

税の申告はお早めに

住民税・所得税の申告は2月17日(月)から3月17日(月)まで

町県民税・所得税の申告の受付と申告相談が2月17日(月)から始まります。申告期間中、税務署や申告 相談会場は混雑が予想されますので、早めの準備をお願いします。なお、申告書は郵送でも受け付けてい ます。

町県民税の申告

■次の条件に当てはまる人は、町県民税の申告が必要です。

- ①平成26年1月1日(賦課期日)に下仁田町にお住まいの人で、平成25年中に所得のあった人
- ②前年中の所得が全くなかった、もしくは、生計を一にする親族の扶養となっていない人
- ③町県民税において医療費控除や社会保険料控除などの控除を受けようとする人
- ④公的年金等の収入金額が400万円以下であり、かつ年金以外の所得が20万円に満たない人
- ⑤所得がない人で、所得証明などが必要な人

※消費税率の引上げに伴い低所得者を対象に実施される 「臨時福祉給付金 (簡素な給付措 置) | の給付対象者は、町民税(均等割)が非課税者(町民税の均等割が課税されている人の 扶養親族になっている人等は除く)となっています。所得のない人でも、町県民税の申告をし ないと給付の対象とならない場合があります。

所得税の申告

■次の条件には当てはまる人は、確定申告が必要です。

- ①給与の年収が2.000万円を越える人
- ②給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を越える人
- ③給与を2か所以上からもらっていて、年末調整がされなかった給与の収入金額と給与所得や退職所得 以外の所得金額との合計額が20万円を超える人
- 4 恩給や公的年金等のみを受け取って、各種税額控除を受けることができる人
- ⑤事業(営業等、農業)・不動産の所得があった人
- ⑥平成25年中に土地や建物、株式などを売った譲渡所得がある人

■次の条件に当てはまる人は、確定申告をすると所得税が戻る場合があります。

(源泉徴収されている所得税がある人に限ります。)

- ①マイホームをローンなどで購入した人
- ②多額の医療費を支払った人
- ③災害や盗難にあった人
- ④給与所得があり、年の中途で退職し、再就職していない人
- ⑤ 恩給・年金から所得税が源泉徴収されていて、各種控除のある人

■要介護認定を受けている人の障害者控除

65歳以上の要介護認定を受けている人に対し、申請により「障害者控除対象者認定書」を交付してい ます。認定書の交付を受けた人は、税の申告時に町県民税や所得税の障害者控除を受けることができます。 申請窓口 健康課介護保険係 (内線323、324)

申告相談日程表

受付時間:午前9時30分から午後4時まで

■町内各地区の申告相談の実施日と会場

町では申告期間中、別表のとおり申告相談を行います。地区ごとに会場と日程が異なります。対象地 区以外の人の申告を受け付けることはできませんので、ご注意ください。また、申告期間中、役場窓口で の申告相談は行っていません。

月日・曜日	地 区	対 象 地 区	申 告 会 場		
2月 17日 (月)	青倉	土谷沢·上青倉·下青倉(日向·日影)	 青倉社会体育館(ミーティングルーム・旧青倉小図書館)		
18日 (火)	月后	宮室·大桑原·下青倉(小北野·跡関)	- 月后代云体月版(ミーナインブルーム・旧月后小図音版) -		
19日 (水)		矢川区·西野牧区			
20日 (木)	西牧	南野牧·市野萱区	活性化センター(西牧出張所)		
21日 (金)		本宿·横間			
24日 (月)	小坂	中小坂·大平·東野牧区	 		
25日 (火)	小坝	下小坂·大坂区·上小坂区			
26日 (水)		下町·仲町·上町区			
27日 (木)	下仁田	東町·川井区	役場二階大会議室		
28日 (金)		旭町·吉崎·栗山区			
3月 3日 (月)		大東区・田城・緑ヶ丘区			
4日 (火)	馬山	城西・竹の上(光陽団地含む)	馬山生活改善センター		
5日 (水)		中央・小川 (田城・竹の上除く)・蒔田区			
6日 (木)	青倉		青倉社会体育館(ミーティングルーム・旧青倉小図書館)		
7日 (金)	西牧	地区ごとの二次申告です。	活性化センター(西牧出張所)		
10日 (月)	馬山	行政区の定められた日にお出掛け	馬山生活改善センター		
11日 (火)	小坂	できない方は、この日に。	旧小坂小学校		
12日 (水)	下仁田				
13日 (木)			役場二階大会議室		
14日 (金)	全	全地区対象			
17日 (月)					

税務署からのお知らせ

ネットでらくらく申告

e-Taxを利用した所得税の確定申告は、24時間提出可能 (申告期間中に限る)で環付は早期処理されます。本人の住 民基本台帳カード、電子証明書とICカードリーダライタが必 要です。また、確定申告等作成コーナーで作成・印刷した確 定申告書は税務署に郵送等で提出できます。詳しくは、国税 庁ホームページをご覧ください。

休日でも申告を受け付けています

前橋税務署及び高崎税務署では、申告期間中の休日の申 告・納付相談を行います。

開庁する日 2月23日(日)、3月2日(日)

対応業務 確定申告書用紙の配布・収受、申告相談及び 納付相談

所得税・町県民税の申告に 必要なもの

- 申告書
- □印鑑、筆記用具など
- □昨年中の給与・公的年金等の源泉徴収票や支払調書の
- □事業・不動産所得者は、収支内訳書など収入金額と必要 経費を計算できる書類
- □国民健康保険税、介護保険料、国民年金保険料、その他 社会保険料の支払額が分かる書類
- □生命保険料、地震保険料の控除証明書
- □雑損控除や寄附金控除などの控除を受ける場合は、そ れを証明できる書類
- □医療費控除を受ける人は、領収書(事前に計算してくだ
- □所得税の還付がある場合は、申告者本人名義の預貯金 口座の分るもの

◇◆2月1日より受付開始◆◇

国民健康保険及び後期高齢者医療保険からのお知ら

~国保・後期 人間ドック受診者の募集~

●申込受付期間 平成26年2月1日~平成26年10月31日まで

●受診できる期間 平成26年4月1日~平成27年3月31日

●実施機関 **☎**82−3555 下仁田厚生病院

●対象

・国民健康保険(後期高齢者医療保険)の被保険者で、検査日まで引き続き加入している人

・平成26年4月1日時点で、満35歳以上

(後期は75歳以上または、要件を満たしている被保険者)

- ・国民健康保険税(後期高齢者医療保険料)を完納している人
- ・保健環境係(保健センター)で行う健診を受診しない人 ※注意:受診できるのは町が実施する健診(人間ドック等)で、年度内に1回です。

●主な検査内容

診察(内科)、心電図、胸部レントゲン、胃カメラ、超音波、血液検査、大腸ファイバー(1泊2日のドックのみ)及 び血糖検査(1泊2日のドックのみ)など

●費用·募集人数(予定)

費用・募集人数については、確定しておりません。4月の広報で再度お知らせします。

★後期高齢者医療保険の被保険者も、国民健康保険被保険者と同額の自己負担で人間ドックを受けることがで きる予定です。

※昨年の自己負担額は、日帰りが8,400円(国保·後期)、1泊2日が15,500円(国保のみ)でした。

●申し込み方法

下仁田厚生病院(☎82-3555)に国民健康保険(後期高齢者医療保険)の人間ドック受診の旨を伝えて、予約 をお願いします。(受診できるのは、4月1日以降)

『あじさいの会』20才を迎えました

~糖尿病や境界型と言われた方へ~

あじさいの会は、平成6年に発足した糖尿病友の会です。

糖尿病治療に欠かせない毎日の食事や運動、楽しく続けられると良いですね。入会すると・・・色々な情報を 得られ、仲間と励ましあいながら、病状を安定させて、合併症予防ができます。

10年、20年後も楽しい人生を目指して一緒に活動しませんか?

【活動内容】

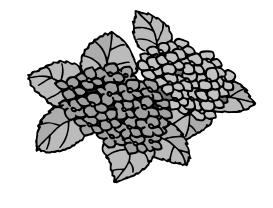
- ・糖尿病についての学習会
- ·調理実習
- ・カロリー表示のあるお店での外食研修
- 運動研修(日帰りウォーキング)
- ・ 親睦のためのレクレーション

【年会費】

1,500円(日本糖尿病協会月刊誌『さかえ』 購読など)

☆まずは見学からでもOK···お待ちしております☆

お問合せ・お申込み先 健康課保健環境係(保健センター・事務局)☎82-5490



人間ドックで

鶏等の愛玩動物を飼育されている方へお知らせ

平成23年10月1日から、家畜(愛玩用を含む)の飼育者は、毎年1回、県知事に飼養頭羽数等を報告していただくこ とになりました。これは、同年4月に改正された家畜伝染病予防法に基づき、新たに始まった制度です。

飼育者は重大な家畜伝染病を疑う症状を発見した時の通報と、家畜を病気から守るための消毒等の取り組みを併 せてお願い致します。

なお、対象となる動物は、牛、鹿、馬、羊、山羊、豚、いのしし、鶏、あひる、うずら、きじ、だちょう、ほろほろ鳥及び七面 鳥です。飼育頭羽数にかかわらず全ての飼育者が対象となります。

- ○報告期限 平成26年4月15日(畜産業の方は2月末日まで)
- ○報告内容 平成26年2月1日現在の飼養頭羽数等
- ご不明な点やお問い合わせは下記までお願い致します。

西部家畜保健衛生所 ☎027-362-2261

下仁田町役場産業振興課農林係☎82-2111(内線345)

障害者施設運営等事業者を募集します。

富岡市、下仁田町、南牧村及び甘楽町では、共同して「重症心身障害児者通所支援施設」の設置・運営事業者を募 集します。

- ①応募資格 群馬県内または、近県に本部がある社会福祉法人
- **②応募期間** 平成26年2月3日(月)~平成26年2月28日(金)
- ③決定方法 提案書に基づく、プロポーザル方式により決定します。

なお、施設を設置していただく場所は、旧富岡市学校給食センター跡地(一ノ宮地内・約2,000㎡)です。 資料の配付等詳しくは、富岡市福祉課障害福祉係☎62-1511 (内線1411·1416)へ

下仁田町在宅要援護者紙おむつ購入費 扶助事業平成25年度後期申請

町では在宅で紙おむつを常時使用している高齢者及び障害者に対し紙おむつ購入費の扶助を行っています。対 象期間を前期・後期に分け、申請を受け付けます。

今回の対象期間は平成25年9月購入分から平成26年2月購入分まで(後期)です。ただし、まだ申請していない前 期分(平成25年3月購入分から平成25年8月購入分)がある方についてはその月も対象となります。

対象者

- ①要介護2以上の判定を受けている方
- ②身体障害者手帳 [1級・2級 | の方
- ③療育手帳 [A] の方

※いずれも町内にお住まいの方が対象です。ただし、15日 以上の入院・入所(地域密着型サービス利用・ショートス テイ含む) 期間がある月は対象外です。また、対象期間中 で左記①~③の基準に該当しない月は対象外となります。

申請期間(後期分) 2月12日~3月14日まで

申請に必要なもの

- ① 介護保険証、身体障害者手帳、療育手帳のいずれか1つ(複数所持者はすべて持参)
- ② 領収書(紙おむつの金額が明記されているもの)レシートは不可
- ③ 申請者の印鑑
- ④ 申請者の指定預金口座番号(ゆうちょ銀行の場合は店番・口座番号)
- (5) 入院・入所(地域密着型サービス利用・ショートステイ含む)がある場合は、その期間を教えていただきます。

扶助額 購入価格の2分の1の額又は月額2千円のうちいずれか低い額

問い合わせ 健康課 介護保険係(内線323·324)·福祉係(内線326)

2月17日から登下校に合わせて、スクールバスの運行時刻が 変更になります

2月17日(月)から小中学校の登下校に合わせ、午後4時以降のスクールバス運行時間(平日)が変更になりま す。

各路線ともに主に午後の下り便が変更になりますので、午後4時以降に利用される一般の方は、時刻表をよく ご覧の上、ご乗車いただきますようお願いします。

※1スクールバスは児童生徒が優先となりますのでご了承ください。

※2 小中学校の児童生徒へは学校から連絡があります。

○変更期間 秋冬期 2月17日(月)~3月31日(月)

根小屋橋の通行車両制限に伴い、初鳥屋線のバスは 小型車両で運行中

橋梁点検の結果、根小屋橋に車両制限が設けられたため大型車両の通行ができません。工事が完了するま での間、初鳥屋線は小型車両(13人定員)での運行となります。

スクールバスの時間帯は児童生徒が優先となります。利用者の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご 協力をお願いします。

問い合わせ 下仁田町役場 企画財政課(内線512)、教育課(内線711)

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



<買え買え詐欺に注意!>

Q.先日、自宅にダイヤモンドの購入を勧誘するパンフレットの入った封筒が送られてきた。その後、大手証 券会社を名乗る業者から電話があり、「この封筒は大手宝石会社からのもので、群馬県民限定で送って いる。対象者だけ格安でダイヤモンドを購入できるので、代わりに買ってくれれば、1.5倍で買い取る」と 言われた。信用できる話だろうか。

A.業者の言うような買取が行われることはありませんので、絶対にお金を支払ってはいけません。必要がな ければ、早めにきっぱり断りましょう。また、留守番電話機能や発信者番号表示機能を利用して、知らない番 号からの電話には出ないようにし、必要に応じてかけ直すようにする方法も有効です。

他にも、過去に投資などで被害にあった方は「被害を回復する」などと言って更なる請求(二次被害)を受 ける可能性が高いので注意して下さい。

※こうしたトラブルに遭う方の多くが高齢者です。被害を未然に防ぐためには、儲け話を安 易に信じないことはもちろん、家族や身近な人が、日頃から高齢者とのコミュニケーション を密にするなどの見守りも大切です。

「本当かな?怪しいな、どうしよう」と思ったら、まず消費生活センターに相談しましょう。

問い合わせ 富岡市消費生活センター 富岡市富岡1439-1 あい愛プラザ2階 ☎63-6066

講演会のお知らせ

今年の介護予防講演会は、身近な講師をお迎えいたします。生とは、死とは・・・生きる意味を見つめます。

【日 時】平成26年2月25日(火)午後1時30分~3時

【会場】下仁田町公民館 3階 大会議室

【講 師】曹洞宗 弘誓山 長楽寺(本宿) 住職 峯岸 正典 さん

【内 容】「死という鏡」~生きる意味・死と向きあう心

■お問い合わせ先 健康課 高齢者支援係(内線327又は328)まで

シニア教室開催のお知らせ

地域の皆さんが毎日を元気で、また、地域のコミュニケーショ ンを深める場として「旧小坂小学校」において年間を通した事業 を計画しています。

皆様の参加をお待ちしています。

お申し込みは不要ですので、直接会場へお越し下さい。

【参加費】無料

【日程・内容】 2月17日(月)午前10時~12時00分 『健康講話と健康劇』

※楽しく学べる健康講話と健康劇です。お楽しみに!

3月12日(水)午前10時~12時00分『のびのび体操と健康講話』

※動きやすい服装でご参加ください!

【会 場】 旧小坂小学校 1階西教室

■お問い合わせ先

健康課 高齢者支援係 (内線327又は328)まで

緊急通報装置の利用(申込み)について

事業概要 町では、ひとり暮らしの方を主に緊急通報装置の貸 し出しを行っています。(利用料月額300円)65歳以上のひとり暮 らしの方が、急病や事故などの通報に対応できるよう、緊急通報 装置を設置します。(設置費用はかかりません) ご自宅の電話回線を利用します。

- ・静かに、あなたを見守ります!
- ・もしもの時に、安心です!

詳しくは 健康課高齢者支援係 (内線328)まで

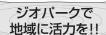


公的個人認証サービスの電子証明書の発行を 受けている方へ

公的個人認証サービスの電子証明書の有効期間は、発行日から3年となっております。失効した場合には、国 税の電子申告などに使うことができなくなります。更新を希望する方は、住基カード・写真付きの本人確認書類 (運転免許証等)をお持ちの上、役場総務課住民係までお越しください。更新受付時間は、午前9時~午後4時3 0分です。 また、住基カードのパスワード(4ケタの数字)及び電子証明書発行時に入力したパスワード(4桁~ 16桁の英数字)も必要になりますので、ご確認ください。

問い合わせ先 総務課住民係 (内線332)





門がパーク推進ではり

下仁田町自然史館(ジオパーク推進室) 下仁田町大字青倉158-1 270-3070 FAX67-5315 http://www.shimonita-geopark.jp/

行事報告

12月 3日(火) 第8回『下仁田ジオ・歴史遺産応援団』模擬ガイド実習 11名

12月 5日(金) かぶらぶらぶら街道観光会社ツアー 25名

12月12日(木) NHK文化センター前橋教室 15名

12月27日(金) 埼玉県立川越高等学校 28名

自然史館の利用他

12月21~23日 関東山地団体研究グループ

行事予定

現地観察会『まちなかと旧田島屋こんにゃく精粉工場』

日 時 3月9日(日) 9:00~12:00

場所 下仁田駅集合

内 容 下仁田のまちなかには、先人たちがこの土地の地形や地下資源を 利用しながら、歴史を積み重ねてきた名残があります。その一つと して、平成10年まで操業されていた旧田島屋こんにゃく精粉工場を 見学します。工場内は普段見学することが出来ないので、ぜひご参 加ください。

持ち物 動きやすい服装・帽子・飲み物・雨具

申込み ジオパーク推進室 ☎0274-70-3070

※十日祝日も申込みいただけます。



▲杵と臼



▲水車動力用のえん堤

ネギとコンニャク・ジオパーク 『旧田島屋こんにゃく精粉工場』

3月に行う『まちなかと旧田島屋こんにゃく精粉工場』の現地観察会に合わせ、なぜ下仁田町がこんにゃくの集散地とし て有名となったのか。その要因の一つに地形が大きくかかわっていたのではないか。などを考えながらの観察会となりそ うです。

江戸時代は水戸藩の専売品として扱われていたこんにゃく精粉ですが、明治になりその技術が南牧村尾沢に伝わり、こ の地域に広まったことをご存じの方は多いと思いますが、こんにゃく水車の歴史について群馬県蒟蒻原料商工業協同組合 五十年史にこう書かれています。(抜粋)

【下仁田以西は南牧川、西牧川と支流栗山川、青倉川等急流の小河川があり、当時は動力源として水車に依存するしかな かった。このため南牧、西牧には殆ど百メートルおきに水車があり、青倉川は2キロの地帯に八ヶ所、栗山川にも1キロの地 帯に五ヶ所も水車があった。 当初は麦搗水車として建造されたものが漸次蒟蒻工場に改造された。 車 (くるま)という俗称 で呼ばれる家がそこかしこにある。

現在(昭和40年[1965]発行)は、輪立(わだち)式のものは僅か三、四ヶ所あるのみで、他はことごとくタービン水車に改 造されているが、個人企業としてはたいしたもので、一寸やそっとの洪水ではびくともしないえん堤が築かれている。南西 牧両河川の合流点以下を鏑川と称し、流れは緩やか、川幅が広がり水車建設には不向きである。こうした意味で下仁田町 の上流は典型的なこんにゃく水車地帯であると言える。】

旧田島屋蒟蒻精粉工場は大正10年に創業をはじめ平成10年に操業を停止した老舗工場のひとつです。この工場も輪立 水車からタービン水車(縦軸タービン)を経て、後に電化されていますがタービン水車時代のえん堤や動力を杵に伝える布 ベルトなどが良い状態で残っています。

※下仁田町自然史館では、午前9時から午後4時まで展示室を開放しています。ぜひお出かけください。

問い合わせ先 下仁田町自然史館(ジオパーク推進室) ☎70-3070

下仁田自然学校研究交流集会 ~下仁田自然学校からのお知らせ~

何でも聞いてみよう!なんでも答えます!出張!!解答団

時 3月8日(土)13:00~17:30『出張 解答団』 18:00~19:00『天文教室』 B

場所 下仁田町公民館大会議室

下仁田自然学校では、全国各地のさまざまな分野のグループが集まって研究活動を行っています。 内容 今回の「出張解答団」では、各グループの専門家が知られざる下仁田ジオパークを謎解きます。 慣れ親しんだ光景の中の驚くような秘密に触れて、下仁田ジオパークの楽しさを知ってみませんか? 皆さんが日頃、不思議に思っていることをなんでも質問してみましょう。

鏑川団体研究グループ	下仁田町周辺でクリッペや中央構造線調査		
関東山地団体研究グループ	四ッ又山の岩石調査や、生い立ちを研究		
下仁田化石探検隊	50年ぶりに見つかったアンモナイトをはじめ、下仁田の化石を調査		
荒船風穴調査団	史跡 荒船風穴の地形のでき方を調査		
妙義山地団体研グループ	妙義山の奇岩奇峰がどうやってうまれたかを調査		
本宿陥没研究会	本宿周辺に昔起こった大きな陥没と火山活動を調査		
関東火山灰グループ	40万年の歴史を語る関東ローム層を調査		
金剛萱遺跡研究会	下仁田3万年の人の歴史、旧石器から現代までを調査		
古地磁気グループ	金剛萱のローム層にある火山灰から、地磁気の変化を調査		
秩父盆地団体研究グループ	約2000万年前頃、群馬と埼玉に広がっていた海の様子を研究		
巨大地すべり調査グループ	下仁田の大昔の巨大地すべりについて調査		

臨時休館のお知らせ

2月1日から3月31日までの間、空調設備工事及び世界遺産関連展示の充実化を図るため、 改装工事を行います。そのため、約2ヵ月間臨時休館とさせていただきます。 ご理解とご協力をお願いします。

ありがとうございます「歴史資料のご提供」

小坂13区から、熊野神社に伝わるのぼり旗をふるさとセンターにご寄付いただきました。 この旗には、明治15年の年号も刻まれ、地域の歴史を伝える大変貴重な資料です。 ご理解とご協力をありがとうございました。

問合せ先 ふるさとセンター ☎82-5345



~社会人としての意識向上と基礎力の育成を目指して!~

群馬県では、入社予定者および入社3年目程度までの若年層社員を対象に、フレッシュマンセミナーを開催します。 実践的なカリキュラムを通じて、社会人としての心構えと基礎的な知識、あいさつ・ビジネスマナーの習得と定着を図ります。

開催日時 〈安中‧富岡地域〉 平成26年3月18日(火)9:30~17:00

<藤岡·伊勢崎地域> 平成26年3月20日(木)9:30~17:00

場 <安中·富岡地域> 群馬県富岡合同庁舎3階

<藤岡・伊勢崎地域> 伊勢崎商工会議所 大ホール

定 **員** 100名※定員になり次第しめきり

参 加費 お一人様1000円(昼食代として)

主 催 群馬県(産業経済部労働政策課)

事業受託者 株式会社CRI中央総研

お申込み・お問い合わせ先 株式会社群馬中央総合研究所(担当:中野、田縁、西條)

☎027-254-3220 FAX 027-253-0662 E-Mail freshman@gcri.co.jp

会

富岡甘楽広域市町村圏振興整備組合平成24年度決算概要

歳入は総額16億3,994万円となり、構成比では分担金 及び負担金が14億4,906万3千円で全体の88.4%を占め ています。

歳出は総額16億212万円となり、構成比では消防費が 13億2,673万1千円で82.8%と大きく、次いで衛生費が1 億65万7千円で6.3%を占めています。

	歳 入		決 算 額	構成比
分担	金及び負	担金	1,449,063千円	88.4%
使用	料及び手	数料	36,129千円	2.2%
県	支 出	金	416千円	0.0%
繰	越	金	10,677千円	0.7%
諸	収	入	51,055千円	3.1%
組	合	債	92,600千円	5.6%
	計		1,639,940千円	100.0%

歳出	決 算 額	構成比
議会費	792千円	0.0%
総務費	55,581千円	3.5%
総務監理費	55,494千円	3.5%
監査委員費	87千円	0.0%
民生費	21,794千円	1.4%
児童福祉費	21,794千円	1.4%
衛生費	100,657千円	6.3%
保健衛生費	100,657千円	6.3%
消防費	1,326,731千円	82.8%
教育費	89,036千円	5.5%
教育総務費	131千円	0.0%
看護専門学校費	88,404千円	5.5%
社会教育費	501千円	0.0%
公債費	7,529千円	0.5%
予備費	0千円	0.0%
計	1,602,120千円	100.0%

算年金

新成人のみなさん、 おめでとうございます

20歳になったら必ず国民年金に加入しましょう

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。 日本に住む2歳以上6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 20歳の誕生日を迎えたら、すみやかに市役所・町村役場の国民年金担当係で加入

手続きをしてください。

者として国民年金にも加入していますので、手続きは不要です。 ただし、すでに就職して厚生年金や共済組合に加入している方は、第2号被保険

■国民年金保険料

払いが困難な場合は、保険料の納付が猶予される『学生納付特例制度』(学生のみ)、 「若年者納付猶予制度」(30歳未満)などがあります。 国民年金に加入すると保険料を納めることになります。収入等がなく保険料の支

申請をされる方は、市役所・町村役場の国民年金担当係で手続きをしてください

国民年金保険料の納付は口座振替が便利でお得です

前納制度

金で前納する場合よりもお得です。また、2年分の前納も始まり、さらにお得になり 国民年金には、「括して保険料を納めると割引になる「前納制度」があります。 口座振替で1年分(または6か月分)の保険料を前納すると、納付書を使用して現

ましたので、口座振替で保険料の前納を希望される方は、2月末日までに金融機関ま

早割制度

たは年金事務所へお申し出ください

口座振替には前納制度のほかに「早割」制度があります。

す。「早割」制度をご希望の方も金融機関または年金事務所へお申し出ください。 険料が50円割引になるお得な制度です。納め忘れの心配もないので、安心・確実で これは、口座振替の指定日を納付期限より1か月早めることで、1か月当たりの保

書など)をご持参ください。 預貯金通帳届出印、③基礎年金番号が分かるもの(年金手帳・国民年金保険料納付 口座振替による「前納」または「早割」制度をお申し出の際には、①預貯金通帳、②

くわしくは、年金事務所へお問い合わせください 国民年金課(☎027・322・7731)

2月の「保育園子育て応援(保育園体験)」活動計画

「保育園子育て応援(保育園体験)」は、在宅の3歳までの乳幼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、希望される保育園へお問い合わせください。



保育園	馬山保育園	小坂保育園	青倉保育園
会 場	保育園ホール	保育園内	保育園内
実 施 日	2/20(木)	2/3(月)	2/18(火)
時 間	10:00~11:00	10:00~	10:00~11:30
対象児	妊婦さんと3才児まで	未就園児	妊婦さん~3才
	リトミック	節分会(まめまき)	保育園体験
内容	乳幼児の育て方及び 在園児との交流	鬼のお面を作り、被り豆を撒いて邪鬼を 払い、福の神を迎え入れてお互いの	親子ふれあい遊び
準備するもの	運動の出来る服装で お出かけください。	健康と幸せを祈る、昔からの風習を 体験して楽しむ。 準備するものは、ありません。	動きやすい服装でご参加ください。
講師	リトミック講師 田中文華、蟻坂弘江 担当保育士 寒河江恵子		参加ご希望の方は事前に ご連絡ください。

■問い合わせ先 馬山保育園 82-2323 小坂保育園 82-2116

青 倉 保 育 園 82-2549 下仁田町役場 健康課福祉係 (内線326)

2月期の児童手当 2月10日(月)に各口座に振り込みますのでご確認ください。 なお、振込通知は申請等により額に変更があった場合のみ送付します。 問い合わせ先 健康課 福祉係 (内線326)

高学年 団体優勝 仲町·旭町

> 個人優勝 近藤南月さん

1月13日(祝)、町文化ホールにおいて、第29回下仁田町子どもか るた大会が開催されました。

昨年の暮から各地区で練習を行い、本大会に備えてきた児童たち が熱戦を繰り広げました。

クラス		順位	個人・チーム名	
		優勝	仲町·旭町(下仁田)	
	団体	準優勝	仲町B(下仁田)	
高学年		3位	S.C.T(馬山)	
同子牛		優勝	近藤南月(下仁田)	
	個人	準優勝	黒澤涼香(青倉)	
		3位	恩田隆雅(馬山)	

クラス		順位	個人・チーム名
		aブロック優勝	下町·東町(下仁田)
	団体	bブロック優勝	仲町·旭町(下仁田)
低学年		cブロック優勝	馬山最強チャンピオン(馬山)
江子平		dブロック優勝	髙橋祈来(下仁田)
	個人	eブロック優勝	小林京平(下仁田)
		fブロック優勝	神谷綾太(馬山)



▲大会の様子



▲入賞者の皆さん

※上記チーム·個人は1月26日に下仁田町公民館大会議室で行われる甘楽郡上毛かるた大会に出場します。

平成26年成人式 ~大人の門出~

新成人87人のうち75名が華やかな晴れ着や袴、スーツ姿で出席、社会人として旅立つ精悍な顔つきと、久しぶりに再会した友との会話に声を弾ませ、会場は笑顔に包まれました。

式典では、町長、町議会議長、町選挙管理委員長が新成人にエールを送り、 大人の門出をお祝いしたほか、中学時代の恩師からのビデオメッセージも上映 されました。

また、新成人を代表して牧野勇貴さん(馬山)が「社会人としての自覚と責任を持ち、下仁田町に、そして社会に貢献していきたい」と力強く謝辞を述べました。













▲アトラクションとして抽選会が行われました













新 成 人出 席 簿 者 名 下仁田小学校卒業·下仁田地区在住

No.	氏 名	No.	氏 名	No.	氏 名
1	小林 萌	11	柳 宗輝	21	岡野 萌
2	伊藤 鈴	12	栗原 奈菜	22	黒澤 麻衣
3	大井田晃莉	13	千野 宏樹	23	柴山明夢香
4	柴山 翔	14	掛川 広一	24	石井 涼奈
5	中村 安里	15	白鷹 峻弥	25	石井 萌子
6	福田 涼太	16	野口 駿介	26	関口実沙樹
7	茂木 優輝	17	新井 北斗	27	並木 彩花
8	山田 碧	18	今井 美結	28	福田亜麗志
9	新井 小晴	19	齋藤 将	29	小井土晴基
10	三井田大地	20	土谷 祐介	30	市川 拓磨

馬山小学校卒業·馬山地区在住

No.	氏 名	No.	氏 名	No.	氏 名
1	今井 竜也	9	佐藤 有紗	17	土谷 奈緒
2	今井 哲也	10	里見 享	18	星野穂奈美
3	黒澤 聖也	11	上原 美咲	19	吉田 侑斗
4	竹内 雅浩	12	清水 文香	20	猪野 仁美
5	猪野 智也	13	神戸 泉慧	21	直井 喬將
6	永井 拓海	14	瀬間 ありさ	22	今井穂乃佳
7	清水 裕太	15	牧野 勇貴	23	市川 剛志
8	下山真里奈	16	岩井 元	24	神戸 遥香

小坂小学校卒業·小坂地区在住

No.	氏 名	No.	氏 名	No.	氏 名
1	新井 純	4	栁澤 大祐	7	加部 優紀
2	清水 健司	5	齋藤 典明	8	森田 賢人
3	永井 悠貴	6	本多 美里		

西牧小学校卒業·西牧地区在住

No.	氏 名	No.	氏 名	No.	氏 名
1	武藤 魁杜	4	青木 祥幸	7	佐藤 力
2	柳 朱莉	5	並木 千夏	8	岩井 美穂
3	並木 志保	6	竹内 大地		

青倉小学校卒業·青倉地区在住

No.	氏 名	No.	氏 名	No.	氏 名
1	福田 和希	3	神戸 智美	5	吉田 将真
2	今井 春香	4	神戸 友輔	6	大木 卓也

※新成人該当者 87名 出席者 75名

第50回下仁田町一周駅伝大会 10大会連続優勝 下仁田支部

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。 4年ぶりに参戦の青倉支部を含めた総勢37チームが、下仁田中学校の ゴールまでの7区間(30.5km)のコースで、熱戦を繰り広げました。 結果は次のとおりです。

1部優勝・・・・下仁田支部

2部優勝・・・・しののめ信用金庫

3部優勝・・・・碓氷陸上クラブ





		区分	チーム名	選手名	タイム	新記録
		優勝	下仁田支部		1時間48分51秒	
		準優勝	小坂支部		1時間54分52秒	
		3 位	馬山支部		1時間55分23秒	
		第1区(3.8km)	下仁田支部	村 木 巧 馬	12分25秒	
第 1		第2区(5.6km)	西牧支部	小井土 真 斗	17分26秒	新記録
部	区	第3区(5.1km)	下仁田支部	佐藤純	18分16秒	
		第4区(3.7km)	下仁田支部	阪 本 稔	12分56秒	
	勝	第5区(4.7km)	馬山支部	森 下 颯	17分28秒	
		第6区(3.1km)	西牧支部	小井土 凌	12分35秒	
		第7区(4.5km)	下仁田支部	佐 藤 豪	16分32秒	
	優勝		しののめ信用金庫		1時間50分11秒	新記録
			群馬県信用組合野球部A		2時間06分00秒	
		3 位	下仁田走ろう会		2時間19分34秒	
		第1区(3.8km)	しののめ信用金庫	三 田 悟	13分00秒	
第 2 部		第2区(5.6km)	しののめ信用金庫	高山直樹	18分54秒	
部	ᅜ	第3区(5.1km)	しののめ信用金庫	吉 田 智 行	17分45秒	新記録
	区間優勝	第4区(3.7km)	しののめ信用金庫	佐 俣 智 秋	14分04秒	
	勝	第5区(4.7km)	しののめ信用金庫	都 丸 善 生	18分07秒	
		第6区(3.1km)	しののめ信用金庫	植原知之	12分18秒	新記録
		第7区(4.5km)	しののめ信用金庫	田中雄太	16分03秒	
笙		優勝	碓氷陸上クラブ		1時間42分16秒	
第 3 部		準優勝	農二OB		1時間44分39秒	
部		3 位	黒川陸上協議会		1時間45分04秒	

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



▲1部優勝 下仁田支部



▲2部優勝 しののめ信用金庫

TOWN TOPICS まちのわだい

新年互礼会

1月6日(月)役場において、 新年のあいさつ交換会(互 礼会)が開催されました。互 礼会冒頭では町の功労者、善 行者、活性化大賞の各表彰 式が行われ、永年にわたるご 功労に敬意を表し表彰が贈 られました。



〈敬称略〉

氏	名
並木	實修
古市	隆子
武 藤	正
清水	英 幸
三井田	博
永 井	恵一
瀬間	勝美
園 部	勝政
小金澤	成幸
諏 訪	正 和
福田	敏 雄
茂木	芳 博
	並古武清 井 間部 深 訪田





下仁田町活性化大賞が 決定しました!

下仁田町活性化大賞は、積極的・継続的に町の活性 化のための活動をされている個人や団体の方を表彰 するものです。第8回下仁田町活性化大賞には「紫陽 花を育てる会」(会長 下山喜三男さん)が選ばれ、 新年互礼会の席で表彰が行われました。

同会は平成18年の発足以来、下仁田町の玄関口で ある馬山のあじさい園を地元のボランティアを中心に、 大切に守り管理しています。6~7月には下仁田インタ 一をおりた国道沿いの斜面に色とりどりの紫陽花が広 がり、町民のみならず町を訪れる人々の目を楽しませ てくれています。下仁田町の新名所として定着しつつ あるあじさい園をこれからも楽しみにしています。お めでとうございます!





第30回富岡警察署長杯少年柔道の部

11月23日(土)富岡市民体育館(もみじ平公園)で第30回富岡 警察署長杯が開催され、下仁田柔道教室が参加し健闘しました。 結果は次のとおりです。

小学1・2年の部準優勝佐藤孝紀くん小学5・6年の部3 位小泉省悟くんパ黒澤佳佑くん

新入団員募集中!

月·金19時30分~下仁田交番柔道場にて練習中。 気軽に見学にきてください。



新年登山(初日の出参拝)

元日恒例となっている、荒船山新年登山が町 体育協会山岳部主催で行われました。

山頂には50cm以上の雪がありましたが、16人の参加者は雑煮を食べ、初日の出に1年の無事を祈りました。



手打ちそばに舌鼓

12月4日(水)下仁田町デイサービスセンター(馬山)で通所者の方々に今年も手打ちそばが振る舞われました。この日そばを打っていただいた方は、下仁田町(川井区)の出身で、現在は高崎市倉賀野で「そば処うちだ」を経営している内田良久さんと息子の真作さん親子。お世話になった下仁田町に奉仕したいとの思いに至り、そばの無料提供が行われました。

通所者の皆さんは、目の前で打たれたそばを、大変おいしくいただいておりました。



▲そばを打つ内田さん親子



▲そばをご馳走になる通所者の皆さん



下仁田町消防団・下仁田消防署出初式

1月5日(日)町文化ホールにおいて消防出初式が挙行され、安心安全な町づくりを目指し消防活動に全力を尽 くすことを誓いました。

「退職消防団員」への感謝状や、「三世代伝承等優良消防団員」、「永年勤続消防団員」等への表彰が行われた 後、町内行進が行われました。



▲三世代伝承等優良消防団員を受賞した山田勉さん



▲退職された方々

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、平成26年下仁 田町交通安全指導員初点検が挙行されました。点検終 了後は早速、町一周駅伝大会が安全・安心に実施できる よう交通指導を実施していただきました。

今年も児童の通学や高齢者の保護など、交通事故の ない町づくりにご尽力いただきます。



蒟蒻大黒天祭 「豊作と繁栄祈願」

1月19日(日)、諏訪神社境内の近戸神社において蒟 蒻大黒天祭が開催され、豊作と価格向上、関係業界の繁 栄を祈願しました。

また、会場を公民館に移しての記念講演会では、小島 昭先生をお迎えし「地域発展のカギは水資源にあり!」 と題し、ご講演をいただきました。





▲「アートな書道教室」開催しました。

公民館だより

平成26年2月1日発行 359号

【下仁田町公民館】 ☎82-3535 FAX82-5489

場合は、発行されてから6カ 届きます。(ただし、新刊の 週間〜1ヶ月程でお手元に リクエストして頂ければ、ク る制度です 校の本を借りることができ 町にいながら、提携している う制度があります。自分の ています。お料理や手芸、そ 待ちしております。 させてみませんか。ご連 教えられる方、地域に普及 了する予定ですので、3月1 **是非ご利用ください。** 大変便利な制度ですので 月程経過しないと届きません。) **乂化ホールの利用につ** ・37館(室)の市町村や学 併せて募集しております。 他の趣味の物づくりなど をしてくださる方を探 文化の創造のために手に入講座講師募集!! 2月28日(金)に文化ホ 子ども向けの講座の先生 図書室には相互貸借とい (土)から貸館を再開しま 長い間ご迷惑をお掛けい 空調設備改修工事が終

新刊図書が入っています!

12月に入った新刊図書は以下のとおりです。話題の本もあります。ぜひ、図書室にお越しください。また、本のリクエストも随時受け付けていますので、よろしくお願いします

書名	著者名	備考
インフェルノ 上・下	ダン・ブラウン	
小暮写真館 上·下	宮部 みゆき	
はなとゆめ	冲方 丁	
師走うさぎ お医者同心 中原 龍之介	和田 はつ子	
蛇行する月	桜木 紫乃	
今夜もおっきりこみ	木部 克彦/文·料理	
ヘンテコリンおじさん	みやにしたつや/作・絵	子ども向け

「道の駅おおた」で「道の駅フェア」を開催!

多野藤岡・甘楽富岡地域の8つの道の駅では広域的観光振興事業「かんな・かぶら∞ぐるぶらの旅」の一環により当地域について東毛地域の方々にも知っていただこうと太田市の「道の駅おおた」において「道の駅フェア」を開催し、特産品の販売や抽選会、ゆるキャラも登場して観光PRを行います。

イベント名 「かんな・かぶら∞ぐるぶらの旅 | みちえきマルシェinおおた

開催日時 平成26年2月22日(土) 10:00~15:00

開催場所 道の駅おおた(群馬県太田市粕川町701-1)

開催8駅 ららん藤岡/道の駅おにし/道の駅万葉の里/道の駅上野/道の駅オアシスなんもく/道の駅し

もにた/道の駅みょうぎ/道の駅甘楽

問い合わせ 藤岡行政県税事務所 ☎0274-22-5101



【俳句】

■風が研ぐ仄かな蒼の寒満月

■赤毛のアン読みかえしけり菜種梅雨

■みしみしと身に凍む河原初氷

■蒲公英の地を這ひて咲く黄鮮やか

■鉛色空の重さや雪催

1, 扳 佐藤 信香

(高崎市) (富岡市) 佐藤 並木三千夫 政代

(下仁田) 茂木 久里

(南野牧) 清水みち代

■禅寺に芝生いろどる散る紅葉 ■雲は知る空に孤高の月満ちる ■残り香に包まれながら菊を狩る ■秋の音筆におとして一句かな けい子 俊 秋 善 子 子 月 ■薄氷を朝日がすべる行潦 ■春寒に物言いたげな石仏

■はらはらと風に舞い散る紅葉かな

フ

サ

■雪吊は匠の技か縄の富士

旭

【下仁田町河鹿句会広報俳句二月分】

■峠地に茶の花咲いて捨て畑

■軒先に生きがい見ゆる菊の鉢

うめ子

才

子

房 夫

けさを

※行漆……雨が降って地上にたまり流れる水のこと。

(馬 币 山中 たね

(南野牧) 清水みち代

■勤め辞め妻で迎える初春を食積に込め作る祝膳

■新しい家計簿にまず記す文字は家族の健康すべての節約で

[短歌]

23 82-2111 下仁田町役場 保健センター **23** 82-5490 仁田町公民館 **2** 82-3535 下仁田厚生病院 **2** 82-3555 荒船の湯 **2** 60-6004 ふるさとセンター **2** 82-5345 下仁田町自然史館 **2** 70-3070

▽期間 募集します。 方5時~翌朝8時3分)を

-ビス **23** 82-4433

平成26年4

日~平成27年3月31日

とができます。) 年齢65歳以下で健康な者 70歳まで契約更新するこ 税金の滞納のない者 月15日位できる者

▽募集期限 >募集人員 1 名 平成 26年2

月14日(金)まで

係までお申し込みください。 明書を添付し総務課行政 書に記入の上、町税完納証 >申込み方法 市販の履歴

係(内線301) ▽問合せ先 総務課行政

▽募集 募集します。 道の駅しもにたでテナントを 1区画(41:39

その他の詳細については要 ▽家賃 ▽共益費 月額5万円 月額2:1万円

相談 >問合せ先 道の駅しもに

宿直者(役場庁舎)募集

役場では、夜間宿直者(夕

おでかけください

バスでの送迎を行っておりま 15人以上でお申し込みく 「荒船の湯」ではマイクロ

午後8時 ▽開館時間 ださい。【15人以上28人まで】 午前10時~

のときは、その翌日 ▽利用料金 ▽定休日 月曜日(祝 時間制 祭日 限 な

町民 料金を改定いたしました。 荒船の湯では2月1日より

章書者 「一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一	大人	J
3 0 0 円	4 0 0 円	

町外の方

上工	
5 0 0 円	

ます。 60 60 60 4 >お問い合わせ 荒船の湯

理解とご

協力をお

願

者を介護している方に、介 在宅重度障害者介護手当 町では、在宅の重度障害

た((有)産業開発しもにた

ください。 要事項を記入し、提出して は申請書を送付します。必 すでに受給されている方に 祉係までご連絡ください。 す方を介護している方で申 つ[支給要件]の全てを満た 囲」のいずれかに該当し、か 請していない方は、2月12日 水)までに役場健康課福

障害者の範囲

軽い障害は該当になりませ 持者(片上下肢の障害、両 身体障害者手帳1・2級所 に重度の障害を有する方で、 上下肢でも比較的程度の 一両上肢、両下肢、体幹機能

支給要件 療育手帳A所持者

が100日以内である方 により家庭を離れた期間 所していない方 護手当、下仁田町介護慰労 以上居住する方 金を受給していない方 群馬県在宅重度障害者介 町内に住所を有し、3ヶ月 下仁田町福祉作業所に通 入所、短期入所、 入院等

齢3歳以上で[障害者の範 護手当を支給します。 問い合わせ先 祉係(内線325) ·年額2万円

人権講演会

▽日時 数の皆様のご参加をお願い いたします。 講演会を行いますので、多 人権啓発の一環として次の 町及び教育委員会では、 2月6日(木)午

参画課 ▽講師 ▽会場 2 時 だれにでも 同じ人権」 2階大会議室 スポーツ部 ▽演題「いつでも どこでも 群馬県生活文化 啓発専門員 下仁田町 人権男女共同 役場

▽問い合わせ先 会生涯学習係(内線713) 〉参加費 無料 教育委員

地区別ミニ就職面接会開催

▽日時

2月15日(土)

▽内容 ▽対象 ▽会場 職を希望する方、福祉の仕 事に関心のある方 センター 後1時3分から午後3時 別面談、福祉の仕事相談コー 採用担当者と個 3 階 富岡市生涯学習 介護職として就

健

康 課 福

ナーなと

324-2761 | 324-2761 | 社会福祉法 | 324-2761 | 社会福祉法 | 324-2761 | |

人名簿の縦覧について農業委員会委員選挙

縦覧を行います。 農業委員会等に関する 農業委員会委員選挙人名簿の 悪により、農業 ている公職選挙法第23条 ている公職選挙法第23条

▽基準日 平成26年1月1 で、この期間に縦覧をしてには閲覧制度がありませんには閲覧制度がありませんには閲覧制度がありませんには閲覧制度がありませんには閲覧制度がありませんので、この期間に縦覧をして

▽**期間** 2月3日(日)~3

▽時間 午前8時30分~

員会 ▽**場所** 役場選挙管理委 午後5時

管理委員会(内線301) ▽**問合せ先** 役場 選挙

林野火災予防について

●枯れ草等の火災が起こ●たき火等火気の使用後、しない。

●強風時及び乾燥時には

)野焼きをしない。(法律

に消火をする。

務所 ☎62-1535 ●野外での喫煙は、必ず携 一野外での喫煙は、必ず携 で聞合せ先 富岡森林事 で開合し、夕バコ では、必ず携 の吸いがラは投げ捨てない。

ついて 群馬県立点字図書館に

T37110843

前橋

>利用案内

点字図書館をご利用希望 の方は来館または電話により利用登録をしてください。 日 視覚障害のある方に、電 1 視覚障害のある方に、電 1 視覚障害のある方に、電 1 視覚障害のある方に、電 2 図書を送料無料で貸出し

○点字図書・録音図書・D ○点字雑誌・録音雑誌 ○点字雑誌・録音雑誌

○個人の希望に応じてプラ イベート点訳·音訳をしてい オベート点訳·音訳をしてい ます。

▽連絡・問い合わせ先

▽利用できる金融機関

市新前橋町13-12 群 高県社会福祉総合センター 3階 群馬県点字図書館 2027-280-4103 で開館時間 午前9時から 年後5時まで

図書整理日は休館) 日(土・日曜日、年末年始、 日(土・日曜日、年末年始、

確実です口座振替が安心・便利自動車税の納税は

はじめませんか。 年5月末日ですが、納期限 動的に納税できて安心です。 動的に納税できて安心です。 はじめませんか。

してください。

記入し、郵便ポストに投函

込みはがきに必要事項を

▽申込みはがき 県税事務所、行政県税事務所、市町村役場、 車税事務所、市町村役場、 を金融機関窓口等にあり こともできますので、お問 こともできますので、お問

お問合せください。
「知合などです。詳しくは
「知合などです。詳しくは

▽**申込期間** 2月末日まで 下**神込期間** 2月末日まで りにお申し込みいただければ、 できますが、お早めにお 申し込みください。

▽**車検用納税証明書** 振翌日となります。) 月末日(末日が土日の場合、

○問合せ先 富岡行政県 ○問合せ先 富岡行政県 税事務所県税課 ☎63-2245 又は群馬県自動 027-2



21

「病気と健康」シリーズ

胃食道逆流症

下仁田厚生病院 内科医長 前田正毅

(はじめに)

のような病気でしょうか。「胃食道逆流症」とはど「胃食道逆流症」によることが多いです。では、「胃食道逆流症」とはどですが、むしろ食道と胃の境目である胃の入り口あたりが問題となるが「胃食道逆流症」です。胃の調子が悪くて症状が出ていると思いがちやけを感じたことはありませんか。このような症状の原因として多いの暴飲暴食の後や屈み込むような姿勢をとったときに、胃もたれや胸

(原因

とされています。逆流する内容物の中でも特に胃酸が病気の原因ることで起こります。逆流する内容物の中でも特に胃酸が病気の原因「胃食道逆流症」とはその字の通り胃の内容物が食道に逆流してく

「食道裂孔へルニア」と言います。開きっ放しになっている人がいます。この胃の入り口が緩んでいることをれるようにできています。しかし、人によっては胃の入り口が緩くなって食道に逆流しにくく、また逆流しても唾液を飲み込むことで洗い流さ食に合わせて開くようになっています。そのため胃から出てくる胃酸は胃の入り口は普段は閉じていて、食べ物や飲み物などを飲みこんだと

言います。 検査にて食道粘膜のただれが見られるものを特に「逆流性食道炎」とまた重症化しやすいと言われています。「胃食道逆流症」のうち内視鏡のため「食道裂孔ヘルニア」の人では「胃食道逆流症」を起こしやすく、胃酸に晒される時間が長くなることで傷んでしまう事があります。そこの「食道裂孔ヘルニア」の人は胃酸が逆流しやすく、食道の粘膜が

症状)

「胃食道逆流症」で典型的な症状は先ほどもお話しした胃もたれや

イガイガする違和感の原因にもなることもあると言われています。の病気との鑑別が必要なときもあります。また、長く続く咳や、のどが起きやすくなると言われています。胸の痛みを訴えることもあり、心臓を強く締めたり、しゃがみ込む姿勢を長くとったりすることで症状が胸やけです。甘いものや芋類、脂ものなどを食べたり、コルセットやベルト

(診断)

断します。
あついただき、症状が改善すれば「胃食道逆流症」と診す。内視鏡検査で異常が認められなかった場合は胃酸分泌を強く抑えが流症」以外の病気が無いか確認するためにも内視鏡検査は重要でだれが認められれば確定診断になります。また、胃がんなどの「胃食道だれが認められれば確定診断になります。内視鏡検査で胃の入り口にた診断にはまず内視鏡検査が必要です。内視鏡検査で胃の入り口にた

(治療)

ます。 重症例には「食道裂孔ヘルニア」を治す手術が検討される時もあり

(終わりに)

装をしないなど)にも注意が必要です。 しゃがみ込むような姿勢を長くとらない、おなかを締めつけるような服ぎない、脂物を控えるなど)や生活習慣(食後すぐには横にならない、とがんの発症の原因になる恐れもあります。また、食事の内容(食べ過す。放置しておくと悪化して出血し吐血の原因になったり、炎症が続くす、放置しておくと悪化して出血し吐血の原因になったり、炎症が続くす。放置しでおくと悪化して出血し吐血の原因になったり、炎症が続くす。放置しておくと悪化して出血し吐血の原因になったり、炎症が続く

くりのための 新しい計画が 始まります!

1月にダイジェスト版を全戸配布しました。みなさん、ご覧いただけましたか。 平成14年に策定した「健康しもにた21」の推進期間が満了し、第2次計画がスタートしました。

基本方針

すべての町民が心身ともに健康で明るく生活できる町



健康寿命の延伸・健康格差の縮小



生活習慣病の発症予防 •重症化予防

社会生活機能の維持向上

健康づくり支援のための 社会環境の整備

健康増進の要素

①栄養・食生活 ②身体活動・運動 ③こころの健康・休養 ④たばこ

⑤アルコール ⑥歯・口腔の健康 ⑦生活習慣病(がん・循環器疾患・糖尿病)

今回の計画の推進期間は平成25年度から34年度までの10年間で、5年後には中間評価を行います。 健康増進の要素について、「家庭」、「地域・組織」、「行政」でそれぞれ取り組む行動を計画立てて実行していきます。 次回から、その行動計画について要素ごとに紹介していきます。

問い合わせ先 健康課 保健環境係(保健センター内)☎82-5490

平成25年度青少年育成。道德教育標語三沙多一儿入賞作品

○最優秀賞

標語	学年	氏	名
けんこうは はやねはやおき しょくじから	小门	かみや神谷	p < 莉玖
やさしさは えがおあふれる 家庭から	小4	おかの 岡野	ま お 真緒
only one リセットできない 我が命	中1	水井	たくま 琢真

▽優秀賞(小学校高学年の部)

標語	学年	氏 名
ありがとう 心つながる その言葉	小6	さとう はやて 佐藤 颯
考えよう 人の気持ちと 自分の行動	小5	まかすみ あゆむ 黛 鮎夢
助け合う その優しさが 思いやり	八4	かないしけいご金井 啓悟
やさしい言葉 言って言われて うれしい気持ち	小5	おかだ めいな 岡田 明奈

▽優秀賞(小学校低学年の部)

標語	学年	氏 名
朝ごはん 食べて脳の スイッチ オン!!	小2	じんぐう かいり神宮 浬
いちにちの げんきのみなもと あさごはん	小1	まつばら かんすけ 松原 勘佑
まいあさの おはようあいさつ 目ざましどけい	小2	さまた りゅうき 佐俣 琉貴
おはようと きもちよく げんきよく	小门	いたがき か ほ 板垣 花歩

▽優秀賞(中学生の部)

標	語	学年	氏	名
その命 きっと輝く ときがある		中1	さとう 佐藤	たいせい 太星
自分から いじめをとめる 強い意志		中1	あおき 青木	ひろや大也
なにげなく 言った言葉が 生死も分に	ナる	中1	Uもやま 下山	あつし 篤志
大切に 尊い命と やさしい心		中2	たむら 田村	_{さ き} 早希

食べることは生きること、人を良くすることです・・・食育シリーズ⑨



おやつ、誰と 何を食べますか?

あなたにとって、おやつはどんな役割がありますか? 楽しみ、ストレス解消、家族団らん、コミュニケーション、栄養補給、眠気覚まし・・・

おやつの必要性はライフステージ (年齢層) によってその目的が異なります。 あなた (またはご家族) の年齢層に応じたおやつの選び方ができるといいですね。 下表を参考にしてください。



年齢層	選ぶポイント	具体的な食品	一日の量
幼児期	食事の補食として、3食でとり 足りない食品をおやつに選び ましょう。食べる時間や回数も	いも、かぼちゃ、トマト、枝豆、と うもろこし、くだもの、サンドイッ チパン、おにぎり、やきもち、蒸	1日1~2回の範囲で、全体の食事の2割程度のものを。例えば、蒸かしじゃがいも1個と牛乳コップ1杯
学齢期	決めて、むし歯をつくらないよ うに気をつけましょう。	しパン、乳製品、小魚など	1日1〜2回の範囲で、全体の食事の1割程度のものを。例えば、おにぎり1個とフルーツヨーグルト1杯
青年期	食物繊維やビタミン、ミネラル の補給を意識して選びましょう。 特に妊娠前の女性は母体づく りを目的に。	くだもの、いも、野菜(※3食で どうしても野菜が不足がちな方 は必要に応じて野菜ジュース)、 乳製品	1日1~2回、エネルギー200キロカロリーぐらいの範囲で、左側の選ぶポイントを参考に楽しみましょう。
壮年期	体重コントロールを意識しなが ら、上手に選んで楽しみましょう。		例えば、 10時にみかん1ヶ・お茶 15時に焼き芋1/2本・ホットミル
高齢期	食事の補食として、3食でとり 足りない食品をおやつに選び ましょう。また、お好みの甘味お やつは食事に影響しない程度に。		クカップ1杯

※食事量は個人差がありますので、水分補給(水やお茶)だけでも十分な場合があります。

いずれの年齢層でも、まずは楽しみながら、誰かと語らいながらおいしくおやつを摂ることが何と言ってもおやつの醍醐味です。

一日のうちでホッとできる癒しのひと時なら、体にも、心にも栄養が行き届くのではないでしょうか。 さあ、おやつの時間まで、もうひと頑張りしましょうか~!!

◆お問い合わせ先 健康課 保健環境係(保健センター)☎82-5490

食膏講座「お母さんと一緒に学ぶたべもの教室」開催

町のボランティア団体「食生活改善推進員(愛称 ヘルスメイト)」 の皆さんが親子に簡単なランチ(今回はカップ寿司 他)を提供しま す。この機会にぜひ子供と楽しく食べることの大切さを学びませんか。

時 2月21日(金)11時~13時 ★日

★会 場 保健センター 1階 母子保健室

★対 象 乳幼児とその保護者(先着15組)

★内 **容** ①バランスを考えた幼児食の試食

> ②子供と一緒にプチ調理体験 ③ヘルスメイトからの食育伝達

④参加親子の交流

用 材料費として 保護者 500円/子ども 250円 ★費 ※離乳食の用意は各自でお願いします

★持 ち 物 あれば親子共に、エプロン、バンダナ、手ふきタオル等ご用意ください

★申 込 先 健康課保健環境係(保健センター)栄養士まで **2**82-5490



▲鮭のムニエル野菜ソースがけ・野菜たっぷり ミルクスープ・さつまいもの蒸しパン





▲恒例の読みきかせタイムです♪



▲親子で手掛けた蒸しパンはとってもおいしくできました!

下仁田町食生活改善推進員(ヘルスメイト)による

包丁をにぎって調理したことのない男性、初心者が集まって ワイワイとにぎやかにみんなで楽しく料理をしてみませんか。

★日 時 2月26日(水)10時~13時

★会 場 保健センター 2階 栄養学習室

★対象者 町内在住の男性20名(先着順)

★内 容 調理実習「手打ち麺でおきりこみ作り 他」 試食をとりながら楽しく交流会も行います

★実施者 下仁田町食生活改善推進員がお手伝いします

★費 用 調理実習材料代 500円

★持ち物 エプロン、三角巾、手拭タオル、材料代

★申込先 健康課(保健センター)栄養士まで

☎82−5490

2月5日(水)から申込受付開始します



▲9月の講座の様子

平成25年度下国田町介護予防事業 ~いきいき健康教室~

普段の生活で身についた体のくせをとり、軽い運動やマッサージを行うことで 膝痛や腰痛を予防し、転ばない足腰と健康な体づくりを目指しましょう。 申込みは不要です。都合のつく会場へ直接お越しください。

【参加費】無料

【会場別日程】



_	会場	開催日	時間	講師	
下仁田地区	下仁田町公民館3階	2月 4日 (火)	午後1時30分~3時30分		
	下1二田町公氏貼3階	3月 4日 (火)	午前10時~12時	│ - 健康運動指導士	
世	吉崎公会堂	2月 7日 (金)		医尿度制拍导工	
	百呵公云星	3月 7日 (金)	上自计10h社, 2.15h社		
	会場	開催日	時間	講師	
_	鎌田地区集会所	2月 5日(水)	 		
馬山		3月 5日 (水)			
馬山地区	馬山生活改善センター	2月 21日 (金)	午前10時~12時	 健康運動指導士	
区	加出土冶成台 こググ	3月 11日 (火)		医冰连到10分工	
	蒔田地区集会所	2月 13日 (木)	午後1時30分~3時30分		
	时山地区朱云川	3月 13日 (木)			
	会場	開催日	時間	講師	
١.	東野牧生活改善センター	2月 10日 (月)			
小	果野牧生活以善センター	3月 10日 (月)			
小坂地区	 旧小坂小校舎(1階西:旧教室)	2月 20日 (木)	 午前10時~12時	 健康運動指導士	
区	旧小坝小牧苦(「陷凸、旧教室)	3月 6日 (木)	HillOhd - 15hd	萨冰 庄却10寸上	
	北小地区集会所	2月 24日 (月)			
	46小地区朱云州	3月 17日 (月)			
	会場	開催日	時間	講師	
	矢川友愛館	2月 6日 (木)	午前10時~12時		
西	大川及変態	3月 3日 (月)			
西牧地区	西牧活性化センター	2月 12日 (水)	午後1時30分~3時30分	 健康運動指導士	
区	四枚冶注化センター	3月 12日 (水)		既冰连到沿等工	
	三ツ瀬集会所	2月 19日 (水)	 午前10時~12時		
	二ノ桝未云川	3月 19日 (水)	Hillord Lichd		
	会場	開催日	時間	講師	
	十叠匠地区生合品	2月 27日 (木)	午前10時~12時		
青	大桑原地区集会所	3月 20日 (木)	十削10時~15時		
青倉地区	下青倉集会所	2月 18日 (火)	午後1時30分~3時30分	 健康運動指導士	
区		3月 18日 (火)	午前10時~12時	性冰廷初沿守工	
	桑本地区多目的集会所	2月 17日 (月)	午後1時30分~3時30分		
		3月 31日 (月)	午前10時~12時		
1 881		(±007) +-			

■【問い合わせ先】 健康課 高齢者支援係 (内線327)まで

群馬こども救急相談 #8000

子どもの急な病気などで対応に困ったら、ブッシュ回線の電話、ま たは携帯電話から#8000にお電話ください。保健師・看護師が相談 に応じます。

相談日時 月~土曜日 午後6時~翌朝午前8時

日曜日·祝祭日·年末年始 午前9時~翌朝午前8時

問合せ先 県庁医務課 027-226-2540

(ヨクナレ) **027—2<u>34</u>—4970** 健康テレホン 2月

約3分間の健康講和が聞けます

月/内服薬の知識 火/とんぷく薬 水/胃の痛みと胃薬 木/歯の変色、黄ばみ 金/歯垢・歯石と歯周病 土日/歯周病と心臓血管疾患

~直接相談タイム~直接医師が電話に出ます

◆5日(水)皮膚科·外科 13日(木)歯科

~Web健康相談~ http://www.raijin.com/kenko/ 問合せ先 群馬県保険医協会 027-220-1125

健康カレンダー

		日にち	時間(受付)	対象者	持ち物	内 容
	3、4か月児	2月24日(月)	午後1時30分~2時	平成25年10月~11月生まれ	- 母子健康手帳 タオル - 歯ブラシ	問診、計測、医師の診察、む し歯予防相談、家族計画・授 乳指導育児相談、離乳食相
乳児健診	6、7か月児		後1時00万 - 2時	平成25年7月~8月生まれ		
健診	9、10か月児		午後1時15分~1時30分	平成25年4月~5月生まれ	困ノフノ	談と試食
	★9・10か月!	児健診対象の方は	は健診を受ける前に「	むし歯予防説明会」を聞	いていただきます	5.
	1 歳 児			H25年1月~2月生まれ	母子健康手帳	
	1歳6か月児			H24年7月~8月生まれ	タオル、歯ブラシ	問診、計測、医師の診察、歯
幼児健診	2 歳 児	3月24日(月)	午後1時30分~2時	H24年1月~2月生まれ	* 3 歳児は事前に 配布する アンケートと尿・ 歯ブラシ	科健診、むし歯予防相談・希望者にフッ素塗布、食生活指
健診	2歳6か月児	3月24日(月)	(4)	H23年7月~8月生まれ		導と手作りおやつの試食、信
	3歳6か月児			H22年7月~8月生まれ		健指導、心理発達相談
	3 歳 児		午後1時15分~1時30分	H23年1月~2月生まれ		
	健康相談 れあい広場」	2月4日(火) 3月11日(火)	午後1時30分~ 3時30分	全住民	乳幼児は 母子健康手帳、 歯ブラシ	健康相談·栄養相談、介護相談、 血圧測定、育児相談、授乳相談、 むし歯予防相談など
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」		2月14日(金)	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やその家族など		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。

2月のふれあい広場について 通常、第2火曜日にふれあい広場を開催していますが、2月は4日の第1火曜日になります。ご注意ください。

会場・問い合わせ先 保健センター 82-5490 ☆定期予防接種の個別予防接種については、時期がまいりましたら適時、通知いたします。

富岡保健福祉事務所 2~3月

●エイズ相談(予約制)

日 時 月曜日(要確認) 午後1時~2時

内 容 血液検査・健康相談など(匿名で受けられます)

会 場 富岡合同庁舎

担当者 医師、保健師

申込先 富岡保健福祉事務所 保健係 62-1541

●精神保健福祉相談(予約制)

日 時 2月13日(木)3月13日(木) 午後1時~3時

対象 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

会場 富岡合同庁舎

担当者 精神科医師、保健師

申込先 富岡保健福祉事務所 保健係 62-1541

休日診療所 富岡市甘楽郡医師

診療日 日曜日、祝日

診療時間 午前9時~正午

午後1時~5時

診療場所 休日診療所(公立富岡総合病院隣接

富岡2037番地1

問合せ先 64-1939



富岡総合病院 休日の小児救急診

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。

- ◆2月2日(日) 小柳由里子先生(青葉クリニック)
- ◆2月16日(日) 菊池修先生(もみの木こどもクリニック)
- ◆3月2日(日) 宮崎誠先生(宮崎医院)

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 問合せ先 63-2111

おめでた

12月届出分〈敬称略〉

ご結婚おめでとう

区 氏 名 地 戸 美貴 (東 町) 黛 (市ノ萱)

ご出産おめでとう

出 生 児 (保護者) 地 区 小金沢 姫乙花 (翔·澪) 城 西

おくやみ

ごめいふくをおいのりします

死 亡 者 (届出人) 地 区 繁 (文 男) 小 川 山 岩 井 文 代 (収) 上 町 岩 井 きよ子 (量平) 城 西 金 井 みつ子 (豊二) 大 平 大河原 昭 江 (八三亘) 土谷沢 一二三 齋 藤 (知 江) 伸町 茂 木 ひさ子 (勇) 上青倉 小井圡 陽 (静 夫) 横間 子 堀 口 まさ江 (好 一) 旭 町 平 田 徳 (正 之) 城西 今 井 平一郎 (安 弘) 栗山 大 平 小井土 く に (登 一) 市ノ萱 石 井 ちゑ子 (幹 男)

私たちの町

(1月1日現在)

人口 8,640人 (-22)男 4,261人 (-12)女 4,379人 (-10)3,486世帯 (-1)()内は前月比 (12月中)

8人 / 出生 1人 転入 転出 17人 / 死亡 14人



道の駅で『山盛

多野藤岡・甘楽富岡地域にある8つの道の 駅の食堂等で「かんな・かぶら∞ぐるぶらの 旅2014道の駅山盛りグルメラリー | を開催し ています。

食に自信のある方はぜひ山盛り料理に挑 戦してみてください。なお、数人で分けても 食べられます。



▲おれんぢ 特盛り全部のせにんにくラーメン

開催期間

平成26年1月11日(土)~3月23日(日)

道の駅しもにた/ららん藤岡/道の駅上州おにし/道 の駅みょうぎ/道の駅甘楽/道の駅オアシスなんもく

/道の駅上野/道の駅万葉の里(神流町)

イベント内容

町ホームページまたは役場および道の駅にあるチラシ でご確認ください。

問い合わせ先 群馬県藤岡行政県税事務所 ☎0274-22-5101

午前8時30分~

午後5時

15 分

○○課)」でお願いします 3月の支払日

請求書等は、2月末までに3月28日(金)です。 場へ提出してください 役

2 月 等を提出された分です。 求書の宛名は「下仁田 月末までに、役場へ請 :27日(木)です。

求

3月1日(土)・2日(日) 今回の休日納税相談日 2月の支払日

の確認もお忘れなく! 納税のお忘れにご注意を、口 ないようにご持参ください 付書と現金を釣り銭

日も納税ができます。 お忘れの納税はありませんか? 直者が対応しますので御 納がありましたら土日祝

納期限はいずれも2月28日 (金)です。

後期高齢者医療保険料の 介護保険料 民健 (第8期)

康保険税(第 (第8期) 8 期

町



2

月

の

納

税