



広報 みなかみ

PUBLIC INFORMATION MINAKAMI

こどもたちに贈る ささやかなプレゼント

〔今月の表紙〕子育て支援センター「汽車ばっば」クリスマス会

サンタクロースに変身した阿部町長がこどもたちの健やかな成長を願いプレゼントを手渡す。

もくじ

- 町長・議会議員新年のあいさつ P 2～3
- 農業委員・農地利用最適化推進委員を募集します P 4
- 中小企業融資制度利子補助金のご案内 P 5



みなかみ町
ホームページ



みなかみ町長
阿部 賢一

あけましておめでとうございます。皆さまにおかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

さて、みなかみの自然環境と、それを抱き所としてきた人々の生活や文化は、自然と人間社会が共生する世界的なモデル地域として、2017年6月にユネスコエコパークに登録され、また2019年7月にはSDGs未来都市に選定されました。

そして2024年6月、「ユネスコエコパーク」の理念に基づき、生物多様性の損失を止め、壊れつつある自然を回復軌道に乗せ、みなかみ町の豊かな自然からもたらされる恩恵を「まもり、いかし、ひろめて」いくことを目指して「みなかみ町ネイチャープोजティブ宣言」を行いました。

利根川の源流に暮らす私たちは、豊かな自然環境と水をはじめとする森林の多様な恵みを、地域だけでなく、利根川でつながる流域全体の未来のために保全していく責務を有しています。これまで大切に守ら

れてきた自然やその人と自然の関係を健康な状態で保ち、持続可能な発展を続けるモデル地域として、これからも貢献していく必要があると考えています。

また、みなかみ町の経済活動につきまして、観光業は町の基幹産業の一つであり、「みなかみ18湯」と称される数多くの温泉地や、自然環境を活かした観光資源により、国内外の観光客の皆さまにお越しいただいています。これからの地域の魅力を国内外へ積極的に発信し、観光業の発展を通じて地域経済の活性化を図り、町民生活の向上に寄与していきたいと思っています。

加えて、2021年9月にみなかみ町・群馬銀行、オープンハウス、東京大学大学院工学系研究科の4者で締結した産官学金包括連携協定により、中山間地域における地域社会の発展と地域経済の活性化等を目的とした様々な事業を展開しています。その一つが「廃墟再生プロジェクト」であり、廃業したホテルの跡地を中心に、水上温泉街全体の活性化を目指す取り組みを進めています。2022年より開催している「廃墟再生マルシェ」などを通じて、今後も地域の事業者の方々と連携しながら、温泉街再生に向け取り組んでまいります。

もう一つの柱である農林業の振興につきまして、地域の連携による6次産業化・地産地消を推進してお

り、生産・加工・販売の機能強化や、農産物の地域内消費拡大による内部循環型経済の活性化に取り組んでいます。

林業については、森林を育む広葉樹産業化プロジェクトを進めており、手入れのされていない里山から伐採した木材を流通させることで、森林の価値を高める取り組みを行っています。また、現在建設中の月夜野小学校に伐り出された木材を使用することにより、町内産材の活用を図っています。

一方、町民の方々の生活に目を向けますと、町は誰一人取り残さない持続可能なまちづくりを目標に、地域社会の一体感を高める取り組みを進めています。高齢化が進む中、誰もが安心して暮らせるまちづくりが求められており、高齢者や障害者の生活支援や、医療サービスの充実を図るとともに、子育て世代へのサポート体制も強化し、全世代が安心して暮らせる環境を整えていくことが重要だと感じています。こともたちが夢と誇りを持って成長し、大人たちが安心して暮らせるまちを実現するため、医療・福祉・教育などの充実を図り、人々を目標としています。



みなかみ町の未来は、自然と共生し、地域資源を最大限に活用することで拓かれていくものと考えています。合併30周年の節目を迎えるにあたり、観光業の発展と農村の振興を柱に、地域経済の強化と町民生活の向上を図り、希望にそして笑顔あふれる「ふるさと・みなかみ」を一つひとつ積み上げてまいります。

結びに、本年が笑顔輝く素晴らしい一年になりますことを心からご祈念申し上げ、新年のあいさついたします。



みなかみ町議会議長
小林 洋

新年あけましておめでとうござい
ます。昨年一年間のご支援とご協力
に心より感謝申し上げます。

議会の昨年を振り返りますと、
10月臨時会において常任委員会など
の編成替えを行いました。新たな委
員会編成により、より効果的な議
論や意思決定が行われることを目指
してまいります。また、10月16日
には中学生議会が開催されました。中
学生の皆さんから、獣害の問題、介
護、子育て、高校生の通学費、伝
統文化の継承、スキー場の跡地利用
と、そのいずれも皆さんが日常生活
の中で感じている町の課題を多岐に
わたり指摘したものでした。提案や
アイデアを真摯に受け止め、町の発
展や議会活動に役立ててまいります。

さらに、12月定例会において、新
たに「みなかみ町議会継続的な交流
事業のあり方調査特別委員会」を
設置いたしました。議会では継続的
な交流事業の重要性を認識しており
ます。交流事業での意見交換や情報
共有は、より良い町づくりに欠かせ
ないものです。この特別委員会では、

町の将来を見据えて、今後の交流の
あり方について検討を重ねてまいり
ます。

今年は、みなかみ町が合併してか
ら20周年を迎える特別な年でもあ
ります。この節目の年を迎えることに、
私たちは喜びと感謝の気持ちでいっ
ぱいです。20年前、3つの町村が合
併して「みなかみ町」が誕生しまし
た。それ以来、私たちは一つの町と
して、地域の発展と皆さまの幸福を
追求するために共に歩んできました。
多くの課題や困難に立ち向かいなが
らも、町民の皆さまの結束力と努力
によって歩み続けてきました。

この20周年は、これまでの歩みを
振り返り、未来への展望を描く大切
な時期です。議会としても、節目の
年にふさわしい議会運営を目指しま
す。透明性の確保や町民参加の促進
など、議会の活動をより身近で分か
りやすくするために、積極的な取り
組みを行ってまいります。また、町
民の皆さまとのコミュニケーションを二
層強化し、議会の活動や政策の内容
を広くご理解いただけるよう努めて
まいります。

この節目の年を迎えるにあたり、
私たちは町民の皆さまと共に歩み、
未来への希望と誇りを共有し、持続
可能な町として一層輝くよう努力い
たします。町の未来を共に築いてい
くために、一致団結して頑張りまし
ょう。本年もよろしく願っています。

新年明けまして

おめでとうございます

みなかみ町議会議員

議長 小林 洋

副議長 森 健治

議員 河合 史将

江口 樹

石坂 欣也

牧田 直己

茂木 法志

星野 宗央

鈴木 美香

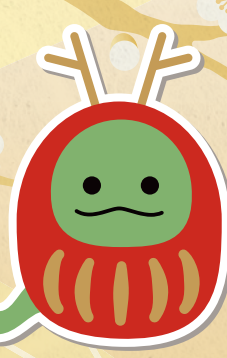
阿部 清

高橋 視朗

高橋久美子

石坂 武

高橋 市郎



農業委員・農地利用最適化推進委員を募集します

問 農業委員会事務局（農林課 農地利用係） ☎ 0278（62）3644



みなかみ町および同農業委員会では、令和7年4月19日から3年間活動していただく農業委員と農地利用最適化推進委員を募集します。

【農業委員】

農業委員は、町長が町議会の同意を得て任命します。農地法や農業委員会法等に関する業務を行うとともに、農地等の利用の最適化推進のために農地利用最適化推進委員と連携して活動します。

【農地利用最適化推進委員】

農地利用最適化推進委員は、担当区域ごとに農業委員会が委嘱します。農地等の利用の最適化推進（農地の利用集積の促進、遊休農地の発生防止・解消、新規参入の促進など）のための現場活動を農業委員と連携して行います。

●推薦・応募の方法

- ①町内の地区または全域からの推薦
→農業者3名以上が連名し、代表者が推薦書により推薦します。
- ②農業者が組織する団体その他の関係者からの推薦
→団体等の代表者が推薦書により推薦します。
- ③応募（一個人による応募）
→応募する方が応募書により応募します。
※推薦書・応募書は、農林課またはホームページからお取り寄せください。

●任期

【農業委員】

令和7年4月19日から令和10年4月18日まで

【農地利用最適化推進委員】

委嘱の日（令和7年4月19日以降）から
令和10年4月18日まで

●定数

- ・農業委員 19人
- ・農地利用最適化推進委員 25人

●推薦を受ける者・応募する者の資格

農業に関する識見を有し、農地等の利用の最適化の推進に関する事項その他の農業委員会の所掌に属する事項に関し、その職務を適切に行うことができる人で、次のいずれにも該当する方です。

- ・町内に住所を有する人を基本とします。
- ・町の附属機関等の委員でない人
- ・町の職員でない人

●募集の期間と提出先

期間：令和7年1月6日（月）から2月5日（水）まで

時間：平日（土日祝日を除く）の午前9時から午後5時まで

推薦書・応募書の提出先：

みなかみ町農業委員会事務局（農林課農地利用係）

統計調査にご協力ください（2025年農林業センサス）

問 企画課 企画調整係 ☎ 0278（62）2280



農林水産省では、令和7年2月1日現在で「2025年農林業センサス」を実施します。

●農林業センサスとは

農林業の実態を明らかにし、国や都道府県、市区町村はもちろん各方面にわたり、広く利用できる総合的な統計資料を得るための調査です。

全国の農家や林家をはじめ、すべての農林業関係者を対象に行われる『農林業の国勢調査』ともいうべきものです。皆さまのお宅や会社等に調査員が調査に伺いましたら、ご協力をお願いします。

※調査票に記入された事項については、統計以外の目的には使用されません。



中小企業融資制度利子補給金のご案内

問 観光商工課 商工振興係 0278(25)5018



町では、町内に店舗・事業所・工場等を有する会社や個人の方で、設備資金や運転資金を目的とした公的制度融資またはこれに準ずる融資制度を利用している方に利子補給を行います。

●対象

次の条件をすべて満たす法人または個人事業主

- ①町内で1年以上継続して事業を営んでいる方
- ②町小口資金・群馬県融資制度・商工貯蓄共済・政府関係融資制度を利用している方（ただし、群馬県新型コロナウイルス感染症対応資金利子補給、中小企業基盤整備機構特別利子補給助成金など、他の利子補給制度の対象となる融資は対象外。また、すでに補助対象期間分の利子補給を受給済みの融資の借換も対象外。）
- ③町税・国民健康保険税・水道料金・下水道使用料・下水道事業受益者負担金・下水道事業受益者分担金・町営住宅家賃の滞納がない方（法人については法人および代表者）

●補助対象となる期間

次の期間に借り受けた融資の令和6年中に支払った利子に対して補助します。

【設備資金】平成31年1月～令和6年12月

【設備・運転資金】令和2年1月～令和6年12月

【運転資金】令和3年1月～令和6年12月

●補助金額

- ①所定の計算式に当てはめて決定します。限度額は10万円です。
- ②2つ以上の資金を利用している方は、合計額を限度額以内で補助します。
- ③計算の結果、支払済利子金額を超えた場合は、支払済金額(10円未満切り捨て)を限度とします。

●申込方法

利子補給の交付を希望する方は、令和7年1月6日（月）～令和7年1月31日（金）の期間に次の必要書類を観光商工課へ提出してください。

●必要書類

- ①利子補給金交付申請書（融資ごとに各1部）
- ②金融機関が証明した利子支払額証明書またはこれを証する書類（令和6年分）
※日本政策金融公庫をご利用の方は「支払済額明細書」
- ③町税完納証明書（法人および代表者のもの各1部。ただし、法人代表者が町外在住の場合は個人のものは不要）
- ④町税等納付状況確認同意書
交付申請書・利子支払額証明書・納付状況確認同意書の様式は、町ホームページよりダウンロードできます。また、観光商工課、各支所住民係、商工会でも配布します。

学校給食を食べてみませんか？給食試食会を開催します

問 月夜野学校給食センター 0278(62)2219
問 新治学校給食センター 0278(64)0250

1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。給食センターでは、保護者および町民の方を対象に、学校給食の意義や役割について理解を深め、食育への関心を高めていただくため、給食試食会を開催いたします。

●日時・会場

- 1月24日（金）正午～（1時間程度）
- ・月夜野学校給食センター（月夜野80番地）
（駐車場：中学校テニスコート横の河川敷）
 - ・新治学校給食センター（東峰413番地）
（駐車場：給食センター東側駐車場）

●参加費

260円／1人（当日お支払いいただきます）
※小学生の分量となります。

●申し込み

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、連絡先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。
その場合、それぞれの方の連絡先をお伺いいたします。

●受付日時・定員

1月14日（火）午前9時より
定員に達し次第締切
各給食センター20名（先着順）



給食メニュー例

胃がん【内視鏡】検診の終了期限が近づいています

問 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2か月となりました。検診終了期限間際は混雑するため、早めの予約をおすすめします。検診を受けるには受診票が必要ですが、申請は役場本庁窓口のほか、電話や二次元コードでも行えます。申請をして受診票がお手元にある方は早めに予約をしましょう。

また、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。

●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、電話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7年2月28日(金)まで

●対象者 (年齢は令和7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。

令和7年度 学童クラブ入会児童を募集します

問 子育て健康課 子育て支援係 ☎ 0278 (25) 5009

学童クラブでは、令和7年度入会児童の募集を行います。学童クラブは、放課後や夏休みなど、保護者が就労等により不在となっている家庭の小学生を対象に、適切な遊びおよび生活の場を与えて、その健全な育成を図るために設置されています。

学童クラブにより、開設日などが違いますので詳細は各クラブまでお問い合わせください。

なお、月夜野地区については、古馬牧小学校および月夜野北小学校の児童は月夜野わんぱくクラブ、桃野小学校の児童は月夜野第2学童クラブへお申し込みください。

学童クラブ名	電話番号	受付時間
月夜野わんぱくクラブ 住所 月夜野456-1	0278 (62) 3953	午後1時～午後6時30分
月夜野第2学童クラブまっち 住所 月夜野3273-2	080 (3027) 9582	午後1時～午後6時
新治学童クラブ 住所 新巻144-2	0278 (64) 0840	午後1時30分～午後6時
わかくりキッズクラブ 住所 湯原985	0278 (72) 4120	午後1時～午後6時30分

●申し込み方法

各学童クラブで配布する申込用紙に必要事項を記入し、希望するクラブに直接提出してください。

●申し込み期限

令和7年1月31日(金)



まちの話題

= TOWN TOPICS =



台南市との活発な交流とインバウンド獲得に向けて

台湾・台南市でみなかみ町の観光をPR

11/15 ~ 18

みなかみ町と友好協定を締結している台湾台南市の複合型コンベンションセンター「大台南会展中心」において、2024 大台南国際旅展が開催され、初日の開幕式に阿部町長が出席しました。

このイベントでは、県内16事業者が旅行商品や地場産品の紹介を行い、みなかみ町からは「法師温泉長寿館」「あらたしみなかみ」「ホテルサンバード」「みなかみ町観光協会」が出展しました。期間中には約14万人が来場し、インバウンド獲得に向け、熱烈的なPRが展開されました。



▲式典で台南市とみなかみ町の取り組みに触れる蔡承鴻理事長



▲みなかみ町のブース



▲来場者にみなかみ町をPR



▲蔡理事長と阿部町長



▲黃市長と阿部町長

式典では、台南市旅行商業同業公会の蔡承鴻理事長が台南市とみなかみ町の取り組みに触れ「みなかみ町は10年以上も台南市を支持してくれており、今年は若い人材まで送ってくれた。」と感謝を述べられました。

今回、特別な取り組みとして、みなかみ町観光協会の村上貴哉さんが旅行展の準備を兼ねて、台南市旅行商業同業公会へ派遣され、一段と友好を深めることができた証となりました。



自然の回復を目指す「ネイチャーポジティブ」の取り組み

「ネイチャーポジティブチャレンジ! かいぼりイベント」を開催しました

11/10

みなかみ町内の小中学生を中心に、里山とため池の文化や生物多様性の価値を学ぶとともに、ため池の水を抜きながら外来種を駆除し、生物多様性を回復させる「かいぼり」イベントを権現ため池で実施しました。

このイベントは、地元の協力のもと行われ、参加者は外来種であるアメリカザリガニを捕獲するとともに、クロゲンゴロウやヒメミズカマキリといった貴重な固有種を保護しました。



▲水を抜いた池で記念撮影



▲池に入って生物を探す



▲事前学習



▲この生き物なんだろう?



▲ザリガニ捕れた!

みなかみ町では、三菱地所株式会社・公益社団法人日本自然保護協会との連携協定を通じて、生物多様性の損失に歯止めをかけ、自然の回復を目指す「ネイチャーポジティブ」社会の実現に取り組んでいます。

今回のイベントもその取り組みの一環として行われ、地域の自然と生態系の価値を次世代へ伝える貴重な機会となりました。今後も地域の皆さまと協力しながら、生物多様性の保全と持続可能な社会の実現を目指してまいります。



写真で見る

まちの話題

= TOWN TOPICS =



神輿渡御で地域を盛り上げる

坂東太郎源流祭の収益を寄附

11/29

県内外の神輿の団体、14 団体が参加した坂東太郎源流祭が令和 6 年 10 月 27 日に矢瀬親水公園にて開催され、盛大な神輿渡御が行われました。利根沼田神輿愛好会より同日に行われたバザー等での収益の一部を町へ寄附していただきました。

同愛好会では、関東各地の神輿愛好会と神輿渡御を通じて友好を深め、利根沼田地域の各祭りに参加し、神輿で地域を盛り上げる活動を行っています。



▲渋谷秀明さん（左）、阿部町長（中）、笛木昌昭さん（右）



アーティスト活動55周年

テリー斎藤さんコンサート協賛金を寄附

11/28

アーティスト活動 55 周年を迎えるサックス奏者のテリー斎藤さんが今年で 14 回目となる「愛のチャリティーコンサート」の協賛金 2 万 5 千円を町へ寄附していただきました。

テリー斎藤さんは「昨年より多いお客さまにお越しいただき、コンサートを開催することができました。今後もこの活動を続けていきたいです。」と語っていただきました。



▲テリー斎藤さん（左）、阿部町長（右）



28年目を迎える社会貢献活動

関工務所手作りベンチを町へ寄贈

12/5

株式会社関工務所（川場村）より、木製ベンチ 7 台を寄贈していただきました。利根沼田地域の市町村や学校にベンチを寄贈する同社のこの活動は今年で 28 年目を迎えます。

同社と協力業者の会である清和会の職人によって丹念に手作りされた温かみのあるベンチは大変好評であり、町内施設等に設置し、毎年有効に活用させていただいております。



▲左から関真一さん、関敏孝さん、木下康彦さん、阿部町長



定期監査や決算審査など重要な職務を担う

監査委員に高橋道明さんを選任

12/10

高橋道明さんが 12 月の議会定例会において、議会の同意を得て、12 月 10 日付けで監査委員に選任されました。任期は 4 年です。

監査委員は、町の財務に関する事務の執行および町の経営に係る事業の管理について公正不偏の立場から監査を行う独立した執行機関です。毎月行われる「例月出納検査」等のほかに「請求又は要求による監査」も行います。



▲阿部町長から選任書を受け取る高橋道明さん



まちの話題

= TOWN TOPICS =



美しい里山景観の実現へ

遊休農地で桐植樹祭を開催 11/30

桐製品専門店「桐匠根津」主催による桐苗の植樹祭が行われ、町内の遊休農地に計 72 本の特用林産物である桐苗が植えられました。地元住民、県内外からの参加者のほか、桐の本場である福島県会津地方の高校生など総勢 45 名が参加しました。この取り組みは、遊休農地対策や自然環境保全に寄与し、地域の持続可能な発展を目指しています。将来には桐の花が咲く美しい景観が楽しめることでしょう。



▲植樹祭に参加した方々



子育て支援センター「汽車ぽっぽ」

親子で楽しむクリスマス会を開催 12/19

子育て支援センター「汽車ぽっぽ」でクリスマス会が行われ、こどもたちはクリスマスを題材にした紙芝居を楽しんだほか、女声合唱団「クレッシェンド」の有志「Bell・Coro」の皆さんによるコーラスやミュージックベルなどの演奏も行われ、会場は優しい歌声と音色に包まれました。会の最後にはサンタクロースに変身した阿部町長が登場し、こどもたちと保護者へプレゼントを手渡しました。



▲演奏に聴き入るこどもたちと保護者



みんなが笑顔って素晴らしい

全国アダプテッドエアロビック大会 11/24

福島県いわき市で第 24 回全国アダプテッドエアロビック大会が開催され、「みなかみブルー」の皆さんが参加しました。この大会は、障害のある方もない方も、性別・世代を超えて誰でも参加できるエアロビック大会で、競技としての側面だけでなく、参加者同士の交流や励まし合いも魅力の一つです。みなかみブルーのメンバーは、特別賞であるファンケルスマイル社長賞を受賞しました。



▲みなかみブルーの皆さん



秋のみなかみを駆け抜ける

第18回みなかみ町駅伝大会開催 11/17

町スポーツ協会主催のみなかみ町駅伝大会が 4 年ぶりに開催され、小学生の部・一般の部・混成の部の 3 部門合計 24 チーム 120 名が参加しました。今年で 18 回目の開催となるこの大会は町の陸上クラブが中心となり、日頃の練習の成果を発揮することはもちろん、家族や仲間とのチームワークをより深いものにする目的があります。



▲勢いよくスタートする選手



地域おこし協力隊の活動

一般社団法人FLAP 元井 夏海 さん

新年あけましておめでとうございます！本年度もよろしくお願いいたします。さて、私のメイン業務である移住支援の最近の動向ですが、今年は群馬県全体で盛り上がっております。移住希望地ランキングで群馬県は全国2位まで順位を上げ、毎年東京で開催している「群馬移住&交流フェア」の来場者数は、今年357人となり、他の都道府県のフェアと比べても多い人数でした。

群馬県の中でも、みなかみ町は注目度が上がっている実感があります。今年は真剣に移住を検討している方の問い合わせも増え、FLAPで主催しているイベントを通して、年内で30組以上の新規移住検討者がみなかみ町に訪れてくれました！

最近のイベントでは、農業体験やカヌーなど自然を感じられる体験に合わせて、みなかみ町の人と交流できる場を提供しました。参加者からは「みなかみの自然と人の感じがよかった」「みなかみの人の話を聞いて、本当に移住したくなった」とご好評いただきました。実際に住んでいる方と話すことで、移住後のイメージができ、不安が解消されるそうです。ここでは書ききれないので、イベントの様子はぜひFLAPのブログからご覧ください。



▲農園民宿かかしさんにご協力いただいたお試し移住体験



▲移住相談を兼ね合わせたカヌーツアー



▲移住体験イベントの詳細はこちら

第68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

水上支部の活動（虹の谷景観整備事業）

谷川温泉地区では昨年度、「虹の谷景観整備事業」を立ち上げました。景観形成重点地区として、地域にそぐわない色調の公共建造物の塗装や立木の整備等をまちづくり協議会の応援を得て進めております。

今年度は公共駐車場に花桃を植樹しました。また区内の景勝地に植えられている桜や立木の枝打ちや

伐採を行うことで、観光地としての環境整備の一端を担うことができました。

高齢化による人手不足が加速していることは地区の大きな問題ですが、今後も伐採や植樹を交互に進め、谷川岳の秀麗な^{まないたぐら}展望できる景勝地を守り育てていきます。

まちづくり協議会水上支部 北爪 薫



▲公共建造物の塗装作業



▲立木の枝打ちと伐採



こどもの話題

= CHILDREN'S TOPICS =



こども家庭センター すくすく
0278-20-2300

●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	1/27(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	1/17(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9月生	1/15(水)	時間については個別に通知しますのでご確認ください。なお、都合の悪い場合は子育て健康課へお問い合わせください。	所 保健福祉センター
10か月児健診	令和6年3月生	1/15(水)		
12か月児健診	令和6年1月生	1/15(水)		
1歳6か月児健診	令和5年5月～8月1日生	2/18(水)		
1歳6か月児健診	令和5年8月2日～8月31日生	3/5(水)		
2歳児歯科健診	令和4年11月～令和5年1月生	3/11(水)		
2歳6か月児歯科健診	令和4年6月～7月生	2/5(水)		
3歳児健診	令和3年10月～令和4年1月生	3/5(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	1/9(水)	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
	ベビーキッズヨガ	1/16(水)	10:30～11:30	予	
	町長と語る会	1/20(月)	10:30～11:30	予	
	大きくなったかな？	1/27(月)～ 1/31(金)	10:00～12:00 13:30～16:00	予	
	ママヨガ	1/27(月)	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	10:00～12:00 13:00～15:00	予	NPO法人北風塾 きたかぜはうす
	作ってあそぼう	1/21(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 内 1/6(月)から始まります	つきよのこども園 ☎ 0278(25)8400
	おはなしの会	1/14(水)	10:15～	予 内 午前中1回のみ開催(20分程度)	
	親子製作（節分製作）	1/15(水)	10:00～	予	
	ダンスでリフレッシュ	1/22(水)	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



お知らせ

農業用免税軽油申請手続の集中受付期間が始まります

農業用機械の動力源として使用される軽油は、あらかじめ窓口で一定の申請手続を行うことで、軽油引取税（321円/L）が免除されます。詳しくはお問い合わせください。

●集中受付期間

令和7年2月3日（月）～2月20日（木）
※上記期間外においても、申請は可能です。

●申請場所

利根沼田行政県税事務所（沼田市薄根町441-2）利根沼田振興局1階

●臨時窓口

・白沢地区コミュニティセンター
保健指導室（沼田市白沢町平出135-1）2月6日（木）午前9時～午後1時

・JA利根沼田営農経済総合センター（利根郡昭和村森下2809-1）2月13日（木）午前9時～午後1時

問 利根沼田行政県税事務所

0278（22）4336

問 利根沼田農業事務所

0278（23）0188

ひとり親家庭や低所得子育て世帯のこどもの大学等や模擬試験の受験料を補助します

●対象者

申請日時点で、次のすべてに該当する世帯です。

①受験者または受験者を現に養育している者の住民登録がみなかみ町にある世帯

②児童扶養手当受給世帯相当（注1）または住民税非課税世帯

※注1 児童扶養手当受給世帯と同等の所得水準にあるひとり親家庭や祖父母等による養育者家庭も対象となります。

●対象経費および補助上限額

対象経費は、令和6年度中に支払った以下の費用（こども1人当たり上限額）です。

①大学、短期大学、専修学校（専門課程）および、高等専門学校（4年時）を受験する際に支払った受験料

高校3年生等（注2）53000円
②進学に向けて受験した模擬試験の受験料

高校3年生等…8000円
中学3年生…6000円

※注2 申請日時点で、大学等の受験資格を持つ20歳未満の方を含みます。

●申請方法等

・申請書類をみなかみ町役場子育て健康課子育て支援係へ郵送または持参してください。

・申請期限は令和7年2月28日（金）です。

・申請手続きや申請書類の詳細は、県ホームページをご覧ください。

・町へ申請書類を提出してから、県での審査を経て、入金までは最大2か月程度を予定しています。



群馬県 HP

問 子育て健康課 子育て支援係
0278（25）5009

ひとり暮らし高齢者世帯等へ「救急医療情報キット」を配布します

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「救急医療情報キット」を地元の民生児童委員やケアマネジャーを通じて配布しています。

以下のような「配布対象者」になった方へは配布が可能ですので、お問い合わせください。

●**配布対象者** 町内在住で、次のいずれかに該当する方



▲救急医療情報キット

・介護保険の要支援・要介護認定者および事業対象者の方

・重度身体障害者および療育手帳所持者の方

・65歳以上の高齢者で配布を希望される方

●**配布場所** 町民福祉課 福祉相談係（民生児童委員にも相談できます）

●**救急医療情報書き換えのお願い**

すでに救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もの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、キット配布場所で新しい用紙をお渡しします。

問 町民福祉課 福祉相談係
0278（25）8240

相談

もの忘れ相談

精神科医による認知症の相談を行います。家族のもの忘れで悩んでいる方やどこに相談したらいいか困っている方など、この機会にぜひご相談ください。

●日時 令和7年1月29日（水）午後2時～

●場所 みなかみ町役場（本庁舎）

●申込方法 会場にすることができない方向けに、訪問による相談も行っています。希望される方は申し込みの際にその旨をお伝えください。

問 申 町民福祉課 福祉相談係
0278（25）8240

募集

みなかみ町初射会弓道大会

みなかみ町弓道大会の参加者を募集します。

●日時 令和7年1月19日（日）午後1時30分～

●会場 月夜野弓道場

●競技内容 個人戦10射

●参加資格 町内在住または在勤者および弓道協会会員

●申込方法 電話による申し込み
問 申 町弓道協会 原澤
080（1114）1519

福祉のまちづくり講演会 「みななが主役の地域活動 」から始める笑顔の輪」

地域の皆さんの思う気持ちを活動につなげるために、「安心なくらしを育むおてつだい」している新潟県新発田市社会福祉協議会の事例を学びます。

●こんな方におすすめ

- ・ボランティアに興味がある方
- ・地域福祉を勉強したい方
- ・何かしたいと思っている方

●講師 川瀬 聖志氏

●日時 令和7年1月24日（金）午後1時30分～午後3時30分

●会場 町保健福祉センター2階

●定員 70名参加費無料

●申込 お電話または申し込みフォーム



▲申し込みフォーム

問 申 みなかみ町社会福祉協議会
0278（62）0081

令和7年度奨学生募集

学校教育課では、進学する意欲がありながら、経済的な理由により就学困難な方を対象に、奨学金の申込受付を開始します。

●対象者 次の①～③の全ての条件に該当する方

①町内に3年以上居住する方またはその子女

②高等学校、大学、短期大学等に在学中または入学見込みの方

③経済的理由により就学困難な方

●受付期間 令和7年2月3日（月）～2月28日（金）

●貸与金額 月額2万円

●必要書類

- ①奨学金貸与願書
- ②奨学生学業成績人物考査書
- ③在学証明書または合格通知書
- ④住民票謄本
- ⑤保護者の所得証明書

※詳細につきましては、学校教育課学校教育係までお問い合わせください。

問 申 学校教育課 学校教育係
0278（25）5024

若山牧水みなかみ紀行短歌 大会表彰式・トークショー 参加者募集

若山牧水みなかみ紀行短歌大会は、毎年全国から投稿があり、伊藤一彦氏、小島なお氏といった全国的に著名な歌人が選考委員になっています。令和7年3月2日（日）に開催される表彰式では、両氏による入賞作品講評のほか、歌人・米川千嘉子氏を交えたトークショーを行います。またとない機会ですので、作品を投稿されていない方もぜひ、お気軽にご参加ください。



申し込みフォーム



歌人
米川千嘉子
歌集「あやはべる」『雪国』が描いた夜」など。



歌人
伊藤一彦
本大会選考者。宮崎県若山牧水記念文学館館長。



歌人
小島なお
本大会選考者。18歳の時に最年少で角川短歌賞受賞。

問 申 生涯学習課 生涯学習係
0278（25）5025



みなかみ町民小中学生限定 町内7スキー場

リフト券無料キャンペーン

みなかみスノーマウンテン(みなかみ町スキー場連絡協議会)では、
町内の小中学生のみなさんに、雪遊びやウインタースポーツを体感してもらいたく、
町内7スキー場のリフト券を各1回無料とするキャンペーンを実施させていただきます。
この冬は、町内7つのスキー場をめぐって、みなかみ町の魅力を堪能してください！

参加方法

町内小中学校で配布されるスタンプカードに必要事項を記載し
すでに配布されている在籍証明書(必ず写真を貼付ください)
と併せて、各スキー場のチケットセンターにご提出ください。

※在籍証明書の提示がないと特典は受けられません。
※スタンプカード利用後は、在籍証明書の提示で町内スキー場1日リフト券が700円となります。
※詳しくは学校からの案内をご確認ください。



みなかみ町観光協会だより
FIND YOUR OASIS.

1月号



あけましておめでとうございます！今年もよろしくお願いいたします。



公会スタッフふたり並びに
公会理事のジェーンさん

**協会職員の村上くんが、
台南に約2週間派遣され、
台南との交流を深めてきました！**

台湾の最大規模の旅行博「大台南国際旅展」が11月15日から4日間の会期で
開催され、みなかみ町観光協会の村上
君が、主催である台南市旅行商業同業
公会(280の旅行会社を束ねる組織)の
事務所で、デスクを並べ一緒に旅行博
の準備に参加しました。

人とのつながりを重視する台湾の人は
快く歓迎してくれ、旅行博でも**みな
かみ町は他の自治体が参加する中好待
遇をうけ、大成功となりました。**また
今年は町民旅行も開催されます。

こちらの台南とのつながりは、
みなかみ町のローカルメディア
GENRYUさんの記事で紹介され
ています。是非チェックしてく
ださい！



村上さん：

台南市でみなかみ町が優遇されて
とても驚きました。こんな小さ
な自治体なのに、みなかみ町と台
南市が2013年に友好都市協定を
結び、町役場の阿部さんが9年間
にわたり台南に派遣され、町役場
や観光協会の方々が、人のつな
がりを大事にしてきた交流の賜物と
感じました。良い経験と勉強にな
りました。皆さんに感謝です！



公会事務所のデスクにて



旅行博でみなかみ町を
しっかりPR

国民年金からのお知らせ

**令和6年公的年金の源泉徴収票が
送付されます**

老齢年金を受給されている方には、1月中旬から下旬にかけて日本年金機構から『公的年金等の源泉徴収票』が送付されます。この源泉徴収票には、令和6年1月から12月までの1年間に支払われた年金額、源泉徴収された税額、控除の内容が記載されています。確定申告をする方は、申告手続きをする際に必要になります。

もし、1月末日までに源泉徴収票が届かない場合や紛失してしまった場合には、電話で再発行の手続きができます。基礎年金番号が確認できる書類をご用意のうえ、年金ダイヤルまたは渋川年金事務所へご連絡ください。このほか、受給者本人が、前記書類と本人確認ができる書類を持参すれば渋川年金事務所窓口でも手続きができます。

なお、非課税の年金（遺族年金、障害年金）のみを受給している方には源泉徴収票は送付されません。詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

問 ねんきんダイヤル



日本年金機構
HP

0570 (05) 1165

問 渋川年金事務所 お客様相談室
0279 (25) 1614

相談

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次のとおり巡回相談を実施します。

● **日時** 令和7年3月5日（水）午前10時～12時

● **場所** テラス沼田 4階 防災会議室 405（沼田市役所 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。なお、相談はすべて予約です。希望される方は令和7年2月7日（金）までに予約申し込みをしてください。

問 町民福祉課 障害・福祉係
0278 (25) 5011

第24号



カンファレンス優勝&国際リーグ出場決定！

現在行われている「3X3UNITED」リーグでは、現時点でのカンファレンス優勝が決定しました！プレイオフに向けて、予選残り1ラウンドとなりますが、気を抜かずラウンド優勝目指してチーム一丸で戦っていきます。

また、前回号では「3X3.EXE PREMIER」での結果から、国際リーグ「3X3.EXE SUPER PREMIER」へ出場が叶わなかったと記載しましたが、出場予定チームが欠場となり、繰り上がりでの出場が決定！2月から3月にかけてベトナム・タイ・オーストラリア・日本の4カ国にて試合が開催されます。昨シーズン海外の試合では良い結果が残せなかったのですが、今年は強豪チーム勢と張り合えるような粘り強いゲームを目指していきます。引き続き応援をよろしく願います。



試合結果

3X3 日本選手権 群馬県予選

■開催日：11/17
■開催場所：群馬体育館
GAME① | WIN 21-6
インテル群馬 B

GAME② | WIN 21-12
インテル群馬 A

優勝

3X3UNITED EAST AREA ROUND.4

■開催日：11/24
■開催場所：山吹ほたるパーク（長野）
GAME① | LOSE 17-22
SBB

GAME② | WIN 21-11
MINAMI SHINSHU NEXUS

SEMIFINAL | WIN 21-15
SAKURA FUNABASHI

FINAL | LOSE 18-21
SBB

準優勝



3x3UNITED 現在の順位

POS	チーム	UNITED POINT
1	MINAKAMI TOWN	510
2	ALEST AGED	430
3	SAKURAFUNABASHI	355
4	SHINSHU MATSUMOTO DYNABLACKS	349
5	南信MINEXUS	243

開催決定！
ミナカミタウンスポーツフェスタ 2025 参加無料

2/8 場所／月夜野総合体育館
時間／14:00-16:00(予定)

色々なスポーツが一度に体験できる
スポーツイベントを初開催！
是非、この機会に挑戦しよう！

バスケットボール チアダンス フィジカル
新種目▶▶▶ 空手 体操

動画更新中／

選手の日常がみれるのではありませんチェックしてみてください！



● 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

餅による窒息事故に注意しましょう

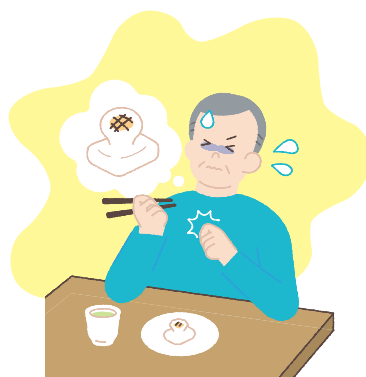
問 地域包括支援センター ☎ 0278(62)0540

1月は餅による窒息事故が増える時期です。子どもや高齢者は窒息事故のリスクが高いため特に注意が必要です。食事の時に注意すべきポイントを押さえて、安全に食事を楽しみましょう。

お餅を食べるときは

- 食べやすいように小さく切っておく。
- 食べる前にお茶や汁物を飲んで喉を潤しておく。
- よく噛んで、唾液とよく混ぜ合わせてから飲み込む。
- なるべく誰かと一緒に食べる。家族は食事の様子を見守る。
- 姿勢を正して食べる。
- 口の中に入っている分をすべて飲み込んでから、次の一口を食べる。
- 食事中的会話は控えて、食事に集中する。話をするときは口の中のものを飲み込んでからにする。

している食品は要注意。また、しらたき・糸こんにゃく、たこ、油揚げなど、弾力があって噛み切りにくいものや喉にはりついて取り除きにくいものは、窒息での重症化リスクが高い食品となっているため注意しましょう。



窒息事故件数の多い食品

餅、ご飯、飴、パン、寿司、おかゆ、リンゴ、団子、バナナなど、粘度の高い食品や水分が少なくパサパサ

1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

- ノラネコぐんだんピザをやく / 工藤ノリコ / 中
- 藤井聡太ものがたり / 文：山本省三・絵：山田花菜 / 中
- 十二支がくえん / かんべあやこ / 水
- ようかいむらのなんじゃどうぶつえん / たかいよしかず / 水
- やらなくてもいい宿題 算数バトル編 - 謎の転校生 - / 結城真一郎 / 新
- ねこのしまのなまけものの木 / 池田あきこ / 新
- ようかいむらのたのしいおしょうがつ / たかいよしかず / カ

新着一般図書

- 禁忌の子 / 山口末桜 / 中
- 五葉のまつり / 今村翔吾 / 中
- 架空犯 / 東野圭吾 / 水
- そういうゲーム / ヨシタケシンスケ / 水
- 虚の伽藍 / 月村了衛 / 新
- 知っておきたい75歳からの免許更新 - 高齢ドライバーの不安を解消 - / 監修：浦上克哉 / 新
- 平野レミの自炊ごはん せっかちなわたしが毎日作っている72品 / 平野レミ / 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。



お知らせ

マイナンバーカードとスマホでもっとつながる！
e-Tax！

申告書の作成は、国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」から、マイナンバーカードを読み取り、マイナンバーアプリと連携することで、給与・年金等の収入のほか、医療費控除やふるさと納税等の寄附金控除の申告に必要な情報を取得し、一括入力されるので、時間がかからず簡単に作成できます。また、医療費の領収書やふるさと納税の受領証明書などの収集・保管・入力が必要となり大変便利ですが、マイナンバーカードと連携する場合は、初回のみ事前準備が必要です。お早めの準備をお願いします。

※給与情報と連携するには、源泉徴収票がe-Taxで提出されている必要があります。

問 沼田税務署 個人課税部門
0278(22)2133



マイナンバーカード連携はこちら



確定申告はこちら

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	1月	2月
水上	大芦公民館（坂東会館） 9:00～12:30	10日(金)	7日(金)
	北部生活改善センター 9:00～12:30	9日(木) 23日(木)	6日(木) 20日(木)
新治	赤谷公民館 9:00～12:30	7日(火)	4日(火)
	入須川分館 13:30～17:00	8日(水) 22日(水)	5日(水) 19日(水)
	笠原生活改善センター 13:30～17:00	15日(水) 29日(水)	12日(水) 26日(水)
	東峰分館9:00～12:30	24日(金)	21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（国立沼田病院）

地区	診療地	開始時間	1月	2月
月夜野	小和知公民館	15:00	30日(木)	27日(木)
	大峰集荷倉庫前	13:10	21日(火)	18日(火)
水上	大芦公民館前	13:20	30日(木)	27日(木)
	北部生活改善センター前	13:30		
	原集古館前	13:50		
	栗沢公民館前	14:30		
新治	上羽場分館前	12:30	21日(火)	18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

☎ 027-234-4970

※約3分の健康講話（テープ音声）が聞けます。

1月

- 月曜 女性に多い膀胱炎
- 火曜 冬場の入浴中突然死
- 水曜 TCH（歯の接触癖）について
- 木曜 夜尿症って何歳から？
- 金曜 口腔バイオフィルム感染症
- 土日 舌痛症について

1月の「直接相談タイム」

1月9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

■月夜野会場 1月21日(火)

会場：みなかみ町保健福祉センター

■水上会場 2月18日(火)

会場：みなかみ町高齢者婦人センター

法律相談所

■月夜野会場 1月10日(金)

会場：みなかみ町保健福祉センター

■水上会場 2月14日(金)

会場：みなかみ町高齢者婦人センター

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



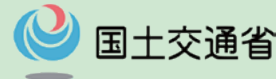
1月 January

- 1日(祝) ●元日
- 6日(月) ●官公庁仕事始め
- 12日(日) ●20歳の集い ●消防団出初式
- 13日(祝) ●成人の日

2月 February

- 11日(祝) ●建国記念の日
- 23日(祝) ●天皇誕生日
- 24日(祝) ●振替休日

道路の異状をLINEで通報 #9910



友達追加は
二次元コード
から！

簡単5ステップで通報完了！

LINEトークから
道路異状の状態・
写真・位置を通報

- 路面の汚れ
- 落下物
- 落石・土砂流入等
- ガードレール・標識等の損傷
- 路面の穴ぼこ・段差
- 動物の死骸

- 1 異状の種類を選ぶ
- 2 できごとを選ぶ
- 3 写真を送る
- 4 道路の種類を選ぶ
- 5 位置情報を送る

- ・みなかみ町および群馬県等が管理する道路も対象となります。
- ・事故防止のため、運転中の携帯電話の操作はお止めください。
- ・引き続き、電話による通報も受け付けています。全国共通#9910(24時間受付・無料)
- ・みなかみ町等が管理する道路について、夜間・土日・祝日は早急に対応できない場合があります。
- ・道路以外の通報や、私道など私有地の通報は対象外です。
- ・事故情報は、警察(110番)へ連絡してください。

スポーツ大会 結果報告

11/10 秋季テニス大会



【男子ダブルス】

- 👑 優勝
阿部水樹・大関一久
- 👑 準優勝
清水愁平・倉沢寛一
- 👑 第3位
高橋明雄・黒田祐一郎

【女子ダブルス】

- 👑 優勝
山下久美子・田村三和子
- 👑 準優勝
高橋雪子・石坂真砂子
- 👑 第3位
石坂郁美



お正月のお餅をアレンジ！

お好みの具材でおいしい！

美味しい創作レシピ

餅ピザ・2種



作り方

- ①餅は、半分の厚さに切る。アボカドは1cm角に切る。舞茸は、小さく裂く。大葉は千切りにする。
- ②Aを合わせて、ピザソースを作る。
- ③切った餅4枚の断面に②を塗り、ツナ缶、アボカド、コーン缶をのせる。ピザ用チーズを散らし、乾燥バジルをふる。
- ④Bを混ぜ、残りの餅4枚に塗り、舞茸、しらす干し、大葉をのせ、ピザ用チーズを散らす。
- ⑤天板に並べ、オーブントースターで焼き目がつくまで8～10分焼く。



材料(4人分)

1人分のエネルギー	183 kcal	塩分	0.5 g
餅	4個 (200g)		
ツナ缶	1/2缶 (35g)		
アボカド	1/6個 (20g)		
コーン缶	15g		
ケチャップ	大さじ2/3 (12g)		
おろしにんにく	小さじ1/2 (3g)		
黒こしょう	少々		
乾燥バジル	少々		
しらす干し	10g		
舞茸	20g		
大葉	2枚		
マヨネーズ	大さじ1/2 (7g)		
しょうゆ	小さじ1/3 (2g)		
ピザ用チーズ	20g		

ワンポイントアドバイス

のせる具は、ベーコン、ウインナー、明太子、玉ねぎ、ピーマン等、自由にアレンジしてください。



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。

納期限：1月31日(金)

- 町県民税(第4期)
- 国民健康保険税(第7期)
- 後期高齢者保険料(第7期)



お支払いは便利な
口座振替をご利用ください。

12月1日の人口と世帯●総人口 16,986人(-29) 男 8,351人(-11) 女 8,635人(-18) 世帯数 7,945世帯(-7)

11月の出生数●男の子 6人 女の子 1人 計 7人

※ () 内は前月比