

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)

12

No.218

内容

- 冬季の除雪作業にご協力ください
- 最後のシーズン! 赤沢スキー場 ■ ポスターコンクール入選作品紹介

地元の新そば 技の伝承

【今月の表紙】 みなかみ秋の新そばまつりオープニングイベント
利根実業高等学校の生徒によるそば打ち実演。



冬季除雪作業 にご協力ください

皆さんのご協力が不可欠です

❶ 出入口の除雪は各ご家庭で

除雪車が通った後に残った玄関や車庫前などの雪は、機械除雪では大変困難です。残った雪はお手数でも各ご家庭で処理していただきますようお願いいたします。

❷ 早朝作業にご理解を

除雪作業は、朝の通勤・通学路線を確保することを第一優先としているため、早朝の除雪作業は欠かすことができません。皆さんのご理解をお願いいたします。

❸ 道路に雪を出さないで

除雪作業が行われた後の道路や、消雪、ロードヒーティングが設置されている道路上に雪を出すことは、交通障害の発生につながりますので、ご遠慮ください。

❹ 路上駐車はしない

除雪作業時に最大の障害となるのが路上駐車です。緊急車両の通行等にも支障をきたすため、日頃から「路上駐車はしない！させない！」を意識しましょう。

❺ 道路への飛び出しに注意を

道路への飛び出しは事故へとつながります。子どもの雪遊びでは場所の選定や安全について保護者が十分に注意を払ってください。

❻ 鉄板や側溝ふたの放置は危険

子どもや高齢者が側溝に落ちてケガをする事故が増えているため、雪処理目的で取り外した側溝のふたやグレーチングは速やかに元に戻しましょう。



参照)

お使いのパソコンやスマートフォンから、複数台の除雪車両の作業状況をリアルタイムに確認することができます。(次頁

■ 除雪作業の確認

除雪に関する要望等は各区の区長さんを通じて申し出るようお願いいたします。

■ 除雪に関する要望

除雪に関する要望等は各区の区長さんを通じて申し出るようお願いいたします。

■ 消雪・融雪施設の稼働

町内の消雪・融雪施設は12月より稼働を開始します。急な降雪時は交通事故等に十分注意してください。

開始します。

除雪作業の実施は、天候や気温、降雪量を確認して判断します。積雪量が基準を超えると判断された場合に、通勤・通学等に支障がないよう除雪作業を開始します。

除雪作業の実施は、天候や気温、降雪量を確認して判断します。積雪量が基準を超えると判断された場合に、通勤・通学等に支障がないよう除雪作業を開始します。

除雪作業の実施は、天候や気温、降雪量を確認して判断します。積雪量が基準を超えると判断された場合に、通勤・通学等に支障がないよう除雪作業を開始します。

除雪作業の実施は、天候や気温、降雪量を確認して判断します。積雪量が基準を超えると判断された場合に、通勤・通学等に支障がないよう除雪作業を開始します。

除雪作業の実施は、天候や気温、降雪量を確認して判断します。積雪量が基準を超えると判断された場合に、通勤・通学等に支障がないよう除雪作業を開始します。

■ 除雪出動の基準

除雪作業の実施は、天候や気温、降雪量を確認して判断します。積雪量が基準を超えると判断された場合に、通勤・通学等に支障がないよう除雪作業を開始します。

除雪車両運行管理システム

【みなかみ町】除雪作業車両追跡MAP



🚛 車両運行状況をリアルタイム通信

各除雪車両に設置している端末からGPS（全地球測位システム）通信し、運行状況を記録しています。蓄積された最新の運行データを取得することで、複数台の車両の位置情報や運行状況をリアルタイムに確認することができます。

🚛 専用ソフト不要で利用可能

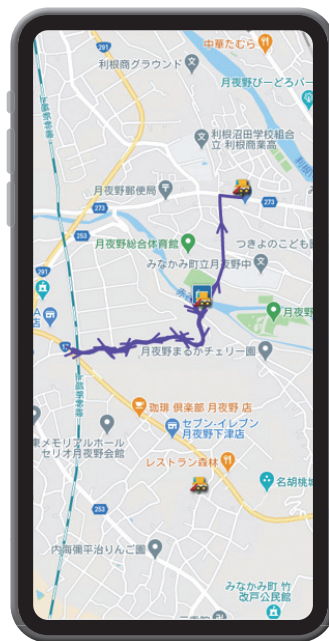
既存のITソリューションの多くは、専用ソフトを必要とすることから、ソフトがインストールされていない端末からは情報にアクセスできないといった問題を抱えています。本システムは専用ソフト不要で利用できます。

🚛 表示内容をカスタマイズ

表示地区指定、車両現在地の表示の有無、軌跡表示、日時指定など、さまざまな運行状況を表示させることが可能です。例えば、外出の予定がある場合、これから通る道に車両が運行したかどうか表示内容を指定することができます。

🚛 24時間いつでもどこでも利用可能

お使いのパソコンやスマートフォンで閲覧可能となっています。24時間いつでもどこでも運行状況を確認することができます。ため、快適にご利用いただけます。



車両の
位置情報や運行経路を
リアルタイムに
チェック！



気象情報ライブカメラ

町では、町内14カ所に定点カメラを設置し、その内9カ所で計測した積雪量や降水量などの気象情報を町ホームページで公表しています。国土交通省や群馬県が所管している道路の状況も併せて確認することができますので、お出かけの際などにご利用ください。

■気象観測ポイント 大芦・藤原・大穴・谷川・湯原・湯楡曾・猿ヶ京・須川・入須川・布施・新巻・小川・月夜野・後閑 ※赤字は計測ポイント

■計測項目 積雪深、1日降雪量、降水量、気温



みなかみ町 ライブカメラ 検索

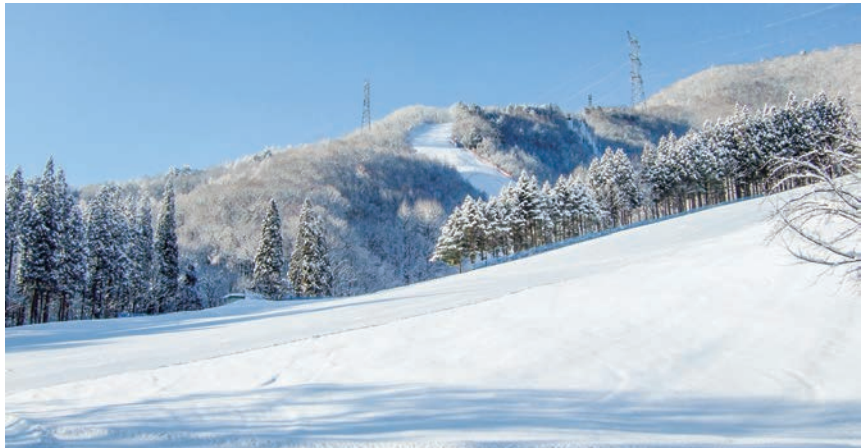
最後のシーズン!赤沢スキー場

問い合わせ先 観光商工課 観光振興係 ☎0278(25)5017

44年間、営業を続けてきた町営赤沢スキー場は、今シーズンをもって営業を終了します。長年にわたり、町民の皆さまにご利用いただきありがとうございました。赤沢スキー場は当時、林業関係に従事する方の冬場の仕事として、地域産業振興に寄与するため、整備されました。以来、家族連れはもとより、全国大会を目指す子ども達や中高生の練習の場としても、スキー関係者に親しまれてきました。

■最後のシーズン企画

これまで、スキー場を支えてくださったスキー場関係者すべての皆さまに感謝申し上げます。最後のシーズンにあたって、リフト無料日や抽選会など感謝イベントも計画しております。詳細が決定しましたら、ホームページやSNS等で告知いたしますので、ぜひお出かけください。



◀赤沢スキー場全景(新雪の朝)

■今後の活用方針

今後は、豊かな自然を守り続け、大切な自然環境と共生する持続可能なまちづくりを行う場として、この場を再スタートできればと考えます。

■営業時間

12月23日(土)～3月10日(日) 火曜定休
※降雪状況により、変更が生じます。

水道の冬支度はお早めに!

問い合わせ先 上下水道課 上下水道係 ☎0278(25)5003

■水道管の凍結防止対策

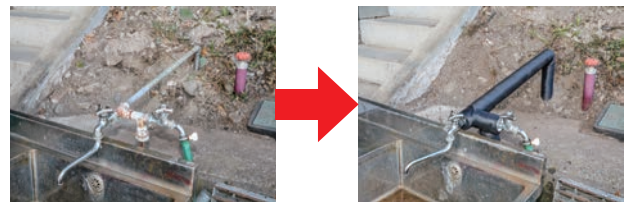
水道管は寒さに弱く、特に強い風が当たる場所では凍結や破損の可能性が高くなります。凍結防止対策として、地上に出ている水道管に保温材や保温ヒーターを巻く方法があります。

■水道管が凍結したら?

水道管が凍結した場合、凍結した部分にタオルなどを巻いて蛇口を開き、30～40度ぐらいのぬるま湯をゆっくりとかけて凍結部分を溶かしてください。熱湯などで急速に水道管や蛇口を温めると破損する場合がありますのでご注意ください。ご自身で対応できない場合は有料修繕工事となります。町指定給水装置工事業者へご相談ください。

■積雪時の水道検針

12月から3月にかけての積雪期でも通常どおり検針を行います。積雪量が多く検針できない場合は、前年同時期の水量などを参考にして水道料金を請求させていただきます。この場合は次回の検針で調整しますので、ご理解とご協力をお願いします。



▲保温材

■水道料金に関する業務の委託

水道料金に関する開閉栓業務や料金収納業務、給水停止業務などを(株)両毛ビジネスサポートに委託しています。水道に関する問い合わせ・申し込み等お気軽にご相談ください。

(株)両毛ビジネスサポート
みなかみ事業所(上下水道課内)
☎0278(62)3977

高齢者・要援護者 住宅にかかる 除雪費用を助成します 《高齢者および要援護者 冬期生活支援事業》

問い合わせ先 町民福祉課 障害・福祉係 ☎0278(25)5011

■事業の目的

労働的かつ経済的に自力で除雪等が困難な高齢者および要援護者に対して、冬期間の安全な暮らしを確保することを目的とします。

■助成を申請できる期間

令和5年12月1日（金）～令和6年3月29日（金）

■助成の内容

①除雪支援

生活の本拠となる建物等の除雪（屋根の雪下ろしおよび玄関周り等の日常生活に支障を来す場所の除雪）にかかった費用の3分の2を町が助成します。ただし、助成限度額はワンシーズン4万円とし、それを超えた費用は自己負担となります。

②冬期居宅支援

お住まいの建物が積雪により倒壊の恐れがあると認められた場合、町で委託した民間施設に一時居住できます。1泊2食付きで、契約額の半額を町が支援します。また、居宅支援を受けられる期間は最長で1か月です。

■助成を利用できる世帯

①在宅で日常生活を営むのに支障のある【65歳以上のひとり暮らし高齢者世帯】または【80歳以上の高齢者のみの世帯】もしくは【それと同等の環境にある高齢者のみの世帯】

②身体障害者手帳の交付を受けた人で、1級および2級に該当された人のみで構成された世帯

※ただし【町民税の所得割が課税されている世帯】
【親族等から同等の支援を受けることができる世帯】
【集合住宅にお住まいの世帯】等は対象外

■助成を受けるには

①民生委員さんを通じて町に申請をしていただきますので、除雪をする前に担当地区の民生委員さんにご相談ください。なお、申請の際には【領収書（原本）】【除雪前後の写真】【振込先の口座情報がわかるもの（通帳の見開き部分の写し等）】が必要となります。

②除雪作業は原則、労働者災害補償保険に加入している事業者に依頼してください。

胃がん【内視鏡】検診の終了期限が近づいています



問い合わせ先 子育て健康課 健康推進係 ☎0278(62)2527

今年度の胃内視鏡検診期間は残り3か月となりましたが、受診はお済みでしょうか。期間間際は混雑するため、お早めの予約をおすすめします。

今年度、町の胃バリウム検査を受けていない方で胃内視鏡検診を希望する方も受診できますので、子育て健康課までお問い合わせください。

また、申請済みの方で受診票がお手元にある方は早めに予約をしましょう。

■胃内視鏡検診受診の流れ

ステップ1：役場に申請し受診票・同意書を受け取る。（窓口または二次元コード）

ステップ2：医療機関に予約する。

ステップ3：受診票・同意書を持って受診する。

■実施場所

利根沼田の協力医療機関

■実施期間

令和6年2月29日（木）まで

■対象者（年齢は令和6年3月31日時点で判断）

50歳および51歳以上で奇数年齢の方

※前年度未受診の偶数年齢の方も受診できます。

※胃の病気で治療中や経過観察中の方はこの検診を受けられません。

■検診料

2,000円

■検診内容

問診ならびに胃内視鏡検査

■持ち物

受診票、検診料、同意書、保険証、お薬手帳（お持ちの方）

■その他

・体調の良い日に受診してください。
・検診当日は検温とマスク着用をお願いします。

ポスターコンクール入選作品紹介

防火 ポスターコンクール (敬称略) ※写真は利根沼田防火協会連合会
ポスターコンクール出品作品
問い合わせ先 総務課 危機管理室 消防・防災係 ☎0278(25)5002

- 最優秀賞**
- 吉規 由真 (古馬牧小2年)
 - 番場 恵 (古馬牧小6年)
 - 本多 陽咲 (みなかみ中3年)



▲吉規由真(古馬牧小2年)



▲番場 恵(古馬牧小6年)



▲本多陽咲(みなかみ中3年)

- 優秀賞**
- 阿部 穂果 (新治小3年)
 - 高橋 咲希 (水上小6年)
 - 小池 拓翔 (みなかみ中1年)

- 努力賞**
- 渡部 瑠香 (桃野小3年)
 - 関 瑛翔 (新治小6年)
 - 高橋 絆 (みなかみ中2年)

特別賞

- 町長賞**
- 村山 允紀 (新治小3年)
 - 高橋 空悟 (新治小4年)
 - 橋本 悠愛 (みなかみ中3年)
- 議長賞**
- 阿部奈菜緒 (古馬牧小3年)
 - 鬼頭 陸 (桃野小6年)
 - 増田 拓也 (みなかみ中3年)

- 教育長賞**
- 綿貫 泰良 (新治小1年)
 - 本多 蒼衣 (新治小6年)
 - 木村 海斗 (みなかみ中3年)
- 消防団長賞**
- 阿部仁千香(桃野小2年)
 - 中島 優空 (藤原小6年)
 - 清水 杏 (みなかみ中2年)

- 佳作**
- 鈴木 正義 (桃野小2年)
 - 田村 歩舜 (新治小2年)
 - 根岸 愛来 (桃野小4年)
 - 平間莉央奈 (月夜野北小4年)
 - 吉規 杏 (みなかみ中2年)
 - 小倉 太吉 (みなかみ中3年)

人権 ポスターコンクール (敬称略) **人権週間** 12月4日～10日
問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係 ☎0278(25)5025

- 小学生** の部
- 最優秀賞**
- 高橋 咲希 (水上小6年)
- 優秀賞**
- 長島 福良 (古馬牧小6年)
 - 高橋 息吹 (桃野小5年)



▲高橋咲希(水上小6年)

- 中学生** の部
- 最優秀賞**
- 芳賀 衣織 (みなかみ中2年)
- 優秀賞**
- 林 快星 (みなかみ中1年)
 - 永谷 松雄 (みなかみ中2年)
 - 関 こまち (みなかみ中2年)



▲芳賀衣織(みなかみ中2年)

— 「誰か」のこと じゃない。 —
(啓発活動重点目標)

展示会 場所：役場本庁舎 1階ロビー
期間：12月1日(金)～12月11日(月)
時間：8:30～17:15 (土日閉庁)

ユネスコエコパーク ポスターコンクール (敬称略)

問い合わせ先 企画課 地域創生係 ☎0278(25)5032

小学生の部 (低学年)

- 金賞** 山田 真大 (古馬牧小2年)
銀賞 林 芽衣 (古馬牧小3年)
銅賞 前原 後山 (藤原小3年)



▶ 山田真大(古馬牧小2年)



▶ 松島姫絆(みなかみ中1年)

中学生の部

- 金賞** 松島 姫絆 (みなかみ中1年)
銀賞 原澤 芽生 (みなかみ中1年)
銅賞 鈴木 純奈 (みなかみ中1年)

小学生の部 (高学年)

- 金賞** 櫻井 陽空 (古馬牧小4年)
銀賞 小林衣芙綺 (古馬牧小6年)
銅賞 高橋 倖太 (桃野小6年)



▶ 櫻井陽空(古馬牧小4年)

人と自然の共生を感じる作品

みなかみユネスコエコパーク登録を機に、本町の豊かな自然を「まもる・いかす・ひろめる」暮らしをより身近に感じて郷土愛を育むとともに、未来を担う子ども達に啓発していくことを目的に募集しました。たくさんのご応募ありがとうございました。

ホタル ポスターコンクール (敬称略)

問い合わせ先 企画課 地域創生係 ☎0278(25)5032

小学生の部



▲鈴木杏莉(月夜野北小5年)

- 金賞** 鈴木 杏莉 (月夜野北小5年)
銀賞 小室 星來 (新治小5年)
銅賞 馬場 翔也 (古馬牧小4年)
佳作 田中 蒔菜 (古馬牧小4年)
本多 翔空 (新治小5年)
高橋 倖太 (桃野小6年)

中学生の部



▲飯野颯介(みなかみ中1年)

- 金賞** 飯野 颯介 (みなかみ中1年)
銀賞 中村 沙羅 (みなかみ中2年)
銅賞 小林 瑤 (みなかみ中1年)
佳作 山田 桜娘 (みなかみ中1年)
ベネット大峨 (みなかみ中2年)
原 希継 (みなかみ中2年)

おとなの運動教室参加者を募集します(ピラティス)

問い合わせ先 子育て健康課 健康推進係 ☎0278(62)2527

こちらから申込▶



「おとなの運動教室」は奇数月に3回シリーズで楽しく運動できる内容を準備しています。健康ポイント対象事業で初めての方や男性の方も大歓迎です！

■ピラティスとは？

ピラティスは柔軟性を高め、身体のバランスを整えるエクササイズで、自律神経を整える効果があります。身体の深層にあるコアを鍛えることにより姿勢改善など身体の矯正にもつながります。



開催日時	1月15日(月) 1月22日(月) 各回午後1時30分～午後2時30分 1月29日(月)
対象	40～64歳(運動しても差しさわりのない人)
会場	町保健福祉センター(みなかみ町月夜野118)
内容	ピラティス(フィットネスインストラクター野中智恵先生)
持ち物	飲み物、タオル、MINAKAMI HEARTカード(お持ちの方)

令和6年4月からプラスチック資源の分別収集をスタートします！

問い合わせ先 環境課 廃棄物処理係(奥利根アメニティパーク内) ☎0278(64)1167

令和4年4月に「プラスチック資源循環リサイクル法」が施行され、家庭から排出されるプラスチック資源のリサイクルが求められています。みなかみ町では、令和6年4月からプラスチック資源の分別収集を開始します。ごみの減量化、資源化にご協力をお願いします。

収集回数	月2回の収集を予定しています。
指定袋	現在使用している「資源ごみ」袋(緑色)を予定しています。
収集場所	現在の「燃やせるごみ」ステーションを予定しています。

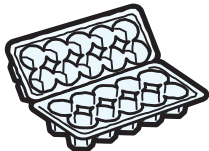
※プラスチック製容器包装類は、すべて一緒に「資源ごみ」袋に入れてください。



▲「資源ごみ」袋

プラスチック製容器包装 (プラマークのあるもの)

のマークが目印です



卵のパック



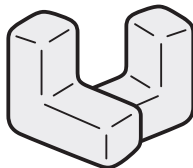
食品トレイ



袋類



ボトル類



発泡スチロール



弁当容器



▲「燃やせるごみ」ステーション

奥利根アメニティパーク 年末年始の営業案内

問い合わせ先 環境課 廃棄物処理係(奥利根アメニティパーク内) ☎0278(64)1167

12月29日(金)まで	12月30日(土)～翌年1月3日(水)	1月4日(木)から
午前9時～午後4時	休 み	午前9時～午後4時

※12月のご家庭で大掃除等が行われ、ごみの搬入が多くなります。正しいごみの分別にご協力をお願いします。
 ※12月30日(土)から翌年1月3日(水)までは、年末年始休業となりますのでごみの搬入はできません。
 ※年末年始期間中のごみ収集は収集カレンダーのとおり実施します。「さんあーる」アプリ、ホームページ等でご確認ください。
 ※ご来場の際は、マスクを着用するなど、インフルエンザ並びに新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします。

環境課からのお知らせ

令和5年4月より、「生活水道課」が廃止され、「上下水道課」と「環境課」が設置されました。「環境課」は奥利根アメニティパーク(布施2806-1)に設置されました。

●問い合わせ先 環境課 廃棄物処理係 ☎0278(64)1167 環境対策係 ☎0278(64)1168



▲名誉賞を受賞した片野嘉平さん(右)

令和5年10月16日(月)に群馬県畜産試験場にて、第27回群馬県畜産共進会繁殖和牛の部(以下、県共進会)が開催され、片野嘉平さん(新巻)が飼養する牛が名誉賞を受賞するなど優秀な成績を収めました。

県共進会への出品牛は、利根沼田地区繁殖和牛共進会を経て選抜され、町内からは12頭が出品されました。未經産や経産、年齢毎に部門が分かれ、体の大きさやバランスの良さなどにより審査が行われ、別表のとおり各部で多くの賞を受賞しました。

第27回群馬県畜産共進会繁殖和牛の部で町内農家が優秀な成績を収めました

第27回群馬県畜産共進会結果 (敬称略)

出品区分	月齢・産経等	名誉賞	優等賞		1等賞		2等賞	
			出品番号	畜主	出品番号	畜主	出品番号	畜主
第1部	10ヶ月以上 14ヶ月未満 (未經産)	701 片野嘉平	105 107	高橋孝一 みどり市	103 108 104	太田市 嬭恋村 (株)原澤牧場	101 102 104 106	長野原町 高崎市 (株)原澤牧場 吉岡町
第2部	14ヶ月以上 18ヶ月未満 (未經産)		205 211	田村剛 前橋市	207 206 210 203	渋川市 沼田市 平井満則 (株)原澤牧場	201 202 204 208 212 213	長野原町 高崎市 嬭恋村 東吾妻町 高崎市 太田市
第3部	18ヶ月以上 23ヶ月未満 (未經産)		305 307	太田市 片野嘉平	301 302 303	(株)原澤牧場 榛東村 嬭恋村	304 306 309 310	嬭恋村 高崎市 藤岡市 藤岡市
第4部	4才未満 (経産)		404 406	片野嘉平 沼田市	403 408 402	前橋市 高崎市 榛東村	401 405 407 409	(株)原澤牧場 嬭恋村 嬭恋村 前橋市
第5部	4才以上 (経産)		508 509	片野嘉平 前橋市	504 502 512 506	富岡市 嬭恋村 嬭恋村 太田市	501 503 505 507 510 511	高崎市 前橋市 高崎市 高崎市 沼田市 太田市
第6部	2産以上の経産牛 (繁殖雌牛群)		601	富岡市	—	—	—	—
第7部	母娘または 母孫娘10ヶ月以上 (高等登録群)		701 702	片野嘉平 (株)原澤牧場	703	前橋市	—	—

※優等賞・1等賞は序列順に記載。2等賞は序列なし。
※町内農家は赤字で記載。町外農家は市町村名のみ記載。

株式会社BMZよりご寄附をいただきました



▲BMZ今田武之さん(左)中島啓安さん(中)と阿部町長(右)

11月10日(金)、インソールなどの製造販売を行う株式会社BMZ(高橋毅取締役社長)より、BMZ猿ヶ京スタジオで開催されたアウトレットセールの上から5万円を寄附していただきました。

このイベントは、地域の方に足と健康の関係を知っていただくとうと地元で定期的に開催されています。

今回は過去最高の来場者数となり、足の学習クイズや町内のキッチンカーの出店など、多数の催しが企画され、こどもから大人まで楽しめる大盛況のイベントとなりました。

みなかみベンチャーズよりご寄附をいただきました



▲佐藤正美代表(左)、阿部町長(右)

11月10日(金)、みなかみベンチャーズ佐藤正美代表より、カルチャーセンターで開催された「第6回みなかみベン

ンチャーズチャリティーコンサート」の協賛金21,600円を寄附していただきました。

みなかみベンチャーズは、2018年に結成され、ベンチャーズサウンドをメインにポップス、ロックなどを演奏しているエレキバンドです。

今回のチャリティーコンサートは、ビートルズの曲をメインに披露したヴォーカルバンド「STAG BEATLES」、合唱劇「ぞうれっしやがやってきた」を披露した「シアターポランの広場」の皆さんなどをゲストに迎えるの開催となりました。

みなかみ町が「人材輩出賞」を受賞しました



▲観光商工課阿部課長補佐(左)と阿部町長(右)

地方公務員アワード2023の表彰式が10月28日(土)、LINEヤフー株式会社(東京・紀尾井タワー)で行われ、みなかみ町が人材輩出賞を受賞しました。

本アワードは、地方公務員の成果やノウハウを共有する事で地方活性化に繋げることを目的としています。今年は全国から過去最高の148件の推薦があり、みなかみ町はインバウンドに対する取り組みが評価され、「地方公務員が本場にすごい!」と思う地方公務員アワード2023」および「人材輩出賞」の受賞となりました。

中島信義さんが戦没者遺族相談員の委嘱を受けました



▲中島信義さん(左)と阿部町長(右)

10月25日(水)、利根沼田地域の代表として、中島信義さんが厚生労働大臣から戦没者遺族相談員の委嘱を受けました。

戦没者遺族相談員は、戦没者遺族の相談に応じ、必要な指導・助言を行うとともに、関係機関と円滑な調整を行い、戦没者遺族の福祉の増進を図ることを目的としています。

中島さんご自身も戦没者遺族会水上支部の会長であり、群馬県出身の沖縄戦戦没者を合祀する「群馬之塔」(沖縄県糸満市)で行われた慰霊式典に出席しました。



▲姿勢服装の点検を受ける団員

10月15日(日)、月夜野総合体育館において、みなかみ町消防団秋季点検が開催されました。新型コロナウイルス感染症の流行により、4年ぶりの開催となりましたが、当日は生憎の荒天のため体育館での実施となりました。阿部町長の「点検開始宣言」に始まり、消防団員211人が参加し点検を受けました。表彰式では、139名1団体に群馬県消防協会等から表彰状が贈られました。この点検は、団体行動や消防設備・機械器具等の検査を行うとともに、消防団員としての士気向上を目的に毎年行われます。

みなかみ町消防団秋季点検が行われました



▲高橋芳夫さん

文部科学大臣から小学校教育功労者として感謝状を贈呈されました。この感謝状は、長年小学校教育に従事し、小学校教育の振興に功労のあつた方に贈られるものです。前回の贈呈から25年ぶりとなります。高橋さんは昭和49年に旧新治村立新小学校に赴任されて以来、38年間にわたり教育の現場で活躍されてきました。その間、地域の学力向上推進委員として社会科指導の充実に尽力されるとともに、教頭職を6年、校長職を12年務められるなど地域の教育の充実に大きく貢献されました。

高橋芳夫さんが文部科学大臣感謝状を受賞



▲カーブミラー清掃活動の様子

月夜野勤労者協議会(千明正一会長)は10月29日(日)、旧月夜野町の全域に設置されているカーブミラーの清掃活動を実施しました。この取り組みは、交通事故を未然に防止するため、また、登下校中の子ども達の安全を守るため、平成7年から行われている活動で、今年で28年目を迎えます。当日は作業員33名が軽トラック15台に分かれ、計673基のカーブミラーの拭き取り作業を行っていただき、町内の交通安全に貢献していただきました。

カーブミラーの清掃活動を実施



▲阿部町長と菅原理事長/ 配備機材と重機実演の様子

10月18日(水)、B&G財団と「防災拠点の設置および災害時相互支援体制構築事業」協定書調印式および配備機材お披露目式が行われました。この協定は、B&G財団の防災拠点整備事業の支援団体として、みなかみ町が選定されたことにより実現したもので、災害時の相互支援体制構築・連携促進や被災地への物的・人的支援の実施等を目的とするものです。同財団の支援により防災倉庫が完成し、スライドダンプ、油圧ショベル、救助艇、給水車等の機材配備が完了し、機械操作の実演が行われました。

B&G財団協定書調印式および配備機材お披露目式

かいぼりによる外来魚捕獲を行いました



▲外来魚を網ですくう子ども達



▲捕獲された外来魚

10月14日(土)に町内の里山とため池の文化や生物多様性の価値を学びつつ、外来魚を駆除し、生物多様性を回復させるイベントとして、権現ため池(上毛高原駅西ホタル観賞コース内)において、町内の小学生を中心にかいぼりによる外来魚捕獲を行いました。体験参加15名、地元区長など20名、関係者15名と約50名の多くの方に参加いただき、コイ4匹、オオクチバス66匹が捕獲されました。

みなかみ町ではユネスコエコパークを推進するとともに、三菱地所株式会社・公益財団法人日本自然保護協会と連携協定を結び、生物多様性の損失に歯止めをかけ、自然回復に取り組む「ネイチャーポジティブ」社会の実現を目指しており、今回のイベントもその一環として行われました。



▶環境学習の様子

第56号

まちづくり協議会だより

まちづくり協議会事務局(企画課) ☎0278(66)22800

スポーツを通じて

世代間交流

「日夜野支部ソフトボール地区対抗戦」のご担当者さまに2つの質問をしてみました!

Q. このソフトボール大会にはどんな目的が?

A. 町内在住・在学・勤務されている小学生からシニア世代まで、スポーツを通じて親睦を深め、健康的な生活を促進させたいという思いがあります。幅広い年齢の方々の健康的な生活の確保と福祉の促進を目的とした大会であり、『SDGs 目標3...すべての人に健康と福祉を』の一環でもあります。

Q. 今後の事業発展性は?

A. 参加者の方々の年齢層に偏りがあるので、家族での観覧も含めて参加していただき、ゲストチームを招いて特別試合を行うなど、参加者と観覧者の双方がより楽しめるイベントにしていきたいです。

今後このような活動が楽しみですですね!ぜひこの記事を読んだ皆さまもご都合がよろしければご参加いただき、スポーツを通じてともに楽しみ、交流しながら盛り上がっていきましょう!

まちづくり協議会月夜野支部

広報担当 岡村竜輝



▲今年度の大会の様子

地域おこし協力隊の活動

一般社団法人FLAP所属

元井夏海さん

こんにちは！移住・起業支援を行っている一般社団法人FLAPの元井です。主にみなかみ町への移住を考えている方向けの相談会の開催や、情報発信をしております。みなかみ生活の居心地の良さや魅力とともに、都市部の生活とのギャップもお伝えし、移住するまでのサポートをしております。

普段はオンラインでみなかみの良さを発信していますが、実際に現地感じてほしいと思い、町内で人気のアウトドアアクティビティーであるカヌーと移住相談会を組み合わせたイベントを9月に開催しました。奈良俣湖・四万湖などでカヌーツアーをして

いるFEELGOOD CANOE TOURSさんにご協力いただき、洞元湖で移住検討者とボードに揺られながらお話をしました！湖面に映る山々を見ながら、自然を全面的に楽しんでおりました。初対面の



▲移住カヌーツアーの様子



▲移住者交流BBQの様子

方が多い中、ガイドの方のおかげで、参加者同士でみなかみ町の好きな所、今の暮らしや移住して何をしたいかなど、お互いに語り合い、終始和やかな雰囲気でした。

また、不定期に交流会も開催しています。11月に開催したバーベキューでは、みなかみに住んでいる人だけでなく、移住検討者の方も数名ご参加いただきました！縁もゆかりもない土地で新しい生活をスタートするのは何かと不安になりますが、その地域に知っている人がいるだけでその不安は小さくなると思います。みなかみに住んでいる皆さまもぜひご参加いただき、移住検討者の方と仲良くなってくれと嬉しいです。

NPO法人水上自然遊楽所所属

山梨 昭さん

こんにちは。MINAKAMITOWN.EXEの山梨です。12月に入るともう一年が終わるのかと思い、月日の流れの早さに歳を感じています。

先日、みなかみ町新治B&G海洋センターでストレッチ教室を行いました。みなかみ町地域おこし協力隊に着任させていただいてから町の課題でもある健康増進に繋がる対策として、ストレッチ教室を町内でやらせていただいております。私がお伝えしているストレッチは普段皆さまが行っているものとは異なり、少し特殊で「やっているときはきついけど終わった後は身体が軽い」といった新感覚ストレッチです。また、このストレッチは身体が軽くなるだけではなく、肩こり、腰痛、猫背、しびれなどの症状改善・予防や身体が柔らかくなるといった効果も期待できます。

例えば、前屈をしたときに最初は指先が膝のお皿のあたりまでしか届かなかったのが、ストレッ



▲ストレッチ教室の様子



▲ストレッチ教室参加者の皆さん

チ後は指先が地面につくまで柔らかくなる方も結構います。身体に不調がある方の一つの原因は、身体の硬さだと感じています。身体が硬いと疲れが溜まりやすく、各関節が正常に動かなくなり、結果として症状の発症や怪我などに繋がってしまうのです。

私はトレーナーの仕事をして10年やっていますが、このストレッチを通じてたくさんの方々の身体のお悩みを解消してきました。みなかみ町にはまだこのストレッチが浸透していないのが現状です。「肩こりが治らない」「腰の痛みが取れない」「姿勢改善をしたい」といった方は一度体感してみたいはいかがでしょうか？毎週月曜日の朝10時から11時に水上社会体育館の和室でやっています。ストレッチで今よりも健康になりましょう！！

令和5年度 みなかみ町中学生議会

11月10日(金)、役場本庁舎議場において、みなかみ中学校の生徒代表者6名が参加し、みなかみ町中学生議会が開催されました。

石坂武議長の進行により議会本会議をそのまま再現し、議員席に座った生徒代表者は、事前に準備した一般質問を具体的に発言して回答を求め、阿部町長や担当課長はそれに対して丁寧に答弁しました。

また、中学生議会は学校にライブ中継され、3年生全員が議場の雰囲気を経験しながら学習しました。

一般質問／中学生議員名簿(敬称略)

■環境・農業・暮らしについて

新井大貴・小倉太吉・高橋龍矢

■福祉・医療・子育て・教育について

河合碧音

■観光・まちづくりについて

清水惺麻・ハリソンひかり



にいほるこども園 秋の恒例行事 さつまいも掘り



栽培から収穫に協力していただいた本多さんと園児たち

10月13日(金)、本多農園(本多貞良さん)にて、にいほるこども園の4歳児・5歳児による、さつまいも掘りが行われました。園児たちは、土の感触を確かめながら、両手を泥だらけにして一生懸命にさつまいもを掘りおこし、採れたてのさつまいもを持ち上げて「おおきいさつまいもがいっぱい採れた!」と歓声をあげました。

収穫されたさつまいもは、給食やおやつで提供され、残りは家族へのおみやげとなりました。地域の方々の協力により、大地の恵みに感謝する食育の機会となりました。

にいほるこども園 りんご狩り体験



りんご狩り体験に協力していただいた河合さんと園児たち

10月24日(火)、フルーツランドポミエ(河合生博さん)にて、にいほるこども園全園児によるりんご狩り体験が行われました。園児たちは、食べ頃のりんごを見つけながら畑内を散策し、気に入ったりんごをもぎ取りました。また、初めてりんご畑に入った園児もあり、木に実っているりんごの色や形をじっくり観察していました。

みなかみ町には、様々な地域の魅力があります。園児たちには、その魅力をたくさん感じ取ってもらい、将来大人になったときに、地元みなかみ町を誇りに思っていたきたいです。

こどものわだい

●相談・教室【子育て健康課 こども家庭相談係 ☎0278(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、マイナンバーカード(通知カード)、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。
マタニティスクール	妊婦および生まれてくる子の親となる男性	2/2(金) 2/16(金)	13:00～15:50 13:10～15:30	所 保健福祉センター
ママヨガ教室	妊娠中から産後12か月までの母親	12/25(月)	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 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	12/15(金)	10:30～11:30	所 保健福祉センター 予 こども家庭相談係 員 15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 こども家庭相談係 ☎0278(20)2300】

健診・相談の種類	対象者	日程	時間	備考
4か月児健診	令和5年8月生	12/20(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5年4月生	12/20(水)		
12か月児健診	令和4年12月生	12/20(水)		
1歳6か月児健診	令和4年5月～6月生	1/16(火)		
2歳児歯科健診	令和3年10月～令和4年1月生	2/13(火)		
2歳6か月児歯科健診	令和3年4月～5月生	12/12(火)		
3歳児健診	令和2年9月～令和3年1月24日生	1/24(水)		
乳児相談	3か月児	12/14(木)	10:15～10:30	
	10か月児		10:00～10:15	

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 ☎0278(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 ※12/29～1/3まで年末年始のため休館	子育て支援センター (にいはるこども園2階) ☎(64)1848
	Let's music	12/7(木)	10:30～11:30	予	
	クリスマス会	12/13(水) ・14(木)	10:00～12:00	予 員 各日15組	
	ミニ講座 栄養士さんによる食物アレルギーの話	12/18(月)	10:30～11:30	予	
	ベビーキッズヨガ	12/21(木)	10:30～11:30	予	
	大きくなったかな?	12/22(金) ～28(木)	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	※当 面 の 間 休 館				
ほかほか	親子ふれあい	月・火・水	10:00～12:00 13:00～15:00	予 ※1/1～3まで年末年始のため休館	NPO法人北風塾 きたかぜはうす ☎(25)3535
	クリスマス会	12/19(火)	10:30～11:30	予	
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 ※12/29～1/3まで年末年始のため休館	つきよのこども園 ☎(25)8400
	おはなしの会	12/12(火)	10:15～	予 内 20分程度 午前中1回のみ開催	
	親子製作	12/13(水)	10:00～	予 内 お正月製作	
	産後ダンス	12/20(水)	10:30～	予 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 **員**: 定員 **内**: 内容

お知らせ

「みなかみ町 子育てガイドブック(第3版)」 の発刊のお知らせ

町では、株式会社サイネックス(村田吉優代表取締役社長)との官民協働事業により、令和3年版に引き続き「みなかみ町子育てガイドブック」を発刊しました。本冊子は、妊娠・出産・子育てを中心に、町の子育て支援に関する情報を総合的にまとめたものです。

ガイドブックは、町内こども園を利用しての園児の保護者に配布したほか、就学前の子どもがいる世帯の転入時や、母子健康手帳の交付時などに配布する予定です。

配布を希望者される方には、役場子育て健康課窓口や各子育て支援センターなどでも配布しますので、ぜひご利用ください。

■ガイドブック仕様

・A5サイズ50ページ フルカラー

■主な掲載内容

- ・親子でおでかけスポット
- ・子育て世帯への経済的支援
- ・地域の子育て支援 など

■問い合わせ先

子育て健康課 子育て支援係

☎0278 (25) 5009

スマホとマイナンバーカードで e-Tax(電子申告)

■マイナンバーカードとe-Taxで 確定申告書を作成・送信

国税庁ホームページから、スマートフォンやパソコンで所得税などの申告書を作成し、マイナンバーカードを使用してオンラインで提出ができます。

またマイナンバー連携を利用すると、控除証明書などの必要書類のデータを申告書の該当項目へ自動で入力することがができます。

(注) マイナンバーカード読取対応のスマートフォン(またはICカードリーダーライター)があればご利用可能です。

詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先

国税相談専用ダイヤル

☎0570 (00) 5901

沼田税務署 個人課税部門

☎0278 (22) 2133



償却資産の申告は 令和6年1月31日までに 提出してください

償却資産とは、法人や個人が事業のために用いている構築物、機械・装置、車両・運搬具、工具・器具・備品などを指し、土地・家屋と同様に固定資産税が課税されます。

例えば、ミシンを家庭用として使用している場合は課税対象となりませんが、事業用として使用している場合は償却資産として課税の対象となります。また、住宅用の太陽光発電設備も、発電出力が10kW以上で発電している場合は課税の対象となります。

令和6年1月1日現在、町内にこれらの資産を所有している方は、令和6年1月31日(水)までに「償却資産申告書」を提出してください。申告用紙が必要な方はご連絡ください。

■問い合わせ先

税務会計課 資産税係

☎0278 (25) 5006

沼田警察署からのお知らせ

12月10日から16日までは「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。国民的な課題である拉致問題を始め、北朝鮮当局による人権侵害問題に対して、関心と認識を深めましょう。

また、北朝鮮による「拉致容疑事案」および「拉致の可能性を排除できない事案」に関する情報提供等へのご協力をよろしくお願いたします。

■問い合わせ先

沼田警察署

☎0278 (22) 0110



県警ホームページ▲

ひとり暮らし高齢者世帯等へ 「緊急医療情報キット」を 配布しています

町では、万一の際、自宅に駆け付けた救急隊が、ひとり暮らし高齢者などの治療中の病気やかかりつけ医療機関を確認することのできる「緊急医療情報キット」を地元の民生児童委員さんやケアマネジャーを通じて配布しています。まだ配布されていない方で、左記のような「配布対象者」になった方には配布が可能ですので、お問い合わせください。(地元の民生児童委員さんにも相談できます)

■配布対象者▽町内在住65歳以上で、次のいずれかに該当する方

- ・ひとり暮らしの方
- ・日中または夜間に一人になる方
- ・同居する家族が入院・入所などで、一人暮らしと同様の状況にある方

■配布場所▽町民福祉課 高齢介護係

■緊急医療情報の書き換えをお願いします▽すでに緊急医療情報キットをお持ちの方は、治療中の病気やかかりつけ医療機関を最新の情報に書き換えてください。古い情報のままだと適切な処置を受けられないことがあります。記載するスペースがなくなった場合は、キット配布場所です新しい用紙をお渡しします。

■問い合わせ先

町民福祉課 高齢介護係

☎0278 (25) 5012



緊急医療情報キット▲

みなかみバスカード 利用終了のお知らせ

令和5年3月31日に販売が終了した「みなかみバスカード」については、利用期限が令和6年1月31日(水)までとなっておりますのでご注意ください。

なお、残額のあるバスカードの払い戻しについては、関越交通株式会社沼田営業所にてお手続きをお願いいたします。



また、「みなかみバスカード」に代わる新たな制度(路線バス運賃助成事業・路線バス通勤通学定期券購入補助金)もスタートしています。詳細はみなかみ町ホームページをご覧ください。



バスカード全般に関するお問い合わせ先

0279(22)2020

バスカードの制度に関するお問い合わせ先/企画課 企画調整係

0278(62)2280

エンディングノートサミットを 開催します

エンディングノートとは、人生の最後を迎えるのに備えて、自身の希望を書き留めておくノートのことです。終活の活発化やコロナ禍にて人生を考えることが増えた結果、このエンディングノートに注目が集まっています。

サミットの内容▽各地域のエンディングノートの活動報告や、普段はあまり聞くことができない「納棺師」、「グリーフケア・アドバイザー」(大切な人をなくした方へのケア)のお話しを聞ける講演会を開催いたします。

日時▽令和6年1月13日(土)
午後2時~午後4時30分

会場▽美喜仁桐生文化会館

ライブ配信▽会場は桐生市ですが、YouTubeにてライブ配信をいたしますので、利根沼田の皆さまにもお気軽にご覧いただけます。当圏域にて20年前より使われている「ほほえみノート」も紹介されますので、ぜひご参加ください。

参加申込▽当日のご参加はこちらの二次元コードまたは、「在宅医療介護連携センターきりゅうホームページ内特設ページ」よりお願いします。

お問い合わせ先
ぬまたとね医療
介護連携相談室

0278(25)3671



今シーズンの町内スキー場 オープン期間・町民割引情報

みなかみ町民の方はリフト券がお得にご購入できます。チケット売り場にて、住所の確認ができる身分証をご提示ください。※他割引券との併用はできません。

ノルンみなかみスキー場
オープン日: 12/18(月)~3/24
1日券 大人 5,200円→**4,400円**
こども 3,900円→**3,200円**

奥利根スノーパーク
オープン日: 12/23(土)~4/7
1日券 大人 5,500円→**3,500円**

ホワイトバレースキー場
オープン日: 12/23(土)~3/17
(水・木定休日)
1日券 大人 4,700円→**2,350円**

谷川岳天神平スキー場
by星野リゾート
オープン日: 12/23(土)~4/7
(1/6~3/6は火・水定休日)
1日券 大人 7,500円→**7,000円**

赤沢スキー場
オープン日: 12/23(土)~3/10
1日券 大人 2,500円→**2,000円**

群馬みなかみほうだいぎスキー場
オープン日: 12/16(土)~3/31
1日券 大人 **4,500円** 中学生 **3,700円**
こども **3,300円** シニア **4,100円**

水上高原藤原スキー場
オープン日: 12/23(土)~3/31
1日券 **50%オフ**

水上高原スキーリゾート
オープン日: 12/22(金)~4/7
1日券 大人 4,800円→**3,800円**
シニア・中学生 4,000円→**3,000円**
小学生 3,000円→**2,000円**

募 集

旧新治中学校等の 利活用事業者を募集します!

みなかみ町では、令和4年3月末をもって廃校となった旧新治中学校とその関連施設の土地・建物等(以下、「施設」)について、民間事業者からの提案を求め、民間事業者の活力によって施設を効果的に活用することを目的に町内に本社を置く者等を条件として利活用していただく事業者を募集します。

求める取り組み▽地域資源でもある学校施設を有効に活用することで、地域経済への波及、雇用等を通じて地域の活性化や社会的課題への取り組みが進み、現存する施設が新しい形で地域への役割を果たしていくような取り組みを求めます。

詳細については、町ホームページの要項をご確認ください。なお、応募者が複数いる場合には、審査によって候補者の選定を行います。

お問い合わせ先
財政課 行財政改革推進係

0278(25)5004



包括からの
お知らせ

冬に多発! ヒートショックに注意

■問い合わせ先 地域包括支援センター ☎0278(62)0540

寒暖差により急激に血圧が変化すると、心臓や血管に大きく負担がかかり、心筋梗塞や脳梗塞などを引き起こすことがあります。冬は室内でも温度差が大きくなりやすいので注意が必要です。

入浴時に気を付けること

◎入浴前

- ・脱衣所や浴室を暖めておく。暖房がない場合は、シャワーでの湯張りや浴槽のふたを開けておくなど工夫する。浴室の床にマットやすのこを敷くのも効果的。
- ※暖房器具を使う場合は一酸化炭素中毒を防ぐため、1時間に1回5分以上を目安に換気を行う。
- ・食後すぐや飲酒後の入浴は避ける。脱水予防のため、水分を摂ってから入浴する。

◎湯に浸かる時

- ・湯に浸かる前に、手足などの心臓から遠い場所にかけ湯をして身体をお湯に慣れさせる。
- ・首まで湯に浸かると心臓に負担がかかるため、浸かるのは胸のラインくらいまでにする。
- ・長風呂は避け、湯の温度は39~40度程度を目安にする。
- ・湯から上がるときはゆっくり立ち上がる。



第11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

海外での試合の結果はいかに!?

10月に台湾で開催された「Taipei Challenger 2023」と11月にベトナムで開催された「VPRIME 3X3 INVITATIONAL CUP」に出場。両大会は日本でのリーグ戦での結果により、出場権を獲得できた大会であり、自力での世界大会出場は初となります。「みなかみから世界へ」を掲げ活動していく中で、世界大会への出場は大きな一歩となりました。

兄弟チームのOTAKIから助っ人選手を入れたメンバーで戦いましたが、良い結果を残すことは出来ませんでした。しかし、異国の地で普段戦わない相手との試合を重ねるごとに、強くなっていくチームを作れたことは、チームにとっても選手にとっても貴重な時間となりました。この経験を次の試合に生かします!



来年1月から開催される「3X3.EXE SUPER PREMIER」でも、2月にタイとオーストラリアでゲーム予定! 今大会は優勝賞金が3X3 史上最高額のリーグに!



Taipei Challenger 試合結果

■開催国：台湾 ■開催日：10/28-29

GAME① LOSE 15-20

GAME② LOSE 19-21

...

予選敗退

VPRIME 3X3 INVITATIONAL CUP 試合結果

■開催国：ベトナム ■開催日：11/4-5

GAME① WIN 21-18

GAME② LOSE 12-19

GAME③ WIN 21-14

SEMIFINAL LOSE 13-21

3RD PLACE LOSE 15-21

全体4位



参加無料!!是非、皆さん遊びに来てください!



2023年12月2日(土) 10:30-12:30

場所：水上社会体育館(予定)

▶▶▶詳細はSNSをチェック!

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便利



iPhone版



Android™版



公式HPはこちら

~来月号は「ブースター感謝祭の様子をお届け」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。

新幹線延伸! バトンをつなぐ 広報誌リレー

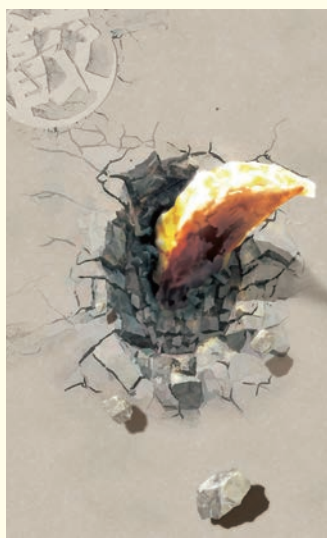
みなかみ町は、東日本各地の地方創生および地域の活性化を目指す「東日本連携・創生フォーラム」に参加しています。このコーナーは、令和6年春の北陸新幹線の延伸を機に、グッと近くなる沿線自治体の広報紙に、お互いの観光情報などを掲載し合う連載企画となっています。行ったことのない地域の興味深い情報や、魅力的な観光スポットなどを定期的に紹介します。

餃子のまち・宇都宮 ◆宇都宮市◆

宇都宮市といえば“宇都宮餃子®”ですよね！実は、具材や大きさ、皮の厚みなどに決まりはありません。各店ごとに個性があるので、食べ比べて自分好みの餃子を見つけるのがオススメです。

また、市内に「餃子通り」という場所があるのをご存知でしょうか？そこには老舗店を含む5店舗の餃子店が立ち並ぶほか、餃子通り壁面アートや餃子型の街灯、GYOZAモニュメントなど、見て楽しい餃子モチーフのものがいくつも点在しています。宇都宮にお越しの際は、餃子のまちならではの景観と、美味しい餃子をぜひお楽しみください！

■ 問い合わせ先 宇都宮市観光交流課
☎ 028-632-2437 FAX 028-632-5420
✉ kanko@city.utsunomiya.tochigi.jp



▲餃子通り壁面アート



▲餃子型の街灯



▲餃子通り



みんなでアクリルに絵をかきました★
テーマは「僕たち私たちの夢」★



たくさん的小朋友達の夢が
集まりました★

みなかみ町観光協会だより
FIND YOUR OASIS.

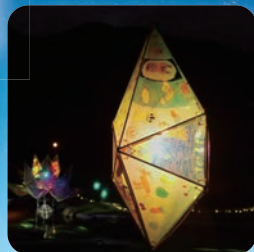
「水と光のナイトガーデン 2023」が無事終了しました!!

10月23日～11月12日まで水紀行館にて光のイベントが開催されました。会場には町内の子ども達と行ったワークショップが光のオブジェとなって会場を照らしました★

週末を中心に天気の良い日は望遠鏡を置いて星空を観察し、星のお姉さんや地元の星空ガイドの高草木さんの星の鑑賞会では、多くのお客様が星空観賞を楽しんでいました。また国産の手持ち花火大会では、市販されている外国製の花火との違いや国産花火の美しさを体感し、最後は国産玩具花火のショーを行いました。会場は星の光や、花火の光、ライトアップの光に包まれて幻想的な秋の夜となりました。多くのお客様にご来場いただき誠にありがとうございました！



花火鑑賞士村上先生に国産花火の楽しみ方を教えていただき、賞を受賞した玩具花火も楽しみました！



みんなの夢がつぼみのオブジェとなり会場を照らしました★



水紀行館に新しくできた池のスポットには、蓮のオブジェ！まわりにかわいいつぼみオブジェがいっぱい★



最後は玩具花火のショーで大歓声がおこりました！

国民年金からののお知らせ

国民年金保険料の猶予制度

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。

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『免除制度』や『納付猶予制度』があります。これらの期間は、保険料を納めた期間と同様に障害基礎年金の要件の対象となるので、万一の事故などで障害を負ったときにも安心です。一部免除の場合は、残りの保険料を納めないと未納と同じ扱いになりますので、ご注意ください。

また、猶予を受けた期間は老齢年金を受けるための資格期間に算入されませんが、年金を受給する期間には反映されないため、その期間分は受給金額が減額されます。減額された年金額を補うためには、10年以内に保険料を納める（追納申立を行う）必要があります。免除・猶予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。学生納付特例制度の

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。

産前産後期間の保険料が免除になります

国民年金第1号被保険者が出産をされた際、届出をすることで、出産予定日または出産日が属する月の前から4ヶ月間の保険料が免除になります。免除された期間も保険料を納付したものととして、将来の老齢基礎年金の年金額に反映されます。

届出は、出産予定日の6ヶ月前から役場町民福祉課で受け付けています。基礎年金番号のわかるもの、出産予定日のわかるもの（母子健康手帳など）を持参のうえ、手続きしてください。

制度の詳細は、**日本年金機構ホームページ**（産前産後期間の免除制度）



問い合わせ先
 波川年金事務所 国民年金課
 ☎0279(22)16007
 町民福祉課 国保・年金係
 ☎0278(25)50010

図書室だより 12月

Book Information

3月3日(日)に歌人・俵万智さんのトークショーを「若山牧水みなかみ紀行短歌大会」内で開催します。
 中央公民館図書室に短歌コーナーをつくりました。この機会に三十一文字に込められた思いを読んでみませんか？

◆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。

- 中央公民館図書室、水上公民館図書室、カルチャーセンター児童図書室の本やDVDは、パソコンやスマートフォンで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、各図書室へお問い合わせください。



◆新型コロナウイルス対策

- 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。
- 来室時のマスクの着用は個人の判断にお任せします。

◆新着一般書

それってパクリじゃないですか？3/奥野桜子/中
 悪逆/黒川博行/中
 薬屋のひとりごと14/日向夏/水
 喫茶おじさん/原田ひ香/水
 照子と瑠衣/井上荒野/新
 ふしだら・さくら/瀬戸内寂聴/新
 堤未果のショック・ドクトリン(幻冬舎新書 つ-4-2)
 -政府のやりたい放題から身を守る方法-/堤未果/カ

◆新着児童書

ちいさなゾウ/庄野ナホコ/中
 レストランふるろ/麻生知子/中
 まるごとうちゅうカレー/チョーヒカル/水
 あーつとかたづけ/田中達也/水
 あつたらいいね/多田ヒロシ/新
 おしえて!あむあむさん/浅野みどり/新
 サンタさんはどうやってえんとつをおりるの? /ジョン・クラッセン/カ

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時まで休室)
 休室日 毎週月曜および祝日
カ 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

お知らせ

令和5年度第1回「個人向け 上級救命講習会」を開催します

私たちは、いつ、どこで、突然の病氣やケガにおそわれるかわかりません。「心臓や呼吸が止まった！出血が止まらない！喉に物を詰まらせた・・・こんな時そばに居合わせた人ができる応急手当があります。あなたの勇気が、命を救うのです。本講習会を受講し、心肺蘇生法とAED（自動体外式除細動器）の使用方を身に付けましょう。

上級救命講習会では、普通救命講習会（3時間）の内容に加え、搬送法・固定法等が加わり、より専門的な内容の講習となっております。上級救命講習は、普通救命講習を受講していなくても受講可能です。費用は無料で、受講者には講習修了証が交付されます。

■開催日時▽令和6年1月26日（金）午前9時から午後6時まで（内、昼食1時間）午前8時30分から受付開始

■開催場所▽利根沼田広域中央消防署（沼田市高橋場町2049-1）

■申込期間▽令和5年12月25日（月）から開催日前日までにお電話でお申し込みください。定員（10人）になりしだい締め切りますので、お早めに申し込みください。

■申込・問い合わせ先

中央消防署 ☎0278(24)1734

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 12月19日(火)
会場：福祉センター相談室(のぞみ館)
- 月夜野会場 1月16日(火)
会場：町保健福祉センター2階

法律相談所

- 新治会場 12月8日(金)
会場：福祉センター相談室(のぞみ館)
- 月夜野会場 1月12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	12月	1月
月夜野	小和知公民館前	15:20	28日(木)	25日(木)
	大峰集荷倉庫前	13:20	19日(火)	23日(火)
水上	大芦公民館前	13:20	28日(木)	25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	19日(火)	23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
☎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。

12月

- 月曜 お口ばかん? 口唇閉鎖不全症!
- 火曜 健診のすすめ・胃の検査
- 水曜 妊娠と薬
- 木曜 歯ぐきの出血
- 金曜 乳児の消化不良
- 土日 歯のホワイトニング

12月の「直接相談タイム」

- 12月7日(木) 歯科
- 受付時間帯 午後7時30分～午後8時30分
- 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	12月	1月
水上	大芦公民館(坂東会館) 9:00～12:30	1日(金)	5日(金)
	北部生活改善センター 9:00～12:30	7日(木) 21日(木)	11日(木) 25日(木)
新治	赤谷公民館 9:00～12:30	19日(火)	16日(火)
	入須川分館 13:30～17:00	12日(火) 26日(火)	9日(火) 23日(火)
	笠原生活改善センター 9:00～12:30	6日(水) 20日(水)	10日(水) 24日(水)
	東峰分館 9:00～12:30	15日(金)	12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



【除雪出陣式が行われました】



10月31日(火)、道の駅水紀行館にて除雪出陣式が行われました。当日は、水上小学校児童による除雪車両の操作体験や施工業者への鍵の受け渡し、関係者による安全祈願が行われ、代表児童2名と高崎河川国道事務所の青木所長による「出陣命令」で除雪車両が発進しました。

12月

- 28日(木) ■官公庁仕事納め
- 28日(木)~30日(土) ■消防団歳末特別警戒

1月

- 1日(祝) ■元旦
- 4日(木) ■官公庁仕事始め
- 7日(日) ■町消防出初式 ■二十歳の集い
- 8日(祝) ■成人の日

スポーツ大会 結果報告

10/29 みなかみ町バレーボール大会2023(秋) 男女混合



優勝 MMC
準優勝 BEAT
第3位 TEAM NANA
バレーボールの普及と技術の向上、心身の保持増進を図り、あわせて町民相互の親睦を深めることができました。



クリスマスにもおすすめ!

「ケーキサレ」



材料(パウンド型1本)
10等分した1切れあたり
エネルギー116kcal 塩分0.6g

ブロッコリー	100g
玉ねぎ	1/2個(100g)
パプリカ(赤)	1/4個(30g)
ベーコン	小4枚
薄力粉	100g
ベーキングパウダー	小さじ1(4g)
卵(Mサイズ)	2個
牛乳	100cc
マヨネーズ	大さじ1(14g)
ピザ用チーズ	80g
塩	小さじ1/3(2g)
こしょう	少々



←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。

● 作り方 ●

- ①ブロッコリーは小房に切り分けて、かためにゆでる(または500wの電子レンジで約2分加熱する)。玉ねぎは粗みじん切りにし、500wの電子レンジで2分加熱する。パプリカは5mm角に切る。ベーコンは1cm角に切る。
- ②薄力粉とベーキングパウダーをボウルに入れ、泡立て器で混ぜる。
- ③別のボウルに卵を割り、牛乳、マヨネーズ、ピザ用チーズ、塩、こしょうを混ぜる。さらに②を加え、混ぜる。ここに①の具材を入れて、混ぜ合わせる。
- ④パウンド型にオーブンシートを敷き、③の生地を流し入れる。
- ⑤180℃に熱したオーブンで約40分焼く。竹串を刺して何も付いてこなければ、できあがり。

●ワンポイントアドバイス

- ・ケーキサレは、甘くないお惣菜系のケーキです。フランス語で「塩味のケーキ」という意味です。
- ・使う具材は、ウインナー、ハム、ほうれん草、かぼちゃ、コーン等、色々応用できます。

納期限：12月25日(月)

- 固定資産税(第4期)
- 国民健康保険税(第6期)
- 介護保険料(第5期)
- 後期高齢者保険料(第6期)
- 国民年金(11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! 10月の出生者

男子	女子	計
4人	3人	7人

数字は住民基本台帳(11/15現在)に基づくものです。

人口と世帯 11月1日現在

総人口	17,346人 (-30)
男	8,515人 (-18)
女	8,831人 (-12)
世帯数	7,974世帯(-11)

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