水と森林と人を育む利根川源流のまちみなかみ

2024 令和6年 No.224



なみなかる PUBLIC INFORMATION MINAKAMI

#### 年に1度の点検放り

〔今月の表紙〕みなかみ3ダム・春の点検大放流(矢木沢ダム) 利根川流域の生活を支える関東の水がめ

© 群馬県 ぐんまちゃん

- 令和6年度住民税(町県民税)の定額減税が実施されます ……… P2~3

目次

● 月夜野小学校の校歌「歌詞」を募集します ·············· P.4

● 特定健診を忘れずに受診しましょう ………………………………………… P 5 ~ 7

#### ▶ 令和6年度 住民税(町県民税)の定額減税が実施されます 問 税務会計課 住民税係 🔃 0278(25)5007

税制改正において、令和6年分の所得税および令和6年度分の個人住民税(町県民税)より定額減税 が実施されることとなりました。この定額減税は、令和6年度の個人住民税の所得割額から次のとおり 一定額の減税を行うものです。

#### ●対象となる方

#### 前年の合計所得金額が1,805万円以下の個人住民税所得割の納税義務者

※均等割のみ課税される納税義務者は定額減税の対象外となります。

#### ●減税額

- ·納税者本人:1万円
- ・控除対象配偶者または扶養親族(国外居住者を除く): 1人につき1万円
- ※合計所得金額が48万円を超える方は、控除対象配偶者または扶養親族になりません。
- ※なお、控除対象配偶者を除く同一生計配偶者(合計所得金額が48万円以下の方で、納税者である生計 を一にする配偶者の所得が1,000万円を超える方)については、令和6年度の定額減税では対象外と なりますが、そのうちの国内居住者分については、令和7年度の個人住民税において1万円の定額減 税が行われます。

#### 【例】控除対象配偶者と扶養親族2人の場合の定額減税額

本人(10,000円)+配偶者(10,000円)+扶養親族(10,000円×2人)=40,000円

#### (参考) 上記の例で住民税所得割が20,000円の場合

所得割額が上限となるため、定額減税額は20.000円となります。なお、減税しきれなかっ た差額については、別途調整給付金を支給します。なお、対象となる方には、町から書類を 送付する予定です。給付金の詳細は内閣官房ホームページ「新たな経済に向けた給付金・定 額減税一体措置」をご参照ください。



#### ●その他

- ○減税額については、納税通知書または特別徴収税額通知書の摘要欄に記載があります。
- ○定額減税は、住宅ローン控除や寄附金税額控除など、全ての控除が行われた後の所得割額 から減税されます。



○所得税(国税)の定額減税の詳細は、国税庁ホームページ「定額減税特設サイト」をご参 照ください。

#### ●徴収方法(令和6年度分)(定額減税の対象となる方)

#### ①給与からの特別徴収(給与からの天引き)の方

令和6年6月分は徴収されず、定額減税「後」の税額が令和6年7月分~令和7年5月分の11か月で均されます。

※定額減税の対象とならない方については、通常どおり令和6年6月から徴収開始となります。



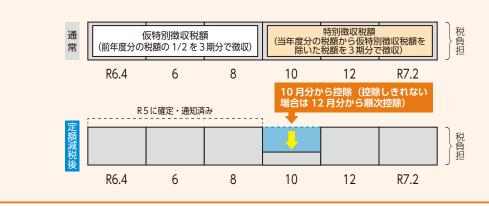
#### ②普通徴収(納付書や口座振替等によりご自身で納付)の方

定額減税「前」の税額をもとに算出された第1期分(令和6年6月分)の税額から控除され、控除しきれない場合は、第2期分(令和6年8月分)以降の税額から、順次控除されます。



#### ③公的年金からの特別徴収(年金からの天引き)の方

定額減税「前」の税額をもとに算出された令和6年10月分の特別徴収税額から控除され、控除しきれない場合は、令和6年12月分以降の特別徴収税額から、順次控除されます。年度前半の仮徴収(4月、6月、8月)では、定額減税を行いません。



#### ▶ 月夜野小学校の校歌「歌詞」を募集します

問 学校教育課 教育環境対策室 🔍 0278 (62)2275



みなかみ町月夜野地区の3小学校の統合により新たに誕生する「月夜野小学校」の開校に向け、地域に親しまれ、将来にわたり歌い継がれ、新しい学校の校歌にふさわしい明るく元気な「歌詞」を募集します。「月夜野小学校」は「郷土みなかみを愛し、思いやりを持って、たくましく生きる児童の育成」を目指します。未来に向かって光り輝き、児童たちが夢や希望を持ち、生き生きとした学校生活が過ごせるよう、たくさんの応募をお待ちしております。

#### 校歌の基本コンセプト

- ●みなかみ町の自然や歴史・伝統を尊重し、児童たちが夢や希望を持つ、明るいイメージとし、 目指す児童像を感じられるもの
- ●わかりやすく、親しみやすい言葉で幅広い年齢層が覚えやすいもの

#### ●募集内容

月夜野小学校校歌「歌詞」

#### ●募集期間

令和6年6月1日(土)から 令和6年8月31日(土)まで ※郵送の場合当日消印有効

#### ●応募資格

次のいずれかに該当する者

- ・群馬県内在住者
- ・町内に通勤、通学する者
- ・本町出身者で県外に在住する者

#### ●賞および賞品

最優秀賞 1点 10万円分の商品券 優秀賞 数点 1万円分の商品券

- ※応募者が18歳以下の場合は同額の図書カード等に代えさせていただきます。
- ※校歌の歌詞として相応しい作品の応募がない場合には、最優秀賞の選出をしないこともあります。

#### ●応募先

#### ○郵送およびFAXの場合

〒379-1393 みなかみ町後閑318番地 みなかみ町教育委員会事務局 学校教育課 教育環境対策室 M 0278 (62) 0632

#### ○持参する場合

みなかみ町教育委員会事務局、役場本庁舎、水 上支所、新治支所各窓口の専用応募箱に投函して ください。

#### ●応募方法

町ホームページからダウンロードした応募用紙、または全戸配布された応募用紙をご使用ください。 また、以下の必要事項を記入したものであれば様 式は問いません。

- ・作品 (校歌の歌詞)
- ・歌詞に込められた想い(自由記述)
- ・応募者住所
- ・出身地区 ※本町出身者で県外に在住の方
- ・応募者氏名(フリガナを振ってください)
- ・生年月日
- ・電話番号

#### ●注意事項

- ・作品の歌詞は3番までとします。
- ・応募いただく作品および付随資料については返 却いたしません。
- ・応募に要する費用は応募いただく方の負担にて お願いします。
- ・最優秀賞作品を採用候補としますが、作曲等に あたり必要に応じて一部修正、補作を行うこと があります。
- ・作曲については、専門性があることから別途作 曲・採譜を依頼する予定です。
- ・採用作品に著作権に関わる問題や募集要項違反が確認された際は無効になります。
- ・採用作品の著作権はみなかみ町に帰属します。
- ・収集した個人情報について、目的外の使用は行いません。
- ・その他、みなかみ町ホームページの月夜野小学 校校歌歌詞募集サイトを参考に応募してくださ い。

#### ▶特定健診を忘れずに受診しましょう

問子育て健康課健康推進係 ₹0278(62)2527

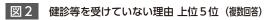
みなかみ町の国民健康保険における令和4年度 特定健診の受診率は47.7%でした。これは、目標 実施率の60%を下回っています。 図1

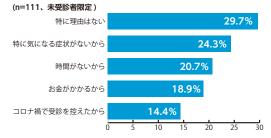
また、町の医療機関受診率を全国平均と比べる と、高血圧症の受診率は1.42倍、心筋梗塞の受診 率は1.56倍高いというデータもあります。

#### ●特に理由は無いけど健康診断は受けてない!?

令和4年度に行われたみなかみ町健康意識調査では、健診未受診者を対象とした「健康診断等を受けていない理由はなんですか」という設問に対し、「特に理由はない」という回答が最多回答となりました。図2

#### 





#### ●実は危険な放置状態

健康診断等を受診せず、自身の健康状態を知らずに放置してしまうと、<mark>普段通院している方でも隠れた病気が進行していることがあります</mark>。そこで、健診を受けないリスクについて、月夜野病院の櫻井医師にお聞きしました。



●月夜野病院 櫻井医師

ご自身の健康状態を知らずに放置してしまうことは、大きなリスクになります。心筋梗塞を例にとると、若い頃から高血圧や糖尿病、脂質異常などを長年放置してしまうことで、心筋梗塞を発症するリスクが高くなります。20代~30代で血圧や血糖値が高くても生活に支障が出ることは少ないので放置してしまっている方が多い様ですが、その状態が長年続くと動脈硬化が進行して、50代、60代で心筋梗塞になってしまう方もいらっしゃいます。若い方も早い段階で健診を受けて、ご自身の健康状態を知り適切な治療を受けておけば、重大な生活習慣病を未然に予防できます。

若い頃から健診を受けることが非常に重要です。検査結果で「要医療」の判定がでたら、必ず医療機関を受診することが大切です。

#### 健診はどこで受診できる?

町内では月夜野・水上・新治の3地区(計16会場)で健診を実施しています。また6月30日(日)、8月1日(木)、9月8日(日)は、町内全域の方を対象にした健診をみなかみ町保健福祉センターで実施します。各会場の場所と日程は7ページをご覧ください。(胃がん・大腸がん集団検診と同じ会場で実施します。)

#### 被用者保険加入者に扶養されている方も 特定健診の会場で受診可能

国民健康保険に加入している人だけでなく、協会けんぽ等の被用者保険加入者に扶養されている方も特定健診の会場で受診できます。

受診券等が必要になりますので、詳細は健 康保険証の発行者にご確認ください。



#### ■ 国民健康保険・後期高齢者医療保険加入の皆さんへ

#### 医療機関で個別健診が受けられます

問 町民福祉課 国保・年金係 ₹ 0278(25)5010

町では町内の公民館等(7ページの日程)を巡回 しながら実施している集団健診のほかに、医療機 関で受診できる個別健診を行っています。ただし、 胸部レントゲン検査・前立腺がん検診・骨密度検 診は集団健診会場でしか受けられないため、これ らの検診を一緒に受けたい方は集団健診をご利用 ください。

個別健診を受診する際は、あらかじめ希望する **医療機関へ電話予約をしてください。** 



#### 健康診断



#### 国民健康保険加入者(40歳以上75歳未満)

- ●個別健診実施期間
- 6月1日(土)~12月末日
- 健診に必要なもの
- ①国民健康保険証
- ②受診券(裏面の質問票を記入してください)
- ●健診料

無料(自己負担分を町が補助)

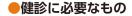
#### ●その他

- ・40歳から74歳までの方は、年に一度特定健診 の受診が義務付けられています。
- ・「特定保健指導」は特定健診とセットのため、対 象になった方は必ず受けてください。

#### 後期高齢者医療保険加入者

#### ●個別健診実施期間

6月1日(土)~12月末日



- ①後期高齢者医療被保険者証
- ②受診券(裏面の質問票を記入してください)

#### ●健診料

無料(自己負担分を町が補助)

#### 共通事項

- ・医療機関通院中の方も、健診は必要です。
- 国民健康保険、後期高齢者医療保険加入中の方は、 人間ドック費用の一部助成を受けることができま す。その際、町の健診を受ける方は対象外となる のでご注意ください。
- ・勤務先で健診を受けた方は、町民福祉課または各 支所へ、健診結果と受診券裏面の質問票を記入の 上、提出してください。

#### ●町内の個別健診実施医療機関 市外局番:0278

医療機関名	住所	電話番号
たかだクリニック	下牧188-2	25-3000
竹内医院	下津2095	62-1677
月夜野病院	真庭316	62-2011
山本医院	湯宿温泉573	64-0440

#### ●その他の個別健診実施医療機関 市外局番:0278

<u> </u>	10日.02/0	
所在地	医療機関名	電話番号
	青木クリニック	22-1122
	石田医院	22-2477
	内田病院	23-1231
	江森内科医院	20-1001
	かないクリニック	22-1166
	金子医院	53-2008
	久保産婦人科医院	23-1360
	こうだ医院	22-5333
	国立病院機構沼田病院	23-2181
	さこだクリニック	25-9111
	塩崎医院	22-2451
	白根クリニック	24-1701
沼田市	皇海診療所	50-8133
	つのだ医院	25-3111
	角田外科医院	22-4936
	利根中央診療所	24-1202
	利根中央病院	25-3489
	沼田クリニック	22-1188
	沼田脳神経外科循環器科病院	0120-40-2288
	パース整形外科クリニック	23-0678
	光整形外科	24-0123
	藤塚医院	22-3263
	藤塚クリニック	23-7300
	松田耳鼻咽喉科医院	23-3387
	矢内整形外科医院	23-8711
昭和村	森下診療所	24-6000
片品村	片品診療所	58-3910
	星野医院	58-2018
川場村	川場診療所	52-2014
川场削	群馬パース病院	52-2141

#### ▶︎胃がん・大腸がん検診を受けましょう

問 子育て健康課 健康推進係 🔍 0278(62)2527



町では胃がん・大腸がん検診を実施いたします。対象になる方は忘れずに受診しましょう。

	胃がん検診 (バリウム検査)	大腸がん検診 (集団検診)	胃がん検診 (内視鏡検査)
対象者	40歳以 (令和7年3)	51歳以上の奇数年齢の方 50歳以上の偶数年齢で 前年度未受診の方 (令和7年3月31日時点)	
検診日時	令和6年度胃がん・大腸がんり 会場により受付時間が異なり	令和6年6月1日~令和7年2月28日 指定された医療機関に限ります 事前に申請が必要です	
検診料	1,000円 75歳以上および後期高齢者 医療保険に加入している方は無料	無料	2,000円

<sup>※</sup>大腸がん郵送検診のご案内は10月末に送付します。

#### ●令和6年度 胃がん・大腸がん集団検診等日程表

特定健診と同時に受けられます。都合のつく会場で受診してください。胃がん検診を受ける方は、胃がん検診欄の「検診車台数」を参考におでかけください。

※受付開始時は混雑します。時間に余裕をもっておでかけください。

116 <del></del>	区日程		₩ ₩ ₩	受付時間		がん検診	大腸がん	特定健診
地区			文刊時间			検診車台数	検診	(集団)
	6月3日	月	7:30~9:00	月夜野農村環境改善センター	0	1台	0	0
月	6月10日	月	7:30~10:00	みなかみ町保健福祉センター	0	2台	0	0
夜	7月19日	金	7:30~10:00	下区集落センター	0	1台	0	0
野	7月25日	木	8:30~9:30	下牧公民館			0	0
地	7月26日	金	8:30~10:00	南部体育館(真政)			0	0
区	8月2日	金	7:30~10:00	カルチャーセンター	0	2台	0	0
	8月6日	火	7:30~9:30	後閑集落センター	0	1台	0	0
	6月4日	火	8:30~9:30	北部生活改善センター			0	0
水	6月6日	木	7:30~10:00	観光会館		2台	0	0
上 地	6月17日	月	7:30~9:00	観光会館	0	1台	0	0
区	7月22日	月	8:30~9:30	中部体育館(綱子)			0	0
	7月29日	月	8:30~9:30	南部健康増進センター(川上)			0	0
新	6月5日	水	7:30~9:30	にいはるこども園体育館	0	1台	0	0
治	6月11日	火	8:30~9:30	下新田農事研修所			0	0
地	6月28日	金	7:30~10:00	新治農村環境改善センター	0	2台	0	0
区	7月23日	火	7:30~9:30	新治B&G海洋センター	0	2台	0	0
	6月30日	B	7:30~9:30	みなかみ町保健福祉センター	0	2台	0	0
全 域	8月1日	木	7:30~9:30	みなかみ町保健福祉センター	0	1台	0	0
2-50	9月8日	B	7:30~9:30	みなかみ町保健福祉センター	0	2台	0	0

<sup>※</sup>各種健康診断申込書で申し込みをされた方に受診票を発送します。申し込みをされていなくても、対象年齢であれば受診できますので、子育て健康課 ₹ 0278 (62) 2527までご連絡ください。

#### ■ 私有地の樹木の枝が 道路に張り出していませんか?

間 地域整備課 用地・管理係 ₹ 0278(25)5020

道路に張り出した樹木により、車両や歩行者の通行の妨げとなる事例が発生しています。私有地から 道路上に張り出している樹木などは土地所有者に所有権があるため、改正民法第233条第3項(令和5 年4月1日施行)に定める場合を除き、県や町では伐採や枝払いなどはできません。

土地所有者の責任により、伐採やせん定など適正な管理をお願いいたします。これらが原因となり、車両や歩行者に事故があった場合には、法律により樹木の所有者が賠償責任を問われることがあります。

#### ●緊急時の対応

道路側への倒木等により、車両等の通行が出来なくなるなど緊急の場合には、町または県が予告なく 伐採・撤去することがありますので、ご理解をお願いいたします。

なお、伐採した幹や枝においては私有地にて処分させていただく場合があります。

#### ●樹木を伐採・せん定する際の注意事項

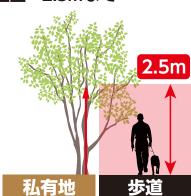
- ・電線や電話線がある箇所は、危険を伴う場合があるので、事前に東京電力パワーグリッド株式会社またはNTT東日本へご相談ください。
- ・作業に当たっては、通行する車両、自転車および歩行者の安全確保と、樹木等からの転落に十分ご注意ください。
- ・道路上で作業する場合は、所定の手続き(道路使用許可(警察署)、道路占用許可等(町または県)) が必要となる場合があります。

#### 赤枠内は**建築限界の範囲**

この範囲は伐採やせん定が必要となります。

・車道の上空 4.5mまで

・歩道の上空 2.5mまで





問 町道に関すること みなかみ町役場 地域整備課 用地・管理係

○ 278 (25) 5020

間 国道291号線および県道に関すること 群馬県 利根沼田振興局

沼田土木事務所

○ 0278 (24) 5511

#### ▶ 6月よりプラスチックの収集回数を変更します

問環境課廃棄物処理係 ₹0278(64)1167



6月より月2回の収集を週1回(毎週水曜日)の収集に変 更します。

#### ●変更後のごみカレンダー

変更後の「ごみ収集カレンダー」は5月中旬に各戸配布さ れていますが、本庁(町民福祉課)、水上支所、新治支所、環 境課(奥利根アメニティパーク)に用意してありますので、 必要な場合には問い合わせください。また、町ホームページ や「さんあ~る」アプリにも掲載されています。



#### ●4月のプラスチック資源回収量

4月に収集されたプラスチック量は、町民の皆さまのご協 力により当初予定していた月7トンを大きく上回り10トンで した。収集されたプラスチックは、不純物を取り除き圧縮梱 包処理後、容器包装リサイクル協会を通じて国内のリサイク ル事業者に引き渡され、プラスチック製品や熱分解して化学 原料などに再生されます。

「燃やせるごみ」の減量や資源循環をより一層進めるために 町民の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



#### **あなかみ町のごみ分別アプリを配信中!**

分別に迷ったときはみなかみ町のごみ分別アプリ「さんあ〜る」をご利用ください!

資源やごみの分別方法や収集日に悩んだことはありませんか?資源・ごみ分別アプリ「さんあ~る」は、 分別方法を手軽に検索したり、資源やごみの収集日をお知らせする機能がついたアプリです。

ごみ分別表	詳しい分け方、出し方や注意点を確認できます。
50音ごみ分別表	ごみの品目名から、分別方法を検索できます。
収集日カレンダー	<ul><li>・お住まいの地域を設定することで、収集日をカレンダー形式で確認できます。</li><li>・アラームで収集日を知らせる機能があります。</li></ul>
奥利根 アメニティパーク案内	奥利根アメニティパークの場所を検索できます。表示された住所をタップすると地図が表示されます。
収集運搬許可業者案内	粗大ごみなどを運搬する手段がない時などに利用で きる収集運搬業者がわかります。



- 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。

#### ➡藤原ダム完成記念 第 65 回藤原湖マラソン

問 観光商工課 観光振興係 ₹ 0278 (25) 5017



#### ●開催日

8月18日(日)※雨天決行

【受付】午前7時~午前8時30分

【開会式】午前8時15分~

#### ●会場

藤原地内 藤原湖運動広場 (スタート・ゴール)

#### ●種目/参加料/スタート時刻

距離	番号	種目	参加料	スタート	
	01	男子15歳〜29歳 (中学生を除く)			
	02	男子30歳~39歳			
	03	男子40歳~49歳			
15	04	男子50歳~59歳	4,000円	0.00	
km	05	男子60歳以上	4,000円	9:00	
	06	女子15歳〜39歳 (中学生を除く)			
	07	女子40歳~49歳			
	08	女子50歳以上			
	09	中学生男子	1,000円		
	10	中学生女子	1,000円	9:20	
5 km	11	男子15歳以上 (中学生を除く)	4,000円		
	12	女子15歳以上 (中学生を除く)	4,000円		
3 km	13	小学生男子 (4年生以上)	1,000円	0-10	
	14	小学生女子 (4年生以上)	1,000円	9:10	

※ただし、町内の小中学生は参加料無料

#### ●参加資格

- ・健康に自信がある方で、注意事項、申込規約に同意いただける方(町ホームページ参照)。
- ・15kmの部は2時間以内、5kmの部は1時間40分 以内、3kmの部は1時間以内で完走可能な方。
- ・なお、お申し込みされた時点で、注意事項、申込規 約に同意されたものとします。



#### ●申込方法

下記のいずれかの方法からお申し込みください。

#### (1)郵便振替

所定の申込用紙(コピー不可)に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて最寄りのゆうちょ銀行または郵便局窓口より送金してください(払込手数料:窓口203円、ATM152円)。

#### (2) インターネット (RUNNET)

専用サイトにアクセスし、大会エントリーページの指示に従ってお申し込みください。



#### ●申込締切

6月28日(金)消印有効

#### ●表彰

- ・各種目上位6位までを入賞とし、賞状・副賞を授与 します。
- ・参加者全員に参加賞をお渡しします。
- ・完走者全員に完走証を発行します。
- ・70歳以上の参加者に敢闘賞をお渡しします。
- ・遠方からお越しの参加者に遠来賞をお渡しします。

#### ●その他

- ・郵便振替による申し込みをご希望の方は、大会要項 を郵送しますので、大会事務局までお問い合わせく ださい。
- ・町内の小中学生で参加をご希望の方は、直接大会事 務局へお越しください。

#### ●大会事務局

みなかみ町月夜野1744-1 みなかみ町役場 観光商工課内 藤原湖マラソン実行委員会事務局

#### 令和6年度第1回



#### ■ みなかみ町職員採用 第1次試験のお知らせ



問 総務課 人事係 ₹ 0278 (25) 5026

令和6年10月1日採用の、第1回 みなかみ町職員採用 第1次試験を実施します。希望される方は、職 員採用試験申込書を総務課へ提出してください。採用試験申込用紙は、総務課で配布します。

#### ●職種

一般事務·保育教諭·保健師·総合土木職· 文化財専門職

#### ●受験資格

一般事務	平成6年4月2日から平成19年4月1 日までに生まれた者
保育教諭	平成元年4月2日以降に生まれた者で、 保育士と幼稚園教諭、2つの資格を有 する者
保健師	平成元年4月2日以降に生まれた者で、 保健師の資格を有する者
総合土木職	平成6年4月2日以降に生まれた者で、 学校教育法に規定する高等学校以上の 土木に関する学部 (学科) を卒業した者
文化財専門職	平成元年4月2日以降に生まれた者で、 学芸員資格を有する者

#### ●試験の方法

適性検査·教養試験(高校卒業程度)

#### ●採用予定人員

一般事務 若干名 · 保育教諭 若干名 保健師 若干名 · 総合土木職 若干名 文化財専門職 若干名

#### ●試験場所

みなかみ町中央公民館 3階大会議室

#### ●申込み期間

令和6年5月13日(月)~令和6年6月28日(金)

時間:午前8時30分~午後5時15分

(土日祝日は除く)

※郵送の場合は、申込期間最終日の消印のあるものま で受け付けます。

#### ●試験期日

令和6年7月21日(日)

※第2次試験につきましては、第1次試験合格者に詳 細をお知らせします。

#### #### 後閑駅ナカ学習室

**ダーニナル** みんなの放課後ターミナル



後閑駅ナカ学習室では、地域の高校生を対象に学習環境を提供しています。 高校生のみなさんの進路・将来の選択に役立つイベントも定期開催! 1席ずつパーテーションで区切られた机、参考書や問題集などの図書、Wi-Fiコピー機、 勉強用タイマー、貴重品ロッカー、冷暖房など学習に集中できる環境を整えています。 電車やお迎えの待ち時間など短時間の利用も可能ですので、ぜひご利用ください。 ※詳しくは二次元コードを読み取り公式HPをご覧ください。

7. HO (16-97) 1 Eller 4.7 A 2011 EC 52 (7CC V 8				
対 象	みなかみ町内在住・通学している高校生			
利用時間	平 日 ▷ 1 6:00 ~ 2 0:30 土曜日 ▷ 1 3:00 ~ 1 9:00 テスト期間 ▷ 1 3:00 ~ 2 0:30			
休館 日	日曜日・祝日			
利 用 料	無料			
利用方法	利用には登録が必要です。 本人確認のため身分証明書 (学生証など)を ご持参ください。			



▲ 学習室内図書:参考書·問題集



▲個別の学習スペース

#### ■ 6月は食育月間です

問子育て健康課健康推進係 ₹0278(62)2527

町では食を通して心身の健康と豊かな心を育む ことができるよう、第3次みなかみ町食育推進計 画を策定し、様々な食育事業を推進しています。

#### ●令和6年度食育重点目標

令和6年度の食育重点目標は"もっと野菜を食べ よう!「プラス 1 皿」"です。みなさんは 1 日にど れくらいの野菜を食べていますか?野菜は「健康 に良い」と理解していても、意識しなければ十分 な量を摂取することはできません。生活習慣病な どを予防し、健康な生活を維持するためには、1 日350g以上(1日小鉢5~6皿分)の野菜を摂 取することが目標とされています。

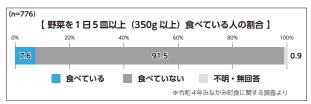
#### ●9割の人が野菜不足

グラフからもわかるように、みなかみ町では9 割の人が1日の野菜摂取目標量に達していません。 まずはいつもの食事に「プラス 1 皿 | して野菜不

足を解消しましょう。広報最終ペ ージには町栄養士おすすめレシピ を毎月掲載しています。野菜をた っぷり使ったレシピも掲載してい ますのでご活用ください。



掲載レシピ





#### 令和6年度食育推進セミナー参加者募集

「野菜から始める食生活改善~きのう野菜350g食べましたか~」

町では、野菜の摂取量増加を目的に、セミナーを開催します。セミナーでは「ベジチェック®」で自分の 推定野菜摂取量を計測することができます。たくさんの参加をお待ちしております。

#### ●セミナー内容

·講演時間:約1時間

・講師:カゴメ(株)管理栄養士

・ベジチェック®測定会

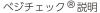
ベジチェック®については右記の二次元コード を読み取っていただくと説明があります。

- ●日時 令和6年6月27日(木)14時~15時30分
- ●場所 町保健福祉センター2階会議室
- ●定員 先着30名

#### ●参加費 無料

- ●申し込み方法 電話または下記の二次元コードを 読み取り、申し込みフォームから申し込みください。
- ●申し込み期間 令和6年6月3日~6月25日
- ●問い合わせ先 №0278(62)2527







申込フォーム

#### ■学校給食を食べてみませんか?

問 月夜野学校給食センター ₹ 0278 (62) 2219/新治学校給食センター ₹ 0278 (64) 0245

毎年6月は食育月間です。給食センターでは、保護者および町民の皆さんに「安全でおいしい給食」を 理解し、食への関心を高めていただくために給食試食会を開催します。

#### 一日時

6月21日(金)正午から1時間程度

#### ●定員

先着20人

#### ●参加費

試食代260円/1人(当日受付にて)

#### ●会場

月夜野学校給食センター(月夜野80番地) 新治学校給食センター(東峰413番地)

#### ●申込方法

参加を希望する給食センターへ電話でお申し込 みください。氏名、住所、電話番号をお伺いいた します。

※代表で申し込まれる場合、2名までとなります。

#### ●申込期間

6月7日(金)~6月17日(月) 午前9時~午後5時まで(土日を除く) ※定員になり次第受付終了とさせていただきます。



※写真はイメージです。

#### ▶️地場産品普及事業補助金

問 観光商工課 ふるさと応援係 ○ 0278 (25) 5018



観光商工課では、令和6年度の地場産品普及事 業補助金の申請を受け付けております。

#### ●対象者および要件

- ・地場産品を扱う町内の事業者
- ・町税等に滞納がないこと
- ・みなかみ町暴力団排除条例に規定する暴力団、 暴力団員、暴力団員等でないこと
- ・令和4年度以降、当該補助金の交付を受けてい ないこと

#### ●対象経費

- ・新製品の開発に関連する費用
- ・既存製品のパッケージの改良または品質向上に 関連する費用
- ・既存製品の販路開拓に関連する費用

#### ●補助額

対象経費の2分の1以内(千円未満切り捨て) とし、上限額は40万円。ただし、機械等備品購入 費に係る補助率は4分の1以内。

#### ●申請開始日

4月1日(月)

#### ●要綱・様式

補助金の交付要綱および申請書等の様式につい ては、町ホームページをご覧になるか、観光商工 課へお問合せください。

#### ●その他

今年度より、同一事業者による申請は3年に1 回を限度とします。補助金の交付は、予算額に達 し次第終了となります。

#### 森林(もり)と人を繋いで地域を盛り上げる みなかみ町森林(もり)フォーラムが開催されました

問 農林課 林業振興係 ₹ 0278(25)8228

4月23日(火)、みなかみ町カルチャーセンターにおいて、「みなかみ町森林(もり)フォーラム」を開催しました。このフォーラムでは、森林を活かし、共生していく新しいヒントやアイデアが共有されました。

株式会社モリアゲ代表取締役長野麻子さんによる基調講演では、森林を活用した事業や最近の事例が紹介されました。フォーラム後半では、共同通信アグリラボの石井勇人さんをコーディネーターとして、有識者が登壇するパネルディスカッションが行われました。





#### 株式会社モリアゲ **長野麻子**

- ・森林は宝の宝庫
- ・森林と街をウッドチェンジで繋ぎ直す
- ・森林と運命共同体となり利益分配

国土の7割が森林である日本では、古来より森林と共に人々が生活していました。しかし、時代の流れと共に森林と街の暮らしが離れてしまったことが、森林をうまく活用できなかったり、森林が盛り上がらなくなってしまった原因です。

現在では、ネイチャーポジティブ、脱炭素社会、森林浴による医療など、多方面で「森林の価値」が見直されてきています。身の回りのモノを木製の製品に変えるウッドチェンジを促進し、かつてのように森林と街を繋ぎ直していくことが、持続可能な森林との共生に繋がります。その過程で森林の価値に対して払われたお金は、森林との持続的な共生のために利益分配される必要があります。



オークヴィレッジ株式会社 **佐々木一弘** 

- ・今ある森林から価値を生み出す知見
- ・木を伐る側とモノを作る側のサイクル

自伐型林業とは、先祖代々受け継いできた山に入って木を伐ったり、草を刈ってきれいにしていくように、今ある森林に手入れをしていく小規模な林業の形態です。しかし、労力やコストの面から続けたいけど続けられないという苦労があります。加えて伐ってきた木の種類・形状が製品を作るための規格とかみ合わないこともあります。

そこで、オークヴィレッジでは「お椀から建物まで」様々なモノを作ってきた知見を活かし、伐ってきた木から作れるモノを考えて素材化しています。自伐型林業を継続していくためには、木を伐る側とモノを作る側のサイクルを通じて経済的な価値を生み出していく必要があります。みなかみ町は全国の市町村に先駆けてこのサイクルができ始めていて、実際に動き出していることが素晴らしいです。



scent letter 株式会社 Licca 長壁総一郎

- ・地域の方の温かさ
- ・受け入れ体制の土壌

コロナの行動制限の中、移住してきてすぐに緊急事態宣言があり、近所の方への挨拶に行けない状況が続いていました。その間、地域の方が挨拶に行けない理由を書いた手紙を配ってくださったり、実際に挨拶に行かせてもらう際には、「一緒に行った方がわかりやすいと思うから、良かったら一緒に挨拶に行くよ」と言って一緒に回ってくださいました。挨拶に行った先では、「じゃあコーヒーでも飲んでいくか」と、優しく受け入れてくださり、おそらく近所の方には聞き馴染みのないであろう、木のアロマを仕事にしたいという私たちの話を聞いてくださいました。すると、「じゃあ木が必要なんだね、林業の会社さん知ってるからもし良かったら今から行く?」と案内してくださいました。

私にとって移住は初めての経験ですが、他の地域でもこのような「人の温かさ」があるかというと、中々ないと思います。地域の受け入れ体制の良さがあってこそ、今も私たちは木のアロマの事業が出来ていると思いますし、自伐型林業の団体にも所属できていると思います。 みなかみ町は自然だけでなく、人の温かさが感じられる町だという印象は今も変わりません。



#### 公益財団法人日本自然保護協会 **出島誠一**

- ・三菱地所、日本自然保護協会、みなかみ 町で取り組むネイチャーポジティブ※
- ・付加価値を生む生物多様性のストーリー

三菱地所・日本自然保護協会・みなかみ町で協定を結び、10年という長いスパンで企業版ふるさと納税を活用した取り組みに決断をしていただきました。イヌワシはその中での重要なアイコンとなっています。

人が自然林に手を入れ、放置し、木と木の間隔が密になり、狩り場がなくなってしまったことが、イヌワシが減ってしまった原因です。そこで我々はイヌワシが狩りが出来る場所を増やしながら人工林を自然林に戻していく取り組みをしています。その中で、伐ってきた木にイヌワシのストーリーの付加価値を付けて活用する動きが始まっています。上毛高原駅にオープンしたイヌワシストアでは、イヌワシの狩り場を作るために伐った木を店内の木材に使っていただきました。このような生物多様性のストーリーが付加価値を生み、保全にも繋がり、今後さらに広がっていくことが期待されます。

※自然を回復軌道に乗せるため、生物多様性の損失を止め、反転させること

### きまちの話提

#### 利根沼田小売酒販組合が 20歳未満飲酒防止を呼びかけました

利根沼田小売酒販組合では、4月を 「20歳未満飲酒防止強調月間」として、 「20歳未満飲酒防止キャンペーン」を 実施しました。同組合は、利根沼田地区の高等学 校を訪問し、校内での啓発用ポケットティッシュ の配付を依頼しました。

町内では、同組合笛木理事長と中條沼田税務署 長が、利根商業高等学校に訪問し、20歳未満の 飲酒防止を呼びかけました。



▲左から中條沼田税務署長、利根商業高等学校生徒会長、 利根商業高等学校校長、利根沼田小売酒販組合笛木理事長

#### 株式会社BMZより ご寄附をいただきました

インソールなどの製造販売を行う株式会社BMZ(髙橋毅取締役社長)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売上から10万円を寄附していただきました。

地域の方に足と健康の関係を知っていただこうと定期的にアウトレットセールが行われており、 足の無料測定会や鍼灸師によるフットケアマッサージなど多数のイベントも同時に開催されました。



▲BMZ林佳男さん(左)、髙橋大悟さん(右)、阿部町長(中)

 $5/18\sim19$ 

#### みなかみ3ダム・春の点検大放流が行われました

藤原ダム・奈良俣ダム・矢木沢ダムの3つのダムでは、洪水期を迎える前に、放流設備が安全に作動するか確認するため、「点検放流」が行われました。

2日間で多くの来場者が訪れ、普段は入ることができない堤体内見学や、飲食店等が出店する「みなかみマルシェ」、月夜野矢瀬太鼓と三国太鼓の演奏など、多くのイベントが行われました。

















- ●①②藤原ダム点検放流と堤体 内見学/
- ③④奈良俣ダム点検放流と連絡 トンネル探検/
- ⑤⑥矢木沢ダム点検放流とカヌ 一体験/
- ⑦月夜野矢瀬太鼓/⑧三国太鼓

#### 地域おこし協力隊の活動

#### 谷川エコツーリズム推進協議会所属 小柳奈々恵 さん

こんにちは。谷川岳インフォメーションセンターのスタッフの小柳奈々恵です。コロナ禍の活動制限のため任期の延長が決まり、この4月から協力隊4年目になりました。

桜が咲いたなと思ったら、あっという間に新緑になりましたね。春の木々や花々の生き生きとした色が眩しく、毎日の車通勤が楽しいです。

インフォメーションセンターは通年開館していますが、4月頃から徐々にお客さんが増えてきました。グリーンシーズンに向けての準備を着々と進めているところで、GWからはガイドさんによる館内案内が始まりました。展示解説の内容は個性豊かなガイドさんによってそれぞれなので、何回来ても楽しめます。気になることもガイドさんにぜひ聞いてみてくださいね。

館内ではお子さんにも楽しんでもらえるように、谷川岳の自然が学べるクイズや塗り絵をするとガチャガチャを回せるイベントをしています。

この度、新しい景品として、谷川岳に住む動物をデザインしたストラップを作りました。ぜひ全種類コンプリートを目指して参加しに来てくださいね。(ちょっぴり難易度高めのクロスワードに参加すると大人の方も回せます!)

その他にもスタンプコーナーを作ったり、新しいデザインのTシャツを販売したり、インフォメーションセンターは少しずつ進化しています。 ぜひ何度もお越しください。

6月頃は緑が一段と濃くなって、夏の雰囲気が 感じられる季節ですね。そして、そろそろ谷川岳 山開きも迫ってきた頃。今から夏の谷川岳が楽し みです。お待ちしております!





▲ストラップ

▲スタンプコーナー

#### 第61号

#### まちづくり協議会だより

問 まちづくり協議会事務局(企画課)

0 2 7 8 (6 2) 2 2 8 0

#### 水上支部の活動

今年は天候が不順で、4月に入っても雪が降る異常気象でしたが、植樹をして5年目を迎える花桃は、4月初旬から下旬まで、鹿野沢地区のバードゴルフ場を囲むように咲き誇っていました。これからは山々の新緑も素晴らしく、生命観を感じる風景に変化していき、大きく伸びた新梢の手入れや草刈り作業にも自然と力が入ってきます。

また、桜やモクレンの咲き誇る遊歩 道は雪解け水の流れる利根川沿いにあ り、散歩コースとなっています。これ から訪れる四季を味わいにぜひ足を運 んでみてください。

> まちづくり協議会水上支部 鹿野沢地区 小林行治







▲水上支部で植樹した花桃・桜・モクレン

#### 三大人 こともの話題 = CHILDREN'S TOPICS =

#### ●相談・教室【子育て健康課 こども家庭センター「すくすく」 ○ 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	<ul><li>所 子育て健康課</li><li>野 こども家庭センター</li><li>長 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</li><li>※出産応援金の申請も行います。</li></ul>
70-5 /70-11	妊婦および生まれて	6/14金	13:00~15:50	所 保健福祉センター
マタニティスクール 	くる子の親となる男性	6/28金	13:00~15:30	
ママヨガ教室	妊娠中から産後12か月 までの母親	6/24例	10:30~11:15	所 にいはるこども園2階(汽車ぽっぽ) 予 汽車ぽっぽ 員 10人
ベビーマッサージ	生後2か月から 1歳までの乳児	6/21億	10:30~11:30	所 保健福祉センター
母乳相談	妊婦および産婦		。 る母乳相談を実施 望される方はこと	します。 ごも家庭センターまでご連絡ください。

#### ●乳幼児健診・相談【子育て健康課 こども家庭センター「すくすく」 N 0 2 7 8 (20) 2 3 0 0 】

健診・相談の種類	対象者	日程	時間	備考
4か月児健診	令和6年2月生	6/19%		
10か月児健診	令和5年8月生	6/19%	時間については個別	
12か月児健診	令和5年6月生	6/19休	に通知しますのでご	
1歳6か月児健診	令和4年11月~令和5年1月生	8/20(火)	確認ください。なお、	
2歳児歯科健診	令和4年4月~5月生	6/18(火)	都合の悪い場合は子	所 保健福祉センター
2歳6か月児歯科健診	令和3年10月26日~令和4年1月生	8/7休)	育て健康課へお問い	
3歳児健診	令和3年1月25日~4月生	6/5例	合わせください。	
親子ふれあい広場はぐみ	3か月児・6か月児・8か月児	6/13休		
祝丁が代めい仏場はくの	その他乳幼児	0/13(1)	10:00~11:00(受付)	

#### ●子育で支援センター、子育でサークル【子育で健康課子育で支援係 ₹ 0 2 7 8 (2 5) 5 0 0 9 】

●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。

イベント	メニュー	日程	時間	お知らせ	場所
1	親子ふれあい	月~金	10:00~12:00 13:30~16:00	予	
	助産師さんと話そう	6/3例	10:30~12:00	予	
	Let's music	6/6休)	10:30~11:30	予	子育て支援センター
汽車ぽっぽ	お茶会	6/12例	未定	予	(にいはるこども園2階)
	ベビーキッズヨガ	6/20休	10:30~11:30	予	<b>0</b> 2 7 8 (6 4) 1 8 4 8
	大きく なったかな?	6/24例~ 6/28金	10:00~12:00 13:30~16:00	予	
	ママヨガ	6/24例	10:30~11:30	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		当面(	の間休館	水上公民館2階和室
ぽかぽか	親子ふれあい	月・火・水	13:00~15:001—		NPO法人北風塾
-1-	おはなしひろば	6/18(火)	10:30~	予	きたかぜはうす
	親子ふれあい	月~金	9:30~12:00 13:00~15:30	予	
+ / - / - / - / - / - / - / - / - / - /	お散歩	6/7金	10:30~	予 持 飲物、帽子 内 天候不 良の場合は室内遊び	つまとのスピも国
さくらんぼ	おはなしの会	6/11(火)	10:15~	予 内 午前中1回のみ開催 (20分程度)	つきよのこども園 <b>3</b> 0 2 7 8 (2 5) 8 4 0 0
1	七夕製作	6/12例	10:00~	予	
	ダンスで リフレッシュ	6/26休	10:30~	予 持 抱っこ紐、汗ふきタオ ル、飲物	

持 持ち物 予 要予約 内 内容 所 場所 員 定員

電話 電話

🎹 ホームページ

🔽 メール

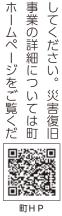
災害について

#### 農地・農業用施設 お知らせ の

ます。一度被災した農地は、復旧を行 っても完全に元通りにすることができ 大雨で農地や農業用施設が被災してい 近年、局所的な豪雨や台風による

理をお願いいたします。 を厚くしたり、水路にたまった土砂や ゴミをこまめに取り除くなどの保全管 防災対策 被災を防ぐために、畦畔

ので速やかに区長または農林課へ報告 復旧事業の対象となる場合があります してください。災害復旧 業用施設の被害を発見した際は、 被害を発見した場合 万一農地や農 災害



お知らせ

イベント

閻 農林課 農村整備係

0278 (25) 5016

## でください 農業用水路にごみを捨てない

けられます。 や弁当の容器などのごみの投棄が見受 毎年、 農業用水路へのペットボトル

> 費用がかかるなど、用水の管理者に大 どに水害を及ぼす恐れがあります。 が原因で用水路が詰まってしまうと用 変迷惑がかかります。 水に溜まったごみの除去作業や処分に 水から水があふれ、近くの民家や畑な 用水路にごみが詰まると ごみなど

投棄による水質汚染により安全な食品 農業用水路はみなさんの口に入る食べ ってしまいますので、ごみは正しく捨 を皆さんに提供することができなくな 物を生産するための施設です。ごみの ててください。 ●安全な食品を提供するために また、

農林課 農村整備係

0278 (25) 5016

## お願いします 農業者年金現況届の提出を

送された現況届用紙に必要事項を記 な手続きです。農業者年金基金から郵 提出してください。 入・署名のうえ、農業委員会事務局 現況届は年金を受給するために必要

一月夜野農村環境改善センター内 提出期限 6月28日 (金) まで 0278 (62) 3644 みなかみ町農業委員会

#### 相 談

# こころの健康相談

ろの健康相談」を行っています。

- 眠れない
- イライラして落ち付かない
- 仕事が手に着かない
- 不登校
- 産後うつ
- ・認知症
- お困りの方、その他の心配事のある方 薬物、アルコール依存 ぜひお気軽にご相談ください。

じめ電話で予約をお願いします。 は、 さい。予約制となりますので、あらか も受けつけていますので、ご利用くだ 精神科医師・保健師がお話を伺いま 都合で来所できない方は電話相談

※日程の詳細については、電話にてご 確認ください。 を行っています。(予約制) **相談日時**毎月2回(水曜日) 相談

福祉事務所(沼田市薄根町4412) **場所** 利根沼田振興局利根沼田保健 相談対応 精神科医師、保健師

0278 (23) 2185

間 利根沼田保健福祉事務所 保健係

利根沼田保健福祉事務所では、「ここ

日時 (家族、婚約者、 原則、

午前9時から (予約制) (前橋市野中町368) 場所 群馬県こころの健康センター

康センターに電話でお申し込みくださ 申込方法 事前に群馬県こころの健

027 (263) 1156

## 自死遺族相談のご案内

難しく、複雑な気持ちをひとりで抱え る方も多いと言われています。 かし、その気持ちを周囲に話すことは な感情を抱くのは自然なことです。 を受け、悲しみ、不安、怒りなどの様 たとき、遺された方が大きなショック ご家族等の大切な人を自死で亡く

師・保健師がお話を伺い、 守られます。 遺族相談を開催しています。精神科医 こ遺族等が安心して思いを語れる自死 群馬県こころの健康センターでは、 秘密は堅く

#### 対象者

ご家族等を自死で亡くされた方 毎月第2金曜日 親しい友人など)

申 問 群馬県こころの健康センター

### お詫びと訂 T

## 訂正について 「令和6年度新区長さんの紹介」

ページ)で掲載した、「令和6年度新 ありました。お詫びして訂正いたし 区長さんの紹介」について、誤りが )誤表記があった地区 広報みなかみ令和6年5月号(2 南区、

## 奈女沢

町組

正誤対照表

正

南 区 世帯数28 人口72 くしぶち みちあき **櫛渕 三千昭** 南 区 世帯数28 人口72 くしの かちあき **櫛渕 三千昭** 

**町 組** 世帯数617 人口1,442 tt やすひろ **関 泰廣** 組 町 町 組 世帯数617 人口1,442 せき やすひる 関 泰属

世帯数 12 人口 30 ますき たみお **鈴木 民夫** 奈女沢 世帯数 12 人口 30 すずき <mark>ゆきお 鈴木 民夫</mark>

月26日 (水)

[受信有効

令和6年6月14日

金

午前9時~6

奈女沢

申 総務課 総務係

0278 (25) 5000

第2次試験日

令和6年9月1日 第1次試験日

 $\widehat{\exists}$ 

#### 募 集

# **令和6年度税務職員採用試験**

(国家公務員) 、シャリスト」として働く税務職員 国税局や税務署において、「税のス を募集します。

### 受験資格

める者 ①令和6年4月1日において高等学校 ②人事院が①に掲げる者に準ずると認 日から起算して3年を経過していない または中等教育学校を卒業見込みの者 者および令和7年3月までに高等学校 または中等教育学校を卒業した日の翌

## 試験の程度 高等学校卒業程度

申込方法等

※原則インターネット申込み

https://www.jinji-従い入力する。 次のアドレスへアクセスし、 、説明に

shiken.go.jp/

juken.html

受付期間

書で指定する日時 令和6年10月9日 (金)のいずれか第1次試験合格通知 その他 国税庁 (税務職員採用試験)



人事院 (採用情報 NAVI)

合せ 人事院人材局試験課 インターネット申込みに関する問

問

03 (3581) 5311

#### みなかみ町消防団員募集 0278 5002 (25)

## (水) ~ 10 月 18 $\Box$ 集します(コアトレーニング) おとなの運動教室参加者を募

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

## コアトレーニングとは

間中は、 疲れにくい身体を目指しましょう!腰 痛予防・猫背予防にも効果的です!期 ーニングです。バランス感覚を整えて. 活動量計を貸し出しします。

(運動しても差しさわりない方) 対象 町に住所のある40 ( 64 歳

火災等の災害時に地域の

要として活動するのが消

入団資格:18歳以上

防団員です。

みなかみ町保健福祉センター

コアトレーニング(スポーツ

帯アプリ(お持ちの方) オル、ミナカミハートカードまたは携 持ち物 室内シューズ、 飲み物、 9

0278 (62) 2527 問 子育て健康課 健康推進係

開催日時 7月4日(木) 美しい姿勢づくりに必要な体幹ト / 7月 11

(木 /7月18日 (木)

(月夜野118) 会場

ナー山田秀一先生) インストラクター兼パーソナルトレー 内 容

電話でお申し込みくださ 二次元コードまたは

問 お問い合わせ

₩ ホームページ

🜐 申込み・申請

電話

| T ファクス

☑ メール

相 お イ べ ジ ら メ 集

Living Information

#### 月夜野ホタルの里ホタル観賞会

#### ■月夜野ホタルの里概要

	170000			
観賞期間	6/15 (土)~ 7/14 (日)			
ナクリの毛粉	ゲンジボタル、ヘイケボタル、			
ホタルの種類	クロマドボタル			
~~~	月夜野遊歩道 1 周約 2km 40 ~			
鑑賞場所	60分(コースによります)			
	上毛高原駅から徒歩3分ほどの			
知ヴコ フ	里山にあるホタル観賞地の遊歩			
制賞コース	道(約 2km)を散策しながらの			
	ホタルの観賞ができます。			
飛翔時間帯	午後8時~午後9時			
	みなかみ町観光協会 回場回			
問い合わせ先	<b>☎</b> 0278(62)0401			
	観光協会HP▶ <b>□</b>			

#### ■よくあるご質問

- A 雨の場合は、沢などに隠れて光っていますが、いつ もより少ないかもしれません。
- 8 時から 9 時までしかホタルは飛ばないのですか?
- ▲ ホタルは夜の8時から飛び始め、9時頃を過ぎると休んでしまい、極端に数が少なくなります。
- ▲ ホタルは気温が高く (20℃~ 25℃) 蒸し暑く暗い 夜によく飛び交います。

月夜野ホタルの里では、6月中旬から7月中旬まで、長期間にわたりホタル観賞が楽しめます。



・・・ 観賞コースは、一周約2kmです。

観賞期間中、ホタルの保護と観賞者の安全のため、遊歩道等は車の乗り入れを規制 しております。皆さんが気持ちよく観賞できますようマナーアップにご協力下さい。



臨時駐車場は、ホタル観賞期間中のみです。大型車は、矢瀬親水公園にお願いします。



駐車場以外の場所には駐車できません。



観賞コース内のトイレは、仮設トイレです。 上毛高原駅構内のトイレをご利用下さい。

#### ■ホタル観賞の注意事項

- ①ホタルは強い光に弱い生き物です。カメラのフラッシュ、懐中電灯のご利用はご遠慮ください。
- ②ホタルは希少な生き物なので、絶対に捕えないでください。
- ③ホタル観賞場所は大変混みあいます。歩きタバコはご遠慮ください。
- ④環境保全のため、ごみの持ち帰りにご協力ください。
- ⑤ホタルを観賞するときは、騒がず静かに観賞しましょう。



Aなかみ町観光協会だより 6 月号 FIND YOUR OASIS.

#### みなかみがすき 公式アカウント



## 友達募集

みなかみ町の最新情報やお得な情報をお届け

この度、みなかみ町と共同で、町民の皆さまや、観光で訪れてくれる方々にもっと「みなかみがすき」になってもらえるように、公式LINE「みなかみがすき」を開設いたしました!

旬な情報や、イベント情報、お得な情報を定期的に発信しますので、ぜひご登録をお願いします。





- 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。

間 お問い合わせ

■ 申込み・申請

電話

₩ ホームページ

☑ メール

Living Information

#### 『包括』って知っていますか?

問 地域包括支援センター ₹ 0278(62)0540

みなかみ町地域包括支援センター(包括)は、みなかみ町社会福祉協議会が町からの委託を受けて運 営しています。包括は、医療・介護・保健・福祉など、さまざまな面から地域住民を支える「総合相談 窓口」です。電話相談はもちろん、職員が訪問し相談にのることも可能です。お困りのことがありまし たら、お気軽にご相談ください。

#### 包括の主な業務

- ・生活の中での困りごとや心配ごとについての 相談対応
- ・成年後見制度の普及や高齢者虐待への対応
- ・要支援認定を受けた方等のケアプラン作成
- ・関係機関とのネットワーク構築、ケアマネ ジャーへの支援 など

#### 4月から新しいメンバーになりました

センター長・社会福祉士/原澤健二 主任介護支援専門員/板野佳奈・杉木由理子 保健師/岩田絵梨香 **社会福祉十/原雅彦** 



#### 書室だより

Book Information

#### 絵本読み聞かせ (おはなしの会)

おはなしの会 会員募集

ー緒に子どもたちへ読み聞かせをしませんか? 興味のある方は、教育委員会生涯学習課へお声がけください。

#### 新着児童図書

いつかの約束1945/山本 悦子/中

みちくさ/さとう わきこ/中

ごめんねでてこい / ささき みお / 水

こいぬをつれたかりうど/牧野夏子/佐々木マキ/水:

おちびさんじゃないよ / ヘウォン・ユン / 新

じゅげむの夏/最上一平/新

図書館がくれた宝物 / ケイト・アルバス / カ

#### 新着一般図書

ゆうびんの父 / 門井 慶喜 / 中

女の国会/新川帆立/中

佐渡絢爛/赤神 諒/水

サロメの断頭台 / 夕木 春央 / 水

あいにくあんたのためじゃない / 柚木 麻子 / 新

ゴミの王国/朝倉広景/新

妻に稼がれる夫のジレンマ - 共働き夫婦の性別 役割意識をめぐって -/ 小西 一禎 / <mark>カ</mark>

中中央公民館図書室 📞 62-2275 😿 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

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

◆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。

・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。右の二次元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。

◆4月より新治公民館図書室の本も検索や予約ができるようになりました。
・中央、水上、カルチャーセンターの利用者カードが、新治公民館図書室でも使えます。まだ、利用者カードを持っていない方は、図書室の窓口へ申し出てください。



広報みなかみ/2024年6月

# 国民年金からのお知らせ

## **します** 国民年金保険料の追納をお勧な

国民年金保険料の全額免除や一部免 は、その期間については年金を受ける また、納付猶予や学生納付特例の承 また、納付猶予や学生納付特例の承 また、納付猶予や学生納付特例の承 また、納付猶予や学生納付特例の承 また、納付猶予やされますが、年 ための資格期間に算入されますが、年 ための資格期間に算入されますが、年

申告で社会保険料控除の対象となりま 合は、 やすことができます。ただし、 期間から順に納付 すので、お手続時には忘れずに行って 起算して、3年度目以降に追納する場 猶予の承認を受けた期間の翌年度から れた保険料は、 に加算額が上乗せされます。 国民年金保険料は、 そこでこれらの期間に免除・猶予さ 追納することで将来の年金額を増 当時の保険料に経過期間に応じ 10年以内であれば古い (追納) 年末調整や確定 が可能であ 免除・

#### 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)

○ 0278 (25) 5010 問 町民福祉課 国保・年金係 0279 (22)

1607

閰 渋川年金事務所 国民年金課

ください。

地区	診療地・診療時間	6月	7月
¬l√ L	大芦公民館(坂東会館) 9:00~12:30	7日金	5日金
水上	北部生活改善センター 9:00~12:30	6⊟休) 20⊟休)	11日休
新治	赤谷公民館 9:00~12:30	11日巛	9日(火)
	入須川分館 13:30~17:00	5⊟(水) 19⊟(水)	3日(水) 17日(水)
	笠原生活改善センター 13:30~17:00	12⊟(水) 26⊟(水)	10⊟%) 24⊟%)
	東峰分館9:00~12:30	21日金	19日金

問 沼田脳神経外科循環器科病院

(へき地診療担当) 20278(22)5052

#### 群馬県保険医協会 24時間健康テレホンサービス ☎ 0 2 7-2 3 4-4 9 7 0

※約3分の健康講話(テープ音声)が聞けます。

- ■月曜 単純ヘルペス感染症
- ■火曜 削らなくていいむし歯
- ■水曜 認知症の早期発見
- ■木曜 歯のかみ合わせと片頭痛
- ■金曜 糖尿病はこわい病気か?
- ■土日 サプリと機能性表示食品

#### 6月の「直接相談タイム」 6月5日※ 歯科

受付時間帯午後7時30分~午後8時30分

※上記時間帯は専門医が直接相談に応じます。

(国立沼田医院)							
地区	診療地	開始時間	6月	7月			
月夜野	小和知公民館	15:00	27日(木)	25日(木)			
	大峰集荷倉庫前	13:10	18⊟(火)	16⊟巛			
	大芦公民館前	13:20					
水上	北部生活改善 センター前	13:30	27日(木)	25日休			
	原集古館前	13:50					

14:30 12:30

13:40

14:10

18日(火)

16日(火)

巡回診療車運行予定

- 間 独立行政法人国立病院機構沼田病院
- 0278 (23) 2181

新治

粟沢公民館前

上羽場分館前 茅原高齢者会館前

入須川分館前

#### 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 6月18日(火)

会場:みなかみ町福祉センター

■月夜野会場 7月16日(火)

会場:みなかみ町保健福祉センター

#### 法律相談所

■新治会場 6月14日金

会場:みなかみ町福祉センター

**■月夜野会場** 7月12日金

会場:みなかみ町保健福祉センター

#### 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 みなかみ町社会福祉協議会
- 0 2 7 8 (6 2) 0 0 8 1

#### 、 、 、 、 、 、 、 、 らしの **歳時記**

#### みなかみ町の 主な行事予定



#### 6月 June

1日(土)~2日(日)

- GoPro Water Games MINAKAMI 2024
- Gran Trail MINAKAMI 2024
- 16日(日)
- ●2024年アドベンチャーレース ジャパンシリーズみなかみ大会
- 30日(日) ●武尊山山開き

#### 7月 July

7日(日) 15日(祝)

- ●谷川岳山開き
- ●海の日

#### 町内小学生・園児向け 野球体験会を開催







5月11日(土)、野球の楽しさ・おもしろさを広めるため、町スポーツ少年団に加盟する「月夜野イーグルス」「みなかみドルフィンズ」が合同で企画し、野球体験会を開催しました。

清々しい青空の中、23名の町内小学生・園児とその保護者らが参加し、野球場が大変賑やかになりました。桃野小学校から「大谷グローブ」の貸出協力を受け、キャッチボール体験、バッティング体験やTボールによる簡単な試合を行い、参加者からは、「楽しかった」「もっとやりたい」など喜びの声がたくさんあがりました。

#### 令和6年6月の

#### 納期限: 7月 日(月)

〇町県民税(第1期) 〇介護保険料(第2期) 〇国民年金(5月分)



┣ お支払いは便利な □座振替をご利用ください。

#### 🔁スポーツ大会 結果報告



#### 町民弓道大会

4/14

- 🛶 優 勝 片桐 勝(7中)
- → 準優勝 赤見晴夫(6中)
- ★ 第 3 位 小林 壽子(5中)

  各自10射



野菜たっぷり! タンパク質も豊富です!

#### 鶏肉とブロッコリーヮ玉ねぎソース炒め





4.

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。

	1717-3703	
	[1人分のエネルギー: 186kcal 塩分: 1.2g]	
Α[	鶏むね肉200g	5
	▲ 「塩・こしょう少々	,
	A[塩・こしょう少々 酒大さじ1/2 (7.5g)	
	片栗粉大さじ1 (9g)	
þ	ブロッコリ <mark>ー1/2株(150g</mark> )	
	もやし1袋 (200g)	
	にんにく1片	
4	塩・こしょう少々	,
	油大さじ1 (12g)	
	玉ねぎ1/4個 (50g)	
	<sub>厂</sub> しょうゆ大さじ1 (18g)	
	p みりん大さじ1 (18g)	
	D 酢大さじ1 (15g)	
	<u></u> 砂糖	,

1日の野菜目標摂取量350gの、1/3以上がとれる、野菜たっぷりレシピです 鶏むね肉に片栗粉をまぶすことで、しっとりして、ソースもよく絡みます。

#### 作り方

- ①鶏むね肉は8mm程度の一口大にそぎ切りにする。Aを加えて揉み込み、約10分おく。
- ②ブロッコリーは小房にわける。にんに くは薄切りにする。
- ③玉ねぎは、すりおろして、Bの調味料 と合わせておく。
- ④①の鶏むね肉に片栗粉を加え、混ぜる。 (炒める直前にする)
- ⑤フライパンに油(分量の2/3程度)を 中火で熱し、④の鶏肉を並べる。3~ 4分焼き、焼き色が付いたら上下を返
- し、ブロッコリーを加えて蓋をする。 火を少し弱めて蒸し焼きにする。ブロッコリーに火がとおったら、一旦お皿 に取り出す。
- ⑥空いたフライパンに残りの油とにんに くを入れ中火にかける。香りがでたら もやしを加え、塩・こしょうをふり、 さっと炒めて器に盛り付ける。
- ⑦空いたフライパンに③を入れ、中火にかけ煮立たったら、⑤の鶏肉とブロッコリーを戻し入れ、軽く混ぜ合わせる。 ⑥の上に盛り付ける。

**5月1日の人口と世帯●総人口 17,130 人 (-26)** 男 8,410 人 (-9) 女 8,720 人 (-17) 世帯数 7,940 世帯 (+4) **4月の出生数●男の子 1人** 女の子 2 人 計 3 人 ※ () 内は前月比

