

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.229

11



広報 みなかみ

PUBLIC INFORMATION MINAKAMI

アソビとマナビのアウトドア

〔今月の表紙〕 みなかみユネスコエコパーク アウトドア感謝祭
アスレチック体験「ちびっこアドベンチャー」

目次

- 知っていますか？がん検診について…………… P 2～3
- 令和6年度 上半期の財政状況 …………… P 6～7
- 令和6年度 不妊治療費等助成事業のご案内 …………… P 9



みなかみ町
ホームページ

知っていますか？

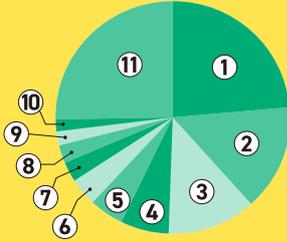
がん検診について



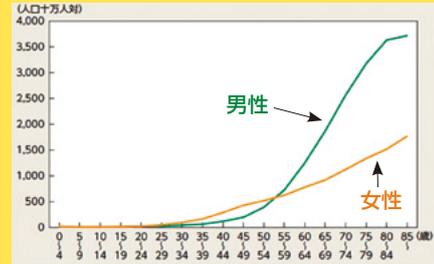
1 日本のがんについて

現在がんは、日本人の死亡原因の第1位であり、死亡者数は年間37万人を超えています。そのうち、主に20歳～60歳代前半の働く世代の人のがん死亡者数は全体の約1割ですが、40歳を過ぎると年齢が上がるとともにがん死亡者数は増えていきます。

- ①悪性新生物(腫瘍).....24.3%
- ②心疾患(高血圧性を除く).....14.7%
- ③老衰.....12.1%
- ④脳血管疾患.....6.8%
- ⑤肺炎.....4.8%
- ⑥誤嚥性肺炎.....3.8%
- ⑦不慮の事故.....2.8%
- ⑧新型コロナウイルス感染症.....2.4%
- ⑨腎不全.....1.9%
- ⑩アルツハイマー病.....1.6%
- ⑪その他.....25.0%



○年齢階級別がん罹患率(H25) <全がん>



(厚労省「令和5年人口動態統計月報年計の概況」
主な死因の割合を参考に作成)

(国立がん研究センターがん情報サービス
「がん登録・統計」を参考に作成)

2 がん検診の目的

がん検診の目的は、がんを無症状のうちに早期発見・早期治療し、死亡率を低下させることです。このために精密検査が必要となった場合は、必ず医療機関で詳しい検査を受けましょう。

3 みなかみ町のがん検診について

みなかみ町では、下表のとおりがん検診を実施しています。がん検診は健康保険の種類に関係なく受診できます。今年度がん検診を受けていない人で、下表に該当する年齢や条件の場合は受診が可能です。

年度年齢 (R7年3月31日時点)	胃がん検診		大腸がん検診	肺がん検診	前立腺がん検診 男性のみ	子宮頸がん検診 女性のみ	乳がん検診 女性のみ
	バリウム	内視鏡(カメラ)					
20～34歳	-	-	-	-	-	○	-
35～39歳	-	-	-	-	-	○	-
40～49歳	○	-	○	○	-	○	○
50歳～	○	○	○	○	○	○	○
対象者	40歳以上	●50歳および51歳以上の奇数年齢 ●50歳以上の偶数年齢で前年度未受診者	40歳以上	40歳以上	50歳以上	●20歳および21歳以上の奇数年齢 ●20歳以上の偶数年齢で前年度未受診者 【無料年齢】 20.21.25.29 33.37.41歳	●40歳および41歳以上の奇数年齢 ●40歳以上の偶数年齢で前年度未受診者 【無料年齢】 40.41.45.49.53 57.61歳
実施方法	集団	6～9月					
	個別	6～2月	11月～12月(郵送)			5～10月	5～10月
費用	1,000円	2,000円 ※75歳以上同様	無料	無料	500円	無料年齢以外 1,000円	無料年齢以外 1,000円
内容	バリウムを飲み胃のレントゲン撮影	内視鏡検査(胃カメラ)	2日間便を採り、潜血反応をみる検査	胸部レントゲン撮影	採血による検査	医師による子宮頸部の診察、細胞検査	マンモグラフィ検査(乳房のレントゲン撮影) ※医師による診察はありません

※太枠内の検診はこれからでも受けることができます。

4 大腸がん検診についてピックアップ

大腸がんの死亡数は、肺がんに次いで男女計では第2位となっています。性別では男性で2位、女性で1位です。

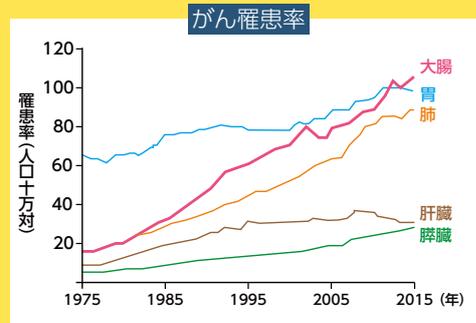
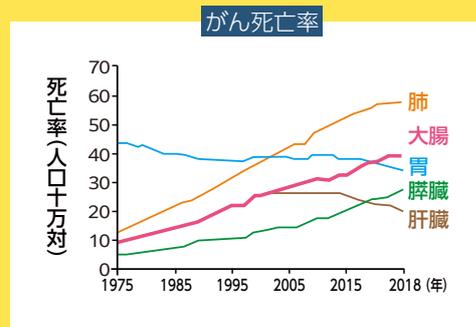
○がんの死亡数の順位(がんの統計2022年)

	1位	2位	3位
男女計	肺がん	大腸がん	胃がん
男性	肺がん	大腸がん	胃がん
女性	大腸がん	肺がん	膵臓がん

大腸がんに罹患する人数は多いですが、検診での早期発見・早期治療により、約9割以上は治ると言われています。



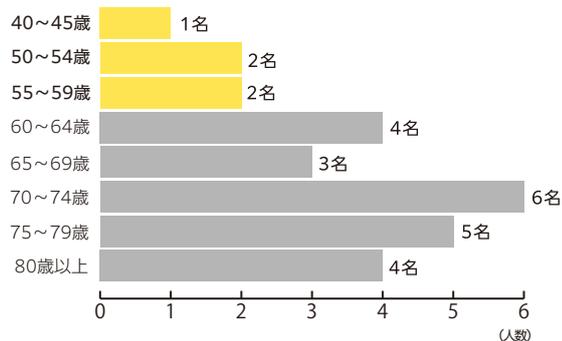
(国立がん研究センター がん情報サービス がん登録・統計の「最新がん統計」を参考に作成)



5 みなかみ町の大腸がん発見者数

みなかみ町の大腸がん検診の過去6年間(平成30年から令和5年)におけるがん発見者の年齢割合は右グラフのとおりです。

40~59歳の若い方でもがんが発見されています。「自分はまだまだ元気だから大丈夫」と判断する前に、早期にがんを発見する良い機会と捉え、健康な今こそがん検診を受診してください。



6 みなかみ町の大腸がん郵送検診について

11月1日~12月20日にかけて大腸がん郵送検診を実施します。自宅で便を2日分採り、郵送するだけで手軽に大腸がん検診が受けられます。2月の検診希望調査で大腸がん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、6月~9月の大腸がん検診を受けていない方も郵送検診を受けることができます。希望する場合は下記問い合わせ先までご連絡ください。

対象者：40歳以上で、今年度大腸がんの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

問 子育て健康課 健康推進係 ☎ 0278 (62) 2527

大腸がん郵送検診申し込みフォーム

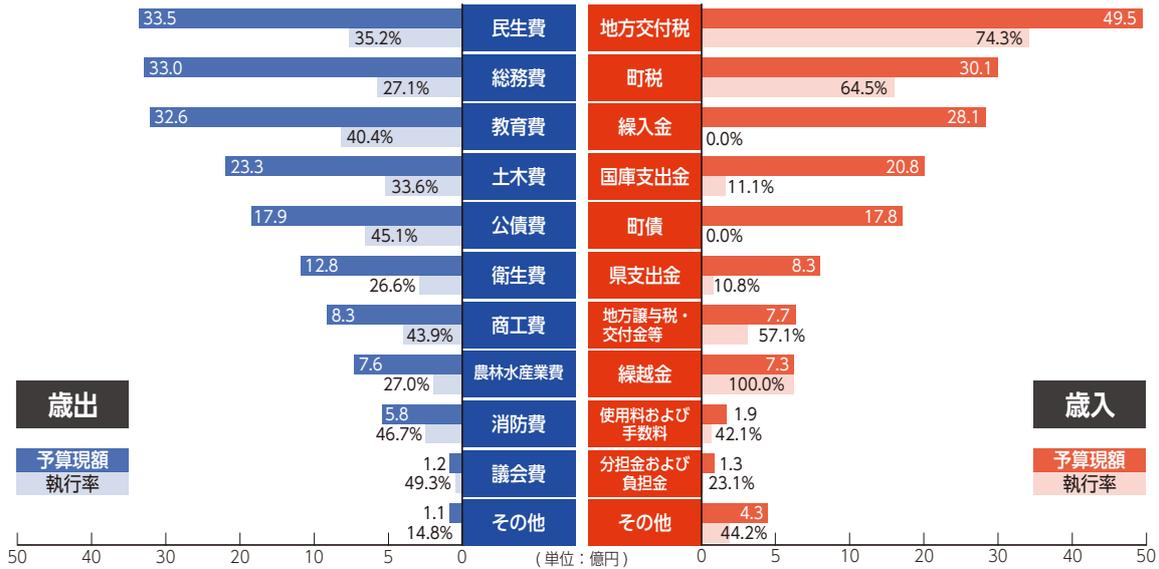


令和6年度 上半期の財政状況

問 財政課 財政・契約係 ☎ 0278(25)5005

財政課では、予算がどのような目的に使われ、どれくらいの進捗状況にあるのかを知っていただくため、年2回、予算の執行状況を公表しています。今回は令和6年度上半期（令和6年9月30日現在）の状況をお知らせします。

●一般会計



●会計別予算執行状況

区分		予算額	歳入執行率	歳出執行率
一般会計	現年分	166.0億円	41.7%	35.7%
	繰越分	11.1億円	45.0%	27.9%
国民健康保険特別会計		23.5億円	34.9%	33.2%
後期高齢者医療特別会計		3.7億円	32.4%	29.7%
介護保険特別会計		30.0億円	45.7%	37.3%
水道事業会計	収益的収入	4.0億円	43.0%	-
	収益的支出	3.8億円	-	27.7%
	資本的収入	2.6億円	0.0%	-
	資本的支出	5.2億円	-	25.2%
下水道事業会計	収益的収入	7.5億円	65.6%	-
	収益的支出	7.5億円	-	20.5%
	資本的収入	4.3億円	9.6%	-
	資本的支出	4.8億円	-	43.7%

●基金残高(積立)の状況

区分	金額
一般会計	
財政調整基金	34.4億円
減債基金	6.0億円
その他特定目的基金	50.3億円
公営事業基金	7.7億円
合計	98.4億円

●町債残高の状況

区分	金額
一般会計	78.8億円
水道事業会計	6.6億円
下水道事業会計	25.1億円
合計	110.5億円

※公営事業基金・国民健康保険特別会計・介護保険特別会計の基金

雪下ろし命綱固定アンカー設置補助金のご案内

☎ 総務課 危機管理室 ☎ 0278(25)5002



町では、屋根の雪下ろし時の転落事故を未然に防ぐため、命綱固定アンカー設置に要する経費の一部を補助しています。

屋根の雪下ろしを業者に依頼する場合、労働安全衛生規則により、高さが2メートル以上の箇所であって作業床（足場）を設けることが困難なところにおいては、作業者に墜落制止用器具（安全帯）を使用することが義務づけられています。この安全帯が使用できないと業者は依頼を受けられませんので、この機会に補助制度をご利用いただき、降雪シーズンに備えてください。



▲作業イメージ

●補助金交付申請の受付期間

令和6年4月1日～令和6年11月末日

●補助対象となる工事

命綱固定アンカーの設置を業者に委託する工事が対象となります。

※自分で施工する場合は対象外です。

●補助対象者

以下のすべてに該当する方

- ・町内に所在する住宅を所有している方（法人名義は対象外）
 - ・町内に住民登録を行っている方、または住民登録を予定している方
- ※一戸建て住宅のうち、店舗・事務所等の住宅以外の用途を兼ねる住宅は、延床面積の2分の1以上が住宅として利用しているものは対象となります。

●補助対象外の住宅

- ・克雪住宅（雪下ろしを要しない住宅）やすでに屋根の雪下ろしの安全対策がされている住宅
- ・ほかの補助制度により、命綱固定アンカー設置に係る補助金交付を受けたことがある住宅



命綱固定アンカー（腕金ワイヤー型）

●補助率（補助金額）

一般

対象工事費の2分の1（上限10万円）

要援護世帯※

対象工事費の3分の2（上限15万円）

※詳しくは下記までお問い合わせください。

●申請窓口

- ・役場本庁 総務課 危機管理室
- ・各支所 住民係

●申請書類

みなかみ町ホームページまたは役場本庁・支所に用意してあります。

補助金交付までの手続きの流れ

補助金交付
申請書提出

交付決定
通知

工事

補助金実績
報告書提出

補助金
確定通知

補助金の
振り込み



＼ぜひご利用ください／
**路線バス通勤通学定期券の
 購入補助制度があります！**

お問合せ先
 ■制度に関するお問合せ
 みなかみ町役場 企画課
 TEL：0278-62-2280
 ■金額シミュレーションや
 定期券に関するお問合せ
 関越交通(株)沼田営業所
 TEL：0278-23-1111

毎日往復利用する方は **普通定期券**

※通常運賃から **通学：50.00%引き**
通勤：41.67%引き

片道だけ利用したい方は **片道定期券**

※普通定期券の半額（通学のみ対象）

さらに上記の購入金額から

3分の2

が補助されます！

申請方法

- ① **路線バス定期券** を購入
- ② **申請書類** を役場企画課へ提出
- ③ 指定の口座へ **補助金を交付**

対象路線

町内バス路線内
 ※ 鎌田線・猿ヶ京線・水上線



詳細はHPをご覧ください。

Q みなかみ町 通勤通学定期券 X



＼ぜひご利用ください／
**路線バスを利用した際の
 運賃助成制度があります！**

お問合せ先
 ■制度に関するお問合せ
 みなかみ町役場 企画課
 TEL：0278-62-2280
 ■申請方法等に関するお問合せ
 関越交通(株)沼田営業所
 TEL：0278-23-1111

記名式交通系ICカードで支払う際、
 対象路線バス運賃の

2分の1

が助成されます！

利用方法

- ① 路線バスを利用し運賃を支払う
 際に、**割引乗車登録証** と
記名式交通系ICカード を提示

対象路線

利根沼田地区運行路線
 ※ 鎌田線・猿ヶ京線・水上線
 永井線・ベジバス など



詳細はHPをご覧ください。

Q みなかみ町 路線バス運賃助成 X



申請方法

- ① **申請書類・記名式交通系ICカード** を
 関越交通(株) 沼田営業所へ提出
- ② **割引乗車登録証** の交付

新しい事業や制度についてなど
大切な行政情報をお届けします。

リチウムイオン電池による事故が多発しています

☎ 環境課 廃棄物処理係 ☎ 0278(64)1167

リチウムイオン電池は、ごみ分別表で「電池類」として出していただくようお願いしていますが、「燃やせないごみ」として収集された袋の中に、リチウムイオン電池入りの製品が多くあります。処理している最中に発火や発煙する回数が増加傾向にあり、大きな火災につながる危険性があります。リチウムイオン電池は充電式の製品に主に使われているので、取り外し可能なものは取り外して「電池類」として収集に出してください。取り外しが出来ない電子タバコ、スマートフォン、電動歯ブラシ、ハンディクリーナー、電気シェーバーなども電池類として出してください。ご理解ご協力をお願いいたします。



ごみの中から発煙を確認



発煙している部分に注水



取り出されたリチウムイオン電池内蔵製品

みなかみ町管内のし尿、浄化槽汚泥等の処理先が変わります

☎ 環境課 廃棄物処理係 ☎ 0278(64)1167

令和6年10月1日から奥利根アメニティパークし尿処理施設を休止し、沼田市外二箇村清掃施設組合衛生センターに処理を委託することになりました。

現在、利根沼田管内のごみ処理広域化の協議が進んでいますが、し尿等の処理についても処理経費の削減の観点から近隣施設での処理委託が合理的と判断し、関係市町村との調整ができたことから委託することとなりました。

し尿や浄化槽汚泥の汲み取り業者に変更はありませんので、今までどおりの申し込みをお願いいたします。

●し尿汲み取り業者

業者名	電話番号
(有)群馬環境	027-343-3545
(有)山鬚衛生社	0278-24-5566

●浄化槽汚泥清掃業者

業者名	電話番号
(有)群馬浄化槽サービス	0278-20-2250
(有)群馬環境	027-343-3545
(有)山鬚衛生社	0278-24-5566



奥利根アメニティパークし尿処理施設（休止）

家庭ゴミの野外焼却は法律で禁止されています

問 環境課 環境対策係 ☎ 0278(64)1168

野外焼却は、ダイオキシン発生の原因となるほか、人の健康や自然環境に深刻な影響を与え、火災を引き起こす危険性も考えられるため、法律で禁止されています。また、周囲にも迷惑をかけるので、家庭で野外焼却は絶対にやめてください。

●法律を違反した場合

個人の場合5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金またはその両方に処されることがあります。

●例外的に認められている野外焼却

どんど焼きや農業の籾殻・稲わら等の焼却などがありますが、ゴムや合成樹脂類などを混ぜないこと、煙や臭いなどについて周辺への配慮が必要です。

●例外的なもの



「野生きのこ類」の安全確認を行いましょ

問 農林課 林業振興係 ☎ 0278(25)8228

野生きのこには有毒なものがあります。知らないきのこは採ったり食べたりしないでください。

●出荷制限

野生きのこは、放射性物質の影響を受けやすいと言われており、現在も12市町村「沼田市、安中市、みどり市、中之条町、長野原町、嬭恋村、草津町、高山村、東吾妻町、片品村、川場村、みなかみ町」で出荷が制限されています。

●販売

野生きのこを販売する場合は、出荷制限の対象地域で産出されたものでないことを最新の情報で確認してください。県内の野生きのこは、出荷制限区域外であっても放射性物質検査をしてから販売してください（インターネットオークション・フリマサイトを含む）。

●注意

自家消費する場合は、基準値を超える放射性物質を含んだものを食べないように注意してください。採取する場合は、土地所有者の承諾を得てから採取してください。

●カエнтаケにご注意ください

猛毒きのこ「カエнтаケ（火炎茸）」は、誤って食べてしまうと死に至る可能性があり大変危険です。また、触れるだけで皮膚の炎症をひき起こしますので、絶対に触れないでください。カエнтаケは枯れ木の近くに発生し、みなかみ町でも目撃情報がありますのでご注意ください。



猛毒きのこ「カエнтаケ」



何かがある楽しい3日間

みなかみユネスコエコパーク アウトドア感謝祭 9/27～29

道の駅水紀行館にて「みなかみユネスコエコパーク アウトドア感謝祭」が開催されました。このイベントは、みなかみユネスコエコパークという人と自然の共生する環境を最大限に活かした「アソビ」の提供をコンセプトとして行われたイベントです。3日間で様々なアウトドアアクティビティ体験のほか、清掃ラフティング・カヌーツアーなど、自然を守り、活かし、広める催しが数多く行われました。



▲流木で作られたイベント看板

●会場


▲エコマーケット



▲募金箱



▲賑わう会場



▲ワークショップ

会場では、子ども服などを無料で譲るエコマーケット、ヒノキの球果でストラップを作るワークショップ、地元ネイチャーガイドによる写真展、多数のキッチンカー出店などが行われたほか、ヨーヨーやチアリーディングのステージショーも行われました。

エコマーケットでは、子ども服を譲り受けた方々が、自然保護活動のための募金箱に「きもち」としてお金を入れ、「いまあるもの」を大切にしている活動に取り組んでいました。

●清流公園


▲バンジートランポリン



▲ちびっこアドベンチャー▶



利根川沿いの清流公園では、アスレチック体験ができる「ちびっこアドベンチャー」、地上から空中に飛び上がる「バンジートランポリン」などを楽しむことができ、多くの家族連れで賑わいました。

子どもたちはアスレチックの足場を慎重に進んで冒険体験を楽しみ、バンジートランポリンではすぐにコツをつかんで空中で回転するなど、自然の中で体を動かす楽しさを体感しました。ワンコインで楽しめる体験が多く、ガイド付きで安全に遊びながらみなかみの自然を満喫していました。



●アウトドアアクティビティ体験



▲バギー体験



▲ラフティング体験

通常価格の半額以下の特別料金で行われた、アウトドアアクティビティ体験では、ラフティングをはじめとした様々なアクティビティが3日間を通して提供されました。

●バギー体験をした方の感想

「スキー場からの眺めが良く、急な斜面をバギーで走る爽快感が楽しかったです。手軽にみなかみ町の自然を体感できて良かったです。」

●ラフティング体験をした方の感想

「体験コースということでしたが、思っていたより長いコースで、ツアー内容も充実していて大満足でした！ガイドさんが気さくな方で面白かったです。最初の安全説明もわかりやすく、安心して楽しむことができました。」

●花火大会



イベント2日目の28日夜には、約1,000発の花火が打ち上げられ、会場からは大きな歓声が上がりました。みなかみユネスコエコパークという素晴らしい環境でアウトドアアクティビティができること、またそれを支えるすべてのの方々への感謝が詰まった大輪の花が利根川上空に打ち上げられました。

●投げ餅



夕方と夜の2部制で行われた投げ餅では、アウトドア連合会のスタッフがワゴン車の上に積まれたラフティングボートに乗り、こども向けお菓子や町内事業者が協賛品として提供したパウムクーヘン、加工肉製品、町内スキー場のリフト券などが投げ餅として振る舞われました。

●運営スタッフコメント



▲飯島拓海さん

みなかみ町の自然環境、地元住民の方々、アウトドア業界の方々、この町でアウトドア事業ができることへの感謝を表現できたイベントになりました。今後も私たちは、アウトドア業界へのさらなる集客や認知度向上、ひいては利根川源流の町みなかみの魅力度の向上を目指していきます。



温泉街をめぐる、これからのみなかみを見つけ出す

廃墟再生マルシェ 9/22～23

廃墟再生マルシェは、2021年からスタートしたみなかみ町、群馬銀行、オープンハウスグループ、東京大学大学院の4者が連携して進める「産官学金まちづくり事業」の一環として始まった社会実験イベントです。3回目となる今回は、2日間で約4,500人が訪れ、湯原の温泉街は大いに賑わいました。

今回も東大チームが中心となって綿密に企画を練り、会場作りや出店者との調整など、様々な事前準備を積み重ねて、みなかみの将来性を感じさせる魅力的な「まち」が作り出されました。

5つの「ヒロバ」と第1回から今回までの会場エリア



廃墟再生プロジェクトでは、旧一葉亭の再生だけでなく、温泉街全体を面的にアップデートしていくため、核となる5つの「ヒロバ」を定めています。そのうちの1つである「忠霊塔公園・旧蒼海ホテル周辺」が今回の舞台となりました。回を重ねるごとに再生を手がけたエリアが拡大し、次世代型の温泉街まちづくりの輪が広がってゆく様子を読み取れます。

「こうえん」「はしづめ」「まちかど」「うらろじ」の4つの会場で構成された今回の廃墟再生マルシェでは、来場者にみなかみの自然と食と体験を楽しんでいただきながら、各会場や温泉街を回遊していただくことを目指しました。

東大チームのコメント



水野謙吾さん

旧ランドリー工場や旧オーレの手作業での会場作りが印象に残っています。元々あったものに新たな価値が与えられ、再生していく現場に立ち会えました。



元吉千遥さん

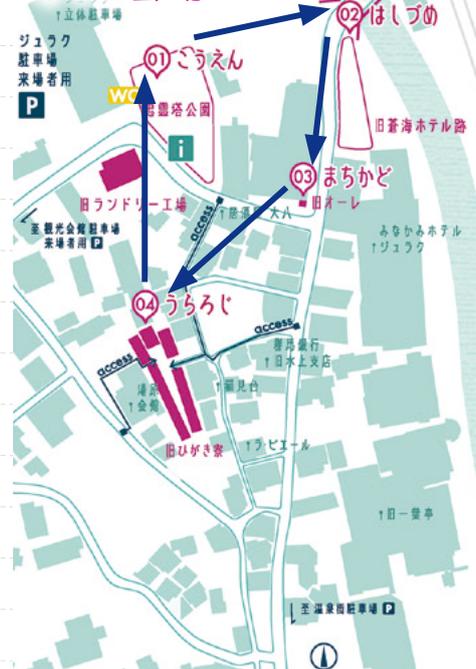
会場作りを進める中で、地元の方にとっては当たり前のように思える建物でも、旧オーレのように潜在的な面白さや新しい発見があることに気づけました。



小林夏月さん

来場者の方々に回遊してもらえるように出店ブースの配置を考えました。各会場のコンセプトを来場者の方々に感じ取ってもらえたら幸いです。

回遊性を高める4つの会場



まちの話題

= TOWN TOPICS =



01 こうえん

忠霊塔公園と旧ランドリー工場からなる「こうえん」会場では、日中はお昼ご飯を食べたり、ワークショップを楽しむ家族連れで賑わい、夕方には地元の方々がビールを片手にベンチでくつろぐ姿が見られました。20年以上倉庫となっていた旧ランドリー工場は、部分的にリノベーションを行い、おしゃれなカフェと旧一葉亭の再生のあゆみを展示したギャラリーへと生まれ変わりました。



忠霊塔公園



旧ランドリー工場外観



旧ランドリー工場内観



スプーン作り体験



観光協会ワークショップ

02 はしづめ

湯原橋のたもとから旧蒼海ホテル跡の一带に作られた「はしづめ」会場では、来場者の方々が利根川の川音を聞き、谷川岳を眺めながら、ティータイムを楽しみました。



利根川の音を聞きながらティータイム



はしづめ夜



ちょっとひと休み

03 まちかど

かつてはアイスクリーム屋さんだった「オーレ」は長い年月を経て、街角で人々が出会うカフェに生まれ変わりました。古さと新しさが調和した内装が東大チームの手によって生み出されました。



旧オーレ外観



旧オーレ内観



旧オーレ内観

04 うらろじ

第1回の廃墟再生マルシェから会場となっている旧ひがき寮では、2024年6月から、「まるとアトリエプロジェクト(仮)」がスタートしました。ものづくりやアートなど、モノ・コトが生まれる場所として旧ひがき寮を活用する取り組みが進んでいます。廃墟再生マルシェ当日は、来場者が部屋のふすまの絵付けをするワークショップを開催しました。



トルコランプ



旧ひがき寮



自家製ドライフラワー



ふすま絵付け



旬の味を楽しむ

リンゴの美味しい季節 11月

町内のリンゴ収穫が最盛期を迎えています。現在、町のリンゴ販売生産者は約60戸、約74haで県北部の気候風土に合ったリンゴ品種が栽培されています。もともと利根沼田地域では養蚕が盛んでしたが、昭和30年代から養蚕などに代わり、リンゴの生産を行う農家が増えてきました。作付面積順に、ふじ、ぐんま名月、陽光、秋映、新世界と続き、さらに20種類以上の特徴ある品種が育成されています。

毎年秋にはたくさんの方がリンゴを求めて訪れ、もぎ取り体験や直売所が賑わいをみせています。昨年は凍霜や高温の被害により出来映えがよくありませんでしたが、今年は例年並みの収穫量が見込まれています。この時期だけの美味しいリンゴを食卓にお届けできます。

● 知って得するりんごの特徴

① 旬の時期

② 交配組み合わせ

③ 大きさ・形

ぐんま名月



- ① 10月下旬～11月中旬
- ② 「あかぎ」×「ふじ」
- ③ 約300g、円錐形

甘味が強くて人気のあるぐんま名月ですが、実は甘味だけでなくコクもあるんです。群馬県産のぐんま名月は気候や栽培方法などの違いから一番糖度が高いようです。

スリムレッド



- ① 10月下旬～11月中旬
- ② 「ふじ」×「あかぎ」
- ③ 約180g、円筒形

スリムで小柄なスリムレッドは皮と果肉が柔らかいため皮付きで食べるのに向いています。皮付きで食べるとポリフェノールや抗酸化能が約1.3倍多く取れます。

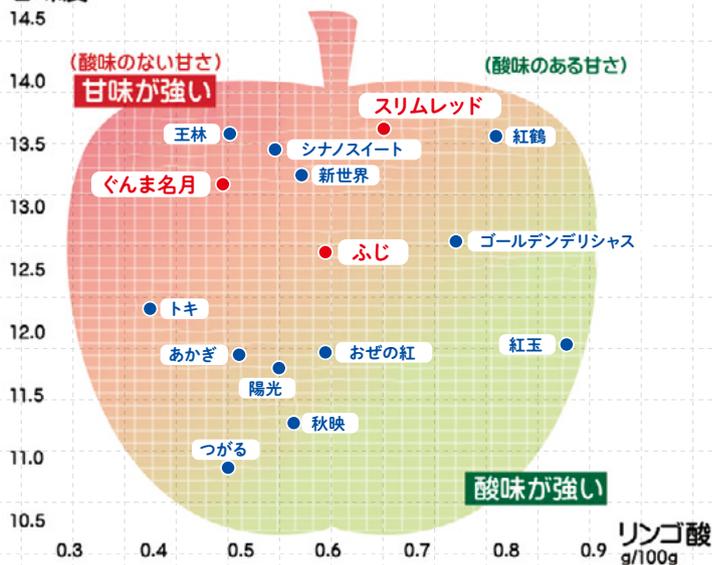
サンふじ



- ① 11月中旬～12月上旬
- ② 「国光」×「デリシャス」
- ③ 約300g、円～長円形

最も生産されているふじは、果汁が多く、甘さと酸味のバランスが良いのがご存じのとおりです。袋をかけずに栽培し、太陽をたくさん浴びて育つふじをサンふじと呼んでいます。

甘味度



▲赤く色づく町内産りんご

群馬県産農産物について
ぐんまアグリネット HP ▶





大学生が地域全体を様々な視点から分析 みなかみ町地域診断成果発表会 8/23

慶應義塾大学医学部2年永田みのりさん、同薬学部6年井上真理さん、同看護医療学部1年伊藤真由さん、群馬大学医学部5年内山夏鈴さんの4人が、地域全体を医療だけでなく、多角的な視点から分析する「地域診断実習」を行い、町をより良くするためのプランを提案しました。

町内でのフィールドワークを通して、事前調査で立てた仮説を丁寧に検証していく中で、地域とのつながりを大切にしている移住や施策が存在する一方、「少子化」が諸課題に大きく関わっていることに気づいた4人は、もともと小中学校で行われていた地域学習や、少子化だからこそできる児童・生徒一人一人への手厚い教育の強みを活かし、「ひとを磨く町みなかみで行う、こどもみなかみ教室」というアクションプランを提案しました。



▲温泉街でのフィールドワーク



▲聞き取り調査



▲地域診断成果発表会

●アクションプラン 「ひとを磨く町みなかみで行う、こどもみなかみ教室」とは

児童・生徒がテーマを選び、大学生との学習や地域の方へのインタビューでテーマを詳しく学び、同級生や地域の方へ教えるというプランです。分野や年齢の垣根を越えて、「教わる」のではなく「教える」ことで学びが深くなり、将来的にこどもたちがみなかみ町に戻ってきたいと思える契機となることが期待されます。



みなかみ町役場の業務を体験 利根商業生徒がインターンシップ 9/12

環境課では、オリ根アメニティーパークにて、ペットボトル・カン・ビンの分別を体験し、キャップとラベルを外して中を洗うなど、ごみを出す前の「ひと手間」の重要性を学びました。見学では、すべての粗大ごみを燃やすだけではなく、金属と可燃部分を分けるなど、資源を無駄にしない工夫がされていることを学びました。

選挙管理委員会では、選挙で使用する備品の点検と補充を行い、実際に投票所で使用される投票箱の点検や、鉛筆の本数確認などの作業を行いました。また、選挙制度の説明を受け、若い世代が投票することの大切さを学ぶとともに、政治への関心を持つことの重要性を学びました。

(本記事はみなかみ町役場総務課秘書・広報係でインターンシップを行った利根商業高等学校2年倉澤凜王さん、西山歩実さん、馬場鱒之介さん、藤井結月さんが作成しました。)



▲ペットボトルを分別



▲ビンを分別



▲細かい備品までチェック



▲選挙備品の点検



▲カンを処理機械へ投入



長年にわたる教育功労

山岸不二さんに瑞宝双光章 9/18

内閣府より高齢者叙勲が発令され、須川在住の山岸不二さんが「瑞宝双光章」を受章し、田村教育長より勲記・勲章の伝達が行われました。

山岸さんは、昭和 35 年 4 月に利根村立東小学校平川分校に勤務されて以来 37 年の永きにわたり教育現場でご尽力されました。

山岸不二さん（88歳）平成9年3月に新治村立猿ヶ京小学校校長を最後に定年退職。退職後は、いはいはる幼稚園園長など歴任され、現在はブランドゴルフで選手として各大会に出場されるなど、ご活躍されています。



▲山岸不二さん



恒久の平和を願い

みなかみ町戦没者追悼式 10/8

三東メモリアルホールセリオ月夜野会館において、令和6年度 みなかみ町戦没者追悼式が開催されました。当日は、町内3か所の忠霊塔より戦没者の御霊をお迎えし、遺族の方々をはじめ約100名の参列者が、戦争により亡くなられた犠牲者のご冥福をお祈りするとともに、悲惨な歴史が繰り返されないよう「恒久平和の実現」に向けて祈りを捧げました。



▲遺族による御霊送り



国道17号県境付近の整備を求め

総会開催、要望書を提出 9/24

国道 17 号群馬・新潟県境地区防災事業促進期成同盟会総会がみなかみ町で開催されました。

この期成同盟会では、国道 17 号県境付近における大型車のすれ違いが困難な幅員の狭い区間や、急カーブ等の危険箇所について整備を求める活動を新潟県湯沢町と連携して実施しています。

総会では、群馬・新潟両県選出の国会議員、県会議員や国土交通省職員に要望書を手渡しました。



▲開会挨拶をする阿部町長



税の啓発活動で貢献

笛木太弘さんに全法連功労者表彰 10/1

税の啓発や租税教育、税の分野での様々な社会貢献活動を推進している全国法人会総連合から、猿ヶ京温泉在住の笛木太弘さんが功労者表彰を受賞しました。

笛木さんは現在、沼田法人会副会長として公平で健全な税制の実現のため、小中学生の「税の標語」運動や「税の絵はがき」コンクールをはじめとした税の啓発活動に尽力されております。



▲笛木太弘さん（左）、阿部町長（右）



防災・減災の心構えや知識を学ぶ 自主防災組織研修会 10/5

みなかみ町中央公民館にて、34行政区 82 名の方々が防災・減災をテーマに基本的な心構えや知識を学びました。町の災害対策についての意見交換や避難所用備蓄品の展示、「アルファ化米」の試食体験も行われました。

災害から町民の命と財産を守るため、「自助」・「共助」・「公助」の連携強化に取り組み、「誰ひとり残さない」安全安心な町になるよう防災対策の強化を進めていきたいと考えております。



▲地域防災マネージャー田村一也さんによる講演



更なる防災・減災対策の強化 小型車両系建設機械実践講習会 10/12

6月・9月に特別教育を修了した方々が参加し、より実践的な重機の操作や知識を身につけるための操作練習を行いました。この講習会は B&G 財団による支援を受けて行われたもので、今後も町では同財団の支援で配備された油圧ショベル、スライドダンプ等の機材を活かし、更なる防災・減災対策の強化に取り組んでまいります。



▲集合写真と重機の実践講習



みなかみ町について深く考え、中学生が一般質問 令和6年度 みなかみ町中学生議会 10/16

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。

小林洋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、阿部町長や田村教育長、担当課長はそれに対して丁寧に答弁しました。また、中学生議会はライブ配信され、みなかみ中学校の 3 年生や保護者が視聴しました。

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
佐藤愛月
- 福祉・医療について
芳賀衣織
- 子育て・教育について
角田日彩・林大義・鈴木音羽
- 観光・まちづくりについて
原澤結愛





地域おこし協力隊の活動

NPO 法人奥利根水源地域ネットワーク 伊良皆高史 さん

ついに…協力隊最終年度・最後の広報掲載となりました！3年半、早っ!!今年度も、昨年から続けているみなかみ町・三菱地所・日本自然保護協会の三者協定に基づく事業の一つである、『人工林の自然林への転換』のための伐採・搬出を中心に活動しつつ、これまで同様、町の林業研修や林道の倒木処理などの際には、農林課林業振興係のお手伝いをさせてもらっています。

思い返せば、3年半前の移住当初は友人知人は皆無でしたが、森や木を通して多くの方々との繋がりができ、農林課をはじめ役場職員の皆さま、小学校やこども園の職員の皆さま、そして何より地域の皆さまに良くいただいているおかげで、家族全員みなかみ暮らしを満喫させていただいています。皆さま、本当にありがとうございます!!

年度いっぱいまで任期終了となりますが、任期後も町に居座り(骨を埋める気満々です)、自分なりに森や木に向き合い、『人と木』のより良い関係作りを目指した事業を始める予定ですので、今後とも家族共々よろしく願いいたします!!



▲9月に開催されたチェーンソー取扱講習の様子



▲ケヤキの樹上伐採の様子

第66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)

☎ 0278 (62) 2280

新治支部の活動 (伊賀野遊休農地活用事業)

農地として利用されなくなった遊休農地を「伊賀野の花畑」として耕作し荒廃を抑えつつ、ほうき草や小菊等を栽培することで町内外より誘客しています。また、訪れた方々を花畑のみでなく町内の観光施設等にも立ち寄りてもらえるようパンフレット置場を常設し、みなかみ町観光協会の協力により「MINAKAMI Oasis スポット」の一つとして飲水設備も新たに設置されました。

どなたでも楽しめる花畑を目指し、毎年11月第1日曜にはほうき草作りイベントも開催しています。多様なカラーで楽しめる花畑をぜひこの機会にお楽しみください。



▲伊賀野の美味水



▲くりっ子ひろば



▲伊賀野の花畑



こどもの話題

= 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	所 子育て健康課 予 こども家庭センター 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	2/14(金) 2/28(金)	13:00～15:50 13:00～15:35	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	11/25(月)	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	11/15(金)	10:30～11:30	所 保健福祉センター
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」☎ 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6年7月生	11/20(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
10か月児健診	令和6年1月生	11/20(水)		
12か月児健診	令和5年11月生	11/20(水)		
1歳6か月児健診	令和5年5月～8月1日生	2/18(火)		
2歳児歯科健診	令和4年8月～10月生	11/12(水)		
2歳6か月児歯科健診	令和4年4月～5月生	12/17(火)		
3歳児健診	令和3年8月～9月生	11/13(水)		
親子ふれあい広場はぐみ	3か月児・6か月児・8か月児 その他乳幼児	11/14(木)	10:00～11:00(受付)	

●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】

●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
汽車ぽっぽ	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) ☎ 0278(64)1848
	Let's music	11/7(木)	10:30～11:30	予	
	栄養士さんの調理実習	11/18(月)	10:30～12:30	予	
	ベビーキッズヨガ	11/21(木)	10:30～11:30	予 内 午後休館	
	大きくなったかな？	11/25(月)～ 11/29(金)	10:00～12:00 13:30～16:00	予	
キラキラわくわく	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 水上公民館 2階和室
ぽかぽか	親子ふれあい	月・火・水	10:00～12:00 13:00～15:00	予	NPO法人北風塾 きたかぜはうす
	クリスマスリース作り	11/19(水)	10:30～	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	つきよのこども園 ☎ 0278(25)8400
	おはなしの会	11/12(水)	10:15～	予 内 午前中1回のみ開催 (20分程度)	
	ダンスでリフレッシュ	11/13(木)	10:30～	予 持 抱っこ紐、汗ふきタオル、飲物	
	親子製作 (クリスマス製作)	11/20(水)	10:00～	予	

持 持ち物 **予** 要予約 **内** 内容 **所** 場所 **員** 定員



- 問 お問い合わせ
- 申 申込み・申請
- 電話
- FAX ファクス
- HP ホームページ
- メール

- 募集
- イベント
- お知らせ
- 相談



お知らせ

国内での化学物質規制が 大きく見直しとなりました

労働安全衛生法関係法令の改正により、令和6年4月1日から職場における化学物質規制が、大きく見直しとなりました。

●変更(改正)のポイント

- ・化学物質の製造事業者およびそれを取り扱う事業者における危険性・有害性に関する情報の伝達が強化されます。
- ・事業者は、その情報に基づいてリスクアセスメントを行い、化学物質による「ばく露防止対策」を実行する必要があります。

- ・今後、数年かけて、SDS(※1)やラベル(※2)の交付対象物質が約900物質から約2,300物質に拡大します。

- ・事業場によっては、新たに「化学物質管理者」の選任義務が発生します。

※1 SDSとは、セイフティ・データ・シートの頭文字をとったもので、事業者が化学物質および化学物質を含む製品を、他の事業者に譲渡・提供する際に交付する、化学物質の危険有害性情報を記載した文書のことです。

※2 ラベルとは、SDS情報を簡略化し、化学品の危険有害性の種類や程度に関する情報を、容器や包装に貼り付けたものことです。



ケミサポHP

問 事業者のための化学物質管理無料相談窓口
050(5577)4862

決算説明会のご案内

沼田税務署では、青色申告会のご協力をいただき説明会を開催いたします。この機会にぜひご参加ください。

●会場 沼田税務署 1階会議室

●日程

事業所得を有する青色申告者向け

令和6年12月10日(火) 午後1時30分
～午後3時30分

白色事業所得者等向け

令和6年12月11日(水) 午後1時30分
～午後3時30分

●その他 事前予約制となっておりますので、令和6年12月6日(金)午後4時まで電話で予約してください。

なお、定員に達した場合には、ご希望に添えない場合がありますのであらかじめご了承ください。

問 沼田税務署 記帳指導担当

0278(22)2133

11月は「労働保険未手続事業一掃強化期間」です

「労働保険」とは、「労働者災害補償保険(労災保険)」と「雇用保険」とを総称した言葉であり、常勤、パート、アルバイトなどの名称や雇用形態にかかわらず、労働者を1人でも雇っている事業は原則、強制適用事業であり、成立手続を行う義務があります。

厚生労働省では「未手続事業一掃対策」を、年間を通じた主要課題として位置付けた上で、11月を「労働保険未手続事業一掃強化期間」とし、全国において集中的な活動を展開します。

問 群馬労働局総務部 労働保険徴収室

027(8996)4734



相談

JR東日本上毛高原駅 デジタルよろず相談会

JR東日本の各種サービスや新規会員登録、ご利用、操作方法などに関するさまざまな疑問にお答えいたします。この機会にぜひ上毛高原駅へお越しください、お気軽にご相談ください。

●日時 11月27日(水)

午前9時～11時

●場所 上毛高原駅きっぷ売り場付近

●参加費 無料

●相談内容 えきねっと／大人の休日／ジパング倶楽部／JRE POI NT／モバイルSuica等

みなかみ町職員の「通年輕装」を実施します

町では5月から10月までの間、節電や健康保持のため、クールビズによる軽装勤務を行ってまいりましたが、11月以降につきましても、省エネルギーの推進や業務の効率化を図り、町民サービスをより一層向上させることを目的として、職場での通年輕装を実施します。

そのため、クールビズの期間に限らず、通年でノーネクタイ等の働きやすい服装による執務を行いますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

相談

全国一斉「女性の権利 ホットライン」強化週間

●「女性の権利ホットライン」

法務省および全国人権擁護委員連合会では、11月13日（水）から同月19日（火）までの一週間を「女性の権利ホットライン強化週間」として、夫・パートナーからの暴力やストーーカーなど、女性の権利に関する相談・悩みごとについての電話相談窓口の受付時間を延長します。

☎ 全国共通0570（070）8110
（ゼロナナゼロのハートライン）

※IP電話からは接続できません。

●女性の権利ホットライン受付時間

強化週間中の受付時間は、平日午前8時30分から午後7時まで。土曜日・日曜日は午前10時から午後5時まで
※通常の受付時間は、平日午前8時30分から午後5時15分までです。

相談対応は人権擁護委員と法務局職員が当たり、秘密は固く守ります。

●「みんなの権利110番」

法務局では、差別や虐待等、様々な人権相談をお受けする「みんなの権利110番」（全国共通人権相談ダイヤル）を運用しています。

☎ 0570（003）1110
（ナビダイヤル）

●みんなの権利110番受付時間

平日午前8時30分～午後5時15分

☎ 問 前橋地方法務局 人権擁護課
027（221）4466

お知らせ

預けて安心！法務局における 自筆証書遺言書保管制度

11月15日はいい遺言の日（いいいごんのひ）です。自筆証書遺言書保管制度をご存知でしょうか？本制度は、自筆証書遺言書を作成した本人が法務局に遺言書の保管を申請することのできる制度です。この制度を利用すると、遺言書の紛失、隠匿および改ざん等を防止することができます。

なお、従来どおり、自筆証書遺言書を自ら保管することもできますし、公正証書遺言書作成することでもできます。

証役場における公正証書遺言書を作成することでもできますので、それぞれの特徴を踏まえて、ご判断ください。



法務局 HP

詳しい手続は、前橋地方法務局ホームページをご覧ください。

☎ 問 前橋地方法務局 沼田支局
0278（22）2518

お知らせ・相談

11月は計量強調月間です

私たちの身の回りには、物の長さや重さ、量を計るため「計量器」と呼ばれる機器がたくさんあります。スーパーの量り売り用のはかりや、ガソリンスタンドの給油メーター、水道・ガス・電力の使用量を記録するメーター、また、家庭内には、体重計や血圧計、体温計などがあり、私たちの暮らしを支えています。

現行の計量法が施行された11月1日を「計量記念日」、11月を「計量強調月間」として定めています。この機会に、身の回りの「計量」に目を向けてみましょう。

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

●相談日 月～金曜日（祝日・年末年始を除く）

●相談時間 午前9時～午後4時

●相談方法 来所または電話

☎ 群馬県計量検定所

027（263）2436

11月10日は、無電柱化の日。

あなたの街の防災力を高めるためにも
「無電柱化」、みんなで考えよう。



防災



安全・快適



景観・観光



無電柱化事業の詳細については、
国土交通省のホームページを
ご覧ください。

無電柱化 国土交通省 検索



- 問 お問い合わせ
- 申 申込み・申請
- 電話
- FAX ファクス
- HP ホームページ
- メール

- 募集
- イベント
- お知らせ
- 相談



暮らしの情報

Living Information

募集

第7回みなかみ町レクリエーションバドミントン大会

第7回みなかみ町レクリエーションバドミントン大会の参加者を募集します。

- 日時 11月24日(日) 午前9時～
- 会場 月夜野総合体育館
- 種目 男子ダブルス、女子ダブルス、ミックスダブルス
- 参加資格 町内在住または在勤者
- 申込方法 電話による申し込み
- 問 町バドミントン協会 佐藤 080(3714)7033

第18回みなかみ町駅伝大会

- 期日 11月17日(日)
- 会場 月夜野緑地公園グラウンド
- 申込方法 町スポーツ協会事務局にある所定の申込用紙にご記入のうえお申し込みいただくか、二次元コードからお申し込みください。
- 問 みなかみ町スポーツ協会事務局 0278(25)5025
- FAX 0278(62)0632



初めの方大歓迎 やってみよう! eスポーツ

子どもも大人もおじいちゃんもおばあちゃんもなたでも参加できます
* 公民館はバリアフリーなので車椅子、手押し車の方も気軽にお越しください

後閑 秋のイベント祭

eスポーツ体験

- ・ぶよぶよテトリス*
- ・太鼓のゲーム
- ・レーシングゲーム

古文書展示

小松姫がくれた後閑山! ?
身近な歴史を学ぼう

キッチンカー

- ・お弁当屋さん
- ・スイーツ
- ・ドリンク他

生演奏会

出演予定

- ・テリー齋藤さん (サクソ)
- ・歌手 Sachiさん

相談コーナー

今更聞けない質問を無料で聞いてみよう!
スマホ/パソコン/AI/チャット/GPT など

日時: 令和6年11月17日(日) 10時~16時 場所: 後閑公民館
問い合わせ先 後閑公民館 62-6670

みなかみ町観光協会だより 11月号 FIND YOUR OASIS.

バンコク日本博2024でみなかみ町をPRしました!!

↑みなかみ町の特設ブース

8月30日からタイのバンコクにて開催されたバンコク日本博2024。日本中の自治体が参加する中、みなかみ町もブースを出展し、みなかみ町の観光をPRしてきました!

2023年は5,000人以上ものタイの方々がみなかみ町に宿泊されており、**みなかみ町に訪れる外国人観光客のトップの国はタイの方**で、宝川温泉、雪遊び、果物狩りが人気のコンテンツです。

会場は大盛り上がり!

みなかみとタイをつなぐ、湯沢町在住の**二階堂パサナさん**(右)。定期的にFacebookでみなかみの観光を発信! フォロワーは1万7千人に上ります。

国民年金からのお知らせ

11月はねんきん月間、11月30日(日)は「年金の日」です

日本年金機構では、厚生労働省と協力して、毎年11月を「ねんきん月間」、11月30日を「年金の日」と位置づけて、国民のみならず公的年金制度に対する理解を深めていただくための取り組みを行っています。この機会に、「ねんきんネット」等を活用して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。

「ねんきんネット」をご利用いただく、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。



ねんきんネット

「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6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方へ、令和6年中の納付額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書(ハガキ)」が、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。

また、e-Taxで使用できる電子版の公布も行っています。郵送よりも早く受け取る事ができ、簡単に確定申告ができます。マイナンバーから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると電子版を受け取ることができます。

問 茨川年金事務所 お客様相談室

0279 (22) 1614

問 町民福祉課 国保・年金係

0278 (25) 5010

第22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

2024 シーズンプレイオフの結果はいかに!?

9月21・22日に開催された、3X3.EXE PREMIER2024 プレイオフは、全敗という厳しい結果で幕を閉じました。チームのほとんどの選手が現地に応援に来てくれ、チーム一丸で戦いましたが、初日は相手の流れを抑えることができずに敗戦となりました。一勝をもぎ取るべく挑んだ2日目は、強豪宇都宮との対戦に怯むことなく、最後の1点をどちらがとるかという接戦に持ち込みましたが、力及ばませんでした。

これで3X3.EXE 2024シーズンのゲームが全て終了。たくさんの方に支えられ、強くなれたシーズンだったと思います。熱い応援をいただき、誠にありがとうございました!次はUNITEDリーグに切り替えて戦っていきますので、引き続き応援よろしくお願いします。

試合結果

PLAYOFFS					WIN	LOSE
MEN GROUP C	UTSUNOMIYA BREX.EXE (Yamanashi)	SAGOON HEAT.EXE (Yamanashi)	MINAKAMI TOWN.EXE (Saitama)	EPIC.EXE (Saitama)		
UTSUNOMIYA BREX.EXE		21-18	21-20	21-13	3	0
SAGOON HEAT.EXE	18-21		20-12	22-12	2	1
MINAKAMI TOWN.EXE	20-21	12-20		16-21	0	3
EPIC.EXE	13-21	12-22	21-16		1	2

動画更新中!

選手の日常がみれるので是非チェックしてみてください!

TikTok

minakamitown.exe

YouTube

ミナタウンちゃんねる

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!

iOS

Android

公式サイトはこちら

● 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。



包括からの お知らせ

インフルエンザを予防しましょう

☎ 地域包括支援センター ☎ 0278(62)0540

今年もインフルエンザの流行シーズンがやってきました。インフルエンザは感染力が強く、肺炎などを併発して重症化してしまうこともあります。感染対策をしっかりとってインフルエンザを予防しましょう。

インフルエンザを予防するために

①手洗い、手指消毒をする

指先や指の間、手首も忘れずに洗いましょう。手洗いは後は清潔なタオルで手を拭きましょう。

②適切な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下してしまいます。加湿器などを使用し、適切な湿度（50%～60%）を保ちましょう。

③ワクチン接種をする

④人混みや繁華街への外出を控える

ほかの人にうつさないために咳エチケットを守りましょう

咳エチケットとは・・・咳やくしゃみをするときに、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って鼻や口をおさえてください。マスクを着用する場合は、口だけでなく鼻までしっかり覆いましょう。



11月

図書室だより

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

一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

- わかったさんのスイートポテト / 永井郁子作絵 / 寺村輝夫原案 / **中**
- やさいのがっこう なすびせんせいのおはなし / なかやみわ / **中**
- いえができるよ / パロン・パートン / **水**
- みかんファミリー / 椰月美智子 / **水**
- かぼちゃぞろぞろ / 乾米里子作 / 川原瑞丸絵 / **新**
- ズーミング！動物園・疑問を拡大していけば仕組みが見えてくる！ - / 小宮輝之監修 / 那須どうぶつ王国協力 / **新**
- じぶんでよめるそらざかん / 成美堂出版編集部 / **カ**

新着一般図書

- 岩に牡丹 / 諸田玲子 / **中**
- 共犯の群 / 真保裕一 / **中**
- 浅草寺子屋よろず屋 / 砂原浩大朗 / **水**
- 臨床のスピカ / 前川ほまれ / **水**
- マザー -Mother- / 乃南アサ / **新**
- 鑑定 -PSYCHIATRIC EVALUATION- / 山田宗樹 / **新**
- 星と天体観測と旅の本（まっぶるマガジン） / 昭文社 / **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。



宝くじ
公式サイト

**宝くじがネットで
購入できる!**

宝くじ公式サイト




宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)
TEL 011-330-0777 (有料)

宝くじ公式サイト

Quick One
クイックワン

発売中!

**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	1日(金)	6日(金)
	北部生活改善センター 9:00～12:30	7日(木) 21日(木)	12日(木) 26日(木)
新治	赤谷公民館 9:00～12:30	12日(火)	10日(火)
	入須川分館 13:30～17:00	6日(水) 20日(水)	4日(水) 18日(水)
	笠原生活改善センター 13:30～17:00	13日(水) 27日(水)	11日(水) 25日(水)
	東峰分館9:00～12:30	15日(金)	20日(金)

問 沼田脳神経外科循環器科病院
(へき地診療担当) ☎ 0278(22)5052

**へき地巡回診療車運行予定
（国立沼田医院）**

地区	診療地	開始時間	11月	12月
月夜野	小和知公民館	15:00	28日(木)	26日(木)
	大峰集荷倉庫前	13:10	19日(火)	17日(火)
水上	大芦公民館前	13:20	28日(木)	26日(木)
	北部生活改善センター前	13:30		
	原集古館前	13:50		
	粟沢公民館前	14:30		
新治	上羽場分館前	12:30	19日(火)	17日(火)
	茅原高齢者会館前	13:40		
	入須川分館前	14:10		

問 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
ヨクナレ
☎ 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 乳頭分泌を伴う疾患について
 - 火曜 ロコモティブシンドローム
 - 水曜 男性の勃起機能の低下 ED
 - 木曜 味覚障害
 - 金曜 チョコレートのう胞
 - 土日 口が突然開かなくなった! どうして?

11月の「直接相談タイム」
11月7日(木) 歯科
受付時間帯 午後7時30分～午後8時30分
※上記時間帯は専門医が直接相談に応じます。

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

- 水上会場 11月19日(火)
会場：みなかみ町高齢者婦人センター
- 新治会場 12月17日(火)
会場：みなかみ町福祉センター

法律相談所

- 水上会場 11月8日(金)
会場：みなかみ町高齢者婦人センター
- 新治会場 12月13日(金)
会場：みなかみ町福祉センター

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
☎ 0278(62)0081



11月 November

- 3日(祝) ●文化の日
- 4日(祝) ●振替休日
- 9日(土)～10日(日) ●みなかみ町文化祭
- 23日(祝) ●勤労感謝の日

12月 December

- 27日(金) ●官公庁仕事納め
- 28日(土)～30日(月) ●消防団歳末特別警戒

4年ぶり
第4回 みなかみ町民旅行【友好都市台南訪問】開催!

友好都市である台南市への町民旅行を開催します。台湾・台南市とみなかみ町は友好協定を締結して本年度で10周年を迎えました。本年は、台南産マンゴーを給食に提供する日を「台南マンゴーの日」と制定するなど交流を深めています。皆さまのご参加お待ちしております。

- 期 日：令和7年2月24日(月・祝)～2月27日(木)〔3泊4日〕
- 見学先：北門エリア、ランタンフェスティバル、夜市など



令和2年度町民旅行



井仔脚瓦盤塩田

代金・申込方法などの詳細は、11月中に町民旅行パンフレットを回覧しますので、そちらをご確認ください。よろしくお願いいたします。

道の駅「水紀行館・清流公園」で「光と水のナイトガーデン」を11月4日(月)まで開催しています。「宇宙と和式美」をテーマにした光と反射の空間作品をぜひお楽しみください!



光と水
ナイトガーデン

納期限：**12月2日(月)**

- 国民健康保険税(第5期)
- 後期高齢者保険料(第5期)



お支払いは便利な口座振替をご利用ください。



町の学校給食センター栄養士さんおすすめ

美味しい地産地消レシピ

切り干し大根のサラダ



材料(4人分)

1人分のエネルギー 36 kcal 塩分 0.2 g

- 切り干し大根.....16g
- ブロッコリー.....40g
- 水菜.....24g
- にんじん.....12g
- ツナ缶(水煮).....20g
- マヨネーズ.....大さじ1・1/3(16g)
- しょうゆ.....小さじ2/3(4g)

ワンポイントアドバイス

- こどもたちにも好評のレシピです。
- ブロッコリーや水菜の代わりに、ほうれん草や小松菜、きゅうり等でもおいしくできます。お好みでごまをプラスするのもおすすめです。



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切り干し大根は、洗って水で戻す。
- ②ブロッコリーは小さめの小房にわけ、水菜は3cmの長さに切る。にんじんは千切りにする。
- ③切り干し大根、ブロッコリー、水菜、にんじんをそれぞれさっと茹でて、冷めたら水気を絞る。
- ④ボウルに③とツナ、マヨネーズ、しょうゆを加え、和える。

10月1日の人口と世帯●総人口 17,053人(-18) 男 8,373人(-10) 女 8,680人(-8) 世帯数 7,971世帯(-4)
9月の出生数●男の子2人 女の子2人 計4人 ※ ()内は前月比