町須川774-1 にいはるこども園	〒379-1393 みなかみ町後閑318番地 みなかみ町役場 町民福祉課 医療係	〒379-1313 みなかみ町月夜野1744番地1 みなかみ町役場 観光商工課 観光振興係
面接・会場等	書類審査のあと、面接日、会場等をお知らせいたします。	書類審査のあと、面接日、会場等をお知らせいたします。	書類審査のあと、面接日、会場等をお知らせいたします。
問い合わせ先	・子育て健康課 子育て支援係 ☎0278-25-5009 ・にいはるこども園 ☎0278-64-0931	町民福祉課 医療係 ☎0278 (25) 5010	観光商工課 観光振興係 ☎0278 (25) 5017

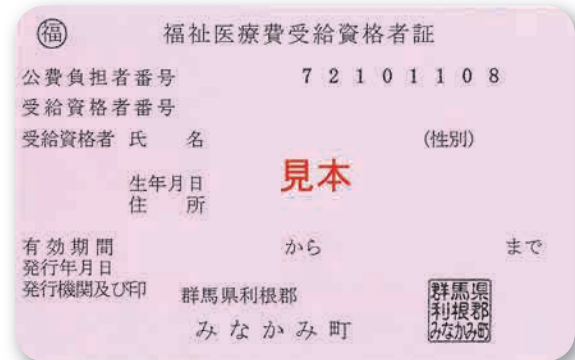
福祉医療制度のお知らせ

問い合わせ先 町民福祉課 医療係 ☎0278(25)5010

■高齢重度障害者の方の更新について

4月から福祉医療費受給資格者証（ピンク色のカード）が新しくなります。

対象の方	福祉医療制度を利用している高齢重度障害者の方（65歳以上で後期高齢者医療制度に加入されている方）。
現在の受給資格者証の有効期間	令和5年3月31日（金）まで
新しい受給資格者証の有効期間	令和5年4月1日（土）～令和5年7月31日（水）（令和5年8月に制度改正があることから、有効期間が短くなっています。）
新しい受給資格者証の郵送期日	令和5年3月中旬～下旬



福祉医療費受給資格者証（見本）

■重度心身障害者・高齢重度障害者の福祉医療費受給資格者証をお持ちの皆さまへ

重度心身障害者・高齢重度障害者の福祉医療制度に、令和5年8月から所得基準が導入され、令和4年中の所得が所得制限基準額を上回る場合は、助成対象外となります。所得の基準は、特別障害者手当に準拠しています。

みなかみ町健康づくりポイント事業 ウォーキングチャレンジ参加者募集



問い合わせ先 子育て健康課 健康推進係 ☎0278(62)2527

ウォーキングチャレンジは散歩や通勤時の歩数など、日常生活での活動も歩数にカウントし、1ヶ月の平均歩数に応じて、健康づくりポイントを付与する事業です。次のとおり、説明会を実施します。たくさんの参加をお待ちしております。健康づくりポイントの詳細については、町ホームページまたは広報みなかみ5月号をご覧ください。ぜひこの機会に健康とポイントを両方手に入れましょう！

日 時 ※1	1回目 令和5年3月15日（水） 午前10時～午前10時45分 2回目 令和5年3月24日（金） 午前10時～午前10時45分 3回目 令和5年3月24日（金） 午後2時～午後2時45分
会 場	1回目 町保健福祉センター 栄養学習室 2・3回目 中央公民館 3階会議室
対 象	①町内にお住まいの20歳以上の方 ②スマートフォンをお持ちで、群馬県公式アプリG-WALK+のインストールが可能な方※2
定 員	各日先着15名
申込み 方 法	3月1日（水）～3月14日（火）の午後5時まで。 定員に余裕がある場合は、期限を過ぎても受け付けます。 電話または申し込み用二次元コードからお申し込みください。
服装・ 持ち物等	スマートフォン、みなかみハートカードまたは専用アプリ、メールアドレスがわかるもの、筆記用具



申し込み用
二次元コード

※1
1～3回目は同じ内容です。

※2
事前にアプリのインストールができない人は、説明会開始前にインストールをお手伝いしますので、教室開始30分前にお越しください。すでにG-WALK+を利用しており、グループ登録をしている方は、お問い合わせください。

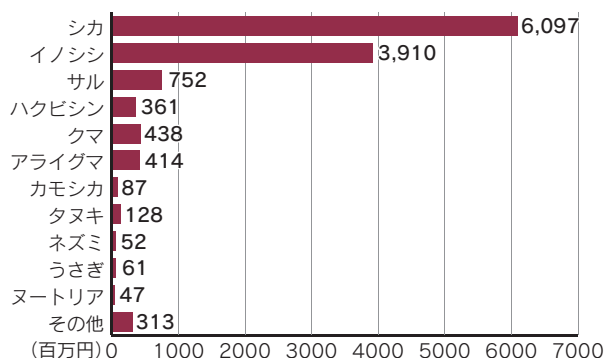
ニホンジカの低密度管理^{※1} に向けた町との取り組み

(公財)日本自然保護協会 武田裕希子

■ニホンジカによる被害状況

令和3年度ニホンジカによる全国農作物被害額は約61億円。イノシシ約39億円、サル約8億円等と比較して最も大きな被害です(図1参照)。みなかみ町では、まだ他地域ほど大きな被害は生じていませんが、有害鳥獣捕獲として捕獲される頭数は増加傾向にあり、令和3年度は407頭が捕獲されています(図2参照)。また、この冬は毎月のようにニホンジカとの交通事故が報告されていると聞きます。町内ですでに被害があると聞かれるのは牧草地や田んぼ、リンゴ園等です。葉先や芽を食むだけでなく、最終的には裸地化、樹皮剥ぎによる枯死に繋がることが、実を食べる動物の被害よりも深刻な点です。町内でも今後大きな問題となることが予測されます。

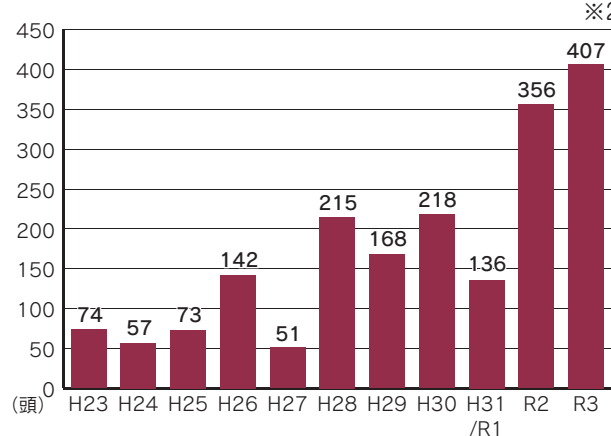
図1 全国の野生獣類による農作物被害額
(令和3年度)



出典:農林水産省ホームページ

https://www.maff.go.jp/j/seisan/tyozyu/higai/hogai_zyoukyou/

図2 みなかみ町のニホンジカ有害鳥獣捕獲数^{※2}



■ニホンジカによる森林等への被害

ニホンジカが増え過ぎると、森林では下草や若木が食べ尽くされて森の世代交代ができず、立木は樹皮剥ぎによって枯れ、後戻りできなくなります。私

が移住する前に住んでいた関西では森の下草がなくなり、土壌流出も問題視されていました。みなかみ町で春に普通に見られる芽生えの光景に感動するのは、それがもう見られなくなった地域に居たからだと思います。ニホンジカの過度な増加は、土砂災害リスクを高めることや、みなかみ町の観光資源である豊かな自然の劣化にも繋がります。

■赤谷プロジェクトでの取り組み

赤谷プロジェクトでは、センサーカメラによって2008年から10年以上哺乳類のモニタリングを続けています。ニホンジカは当初51地点中2箇所でしたしか撮影されませんでしたが、30箇所を超える地点で撮影されるようになり、ニホンジカが写る頻度も確実に増えています。爆発的に増える前から適切な捕獲圧をかけ続ける「ニホンジカの低密度管理」を目指し、低密度下で効率よく捕獲するために罠塩で誘引することや、センサーカメラと植生への影響を合わせたモニタリング、GPSによる行動圏把握等、科学的なデータに基づいて対策を進めるための捕獲技術開発と体制構築を進めています。



▲センサーカメラ



▲罠塩に誘引されたニホンジカ
(センサーカメラで撮影)

■町との連携

赤谷の森で蓄積された知見を持続的な地域づくりを活かすことは、赤谷プロジェクトが目指していることです。また、森林生態系や水源地の保全、農地の獣害対策、持続的な観光等多様な立場からニホンジカの低密度管理は赤谷プロジェクトとみなかみユネスコエコパーク共通の目標です。今後も町と連携して対策を進めたいと思います。

※1 低密度とは、ニホンジカが好んで食べる植物が消える、好まない植物だけで一面を覆うようになるなど、植生への影響がまだ明らかに表れていない状況を低密度と呼んでいます。

※2 みなかみ町獣害対策センターのデータを元に作成。

企業版ふるさと納税を活用し100万円寄附



▲寄附に訪れたマネージャー渡辺勉さん(中央)、再エネ事業部 辻 佳吾さん(左)、阿部町長(右)

農産物の生産や販売を手掛けるファームドウのグループ会社で、再生可能エネルギー事業などを展開するファームランド株式会社(前橋)から、企業版ふるさと納税として寄附金100万円をいただき、1月18日(水)に町長から感謝状が手渡されました。同社からは昨年に続いてご寄附をいただきました。この寄附金は、「みなかみユネスコエコパーク」の理念と豊かな森林の恵みを活かした持続可能なまちをつくる事業に活用していきます。ありがとうございます。

令和4年度全国中学校体育大会 全国中学校スキー大会出場



▲尾崎絢章さん(左)、松原大郎さん(右)

みなかみ中学校の尾崎絢章さん(2年)と松原大郎さん(1年)が全国中学校スキー大会(男子回転)への出場を決め、1月18日(水)にその報告に町長室を訪れ、大会への意気込みを語ってくれました。2人はスタートではあまり緊張せず、レースに集中できると話してくれました。大会は2月9日(木)に行われ、全国から200名以上が出場した大会で大健闘しました。お二人のこれからの活躍を楽しみにしています。

第48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(25)5032

月夜野支部の活動

【桃野小学校区児童の登下校の見守り】

月夜野支部の活動では、令和2年より「桃野小学校区安全支援隊活動」の中で児童の登下校の見守りを行っています。現在では名胡桃担当3名、町組担当2名で、ほぼ毎日活動しています。

横断歩道で旗振りをしながら挨拶をしていると「おはようございます」「こんにちは」と笑顔で返してくれます。今では「学校でこんなことがあったよ」と学校でのお話もしてくれるほどコミュニケーションが取れるようになってきました。

この活動は一人ではできない活動です。地域の皆様にも庭先で歩いている児童に「おはよう」「お帰り」など声をかけていただだけでも児童の支えになると思いますので、皆様の見守りに対するご協力をお願いいたします。

月夜野支部委員

小学校安全支援隊

顧問 金子義治



▲名胡桃での登下校の見守り



▲町組での登下校の見守り

友好都市 中野区を訪問

阿部町長は1月26日（木）、みなかみ町の友好都市である東京都中野区を訪問し、酒井直人中野区長とコロナ収束に向けた交流事業の推進について意見交換を行いました。

みなかみ町と中野区は2012年に「なかの・里まち連携」の宣言を行い、農産物の販売イベントや町内事業者と区内事業者による情報交換や商談を行う事業者交流会などの経済交流事業をはじめ、中野の森（旧高畠牧場跡地）を活用した環境学習交流事業、更には災害時における相互応援に関する協定を締結して相互の交流を図っています。酒井区長との意見交換では、コロナ収束後の交流事業について、観光・教育・文化・物産など多方面での交流を更に強化していくことが確認されました。



▲みなかみりんご直売会

▲対面販売を行う阿部町長

▶阿部町長（左）、酒井直人中野区長（右）



同日、中野区役所前にて、みなかみりんご直売会として本町のリンゴ生産者7戸が出張販売を行いました。中野区民らにみなかみ町の見どころや農産物などのことを話しながら対面販売をしてみなかみ産りんごのPRを行いました。

この直売会は翌27日（金）も開催され、中野区民の皆さんに大好評で、「美味しいりんごが食べられてうれしい」「来年もまた来てほしい」など多くの声が聞かれました。

第2号

3人制プロバスケットボールチーム
MINAKAMI TOWN.EXE の情報をお届け

3X3「スリーエックススリー」のルール

3x3のルールは5人制のバスケットボールとは大きく異なります。コートは通常の5人制の約半分のハーフコートで行われます。ボールの大きさは6号球（女子規格）ですが、重さは7号球（男子規格）のものになります。

チームは4人で形成され、監督やコーチはゲームエリアには入ることができない上に、コートの外から指示を出すこともできません。ゲーム中に取れる1回のタイムアウトや、交代のタイミングなどは、選手のみで判断する必要があり、判断力の高さが求められます。選手のコミュニケーションがとても大切なスポーツで、常にコートに立つメンバーで話あいながらプレーしていきます。

勝負は、先に21点を獲得したチームが勝ちとなる「ノックアウト方式」。試合時間は10分。先に21점에届くか、10分経った時点で多く得点を取っていた方のいずれかで勝利チームが決まります。5人制バスケットで言う「スリーポイント」が2点。それ以外のシュートが1点となります。

ファールに関して、個人ファールという概念はなく、通常のファールであれば何個でも犯すことが可能です。しかし、チームファールが7個以上になるとオフェンスファール以外は相手にフリースローが2つ与えられます。

あっという間に点差が詰まったり、一気にゲームが決まることも。豪快なシュートや個人技が見られたりと、派手さも兼ね備えていて、非常に楽しく、スピード感を楽しむスポーツです。

3人制は「個人スポーツ」!?
大会に応じて個人ポイントが与えられ、プレイヤーはポイント順にランキング!

あなたも世界へチャレンジ!?
3x3ではプロ・アマを問わない世界戦を開催しており、世界各国で行われる予選大会に何度でも挑戦することができる!

展開の速い3X3に求められる選手は...
ロングシュートも打ってリング下でも体を張る!
“オールラウンダー”な選手が活躍!!

スマホアプリが登場

試合の速報やSNSが一度にチェックできて便利

iPhone版 Android™版 公式HPはこちら

～来月号は「チームの選手を知ろう!」の回～

●Androidは Google LLCの商標です。●iPhoneは、米国およびその他の国で登録されたApple Inc.の商標です。
●広報みなかみは、独立した出版物であり、Apple Inc.が認定、後援、その他承認したものではありません。

地域おこし協力隊の活動

一般社団法人FLAP所属

酒井夏実さん

こんにちは！一般社団法人FLAPに所属して、移住・定住の支援、後閑駅にある高校生の自習スペース「後閑駅ナカ学習室 みんなの放課後ターミナル」の運営を行っている酒井夏実です。移住してきて半年が経過しました。引っ越してきてから様々な初体験をしました。猿ヶ京バンジージャンプ・SUP&カヌー・蛍の観測会・天空のナイトクルージングでの満天の星空観測・寒波での氷点下の自宅と凍結する水道…。雪国の洗礼に肝を冷やしました。今年はラフティングや登山に挑戦してみたいです！

学習室の運営では、地域の方のご要望にお応えして、みなかみ町内に在住・通学している中学3年生を対象にトライアル期間を設けて利用拡大を実施しました。予想を超える利用者の登録があり、需要の高さを実感しました。利用者・地域の方のご意見を取り入れつつ、より良い運営ができるよう努めてまいります。その他取り組みとして、町社会福祉協議会主催の高齢者向

けLINE教室への協力のほか、動画制作・みなかみ町の資源を使った学習室用アロマオイル制作・英会話などのイベントを開催しました。3月には環境関連への興味関心を深めてもらうため「赤谷プロジェクト」の展示会と講演会の開催を予定しています。

移住・定住支援では地域交流イベントの開催、移住検討者への町内アテンド・オンライン移住相談会、オールぐんま移住フェアへの参加などを通して、町内外たくさんの方と交流することができ、とても充実した日々を送ることができました。



▲猿ヶ京バンジージャンプ



▲指月会のお手伝いで頂きました！

株式会社VILLAGE INC.所属

松尾真太郎さん

地域おこし協力隊員の“まっつん”こと松尾真太郎です。みなかみ町の“冬”を体感し、日々いろいろな意味でゾクゾクする日々を送っております！

【社員研修inさなざわ岬テラス】

1月中旬に株式会社VILLAGE INC.の社員研修を行いました！株式会社VILLAGE INC.は全国に拠点をもち、主にキャンプ・グランピングフィールドの運営をしている会社であり、みなかみ町にある“さなざわ岬テラス”や“DOAI VILLAGE”もその拠点の一つです！研修では代表の濃いインストールを受け、普段なかなか会えないスタッフと今後どのようにアクションしていくかなどを真剣に話し合いました。

真面目に議論した後は懇親会で大盛り上がり！ご飯はみなかみ町の美味しい食材を満喫してもらえるようなメニューを振

る舞いました！

その後はビンゴ大会で盛り上がりたり、温泉やサウナに入りながら熱く語り合ったりと、楽しく有意義な時間を送ることができました。

2日目はワンドロップ・アウトドアガイドサービスさんによるスノートレッキングツアーを開催！美しい雪原をスタッフ全員で満喫し、アテンドも本当に素敵でスタッフも大満足！ワンドロップの皆さま、本当にありがとうございました。

さなざわ岬テラスのテラスでは企業研修や社員旅行のお宿としても相性抜群！メリハリのある有意義な時間を過ごすことができますよ～！ぜひ会社や組織の皆さままでご利用くださいませ！



▲囲炉裏を囲んでの話し合い



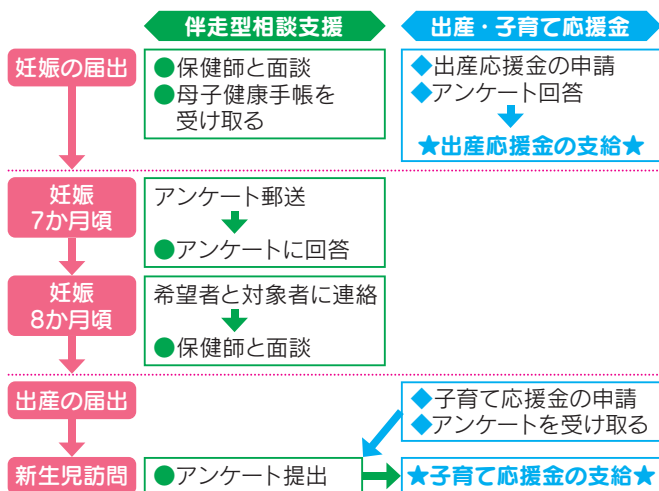
▲トレッキングツアー最高すぎました！

伴走型相談支援事業と出産・子育て応援金実施のお知らせ

問い合わせ先 子育て健康課 こども家庭相談係 ☎0278(20)2300／子育て支援係 ☎0278(25)5009

国により「伴走型相談支援及び出産・子育て応援給付金の一体的実施事業」が創設されたことを受けて、町では妊娠・出産・子育て世帯の相談支援の充実と、『出産応援金』『子育て応援金』として現金支給での経済的支援を2月1日から開始しました。

令和4年4月1日以降に妊娠の届出をした方、産まれたお子様のいる養育者が対象となり、来年度も継続して実施されます。



■出産応援金

対象者	支給額	提出書類
妊婦の方	妊娠1回につき5万円	◆出産応援金申請書兼請求書 ◆妊娠中の方へのアンケート

※他市区町村へ転出予定の場合、転出先で面談を希望することもできます。

■妊娠中の方(妊娠8か月頃)へのアンケート

- ①妊娠7か月頃の方全員にアンケートを郵送します。
- ②アンケートに回答してください。
- ③アンケート結果より「面談希望者」と「支援が必要と判断した方」に連絡します。
- ④保健師と面談します。

■子育て応援金

対象者	支給額	提出書類
新生児の養育者の方	新生児1人につき5万円	◆子育て応援金申請書兼請求書 ◆出産後の方へのアンケート

※双子の場合は10万円になります。

※里帰り出産の場合は、対象者の住所がある市区町村での手続きになります。

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 ☎0278(62)2527

今回のテーマ チャイルドシートを正しく使って

以前、小さな子どもと一緒に車に乗るときは、だっこをしている姿が多くみられました。今は道路交通法の改正により6歳未満の乳幼児へのチャイルドシートの使用が義務づけられています。産院から自宅へ戻るときから必要ということです。しかし令和4年の警察庁の全国調査※では4件に1件が未使用でした。「ちょっとの移動だから」「泣くから」などの理由で使用しなかったことで重大事故が起こっています。使用にあたっては次のことに注意が必要です。

- ①選び方…国の安全基準に適合した右上のマークが表示されている物を使用しましょう。また「チャイルドシートアセスメント」右上の二次元コードから安全性についての評価を確認できます。チャイルドシートは体重や身長等を参考にお子さんの成長に合わせて種類を選びましょう。



チャイルドシートアセスメント



安全基準適合マーク

(「43」以外の番号が付されている製品も適合品です。)

- ②正しい使用方法…先の調査で、取り付けられているチャイルドシートのうち、35%が不適切な取り付けでした。不適正な使用による死亡重症率は適正な使用の約6倍です。チャイルドシートの説明書を読み、正しく装着し使用しましょう。

チャイルドシートを正しく使って、お出かけを楽しみましょう。

※警察庁「チャイルドシート使用有無別交通事故関連統計」平成26年中

●相談・教室【子育て健康課 こども家庭相談係 ☎(20)2300】

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～金 予約制	9時・10時・11時 13時・14時・15時	所 子育て健康課 予 こども家庭相談係 持 妊娠届出書、個人番号カード、印鑑、通帳またはキャッシュカード ※出産応援金の申請も行います。
ママヨガ教室	妊娠中から産後12か月までの母親	3/20(月)	10:30～11:30	所 にいはるこども園2階(汽車ぼっば) 予 こども家庭相談係 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	3/17(金)	10:30～11:30	所 保健福祉センター 予 こども家庭相談係 員 12組
母乳相談	妊婦および産婦	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こども家庭相談係までご連絡ください。		

●乳幼児健診・相談【子育て健康課 健康推進係 ☎(62)2527】

健診・相談の種類	対 象 者	日 程	時 間	備 考
4か月児健診	令和4年11月生	3/15(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
8か月児健診	令和4年7月生	3/15(水)		
12か月児健診	令和4年3月生	3/15(水)		
1歳6か月児健診	令和3年7月11日～8月生	3/14(火)		
2歳児歯科健診	令和3年2月～3月生	4/25(火)		
2歳6か月児歯科健診	令和2年8月～9月生	4/12(水)		
3歳児健診	令和2年1月～2月生	3/8(水)	10:15～10:30 10:00～10:15	
乳児相談	3か月児 10か月児	3/9(木)		

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
汽車ぼっば	親子ふれあい	月～金	10:00～12:00 13:30～16:00	予 3/20(月)13:30より開館します。	子育て支援センター (にいはるこども園2階) ☎(64)1848
	Let's music	3/2(木)	10:30～11:30	予	
	保健師さんのミニ講座『性教育について』	3/6(月)	10:30～11:30	予	
	ベビークッズヨガ	3/9(木)	10:30～11:30	予	
	助産師さんに学ぼう	3/13(月)	10:30～11:30	予	
	大きくなったかな？	3/27(月)～31(金)	10:00～12:00 13:30～16:00	予	
	足形を取ろう！	3/1(水)～31(金)	10:00～12:00 13:30～16:00	予 詳細はスタッフまで。	
キラキラ	親子ふれあい	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
ほかほか	親子ふれあい	月・火・水	10:00～12:00 13:00～15:00	予 午前・午後各3組	NPO法人北風塾 きたかぜはうす ☎(25)3535
	おたのしみ会	3/14(火)	10:30～13:30	予 午前・午後各3組 内 当日写真を撮ります。	
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 午前・午後各3組	つきよのこども園 ☎(25)8400
	おはなしの会	3/7(火)	10:15～	予 限定3組 内 20分程度 午前中1回のみ開催	
	親子製作(記念品を作ろう！)	3/13(月)～17(金)	10:00～	予 1日限定3組 内 フォトフレームを製作します。	
	産後ダンス	3/22(水)	10:30～	予 限定3組 持 抱っこ紐、汗ふきタオル、飲み物	

■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

そのクリック大丈夫!? インターネットで購入する場合は、ご注意ください!

注文する前「最終確認画面」のチェックリスト

- ☐ 意図せず定期購入が条件になっていませんか?
「初回特別価格」「〇か月コース」「定期コース」など表示されている場合は特に確認
- ☐ 定期購入が条件になっている場合、継続期間や購入回数に納得していますか?
「〇回をお受け取り後に解約できます」「〇回のお受け取りが条件になっています」など表示されている場合はよく確認
- ☐ 支払うことになる総額を確認しましたか?
2回目以降の代金は、初回の代金と異なるケースもある
- ☐ 解約の際の連絡手段を確認しましたか?
解約が電話やメッセージアプリに限定されている場合は、電話がつかない、メッセージアプリの操作がうまくできないことも想定する
- ☐ 解約・返品できるか、解約・返品できる条件（返品特約）を確認しましたか?
「次回商品発送の〇日前までに連絡すれば解約できる」など解約の申出に期限がある場合にはその期限、解約時に違約金などの支払いが必要であればその金額など、解約条件の詳細を確認
- ☐ 利用規約の内容を確認しましたか?
- ☐ 「最終確認画面」をスクリーンショットで保存しましたか?
契約を取り消す際の証拠

「定期縛りなし」
「いつでも解約可能」

↓
初回低価格の商品のみ購入し、2回目以降を解約すると違約金を請求されるケースも

「1回目90%オフ」
「初回実質〇〇円」
「1回だけのお試しOK」

↓
定期購入が条件になっていることも

「割引クーポンを使用する」

↓
使用したことで、複数回の購入が条件の定期コースに切り替わっていることも



消費者庁イラスト集より

←すべてにチェックが入りましたか? すべてにチェックが入らない際は、購入を検討しましょう。通信販売は、クーリング・オフが適用されません。

商品、サービス、契約のトラブル、多重債務などでお困りの時には、**沼田市消費生活センター**へ
沼田山下之町888番地 TERRACE沼田(テラスめまた)3階 ☎0278(20)1500
相談時間: 9:00~12:00/13:00~16:00 (土・日・祝日・年末年始は休み)
*みなかみ町にお住まいの方もお気軽にご相談ください!

地域包括 支援センター からのお知らせ

お隣や近所は大丈夫?

~介護でストレス感じている方いませんか?~

■問い合わせ先 地域包括支援センター ☎0278(62)0540

寝たきりや認知症などの介護を要する高齢者を抱えている家庭は、誰にも相談できず地域から孤立してしまい虐待に発展しているケースもあります。お隣や近所でいつもと様子が違うと感じたら見て見ぬふりをせず『誰かに相談してみる』ことが大切です。また、地域のつながりを大切に、声かけや見まもりなど、気軽にできることから始めてみませんか?



高齢者虐待は大きく5つに区分されます。

- 1 たたく、つねる、蹴(け)る、ベッドに縛りつける、意図的に薬を過剰に与えるなど(身体的虐待)
- 2 排泄の失敗に対し恥をかかせる、怒鳴る、無視するなど(心理的虐待)
- 3 食事を十分に与えない、劣悪な住環境の中で生活させるなど(介護・世話の放棄)
- 4 必要なお金を渡さない、年金や預貯金を勝手に使用するなど(経済的虐待)
- 5 排泄の失敗などに対し刑罰的に下半身を裸にして放置するなど(性的虐待)

お知らせ

自動車の登録手続は お済みですか？

自動車税（種別割）は、毎年4月1日現在、車検証に記載されている所有者（割賦販売の場合は使用者）の方に課税されます。

次のような場合は、令和5年3月31日（金）までに運輸支局で必ず手続を行ってください。

- ・【移転登録】自動車を下取りに出したり、他の人に譲渡したりした場合
- ・【抹消登録】自動車を使用しなくなった場合
- ・【変更登録】住所、氏名に変更があった場合

運輸支局での手続がされないと、既使用していない自動車の税金を納めることになったり、転居先に納税通知書が届かなかつたりといったトラブルの原因となります。また、手続を販売業者等に依頼した場合は、必ず手続が済んでいるかご確認ください。

■問い合わせ先

自動車税（種別割）について
群馬県自動車税事務所

☎027（263）4343

自動車の登録について

関東運輸局群馬運輸支局

☎0550（5540）2021

第8回環境学習発表会を 開催します

町内の小学校では、それぞれの地域の特色を活かした環境学習や地域学習に取り組んでおり、町ではその成果を発表する機会として「みなかみ町環境学習発表会」を開催しています。

今年度も前回と同様、新型コロナウイルス感染症の予防および拡大防止の観点から、オンライン形式による開催とします。各小学校の発表の様子を録画・編集した動画をホームページ上に順次公開しますので、ぜひご覧ください。

■視聴方法▽ユネスコエコパークホームページ内のお知らせ欄からご視聴ください。

■問い合わせ先

総合戦略課 企画係

☎0278（25）5030



令和4年度禁煙支援県民公開講座「たばこの基礎知識」正しい「たばこの煙の知識と禁煙」を開催します

県では、禁煙や受動喫煙防止に向けた取り組みの推進を図るため、禁煙支援県民講座を動画配信により開催します。たばこを吸う方も吸わない方もぜひご覧ください。

■講師▽京都大学大学院特任教授（医学博士） 高橋 裕子 先生

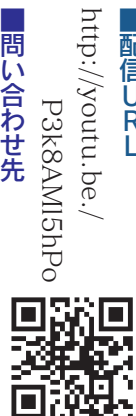
■視聴料▽無料配信ですが、通信料は

かかります。

■配信期間▽令和5年3月30日まで

■配信URL

<http://youtu.be/P3k8AM15hPo>



■問い合わせ先

群馬県健康長寿社会づくり推進課

☎027（867）2758

募 集

国家公務員募集

人事院は2023年度に次の国家公務員採用試験を行います。

■総合職試験（院卒者試験）、総合職試験（大卒程度試験）

受付期間▽3月1日（水）～3月20日（月）

第1次試験日▽4月9日（日）

■一般職試験（大卒程度試験）

受付期間▽3月1日（水）～3月20日（月）

第1次試験日▽6月11日（日）

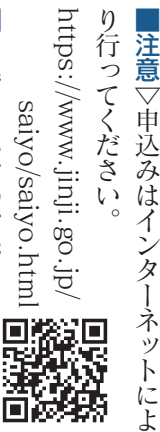
■一般職試験（高卒者試験）、一般職試験（社会人試験（係員級））

受付期間▽6月19日（月）～6月28日（水）

第1次試験日▽9月3日（日）

■注意▽申込みはインターネットにより行ってください。

<https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html>



■申込・問い合わせ先

人事院関東事務局

☎048（740）2006～8

令和5年度自衛官等の募集案内

平和を、仕事にする。

陸海空自衛官募集

自衛隊群馬地方協力本部 沼田地域事務所 ☎0278(23)4111



自衛隊群馬地方
協力本部公式
ホームページ▶



募集種目	資 格	受付期間	試 験 日	試験会場	合格発表
幹部候補生 （一般受験 併願可能・ 大卒程度 試験）	22歳以上26歳未満の者（20歳以上22歳未満の者は大卒（見込含）、修士課程修了者等（見込含）は28歳未満の者）	第1回 3/1（水）～4/14（金） 第2回 3/1（水）～6/15（木） （飛行要員除く）	第1回 1次：4月22日（土）・23日（日） （23日は飛行要員のみ） 第2回 1次：6月24日（土）	1次：前橋市内 （予定）	①1次： 5月19日（金） ②1次： 7月21日（金）
一般曹 候補生	18歳以上33歳未満	3/1（水）～5/9（火）	1次：5/19（金）～5/28（日） いずれか1日を指定	前橋市内および 太田市内（予定）	1次6/8（木）
自衛官 候補生	18歳以上33歳未満	通 年	受付時または各自衛隊地方協力 本部のホームページにて通知	相馬原駐屯地 新町駐屯地	試験時に通知

国民年金からの お知らせ

付加保険料のご案内

将来受給する年金額を増やすために、第1号被保険者（自営業者等）や65歳になるまでの任意加入被保険者は、希望により定額保険料に加えて月額400円の付加保険料を納めることができます。付加保険料を納める場合には、定額保険料を納める必要があります。

付加保険料を納めると、将来、老齢基礎年金に加えて付加年金を受けられます。付加年金の計算式は次のとおりで、2年以上受け取ると、支払った保険料以上の年金が受け取れます。

付加年金額（年額）＝200円×
付加保険料を納めた月数

なお、国民年金基金に加入している方や免除制度を利用している方は、付加保険料を納めることができます。

付加年金の加入をご希望の方は、役場町民福祉課へお申し出ください。

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 医療係
☎0278(25)5010

お知らせ

みなかみ町公共下水道事業 計画変更案の縦覧について

利根川上流域域関連みなかみ町公共下水道事業計画変更に伴い、関係図書室を次のとおり縦覧しますので、変更計画案の内容についてご確認ください。

■縦覧期間▽令和5年3月6日（月）
（令和5年3月20日（月） 午前8時
30分～午後5時15分※閉庁時を除く）

■縦覧場所▽役場 生活水道課

問い合わせ先

生活水道課 上下水道係
☎0278(25)5014

月夜野地区3小学校の 統合が議決されました

令和5年第1回（1月）みなかみ町議会臨時会において、月夜野地区の3小学校を令和8年4月1日に（仮称）みなかみ町立月夜野統合小学校に統合する「みなかみ町立学校設置条例の一部を改正する条例」が議決されました。今後、校舎の基本設計業務や統合小学校準備委員会の設置等、諸事業が進められていきます。

問い合わせ先

学校教育課 教育環境対策室
☎0278(62)2275

みなかみ町観光協会だより FIND YOUR OASIS.

コロナも収束に向かい、コロナ禍ではできなかった、国際交流も再開し始めました。1月には、友好都市である台南市のランタン祭りの視察や、台南市旅行商業同業公会との交流を行い、今後の町内モニターツアーや商談会の開催や高雄科技大学からのインターシップ受け入れについて協議しました。

また、2月にはJR東日本と連携し、海外のお客様でも日本のいいものが購入できるように「JRE MALLの越境EC化」（JR東日本グループの運営するショッピングサイトを海外の方が利用できるようにする改善）を行い、メトロポリタン台北にてみなかみ町の商品等をショールーミング展示し実証実験を行っています。今後も交流を深めながら、観光振興をしていきたいと思ひます。

※ショールーミングとは：商品を購入する前に消費者が店舗等に足を運び、価格や性能などを確かめたうえで、オンラインで商品を購入する仕組み。



みなかみ町の商品をショールーミング展示（台北）



オープニングセレモニーの
鏡開き（台北）



台南市政府消防局 ランタン祭り



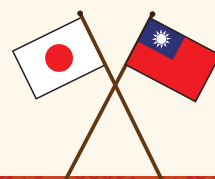
左）台南市政府観光旅游局長 郭さん
みなかみの記念品を贈呈



高雄科技大学からのインターシップ受け入れ
について意見交換 右）林根藤さん（専任講師）



左）台南市政府消防局の大隊長 黄さん
4月に32人で来町してくれます。



みなかみ町認知症カフェイベントVOL3を開催します！

～認知症になっても本人・家族・地域住民が安心して暮らせる町、みなかみ町へ～

みなかみ町にある認知症カフェを運営している団体が集まり、認知症地域支援・ケア向上事業の一環で、地域住民の方への「認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進」を行うイベントを開催いたします。また、このイベントには町内の福祉事業所、飲食業、福祉関係にゆかりのある町内外の企業が集まりイベントにご協力いただきます。

■開催日 令和5年3月29日(水)
10:00(受付9:30)～15:00

■場所 町保健福祉センター

■内容

イベントは、介護の講演、飲食ブース、健康ブース、体験ブース等を設け、様々な方が楽しめるように参加団体と企画しております。認知症の理解や地域の方とのコミュニティーの場を提供できるように努めて参りますので、皆様のご来場をお待ちしております。



▲介護の講演の様子



▲健康体操の様子

認知症カフェとは

認知症カフェは、認知症の人とその家族が気軽に立ち寄れるカフェのことで、地域の人たちとのつながりのきっかけとなる場所です。認知症の人やその家族だけでなく、誰もが参加できる場所として、レクリエーションやお茶会、相談などを行っています。

町内には6カ所の認知症カフェがあり、事前申し込みは不要ですが、臨時でお休みすることもあるため、お問い合わせのうえお出かけください。

問い合わせ先

町社会福祉協議会 ☎0278(62)0081

みなかみ認知症カフェ実行委員会 ☎0278(62)0753(和みの家)

図書室だより Book Information

3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。

◆ブックポストを設置しています。

- ・中央公民館図書室とカルチャーセンターの図書室には、玄関横にブックポストが設置されています。
- ・夜間や休室日に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は破損の恐れがあるので、ブックポストは利用せず、図書室の窓口までお願いします。

◆スマートフォンで検索や予約ができます。

- ・児童図書室の本やDVDはスマートフォンから検索や予約ができます。右のQRコードを読み取ればすぐに検索画面になります。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。



◆新型コロナウイルス対策

- ・図書室の滞在時間は2時間制限を継続します。状況によって変更する場合がありますので、各図書室窓口や町ホームページ等でご確認ください。
- ・手洗い、消毒、咳エチケット等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、ご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

祝祭のハングマン／中山七里／**中**
三流シェフ／三國清三／**中**
貸本屋おせん／高瀬乃一／**水**
80代からのいきいきライフ／**水**
名探偵のままでいて／小西マサテル／**新**
今、作りたいスマホショルダー／**新**
ほんとうの定年後(講談社現代新書 2671)
-「小さな仕事」が日本社会を救う-／坂本貴志／**力**

◆新着児童書

超もりあがる!5分間ゲーム／さそり山かずき／**中**
ホットプレートよーいどん!／さいとうしのぶ／**中**
オハヨウどろぼう／おのりえん／**水**
かえりみちととこ／ひろまつゆきこ／**水**
とんでやすんでかんがえて…／五味太郎／**新**
ねこねむる／楓 真知子／**新**
おひなさまのいえ 新装版
(世界文化社のワンダー絵本)／吉田朋子／**力**

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 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

相談

こころの健康相談

精神科医・保健師による「こころの健康相談会」を行います。眠れない、イライラして落ち着かない、仕事に手につかない、不登校、産後うつ、認知症、薬物・アルコール依存症などでお困りの方、その他心配事のある方は、この機会にぜひご相談ください。

■場所・問い合わせ先・日時

利根沼田振興局 利根沼田保健福祉
事務所(保健係 精神保健担当)

3月1日(水) 午前
3月15日(水) 午前

町子育て健康課 健康推進係

3月22日(水) 午後

■申込方法▽相談はすべて予約制です。希望者はあらかじめ電話で申し込みをしてください。

■その他▽会場に来ることができない方は家庭訪問も受け付けていますのでご利用ください。

■申込・問い合わせ先

利根沼田振興局 利根沼田保健福祉
事務所(保健係 精神保健担当)

☎0278(23) 2185

町子育て健康課 健康推進係

☎0278(62) 2527

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 3月20日(月)
会場：社会福祉センター相談室(のぞみ館)
- 月夜野会場 4月18日(火)
会場：町保健福祉センター2階

法律相談所

- 新治会場 3月10日(金)
会場：社会福祉センター相談室(のぞみ館)
- 月夜野会場 4月14日(金)
会場：町保健福祉センター2階

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 ☎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	3月	4月
月夜野	小和知公民館前	15:20	28日(火)	27日(木)
	大峰集荷倉庫前	13:20	23日(木)	18日(火)
水上	大芦公民館前	13:20	28日(火)	27日(木)
	北部生活改善センター前	13:40		
	原集古館前	14:10		
	栗沢公民館前	14:50		
新治	上羽場分館前	12:30	23日(木)	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。

3月

- 月曜 妊婦と旅行
- 火曜 口内炎
- 水曜 皮膚病変と内臓疾患
- 木曜 鉄欠乏性貧血と食事
- 金曜 座りスクワット
- 土日 マスクと口呼吸

3月の「直接相談タイム」

- 3月9日(木) 歯科
- 受付時間帯 午後7時30分～午後9時
- 上記時間帯は歯科医師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	3月	4月
水上	大芦公民館(坂東会館) 9:00～12:30	3日(金)	7日(金)
	北部生活改善センター 9:00～12:30	9日(木) 23日(木)	13日(木) 27日(木)
新治	赤谷公民館 9:00～12:30	14日(火)	18日(火)
	入須川分館 13:30～17:00	7日(火) 28日(火)	11日(火) 25日(火)
	笠原生活改善センター 9:00～12:30	8日(水) 22日(水)	5日(水) 19日(水)
	東峰分館 9:00～12:30	10日(金)	14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) ☎0278(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
ご確認ください



2023年トルコ・シリア地震 救援金受付開始



日本赤十字社では各国赤十字社等
が実施する救援活動を支援するため、
救援金を受付しています。救援金は
役場町民福祉課窓口へ持参、または
ゆうちょ銀行や都市銀行への口座へ
の入金もできます。詳しくは町民福
祉課障害・福祉係日赤担当までご連
絡ください。

問い合わせ先

町民福祉課 障害・福祉係
☎0278(25)5011

納期限：3月31日(金)

- 国民健康保険税(第9期)
- 後期高齢者保険料(第9期)
- 国民年金(2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!

1月の出生者

男の子	女の子	計
1人	3人	4人

数字は住民基本台帳(2/15現在)に基づくものです。

人口と世帯

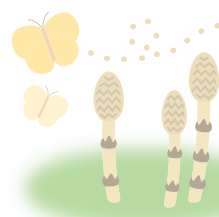
2月1日
現在

総人口	17,568人	(-34)
男	8,604人	(-24)
女	8,964人	(-10)
世帯数	7,934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

3月

- 1日(水) 利根商業高校卒業式
- 13日(月) みなかみ中学校卒業式
- 20日(月) にいはるこども園卒園式
- 21日(祝) 春分の日
- 22日(水) つきよのこども園卒園式
- 23日(木) 町内小学校卒業式
- 25日(土) 水上わかくりこども園卒園式



4月

- 7日(金) 町内小学校入学式
- みなかみ中学校入学式
- 8日(土) 水上わかくりこども園入園式
- 10日(月) つきよのこども園入園式
- にいはるこども園入園式
- 利根商業高等学校入学式
- 29日(祝) 昭和の日

※新型コロナウイルス感染症の影響により、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。



ひな祭りやお祝いの日にぴったり!

「牛乳パックでデコレーション寿司」

材料(4人分) 1人分のエネルギー407kcal 塩分1.8g

ご飯… 2合(約660g)	卵…………… 2個	鮭フレーク…………… 50g
酢…………… 大さじ4(60g)	砂糖… 小さじ2(6g)	ほうれん草 1/2袋(100g)
砂糖… 大さじ3(27g)	塩…………… ひとつまみ	絹さや…………… 4枚
塩… 小さじ2/3(4g)	サラダ油…………… 適量	サーモン…………… 4枚(40g)
		マグロ…………… 8枚(60g)



ワンポイントアドバイス

- ・小さなお子さんには、ローズ
ハムやゆで人参を型抜きして
飾っても可愛く仕上がります。
- ・ひな祭りのほか、お祝いの日
などにおすすめです。

● 作り方 ●

- ①普通より少なめの水加減でご飯を炊く。
- ②牛乳パックの一边を切り取り、長方形に形作り、ホチキスで止める。
- ③酢、砂糖、塩を混ぜ合わせ、すし酢を作る。
- ④卵を割り、砂糖、塩を入れて溶きほぐす。フライパンに薄く油をしき、中火にかける。卵を流し入れ、手早く箸でかき混ぜ、炒り卵を作る。
- ⑤ほうれん草は、塩を加えた熱湯でゆで、水にさらして絞り、1cm長さに切る。絹さやは筋を取り、塩を加えた熱湯でゆで、斜め半分に切る。
- ⑥ご飯が炊けたら、うちわであおぎながら③のすし酢を入れ、切るように混ぜ合わせ、すし飯を作る。
- ⑦牛乳パックにラップを敷き、底に炒り卵を敷く。その上に、すし飯の1/3を入れてスプーンで平らにし、ごはんを角までしっかり押しつける。次に、鮭フレーク、すし飯1/3、ほうれん草、すし飯1/3の順に入れ、それぞれスプーンでしっかり押しつける。ラップをして、しばらく置いて形をなじませる。
- ⑧平皿をかぶせて牛乳パックをひっくり返す。牛乳パックとラップを外し、絹さや、花の形に巻いたまぐろ、サーモンを飾る。



◀二次元コードを読み取ると、調理の様子を動画で見ることができます。