

# しずた

2014  
8  
No. 700



交通安全教室(青倉保育園)

# 後期高齢者医療制度被保険者の方へ (=75歳以上の方(65歳~74歳までの障害認定の方も含む)) 保険証の到着確認をお願いします

8月1日から保険証(後期高齢者医療被保険者証)が新しくなります。

新しい保険証は紫色です。7月中旬に普通郵便でお送りしましたので、確認をお願いします。(封筒はうぐいす色です。希望のあった方には「簡易書留」でお届けしました。)

「保険証が見あたらない」、「紛失してしまった」という方は、再交付の申請をしていただく必要があります。詳しくはお問い合わせください。

## ○臓器提供意思表示欄について

保険証の裏面には、臓器提供に関する意思表示欄が設けられています。脳死後や心臓停止後の臓器提供の意思表示にご活用ください。

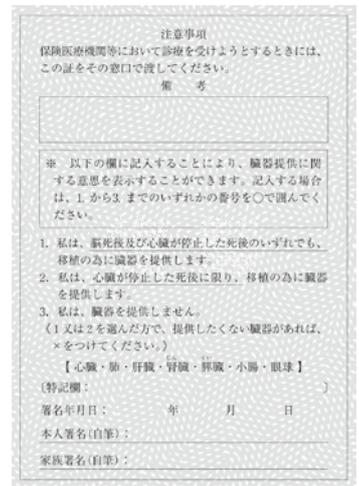
※記入は任意ですので、必ず記入しなければならないものではありません。

※記入内容を見られたくない場合は、役場窓口に置いてあります「個人情報保護シール」をご利用ください。

## ○「限度額適用・標準負担額減額認定証」について

住民税非課税世帯の方は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」がご利用できます。「限度額適用・標準負担額減額認定証」を入院や、高額な外来診療を受ける際に医療機関に提示すると、医療費の窓口負担と入院時の食事代などが所得に応じた負担額でおさえられます。交付を希望される方は、役場までお問い合わせください。

問い合わせ先 健康課 国保係 ☎64-8801(直通)



# 選挙による農業委員会委員13人決まりました

任期満了に伴う下仁田町農業委員会委員選挙が行われ、町の農政にご尽力いただく農業委員13人が決まりました。

地区	氏名	地区	氏名
下仁田	佐藤 一夫	西牧	神戸 邦男
馬山	瀬間 治平		黛 富夫
	佐俣 修一		庭屋 厚司
小坂	原嶋 啓二	関口 真理	
	佐藤 幸太郎	福田 保幸	
	今井 均	神戸 幸作	
	上原 博	青倉	

# 夏季休暇を、連続休暇にスイッチ

夏季は暑さのために疲労が蓄積しやすく、十分な休養が必要です。

学校は夏休みに入り、家族との触れ合いを深めるよい機会です。

年次有給休暇の計画的付与制度を活用し、年次有給休暇と週休日等を組み合わせて、夏季における連続休暇の実施を図りましょう。

年次有給休暇の計画的付与制度の導入方法がわからないときは、働き方・休み方改善コンサルタントをご活用ください。

無料で疑問点の解決のお手伝いをさせていただきます。

問い合わせ先 群馬労働局労働基準部監督課 ☎027-210-5003

# 定住促進奨励金制度について

## ～下仁田町への定住を促進します～

下仁田町への、町外からの転入促進と町民の定住化を推進するため、町内に住宅を新築し定住する方へ支援を行います。

### 交付対象者

■町内に定住を目的として新築した住宅を取得した方。

- ①町内にお住まいの方は、申請者の世帯において下仁田町が賦課する全ての税金等並びにガス水道料金等を滞納していない方
- ②町外から転入された方は、転入前の住所地において前述の税金等を滞納していない方

■新築した住宅が共有の場合の交付対象者は、代表者とします。

### 奨励金

■交付金額 25万円

■固定資産税が課税されることとなった当初の年度に一括交付します。

### 申請・期限

■奨励金交付申請書に必要な書類を添えて、交付年度の1月末日までに申請が必要です。

- ①完納証明書
- ②住民票(世帯全員)
- ③家屋の所有権が確認できる書類(登記事項証明書または請負契約書の写し等)

### ご注意

■定住とは、町の住民基本台帳に記録され、定住の意思をもって5年以上継続して下仁田町を生活の拠点とし、生活の実態をもつことをいいます。

■交付対象者の要件を欠くこととなった場合、虚偽の申請があった場合等は、奨励措置を取り消し、全額返還していただく場合がございます。

### 手続き・問合せ先

■企画財政課 企画調整係 ☎64-8809

## スズメ蜂の巣駆除費用の補助助成について

町民等(法人は除く)に対し蜂の駆除に要した費用の一部を補助することにより、その負担を軽減するとともに、早期発見早期駆除を促進し、町民の安全確保を図ることを目的とします。

■**対象者** 町において蜂が営巣した一般住宅又は土地を所有し、又は賃借する個人であって蜂駆除専門業者により蜂を駆除した者。但し、申請日に納期限が到来していないものを除いて町税を滞納していない者であること。

■**補助金額** 駆除1件当たり駆除に要した費用2分の1とし、1万円を限度とします。

補助金申請方法: 蜂の駆除を実施した日から1カ月以内に次の書類を添えて申請してください。

①スズメ蜂駆除処理に要した費用の領収書

②駆除前、駆除後の現場写真



## 蜂の巣駆除道具等の貸出について

夏から秋にかけては、ハチの営巣活動が活発になる季節です。宅地内での「ハチの巣駆除」につきましては、ハチ駆除用具等の貸出を行っておりますので、必要な方はご連絡ください。

■**貸出用途** 蜂の巣駆除に限る

■**貸出期間** 1泊2日まで

■**貸出器具** ①蜂防護服②蜂駆除器具③蜂駆除薬剤  
※蜂用防護服は、蜂の攻撃から人体を完全に防護するものではなく、あくまでも補助的機能を果たすためのものです。万が一、蜂用防護服を使用中に事故が発生しても、町はその責任を負えませんのでご了承ください。

●**ご自分で駆除できないという方へ**

ご連絡いただければ、専門業者をご紹介します。なお、駆除料金は巣がある場所や大きさで変わりますので、業者とご相談ください。

お問い合わせ 環境係(保健センター内) ☎82-5490

# 全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」 強化週間について

法務省及び全国人権擁護委員連合会では、9月8日(月)から9月14日(日)までの一週間を「高齢者・障害者の人権あんしん相談」として、虐待等、高齢者・障害者の人権に関する相談・悩みごとについての電話相談窓口を開設します。

**「高齢者・障害者の人権あんしん相談」専用電話番号は  
全国共通 0570-003-110**

※一部のIP電話からは接続できません。

受付時間は、月曜日から金曜日までは午前8時30分から午後7時まで土曜日と日曜日は午前10時から午後5時まで対応は人権擁護委員と法務局職員が当たり、秘密は固く守ります。

問合せ先 前橋地方法務局人権擁護課 ☎027-221-4466

8月14日(木) 下仁田こんにゃく夏祭り

## 「花火大会」募金のお願い

花火大会は午後8時30分からです。

夏祭り実行委員会では、花火大会を実施するにあたり、皆様からの募金を募らせていただきます。本年度の花火大会がより一層盛大に開催できますようご協力をお願い申し上げます。

**募金箱設置箇所**

役場、商工会、厚生病院、荒船の湯、各町内金融機関、(有)産業開発しもにた(道の駅)、セブンイレブン下仁田インター店、セブンイレブン下仁田店、セーブオン下仁田小坂店、セーブオン下仁田西店、Aコープ下仁田店、ローソン下仁田店

●募金用紙に必要事項を記入の上、町内各所にある募金箱にお入れください

**【問い合わせ先】** 夏祭り実行委員会事務局  
産業振興課 商工観光係 電話64-8805

## バイブレーションテーブル 開催します。

【バイブレーションテーブルとは】  
子供から大人まで楽しめる野外音楽フェスティバルです。

【開催日時】  
9月13日(土)  
10:00~17:00

【開催場所】  
しもにた・ほたる山公園、町中心部  
(雨天決行・荒天中止)  
入場無料です。皆さん奮ってご来場ください。

## し尿収集運搬業務休業についてお知らせ

8月13日(水)から17日(日)までお盆休暇のため「し尿収集業務」を休ませていただきます。また、この時期は収集依頼が混み合いますので、お早めに業者に連絡して下さい。

連絡先 (有)荒船環境興業 ☎84-3471 (有)下南興業社 ☎82-3019

## 9月は、乾電池、体温計、蛍光管の収集月です。

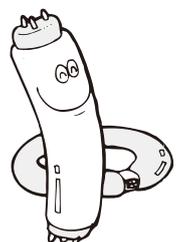
「燃えないゴミの収集日」に収集場所に出してください。

・乾電池、体温計は、中身が見える透明な袋に分けて入れ、氏名を書き、出して下さい。

・蛍光管は、束ねるか透明な袋に入れる(束ねたものには氏名記入。)

割れた蛍光管や電球は燃えないごみ袋に入れて出して下さい。

問合せ先 甘楽西部環境衛生施設組合事務局 ☎64-8811



ジオパークで  
地域に活力を!!

# ジオパーク推進だより

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  
☎70-3070 FAX67-5315  
<http://www.shimonita-geopark.jp/>

## 行事報告

- 6月 4日 下仁田町商工会行政出前講座
- 6月10日 下仁田高校授業
- 6月12日 富岡市視覚障害者福祉協会
- 6月17日 下仁田ジオパーク応援団ガイド研修
- 6月25日 群馬県広報番組「ぐんま一番」ロケ
- 6月27日 杉並区科学館視察
- 6月28日 佐久穂町地学同好会



▲あじさい園にてジオパークの紹介

## あじさい園にブース出展しました。

6月21日～7月6日まで開催されたあじさい祭りで、ジオパークの紹介をしました。

土日には、下仁田ジオパーク応援団の皆さんにもお手伝いいただき、あじさいの会の方々と一緒にあじさい園に来たお客様にジオパークや世界遺産の魅力を紹介しました。

## 行事予定 『こんにゃく夏祭り』

- 日時 8月14日(木) 午後1時～午後5時
- 場所 お祭り広場(こんにゃく体験道場前)
- 内容 荒船風穴下仁田ジオパーク応援団ブース  
『～世界で1つだけの岩石標本を作ろう～』  
青岩公園で拾える川原の石をオリジナルの岩石シートに貼り付けて、世界に1つだけの岩石標本を作ります。  
他の川では見られない多種類の色とりどりの石が拾える  
鍋川の岩石標本を作って夏休みの自由研究にしよう!



▲あじさい園

## 下仁田自然学校ブース『リサイクル本をプレゼント!』

下仁田自然学校には、多数の自然科学の本が貯蔵されています。  
使用しなくなったり、同じ種類のものがいくつかありますので、  
それらをリサイクル本として、プレゼントいたします。どうぞおかけください。

## ネギとコンニャク・ジオパーク 『ジオサイト 馬山丘陵』

あじさい園のある馬山丘陵は、かぶら川が数十万年かけて作った段々地形になっています。あじさい園入口の平坦面と国道254号の間の斜面は大地が隆起した後、川が削り込んでできた斜面です。

ここは見通しもよく、昔の溶岩台地「荒船山」や下仁田富士とも言われる「四つ又山」が一望できます。このように見通しの良い場所なので、旧石器時代の人々はこの高台を好んで生活していたことが、石器や遺物が見つかることからわかっています。

あじさい園に立ち寄った時には、旧石器人になったつもりでこの光景を眺めてみるのもひとつの楽しみ方かもしれません。

※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

## 下仁田町の発展のために、多大なご寄附

北村 弘 様(下仁田)から、下仁田町の発展ためにご活用くださいと下仁田町に多大なご寄附をいただきました。

今後、町の発展のために大切に活用させていただきます。

温かいご芳志に心から感謝申し上げます。ありがとうございました。



## 平成26年度 8020賞受賞 おめでとうございます!

6月1日(日)富岡甘楽歯科医師会(富岡甘楽口腔保健センター)にて、「歯と口の健康フェア2014」が開催され、来所者の方の中から80歳以上で使える自分の歯が20本以上残っている方14名を表彰しました。当町からも今井文代さん(下仁田)が表彰されました。毎食後の歯磨きと3か月に1回の定期健診を欠かさないそうです。今でも入れ歯は一本もありません。



## 平成26年度 親と子のよい歯のコンクール地区審査会

6月12日(木)富岡甘楽歯科医師会(富岡甘楽口腔保健センター)にて、「平成26年度親と子のよい歯のコンクール」地区審査会が開催されました。

当町からは寒河江加奈子さん・利空くん親子(馬山)、櫻井有紀さん・百愛ちゃん親子(下仁田)が町の代表として出場しました。



## 平成26年度優良河川愛護団体等表彰

7月7日、平成26年度優良河川愛護団体等表彰式が群馬県庁昭和庁舎で行われました。

当町からは、小平地区(代表武藤一男さん)が、長年にわたり河川愛護にご尽力されたことが認められ表彰されました。

おめでとうございます。



## 消防ポンプ操法競技大会

7月6日(日)に平成26年度富岡甘楽地区消防ポンプ操法競技大会が富岡市北部運動公園で開催され、下仁田町を代表して下仁田町消防団第4分団(西牧)が出場しました。

小型ポンプの部・自動車ポンプの部共に健闘しました。



▲力強い選手宣誓をした  
第4分団第1部班長青木孝行さん

## 町民ソフトテニス大会

雨のため延期となっていた、第44回町民ソフトテニス大会が6月29日(日)サンスポーツランドにおいて開催されました。結果は次のとおりです。

(敬称略)

	一般の部	
優勝	荻野昌之	下仁田クラブ
	森川恵美子	
準優勝	神戸富行	下仁田クラブ
	神谷哲男	
第3位	高麗潤一	下仁田クラブ
	神戸武夫	
	荻原貴実人	下仁田クラブ
	赤岡正規	

## 夏の県民交通安全運動

7月11日(金)から20日(日)までの10日間、夏の県民交通安全運動が行われました。

14日(月)には、青倉保育園にて群馬県警察本部による巡回指導が行われ、道路を通行する時の注意点や、横断歩道の渡り方などを教えていただきました。



# 公民館だより

平成26年8月1日発行 365号

【下仁田町公民館】

☎82-3535 FAX82-5489

## 草木染め教室(9月)のご案内

お待たせしました！毎回大好評の草木染め教室を6月に続き9月にも開催します。今回の染料は「ザクロ」です。何色に染まるかは当日のお楽しみですので、自然の恵みに感謝しながら穏やかな心で染めましょう。たくさんの方のご参加をお待ちしています。

◇期 日 9月11日(木)

午後1時30分～4時30分頃  
◇内容 ストールを染めます。(染料はザクロの予定です)

◇場所 下仁田町公民館 2階栄養学習室

◇対象 成人

◇定員 12名(先着順)

◇講師 神戸則子先生 (富岡市)

◇費用 1,000円

1,500円くらい(当日にストールの種類を選びます)

◇用意するもの 新品でないタオル、エプロン、汚れてもよい服装

◇申込日 8月11日(月)午前8時30分より受付開始

◇問合せ・申込み 下仁田町公民館 ☎82-3535



6月の教室のようす

## 町民文化講座にお越しください

毎年恒例の町民文化講座を今年も開催します。今年

は人気アニメの声優や歌手、脚本家など様々な場面でご活躍中の「佐久間レイさん」

をお迎えします。心温まるお話を聞いて心のストレッチを

しましょう。詳しくは別刷りのチラシ(回覧版)をご覧ください。

◇日時 9月5日(金)午後6時30分

◇場所 文化ホール

◇講師 佐久間レイさん (声優・歌手・脚本家)

※「アンパンマン」のバタコさん、「ムーミン」のミイ、「魔女の宅急便」の黒猫ジジ役など多数

◇演題 「心のストレッチ。柔らかな心で明日を生きてみませんか。」

声優・歌手・脚本家としてご活躍中の佐久間レイさんが、ご自身が担当されているキャラクター紹介や歌を交えながら、コンサートのような心温まる講演会をしていただきます。

◇チケット 500円(発売中)

◇チケット取扱い 下仁田

町公民館、活性化センター、婦人会、PTA連合会、文化協会各団体

◇問い合わせ 文化協会事務局(下仁田町公民館☎82-3535)

「富岡製糸場と絹産業遺産群」関連本が入っています

世界遺産登録が決定した「富岡製糸場と絹産業遺産群」に関連する本が図書室に入っています。学習にお役立てください。

「富岡製糸場と絹産業遺産群」「群馬絹産業近代化遺産の旅」はばたく上州娘」ほか

課題図書が入っています

小中学校の夏休みの課題図書「まよなかのたんじょうかい」ほか全15冊の新しい本が入っています。早めに読んで、夏休みを楽しみましょう！

図書館(室)相互貸借について

図書室には相互貸借という制度があります。自分の町にいながら、提携している

137館(室)の市町村や学校の本を借りることができ

る制度です。リクエストして頂ければ、2週間～1ヶ月程

でお手元に届きます。大変便利な制度ですので、是非

ご利用ください。

夜間休館のお知らせ

8月13日(水)～16日(土)は

お盆期間のため夜間の貸館はお休みいたします。ご了承ください。

県立図書入れ替えのお知らせ

次回の県立図書の入れ替えは、9月12日(金)です。ぜひご利用ください。



# 新刊図書が入っています!

6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、よろしくお願ひします。

書名	著者名	備考
群馬 絹産業近代化遺産の旅 富岡製糸場田島弥平旧宅高山社荒船風穴	高橋 慎一	世界遺産登録決定!
富岡製糸場と絹産業遺産群 ベスト新書	今井 幹夫	世界遺産登録決定!
深海生物 奇妙で楽しいいきもの	石垣 幸二	
3日食べなきゃ、7割治る!病院で殺される前に	船瀬 俊介	
イシュタルの娘 小野於通伝 第9巻	大和 和紀	
人生相談。	真梨 幸子	
紅花染め秘帳	平岩 弓枝	
フェアリットワン	林 真理子	
首折り男のための協奏曲	伊坂幸太郎	
長女たち	篠田 節子	
エコラム	リリー・フランキー	
まいない節 献残屋佐吉御用帖	山本 一力	
紅けむり	山本 一力	
だいすき、でも、ひみつ えほんのもり	二宮由紀子/作 村上康成/絵	子ども向け
へんし〜んねずみくん ねずみくんの絵本31	なかえよしを/作 上野紀子/絵	//
伝説のエンド〜くん	まはら三桃	//
ゴールデンタイム さよならテレビくん	稲葉卓也/原作 絵 長谷川義史/文	//
ライオンをかかすには	ヘレン・ステューヴンス/作 さくまゆみこ/訳	子ども向け(児童文学賞受賞作)
ジャーニー 女の子とまほうのマーカ― 講談社の翻訳絵本	アーロン・ベッカー	//
きょうはマラスのひ クネクネさんのいちにち	樋勝 朋巳	子ども向け(日本絵本賞大賞)

## 年金

### ○保険料の追納をお勧めします

国民年金保険料の全額免除や一部免除の承認を受けた期間については、保険料を全額納付したときに比べ、将来受ける年金額が少なくなります。

また、若年者納付猶予や学生納付特例の承認を受けたまま追納しなかった場合、その期間については、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されません。

そこで、これらの期間は、10年以内であれば、あとから保険料を納めること(追納)ができます。ただし、承認を受けた期間の翌年度から起算して3年目以降に追納する場合には、当時の保険料に経過した年数に応じて加算額が上乗せされます。

くわしくは、年金事務所へご相談ください。

### ○付加保険料のご案内

将来、より高い老齢給付を受けるために、第1号被保険者(自営業者等)や65歳になるまでの任意加入被保険者は、ご希望により定額保険料に加えて月額400円の付加保険料を納めることができます。付加保険料を納める場合には、定額保険料を納めることが必要です。

付加保険料を納めると、将来、老齢基礎年金に加えて付加年金を受けられます。付加年金の計算式は次のとおりです。

**年金額 = 2000円 × 付加保険料を納めた月数**

なお、国民年金基金に加入している方や多段階免除などの免除制度を利用している方は、付加保険料を納めることができません。

付加年金の加入をご希望の方は、お住まいの市役所町村役場へお申し出ください。

くわしくは、年金事務所へご相談ください。

問い合わせ先

高崎年金事務所 国民年金課 (☎0274-82-7731)



# 平成26年度 市町村連携事業「かぶら文化講座」実施要項

- ① 趣 旨 住民の学習ニーズに応えるため、4市町村教育委員会が連携し、充実した学習サービス提供を行うため、富岡・甘楽地域において、かぶら文化講座を開設する。
- ② 主 催 富岡市教育委員会・下仁田町教育委員会・南牧村教育委員会・甘楽町教育委員会
- ③ テ ー マ 「ふるさとを愛し、ふるさとを理解し、新たな地域社会・文化の創造をめざして」
- ④ 期 日 平成26年9月10日(水)～11月5日(水)全5回講座
- ⑤ 対 象 者 成人
- ⑥ 募集人員 70名(先着順で受け付け、定員になり次第締め切る。)
- ⑦ 募集期間 平成26年8月1日(金)～15日(金)
- ⑧ 日程・学習内容・開催場所

回	日 時	学 習 内 容	講 師	開 催 場 所
1	9月10日(水) 13:30～15:00	(開講式) 「小幡藩、七日市藩の藩祖と能について」	甘楽町教育委員会 教育長 柴山 豊 先生	甘楽町 甘楽町公民館
2	9月24日(水) 13:30～15:00	「戦國期の民衆動員と集落の変貌」	南牧郷土研究会 会長 市川太平 先生	南牧村 南牧村活性化センター
3	10月 8日(水) 13:30～15:30	「これからの子育て孫育て～つばやきをリズムにのせて～」	中央大学法学部 教授 広岡守穂 先生	富岡市 生涯学習センター
4	10月22日(水) 13:30～15:00	「下仁田に魅せられて」	下仁田自然学校 校長 真野勝友 先生	下仁田町 下仁田町公民館
5	11月 5日(水) 13:30～15:15	「木道馬車と富岡製糸場」 (閉講式)	富岡製糸場 総合研究センター 今井 幹夫 様	富岡市 生涯学習センター

※10月8日(水)の富岡市で実施される第3回講座は県男女共同参画センター講演会を兼ねた公開講座となります

- ⑨ 受講料 無料
- ⑩ 申込み及び問い合わせ先
  - ◇富岡市生涯学習センター ☎62-1531
  - ◇下仁田町公民館 ☎82-3535
  - ◇南牧村教育委員会 ☎87-2011(内線23)
  - ◇甘楽町教育委員会 ☎74-3131(内線522)
- ⑪ その他



- ・1講座だけの参加でも結構です。
- ・講座によって、会場が違いますので、お間違いにならないようお願いいたします。
- ・出席良好(3回以上出席)の方には修了証を授与します。
- ・受講に際しては交通事故に十分注意しご参加ください。

# 町の文芸

## 【俳句】

- 雷鳴や怯える犬の声高し  
(富岡市) 佐藤 政代
- 古井戸の暮色を掬ひ迎へ盆  
(小坂) 佐藤 信香
- 長梅雨や背中に優しい看護の手  
(青倉) 清水 秀子
- 柿の花ぼとり落ちて一弾み  
(下仁田) 茂木 久里
- 夏の花一輪供えし道祖神  
(南野牧) 清水みち代
- そよ風や露を降らせて頬をうつ  
(下仁田) 鈴木 玉栄

## 【下仁田町河鹿句会広報俳句八月分】

- 大昼寝客人そつと置手紙  
秋 月 善子
- 梅雨兆す気配に夕べの髪重し  
うめ子 旭
- 真直ぐに子等も伸びよと松の芯  
けい子 才子
- 飛機一機銀翼清し初夏の空  
けさを 俊子
- 退院の友の笑顔は柿若葉  
羅は亡母の譲りか古箏筈  
雨に濡れ打ち重なりし竹落葉  
旅を行く友の便りや桐の花  
羅…うすく織った織物、紗、紹の類  
それで作った夏用の衣服

## 【短歌】

- めずらしく桐の花話す人ありて古き桐タンスを家宝と言へり  
(馬山) 山中たね
- 定年の悴は畠に農励み新鮮野菜子にも親にも  
(富岡市) 佐藤 政代
- 流されて生きゆく日々も人生と眠れぬ夜は河鹿笛聞き  
(南野牧) 清水みち代

※掲載者の学年は平成25年度のものです



## 立ち向かう強さ

下仁田小学校 六年 近藤 南月

「いじめをなくそう。」  
「みんなで仲良くしよう。」

ただ言葉にするだけなら簡単です。宣言するのはとても簡単です。でも、それは行動にしなければ意味がないのです。私達に足りないのはそこです。

私が、人権という言葉聞いて最初に思い浮かぶのは、「勇気」という言葉です。私は、勇気という言葉にはたくさんの意味が込められていると思います。それは、強さやたくましさ、積極性や責任、そして優しさなどです。その中でも私が一番に感じるのは「強さ」です。この強さにもいろいろな思いが込められています。一つは自分に負けない強さ、そしてもう一つは悪いことに負けない強さです。私は、ふだんから「勇気」という言葉をいつも頭の片隅に置きながら生活しています。どんなときにも勇気や強さは必要です。自分に負けない強い心や立ち向かう勇気が必要です。自分の弱さに負けないように、まわりに楽な方向へ流されないようにとがんばっています。

学校で行われた人権週間で、「みんなで跳んだ」というビデオを見ました。運動会に向けて大縄跳びを練習するクラスを描いたものです。縄跳びが上手に跳べないやべちゃんは回数を数える係となっていました。私は「やべちゃん、このままでもいいのかな？」とずっと思っていました。

運動会前日、金沢さんが、「やっぱりやべちゃんといっしょに跳びたい。」と先生に相談し、クラスみんなが必死で解決にたどり着こうとがんばります。そんな姿を見て、金沢さんの言ったことはまちがってないなと思いました。きっと金沢さんだって、前日にそんな相談をすることはクラスのみんなに迷惑かもしれないと思ったはずですよ。言おうかどうかたくさん迷ったはずですよ、その壁を乗り越えて一歩を踏み出しました。それは、ただみんなに話し合っただけではなく、「クラスみんなで跳びたい」という強い気持ちで、こんなことを言ったらおかしいのではないかと思う弱い心へ立ち向かう強さを生み出してくれたのだと思います。金沢さんのように、強い心を持ち、一歩踏み出した人が、きっとまた一歩、また一歩と前へ進んでいけるのです。私も、そうありたいと思いました。自分の心に向き合って、立ち向かう一歩を踏み出したいです。

私は、いじめは絶対によくはないと思っています。「いじめをなくそう」「みんなが仲良くしよう」と言うのは簡単ですが、行動するには勇気が必要なのです。その勇気を出すことが私達にとって大切なことだと思のです。それは二人一人がいじめに立ち向かうということです。いじめないということも、いじめを見て見ぬふりをしないということも、いじめに負けないということも、全部いじめに立ち向かうことになりました。正しいことを言っただけで悪いだなんてまちがっています。自信を持つていいんです。

「ダメだよ。」  
「やめなよ。」

そう言える人が増えることで、いじめをなくすという不可能に近かったものが可能へと近づいてくるのです。立ち向かう強さは、不可能を可能にできるのだと信じています。

## 慢性閉塞性肺疾患

(COPD)

下仁田厚生病院

山下 均

(COPDについて)

COPDという病名を聞いたことあるでしょうか。日本語では、慢性閉塞性肺疾患という仰々しい病名になります。タバコが主な原因の肺の病気で、いわゆる「肺気腫」のことです。

(COPDの世界的な疫学)

COPDの有病率や死亡率は世界的に高いレベルにあります。しかも今後数十年間は、人口の高齢化や高喫煙率の国々のために、世界の患者数が増加すると予想されています。2004年の世界保健機関の調査では、COPDは死因の第4位(総死亡の5.1%)に位置付けられています。そして世界各国の有病率は10%前後であることが報告されています。

まり10人に1人はCOPDなのです。

(COPDの定義と疾患概念)

COPDはタバコ煙を主とする有害物質を長期に吸入することで生じる肺の炎症性疾患です。頻度は低いものの、タバコを自分が吸っていないとしても、受動的にタバコの煙を吸入することで発症することもあるようです。タバコをどのくらい吸ったからこの病気になるというわけではなく、個人個人のタバコに対する肺の感受性に依存します。そのため、いくらタバコを吸ってもこの病気を起こさない人もいます。閉塞性という言葉が意味するところは、喘息のように気管支が狭くなるということ、息を吐くときにゼーゼーします。そして気管支が狭くなるのは肺の構造が壊れることが原因であり、壊れた肺は二度と元には戻らず通常は進行性です。気管支の炎症と、気管支が狭くなることが病気の本態のため、自覚症状としては、徐々に生じる動いた時の息苦しさや慢性の咳、痰を特徴としませんが、症状が乏しいこともあります。

(COPDの診断)

COPDの診断は肺機能検査によって行われます。これは肺活量と息の吐きにくさを調べる検査です。この息の吐きにくさの数値によってCOPDと診断でき、さらに重症度がわかります。その他胸部レントゲンや胸部CTなどの画像検査や、必要時には動脈血ガス分析や心不全の合併を調べる心臓超音波検査などを行います。

(COPDの治療)

タバコを吸っている状態であれば禁煙が一番の治療です。安定している時の治療としては気管支拡張薬や去痰薬が中心となります。風邪をひいたり肺炎になったらりすると、急性増悪といって生命を脅かすような激しい呼吸状態の悪化を起こすこともあり、その予防のため肺炎球菌ワクチンやインフルエンザワクチンも勧められています。息切れが強くなれば、家で酸素吸入を行ったり、夜間にマスク式の人工呼吸器をつけることもあります。酸素や人工呼吸器は、呼吸の状態が悪いことで合併

する心不全を予防する意味もあり生存率を改善させます。

(おわりに)

今回は言葉としては耳慣れないが、実際に有病率の高いCOPDという病気についてお話をしました。タバコを吸っていて、あるいは以前タバコを吸っていて徐々に息苦しさを感ずるようになった場合には、一度外来を受診してみてください。いかがでしょうか。



# お知らせ版

shimonita infomation

- 下仁田町役場 ☎ 82-2111
- 保健センター ☎ 82-5490
- 下仁田町公民館 ☎ 82-3535
- 下仁田厚生病院 ☎ 82-3555
- 荒船の湯 ☎ 60-6004
- ふるさとセンター ☎ 82-5345
- 下仁田町自然史館 ☎ 70-3070
- 防災無線電話応答サービス ☎ 82-4433

## 「群馬県シニア就業支援センター」をご利用ください

▽開所日 月～金曜日

※祝日を除く(年末年始は12月27日～1月4日まで閉所)

▽時間 午前9時～午後5時15分

▽所在地 前橋市新前橋町13番地12

(県社会福祉総合センター内)

### ▽内容

・再就職のための就職相談(適性診断、就職先の選り方、履歴書の書き方、面接対策など)

・求人情報の提供、職業紹介・企業などでの知識・経験を持つ中高年齢者の人材データの登録・活用

・就農、起業、地域活動、生涯学習、年金など生活設計の情報提供や専門機関への案内

▽対象 中高年齢者など

▽費用 無料

▽申込先 群馬県シニア就業支援センター(☎0271-25512300)

▽問い合わせ先 県庁労働政策課

(☎0271-222613407)

## 「群馬県シニア就業支援センター」の出張相談をご利用ください

### ▽内容

・再就職のための就職相談(適性診断、就職先の選り方、履歴書の書き方、面接対策など)

・求人情報の閲覧

※職業紹介は受けられません  
・企業などでの知識・経験を持つ中高年齢者の能力活用についての相談

・就農、起業、地域活動、生涯学習、年金など生活設計の情報提供や専門機関への案内

・ご利用の際は、群馬県シニア就業支援センターに電話で予約してください

▽開催日 毎月第2木曜日

(ただし、9月のみ9月18日(木)に開催)

相談時間 午前9時30分～午後3時(12時15分～午後1時15分を除く)

▽開催場所 富岡市工業情報センター(富岡市富岡1344番地)

▽対象 主に中高年齢者

▽費用 無料

▽申込先 群馬県シニア就業支援センター(☎0271-25512300)

業支援センター(☎0271-25512300)

▽問い合わせ先 県庁労働政策課

(☎0271-222613407)

## 中学生、高校生が考えた「給食で食べてみたい、みそ料理のレシピ」を募集します

多野藤岡・甘楽富岡地域に昔から親しまれている「みそ」を使った「給食で食べてみたい一品」のレシピコンクールを開催します。両地域で製造されたみそを用いた料理であればジャンルは不問。応募に関する詳しい内容は群馬県のホームページ、または役場で配布している応募用紙をご覧ください。

▽対象 多野藤岡・甘楽富岡地域に通学またはお住まいの中学生、高校生

▽応募締切 9月5日(金)必着

▽申込・問合せ先 藤岡行 政県税事務所 総務振興係

(藤岡市下栗須124-1) ☎0274-221510

1

## 町民テニス大会

▽日時 9月7日(日)午前8時30分集合

雨天の場合は9月14日(日)

▽会場 サンスポーツランド

▽参加資格 町内在住・在勤者・在学者町内クラブ在籍者

▽種目 男子シングルス・女子シングルス・初心者ダブルス

▽申込み期限 大会当日午前8時30分まで

▽問い合わせ 町体育協会事務局 ☎82-2115 内線714

## 原爆犠牲者の慰霊並びに平和祈念の黙祷について

長崎県知事より「長崎県では、8月9日を「県民祈りの日」と定め、毎年原爆犠牲者のご冥福をお祈りするとともに、恒久平和への誓いを新たにすため、長崎原爆投下時刻の午前11時2分に、全県民が一斉に1分間の黙祷をささげることとしています。

この趣旨に御賛同いただき、黙祷をささげることについて、周知をお願いしたい。」との依頼がありましたので、お知らせいたします。

▽問合せ先 健康課福祉係

8

9

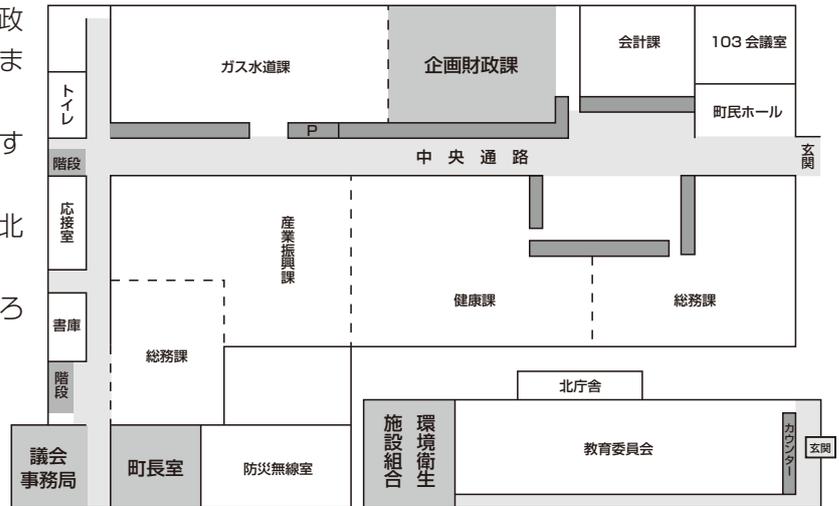
## 役場2階・3階の事務室が移転しました

役場庁舎耐震工事に伴い町長室・企画財政課・議会事務局の執務室が1階へ移転となりました。

11月下旬までは別記図面の場所で執務することとなります。

また、甘楽西部環境衛生施設組合は、役場北庁舎へ移転しました。

皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、よろしく申し上げます。



## 「法務局イブニング登記相談会」のお知らせ

前橋地方法務局富岡支局では、来る9月11日(木)の業務終了後、午後5時15分から7時(6時30分受付分)までの間、不動産の登記又は土地の協会問題に関するご相談にお答えしますので、平日の日中お忙しい方は、この機会にぜひお越しください。

土地・建物の売買、相続、抵当権設定・抹消、土地の分筆・合筆、地積更正、地目変更、建物の新築・増築、滅失等の不動産登記及び土地の境界問題についてお気軽にご相談ください。

ご相談の事前予約も行いますので、希望される方は、前橋地方法務局富岡支局までご連絡ください。

お問い合わせ先:前橋地方法務局富岡支局 ☎0274-62-0404

### 行政相談

ちょっと気付いた、行政(国、県、市町村)や特殊法人の業務に関する困り事はありませんか?行政相談委員が苦情や意見・要望の問題解決の促進を図ります。

相談は無料で、秘密は厳守されます。

日時 8月6日(水)  
午前9時～午後1時  
場所 下仁田町公民館3階  
相談室  
問い合わせ 総務課行政係  
(内線302)

※当日は心配事相談も一緒に  
行っています。



# あなたも子どもの里親になりませんか？

さまざまな事情で家庭で生活することができない子どもを、家族の一員として迎え入れ、一緒に家庭生活をするなかで、愛情と誠意をもって養育して下さる里親を募集しています。里親になる要件や手続きについては児童相談所にお問い合わせください。

問い合わせ先 群馬県西部児童相談所(☎027-322-2498)

## 8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	青倉保育園	※保育園の見学や子育て相談はいつでも実施しています。ご希望の方は保育園へお問い合わせください。  ■問い合わせ先 馬山保育園 82-2323 青倉保育園 82-2549 下仁田町役場 健康課福祉係 64-8803(直通)
会場	保育園ホール	保育園内	
実施日	8/21(木)	8/28(木)	
時間	10:00~11:00	10:00~11:30	
対象児	妊婦さんと3才児まで	妊婦さん~3才	
内容	リトミック 乳幼児の育て方及び在園児との交流	赤ちゃんマッサージ 親子ふれあい遊び・保育園児とあそぼう~!	
準備するもの	運動の出来る服装でお出かけください。	赤ちゃんマッサージはバスタオルを1枚ご用意下さい。動きやすい服装でご参加下さい。	
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。	

## 平成26年度結核検診(2次)日程

【対象者】平成26年4月1日現在64歳以上で、平成26年度胸部レントゲン撮影を受けていない方

【受診料】無料

※感染症法により64歳以上の方は、年1回胸部レントゲン撮影検査を受診しなければなりません。

検診日	時間	場所
8月29日(金)	9:30~10:00	馬山生活改善センター
	11:00~11:30	青倉社会体育館
	13:00~13:30	下仁田町活性化センター
	14:30~15:00	小坂13区公会堂
	16:00~17:00	下仁田町保健センター

## 平成27年3月新規学卒者の求人受理のお知らせ

来春高校を卒業する生徒を対象とした求人の受理が平成26年6月20日より受付開始となっております。今年度は例年に比べ、高校生の就職希望者が多く新卒者の採用をご検討されている事業所におかれましては、この機会に求人を出してみたいかがでしょうか。

高校生の就職活動は夏休み頃から校内選考がはじまります。お早めに求人の提出をお願いいたします。

※新規高校卒業生の募集にあたっては、高卒求人を安定所へ提出することが必要となります。

詳しい内容をお知りになりたい場合は富岡公共職業安定所 学卒担当(☎0274-62-8609)までお問い合わせください。

(管内高校の就職希望者数の推移)

	H23年3月 卒業生	H24年3月 卒業生	H25年3月 卒業生	H26年3月 卒業生	H27年3月 卒業予定者
就職希望者数	124人	116人	116人	96人	124人

**健康づくりのための新しい計画が始まります!⑦**

# 健康しもにた21(第2次)

(6) 歯・口の健康

平成元年に始まった「8020運動」。

すでにご存じのとおり、「むし歯予防」と「歯周病予防」が「8020」達成のカギです。

年2回 歯科医院でプロフェッショナルケアを受けると、歯とお口の状態がとて良くなります。



**健康目標**

**むし歯と歯周病を予防し、8020を目指しましょう**

↓ 目標を達成するための指標は次のとおりです。

第二次計画の 目標値	12歳児の1人平均むし歯本数(DMF歯数)の減少	現状値 0.63本⇒ 目標値 現状維持
	小中学生のフッ化物洗口実施者の増加	現状値 80.9%⇒目標値 100%
	定期的に歯石除去や歯磨き指導を受けている人の増加	現状値 12.8%⇒目標値 30%
	フッ化物がむし歯予防に効果があることを知っている人の増加	現状値 95.1%⇒目標値 100%

↓ 目標を達成するための取り組みは次のとおりです。

対策 取 組 み	家庭	歯みがきの習慣、良く噛んで食べる力を身につけましょう。 バランスの良い食事、歯に良い間食を取りましょう。 かかりつけ歯科医を持ち、むし歯や歯周病を予防しましょう。 介護予防教室に参加して、歯と口の機能を維持しましょう。 フッ化物の効果を理解して継続的にフッ化物を利用しましょう。
	地域・ 組織	保育園、学校等で食後歯みがき、フッ素洗口の取り組みを推進します。 保健推進員によるフッ素洗口剤の配布で効果的な利用を勧めます。 成人式で歯と口腔の健康についての情報提供、普及啓発を図ります。 健康祭、夏祭り等のイベントに参加し、情報提供します。 歯科医と連携して、かかりつけ医を推進します。
	行政	広報、ホームページ等様々な場面でフッ化物の正しい知識の普及啓発を行います。 歯科医師会と連携し、健診、定期相談時の歯科指導の充実を図ります。 学齢期の歯科指導を行い、セルフケア能力を高めます。 進行した歯周病に罹っている人の現状を把握し、青壮年期へかかりつけ医の推進を行います。 特定保健指導や各種講座における知識を提供する機会を増やします。 介護予防事業「元気クラブ」等の実施と参加勧奨を行います。

町では、今年から「妊婦歯科健診」と「40歳歯科健診」を始めました。  
対象の方は、ぜひご利用ください。



問い合わせ先 健康課 保健係(保健センター内) ☎82-5490

# 「臨時福祉給付金」・「子育て世帯臨時特例給付金」 申請受付開始のお知らせ

消費税率の引上げに際し支給される「臨時福祉給付金」・「子育て世帯臨時特例給付金」については、8月1日より申請の受付を開始します。

対象と思われる方へは、事前に申請書を郵送いたしましたので、提出書類をご用意の上、申請してください。また、事前に申請書は届かなかったが、支給要件に該当するという方は、申請書以外の提出書類をご用意の上、受付窓口までお越しください。

なお、申請後に、支給要件に該当しないことが確認された方へは、給付金は支給されませんのでご了承ください。

- 受付窓口 下仁田町役場 健康課 福祉係
- 申請期間 平成26年8月1日(金)から11月4日(火)まで
- 提出書類 ①申請書  
②本人確認書類(住民基本台帳カード、運転免許証、旅券等の写し)  
③口座確認ができる書類(通帳、キャッシュカードの写し)

※子育て世帯臨時特例給付金の申請者が、児童手当の受取口座を指定される場合は、②・③の書類は不要です。

※振り込め詐欺などには、引き続き十分ご注意ください

## 【町・県民税の申告がお済みでない方へ】

町・県民税の申告がお済みでない方は、給付金が正しく支給できない場合がありますので、下仁田町役場 総務課 税務係で申告手続きを行ってください。

問い合わせ先 健康課福祉係 ☎64-8803(直通)

## 不妊治療費を助成します

町では、不妊治療を受けている方に、その治療に要する費用の一部を助成します。

- 対象者 ①婚姻の届出をしているご夫婦で、不妊治療日において引き続き1年以上下仁田町に住所がある方  
②いずれかの医療保険に加入している方

- 助成内容 ①不妊治療に要する本人負担額の2分の1に相当する額  
ただし、「群馬県不妊に悩む方への特定治療支援事業」の助成が該当になった方は本人負担額から助成額を差し引きます。  
②助成期間は、夫婦1組に対して2年度  
③助成金の限度額は、夫婦1組に対して1年度の診療につき10万円

申請方法 平成26年3月から平成27年2月診療分に対し助成しますので、領収書を保管しておき、平成27年3月までに申請書を提出してください。

問い合わせ先 健康課保健係(保健センター内) ☎82-5490

## 平成26年度母子事業「Enjoy子育て教室」のご案内

### 8月は キレイな姿勢講座(託児あり) 産前・産後・子育て中のママの体の悩みを解消!

- 講師 さんたまの助産院 助産師 柳沢明子さん  
対象 子育て中のお母さん、妊婦さん  
日時 8月18日(月) 受付10:00~、教室10:30~12:00  
会場 下仁田町保健センター1階集団検診室(下仁田町下仁田111-2)  
持ち物 運動できる服装、汗拭きタオル  
参加費 無料  
申し込み・お問い合わせ先 健康課 保健係(保健センター) ☎82-5490



# 【平成26年度 胃がん集団検診のお知らせ】～健康は財産、がん検診を受けましょう～

がん退治に必要なことは早期発見、早期治療です。初期のうちに見つければ治る確率は飛躍的に上がります。定期的な検診を受けることが大切です。

【対象】平成26年4月1日現在40歳以上74歳以下の方

【受診料】500円

検診日	会場	対象地区	受付時間
9月 4日(木)	馬山生活改善センター	馬山地区	午前7時30分～10時30分
9月 5日(金)	三ツ瀬地区集会所	西牧地区	午前7時30分～8時30分
	友愛館		午前9時45分～10時45分
9月 8日(月)	下仁田町活性化センター		午前7時30分～10時
9月16日(火)	大平地区集会所	小坂地区	午前7時30分～9時
	13区公会堂		午前9時45分～11時15分
9月18日(木)	青倉社会体育館	青倉地区	午前7時30分～10時
9月19日(金)	保健センター	下町区・仲町区・上町区	
10月4日(土)		旭町区・東町区	
10月7日(火)		川井区・吉崎区・栗山区	

## 【夏休みの『おやこの食育教室』開催】

心と体の健康づくりをめざして、町の食生活改善推進員さんが料理教室を開催します。小学生の皆さん、みんなで楽しくお料理作りに挑戦しましょう!

<内容と申込方法>

**日時と会場** ◆8月6日(水) 10時～13時 保健センター栄養学習室  
◆8月21日(木) 10時～13時 保健センター栄養学習室  
(2日間とも同じ内容です)

**参加費** 一人500円

**メニュー** チキンライス・春雨スープ・かみかみあえ・クレープデコレーション

**持ち物** エプロン、三角巾(バンダナ)、手ふき(タオル)、参加費

**募集人員** 小学生とその保護者 20組(子どもだけの参加も相談に応じます)

**申込先** 健康課健康づくり係(保健センター)食生活改善推進協議会事務局(栄養士まで)

☎82-5490 ※名前、地区、学年、人数、電話番号をお知らせください。



▲昨年の様子…みんな大好き!  
“野菜たっぷりから揚げ”に挑戦中

## 【介護慰労金申請受付期間のご案内】

町では、身体上または精神上の理由により、在宅の高齢者を介護する方の労をねぎらい、在宅福祉の増進を図ることを目的とし介護慰労金を支給しています。

【支給対象者】

平成26年8月1日現在で、次の(1)および(2)の要件を満たしている在宅の寝たきり又は認知症の高齢者を居宅において1年以上継続して介護している方

(1)町内に住所を有し、年齢が65歳以上であること

(2)要介護4又は5に相当する状態が1年以上継続し、平成25年8月1日から平成26年7月31日までの期間中にショートステイおよび入院等により在宅生活を離れた期間が通算100日を超えない方

【支給金額】80,000円

【申請期間】8月4日(月)～29日(金)

【問合せ/申請窓口】健康課 高齢者支援係 ☎64-8804

# 下仁田町在宅要援護者紙おむつ購入費扶助事業 平成26年度前期申請

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26年3月購入分から平成26年8月購入分まで(前期)です。

## 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、対象期間中で上記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(前期分) 8月12日～9月12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、その期間を教えてください。

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 ☎64-8802 ☎福祉係 64-8803

## 栄養教室のご案内

毎日の食事づくりは大変!でも食べることは大切です。健康によい食事を楽しく作って食べましょう。

65歳以上の全日程参加できる方を募集します。お早めにお申し込みください。

日程	第1回	8月22日(金)	会 場 下仁田町公民館(文化ホールとなり)2階 栄養学習室 送迎はありません 時 間 10時～13時 持ち物 エプロン、三角巾、手拭タオル 定 員 10名(先着順で定員になり次第締め切らせていただきます。) 参加費 毎回食材費として500円集めさせていただきます。
	第2回	9月19日(金)	
	第3回	10月17日(金)	
	第4回	11月7日(金)	
	第5回	12月19日(金)	

※参加をご希望の方は、8月18日(月)までに電話にてお申し込みください。

(月～金曜日の8:30～17:15におかけください。)

申込み・問合せ先 健康課高齢者支援係(包括支援センター)☎64-8804または☎70-3012

## 花いっぱい運動 ～下仁田町老人クラブ連合会

7月2日(水)こんにゃく体験道場前の通称「お祭り広場」において、下老連所属単位クラブ役員・会員約13名の参加により、花壇に花の植栽を行いました。

暑い中、除草から土起こし、花の植栽、水やりまで行い丹精こめて手入れを行いました。ありがとうございました。

単位老人クラブ・連合会 新規加入会員等募集中



▲下町・東町・城西区长寿会のみなさん

# シリーズ「お元気ですか」



## COPDを知っていますか?

COPDは慢性閉塞性肺疾患といわれ、気管支が炎症を起こし肺への空気の流れが悪くなり呼吸が苦しくなる病気です。中高年層の男性に多い病気で2020年には全世界の死亡原因で3位になると予想されています。

### こんな人は要注意!心当たりはありませんか?

- 現在、たばこを吸っている。または以前に吸っていた
- 坂道を歩いたり運動したりすると、息切れしやすくなった
- 運動後になかなか動悸が治まらない
- 咳や痰が出やすくなった
- 呼吸をするたびにゼーゼー、ヒューヒュー音が鳴る



### 最大の原因は「たばこ」

たばこを10年以上吸っている人や1日に何十本も吸う人はさらにこの病気にかかる可能性が高くなります。たばこを吸う本人だけでなく、周囲の人が吸い込む煙も危険です。

### 禁煙が予防と治療の第一歩!

COPDが一度進行して肺の細胞を壊してしまうと元には戻りません。そのためCOPD予防には禁煙をすることが何より重要です。またこの病気になったとしても残った肺の機能を維持するために禁煙は欠かせません。

現在、この地域にも禁煙外来を行っている医療機関がありますので、医師のサポートを受けながら禁煙をするのも非常に有効です。

問い合わせ先 下仁田町健康課 保健係(保健センター) ☎82-5490

### 予防接種についてのお知らせ

以下の予防接種が、平成26年10月1日から定期接種になります。

☆小児の水痘(水ぼうそう)(1歳以上3歳未満、3歳以上5歳未満)

☆高齢者の肺炎球菌ワクチン

詳細が決まったら、あらためてお知らせをします。

問い合わせ先

健康課(保健センター)電話 ☎82-5490

### 献血にご協力ください

日 時 8月19日(火)

午前の部 午前10時~正午

午後の部 午後1時~3時30分

場 所 役場町民ホール

現在、血液が不足しています。

みなさんのご協力をお願いします。

### シニア教室開催のお知らせ

毎月、多方面の方を招いて健康や日常生活に役立つ内容で開催しています。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】 8月20日(水)午前10時~12時00分 「認知症のおはなし」\*めがね・筆記用具をご持参ください。

【会 場】 旧小坂小学校(1階西教室)

【対 象】 どなたでも参加できます。

■お問い合わせ先 健康課 高齢者支援係(包括支援センター)☎64-8804(直通)まで

# 平成26年度下仁田町介護予防事業

# ～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】

地区	会場	開催日	時間	講師
下仁田地区	下仁田町公民館3階 大会議室	8月 5日(火)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 2日(火)		
	吉崎公会堂	8月 4日(月)		
		9月 1日(月)		
馬山地区	鎌田地区集会所	8月 5日(火)	午後1時30分～3時30分	健康運動指導士
		9月 2日(火)		
	馬山生活改善センター	8月 8日(金)	午前10時～12時	
		9月 19日(金)		
	蒔田地区集会所	8月 12日(火)		
		9月 4日(木)		
小坂地区	旧小坂小校舎(1階西:旧教室)	8月 7日(木)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 18日(木)		
	北小地区集会所	8月 29日(金)	午後1時30分～3時30分	
		9月 1日(月)		
	東野牧生活改善センター	8月 4日(月)	午前10時～12時	
		9月 22日(月)		
西牧地区	西牧活性化センター	8月 6日(水)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 10日(水)		
	三ツ瀬集会所	8月 19日(火)	午後1時30分～3時30分	
		9月 3日(水)		
	矢川友愛館	8月 11日(月)	午前10時～12時	
		9月 25日(木)		
青倉地区	大桑原地区集会所	8月 28日(木)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 26日(金)		
	下青倉集会所	8月 26日(火)		
		9月 30日(火)		
	桑本地区多目的集会所	8月 25日(月)		
		9月 29日(月)		

■【問い合わせ先】 健康課 高齢者支援係 ☎64-8804(直通)まで

## 群馬子ども救急相談 #8000

子どもの急な病気などで対応に困ったら、プッシュ回線の電話、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

## 健康テレホン 8月 (ヨクナレ) ☎027-234-4970

約3分間の健康講和が聞けます

月/PM2.5の健康被害 火/エコノミークラス症候群  
水/小麦粉製品にダニが混入 木/マダニに刺されたら  
金/歯ぐきの出血 土日/入れ歯と治療費

～直接相談タイム～直接医師が電話に出ます

◆8月21日(木)歯科 午後7時半～9時

～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

# 8～9月 健康カレンダー

	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	8月25日(月)	平成26年4月～5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、むし歯予防指導、家族計画・授乳指導育児相談、保健指導、離乳食相談と試食
	6、7か月児		平成26年1月～2月生まれ		
9、10か月児	平成25年10月～11月生まれ				
★9・10か月児健診対象の方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。					
幼児健診	1歳児	9月26日(金)	H25年7月～8月生まれ	母子健康手帳 タオル、歯ブラシ  ※3歳児は事前に配布するアンケートと尿歯ブラシ	問診、計測、医師の診察、歯科健診、むし歯予防指導・希望者にフッ素塗布、食生活指導と手作りおやつを試食、保健指導、心理発達相談
	1歳6か月児		H25年1月～2月生まれ		
	2歳児		H24年7月～8月生まれ		
	2歳6か月児		H24年1月～2月生まれ		
	3歳児		H23年7月～8月生まれ		
	3歳6か月児		H23年1月～2月生まれ		
定期健康相談 「ふれあい広場」	8月5日(火) 9月9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」	8月8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。

受付時間厳守になりますので、時間内にお越しください。

☆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。 会場・問い合わせ先 保健センター ☎82-5490

## 富岡保健福祉事務所 8～9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** 8月12日(火)、9月9日(火) 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 富岡市甘楽郡医師会

**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



## 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。  
 ◆8月 3日(日) 小柳由里子先生(青葉クリニック)  
 ◆8月 17日(日) 菊池修先生(もみの木こどもクリニック)  
**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  
**問合せ先** ☎63-2111

## おめでとう

6月届出分〈敬称略〉

ご結婚おめでとう

氏名 地区

{ 飯塚 勝美 (蒔田)  
原 三那子 (静岡県)  
{ 荻野 修一 (本宿)  
黒澤 早織 (埼玉県)

## 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  
里見 茂 (石井喜子) 仲町  
津金 俊昭 (則山) 大桑原  
黛 順一郎 (つや子) 西野牧  
近田 昭二郎 (静江) 仲町  
茂木 二三雄 (恵子) 下青倉  
大河原 一枝 (行弘) 土谷沢  
青木 ふじ (吉田正行) 仲町  
荻野 久 (やす) 横間  
浅野 千江 (健) 西野牧

## 私たちの町

(7月1日現在)

人口 8,506人 (-14)  
男 4,203人 (-7)  
女 4,303人 (-7)  
世帯 3,461世帯 (-2)  
( )内は前月比

(6月中)

転入 10人 / 出生 0人  
転出 13人 / 死亡 11人

有料広告

社会福祉法人 緑成会

特別養護老人ホーム・デイサービスセンター

(完成イメージ)



# 社会福祉法人 緑成会

特養・デイサービス事業 平成27年4月開始(予定)

社会福祉法人 緑成会は、「地域貢献」をキーワードに多様な福祉サービスの提供をつうじ、利用者が個人の尊厳を保持しつつ、自立した生活を地域社会において営むことができるよう、ご支援することを目的として設立されました。

その目的達成を目指し、下仁田町馬山に特別養護老人ホーム・デイサービスセンターを平成27年4月オープンいたします。

現在緑成会では、私たちと一緒に働いてみたいという方を募集中です。

町内在住(特に馬山地区在住)の方、有資格者や同様施設での経験者の方については、歓迎いたします。興味があるという方は、連絡先までまずはお電話ください。

有資格の例: ケアマネ・看護師・社会福祉主事・社会福祉士・管理栄養士・介護士 etc

■連絡先 社会福祉法人 緑成会 事務局  
(仮事務所) 下仁田町下仁田557-1  
株式会社 開成エンジニアリング 内  
■電話 82-5478  
■担当 小井土・佐藤

## 8月の納税

町県民税(第2期)、国民健康保険税(第2期)、介護保険料(第2期)、後期高齢者医療保険料(第2期) 納期限はいずれも9月1日(月)です

お忘れの納税はありませんか?未納がありましたら土日祝祭日も納税ができます。日直者が対応しますのでご利用ください。

午前8時30分〜午後5時15分まで  
※納付書と現金を釣り銭のないように「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!

## 今回の休日納税相談日

8月30日(土)・8月31日(日)

※納税のお忘れは有りませんか?8月は徴収特別月間です。もう一度確認してください。忘れていると職員が納税のお願いに伺います!

## 8月の支払日

8月28日(木)です。

7月末までに、役場へ請求書等を提出された分です。請求書の宛名は「下仁田町長(〇〇課)」でお願いします。

## 9月の支払日

9月29日(月)です。

請求書等は、8月末までに役場へ提出してください。

