

人と町を結ぶ情報紙

広報

しもにた

3月

2025 年

No827

春を満喫『あぶだ福寿草の里』開園中

中小坂蛇田地区の『あぶだ福寿草の里』は3月23日（日）まで開園予定

下仁田町公式 SNS について

町の話や取り組みを、できるだけ身近に感じていただけるよう情報発信しています。

●下仁田町
公式Facebookページ
<https://www.facebook.com/shimonitamachi>



●下仁田町
公式X(旧Twitter)アカウント
https://twitter.com/shimonita_town
アカウント名:
@shimonita_town



●下仁田町
LINEアカウント
@shimonita



電子申請について

インターネット上で町の手続きの一部が申請できます。

●URL
<https://www.town.shimonita.lg.jp/m06/m06/m20/index.html>



「下仁田町応援商品券を交付いたします」 4月1日から利用スタート！

国からの物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用し、「下仁田町応援商品券」を町民一人につき1万円分交付します。商品券の内訳は、小規模店舗券7千円分、共通券3千円分となります。

なお、対象者は令和7年2月1日を基準日としていますので、基準日以降に転入等した方は対象外となります。

●配布期間

3月中旬から郵便局より簡易書留にて順次配達いたします。不在等の場合は配布が4月以降になる場合がございます。

●利用期間

4月1日（火）～
7月31日（木）まで

●利用可能店舗

利用可能店舗は、2月10日現在143店舗で、商品券に同封する店舗一覧でご確認ください。町HPでも随時更新しています。また、利用可能店舗にはポスターが掲示されます。

●その他

・簡易書留の宛名は世帯主宛

になります。世帯主宛の封筒の中に世帯員（個人）毎の商品券が同封されています。

・商品券が届きましたら必ず世帯員（個人）毎にあるか及び枚数を確認してください。

・商品券を紛失、破損した場合、いかなる場合も再交付はしません。また、換金できません。

・受け取りができず、郵送物が役場に帰ってきた場合は、商工観光課窓口にて申請書を提出することで受け取ることができます。現住所を証明できる本人確認書類を持って申請してください。

・その他、ご不明の点は左記までお問合せください。

●問い合わせ先

商工観光課商工観光係
☎64-8805



▲小規模店舗券



▲共通券

町指定ごみ袋【燃えないごみ専用袋サイズ（小）】の販売開始について

3月から新たに燃えないごみ専用袋サイズ（小）の販売を始めます。
価格は1袋10枚入りで250円（税込み）です。町指定ごみ袋の取扱店でご購入ください。

燃えないゴミ専用袋の規格等

規 格	価格（税込み）	1袋の枚数	容量	入れられるゴミ
サイズ（大）	360円	10枚入	45リットル	資源ゴミを除く金属・ガラス・硬いプラスチック・小型家電・陶器など
サイズ（小）	250円	10枚入	30リットル	

●問い合わせ先 保健課環境係 ☎82-5490

こんなときは必ず**14日以内**に届け出を！

国民健康保険
からのお知らせ

●加入・離脱の届け出を忘れずに！

職場の医療保険（健康保険や共済組合など）に加入していない人は、国民健康保険（国保）に加入しなければなりません。転入や転出、退職・就職などによる国保の加入・離脱には届け出が必要です。

●届け出が遅れると…

加入の届出が遅れると、資格情報のお知らせまたは資格確認書がない間の医療費は全額自己負担となります。

また、離脱の届出が遅れると本来納める必要のない国保税が課税されてしまう場合がありますので、**忘れずに届出をお願い**します。

※紛失などで資格情報のお知らせまたは資格確認書の再交付を希望する場合は、公的機関が発行した、**顔写真貼付の本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証など）**をお持ちください。

また、外国人住民の方は右記のもの以外に在留カードを併せてお持ちください。

●問い合わせ先

福祉課国保係

☎64-8801

住民税務課住民係

☎82-2112

こんなとき		手続きに必要なもの
国保に加入する とき	他の市町村から転入してきたとき	転出証明書、(マイナンバーカード)
	職場の健康保険をやめたとき または扶養家族からはずれたとき	社会保険離脱証明書
	子どもが生まれたとき	—
国保をやめるとき	他の市町村に転出するとき	転出する人の保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書のうちいずれか一つ(マイナンバーカード)
	職場の健康保険に入ったとき または、扶養家族になったとき	国民健康保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書のうちいずれか一つ、加入した職場の保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書のうちいずれか一つ
	死亡したとき	保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書のうちいずれか一つ
その他のとき	同じ市町村内で住所が変わったとき	世帯員全員の保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書のうちいずれか一つ(マイナンバーカード)
	世帯主が変わったとき	
	世帯が分かれたときや一緒になったとき	
	氏名が変わったとき	
	修学のため別に住所を定めるとき	保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書のうちいずれか一つ、在学証明書
	保険証・資格確認書・資格情報のお知らせを紛失したり破損したりしたとき	本人確認書類、破損した保険証・資格情報のお知らせ・資格確認書のうちいずれか一つ

()で囲まれた必要書類は、お持ちの方のみ。

スクールバス運行時刻の改正について

4月1日（火）からスクールバス全路線のダイヤが改正になり、運行時刻が変更になります。

※しもにたバス（路線バス）のダイヤ改正はありません。

詳細に関しては、3月上旬に広報と共に新しい時刻表を各戸に配布いたしますのでご確認ください。

【保護者の皆様へ】

児童生徒には、学校からスクールバス利用・時刻表の変更について説明を行う予定です。今後とも、安全で快適なスクールバスの運行を心掛けます。

てまいりますので、引き続きご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

●問い合わせ先

○スクールバス
教育課学校教育係
☎67-7619

○しもにたバス
企画課地域創生係
☎64-8809

○運転管理
上信ハイヤー株式会社
下仁田営業所
☎82-2429

バス事務所
☎82-5038

転出届はマイナポータルから！

マイナンバーカードを所有している人は、マイナポータルからオンラインでも転出の届出が可能です。また、スマートフォン用電子証明書搭載サービスに対応した端末をお持ちの方は、スマートフォンのみで手続きが可能です。詳細は

しくはデジタル庁ホームページをご覧ください。

※マイナポータルを通じて転出届の提出をした後は、別途、転入先市区町村の窓口で転入届等の手続きが必要です。

●問い合わせ先

住民税務課住民係
☎82-2112



自動車やバイク等の名義変更・住所変更・抹消登録は3月31日までに！

自動車税（種別割）及び軽自動車税（種別割）は、毎年4月1日現在で車検証上の所有者に課税されます。

自動車やバイク等を下取りに出したり、廃車したとき、住所・氏名を変更したときは、必ず、下記の「手続きの問い合わせ先」で手続きをしてください。3月31日までに登録手続きをしないと、令和7年度もあなたに自動車税（種別割）や軽自動車税（種別割）が課税されることになります。

変更の手続きは、お早めに済ませてください。

●問い合わせ先

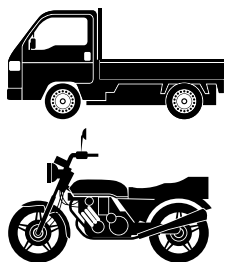
○自動車税（種別割）

群馬県富岡行政県税事務所
☎63-2245

群馬県自動車税事務所
☎027-263-4343

○軽自動車税（種別割）

住民税務課 税務係
☎82-2113（直通）



ナンバー区分	車 種	手続き先
下仁田町 ナンバー	原動機付自転車(125cc以下・ミニカー)	役場 住民税務課 税務係 ☎82-2113
	小型特殊自動車(農耕用など)	
群馬 ナンバー	2輪の軽自動車(125cc超～250cc以下)	関東運輸局 群馬運輸支局 登録関係ヘルプデスク ☎050-5540-2021
	2輪の小型自動車(250ccを超えるもの)	
	3輪・4輪の軽自動車	軽自動車検査協会 群馬事務所 コールセンター ☎050-3816-3109
	上記以外の自動車(普通自動車など)	関東運輸局 群馬運輸支局 登録関係ヘルプデスク ☎050-5540-2021

給与特別徴収対象者が退職した際の 届出について

今年度の住民税を給与天引きで納付している方が退職する場合、退職する前に給与所得者異動届出書の提出及び最後の給与から残りの税額の一括徴収が必要です。届出書の提出が遅れると、退職者本人への通知が遅れる可能性があります。

●問い合わせ先
住民税務課税務係
☎82-21113（直通）

口座振替不能通知書が廃止されます

町税・保険料の口座振替ができなかった場合に送付している口座振替不能通知書を令和7年度賦課課税分（令和7年4月）から廃止します。

計算されますのでご注意ください。

●問い合わせ先
住民税務課税務係
☎82-21113（直通）

口座振替で納付している方は、納期限の前日までに預貯金口座の残高をご確認ください。口座振替ができなかった場合の再振替は行っていませんので、納期限後20日以内に送付する督促状での納付をお願いします。

なお、口座振替ができなかった場合でも、納付されるまでの日数に応じて延滞金がかかります。

低所得世帯支援給付金（住民税非課税世帯への3万円給付）について

物価高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい令和6年度分の住民税が非課税の世帯に対し、1世帯あたり3万円を支給します。また、こども加算として、当給付金支給対象世帯主が扶養している、世帯員でありかつ18歳以下の児童1人あたりに対し2万円を支給します。

対象と思われる世帯に対し、今月中に通知を発送する予定です。

●支給対象

令和6年12月13日現在、下仁田町に住民登録があり、かつ世帯全員が令和6年度における個人住民税均等割が非課税である世帯。

ただし、住民税が課税されている方の扶養親族等のみの世帯は対象外となります。

●申請方法

①「低所得世帯支援給付金」の支給のお知らせが届いた世帯

↓原則手続き不要です。以前に給付金を受け取った口座へ振り込みます。

②「支給要件確認書」が届いた世帯

↓確認書に必要事項を記入し本人確認書類等の写しを添付の上、同封の返信用封筒で返送してください。

※指定された提出期限を過ぎると支給されません。

確認書が届かない場合

令和6年度分の住民税非課税世帯に該当するにも関わらず、3月中に通知が届かない場合は、給付金担当までお問い合わせください。

給付金を装った詐欺にご注意ください。

●問い合わせ先
福祉課福祉係
☎64-8803



町長交際費を公表します

●町長交際費とは

町政の円滑な運営を図るため、町を代表して行う個人または団体との交際に要する経費です。
「下仁田町町長交際費支出規程」の公開基準に基づき公開します。

(1月分) 令和6年度 町長交際費 (単位:円)

	支出日	支出区分	支出内容	支出金額
1	1月5日	会費	消防団消防署意見交換会	5,000
2	1月6日	会費	区長会新年会	6,000
3	1月8日	会費	上毛新聞社新年交歓会	10,440
4	1月14日	会費	下仁田南牧医療事務組合新年懇親会	7,000
5	1月16日	会費	甘楽富岡歯科医師会新年会	5,000
6	1月17日	会費	下仁田町老人クラブ連合会新年会	5,000
7	1月17日	会費	下仁田町商工会新年会	5,000
8	1月18日	会費	富岡市甘楽郡医師会新年会	5,000
9	1月22日	会費	鐺川土地改良区役員新年会	3,000
10	1月29日	会費	下仁田町民生児童委員協議会新年会	5,000
11	1月30日	会費	下仁田町森林組合新年会	6,000
12	1月分	弔慰	葬儀生花1件	5,500
1月分 計				67,940

下仁田葱「軟腐病対策」研修会を開催します

近年、高温多雨の影響による下仁田葱の軟腐病が確認されています。

軟腐病は生育不良などの原因となり、それらに向けた対策を学ぶ研修会を実施します。

町内で下仁田葱を栽培して、生育不良や栽培に困りの方はぜひご参加ください。
●日時 3月18日(火)
午後2時～

●会場 馬山生活センター
(旧馬山小学校内)

●講師 群馬県農政部西部農業事務所
担い手・園芸課 富岡地区
農業指導センター

●共催 日戸 正敏 先生

●問い合わせ先 下仁田葱の会・下仁田町
農林課 ☎64-8806

農地を「貸したい人」と「借りたい人」をつなぐ『農地活用情報バンク制度』始めます

耕作や管理をできなくなった農地情報を利用したい方へ情報提供する制度です。

この制度の目的は「遊休農地の解消」と「担い手農家の規模拡大の促進」です。

まずは、貸してもよいと思う農地をお持ちの方は、役場所定の申込用紙にて、ご登録ください。

【登録できる農地の要件】

・田または畑であり、境界が明確な農地

・農地面積が概ね5a(500㎡)以上

・車両が農地に横付けでき、農業機械が使用できる農地

※詳細はご相談ください。

●問い合わせ先

農林課(農業委員会)
☎64-8806

明るい選挙啓発ポスターコンクール 県内・全国にて入賞

下仁田小学校・中学校の児童・生徒さんの作品が、群馬県内および全国の明るい選挙啓発ポスターコンクールで入賞されました。

県内の応募総数は674点で、全国審査では応募総数99,628点から選ばれた900点が審査されて入賞が決まりました。

入賞おめでとうございます。

○群馬県入選



岩井 らん さん
(下仁田小学校6年)



岩井 ひなた さん
(下仁田中学校2年)



- 群馬県優秀賞
- 公益財団法人明るい選挙推進協会会長・都道府県選挙管理委員会連合会会長賞(連名)

あぶた福寿草の里 開園中

●開園期間

2月16日(日)～3月23日(日)

無人の場合あり。

※閉園日は、福寿草・紅梅の開花状況に応じて変更となる場合があります。

●開園時間

午前9時から午後4時まで

●協力金

大人 400円

小学生 100円

小学生未満は無料

●駐車場 無料(3か所)

※大型バス駐車場有



山際稲荷神社例大祭を開催します

●日時

○3月22日(土)

町内山車巡行

午後1時～6時

○3月23日(日)

神事(関係者のみ)

午前10時から

●会場 山際稲荷神社等

※3月23日(日)山際市を開催!
(午前9時30分～午後3時)

まで) 今年は、富岡実業高校生徒の草花やマドレーヌ販売とキッチンカー4台出店
※両日ともに小雨決行

●問い合わせ先

下仁田町観光協会

☎67-7500

令和6年度ジオパーク 学術奨励金成果報告会

今年度のジオパーク学術奨励金を活用した下仁田の自然に関する様々な研究の成果報告会を行います。ぜひ、ご参加ください。なお、報告会前には下仁田自然学校の普及講演会も予定されています。

- 日 時：3月8日（土）午後3時～4時
- 会 場：下仁田町公民館 3階大会議室
- ※自然学校普及講演会は午後1時30分～同会場にて

令和6年度 研究成果発表内容	発表者
ニホンヤマネの保全と環境教育に向けた巣箱利用率向上のための人工巣材の効果並びに人工灯火による誘引	麻布大学 塚田英晴
微古生物学的手法を用いた下仁田層の再検討	群馬大学 佐々木聡史

下仁田ジオパーク講座基礎編 第5回下仁田駅発着 下仁田まち歩き

令和6年度、全5回で開催してきましたジオパーク講座基礎編。これまで全国のジオパークについてや下仁田ジオパークの3つのストーリーについてを室内で学習してきました。最終回は、下仁田駅から青岩や諏訪神社を巡る町歩きをジオパーク認定ガイドに案内していただきながら、見慣れた景色の意外な秘密などについて学んでいただきます。最終回だけの参加もできますので、ぜひご参加ください。

- 日 時：3月16日（日）午前10時～正午
 - 集合・解散：下仁田駅
 - 申し込み先：3月9日までに下仁田町自然史館へ
 - 募集人数：10名程度
- （但、これまでの回で既に最終回にお申込みいただいた方を除く）

下仁田町自然史館
●開館時間 午前9時から午後4時30分
●休館日 毎週水曜日
●問い合わせ先 ☎70-3070

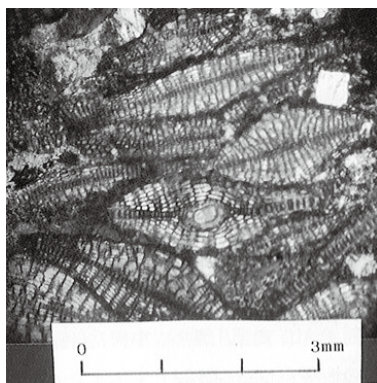


Facebookページ
「ジオパークで
下仁田を元気に」

下仁田町自然史館収蔵品 「今月の一押し♡」

下仁田町自然史館の収蔵庫に眠っている様々な標本を月代わりに蔵出しする企画「今月の一押し!」。3月は、虻田で見つかった有孔虫の化石です。有孔虫は星の砂などにも含まれるごく小さな生き物です。

虻田の化石は明治時代に下仁田の中で最も早く発見され新種として命名されたものです。自然史館見学の際はぜひご覧ください。



←有孔虫化石の
顕微鏡写真

毎月20日は 「下仁田ジオパークの日」

ジオの日美化活動を今年もスタートします。

3月のジオの日清掃は青岩公園周辺で行います。清掃終了後はミニジオ講座もありますので、ぜひご参加ください。

- 日 時 3月20日（木・祝）
午前8時から
 - 集 合 青岩公園
 - 持ち物 軍手、長靴など作業しやすい服装
- ※ゴミ袋、ゴミ挟みは用意します。



女性村「ねぎぼうずプロジェクト」(in旧西牧小学校) ～3月イベントのご案内～

3月、水ぬるむ春の訪れ。下仁田の美しい自然が日々の移ろいの中で今年もまた見事な木々草花の華を咲かせてくれることでしょう。とはいえ、獣害の被害はこのほか大きいともいわれています。人間、動物、鳥、すべての生き物の命が共存して暮らせる時代ではないことが悲しい現実です。1～2月と閉館しておりました「女性村ねぎぼうず」も春3月からさまざまな企画を皆様にお届けしたいと考えています。

3月15日には、いのししなべを囲んで、懇親会もかねたイベント開催いたします。町民の皆様、こぞってご参加くださいませ。イノシシの災害防止の知恵や方法も教えてください。お子様は参加費無料です。

◆3月8日(土) 午後1時から2時 高橋美清『尼僧による青空説法』

●費用：無料 ※事前のお申込み不要

◆3月15日(土) 午後1時から いのちゃんの里山スクール

山には山の生態系があり、森には森の生態系があります。

熊もイノシシも棲家を失った今、民家においてきて獣害を及ぼしています。

自然の理を失い、自然を制覇するのはいかがなものか、みんなで考えませんか？

詩の朗読を聞きながら、イノシシ鍋を囲んでの懇親会も行います。ぜひご参加ください。

●参加費：2,000円/人（子ども無料） ※事前のお申込み必要

◆3月29日(土) 午前10時から午後3時 鑑定士 浅野美由紀『手相鑑定』

●費用：1,000円/10分（複数人での利用については加算の可能性がありますが）

※事前のお申込み必要

◆3月29日(土) 午前11時から正午 相川厚 教授『生き生き健康講座』

●費用：無料 ※事前のお申込み不要

上記イベントは全て旧西牧小学校（下仁田町大字西野牧4641-1）内での開催となります。

※イベントは日程変更になる場合があります。お手数ですが、当協会ホームページまたはお電話にてご確認ください。

・ねぎぼうず館は土曜日・日曜日 午前10時～午後3時まで開館しております。

・フジコ・ヘミングさんのピアノを弾きたい方、部屋を使用したい方は下記へご予約ください。

●お問い合わせ・お申込み先

NPO法人 日本子守唄協会事務局

TEL 03-6458-0283 FAX 03-6458-0284 【電話受付】火・水・木・金 午前10時～午後4時

E-mail info@komoriuta.jp URL <https://www.komoriuta.jp/>

少子高齢化に救いの手

里見哲夫

昨年100歳時代を迎えまして喜んでいますが、反面少子化による人口減は深刻なものが見られます。新聞やテレビでも報道されていますが日本中の大問題です。

毎月町の広報でもお分かりと思いますが、毎月の出生数はほとんどみられません。

下仁田町も1955年(昭和30)の町村合併時には人口21,794人でしたが、現在6,000人を割ろうとしています。

学校の沿革を調べてみました結果をお知らせします。一例として西牧小学校の様子をお知らせします。西牧地域には3つの小学校が有りました。西牧小学校・西牧南小学校・西牧西小学校です。1946年(昭和21)に西牧小学校の児童数は347名、1964年(同39)の小学校と中学校が校庭・校舎交換時には133名、1982年(同57)の校舎新築(現ねぎぼうず)時には92名、2012(平成24)下仁田小学校へ統合時には36名でした。

こんな状態でした。従って廃校となった学校は、馬山小学

校・青倉小学校・小坂小学校・北小学校・東野牧小学校・西牧小学校・西牧南小学校・西牧西小学校・栗山分校・土谷沢分校・神津分校等で、現在校舎が残っているのは青倉小(自然史館)、東野牧小、西牧小(ねぎぼうず)のみです。従いまして小学校は下仁田小学校一校のみです。

中学校は下仁田東中学校と下仁田西中学校が合併して現下仁田中学校一校のみです。

ちなみに現下仁田小学校の児童数は122名・中学校は72名です。出生数が極めて少ない現状をみますと、そのうちに小学校と中学校を合わせても50名以下になってしまいます。

同時に町の人口もどんどん減少してしまっています。ちなみに県道や国道を走ってみますと、カーテンが閉まった空き家が目立ちます。もっと真剣に町民一人ひとりが将来をどうするかを考えるべきと思います。やがて小学校・中学校共に分校程度の学校となってしまいます。

そんな折り町の活性化に尽力下さっているのが東京都

出身の西館好子様です。以下のとおりです。

女性村ねぎぼうず(旧西牧小学校跡)

現在廃校となった学校で活用されていますのは、青倉小学校跡が下仁田町自然史館に、西牧小学校跡が日本子守唄協合理事長の西館好子様(町から借り受けた「女性村・ねぎぼうず」)です。

「女性村・ねぎぼうず」の展示内容・活動状況を申し上げますと、著名な画家・版画家・フジコ・ヘミングさん愛用のピアノと絵画。多田欣也さんのワンダーランド(多くの作品と収蔵物)、松永伍一資料室子守唄の部屋、大野隆司さんの版画、近藤征治さんの絵画、富岡製糸場の絵画、西牧出身の画家黛一子さんの本宿回想の絵、その絵手紙等、貴重な桐ダンス、自然の展示等もされています。現在展示中の上信電鉄のあゆみ等は今年の6月迄展示される予定です。

毎月の行事として高橋美清さんの青空説法、相川厚医師の健康教室、多田欣也さんの園芸教室、浅野美由紀さんの手相鑑定、

遊びと学びの自然教室、音楽・講演のイベント等幅広い活動が行われています。是非多くの皆さんのご来場をお待ち申し上げます。

公開日は土・日・祝日のみとなっています。町内からの方々の他、西館さんに関係深い近県の人々が沢山お見えになっています。この間は山口県から来られた方もありました。売店もあります。

西館好子様のご配慮

以上の活動に関するご尽力は、総て西館好子様の手によるものです。収集の問題、経費の総て、収納物の輸送等から土・日・祝日には東京からわざわざお出かけ下さっております。これ等総て計画実施されています。年齢は80有余歳です。失礼かと思いますが怪傑の人(ふしぎな力のある人)としか思われません。下仁田町の活性化の為に大活躍をされています。西館さんに感謝です。くれぐれも健康には充分とご留意下さい。

ねぎぼうず 立ち上げられし西館さん

町活性化に 大きな力

町の文芸

【俳句】

- 徒然に行雲流水炬達守り (馬山) 田村 久江
■ トルストイ「七つの星」の光る時 (吉崎) そらひろし
■ 弥生月花の便りがパラマに (吉崎) 山崎 照子
■ 軒下がる氷柱の丈の山の朝 (南野牧) 清水みち代

【星俳句会 令和七年一月句会】

- 小寒や亡き友の声留守電に 永井 波江 ■ 焼き芋やほっこり灯る心の灯 須藤 禮子
■ 丹精を束ね君より冬薔薇 吉田 文子 ■ 干し芋の艶は頬刺す風頼み 今井 陽子
■ 満面の笑みを残しつつ初鏡 工藤 初恵 ■ 日の光満つる出窓やシクラメン 斉藤 悦子
■ 風花舞ふ屋根に光を落しつつ 新井 笑子 ■ 変る世に変わぬ願ひ初山河 佐藤志げ子
■ 初御空嶽の大国天はほ笑みて 高田 トク

【短歌】

- 木の葉落ち水のあいだにしずみこみ魚めがけて鳥もぐるなり (西牧) 上原 一正
■ スタッフの暖に勝るや慈愛にデーに冬咲く笑顔の花か (馬山) 田村 久江
■ 青い星黄色い星に赤い星見えない星の彼方の星に (吉崎) そらひろし
■ 日あしのび少しのこともうれしくて春はそこから元気を出そう (馬山) 山中 たね
■ 岸辺張る薄氷の面日毎広くふるえる衿元マフラーぬくし (南野牧) 清水みち代

【漢詩 富岡漢詩会下仁田町雅友の会】

- 雪中看梅 柳花 高瀬正江
村園清絶雪粧晨
影冷氷肌數點春
馥郁漂香林下路
横斜映水白於銀

雪中看梅

村園 清絶 雪粧の晨

影 冷やかに氷肌 数点の春

馥郁として香を漂わす 林下の路

横斜 水に映じて銀於りも白し

【語釈】村園Ⅱ村里 いなか／清絶Ⅱ非常に清らかでこの上なく澄んでいること／雪粧晨Ⅱ雪化粧をした朝／氷肌Ⅱ冬の寒気の中に白い花を開くところから寒さの中で冴える梅の花びら梅の花を例えていう／馥郁Ⅱよい香りが漂うこと／横斜Ⅱ梅が最も美しく見える斜めに傾いた枝ぶり

【通釈】村里の朝、雪が降り積もり、あたり一面、澄みきったキラキラと光る純白な白銀の世界となつている。枝に点在した冷ややかな梅が、太陽に照らされ影を落とし、雪に映つていて、幾分か春の訪れを感じさせる。林の中に歩を進めれば、ほんのりとかわわしい梅の香りが漂い、せせらぎに映る斜めに傾いた梅の枝の蕾は、眩いばかりに、銀よりも更にキラツと煌めいている。

お知らせ版

下仁田厚生病院からの
お知らせ

乳幼児健診等のため、3月21日(金)の午後、小児科医師が不在になる時間があります。

●問い合わせ先

下仁田厚生病院
☎82-3555

役場にて献血を実施します

3月13日(木)

午前10時～11時45分／
午後1時～3時30分

●問い合わせ先

保健課保健推進係(保健センター内) ☎82-5490

公証相談

●日時 毎月第二火曜日(祝日等の場合は翌週の火曜日)

3月4日 午前10時～正午

※行政相談・心配ごと相談と同日

●場所 公民館3階

ボランティア室

●相談員 公証人

●相談できる内容

遺言・任意後見・離婚(養

育費の支払い等)・金銭貸借などの各種公正証書の作成手続に関する事
※相談は無料で、秘密も厳守されます

●問い合わせ先

総務課行政係 ☎82-2110

行政相談・心配ごと相談

●日時 毎月第二火曜日(祝日等の場合は翌週の火曜日)

3月4日 午前9時～正午

●場所 公民館3階 相談室

●相談員 行政相談員・民生委員

●相談できる内容

・国などの行政機関や公団等への苦情や意見、要望
・どこに相談してよいかかわからない苦情や困りごと
※相談は無料で、秘密も厳守されます

●問い合わせ先

総務課行政係 ☎82-2110

人権相談

「いじめ」「児童虐待」「家庭内暴力」など、日々の暮らしの中で

起こりうる悩み事の相談に応じ適切な助言を行います。どなたでも相談できますので、お気軽にお越しください。

●日時 3月21日(金)

午後1時～4時

●場所

下仁田町公民館3階
ボランティア室

●電話での相談をご希望の方は
平日の午前8時30分～午後5時15分に
☎0570-003-1110まで

3月は乾電池・体温計・
蛍光灯の収集月です

「燃えないゴミの収集日」に
収集場所に出してください。

●乾電池、体温計は中身が見える透明な袋に分けて入れ、氏名を書いて出してください。

●蛍光灯は束ねるか(束ねたものには氏名を記入)、透明な袋に入れて出してください。

●割れた蛍光灯や電球は、燃えないゴミ袋に入れて出してください。

●問い合わせ先

甘楽西部環境衛生施設組合事務局(☎64-8811)

清掃センター(☎82-3179)

令和7年4月から
建築確認手続きの
ルールが改正されます

2050年の温室効果ガスの排出量実質ゼロの実現に向けて建築基準法等が改正され、令和7年4月以降は次のとおりになります。

改正1…原則全ての建築物の新築・増改築の際、省エネ基準適合が義務化

改正2…木造2階建の戸建住宅等の建築確認手続きのルールが変更(以下①～③)

①都市計画区域外でも建築確認手続きが必要に(接道や高さ等の集団規定は引き続き不適用)

②建築確認手続きで構造・省エネ等の図書の提出が必要に

③大規模なリフォーム※でも建築確認手続きが必要に

※「壁、柱、床、梁、屋根又は階段」の一種以上について行う過半の改修等(仕上げ材のみの改修等除く)

建築物の省エネ化は、温室効果ガスの排出量抑制だけでなく、光熱費の負担軽減や、快適性等の向上につながるメリットがあります。また、令和12年には省エネ基準の引き上げが

予定されています。

今後、新築・増改築や大規模なリフォームをお考えの方は、建築士にご相談ください。

●問い合わせ先

高崎土木事務所建築係
☎027-3222-4300

富岡税務署からのお知らせ

令和7年度国税専門官採用試験

●募集概要 国税局や税務署において、税のスペシャリストとして働く国税専門官(国家公務員)を募集します。

●受験資格

- ①平成7年4月2日～平成16年4月1日生まれの者
- ②平成16年4月2日以降生まれの者で次に掲げる者
- (1)大学(短期大学を除く。以下同じ。)を卒業した者及び令和8年3月までに大学を卒業する見込みの者
- (2)人事院が(1)に掲げる者と同等の資格があると認める者

●試験区分

国税専門A(法文系)、国税専門B(理工・デジタル系)

●試験日

- 第1次試験日 5月25日(日)
第2次試験日 6月23日(月)
～7月4日(金)のいずれか第1

次試験合格通知書で指定する日時

●申込方法等

○次のアドレスへアクセスし、説明に従って入力
<https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>
○受付期間
2月20日(木)～
3月24日(月)「受信有効」
○インターネット申込みに関する問い合わせ
人事院人材局試験課
☎03-3581-5311
内線2332
午前9時～午後5時(土・日曜日及び祝日等の休日は除く。)
○右記以外の問合せ
関東信越国税局人事第二課試験係
☎048-600-3111
内線2097
午前8時30分～午後5時(土・日曜日及び祝日等の休日は除く。)



生涯学習講座

3・11東日本大震災の経験から学ぶ防災講座

- 日時 3月25日(火)午後2時～4時(予定)
●場所 役場2階201会議室
●講師 やまもと語りべの会

井上剛さん

(宮城県山元町立中浜小学校元校長／下仁田町出身)

東日本大震災で大きな被害を受けた宮城県山元町立中浜小学校で当時校長だった井上さんの震災経験の講話をとおして、防災意識をたかめませんか?

●申込先 教育課生涯学習係

(☎82-2115)

二次元バーコードからもお申込みいただけます。



申し込みはこちら

消防署からのお願い

春季全国火災予防運動が3月1日から7日まで行われます。地震の揺れに伴う電気機器からの出火や停電が復旧した時に発生する火災を防ぐため、感震ブレーカーが効果的です。

感震ブレーカーは、地震を感じ、自動でブレーカーを落として電気を止めます。感震ブレーカーを設置して、電気火災から「家」・「地域」を守りましょう。
※記載用感震ブレーカーパンフレットURL
<https://fdto-ka.sakura.ne.jp/kansinbure-ka.pdf>



消防署からのお知らせ

消防署では「住宅用火災警報器」の出張取り付け支援を行います。住宅用火災警報器は、火災の煙をいち早く感知し音で火災発生を知らせ、初期消火や安全な避難が可能になります。取り付けを考えているが、自分では取り付けられない、頼める人がいないという世帯に消防職員が出張し取り付けいたします。

●対象世帯

取り付けが困難な人のみの世帯

●申込期間

3月1日から31日まで

●申込方法

消防本部までお電話ください。
☎62-4325

※申込時に取り付け日時を調整させていただきます。

●その他

住宅用火災警報器(電池式の物に限る)は、ご自身で用意してください。消防署では取り付け費用は頂きません。(無料)
毎月10日は「ぐんま住警器の日」です。月に一度、住宅用火災警報器の点検や管理を心掛けてください。

下仁田町小中学校臨時職員(会計年度職員)を募集します

次のとおり臨時職員(会計年度任用職員)を募集します。

●業務内容 特別支援教育等支援員(小中学校、学校図書室等支援員(小中学校)、こころの教室相談員(小中学校)、英語支援員(小中学校)、教育支援センタ―指導員

●募集人数 若干名

●賃金等 町規定により支給

●福利厚生 任用形態により社会保険等加入

●勤務時間 午前7時40分～午後4時45分(実働時間7.5時間)

●雇用期間

4月1日～令和8年3月31日

●申込期限 3月14日(金)

●申込方法 市販の履歴書に必要事項を記入の上、土曜・日曜・祝祭日を除く午前8時30分から午後5時15分の間に教育課学校教育係へ提出してください。

※書類審査後面接日時等を連絡します。

●問い合わせ先

教育課学校教育係

☎67-7619

中途視覚障害者生活訓練講座

中途視覚障害者の社会復帰を図るため、自立に必要な助言、訓練等を行っています。

●訓練内容

・点字、歩行訓練
・パソコン講習

・訪問型歩行訓練

●受講料

無料(訪問型は要確認)

●開催期間

4月～令和8年3月(予定)

●会場

群馬県社会福祉総合センター(前橋市前橋町13-12)

※訪問歩行訓練は相談のうえ決定

●申込受付締切

3月1日～3月末

●申込・問い合わせ先

群馬県視覚障害者福祉協会
☎027-255-6677

パスポート(旅券)の発給手数料とお受け取りまでの期間が変わります

3月24日の申請受理分から「2025年旅券」が発給されることに伴い、手数料とお受け取りまでの期間が変わります。

①「2025年旅券」の導入

・国際民間航空機関(ICAO)の勧告等を踏まえ、外務省が偽造・変造対策を大幅に強化した「2025年旅券」を導入します。顔写真ページがプラスチック基材となり、レーザーで印字・印画されます。

②申請から交付までの期間の変更

・「2025年旅券」の導入に伴い、これまで都道府県で作成していた旅券を国立印刷局で集中的に作成して都道府県に配送することとなるため、申請から交付まで2週間程度が必要になります。

海外旅行や出張の際はお早めの申請をお願いいたします。

③旅券発給手数料の変更

・3月24日から、切替申請(残存有効期間が1年未満の更新)に加え新規申請等の手続もオンライン申請で可能になり、戸籍情報システム連携されるため別途戸籍謄本の原本を提出する必要がなくなります。
・これに合わせ、書面(窓口)申請とオンライン申請で異なる手数料とし、オンライン申請の手数料が安価になります。

○3月24日申請受理分からの旅券発給手数料

種類		金額		合計額	
				改正前	改正後
10年有効旅券	書面申請			16,000円	16,300円
	電子申請				15,900円
5年有効旅券	書面申請			11,000円	11,300円
	電子申請				10,900円
5年有効旅券(12歳未満)	書面申請			6,000円	6,300円
	電子申請				5,900円

●問い合わせ先

住民税務課住民係
☎82-2112

带状疱疹の予防接種について

●4月から定期接種（B類疾病）に位置付けられます。

任意接種として費用の一部を助成している带状疱疹予防接種は、令和7年4月から定期接種（B類疾病）に位置付けられます。

定期接種の対象となる方には4月頃に通知を郵送します。希望する方は通知を確認して予防接種を受けてください。自己負担額などの詳細は、通知に記載します。

●対象者

①令和7年度に65・70・75・80・85・90・95・100（※）歳を迎える方。（※）100歳以上となる方も含みます。
②60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、日常生活がほとんど不可能な方。

●期間

令和8年3月31日まで

●任意接種費用の助成を継続します。

令和7年度も任意接種費用の助成を継続します。定期接種の対象とならない方で带状疱疹の予防接種を希望する方はこの制度をご利用ください。任意接種費用の助成を受けるためには、事前の申請が必要です。申請は保健センター窓口または二次元コードから受け付けています。

●対象者

50歳以上の方



●ワクチンの種類について

带状疱疹の予防接種に用いられるワクチンは2種類（生ワクチン・不活化ワクチン）あり、金額や効果が異なります。

●問い合わせ先

保健課保健推進係
（保健センター内）
☎82―5490

交通安全指導員初点検実施

1月19日（日）役場大会議室において、令和7年下仁田町交通安全指導員初点検が挙行されました。町議会議長、富岡警察署長他来賓の方々が見守る中、服装、装備品等の点検が規律正しく整然とした行動で行われ、点検官（町長）からは、「大変立派で頼もしさを感じた。引き続き交通事故のない明るい町にするため、ご尽力いただきたい。」と講評がありました。指導員の皆さんは点検終了後、町一周駅伝において交通指導を行いました。今年も各季交通安全運動期間中の通学児童や高齢者の保護・誘導を始め、街頭指導等を通じて安全安心の町づくりにご協力いただきます。

●問い合わせ先

総務課地域安全係
☎64―8800



TOWN
TOPICS

町の話題

令和6年度文部科学大臣優秀教職員表彰
下仁田小学校、下仁田中学校

ICTを活用した授業改善や業務改善に先進的取り組み、成果を広めた功績と、非認知能力育成に向けて小中学校が連携して研究に取り組んでいる功績が認められ、下仁田小学校と下仁田中学校が、文部科学大臣から優秀教職員組織として表彰され、1月17日東京大学安田講堂において、表彰式が行われました。

下仁田小学校
野中 敦 校長先生下仁田中学校
山田 知利 校長先生

入賞者のみなさん

1月26日(日)に開催された郡大会には下仁田町から8名の児童が出場しました。惜しくも県大会出場の切符を手にすることはできませんでしたが、熱戦を繰り広げました。選手のみならず、お疲れさまでした。

「令和7年度甘楽郡子ども会上毛かるた大会」
が下仁田町で開催されました

高学年団体の部 準優勝

金井愛桜さん・内藤美羽さん・
伊藤 心さん

高学年個人の部 準優勝



西川天馬さん

低学年団体の部 第3位

長井優莉菜さん・神戸美瑠さん・
小須田 源さん

「宝くじは身近なところで役立っています」 一般コミュニティ助成事業

一般財団法人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、町や地域住民が実施するコミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備などに助成しています。この事業は地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するものです。下仁田上町区では、諏訪神社秋季例大祭で使用する山車修繕とコミュニティ活動備品の購入をこの宝くじ助成金で整備しました。



木暮広起さん 日本スポーツ少年団顕彰表彰を受賞

柔道指導者として38年間にわたりスポーツ少年団の育成に尽力してこられた木暮さんが、日本スポーツ協会から日本スポーツ少年団顕彰表彰を受賞しました。昭和62年から指導を開始し、平成6年に認定員資格を取得。平成12年には県スポーツ少年団功労者表彰を受賞するなど、地域での貢献が評価されています。



受賞おめでとうございました。

下仁田ミニバス女子第3位

1月11日(土)～13日(月)、26日(日) 邑楽郡千代田町 KAKINUMAアリーナ(総合体育館)において、第6回ボストンハウスカップ・とり弁鶏カップが開催され、下仁田ミニバス女子チームが出場しました。Cクラスに於いて第3位入賞を果たしました。入賞おめでとうございます。
※下仁田ミニバススポーツ少年団では、常時、団員を募集しています。

●問い合わせ先
☎67-5007(金井まで)



下仁田町「こんにやく消費拡大イベント」 in群馬県庁 GINGHAM

「こんにやく」の美味しさ・歴史・魅力を次世代に継承し、さらなる消費拡大を推進するためイベントを開催します。

『日本人はもつとこんにやくを食べよう』を合い言葉に、群馬県庁31階で「日本こんにやく業界の中心地、下仁田をPR」します。

●日時 3月16日(日)

午前10時～午後3時

●会場 群馬県庁31階イベントスペース GINGHAM

●イベント内容

・岩崎町長による「こんにやく無料

試食サービス PR

・知事認定、蒟蒻達人による手作り実演・できたて試食会

・こんにやくマルシェ(加工製品PR)

・子ども向けイベント など

・ふるさと納税 PR ブース

主催 下仁田町

共催 上毛新聞社

協力 (一社)下仁田町観光協会・

こんにやく消費拡大推進協議会

●問い合わせ先

商工観光課 ☎64-8805

農林課 ☎64-8806

下仁田支部が逆転優勝!!小坂支部一步及ばず

1月19日、新春恒例となった町一周駅伝競走大会が開催されました。絶好のコンディションの中、教育長の号砲により西牧分館前をスタート。例年と比べスローペースとなりましたが、参加20チームは沿道からの声援を力に、下仁田中学校のゴールを目指し熱戦を繰り広げました。支部の戦いはアンカーでの決着となりました。

結果は次のとおりです。

1部優勝……下仁田支部(4大会ぶり23回目)

2部優勝……しののめ信用金庫A(14連覇)

3部優勝……前橋トレラン部(初優勝)



9時50分スタート

区 分		チーム名	選手名	タイム
第1部	優 勝	下仁田支部	—	2時間10分46秒
	準優勝	小坂支部	—	2時間12分57秒
	第3位	馬山支部	—	2時間13分1秒
	区間優勝	第1区	馬山支部 佐藤大樹	14分1秒
		第2区	小坂支部 黛 真弘	21分57秒
		第3区	青倉西牧チーム 林 虹晴	20分54秒
		第4区	青倉西牧チーム 林 南翔	14分52秒
		第5区	小坂支部 工藤太一	20分39秒
		第6区	下仁田支部 高橋聡太	13分7秒
		第7区	下仁田支部 田村慈音	17分43秒
第2部	優 勝	しののめ信用金庫A	—	1時間54分49秒
	準優勝	しののめ信用金庫B	—	2時間15分16秒
	第3位	けんしんよう	—	2時間19分18秒
	区間優勝	第1区	しののめ信用金庫A 内田篤史	13分24秒
		第2区	しののめ信用金庫A 須藤貴紀	21分14秒
		第3区	しののめ信用金庫A 田中雄太	18分35秒
		第4区	しののめ信用金庫A 高橋一帆	15分10秒
		第5区	しののめ信用金庫A 吉田智行	17分41秒
		第6区	しののめ信用金庫A 都丸善生	12分47秒
		第7区	しののめ信用金庫A 加藤剛也	15分58秒
第3部	優 勝	前橋トレラン部	—	1時間33分43秒
	準優勝	碓氷陸上クラブ・さくら	—	1時間35分08秒
	第3位	碓氷陸上クラブ・うめ	—	1時間41分48秒

◎1部…下仁田町5支部 ◎2部…クラブチーム及び職場チーム 3部…オープン参加



▲1部優勝 下仁田支部



▲2部優勝 しなのめ信用金庫A



応援サポーター

(一社)下仁田町観光協会(観光地域づくり法人 DMO)活動報告

●観光PR活動

下仁田町観光協会は、下仁田町の観光魅力資源を発信するため様々な観光PR活動に積極的に参加しています。昨年は、Gメッセ群馬で開催された「第34回日本乳癌検診学会学術総会」に初出店し、下仁田ねぎをはじめとした特産物は全国から集まった参加者に大好評でした。活動を通して実感していることは、下仁田町の特産物が持つブランド力です。県内外を問わず認知度がとても高く、今後も下仁田町が持つ可能性を活かす事業に取り組んでいきます。

【参加した主な観光PRイベント】

海ほたるPA観光展、上里SA観光展 など



●下仁田町観光協会公式SNS情報発信

下仁田町にはリピーターが多く訪れる花の観光名所があり、それぞれの開花時期にリアルタイムで開花状況を発信、訪れる方々への情報提供に努めています。

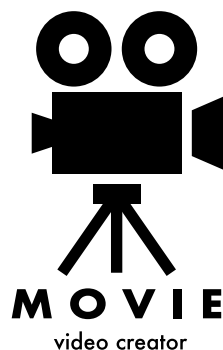
【花の観光名所】

あぶだ福寿草の里、群馬県立森林公園さくらの里、下仁田あじさい園



●下仁田フィルムコミッション設立

近年映画やドラマなどの撮影地探し、特産品や観光取材などの問い合わせが増加しています。下仁田の魅力を発信するため、「下仁田フィルムコミッション」を設立しました。円滑な撮影サポート、下仁田の魅力を広く映像で発信することにつなげていきます。また近年、映画やドラマの撮影地を巡る観光「聖地巡礼」が注目されており、撮影の支援だけでなく、撮影地を活用した観光誘客を目指していきます。



これからも地域の方々のご協力のもと、より多くの下仁田ファンが訪れる観光まちづくりを進めていきます。ご意見やアイデアなどございましたら、ぜひ当協会までお寄せください。

●問い合わせ先 観光地域づくり法人【DMO】一般社団法人 下仁田町観光協会 ☎67-7500

☎0570-051165
ねんきんダイヤル

●問い合わせ先

●納付書による現金納付
令和7年度分の国民年金保険料の納付書は、4月の初めに日本年金機構から送付されます。月ごとの納付を希望される場合は通常の納付書を、前納を希望される場合は前納用の納付書を使用し、それぞれ納付期限までに納めてください。

●口座振替

各月ごとに、通常振替の場合は翌月末に、当月末振替の場合は当月末に指定の口座から引き落としされます。

6カ月前納を申し込まれた場合は4月末と10月末に、1年前納と2年前納を申し込まれた場合は4月末に、それぞれ割引された金額の保険料が指定の口座から引き落としされます。

年金
令和7年度
国民年金
月額保険料は

「17,510円」です



令和7年
第484号

下仁田町公民館
☎82-3535

富岡甘楽地域圏文化フェスティバル

次のとおり「地域文化フェスティバル」を開催します。皆様お誘いあわせのうえご来場ください。

①展示部門：3月15日（土）～16日（日）

午前9時30分～午後4時（16日は午後3時まで）

下仁田町からの出展団体：エコクラフト教室・つくし書道会・フォトクラブ・
プリントアート教室・淡彩画さくら会

②舞台部門：3月16日（日）午前10時～

下仁田町からの出演団体：同響会・裕仁会

出演予定時間：午前10時40分頃（同響会）午後1時頃（裕仁会）

●会場 展示・舞台ともに甘楽町文化会館

●入場料 無料

●問い合わせ先 富岡甘楽文化振興協議会事務局（甘楽町公民館内）☎64-8325

下仁田町公民館 ☎82-3535

※詳細は別紙の回覧板をご覧ください。



イベントのご案内

「絵本の読み聞かせ」開催のお知らせ

公民館図書室では、0歳児から小学生向けの絵本の読み聞かせ等を開催します。楽しい絵本がいっぱいの図書室を親子でご利用ください。

●期 日 3月6日（木）

●時 間 午前10時～（午前の部）午後3時～（午後の部）

●場 所 下仁田町公民館2階 図書室

※開始時間は目安です。午後の部は午後4時30分までの間、お声掛けをいただければ対応します。

公民館図書室 「新刊図書情報」1月に入った新刊図書は次のとおりです。

書名	著者名	書名	著者名
武士の流儀11	稲葉稔	ゆびさきに魔法	三浦しをん
助太刀稼業3 新たな明日	佐伯泰英	罪名一万年愛す	吉田修一
日暮左近事件帖20 秩父忍び	藤井邦夫	その復讐、お預かりします	原田ひ香
うぱっぱ同心十手裁き1 糞虫	坂岡真	おやつ	中島久枝ほか
うぱっぱ同心十手裁き2 まいまいつむろ	坂岡真	モモ	ミヒヤエル・エンデ
徒目付勘兵衛6 陽炎の剣	鈴木英治	ドヴォルザークに染まるころ	町田そのこ
人生を変えたコト	せいや	ナチュラルボーンチキン	金原ひとみ
そんなときは書店にどうぞ	瀬尾まいこ	PRIZE	村山由佳
違和感にもほどがある!	松尾貴史	銀河ホテルの居候 1～2	ほしおさなえ
そういうゲーム	ヨシタケシンスケ	謎の香りはパン屋から	土屋うさぎ
蔦屋重三郎	おおつきべるの	人魚が逃げた	青山美智子
ごはんが楽しみ	井田千秋	11ミリのふたつ星	砥上裕将

多面的機能支払交付金について

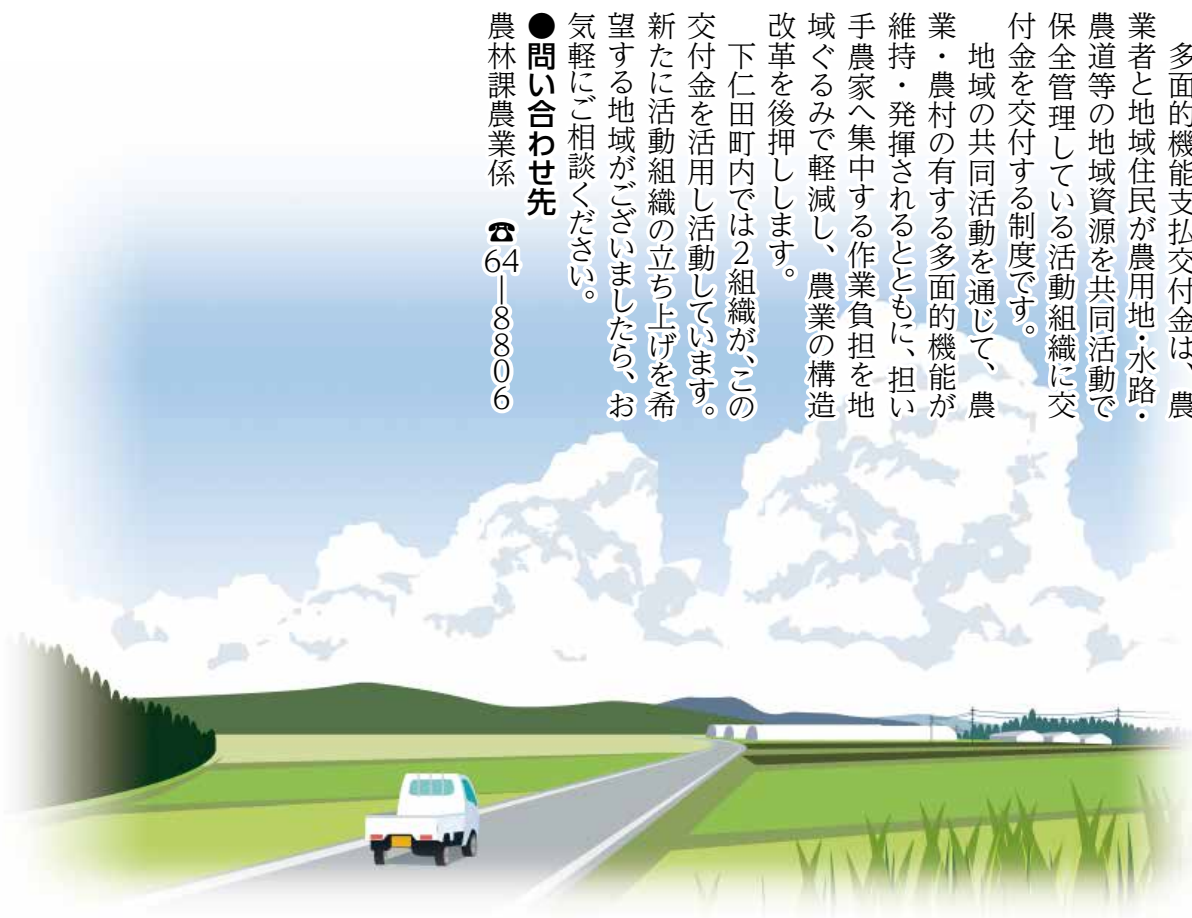
多面的機能支払交付金は、農業者と地域住民が農用地・水路・農道等の地域資源を共同活動で保全管理している活動組織に交付金を交付する制度です。

地域の共同活動を通じて、農業・農村の有する多面的機能が維持・発揮されるとともに、担い手農家へ集中する作業負担を地域ぐるみで軽減し、農業の構造改革を後押しします。

下仁田町内では2組織が、この交付金を活用し活動しています。新たに活動組織の立ち上げを希望する地域がございましたら、お気軽にご相談ください。

●問い合わせ先

農林課農業係 ☎64-8806



●組織名

二岩フワフワファイブ

●組織代表

永井正之

●活動地域

二岩(中小坂)

●活動開始年

平成29年

●活動内容

農用地周辺の除草、電柵の整備、植栽等の景観形成活動、水路の補修等

●組織名

小河原クラブ

●組織代表

金井康行

●活動地域

小河原・坂詰(東野牧)

●活動開始年

平成29年

●活動内容

農用地周辺の除草、電柵の整備、植栽等の景観形成活動、水路の補修等



健康づくりのための新しい計画が始まります！

健康しもにた21(第三次計画)

こころの健康・休養【睡眠時間をしっかりととりましょう】

- 課題 ・よく眠れていない人が増えている
 ・よく眠れるようにアルコールを使用している人が多い
 ・産後に気持ちが不安定になったり、マタニティブルーズ※を経験する産婦が増加している

※注釈 マタニティブルーズ：産褥期に見られる軽度の抑うつや涙もろさを主な症状とする、一過性の現象または症候群。

●目標

睡眠を十分にとれていない人の減少
 17.0% → 10.0%

ストレス解消法がある人の増加
 91.4% → 92.0%

ストレスを感じた時に、
 だれかに相談や助けを
 求めようと思う人の増加
 43.0% → 50.0%



●具体的な取組

妊娠・出産期

○家族は、家事や育児を協力して一緒にを行います。

思春期・青年期

○ひとりで抱え込まず、家族や友人、相談窓口へ相談します。

全年代

○生活習慣や環境を見直し、快適な睡眠がとれるように工夫をします。
 ○自分に合ったストレス解消法を見つけます。

○メンタルヘルスやゲートキーパー※についての学習会に参加します。

※注釈 ゲートキーパー：悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと。

睡眠についてこんなことありませんか？



- ☐ 睡眠時間が足りていない
☐ 朝、目覚めた時に休まった感覚がない
☐ 日中に眠気が強い
- ☐ 寝る前や寝床でデジタル機器を使う
- ☐ ストレスが強く、日中に解消しきれない
☐ 食事時間が不規則だ
- ☐ 夕方以降によくカフェインをとる
☐ 喫煙や寝酒習慣がある
- ☐ 睡眠環境、生活習慣、嗜好品の取り方を改善しても眠りの問題が続いている

毎日をすこやかに過ごすための睡眠5原則 - 全年代共通 -



- 第1原則 からだとこころの健康に、適度な長さで休養感のある睡眠を
- 第2原則 光・温度・音に配慮した、良い睡眠のための環境づくりを心がけましょう
- 第3原則 適度な運動、しっかり朝食、寝る前のリラックスで、眠りと目覚めのメリハリを
- 第4原則 カフェイン、お酒、たばこは控えめに嗜好品とのつきあい方に気を付けて
- 第5原則 眠れない、眠りに不安を覚えたら専門家に相談を

※厚生労働省 「健康づくりのための睡眠ガイド2023」より

いのち支える下仁田町自殺対策行動計画（第二次計画）

健康しもにた21の「こころの健康・休養」に関連し、一体的に取り組む計画として、自殺対策行動計画を別冊で策定しました。

「誰も自殺に追い込まれることのない下仁田町」を目指して取り組みます。

5つの基本施策

国が定める「地域自殺対策施策パッケージ」において、全ての自治体で取り組むことが望ましいとされた施策



- (1) 地域におけるネットワークの強化…地域の方と協力して会議や事業を実施していきます。
- (2) 自殺対策を支える人材の育成…職員や住民を対象に、ゲートキーパー養成講座を開催します。
- (3) 住民への啓発と周知…偏見をなくすため、正しい知識の周知啓発と相談窓口を周知していきます。
- (4) 生きることの促進要因への支援…居場所づくりや仲間づくりを促進します。
- (5) 子ども、若者、妊婦・子育て世代に対する支援…児童・生徒へSOSの出し方教室を開催し、産後うつや虐待を予防するため、相談事業や訪問を実施します。

2つの重点施策

地域の自殺の実態を詳細に分析した「地域自殺実態プロフィール」により示された施策

- (1) 高齢者対策
 - ・高齢者やその家族が抱える諸問題に対応する相談事業を実施します。
 - ・高齢者の孤独・孤立を防ぐため、居場所づくり、健康づくり、生きがいづくりを強化します。
- (2) 無職・失業者等の生活困窮者対策
 - ・生活困窮者自立支援制度の自立相談支援と連動させて、効果的な対策を進めます。
 - ・役場内や関係機関等連携できる関係性を構築します。

3月は自殺対策強化月間です ～つらい時には相談してください～

3～4月は就職や転勤、転居、異動など生活環境が大きく変化する時期です。それに伴い自殺者数が増える傾向にあることから、厚生労働省で3月を自殺対策強化月間と定め、対策を強化しています。

▶一人で悩まず相談を

こころがもやもやしたり、不安な気持ちになった時は、そのつらい気持ちを相談してみてください。

相談窓口	電話番号	受付時間
こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556	午前9時～午後10時(月～金)
県こころの健康センター	027-263-1156	午前9時～午後5時(月～金)
富岡保健福祉事務所	0274-62-1541	午前9時～午後5時(月～金)
群馬いのちの電話	027-212-0783	午前9時～午前0時(毎日) 毎月第2・4金曜日は24時間受信
健康ダイヤル24	0120-012-190	24時間(年中無休)
町保健課保健予防係 (保健センター内)	0274-82-5490	午前8時30分～午後5時15分(月～金)

●問い合わせ先 保健課保健予防係(保健センター内) ☎82-5490

HPVワクチン キャッチアップ接種、 まだ間に合います！

HPVワクチンは、子宮頸がん等の原因となるHPV（ヒトパピローマウイルス）の感染を予防するためのワクチンです。

2024年夏以降の大幅な需要増により、HPVワクチンの接種を希望しても受けられなかった方がいらっしゃると思います。そのため、今月中にHPVワクチンを1回以上接種した方は、全3回の接種を公費で完了できるようにになりました。

キャッチアップ接種（公費）による接種は、2026（令和8）年3月31日までです。

●対象者

1997（平成9）年4月2日～2009（平成20）年4月1日生まれの女性

※接種に必要な書類は令和4年度に対象の方へ郵送されています。紛失された方は、保健センターまでご連絡ください。

●問い合わせ先

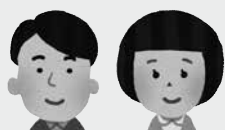
保健センター

（保健課保健予防係）
☎ 82-5490

富岡地区 地域・職域連携推進協議会からお知らせ

毎年3月の第二木曜日は世界腎臓デー

＼成人の8人に1人は慢性腎臓病といわれています。腎臓を大切に。／



A男B子夫妻に学ぶ!

～え!それって腎臓が悪いの?～

慢性腎臓病について
詳しく知りたい方はこちら
tsulunos動画



A男 健診結果に載っているクレアチニンは何の値なんだい?

B子 (保健師) クレアチニンは、筋肉が分解されるときにできる老廃物で腎臓から排出されるの。血中クレアチニン値が高くなるときは、腎臓からクレアチニンが排出されづらくなっている可能性があるから、腎機能の評価指標になっているのよ。

A男 へえ～。腎臓の機能の指標か。eGFRって数値は?

B子 eGFRも腎機能の指標で低下すると腎機能が落ちてきていることを表すの、血中クレアチニン値から計算できるわ。

そうそう、年齢が上がると腎機能は悪くなる傾向があるの。ほかにも、糖尿病や高血圧などの病気を抱えていると腎機能が落ちてくることが多いわ。

A男 年齢によっても腎機能が衰えてくるのか!知らなかった!

B子 クレアチニン値が1.0を超えたり、eGFRが低下しているときは、腎臓専門の医師に受診して、腎機能が低下していないかを診てもらったほうがいいわよ。肝臓と腎臓は「肝腎な臓器」だから壊すと大変よ。あなたも、まずはかかりつけ医に相談したら?

A男 そうだな、医師に相談してみよう!

(監修:富岡保健福祉事務所阿部医監)

●問い合わせ先 【富岡地区 地域・職域連携推進協議会事務局】富岡保健福祉事務所(☎ 62-1541)

3月の『シニアの居場所』

●場所
ピザオーダーメイド（大字下
仁田327番地）

●期日
3月25日（火）

※毎月第4火曜日に実施

●時間
午後2時～3時30分

●対象者
下仁田町民ならどなたでも・

定員20名

●内容
茶話会他

●参加方法
申込不要。直接会場へお出かけください。

●参加費
500円（お茶代他）

●特典
65歳以上の方には参加ポイントカードをお渡しします。1回参加毎に1ポイント。ポイントを集めると賞品と交換できます。

65歳未満の方の参加も歓迎します。ただし、ポイントカードはありません。

●問い合わせ先
ピザオーダーメイド
☎67-7225

食育ミニイベントのご案内 ～菜の花摘み取り体験～

摘み取った新鮮な菜の花は無料でお持ち帰りいただけます。来場者には菜の花を使ったレシピを配付予定です。ぜひお出かけください。

●日時

3月28日（金）～30日（日）の3日間
午前10時～正午

●場所

馬山社会体育館駐車場から徒歩2分
※菜の花畑まではスタッフがご案内します。
生育状況によってはご案内する場所を変更する場合があります。

●持ち物

お持ち帰り用の袋をご持参ください。

●実施者

下仁田町食育推進計画実行委員会、
下仁田町

●問い合わせ先

保健課保健予防係 ☎82-5490

3月の「保育園子育て応援（保育園・こども園体験）」活動計画

「保育園子育て応援（保育園・こども園体験）」は、未入园児と保護者及び妊婦さんが参加できます。参加ご希望の方は、希望される各園へお問い合わせください。



保 育 園	馬山こども園		青倉保育園
会 場	こども園ホール内		保育園内
実 施 日	3月13日(木)		3月11日(火)
時 間	午前10時～11時		午前10時～11時30分
対 象 児	妊娠中の方・未入園児とその保護者		
内 容	集いの親子の広場	親子で楽しくふれあい遊び 絵本の読み聞かせ・工作 等 在園児との交流	親子ふれあい遊び 月齢により赤ちゃんマッサージ 保育園児と遊ぼう・園庭開放
	※園庭開放 ・月曜日～金曜日:午前9時～正午		
準備するもの	動きやすい服装でお出掛けください。		
参加ご希望の方は事前にご連絡ください。			
※保育園・こども園の見学や育児・子育て相談、一時保育等の相談は、いつでも受付けています。ご希望の方は、保育園・こども園へお問い合わせください。			
■問い合わせ先 馬山こども園 82-2323 青倉保育園 82-2549 役場 福祉課福祉係 64-8803(直通)			



～誰もが安心して暮らせる町を目指して～

みかん's カフェを開催します

『みかん's カフェ』は、認知症についての講座、交流会、情報交換などを行う集いの場です。

認知症サポート医である大沢クリニックの大澤歩先生の貴重な講座があります。

お気軽にお出かけください。



- 日 時 3月24日(月) 午後1時30分～3時
- 場 所 大沢クリニック
- 内 容 ① 大澤歩先生のミニ講座 認知症『排泄を失敗してしまうのはなぜ?』
② 交流会、情報交換
- 参加費 無料

※事前申し込みは必要ありません。当日、会場にお越しください。

●問い合わせ先 福祉課包括支援係(地域包括支援センター) ☎64-8804(直通)

健康診断を受けましょう

特定健診、事業主健診、後期高齢者健診、人間ドックなど、健診を何か1つ、年に1回受けていますか。健診の受診と生活習慣の改善は、生活習慣病の発症予防・重症化予防につながります。

4月になると、それぞれのタイミングで、さまざまな健診がスタートします。ご自身の対象となる健診を忘れずに受けてください。

●問い合わせ先 福祉課国保係 ☎64-8801



健康ダイヤル24 ☎0120-012-190

年中無休・24時間対応。富岡甘楽地域住民専用の電話相談です。相談の分野ごとに医師や看護師などの専門スタッフが応対します。

●受付内容

健康・医療・介護・看護・育児・栄養・心の健康についての相談、医療機関や相談機関の情報提供

●問い合わせ先

保健課保健予防係 ☎82-5490

歯科休日診療所

富岡甘楽歯科医師会

緊急時にご利用ください。

●休日診療実施日 日曜、祝祭日、年末年始

●診察時間 午前9時～正午

●診療場所 富岡甘楽歯科医師会 口腔保健センター診療所
富岡市七日市640番地1
(公立七日市病院隣)

●問い合わせ先 ☎62-1706

公立富岡総合病院 休日の小児救急診療

富岡市甘楽郡医師会医師の協力で行っています。

緊急時にご利用してください。

◆3月 2日(日) 宮崎 誠 先生(宮崎医院)

◆3月16日(日) 小柳由里子 先生(青葉クリニック)

●診療時間 午前9時～正午

●診療場所 公立富岡総合病院 救急室

●問い合わせ先 ☎63-2111

休日診療所

富岡市甘楽郡医師会

●診察日 日曜日、祝日

●診療場所 休日診療所
(公立富岡総合病院隣)
富岡2037番地1

●問い合わせ先 ☎64-1939

※詳細はお問い合わせください。



「健康カレンダー(3月~4月)」

		日にち	時間(受付時間厳守)	対象者	持ち物	内 容
乳児健診	3、4か月児	令和7年度より、乳児健診と幼児健診を同日に行います。 対象の方については、日時等の詳細を通知でお知らせします。 (5月下旬予定)		令和6年12月~令和7年1月生まれ	母子健康手帳 タオル 歯ブラシ	問診、計測、小児科診察、 歯科相談、家族計画・授乳・ 育児相談、健康相談、離乳 食相談と試食
	6、7か月児			令和6年9月~10月生まれ		
	9、10か月児			令和6年6月~7月生まれ		
幼児健診	1 歳 児	3月21日(金)	受付時間は通知で お知らせします	令和6年1月~2月生まれ	健診用紙(事前に記入) 母子健康手帳 タオル、歯ブラシ、 バスタオル ※3歳児は 事前に 配布する アンケートと尿	問診、計測、小児科診察、 歯科健診、歯科相談・希望 者にフッ素塗布、栄養相談 と手作りおやつの試食、健 康相談、心理発達相談
	1歳6か月児			令和5年7月~8月生まれ		
	2 歳 児			令和5年1月~2月生まれ		
	2歳6か月児			令和4年7月~8月生まれ		
	3 歳 児			令和4年1月~2月生まれ		
	3歳6か月児			令和3年7月~8月生まれ		
定期健康相談 「ふれあい広場」		3月6日(木)	午後1時30分~ 3時30分	全住民	乳幼児は 母子健康手帳	健康相談・栄養相談、介護 相談、血圧測定、育児相 談、授乳相談など
妊婦健康相談・ 妊娠届出		月~金曜日	午前8時30分~ 午後5時	妊娠がわかった人	妊娠届出書	母子健康手帳の交付・妊婦健 康診査受診票発行・健康相談
精神保健相談 「こころの相談」		4月11日(金) 予約締切日 4月9日(水)	午後3時から 予約制	不安、不眠、認知症、アルコール 依存、ひきこもり、暴力、その他、 さまざまなこころの悩みや病気を もつ本人又はその家族など		心療内科医による個別相談 ※事前に予約の電話をしてくだ さい。(☎82-5490)

会場・問い合わせ 保健センター ☎82-5490

富岡保健福祉事務所 3月

会場 富岡合同庁舎

	日にち	時間	検査内容	担当	申込先
エイズ 性感染症検査	3月4・11・ 18日(火)	午後1時~2時 (予約制)	血液検査(HIV、梅毒、B型肝炎、C型肝炎) ・尿検査・うがい液検査(クラミジア、淋 菌)※無料・匿名で受けられます	医師 臨床検査技師	富岡保健福祉 事務所 保健係 62-1541
精神保健 福祉相談	3月11日(火)	午後1時~3時 (予約制)	不安、不眠、認知症、アルコール依存、ひきこもり、暴力、その他、 さまざまなこころの悩みや病気もつ本人又はその家族など こころの病気、こころの不調(不眠、不安等)のある人やその家 族からの相談	精神科医師 保健師	富岡保健福祉 事務所 保健係 62-1541

健康テレホン 3月 ☎027-234-4970

約3分間の健康講話が聞けます

月/むくみ(浮腫) 火/大人虫歯とは
水/妊婦と旅行 木/歯が痛い時の応急手当
金/こどもの夜泣き 土日/最新・保険でできる白い歯
~直接相談タイム~直接医師が電話に出ます

◆5日(水) 歯科 午後7時30分~8時30分

~Web健康相談~ <http://www.raijin.com/kenko/>

問い合わせ先 群馬県保険医協会 ☎027-220-1125

こども医療でんわ相談 #8000

夜間や休日にお子さんの病気への対応や応急処置などを電話で相
談できます。急な発熱、嘔吐、腹痛などで医療機関を受診すべきか迷っ
た時にお電話ください。保健師・看護師が相談に応じます。

◆電話番号 (携帯電話から) #8000

(IP電話、ダイヤル回線から) 03-6735-8835

◆受付日時 月~土曜日:午後6時~翌朝午前8時

日曜日・祝祭日・年末年始:24時間受付

問い合わせ先 県庁医務課 ☎027-226-2534

1月届出分〈敬称略・順不同〉

おくやみ

ご冥福をお祈りします

死亡者 (届出人) 地区

瀬間 馬三 (恵 一) 大 東
荻野 聖子 (英 雄) 横 間
永井 てる (利 明) 下小坂
佐藤 玉恵 (喜 一) 矢 川
竹内八重子 (一 郎) 西野牧
茂木 久里 (伸 彦) 旭 町
茂木 健司 (浩) 東 町
青木 芳 (保) 南野牧
黒澤スエ子 (明 美) 中 央
岩井 正 (宮崎大幸) 西野牧
清水 堯 (政 之) 上青倉
大小原しげ子 (雅 明) 大 東
永井 友代 (正 明) 蒔 田
永井 賢吉 (裕 一) 中小坂
石井 祐治 (ツ ヤ) 下小坂
小井土鶴造 (進) 東野牧
黛 計江 (紀 行) 本 宿
天野 健一 (茂) 下青倉
佐藤 ツル (勝 之) 東野牧
齋藤 品子 (博 治) 上小坂

私たちの町

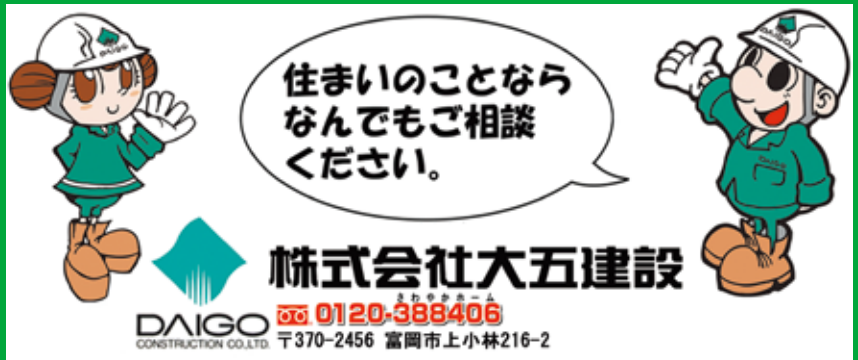
(2月1日現在)

人口 6,093人 (-40)
男 2,999人 (-18)
女 3,094人 (-22)
世帯 3,095世帯 (-23)
() 内は前月比

(1月中)

転入 4人/ 出生 0人
転出 9人/ 死亡 35人

有料広告



住まいのことなら
なんでもご相談
ください。

株式会社大五建設
0120-388406
〒370-2456 富岡市上小林216-2

有料広告



住宅・店舗 なんでもご相談ください!

地域に貢献
株式会社岩井工建
http://www.iwai-kouken.com 0274-82-3969

随時施工現場見学受付中
※お施主様の許可が必要です。
無断での立入はお止め下さい

有料広告

総本家紙屋では、『春夏秋冬』季節のお菓子も用意しております。
四季折々の味をどうぞお召し上がりください。

【季節の御菓子】〜春〜
道明寺さくら餅
かしわ餅

慶弔の引き菓子
承ります。

下仁田町応援商品券、
キャッシュレス決済(PayPay等)
ご利用可能

御菓子處 **総本家紙屋** 0120-82-3228

ご注文・お問い合わせはこちら

有料広告



**ショートとデイが
とても便利に利用できます**

ご利用の
お問合せ 下仁田町馬山2495-1
0274-60-3303

**ショートとデイが
年中無休で利用可**

ショートは予約なしで
急なご利用にも対応可

介護保険料は
安心の定額制

デイサービス 朝7時から夜8時まで年中無休で
利用可。延長も無料。

ショートステイ 急なご利用にも対応します。
使用日数制限はありません。

(月)の予定です。

4月の支払日

10日(木)・18日(金)・28日

請求書の宛名は「下仁田町長
(〇〇課)」をお願いします。

役場へ提出された請求書等に
より、順次支払います。

(金)です。

10日(月)・19日(水)・28日

3月の支払日

3月29日(土)・30日(日)

町税の納税について、お困り事
はありますか?住民税務課
までお問い合わせください。

今回の休日納税相談日

※納付書と現金を釣り銭のな
いようにご持参ください。納税
のお忘れにご注意を、口座の確
認もお忘れなく!

※コンビニエンスストア等でもお
支払いができます。

午前8時30分〜午後5時15分
まで

日直者が対応しますのでご利用
ください。

未納がありましたら土日祝祭
日も納税ができます。

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?

お忘れの納税はありませんか?