

催し物

民話と紙芝居の家20周年記念 第2回みなかみ民話祭開催

NPO法人にはるこども文化塾主催のイベント「みなかみ民話祭」が開催されます。

■日時▽12月12日（日）正午開演

■会場▽でんでこ座三国館（まんてん星の湯敷地内）

■問い合わせ先

民話と紙芝居の家

☎0278（66）1874

お知らせ

税務署から重要なお知らせ

【確定申告の準備・方法は、動画でチェック、お早めに】

確定申告には、ご自宅からパソコン・スマホでご利用いただけるe-Taxが便利です。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、マイナンバーカードとICカードリーダーまたはマイナンバーカード対応のスマートフォンを利用して、e-Taxで申告書を提出できます。さらに、令和3年分（令和4年1月

以降）からは、ICカードリーダーがなくてもパソコンの画面に表示された2次元バーコードを読み取れば、マイナンバーカードを使ってe-Taxで送信できるようになります。

また、スマホ申告ではスマホ専用画面の対象範囲が拡大されるとともに、スマホのカメラで給与所得の源泉徴収票を撮影すると、金額や支払者情報などが自動で入力されるようになります。

国税庁ホームページでは、「確定申告書等作成コーナー」を利用した入力方法などの動画をご案内しておりますので、ぜひご自宅からe-Taxをご利用ください。

【譲渡所得・相続税・贈与税の相談には事前予約が必要です】

沼田税務署には資産税担当職員が無配置のため、窓口における譲渡所得（土地や建物の売却）・相続税・贈与税のご相談は、前橋税務署の職員が相談日を設けて対応します。

そのため、事前予約されずに窓口にお越しいただいても、当日の対応はできませんので、必ず事前に業務センター前橋分室の資産税担当（☎027・226・6494）までご連絡ください。

■問い合わせ先

沼田税務署（自動音声案内）

☎0278（22）2131

国民年金からのお知らせ

加入と保険料納付について

日本に住む20歳以上60歳未満の人は、全員が国民年金に加入しなければなりません。学生も20歳になれば国民年金に加入することになります。なお、収入が一定額以下の場合には、申請して承認を受けることにより、保険料の納付が免除または猶予される制度があります。学生については学生期間中の保険料の納付が猶予される『学生納付特例制度』、学生以外の方については『免除制度』や『納付猶予制度』です。この期間は、保険料を納めた期間と同様に障害基礎年金の要件の対象となるので、万が一の事故などで障害を負った場合にも安心です。（一部免除の場合には、残りの保険料を納めないと未納と同じ扱いになります。）なお、猶予を受けた期間は老齢年金を受けるための資格期間に算入されますが、老齢基礎年金額には反映しません。年金額へ反映させるためには、10年以内に保険料を納める（追納）必要があります。

免除・猶予申請される方は役場町民福祉課で手続きをしてください。学生納付特例制度の手続きには学生証（コピー可）または在学証明書が必要となります。

国民年金基金のお知らせ

国民年金基金は、国民年金に上乗せして加入し、税制優遇を受けながら掛金を積立て、老後により充実した年金を受け取ることができ、公的な年金です。

加入方法や詳細については、全国国民年金基金群馬支部（☎0120・65・4192）へお問い合わせください。

■加入できる方▽①20歳以上60歳未満の国民年金の第1号被保険者の方（保険料を免除または猶予されている方、農業者年金に加入している方を除く）②60歳以上65歳未満の方や海外居住されている方で国民年金に任意加入されている方

■特徴

○支払った掛金の全額が社会保険料控除の対象となります。また、受け取る年金には公的年金等控除が適用されます。

○65歳から生涯受け取る終身年金が基本なので、老後の生活に備えることができます。

■問い合わせ先

渋川年金事務所 国民年金課

☎0279（22）1607

町民福祉課 医療係

☎0278（25）5010

新・防災情報配信システムの運用に向け準備を進めています

現在整備中の新・防災情報配信システム「防災Ecoみなかみ」は、令和4年2月半ばから試験運用、同年4月1日から本格運用の予定です。スマートフォンや携帯電話で町からの情報を受け取るためのアプリやメールの登録方法は、順次、広報や各戸配付でお知らせします。

また、町内18カ所に新しい屋外スピーカーを設置しました。新たなスピーカーは令和4年2月半ばから試験運用します。なお、月夜野・新治地区の防災行政無線の屋外スピーカーは来年11月まで放送されます。

■屋外スピーカー設置場所

月夜野地区▽役場本庁舎・月夜野南部体育館・旧名胡桃児童館・月夜野会館前・旧下牧公民館・カルチャーセンター

水上地区▽道の駅みなかみ水紀行館・水上中学校・水上支所職員駐車場・大穴公衆トイレ・中部生活改善センター・消防団第4分団学校下詰所
新治地区▽のぞみ館・新巻池之原地区・にいほることども園・消防団第9分団湯宿詰所・遊神館・まんでん星の湯第二駐車場

■問い合わせ先

総務課 消防・防災係

☎0278(25)5002

ドローンアカデミーみなかみ校 入須川地区内で開校

今年2月に楽天グループ株式会社と群馬県が締結した包括連携協定に基づく官民連携事業の一環として、旧新治村入須川地区内において「楽天ドローンアカデミーみなかみ校」が12月中旬に開校します。

先端技術を活用した地域課題の解決と新たな価値創造、公共施設の有効活用による地域経済の活性化など、人と自然の共生する社会の世界モデル地域である「みなかみユネスコエコパーク」で、空をテーマとした新たな取り組みが始まります。

本校が提供するコースは、趣味としてのドローン操縦を想定した「入門基礎コース」、ビジネスや業務でのドローン操縦を想定した「ビジネス応用コース」となります。

■所在地▽入須川325（奥平温泉遊神館の隣）

■コース▽入門基礎コース・ビジネス応用コース

■その他▽オンラインによる無料説明会なども定期的に開催しています。詳しくは公式ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先

総合戦略課 企画政策係

☎0278(25)5032



地域包括支援センターからのお知らせ

冬のかくれ脱水に気をつけましょう

■問い合わせ先 地域包括支援センター ☎0278(62)0540

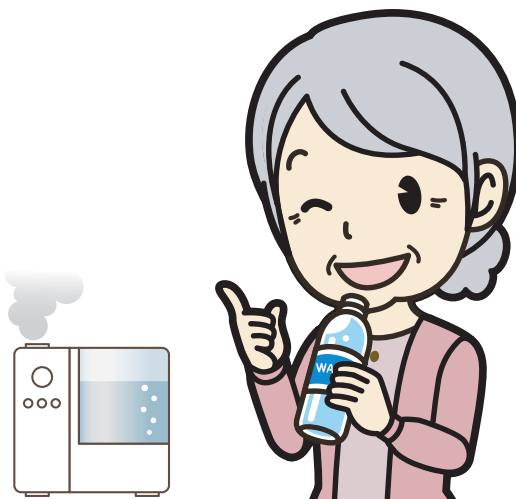
夏によく耳にする脱水症状ですが、実は冬でも注意が必要です。冬は空気が乾燥し、暖房器具の使用によりさらに湿度が下がります。汗をかかなくても、皮膚や粘膜、呼吸などからも水分は失われます。冬は夏と比べてのどが渇きにくく、水を飲む回数が少なくなりがちなので意識的に水分補給をしましょう。

①冬の脱水を防ぐには

- ・加湿器を使用しましょう（湿度は50～60%前後が目安）。
- ・加湿器がない場合は、濡らしたタオルなどを室内に干すのも有効です。
- ・のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう。
- ・寝る前や起きた時にはコップ1杯の水を飲みましょう。

②脱水症状のサイン ～気づいたら水分補給を～

- ・手先などの皮膚がカサカサする。
- ・口の中が粘る。
- ・体がだるく、やる気が出ない。
- ・めまいや立ちくらみがする。



お知らせ

ニューイヤ駅伝2022 inぐんまが開催されます

日本のトップアスリートが集結し、熱き戦いを繰り広げるニューイヤ駅伝2022 inぐんまが新春の上州路を舞台に開催されます。

全国6地区の予選を勝ち抜いた37チームが実力日本一をかけて7区間、100キロを駆け抜けます。

今大会も前回大会と同様に、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、沿道での観戦は控えさせていただきますようお願いいたします。

大会当日、コースとなる道路について、交通規制が行われますので迂回にご協力をお願いします。

■日時▽令和4年1月1日(土) 午前9時15分スタート

■その他

○大会の様子は、TBS系列28局フルネット・群馬テレビで放映されます。

○詳細は県ホームページをご確認ください。また、ニューイヤ駅伝実施本部(県スポーツ振興課)へお問い合わせください。

■問い合わせ先

県スポーツ振興課

☎027(226)2081

リフト券を特別価格で販売

児童生徒のスキー技術の向上を目的として、小中学生に限り、町内スキー場のリフト券を特別価格で販売します。

■対象者▽町内に住所を有する小学1年生から中学3年生

■購入方法▽リフト券購入時に学校から配布された在学証明書窓口へ提示

■販売額▽700円(1日券)

■購入可能期間▽各スキー場の令和3年度のオープンからクローズまで

■使用条件および注意点

○児童生徒のスキー技術の向上を目的とした取り組みであることを踏まえ、スキー場関係者や他のスキー客等に迷惑をかけないように注意してください。

○1日券を本人以外が使用することはできません。

■その他▽町内各スキー場のオープン情報は21ページをご覧ください。

また、使用済みリフト券を提示することで特典が受けられるキャンペーンを行っていますので、併せてご確認ください。

■問い合わせ先

学校教育課 学校教育係

☎0278(25)5024

シェアサイクル実証実験のアンケートにご協力ください

町では現在、交通の利便性の向上および地域の活性化を目指し、湯原地区でシェアサイクルの実証実験を行っています。

このたび、今後の事業改善および本格導入への分析・検証を行うことを目的とし、町民の皆さまにアンケートを実施します。広く意見を伺うため、シェアサイクルを利用していない方もアンケートへのご協力をお願いいたします。

回答内容はすべて統計的に処理し、調査の目的以外に使用することは一切ございません。

寄せられたご意見を積極的に取り入れたいと思いますので、ぜひ率直なご意見・ご感想をお願いします。

■回答期限▽12月31日(金)

■回答方法▽二次元

コードからアンケートにアクセスいただき、フォーム入力してください。



■問い合わせ先

総合戦略課 企画政策係

☎0278(25)5032

北朝鮮人権侵害問題 啓発週間

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

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

■問い合わせ先

沼田警察署

☎0278(22)0110

12月3日から9日は 障害者週間

障害者週間

「障害者週間」は、平成16年6月の障害者基本法の改正により、国民の間に広く障害者の福祉について関心と理解を深めるとともに、障害者が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的として、従来の「障害者の日」(12月9日)に代わるものとして設定されました。

この機会に、障害福祉に関する関心と理解を深めましょう。

■問い合わせ先

町民福祉課 障害・福祉係

☎0278(25)5011



65歳以上の方向け

おうち時間で筋力アップ運動 ～維持編～

日増しに寒くなり暖かさが恋しい季節ですが、あなたの運動時間はいかがですか？食欲の秋に負けそうになっている人はいないでしょうか。美味しくてつい食べ過ぎてしまった時こそ、こたつの誘惑に負けずからだを動かさるといいですね。

多くの高齢者が「フレイル」という状態を経て徐々に介護が必要な状態になるといわれています。年齢とともに筋力や運動能力が落ちるだけでなく、認知面や社会とのつながりが弱くなるのが特徴で、健康で長生きするコツはこの「フレイル」予防にあります。そして、足腰を鍛えることが予防の第一歩です。

10月号から、高齢の方向けにおうちで行う体操を紹介してきましたが、少しでも皆さんのお役に立てたでしょうか。これからも運動時間の維持を忘れずに、筋力アップに心がけ、いつまでも「フレイル」と縁のない生活を送りましょう。（※町民福祉課では、1月からの運動教室参加者を募集しますので、ふるってお申し込みください。）

■座って腹筋

背もたれに寄りかかりながら座っている状態で足を揃えて持ち上げる
【バージョンアップポイント！】慣れてきたら背もたれを使わず行いましょう。



■逆スクワット

イスに座っている状態から少しだけお尻を持ちあげる→そのまま2秒キープ→ゆっくりと戻す
【バージョンアップポイント！】キープ時間を徐々に延ばしてみましょう。



筋トレ実施の際の 注意点

- 息は止めずに行う
- 毎日コツコツと行う
- 慣れてきたら回数を増やす
- 無理をしない
- 体調に合わせて行う

■問い合わせ先
町民福祉課 高齢介護係
☎0278(62)2280

お知らせ

固定資産税の非課税申告は 1月31日までに

地方税法および町税条例で定める固定資産税の非課税適用を受けようとする場合には、申告が必要です。申告をしなければ非課税の適用を受けることはできません。

また、非課税の適用を受けていた固定資産が、非課税の要件を満たさなくなった場合についても申告が必要です。

詳しくは税務課資産税係までお問い合わせください。

■**非課税対象**▽①宗教法人関係、②学校法人等関係、③社会福祉事業関係、④健康保険組合等関係、⑤社会医療法人関係等

■**申告方法**▽令和4年1月31日(月)までに「固定資産税の非課税規定適用申告書」または「固定資産税の非課税規定適用除外申告書」を提出してください。

なお、各申告書は町ホームページからダウンロードできます。

■お問い合わせ先

税務課 資産税係

☎0278(25)5006

償却資産の申告は 1月31日までに

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

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

令和4年1月1日現在、町内にこれらの資産を所有している方は、1月31日までに「償却資産申告書」を提出してください。

■お問い合わせ先

税務課 資産税係

☎0278(25)5006

建設工事の入札参加資格申請 【令和4・5年度分】

ぐんま電子入札共同システムによる定期申請が始まります。同システムを運用する群馬県CALS/EC市町村推進協議会は、加盟団体と同一日程で申請受付を行っています。各業務の手続き等に係る情報は、

ぐんま電子入札共同システムポータルサイトおよび町ホームページでご確認ください。

■**ぐんま電子入札共同システムによる建設工事の令和4・5年度入札参加資格申請日程**▽令和4年1月5日(水)～1月28日(金)



▲ポータルサイト



▲町ホームページ

■お問い合わせ先

総合戦略課 財政・契約係

☎0278(25)5005

エレベーター設置工事に伴う 中央公民館利用中止のお知らせ

中央公民館では、利用者の利便性の向上を図るため、エレベーターとバリアフリートイレの新設工事をを行っています。これにより、すでに利用中止となっている大会議室に加え、来年1月から3月までの期間、会議室A・Bおよび公民館図書室についても利用者の安全確保のため利用を中止します。

施設を利用される皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご協力をよろしくお願いいたします。

■お問い合わせ先

生涯学習課 生涯学習係

☎0278(25)5025

募集

グリーン・ツーリズム研修会 受講生を募集します

都市農村交流としての民泊の「アフターコロナ交流事業の取り組み」と「自伐型林業」などを推進する、地域の体験指導者を養成するための講座を開催します。

■日時

1日目▽12月11日(土) 午後2時30分～午後5時30分

2日目▽12月12日(日) 午前9時～正午

■会場

1日目▽役場新治支所

2日目▽相保在住の林信一郎宅

■対象者▽グリーン・ツーリズム体験型観光に関わる方や、興味のある方など

■講師▽群馬県地域興しマイスター 北山郁人氏

■受講料▽無料

■申込期限▽12月8日(水)

■申込方法▽電話による申し込み

■お問い合わせ・申し込み先 県グリーン・ツーリズム

インストラクター連絡会

☎090(2339)5299



みなかみ町観光協会だより FIND YOUR OASIS.

「みなかみの冬 フォトコン」開催!

いよいよ冬シーズン到来! みなかみ町観光協会では、初の企画として、Instagramによるフォトコンテスト開催します。また、みなかみ町民Instagramアンバサダーも募集しています!是非この機会に、冬のみなかみ町の魅力を発信して観光を盛り上げましょう!



期 間

2021年 12月15日 から
2022年 3月15日 まで

応募方法

- ・「#みなかみの冬フォトコン」を付けて、冬のみなかみの写真をInstagramに投稿!
- ・動画でもOK!

賞 品

入選された方には、宿泊施設・飲食店で使えるみなかみハートポイント
最大50,000hpプレゼント♥
その他にも豪華賞品あり!



詳しくはこちら

みなかみ町民

Instagramアンバサダーも大募集中!

町民のみなさんと盛り上げる観光地を目指し、みなかみ町民Instagramアンバサダーを募集しています!「#みなかみアンバサダー」をつけて町の魅力を投稿してください!

先着200名に 1,000ht
プレゼント♥



みなかみノート がスタートします!

職員がブログで町の魅力を発信♪



MINAKAMI SNOW MOUNTAIN 地元に愛されるスキーエリアを目指して、お得&お役立ち情報をご紹介します!

みなかみ町内スキー場インフォメーション

「みなかみの冬をいっしょにもり上げてください!」

みなかみ町スキー場アンバサダー大募集



応募はコチラ!

町内8つのスキー場が連携してPR活動を行なっている、みなかみ町スキー場連絡協議会では、みなかみ町スキー場アンバサダーを募集します。選ばれた方は、公認アンバサダーとしてスキー場を滑っていただきPR等の協力をお願いいたします!一緒にみなかみのウインターシーズンを盛り上げましょう!

応募条件

- ・町民の方(12-2月中に移住される方も対象です。)
 - ・継続的にウインタースポーツを楽しんでいる方
 - ・みなかみ町が好きで、町内のスキー場活性化に協力したい方。
 - ・SNS(Instagram, Facebook, Twitter等)を普段使われている方
- ※その他条件・特典については、応募フォームに記載しています。ご確認ください。

応募期間・応募方法

2021年12月1日~12月15日の期間中に、QRコードよりご応募ください。
採用者には、12月18日までにメールにてご連絡いたします。

リフト券町民割

チケット売り場にて、住所の確認
できる身分証をご提示下さい。
※他割引券等との併用はできません。

ノルン水上スキー場

1日券大人 **3,900円**

オープン: 12月20日

ホワイトバレースキー場

大人1日券 **3,000円**

オープン: 12月下旬

天神平スキー場

各種チケット価格から
500円引き

オープン: 12月1日

奥利根スノーパーク

大人1日券 **3,500円**

オープン: 12月18日

宝台樹スキー場

1日券大人 **3,600円**
シニア **3,200円**

オープン: 12月11日

藤原スキー場

1日券 **50%オフ**

オープン: 12月25日

水上高原スキーリゾート

大人一日券 **3,300円**
シニア一日券 **2,700円**

オープン: 12月18日

赤沢スキー場

大人1日券 **2,200円**

オープン: 12月25日

★町内小中学生は、学校で申請すれば1日券700円、
シーズン券を20,000円で購入可能です!

詳しくは小中学校からの案内をご確認ください。

募 集

令和3年度 第7回緑化講座

群馬県緑化センターでは、ご家庭での緑化を推進するため緑化講座を開催しています。

今回のテーマは「ブルーベリーの品種選びのポイントと育て方」です。園芸研究家の住谷節子先生を講師にお迎えして、品種選びのポイントと併せておいしい実をならせるための栽培方法などを解説していただき、育て方の基礎知識を学んでいただきます。

■日時▽令和4年1月6日(木) 午前10時～正午

■会場▽群馬県緑化センター(邑楽郡邑楽町中野3924・1)

■定員▽先着16名

■受講料▽無料

■申込方法▽電話(申込受付は12月20日午前8時30分から開始)

■その他▽この他にも、毎週木曜日の午前10時から午後3時まで「緑の相談室」を開設して、専門の相談員が庭木や花の作り方、管理の仕方などの相談に応じていますので、ぜひご利用ください。

■問い合わせ・申し込み先

群馬県緑化センター

☎0276(88)7188

雪かきボランティア募集

町社会福祉協議会では、高齢者のみの世帯を中心に、玄関回りの除雪作業を行っていただけるボランティアを随時募集しています。

■活動期間▽12月1日(水)～令和4年3月31日(木)

■問い合わせ先

町社会福祉協議会

☎0278(62)0081

✉fukushi@minakamishakyo.jp

町営住宅入居者募集

町営住宅の入居者を募集しています。お申し込みから入居までは、資格審査や書類提出等のため約3週間から1カ月程度の時間を要します。

■募集団地

■月夜野地区▽矢瀬団地、第2矢瀬団地、第3矢瀬団地、上河原団地、上牧団地

■新治地区▽上布施団地、水上地区▽高日向団地、鹿野沢団地

※各団地の空室状況や、各部屋の間取り図などについて、町ホームページからご確認ください。



■問い合わせ・申し込み先

群馬県住宅供給公社みなかみ支所

☎0278(25)8423

図書室だより

Book Information

12月

年末年始の休室日のお知らせ

中央公民館図書室：12月27日～工事完了まで
水上・新治公民館図書室：12月27日～1月3日

◆カルチャーセンター児童図書館からのお知らせ

- ・カルチャーセンター玄関前にブックポストを設置しています。夜間や休室日で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は破損の恐れがありますので、返却の際はブックポストを使用せず、図書室の窓口までお願いします。
- ・児童図書室の本やDVDは、スマートフォンなどから検索や予約ができます。詳しくは、カルチャーセンターまでお問い合わせください。

◆利用できるサービス

各図書室は通常通り開室しています。新型コロナウイルスの感染状況によっては変更になる場合もありますので、各図書室または町ホームページでご確認ください。

◆利用にあたってのお願い

- ・手洗い、手指消毒、咳エチケットなど感染予防にご協力ください。
- ・発熱など体調に不安のある方は利用をお控えください。
- ・来室時はマスクの着用をお願いします。

◆新着一般書

輝山／澤田瞳子／**中**
砂に埋もれる犬／桐野夏生／**中**
嗟う淑女二人／中山七里／**水**
透明な螺旋／東野圭吾／**水**
民王／池井戸潤／**新**
播磨国妖綺譚／上田早夕里／**新**
世界のグルメ図鑑／地球の歩き方編集室／**力**

◆新着児童書

サンタクロースの冬やすみ／マウリ・クナス／**中**
ピッキのクリスマス／小西英子／**中**
スパゲッティのうた／ぺこみそ／**水**
へっへっへくしょん／たあ先生／**水**
はにわくん／まつながもえ／**新**
おかたづけできるかな？／コン／ユキミ／**新**
カピバラのだるまさんがころんだ／柴田ケイコ／**力**

中 中央公民館図書室 ☎62-2275
※12月11日は臨時休室

水 水上公民館図書室 ☎72-3707

新 新治公民館図書室 ☎64-0111

開室時間 午前9時～午後5時(正午～午後1時まで休室)

休室日 毎週月曜および祝日

力 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

巡回児童相談

中央児童相談所では、18歳未満の方を対象に出張相談「巡回児童相談」を実施します。

■日時▽令和4年2月10日（木）午前10時～午後3時

■場所▽利根沼田保健福祉事務所（沼田市薄根町4412）

■相談内容▽言葉や発達の遅れに関する相談・療育手帳や特別児童扶養手当の判定診断など、子どもに関する相談

■申込方法▽相談はすべて予約制です。希望者は令和4年1月7日（金）までに予約申し込みをしてください。

■その他▽希望者が多い場合や希望時間が集中する場合には、ご希望に添えない可能性があります。また、相談内容によっては中央児童相談所北部支所をご案内する場合もありますので、ご了承ください。

■問い合わせ・申し込み先

町民福祉課 障害・福祉係
☎0278（25）5011

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 12月21日（火）
会場：町保健福祉センター2階
- 水上会場 1月18日（火）
会場：社会福祉協議会水上支所

法律相談所

- 新治会場 12月10日（金）
会場：のぞみ館 相談室
- 月夜野会場 1月14日（金）
会場：町保健福祉センター2階

相談は予約制で先着順です。
時間は午後1時30分～4時まで。

●問い合わせ先 ☎(62)0081●

巡回診療車運行予定（国立沼田病院）

地区	診療地	開始時間	12月	1月
月夜野	小和知公民館前	15:20	23日（木）	27日（木）
	大峰集荷倉庫前	13:20	21日（火）	18日（火）
水上	大芦公民館前	13:20	23日（木）	27日（木）
	北部生活改善センター前	13:40		
	原集古館前	14:10		
	栗沢公民館前	14:50		
新治	上羽場分館前	12:30	21日（火）	18日（火）
	茅原高齢者会館前	13:50		
	入須川分館前	14:30		

■問い合わせ先

独立行政法人国立病院機構沼田病院 ☎(23)2181

群馬県保険医協会 24時間健康テレホンサービス

☎027-234-4970

※約3分の健康講話（テープ音声）が聞けます。

12月

- 月曜 マウスピースによる^し歯科矯正
- 火曜 ^て手荒れと^て手湿疹
- 水曜 ^{くち}口呼吸にご注意
- 木曜 ^{じやくねん}若年性更年期障害
- 金曜 ^{ようつう}腰痛への新しいアプローチ
- 土日 ^{ふゆ}冬場の入浴中突然死

12月の「直接相談タイム」

- 12月8日（水） 歯科
- 受付時間帯 午後7時30分～午後9時
- ◎上記時間帯は専門医が直接相談に応じます。

へき地診療（ふれあい出張診療）実施予定 （沼田脳神経外科病院）

地区	診療地・診療時間	12月	1月
水上	大芦公民館（坂東会館） 9:00～12:30	3日（金）	7日（金）
	北部生活改善センター 9:00～12:30	7日（火） 21日（火）	11日（火） 25日（火）
新治	赤谷公民館 9:00～12:30	14日（火）	18日（火）
	入須川分館 13:30～17:00	7日（火） 21日（火）	11日（火） 25日（火）
	笠原生活改善センター 9:00～12:30	1日（水） 15日（水）	12日（水） 19日（水）
	東峰分館 9:00～12:30	10日（金）	14日（金）

■問い合わせ先

沼田脳神経外科循環器科病院
（へき地診療担当） ☎(22)5052