

水と森林と人を育む利根川源流のまちみなかみ

2026

令和8年

No.251

9



広報 みなかみ

PUBLIC INFORMATION MINAKAMI



今日も「うんまい」
みなかみの給食

〔今月の表紙〕学校給食
子どもたちの成長を願い
心を込めてまちの恵みを届けます

もくじ

- みなかみ町町長選挙・議会議員選挙 P2～3
- みなかみの給食「おいしい！」の裏側 P4～5
- 令和9年5月より 下水道使用料を改定します P6



みなかみ町
ホームページ

10月4日(日)は投票日です

みなかみ町 町長選挙・議会議員選挙

問 0278(62)2111
みなかみ町選挙管理委員会事務局

この選挙は私たちの暮らしに最も身近で、今後の町政を担う人を選ぶ大切な選挙です。みなさん忘れずに投票しましょう。

選挙の日程

◆投票日 令和8年10月4日(日) ※即日開票
◆告示日 令和8年9月29日(火)

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20年10月5日以前に生まれた人
- ・今年の6月28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。

◆投票日当日(10月4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 番地	午前7時から 午後8時
	みなかみ第 2 投票区	師公民館	師 473 番地 1	
	みなかみ第 3 投票区	真政公民館	政所 753 番地 1	
	みなかみ第 4 投票区	下区集落センター	上津 2020 番地	
	みなかみ第 5 投票区	月夜野会館	月夜野 581 番地 11	
	みなかみ第 6 投票区	上組公民館	月夜野 1777 番地 2	
	みなかみ第 7 投票区	下石倉公民館	石倉 718 番地 4	
	みなかみ第 8 投票区	上牧公民館	上牧 1715 番地	
	みなかみ第 9 投票区	下牧公民館	下牧 682 番地 1	
水上地区	みなかみ第 10 投票区	水上公民館	湯原 441 番地	午前7時から 午後7時
	みなかみ第 11 投票区	小仁田会館	小仁田 259 番地 1	
	みなかみ第 12 投票区	みなかみ町水上支所	湯原 64 番地	
	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 番地	
新治地区	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 番地 3	午前7時から 午後7時
	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 番地	
	みなかみ第 16 投票区	旧猿ヶ京幼稚園	相俣 1731 番地 23	
	みなかみ第 17 投票区	にいはるこども園体育館	須川 774 番地 1	午前7時から 午後8時
	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 番地	
	みなかみ第 19 投票区	みなかみ町新治支所	布施 365 番地	
	みなかみ第 20 投票区	下新田会館	新巻甲 479 番地	

不在者投票について

【指定病院など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、投票日当日に投票所へ行けない場合は、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、早めに投票用紙など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。

【郵便などによる不在者投票】

「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（身体障害者手帳または戦傷病者手帳を取得されている方で指定級以上の人、要介護状態区分が要介護5の人）に限り、郵便など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。

郵便などによる不在者投票は、9月30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。

【その他の場合】

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人は、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。

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。

開票

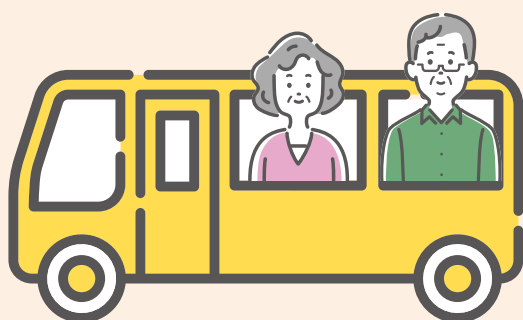
開票は投票日の午後9時から月夜野農村環境改善センターで行います。開票速報・開票結果については、町ホームページに掲載します。



◆期日前投票

投票日当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 9月30日（水）から10月3日（土）まで
時間 午前8時30分から午後8時まで
場所 みなかみ町役場・水上支所・新治支所



◆期日前投票の無料送迎

期日前投票期間において、選挙人に対する移動支援のため無料送迎を下記のとおり実施します。受付時に希望日・希望時間（午前または午後）をお伝えください。配車などの調整を行い、送迎時間を前日にご連絡いたします。

実施日 9月30日（水）から10月3日（土）まで
実施時間 各日午前9時から午後6時まで
運行区間 希望者自宅から期日前投票所までの間
予約方法 詳細は入場券に同封のチラシをご確認ください。

予約受付 各日午前10時から午後5時まで

※完全予約制のため、ご希望に添えない場合がございます。あらかじめご了承ください。

みなかみの給食

「おいしい！」の裏側



町内産果実の 「手作りジャム」



手作りのこだわりはなんとジャムまで。町内産の果物を使って給食センターで一から手作りするジャムは大人気メニュー。

町内産の 新鮮野菜



採れたての町内産野菜を献立に取り入れています。給食を通して地元の恵みや地域への愛着を育みます。

町内産のお米 100%



毎日食べる主食だからこそ、品質とおいしさにこだわっています。豊かな自然と美しい水で育った町内産のお米は甘みも抜群。

54年の歴史に感謝を込めて 新治学校給食センター



昭和47年に始まった新治村学校給食センター。平成15年に現在地へ移転し、長年子どもたちの食を支えてきました。2学期は水上・藤原小学校の分も合わせ、笑顔思い浮かべながら最後の日目で心を込めて作ります。

来年1月、町内すべての学校へ 月夜野学校給食センター



給食センターの統合に伴い、令和9年1月からは月夜野給食センターで町内すべての小中学校の給食を調理します。これまで培ってきた安心・安全への想いをそのままに、これからも心を込めておいしい給食をお届けします。

「おいしかったー」という子どもたちの笑顔のために。地元の新鮮な食材選びや食べやすさの工夫、衛生管理まで。毎日当たり前のように届く給食に込められた、たくさんの想いとこだわり、給食づくりを支える方々の声をお届けします。

給食調理員さん・栄養士さんにお話を聞きました

安全・衛生への徹底

こどもたちの「安全」と「おいしい」を守るため、日々の体調管理はもちろん、センター内の清掃や衛生管理を徹底しています。

「おいしかった！」の一言が何よりの励みです。
安全・安心はもちろん、食べやすさや地元の味に
こだわりながら、毎日心を込めて作っています。



新治学校給食センター 栄養士 大塚さん
月夜野学校給食センター 調理員 林さん
調理員 和田さん
栄養士 宇留野さん

食と農をつなげる

食材の背景には苦勞して育ててくれた農家さんがいます。町内産の食材を使うことで、それを身近に感じることができ、「残さず美味しく食べよう」という感謝の心が育ってくれば嬉しいです。

味わい・カットのこだわり

塩分に頼らず、出汁の旨みや香辛料の風味を活かして味わい深く仕上げています。食材の切り方や彩りにもひと手間かけています。



学校で生の声を確認

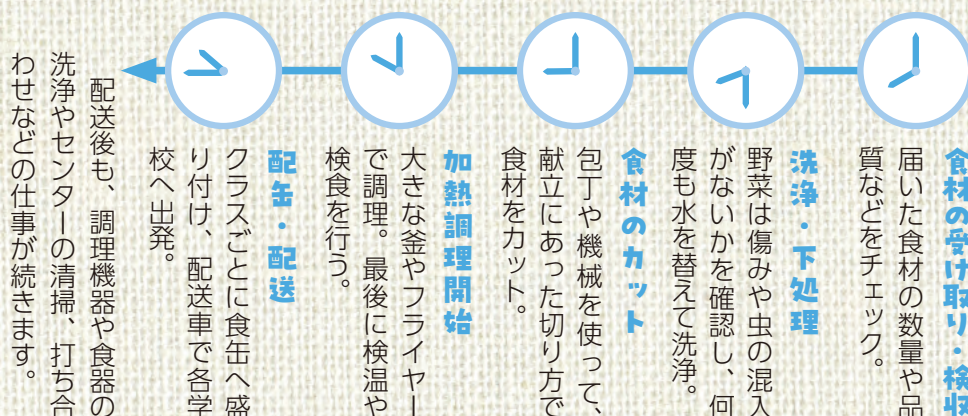
実際に教室で食べている様子を見に行き、こどもたちの生の声を確かめています。残さず食べられる切り方や味付けの工夫を見つけ、日々の給食づくりに活かしています。

献立に込めた想い

休日の外食で出会った美味しさを給食にアレンジするなど、常に新しい発想で献立を考えています。旬の食材や地域の味を取り入れ、こどもたちの食体験が豊かになる献立づくりを心がけています。



こうして届く！ 給食ができるまで



取材日の献立
「沖繩料理」
ごはん・牛乳・グルクンの竜田揚げ・ゴーヤチャンプル・えびワンタンスープ・ミルメーク



令和9年5月より 下水道使用料を改定します

☎ 上下水道課 経営係 ☎ 0278(25)5014

下水道事業は、使用者のみなさんからいただく下水道使用料をもとに運営されています。

しかし、平成26年度から10年以上にわたり料金を据え置いてきたため、必要な費用を使用料だけで賄うことが難しくなっています。その不足分はみなさんの税金で補っていますが、税金には下水道を使っていない方の分も含まれているため、公平性に課題があります。また、少子高齢化や人口減少、生活スタイルの変化により水の使用量が減少しており、将来的には収入がますます減ることが予想されます。

●使用料の改定について

安全で快適な下水道サービスを継続し、老朽化した設備の再整備を進めていくために、下水道使用料の見直しを実施いたします。

使用者のみなさんにはご負担をお願いすることになりますが、今後も町民のみなさんが安心して暮らせる環境づくりに努めてまいります。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

●改定の内容

下水道使用料を約25%値上げします。

ただし、使用者のみなさんの経済的な負担を軽減するため2回に分けて段階的に改定します。

【第1回改定】

令和9年5月から令和11年4月までの検針分

【第2回改定】

令和11年5月以降の検針分

※水道料金の改定はありません。

●単価表 2か月あたり(税抜) ※下水道使用料のみ

単価	現在	第1回改定	第2回改定
基本料金(20㎡まで)	2,400円	2,700円	3,000円
21㎡~100㎡	125円	141円	156円
101㎡~600㎡	130円	146円	163円
601㎡~	140円	158円	175円

●参考月額 2か月あたり(税抜) ※下水道使用料のみ

	20㎡	40㎡	60㎡	80㎡	100㎡	200㎡
現在	2,400円	4,900円	7,400円	9,900円	12,400円	25,400円
第1回改定	2,700円	5,520円	8,340円	11,160円	13,980円	28,580円
第2回改定	3,000円	6,120円	9,240円	12,360円	15,480円	31,780円

●改定時期

【第1回改定】

令和9年	2月	3月	4月	5月	6月	7月
第1回改定に伴う 検針スケジュール ★：検針	★ 現行料金 ★			★ 第1回改定後料金 ★		

【第2回改定】

令和11年	2月	3月	4月	5月	6月	7月
第2回改定に伴う 検針スケジュール ★：検針	★ 第1回改定後料金 ★			★ 第2回改定後料金 ★		



9月是世界アルツハイマー月間です

問 介護福祉課 高齢介護係 ☎ 0278(25)5012

9月は「世界アルツハイマー月間」です。全国各地で認知症についての関心と理解を深めるために、オレンジライトアップなどの様々な取り組みが行われています。認知症は誰もがかわかる身近な問題です。認知症の方とご家族が安心して暮らせる社会のために、認知症について正しく理解し、地域みなさんと一緒に考えてみませんか。みなかみ町では「認知症になっても安心して暮らせる町」を目指して、認知症に関する普及・啓発を行っています。町での取り組みをご紹介します。

●認知症ケアの流れを説明した「認知症ケアパス」

認知症の進行に応じて「いつ」「どこで」「どのような医療や介護サービスが受けられるのか」といった、認知症ケアの流れを説明したパンフレットを町で作成しています。

役場介護福祉課や地域包括支援センターにて配布しています。

また、町ホームページでもご覧いただけます。



●認知症初期集中支援事業

認知症は早期発見と適切な支援を行うことで、症状の進行を遅らせることができます。みなかみ町では認知症疾患センターと連携し、支援チーム員が家庭訪問し介護サービスや医療に繋がっていくために関係機関との調整を図り本人や家族を集中的に支援していきます。

●認知症カフェ

認知症の方とご家族、地域住民、専門職が気軽に集まり、お茶を飲みながら交流する場所です。情報交換や介護相談ができ、1週間に1回開催されています。認知症カフェは、3か所で実施しています。実施場所などの詳細は、認知症ケアパスにて確認してください。

●認知症サポーター養成講座の開催

認知症についての理解や対応を学ぶ講座を毎年中学1年生に受講してもらい、認知症について学んでもらっています。また、一般の方やお店・事業者向けにも講座を実施しています。



果樹の適切な管理をお願いします

問 農林課 獣害対策センター ☎ 0278(25)4005

●秋はクマの活動が活発になる時期です

9月は、ツキノワグマが冬眠に向けて栄養を蓄え始めるため、行動が活発になる時期です。柿や栗などの果樹は、クマを人里へ引き寄せる大きな要因となります。

●柿や栗は放置せず適切な管理を

収穫できる果実は早めに収穫し、収穫しないものは放置せずに取り除くなど、果樹の適切な管理をお願いします。

放任された果樹は、毎年クマを呼び寄せる原因となるため、不要な果樹については伐採も有効な対策です。

●「果樹等伐採補助金」をご活用ください

町では、クマの出没対策を目的として、果樹を伐採する場合に利用できる「果樹等伐採補助金」を設けています。果樹の管理が難しい方や伐採を検討されている方は、ぜひご活用ください。

一人ひとりの取り組みが、地域全体のクマ被害の防止につながります。みなさんのご理解とご協力をお願いします。

果樹等伐採補助金

みなさまの安心安全を守るため
ぜひご活用ください！



▲詳細はこちら

町民アンケートの結果をお知らせします

問 企画課 企画調整係 ☎ 0278(25)5030

町では、第2次みなかみ町総合計画(平成30年度から令和9年度の10年間)で定める将来像をめざして、まちづくりに取り組んでいます。

町民アンケートは、この総合計画で定めた施策の目的や目標の達成状況を把握するとともに、今後のまちづくりをより効率的・効果的に展開するために毎年実施しているものです。

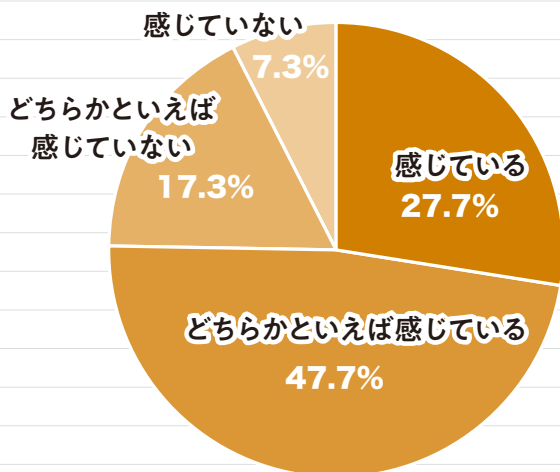
このたび、町民アンケートのとりまとめが完了しましたので、一部の設問を抜粋し、集計結果をお知らせします。なお、詳しいアンケート結果については町ホームページからご確認ください。

詳しい結果はこちらから！



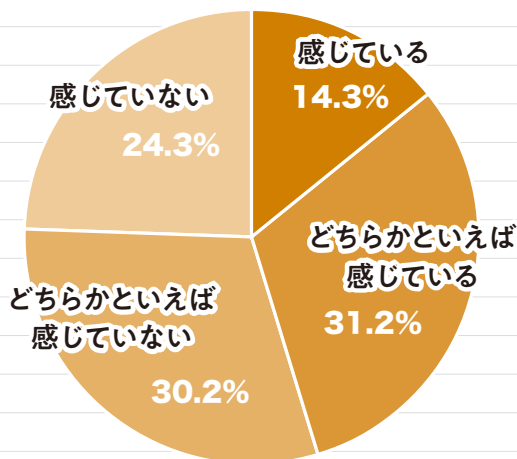
配布数：1,600件
回収数：817件
回収率：51.1%
調査対象者：満18歳以上の町民1,600人
調査方法：郵送による配布
郵送回収もしくはオンライン回収
調査期間：令和8年4月1日(水)から
4月13日(月)まで

日常生活で生きがいを感じていますか。



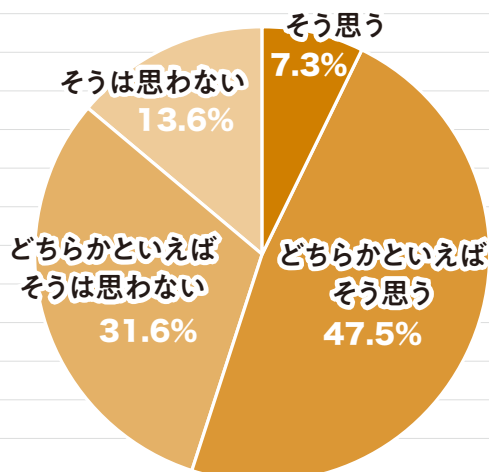
回答 792 人 (無回答・多重回答 25 人)

身近で犯罪にあう不安を感じていますか。



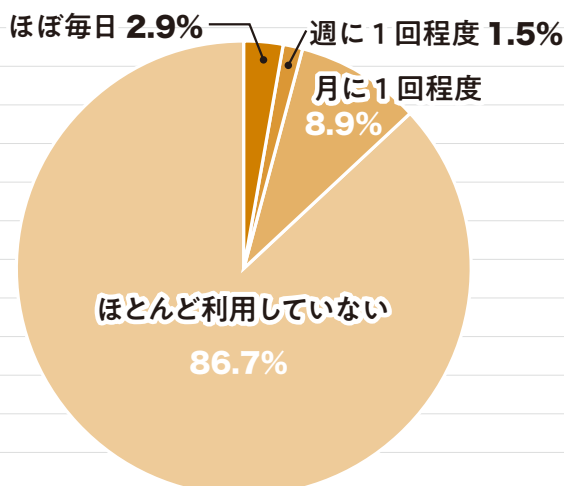
回答 798 人 (無回答・多重回答 19 人)

納めた税金が、行政サービスとして十分に提供されていますか。



回答 770 人 (無回答・多重回答 47 人)

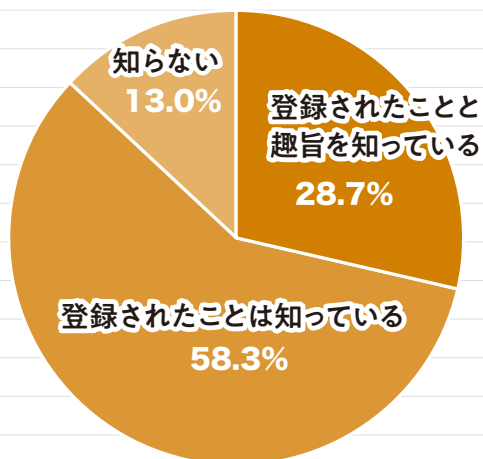
あなたは日頃、町内の公共交通を利用していますか。 (バス・新幹線・在来線・タクシーなど)



回答 799 人 (無回答・多重回答 18 人)

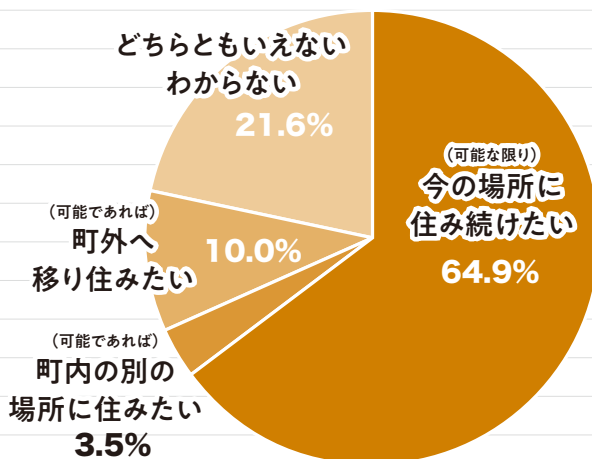
※集計は小数点第2位を四捨五入しているため、数値の合計が100.0%にならない場合があります。

あなたは、町が「ユネスコエコパーク」へ登録されたことを知っていますか。



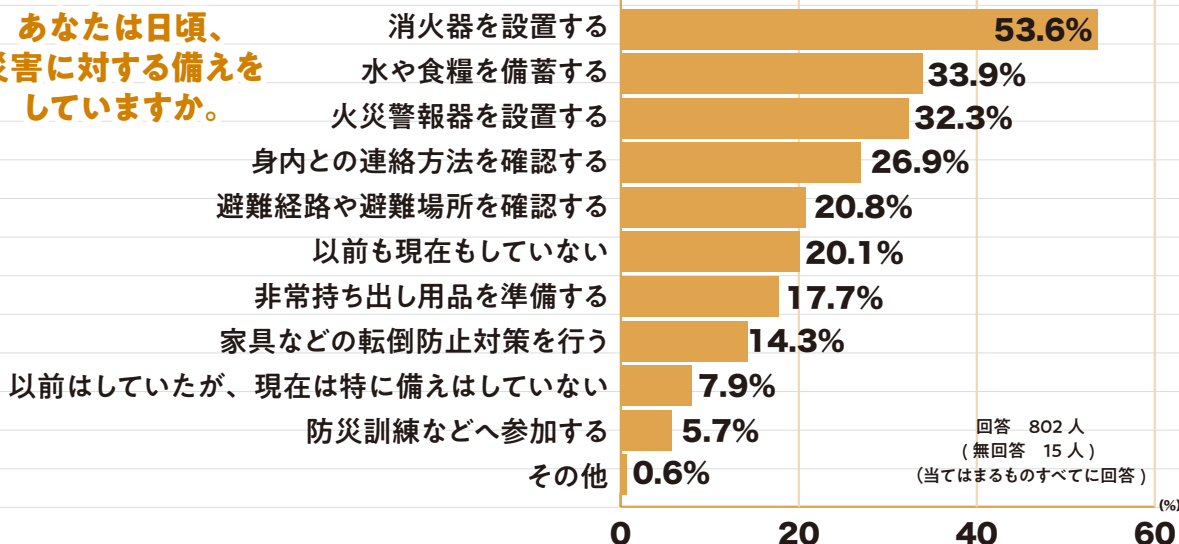
回答 787 人 (無回答・多重回答 30 人)

あなたは、今住んでいる場所に、これからも住み続けたいと思いますか。



回答 793 人 (無回答・多重回答 24 人)

あなたは日頃、災害に対する備えをしていますか。



町民アンケートは 何に活用されているの？

主に、総合計画で定められた施策の成果を測る指標として利用しています。アンケート結果から見えた町民のみなさんのご意見を分析して、総合計画で定めた

- ①施策の目的や目標の達成状況の把握
 - ②施策の取り組みの検討
- を行っています。



総合計画とは

総合計画とは、自治体における最上位の計画で、町の事業計画の基本となるものです。

後期基本計画では、「水と森林と人を育む 利根川源流のまち みなかみ」という将来像のもと、その実現に向けて、福祉、教育、観光産業など様々な分野における25の施策と、5年間(令和5年度から令和9年度)の目標が設定されています。

総合計画についての
詳細はこちらから！





渡丸さんが旭日単光章を受章

7/9

渡丸耕一さんは、旧水上町議会議員として約16年にわたり奉職されました。その間、水上町議会副議長、水上町議会民生福祉常任委員会委員長などを歴任され、町民福祉の向上、産業基盤の確立などに尽力し、地方自治の発展に多大なる貢献をされました。こうした多年にわたる功績が認められ、旭日単光章が授与され、阿部町長から伝達されました。



▲今回受章された渡丸耕一さん



株式会社BMZが町へ寄附

8/7

インソールなどの製造販売を行う株式会社BMZ（山中保取締役社長）より、アウトレットセールの売り上げから災害対策の5万円を含む合計15万円を寄附していただきました。今回のアウトレットセールでは、足の無料測定や足の握力測定、ボディケア店舗による施術、太鼓の演奏、キッチンカー出店など多彩なイベントが同時に開催され、多くの方が来場しました。



▲山中保取締役社長（左）、阿部町長（右）



心に響く作品が集う みなかみ町俳句短歌大会表彰式が開催

6/21

教育委員会生涯学習課では、第7回みなかみ町俳句短歌大会を開催し、俳句は32人155句、短歌は51人236首の投稿がありました。表彰式は6月21日にカルチャーセンターで行われ、歌人で若山牧水みなかみ紀行短歌大会選者の小島なお先生からは「短歌の中の身体」をテーマにご講話いただきました。



▲表彰式の様子



▲歌人・小島なお先生による講話

◆俳句の部

最優秀賞（一句）

慎ましく暮らせど今宵初鯉

阿部 伊亨

○優秀賞（二句）

薫風や晴耕雨読大寿まで
りくりゆうの和服姿や春の園石坂 北雲
澁谷 典子

◆短歌の部

最優秀賞（一首）

うす紅の赤子のこぶし開くごと
今朝ひとひらの牡丹ほどける

中島 早苗

○優秀賞（二首）

木々いまだ芽吹かぬ山の傾斜地に
ひそと咲きをりかたくりの花
罪も無き子等の泣き顔見るテレビ
世界平和を今日も祈りぬ小林 博子
番場 正夫



親子で挑戦！ラフティング体験教室を開催

7/24

「親子ラフティング体験教室」は、みなかみ町子ども会育成団体連絡協議会の事業として、ラフティング組合各社の協力を得て行われています。

諏訪峡をボートで下ったり川遊びをしたりと、町の豊かな自然を体験しながら、親子で楽しい時間を過ごすことができました。



▲パドルを手に出発準備



▲水の上では自然と笑顔に



▲中間地点で川遊び



▲みんなで決めポーズ



▲安全説明を真剣に聞く参加者



▲清流の中を息を合わせて進む



師区にエアコンなどの備品を整備

7/31

(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源としたコミュニティ助成事業を実施しています。この事業は、宝くじの普及広報を行うこと、コミュニティの健全な発展を図ることを目的に自治会などへの助成を行っているものです。

令和8年度の助成事業では、師区が師公民館にエアコンやパソコンなどの整備を行いました。



▲整備されたエアコン



小仁田区にエアコンを設置

7/8

(公財)群馬県市町村振興協会では、宝くじの収益による社会貢献広報事業として魅力あるコミュニティ助成事業を行っています。地域コミュニティ活動に必要な設備などの整備に対し助成する事業で、地域コミュニティ活動の充実・強化を図り、地域社会の健全な発展・住民福祉の向上を目指すものです。今回は小仁田区にエアコンを設置しました。



▲整備されたエアコン



写真で見る

まちの話題

= TOWN TOPICS =



通算23回目の奄美市青少年交流事業を実施

7/30～8/3

「奄美市とみなかみ町の教育・経済交流に関する協定書」締結後、はじめての交流事業が実施されました。町内小学校の5・6年生17人が参加し、夏の奄美大島を体験しました。パートナーの家庭にホームステイして交流を深め、日中はマリンスポーツを楽しみました。

2月には、奄美市のこどもたちがみなかみ町を訪れ、自然や文化、生活環境の違いを体験します。



▲磯場で生き物探し



▲仲よくフローティングマットに乗って



▲土浜海岸の海と空をバックに



▲爽快！バナナボート

▲奄美の郷土料理「けいはん鶏飯」を堪能

▲縄文時代の食事をゲームで楽しく学ぶ



太田市青少年交流事業「フレンドシップ2026」開催！

7/22～24

7月22日から24日までの3日間、太田市青少年交流事業「フレンドシップ2026」がみなかみ町で開催され、「未来のリーダーになろう」をコンセプトに、太田市内の小学5年生から中学3年生までの児童・生徒30人が参加しました。

参加者は川遊びや初めてのカヌー体験に挑戦し、パドルを操る楽しさに歓声をあげて盛り上がりました。また、たくみの里ではものづくり体験を通して地域の文化に触れ、さまざまな体験を楽しみました。

自然の中で過ごした3日間は、みなかみ町の魅力を存分に感じるとともにこどもたちにとって新たな発見や挑戦、仲間との交流を通して友情を育む、かけがえのない機会となりました。



▲スタッフに教わりながら順番に出発



▲中央公民館にて記念撮影



▲笑顔でカヌー体験を楽しむこどもたち



みなかみの夏、各地で賑やかに夏祭りを開催

人々の無病息災や地域の安寧を願う夏祭りの様子を、一部ご紹介します。時代や人口の変化に伴い人と人との関わり方が変わる中でも、世代を超えて一堂に集う祭りは、地域の絆を深め、支え合う心を再確認する大切な機会となっています。

月夜野祇園祭 7/25

月夜野会館から元気よく出発したこども神輿に続き、月夜野神社神輿の力強い掛け声が町中に響き渡りました。また、華やかに飾られた「まんど」の上では地域のこどもたちが太鼓を打ち鳴らし、熱気あふれる夏音が地域全体を包みしました。



力強い月夜野神社神輿



まんどが華やかに夜を彩る



元気なこどもたちの声が響く

小仁田祭り和小日向祭り 7/23

それぞれの地区から動き出した神輿が、諏訪峡大橋の上で橋を揺らすほど激しくもみ合いました。活気あふれる担ぎ手はもちろん、祭りを陰で支える人や歓声を送るこどもからお年寄りまで、地域全体が一体となる世代を超えた交流の場となりました。



小仁田の神輿



小日向の神輿



諏訪峡大橋でのもみ合い

入恋夏まつり 7/26

遊神館前の特設広場で開催され、多くの来場者で賑わいました。阿波踊りや三国太鼓、フラダンスや芸人ライブ、大抽選会など多彩なステージが会場を盛り上げたほか、夕暮れには華やかな電飾で彩られた神輿が威勢良く練り歩き、夏の夜を美しく照らしました。



こどもたちがたくさん参加し、大盛り上がり



威勢のよい神輿に観客も盛り上がる



阿波踊りが神輿を先導する



まちの話題

= TOWN TOPICS =



世界に発信！みなかみの自然との共生 グローバルネイチャーポジティブサミット2026へ参加

7/14～15

7月14日から15日までの2日間、熊本市で国際会議「グローバルネイチャーポジティブサミット2026」が開催され、世界27カ国から約2,700人が参加しました。サミットでは、生物多様性の回復を目指す「ネイチャーポジティブ(自然再興)」に向けた議論が行われました。

公式サイドイベントでは、谷川岳エコツーリズム推進協議会の菊池奈々恵さんが登壇し、みなかみユネスコエコパークや当町のネイチャーポジティブの取り組みを国内外へ広く発信しました。



▲会場周辺に飾られたフラッグ



▲町の取り組みを発信する菊池奈々恵さん



▲サミットの様子

サミットで採択された「熊本宣言」では、2030年までに自然の損失を食い止め回復へと転じることが盛り込まれ、自然を守る活動は今や、世界中で動き出しています。当町が誇る豊かな「自然資本」の価値は、多くの参加者から高い注目を集めました。

町では、この貴重な経験をこれからの地域づくりに活かし、みなかみの豊かな自然を次世代へ大切に繋いでいきます。

今こそあらためて

みなかみユネスコエコパーク について語ろう Vol.4

木に触れ、森を感じる
～たくみの里から発信するユネスコエコパーク～



Q「森のおもちゃの家」はどんな場所？

A 町内産の木と触れ合いながら、みなかみの自然を学べる拠点です。実は、町内の赤ちゃんへ贈る誕生祝い品のカスタネットの名入れや町内産材の材料調達もここでしており、自然を生かしながら町内外多くの方へユネスコエコパークの理念を届けています。

Q木工体験を通して何を伝えているの？

A 赤谷の森の間伐材などで作るカスタネットや木の実や枝葉を使った体験を通じて、五感で木に触れるおもちゃを入口に、みなかみの森の豊かさやその森の生物多様性などを学び、ひろめる活動を行っています。

Qたくみの里からユネスコエコパークを発信する意義とは？

A たくみの里は、町内外の多くの人が訪れる拠点です。体験を通して「みなかみ町の自然の豊かさ」や「共生の取組」を伝えることで、関係人口を増やし、町民には地域の誇りを再確認してもらうことで、豊かな自然を守るきっかけづくりになればと思っています。

ユネスコエコパークをめぐる主な9月のうごき

- 9月1日 谷川岳登山道整備プロジェクト(2回目)
- 9月12日・13日 自伐型林業研修(1回目)
- 9月14日 みなかみBR科学委員会
(生態系の調査・監視、保全計画の策定や科学的助言など)
- 9月17日 みなかみ中学校 谷川岳エコツーリズム環境学習
- 9月26日・27日 おもちゃ学芸員養成講座(第一期)
- 9月28日 藤原小学校 谷川岳エコツーリズム環境学習



地域おこし協力隊の活動

NPO 法人水上自然遊楽 白石 安奈 さん

はじめまして。地域おこし協力隊として、今年度開所したこどもの居場所「みなくる」の運営に携わっています。「みなくる」では、支援を必要とする子どもたちが安心して過ごせる環境づくりを大切にしています。日々の見守りや体験活動の実施を通して、一人ひとりに寄り添うことを心がけています。

子どもたちの成長や笑顔に触れられることが、私にとって何よりの励みです。また、関係機関や地域のみなさんと連携しながら、安心して過ごせる環境づくりを進めています。子どもたちが「ここなら安心できる」と感じられる場所であることはもちろん、保護者のみなさんにとっても安心して相談できる居場所でありたいと考えています。

これからも地域のみなさんとのつながりを大切にしながら、「みなくる」が安心できる居場所として地域に根付いていけるよう、日々の活動に取り組んでいきたいと思っています。



▲こどもの居場所「みなくる」の外観(旧水上児童館)



▲縁日ごっこでスーパーボールすくいを楽しむ様子

まちづくり協議会だより 第85号

問 まちづくり協議会事務局(企画課)

☎ 0278(25)5030

ふるさとの魅力を再発見しませんか？

私たち、みなかみ町まちづくり協議会月夜野支部では、地域のみなさんに町の魅力を改めて感じていただくため、歴史ある建造物や地域の地理・文化を学ぶ機会、子どもから大人まで世代を超えて交流できるイベントなど、さまざまな事業を企画しています。

普段何気なく目にしている風景や建物にも、先人たちが築き、守り、受け継いできた物語があります。地域について知ることは、この町をもっと好きになる第一歩です。そして、子どもたちが自分の生まれ育った町に誇りを持ち、その魅力を次の世代へ伝えていくことが、これからのまちづくりにつながると考えています。

町民のみなさんの参加や交流が、地域をより元気にする大きな力となります。ぜひご家族やご友人と一緒に、月夜野支部の事業へお気軽にご参加ください。みなさんとともに、ふるさとの魅力を再発見できることを楽しみにしています。

みなかみ町まちづくり協議会月夜野支部
岡村 竜輝



▲今年度実施した土合駅見学会の様子



一人ひとりの取り組みが、みなかみの未来を動かす

第4期 みなかみ町 SDGs パートナー募集

募集期間

2026年

9/1~10/31

TUE

SAT

対象

町内において、SDGsの普及啓発及び目標達成に向けた活動に取り組んでいる、または取り組む意欲がある企業・団体・個人事業主

申込

右記二次元コード先の詳細をご確認の上、ご応募ください。



SDGsパートナー制度

「地域のためにできることを考えたい」「同じ想いの仲間とつながりたい」

ーあなたの“やってみたい”を、みなかみの仲間と一緒に形にしてみませんかー

町では、SDGs（持続可能な開発目標）の普及と推進に向けて「みなかみ町SDGsパートナー」制度を設け、企業・団体の取組紹介や、パートナー同士の交流・連携を進めています。農園、飲食店、製造業、観光、福祉、教育など、多彩な事業者が参加し、異業種のつながりから新しいアイデアや協働が生まれています。

01

交流・連携



他パートナーとの交流や連携を深める機会を提供します。

02

研修会の開催



SDGsに関する知識や実践方法を学べる研修会を開催し、取組の充実にサポートします。

03

オリジナル登録証の交付



登録された企業・団体・個人事業主の皆様には、SDGsパートナーとして、町産木材を使用したオリジナル登録証を交付します。



お問い合わせ
みなかみ町 企画課 地域創生係
☎ 0278-25-5032



こどもの話題

= CHILDREN'S TOPICS =



●相談・教室【子育て支援課 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	9:00 10:00 14:00 15:00	所 子育て支援課 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）、 通帳またはキャッシュカード ※妊婦支援給付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	9/28(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
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【子育て支援課 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	3～4か月児	9/16(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 の悪い場合はこども家 庭センターへお問い合 わせください。	所 保健福祉センター
10か月児健診	9～10か月児	9/16(水)		
12か月児健診	12～13か月児	9/16(水)		
1歳6か月児健診	令和7年1月～4月14日生	10/14(水)		
2歳児歯科健診	令和6年8月～10月生	11/17(水)		
2歳6か月児歯科健診	令和6年1月21日～4月生	10/20(水)		
3歳児健診	令和5年3月～5月生	9/9(水)		
親子ふれあい広場はぐみ	3か月児・6か月児・8か月児	10/8(木)	10:00～11:00(受付)	
	その他乳幼児			

●子育て支援センター、子育てサークル【子育て支援課 子育て支援係 ☎ 0278(25)5009】

●対象者および参加費については、各センターにお問い合わせください。

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	10:00～16:00	内 予約なしでも利用でき ますが昼食は予約必須です	子育て支援センター (にいはるこども園2階) ☎ 0278(64)1848 ☎ 090(5763)3003
	Let's music	9/3(木)	10:30～11:30	予	
	ベビーキッズヨガ	9/8(水)	10:30～11:30	予	
	ママトレ	9/16(水)	10:30～11:30	予	
	大きくなったかな？	9/24(木)～30(水)	10:00～16:00		
キラキラ	親子ふれあい	金	10:00～14:00	内 予約なしでも利用でき ますが昼食は予約必須です	にいはるこども園体育館隣 ☎ 0278(64)1848 ☎ 090(5763)3003
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	10:00～15:00	9/21(月)・22(水)は休館 9/23(木)～25(金)は開設	NPO法人北風塾 きたかぜはうす ☎ 0278(25)3535
	親子あそび	9/15(水)	10:30～11:30	予 お弁当持参可	
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	9/8(水)	10:15～	予	
	ハロウィン製作	9/30(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

令和8年熊本地震への義援金

令和8年7月28日発生の「令和8年熊本地震」に伴い、義援金の募金箱を設置しました。寄せられた義援金は、日本赤十字社を通して、被災地に送金され、被災された方々の生活支援などに役立てられます。あたたかいご支援をよろしくお願いいたします。

● **設置場所** 役場本庁舎(1階)・水上支所・新治支所

● **受付時間** 午前8時30分～午後5時(土曜、日曜日、祝日を除く)

● **問 介護福祉課** 生活福祉係
0278(25)5011

群馬県心身障害者福祉センター巡回相談

群馬県心身障害者福祉センターでは、巡回相談を実施します。

● **日時**

11月4日(水)午前10時～正午

● **場所** テラス沼田4階404会議室(沼田市下之町888)

● **相談科目** 整形外科

● **相談内容** 身体障害者に関する各種相談・補装具要否判定

● **その他** 重度身体障害者の方に対しては、自宅訪問も可能ですのでお問い合わせください。

※相談はすべて予約制です。

● **申込方法** 9月30日(水)までに電話にてお申し込みください。

● **問 介護福祉課** 生活福祉係
0278(25)5011

スマホを活用した119番映像通報システムの運用を開始します

10月1日(木)から、119番通報の際にスマートフォンのカメラを使用して、災害現場の状況を消防指令センターと共有できる通報システム「Live119」の運用を開始します。言葉だけのやり取りでは状況把握が難しい場合に、通報者へ映像送信の協力依頼と操作手順を案内します。

映像から状況確認を行い災害現場での迅速かつ的確な活動に役立てます。

● **問 利根沼田広域消防本部**
0278(22)0119



▲たかさき消防
共同指令センターHP

下牧人形芝居 昭和レトロな劇場で公演!

平成26年に制定された「古典の日」を記念して、下牧人形芝居吉田座がながめ余興場(みどり市)で公演を行います。ながめ余興場は、県内に唯一残る劇場建築です。昭和レトロな劇場で、みなかみの伝統芸能を楽しめる貴重な機会です。ぜひお出かけください。

● **日時** 10月3日(土)午後1時開演

● **場所** ながめ余興場
(みどり市大間々町大間々1635)

● **入場料** 無料

● **定員** 400人(予約優先)

● **申込方法** 9月30日(水)までに、電話または二次元コードを読み取りお申し込みください。



▲申込フォーム

令和8年度第4回「個人向け普通救命講習会」

個人向け普通救命講習会を受講し、心肺蘇生法とAEDの使用方法を身に付けましょう。

● **日時** 10月11日(日)午前9時～正午(午前8時30分受付開始)

● **場所** 利根沼田広域東消防署

● **申込方法** 開催前日までに電話にてお申し込みください。

※詳細はホームページをご確認ください。

● **問 東消防署**
0278(56)2300



▲詳細はこちら

雪国観光圏シンポジウム「世界から見た雪国文化の価値とは」

インバウンドを切り口として雪国文化の価値を再発見するシンポジウムを開催します。お気軽にご参加ください。

● **日時** 9月20日(日)
午後1時30分～午後4時30分

● **場所** 南魚沼地域振興局1階 講堂

● **内容**
【第1部】基調講演
タイトル「外国人ガイドの視点から考える雪国文化」

【第2部】パネルディスカッション
タイトル「雪国文化でどう付加価値を繋げていくのか」

● **参加費** 無料

● **定員** 40人

● **申込方法** 9月17日(木)までに、二次元コードを読み取りお申し込みください。

● **問 南魚沼地域振興局 企画振興部 地域振興グループ**
025(772)2793



▲申込フォーム

お知らせ

腎臓を大切に！ 県民公開講座

腎臓の働きが低下したり、尿タンパクなどを伴う慢性腎臓病（CKD）。その予防や対策を分かりやすく学べる県民公開講座を開催します。

専門医や栄養士が、大切な腎臓を守るための基礎知識や、食事療法のコツを丁寧に解説します。当日は、気軽に立ち寄れる血圧測定や健康相談、健康チェックブースなどを設置します。ぜひご参加ください。

● **日程** 9月26日（土）

【第1部】ブースコーナー
午前10時～午後1時

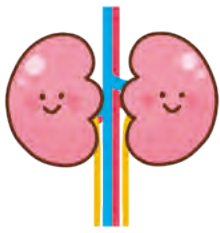
【第2部】講演会
午後1時30分～午後4時30分

● **場所** 利根沼田文化会館 大ホール

● **参加費** 無料

● **その他** 申し込みは不要です。

問 群馬県健康長寿社会づくり推進課
027(226)2604



▲詳しくはこちら

「利根・沼田地方の江戸時代の始まりと真田氏」 講演会を開催します

まちづくり協議会月夜野支部では、江戸時代初期に利根・沼田地方を治めた真田氏の功績や、当時の村々の暮らしについて学ぶ講演会を開催します。旧新治村出身の歴史家・福嶋紀子氏を講師に迎え、地域の歴史や文化の魅力をわかりやすく紹介します。

● **日時** 9月13日（日）
午前9時20分集合

● **場所** みなかみ町カルチャーセン
ター大会議室

● **定員** 40名（先着順）

● **参加費** 無料

● **申込方法** 9月9日（水）午後5時までに、二次元コードを読み取り、メールにてお申し込みください。

● **必要事項** 参加者氏名・住所・年齢（学校名・学年）・電話番号

● **注意事項** 原則として、みなかみ町民対象ですが、定員に余裕がある場合は町外の方も参加できます。

問 みなかみ町まちづくり協議会
月夜野支部 高橋

0278(62)6941



▲メール作成
フォーム

みなかみ町ホッケー大会

みなかみ町ホッケー大会の参加者を募集します。

● **日時** 9月27日（日）
午前8時30分集合

● **会場** 月夜野緑地施設内運動広場
（人工芝ホッケー場）

● **参加資格** 町内に在住・在勤・通学している方

● **参加費** 無料

● **申込方法** 9月20日（日）までにメールまたはホームページからお申し込みください。

問 町ホッケー協会 三富

office@minakami-
hockey.com



▲ホームページ

みなかみ町 ミニバレーボール大会

みなかみ町ミニバレー大会の参加者を募集します。

● **日時** 10月4日（日）午前9時～

● **会場** 月夜野総合体育館

● **参加資格** 町内に住者および在勤者

● **参加費** 無料

● **申込方法** 9月21日（月）までに電話にてお申し込みください。

問 町スポーツ協会事務局
0278(25)5025

みなかみ町 秋季グラウンドゴルフ大会

みなかみ町秋季グラウンドゴルフ大会の参加者を募集します。

● **日時** 9月21日（月）午前9時開会
（午前8時30分受付開始）

● **会場** 月夜野多目的広場

● **参加資格** 町内に住者または在勤者

● **申込方法** 9月11日（金）までに電話にてお申し込みください。

問 町スポーツ協会事務局
0278(25)5025

※または各地区支部長まで

「夜間」上毛高原駅に タクシーが待機します

上毛高原駅では、夜の移動手段の確保が課題となっています。夜間の移動需要がどのくらいあるかを検証するための実証運行を行います。

● **期間** 10月1日（木）～31日（土）・1
月7日（木）～30日（土）のうち木曜
日・金曜日・土曜日

● **時間** 午後7時10分～午後10時40分

● **利用料** 一般のタクシーと同じ

問 企画課 企画調整係

0278(25)5001
※最新情報は下記二次元コードからご確認ください。



▲詳しくはこちら



国民年金からのお知らせ

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。なお、支給要件を満たす場合、2年目以降のお手続きは原則不要となります。

●対象となる方

- ① 老齢基礎年金を受給している方で、次の要件をすべて満たしている方
- ・ 65歳以上であること
- ・ 世帯員全員が町民税非課税となっていること
- ・ 年金収入額とその他の所得額の合計が約81万円以下であること
- ② 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方で、前年の所得額が約47.9万円以下である方

●請求手続き

- ① 新たに年金生活者支援給付金を受け取る方
- ・ 対象者には、日本年金機構より9月初旬頃から請求可能な旨のお知らせ

が送付されます。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入して期限までに提出してください。

- ② 年金を受給しはじめる方
- ・ 年金の請求手続きと併せて、年金事務所または役場で請求手続きをしてください。

●不審な電話などにご注意ください

日本年金機構や厚生労働省から、電話でお客様の家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めたりすることもあります。年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときは、「給付金専用ダイヤル」へお電話ください。

●給付専用ダイヤル

- 0570(05)4092
- 0279(22)1614
- 0278(25)5010



参加無料 定員200名 予約不要

利根沼田地区住民公開講座

最期まで目一杯生きる

～在宅緩和ケア医から見た 旅立つ命の奇跡～

在宅ケア医 萬田 緑平先生 講演会

2026年
10月3日(土)

- 利根沼田文化会館 小ホール
- 午後2時～午後3時50分(開場 正午)

群馬大学医学部附属病院の外科医から転身し、現在は前橋市で緩和ケア萬田診療所の院長として在宅緩和ケア医をされている萬田先生は、ライフワークとして全国で500回以上講演会をされています。

多くの患者さんを看取られた萬田先生が患者さんやご家族の生の声と映像とともにご講演くださいます。『最期まで目一杯生きる』とはどういうことか？この講演を通して考えるきっかけにできれば嬉しく思います。

■問い合わせ先 ぬまとね医療・介護連携相談室 0278-25-3671 (平日午前9時～午後5時)

イベント同時開催!!

- ・入棺体験ワークショップ (要予約)
- ・献血ミニセミナー
- ・ミニエンディングノート作成
- ・キッチンカー来場



Amazon
ランキング
書籍総合
第1位



映画：「ハッピー☆エンド」
著書：「棺桶まで歩こう」「穏やかな死に医療はいらない」「家で死のう!～眠るように 穏やかに死ぬための本～」



3X3.EXE PREMIER シーズンもいよいよ後半戦に。チームは現在全体3位と、プレイオフ圏内の順位をキープしています。残り2ラウンドとなりましたが、悔いのないプレーで、過去最高順位でのプレイオフ進出を目指して戦います。

3X3UNITED では、前半戦に行われるカンファレンス上位同士の頂上決戦「FIRST HALF TOURNAMENT」で、見事優勝を果たし、再び世界出場権を獲得することができました！

7/24 にインドネシアにて開催された「WORLD TOUR CHALLENGER BATAM 2026」では、中国のチームに敗れ予選敗退となりましたが、日本代表チームに勝利するなど大きな成果を収めました。反省点を生かして、さらにレベルアップして今後の試合に臨みたいと思います。これからも応援よろしくお願いします！

🏀 試合結果 🏀



次のホームゲームは
11月を予定しています！
応援よろしくお願いします

公式HPはこちら

この記事は MINAKAMI TOWN.EXE から提供されています



みなかみ町観光協会だより
FIND YOUR OASIS.

2026

9月号

マウンテンバイク

MTBドキュメンタリー上映会

を開催しました!!

7月31日、CANYONSを会場に、世界で活躍するトップライダーたちがみなかみ町を舞台に撮影したMTBドキュメンタリー『A LESSON IN LOAM』の上映会を開催しました。

当日は約60名の皆さまにご来場いただき、会場は大盛況。谷川岳をはじめとする雄大な自然や、みなかみならではのトレイルを舞台に撮影された迫力ある映像を、実際の撮影地で多くの皆さまと共有することができました。

上映後にはトークセッションも行われ、マウンテンバイクやアウトドア、地域の魅力について語り合う貴重な時間となりました。ご来場いただいた皆さま、そして上映会の開催にご協力いただいた関係者の皆さま、誠にありがとうございました。

『A LESSON IN LOAM』は、みなかみ町の豊かな自然やフィールドの魅力を世界へ発信する作品です。

今後も、みなかみ町ならではのアウトドアフィールドや自然の魅力を国内外へ発信する取り組みを続けてまいります。



映像はこちら!



MTB JAPANのベネットさんは
「日本の土(ローム)は、
世界中のライダーを魅了する
特別なフィールド」と語ります。

みなかみ町には、その魅力を体感できる素晴らしい自然とトレイルがあります。世界中のライダーに、このフィールドを実際に走り、日本ならではのロームや自然の魅力を体験してほしい。そんな願いが、この作品には込められています。



この記事は一般社団法人みなかみ町観光協会から提供されています



みなかみ町 地域包括 支援センター からのお知らせ

今年度の地域包括支援センターの メンバーをご紹介します

問 みなかみ町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では、それぞれの地区ごとに担当の職員が決まっています。相談を受けたときは地区担当の職員が中心となって対応しています(※)。担当地区は行政区ごとに分けています。

今回は新治地区(旧新治村)の担当をご紹介します。月夜野地区(旧月夜野町)の担当は7月、水上地区(旧水上町)の担当は8月の広報をご確認ください。

※相談の内容や状況に応じて、ほかの職員が対応させていただく場合もあります。

	浅地 湯宿 笠原		布施 新巻		須川 谷地 東峰
山崎		原澤		原	
	永井 吹路 猿ヶ京		恋越、入須川 塩原、下新田 上羽場 下羽場、師田		赤谷 相俣 布施
板野		杉木		岩田	

この記事はみなかみ町地域包括支援センターから提供されています



9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

はいたつだぞう/まつい あや 中
 じごくぶろもごくらくごくらく/丸山 誠司 中
 ひめゆりの塔 生徒たちが見た沖縄戦/
 ひめゆり平和祈念資料館 文・カイズ ケン 絵 水
 もっと楽しい！恐竜たちの飼いかた/
 土屋 健 著・群馬県立自然史博物館 監修 水
 おまつりって、こわい？/樋勝 朋巳 新
 星の王子さまとめぐる星ばしの旅/縣 秀彦 新
 マインクラフトでわかる！理科のすごいクイズ図鑑
 -小学生の理科が得意になる-/川村 康文 カ

新着一般図書

夏帆/村上 春樹 中
 王国/湊 かなえ 中
 永遠の記憶(ガリレオ11)/東野 圭吾 水
 飛燕/あさの あつこ 水
 決裂/堂場 瞬一 新
 速く走れる！姿勢が良くなる！子どもがスポーツで活躍できる
 キッズトレーニングの教科書/あずまつくす 新
 はじめてでもできる！DIY自宅リフォーム完全ガイド/
 山田 芳照 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。

- 中央公民館と新治支所、カルチャーセンターには、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利用ください。
- 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。右の二次元コードから移動できます。詳しくは、各図書室へお問い合わせください。



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)

ハロウィンジャンボ4億円
(1等2億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ同時発売

ネットでも買える!

この宝くじの収益金は
市町村の明るく住みよい
まちづくりに使われます。

各1枚 300円

9月16日※発売!

発売期間9/16(水)~10/16(金)

宝くじ公式サイト

公益財団法人群馬県市町村振興協会

群馬県こんにやく研究会 考案

超簡単! しらたきサラダ



推奨【原材料：コンニャク粉・群馬県産】

調理方法(あく抜き不要の「しらたき」の場合)

- ①しらたきをザルで軽く水洗いしてから水を切ります
- ②食べやすい長さに切ります(キッチンバサミでも可)
- ③お皿にのせてドレッシングをかけたら完成!
・キャベツの千切りやブロッコリー、カニカマなどと合わせると、さらに美味しくなります。

「あく抜き」をレンジで行う方法

- ①ザルにあけて軽く水洗い
- ②耐熱容器に入れ、しらたきが浸るくらいの水を入れる
- ③電子レンジの500ワットで5分加熱
- ④ザルにあけて軽く水洗い

※器が熱くなるので注意しましょう

この記事は群馬県利根沼田農業事務所から提供されています

へき地診療(ふれあい出張診療) 実施予定(沼田脳神経外科循環器科病院)						
問 沼田脳神経外科循環器科病院(へき地診療担当) ☎ 0278(22)5052						
地区	水 上		新 治			
診療地	大芦公民館 (坂東会館)	北部生活改善 センター	赤谷公民館	入須川分館	笠原生活改善 センター	東峰分館
診療時間	9:00~11:00	9:00~11:00	9:00~11:00	13:30~15:30	13:30~15:30	9:00~11:00
9月	4日(金)	10日(木) 24日(木)	17日(木)	2日(水) 16日(水)	9日(水) 30日(水)	18日(金)
10月	2日(金)	8日(木) 22日(木)	15日(木)	7日(水) 21日(水)	14日(水) 28日(水)	16日(金)

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。

9月

- 月曜 電動歯ブラシ
- 火曜 チョコレートのう胞
- 水曜 最近のニキビ治療
- 木曜 人生会議(アドバンスケアプランニング)
- 金曜 放射線とは何ですか?
- 土日 歯科におけるキュアとケア

9月の「直接相談タイム」

9月10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

- 新治会場 10月20日(火)
会場：みなかみ町福祉センター(新巻)
- 月夜野会場 12月15日(火)
会場：みなかみ町保健福祉センター(月夜野)

法律相談所

- 新治会場 9月11日(金)
会場：みなかみ町福祉センター(新巻)
- 月夜野会場 10月9日(金)
会場：みなかみ町保健福祉センター(月夜野)

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



9月 September

5日(土)～6日(日) ● おいで祭り
21日(祝) ● 敬老の日
22日(祝) ● 国民の休日
23日(祝) ● 秋分の日

10月 October

4日(日) ● 町長選挙・議会議員選挙
12日(祝) ● スポーツの日



茂左衛門ウルトラクイズ 開催決定

小学校高学年を対象に、先着100名で「茂左衛門ウルトラクイズ」を開催します。茂左衛門様にまつわるクイズをたくさん用意しています。すてきな景品も用意していますので、茂左衛門様について詳しく調べて、ぜひ挑戦してみてください。みなさんの参加をお待ちしています。

日時：9月23日(水・祝)

午後1時から

場所：茂左衛門地蔵尊 千日堂境内

☎ 茂左衛門地蔵尊 千日堂

0278(62)2380

**みなかみの森から
生まれたタンブラー**

みなかみ町内の森から切り出された間伐材を使用したタンブラーが、県内スターバックス27店舗で販売開始されました。

「給食」と聞くと、みなさんは何を思い浮かべますか。お気に入りのメニューや苦手だった食材、教室の風景など、それぞれに懐かしい思い出がよみがえるのではないのでしょうか。

今月号では「給食」を特集しましたが、栄養バランスはもちろんのこと、旬の食材や地場産品を意識した献立、徹底した衛生管理や細やかな工夫の数々。こどもの頃には気づくことがなかった「おいしい」の裏側には、こどもたちと地域への想いや多くの支えがありました。大人になり給食を口にする機会はなくなりましたが、今日も「おいしい」に関わるすべての方へ感謝の気持ちが募ります。

編集後記
「いっほうせんりやく便り」



にいほるこども国 栄養士おすすめ《地産地消レシピ》

かぼちゃカレー

9月が旬のかぼちゃを使い国児たちも好きなカレーにしました



材料(4人分)

1人分のエネルギー 522kcal 塩分 1.1g

鶏もも肉…… 320g	えだまめ…… 80g
酒…………… 5g	油…………… 適量
かぼちゃ…… 100g	水…………… 480ml
にんじん…… 100g	カレールー… 80g
たまねぎ…… 1個	牛乳………… 30ml

ワンポイントアドバイス

・鶏もも肉に酒、さらににんにく、しょうがを加えてもみこむと、臭み消しの効果が高まり、やわらかくなります。



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出来ます。

- ①鶏もも肉は1口大に切り、酒をもみこむ。
- ②にんじんは5mm幅のいちょう切り、玉ねぎは薄切り、かぼちゃは1cmの角切りにする。
- ③かぼちゃは耐熱皿に入れ、ラップをかけやわらかくなるまで電子レンジで加熱する。
- ④枝豆は耐熱皿に入れ、水を適量(分量外)入れる。ラップをかけ、500Wの電子レンジで2分ほど加熱する。粗熱がとれたらさやから豆を取り出す。
- ⑤鍋に油を入れ、鶏もも肉を炒める。さっと火が通ったらにんじんと玉ねぎを入れ炒める。
- ⑥たまねぎがしんなりしてきたら水を入れ、にんじんが柔らかくなるまで煮込む。
- ⑦野菜が柔らかくなったらカレールーを溶かし、③のかぼちゃ、④のえだまめ、牛乳を入れ、ひと煮立ちさせる。

納期限：9月30日(水)

- 固定資産税(第3期)
- 国民健康保険税(第3期)
- 後期高齢者保険料(第3期)



お支払いは便利な
口座振替をご利用ください。

8月1日の人口と世帯●総人口 16,316人(-29) 男 8,059人(-23) 女 8,257人(-6) 世帯数 7,854世帯(-4)
7月の出生数●男の子1人 女の子2人 計3人 ※ () 内は前月比