

広  
報

# しまいた

2013

8

No.688

あじさい園(馬山)



# 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。

新しい保険証は緑色です。7月末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「個人情報保護シート」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 (内線321・322)

## 特定疾患等難病患者見舞金

町では、特定疾患等患者、難病患者、またはその保護者に対して見舞金を支給しています。別表に該当する方は役場健康課で申請して下さい。

支援要件	申請に必要なもの
心臓機能障害1～3級	身体障害者手帳 印鑑・通帳
腎臓機能障害1～3級	
ぼうこう・直腸障害	
リウマチ1～3級	医師の証明書・印鑑・通帳(証明書は健康課にあります)
こんにやくぜんそく	
特定疾患医療給付	特定疾患等医療受給者証 印鑑・通帳
小児慢性特定疾患医療給付	
慢性疾患児医療給付	

すでに受給されている方には、毎年8月に現況届の提出をお願いしています。現況届の提出がされない場合は、見舞金の支給が停止となります。

【問い合わせ先】 健康課福祉係 内線326

# ジェネリック医薬品(後発医薬品)をご存知ですか？

ジェネリック医薬品(後発医薬品)という言葉を知っていますか？

厚生労働省は、ジェネリック医薬品の利用促進に向け、全国の医療機関や自治体などに呼びかけを行っています。下仁田町でも、ジェネリック医薬品の普及を促進しています。

## Q1 ジェネリック医薬品ってなに？

日本で最初に発売された新薬は特許に守られており、一定期間独占販売権が認められています。しかし、その期間が過ぎた後は、別の会社でも同じ成分と効能で製造・販売が認められるようになっていきます。こうして新たに発売された薬がジェネリック医薬品です。



## Q3 ジェネリック医薬品を処方してもらうにはどうすればいいの？

### ●ケース1 受付にて

医師に直接言いにくいと考える人は、受付の際、保険証や診察券とあわせて「お薬をこれでお願したいのですが」と希望カードを(右上イラスト参照)一緒に出してみるのはいかがでしょうか？

### ●ケース2 診察にて

相談するなら、医師だとお考えの人は、診察の際、医師から「それではお薬を出しておきますね」と言われたときに相談してはいかがでしょうか？

### ●ケース3 院外薬局にて

薬局に提出する処方せんの変更不可欄に「レ」や「×」などの記載がない医薬品は、薬剤師に「ジェネリック医薬品に変えたいのですが」と相談をしてみたいのはいかがでしょうか？

### 問合せ先

健康課 国保係 ☎82-2111 (内線321・322)

## Q2 ジェネリック医薬品の品質・効能は？

ジェネリック医薬品は既に有効性、安全性が確立している薬をより安価に患者さんに提供するという役割がありますので、新薬との同等性と品質に重点をおいて開発を行います。薬事法の定めに従い新薬と同様にさまざまな基準を守り、開発・製造・販売されています。

## Q4 ジェネリック医薬品は医療費抑制につながります。

後発品であるジェネリック医薬品は研究開発にかかる費用が抑えられたため、先発品よりも価格が安いという大きなメリットがあります。新薬と同じ有効性・安全性・品質で価格は新薬の2~7割、平均すると半額くらいとなり、家計の節約に役立ち、ひいては、下仁田町の医療費の抑制につながります。

●ジェネリック医薬品の使用により薬代は削減できますが、技術料、指導料、検査料等は削減されません。

●全ての医薬品について、ジェネリック医薬品が作られていないこと。また、ジェネリック医薬品が処方できない、適切でない場合もあることにご注意ください。

# 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25年3月購入分から平成25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

問い合わせ先 健康課 介護保険係（内線323・324）・福祉係（内線326）

## 8月の「保育園子育て応援事業」活動計画

「保育園子育て応援事業」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。登録をされていない方は、事前に登録していただき、お問い合わせでご参加ください。事業計画の対象児でなくても参加できます。



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	8/22(木)	8/7(水)	8/27(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	3才まで	妊婦さん～3才
内容	リトミック	親子でプール遊びを楽しむ	赤ちゃんマッサージ
	乳幼児の育て方及び在園児との交流		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。	水着・タオル等	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。
講師等	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	当日曇り、雨の場合は中止になります。	参加ご希望の方は事前にご連絡下さい。

■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 82-2111

# THE KONKATSU 参加者募集中心!!

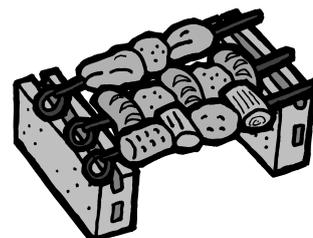
## ～あの草原を歩くのはあなた～

西上州4町村(下仁田町・神流町・上野村・南牧村)合同の婚活イベントを開催します。  
さわやかな北軽井沢で運命の相手を見つけてみませんか?忘れられない夏の思い出を作りましょう!  
お気軽にお問い合わせ・お申込みください。

日 時 平成25年9月8日(日) 11:00～16:00  
人 数 20歳～50歳の独身男女各20名(応募者多数の場合は抽選になります)

場 所 北軽井沢キャンプ場  
参 加 費 男性5,000円、女性3,000円  
内 容 バームクーヘン作り、バーベキュー、ゲームなど  
申 込 締 切 平成25年8月16日(金)  
主 催 西上州山村交流推進協議会

※女性は高崎駅または下仁田駅～会場まで送迎いたします。  
お問い合わせ・お申込み 企画財政課企画調整係 ☎82-2111(内線512)



## 甘楽西部環境衛生施設組合では、臨時職員を下記のとおり募集します。

- 募 集 人 数 1名
- 業 務 内 容 ごみ焼却施設・ごみ資源化施設の運転管理業務及び現場作業従事
- 採 用 期 日 平成25年10月1日から勤務予定
- 受 験 資 格 概ね50歳位までの方、普通自動車運転免許を有すること。
- 試 験 の 方 法 書類審査及び面接による試験
- 試 験 日 時 平成25年8月30日(金) 午後1時30分～下仁田町役場
- 給 与 甘楽西部環境衛生施設組合条例による
- 申 込 み 方 法 市販の履歴書用紙に必要事項を記入(写真を貼付)の上、組合事務局に提出。(郵送不可)
- 受 付 期 間 平成25年8月1日(木)から平成25年8月21日(水)までの土曜日、日曜日、祭日を除く午前8時30分から午後5時15分まで
- そ の 他 書類審査を行い、面接試験受験者には、試験日の4日前までに連絡します。
- 問 合 せ 先 甘楽西部環境衛生施設組合事務局 ☎82-2111(下仁田町役場内) 内線530

## し尿収集運搬業務休業についてお知らせ

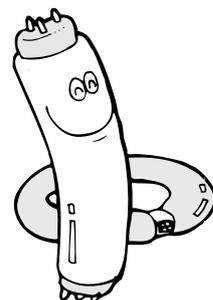
- ・荒船環境興業は、8月13日(火)から16日(金)までお盆休暇のため「し尿収集業務」を休ませていただきます。
  - ・下南興業社は、8月14日(水)から16日(金)までお盆休暇のため「し尿収集業務」を休ませていただきます。
- また、この時期は収集依頼が混み合いますので、お早めに業者に連絡して下さい。

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下さい。
  - ・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 ☎82-2111(下仁田町役場内) 内線530



# 平成25年度胃がん集団検診のお知らせ

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25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5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6日(金)	南野牧社会体育館	西牧地区	午前7時30分～8時30分
	友愛館		午前9時～10時
9月12日(木)	本宿社会体育館 (旧西中体育館)		
9月19日(木)	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10時～11時
9月20日(金)	青倉社会体育館 (旧青倉小体育館)	青倉地区	午前7時30分～10時
10月1日(火)	保健センター	下町区・仲町区・上町区	
10月5日(土)	保健センター	旭町区・東町区	
10月9日(水)	保健センター	川井区・吉崎区・栗山区	

問合せ先 健康課保健環境係(保健センター内) ☎82-5490

★対象地区以外の会場でも受診できます。ご都合の良い会場で受診して下さい。

## 平成25年8月30日から『特別警報』の運用を開始

気象庁では、これまでの警報の発表基準をはるかに超える甚だしい大雨や大きな津波等が予想され、重大な災害の危険性が高まっている場合、新たに『特別警報』を発表し、最大限の警戒を呼び掛けます。

『特別警報』の対象とする現象は、「東日本大震災時の大津波」「平成23年台風第12号の豪雨」が該当し、「震度6弱以上の緊急地震速報」「噴火警戒レベル1～5のうち上位の4及び5に相当する噴火警報」「噴火警戒レベルを運用していない火山については噴火警報(居住地域)」を『特別警報』として発表する予定です。

『特別警報』が発表された地域は、これまで経験したことのない非常に危険な状況にありますので、避難指示・勧告等や屋外の状況に留意し、気象情報等を活用して、早め早めの行動を心がけて下さい。

※特別警報の詳細については、気象庁ホームページでご確認ください。

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/tokubetsu-keiho/index.html>

問い合わせ先

気象庁前橋地方気象台防災業務課 ☎027-231-1404

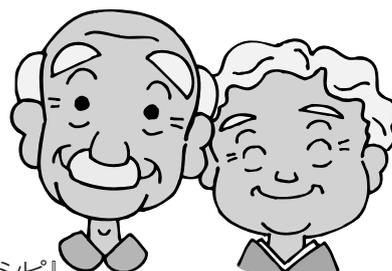


## ◆シニア教室開催のお知らせ◆

地域の皆さんが毎日元気に過ごし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」において年間を通じた事業を計画しています。

健康運動指導士、栄養士のほか、各分野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】 第5回 8月8日(木)午前10時～12時00分 『夏のかんたんレシピ』

栄養士が簡単にできる冷汁を紹介します。お楽しみに!

第6回 9月2日(月)午前10時～12時00分 『自分で治す膝痛エクササイズ』

いきいき健康教室でおなじみの健康運動指導士が、楽しくご指導いたします。

【会場】 旧小坂小学校

お問い合わせ先 役場 健康課 高齢者支援係(内線327又は328)まで

## ◆介護慰労金を支給します◆

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25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24年8月1日から平成25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1日(木)～30日(金) 申請書に必要事項を記入し、提出してください。

※申請書は健康課高齢者支援係窓口にて用意しております。

【問い合わせ/申請窓口】 健康課 高齢者支援係 (内線327・328)

### 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、保護者の方と一緒に参加してください。

〈内容と申込方法〉

★日時と会場 8月17日(土)10時～13時 保健センター栄養学習室

8月21日(水)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 カルシウムおにぎり、野菜たっぷりから揚げ、かぼちゃスープ、  
ナタデココヨーグルトゼリー

★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 健康課保健環境係(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 夏野菜カレーに挑戦中!

## 熱中症が多発 高齢者・子どもは特に注意を

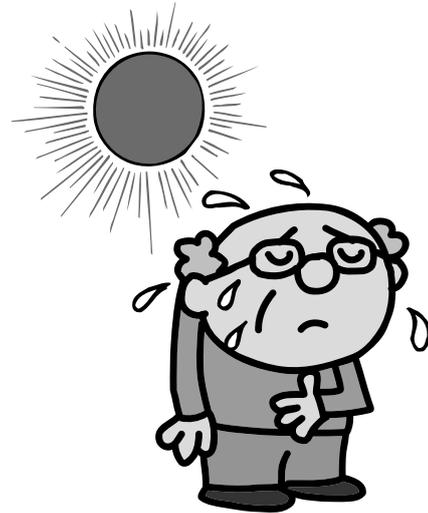
熱中症は命にかかわる病気です。気温が高くななくても、湿度が高い日や風が弱い日、体が暑さに慣れていない時などは注意が必要です。

### ①暑さの感じ方は人によって異なります!

年齢や体調などが影響して、暑さに対する抵抗力は個人によって異なります。自分の体調の変化に合わせて、万全の予防を心がけましょう。

### ②高齢の方は特に注意が必要です!

熱中症患者のおよそ半数は65歳以上です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚や調整機能が低下しています。のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給をしましょう。



### ③まわりが協力して、熱中症予防を呼びかけ合うことが大切です!

一人ひとりが周囲の人に気を配り、熱中症の予防を呼びかけ合うことで、発生を防ぐことができます。特に、高齢者、障害児・障害者や子どもは、注意が必要です。

### ④節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようご 注意ください!

気温や湿度の高い日には、決して無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用しましょう。

## 平成25年度から雇用関係助成金が変わりました。

厚生労働省では事業主の方に対する雇用関係の各種助成金制度について大幅に変更しました。雇用関係助成金は30種類近くと多く、助成金ごとに様式や支給要件も細部で異なり、分かりにくい点があったため整理合理化を行いました。

今回の変更では、既存の助成金で類似するものを統廃合して、分かりやすく、活用しやすい制度体系にしました。

#### ○既存の助成金を統廃合して新設した助成金

雇用調整助成金、トライアル雇用奨励金、中小企業労働環境向上助成金など。

#### ○継続する助成金(一部要件変更するものもあります。)

労働移動支援助成金、特定就職困難者雇用開発助成金、両立支援助成金、キャリア形成促進助成金など。

#### ○廃止した助成金

中小企業定年引き上げ等助成金、受給資格者創業支援助成金、中小企業基盤人材確保助成金など。

詳しくは、厚生労働省のホームページで「雇用関係助成金」を検索して下さい。

<http://www.mhlw.go.jp/general/seido/josei/kyufukin/>

その他、詳細につきましては、群馬労働局又は各ハローワークへお問い合わせください。

# 作品募集

# 第4回 「下仁田へ行ってんぱー祭」 写真コンテスト

主催：下仁田まちづくり委員会  
11月23日(土)実施のねぎ祭り・健康祭・商工会青年部フェスティバルと同時開催

## 応募上の注意

テーマ：「下仁田に今でも残る懐かしの風景」

題材：下仁田町に今でも残るレトロで懐かしい風景と思われるものなら何でも可。スナップ写真のような気ない写真でも結構です。（今でも残る懐かしい看板、古めかしい物、昭和の香りのする家・風景等）

応募規格：A4サイズ程度の写真用紙にプリントしたもの（カラー白黒は不問）  
データでの提出の場合は、容量は5MBまでとして下さい。

締切：10月31日(木)必着

応募先：〒370-2601 群馬県甘楽郡下仁田町下仁田682  
下仁田町役場 総務課地域安全係 岩井宛に郵送、持参もしくは  
info@town.shimonita.lg.jpにデータ添付送信して下さい  
☎0274-82-2111（役場代表番号）

- その他：
- ・ 賞品あり。
  - ・ 11月23日(土)のイベント当日に会場に展示します。  
(会場の都合ですべては展示できません。展示の際の氏名表示の可否は応募券にその旨記入下さい。)
  - ・ 一人あたり何作品でも応募可。
  - ・ 応募作品の裏に下記応募券を添付して下さい。（自作可）
  - ・ 作品の使用権は主催者に帰属し、宣伝広告媒体に無償で使用することがあります。
  - ・ 作品は原則として返却しません。ただし、返信用切手貼付の返信用封筒を同封の方のみ返却します。
  - ・ 新聞雑誌等に掲載された作品、または他のコンテスト等に入賞・入選した作品は応募できません。ただし、展示会に出品した程度のものには差支えありません。

応募券	
題 目	
氏 名	
住 所	
連 絡 先	
撮 影 地	(具体的に)
氏名表示の可否	可 ・ 不可

※応募券は自作可、作品の裏に貼付のこと



▲昨年までのレトロ写真展の様子

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1～2日の2日間に渡り『化石研究会下仁田総会』が行われました。

大勢の方にお越しいただき、1日の化石研究会終了後にはジオツアーも実施し下仁田ジオパークをより多くの方に知っていただきました。

6月4日(火)第2回世界遺産候補史跡荒船風穴・下仁田ジオ応援団を開催しました。14名の方にご参加いただき、前回に続き文化ホールにて学習しました。

6月14日(金)練馬区立立野小学校と柏市立中原小学校のそれぞれ5年生が下仁田町自然史館の見学や、青岩公園にて川原の石の体験を行いました。

6月18日(火)第3回世界遺産候補史跡荒船風穴・下仁田ジオ応援団を開催しました19名の方にご参加いただき今回は実際に現地へ行き、ガイドをされている方の実演など参加型の学習会となりました。

6月21日(金)練馬区立旭丘小学校の6年生が青岩公園にて川原の石の体験を行いました。



▲川原の石体験学習



▲第3回学習会

## 自然史館の利用他

6月8～9日 新潟大学巡検

## ネギとコンニャク・ジオパーク 山岳信仰の山「秋葉山」

秋葉山から五州(ごしゅう)の尾根にはたくさんの石造物があり、信仰心の厚い地域であることは先月ご紹介させていただきました。それでは石造物を作り、尾根上まで持ち上げた労力と財力はなんであったのかに興味を持ち、過去のデータから推測してみました。

明治11年に発行された上野国郡村誌に西野牧村(旧西牧村)の産業構造などの記載があります。

馬居沢は旧名でいくと森平村にあたり、西牧14ヶ村には現在の上小坂漆萱と旧松井田町の入山、恩賀が含まれます。西牧関所を守るためには峠を越えた14ヶ村で守る必要があったようです。

上野国郡村誌によると主生産物は生糸・麻・楮の皮・炭などが主生産物、産業であったと記されています。14ヶ村の記録を旧森平村(馬居沢)と置き換えるのは強引ですが、馬居沢地区の産業も同様であったと推測され、こんにゃく生産が普及するまでは、養蚕・製糸が主産業であったと思われます。

これは西牧地区に限ったことではなく、組合製糸で栄えた下仁田町全体の産業構造でもあったと思われます。養蚕は価格変動も大きく、また天候に左右される桑の生育状況、病虫害による当たりはずれも大きかったため、余計に信仰深くなったのかもしれませんが。最後に秋葉山登山の後、地元の人との懇談の中で印象的であり、かつ、戦後の地域産業の裏付けの話を聞くことが出来ました。

「四反歩の蒟蒻畑があれば十分な生活が出来た」そのため他の作物への転換が遅れてしまったと話されていました。また、一代交雑種(F1)の養蚕を作るため、雌雄別飼いの養蚕を行い、繭量ではなくさなぎの生存率で繭価が決まり、かなりの高収入を得られたとも話されていました。

蚕種製造のためには河川近くの風通しのよい砂地の畑での桑が必要不可欠であったので、馬居沢川の清流沿いの畑は適地だったのかも知れません。

馬居沢地区には河川沿いにはしる旧道にも多くの石造物を見ることもできます。なかにはちょっと変わった双体道祖神や「みるめ神社」など聞きなれない神社なども見ることができます。



▲秋葉山石造物

## 行事予定 下仁田こんにゃく夏祭りにブース出展

日 時:8月14日(水) 午後1時～午後5時  
 場 所:こんにゃく広場  
 内 容:世界遺産候補荒船風穴と下仁田ジオパークの資料展示  
 応援団による解説ガイドとミニジオツアー  
 『ミニジオツアー』

①午後2時出発(約90分) ②午後3時出発(約90分)  
 青岩公園→川井断層(中央構造線)→下仁田層密集化石を周り、各ジオサイトにて  
 ガイドの解説が受けられます。※参加希望の方は、出発10分前までにご集合ください。



▲青岩公園

## 『下仁田ジオパーク2周年記念イベント』

日 時:9月8日(日) 9時～14時  
 集 合:下仁田町自然史館  
 内 容:南牧川の川砂からパンニング皿などを使い、上流より流れてくる宝石  
 を見つけましょう!昼食は下仁田かつ丼をお召し上がりいただきます。  
 費 用:500円(昼食代)  
 申 込:昼食の注文等の都合がありますので、ご参加いただける方は必ず  
 前日までにお申し込みください。



▲1周年記念イベントの様子

## 世界遺産候補史跡荒船風穴・ジオ応援団「ガイド養成講座」開催のご案内

世界遺産候補史跡荒船風穴や、下仁田ジオパークの魅力伝えるためのガイド(解説員)養成講座を行います。  
 昨年度からの継続事業ですが、今年度はより深く、より実践に近い形で学習会を行います。新たに参加していただ  
 ける方も大歓迎ですので、ぜひご参加ください。

回数	日程	時間	会場	内容
第5回	9月2日(月)	午後1時半～3時	文化ホール2階研修室	①「日本列島の成立」 ②「下仁田の大地の生い立ち」
第6回	9月24日(火)	午後1時半～3時	文化ホール2階研修室	①「下仁田こんにゃく水車の歴史」 ②「バーチャルジオツアー」
第7回	10月22日(火)	午後1時半～4時	下仁田町役場・青岩公園	①「川原の石の見方」 ②「模擬ガイド実習(青岩公園)」
第8回	11月5日(火)	午後1時半～4時	下仁田町自然史館	①「模擬ガイド実習 (クリッペ散策コース)」

問い合わせ/申込 ジオパーク推進室70-3070 下仁田町ふるさとセンター82-5345

※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

## ふるさとセンターだより

### ふるさとセンター展示紹介 町内に残る歴史資料と町民生活

ふるさとセンターの展示品が増えました。新たに  
 増えたのは、並木栄治氏(南野牧)から寄贈された  
 明治時代の教科書や日誌帳などです。特に、日誌は、  
 明治のころの学生が日常を綴ったもので、当時の世  
 相や学校生活を知ることができる貴重な歴史資料です。ぜひ、ご見学ください。



### 集めています「歴史資料」

下仁田町ふるさとセンターでは、歴史資料や品を集めています。古いものがあまりましたら、ご一報ください。全  
 て引き取る訳ではありませんが、次代の子供たちに伝えるべき歴史資料は保管、展示させていただきます。  
 ～下仁田の歴史を今に伝える～ ふるさとセンター ☎82-5345

# 世界遺産候補 国指定史跡 荒船風穴関連事業報告

## ◇世界遺産登録を目指し◇

下仁田町の「国指定史跡 荒船風穴」を含む「富岡製糸場と絹産業遺産群」は、次期の世界文化遺産登録候補として推薦が決定されています。

今年の夏には国際記念物遺跡会議（イコモス）による審査が行われ、順調にいけば来年の世界遺産委員会において登録される予定です。



## ◇文化財の保存と管理◇

平成22年2月22日に国史跡として指定された荒船風穴は、その1ヶ月後に石積みの一部が崩落しました。今年度は、その部分の修復するため、復旧工事を行います。

これらは、学識者による専門家組織「史跡荒船風穴調査・整備委員会」で審議し、その後、文化庁の許可を経て、工法などが決定されるため、進捗が遅く見えるかもしれませんが、国民共通の文化財として指定されており、より慎重な対応が求められているためご理解ください。

## ◇近年の主な事業（史跡地内）◇

- ・史跡地及び緩衝地の用地買収
- ・保存管理計画策定（保存に関する方針と計画）
- ・調査・整備委員会の運営
- ・1号風穴、2号風穴、3号風穴の埋蔵文化財調査
- ・石積み復旧設計
- ・崩落石の石材調査（石材情報の管理）
- ・3次元測量調査
- ・冷風状況調査（温湿度計の設定とモニタリング）
- ・支障建物撤去
- ・支障木の伐採
- ・簡易看板設置事業

## ◇近年の主な事業（周辺環境）◇

- ・駐車場整備
- ・仮設トイレの設置
- ・見学路改修工事
- ・周辺森林環境整備（保安林リフレッシュ事業）
- ・案内看板設置

## 荒船風穴の歴史と価値

明治から昭和初期にかけ、日本における生糸の輸出は世界市場を圧巻し、それらを下支えしていた養蚕業は、国家形成の礎となった基幹産業でした。

荒船風穴は、電気冷蔵システムが普及していなかった時代に天然の冷風を巧みに活用し繭生産の急増に貢献した「蚕種貯蔵所」の代表的な場所として国文化財（史跡）指定されています。

現在でも操業当時と変わらぬ冷風環境が維持され、空気感を肌で感じることができる希少な史跡であり、それらに加え、一部の崩落はあるものの石積み遺構が残され、日本最大規模を誇った風穴を現在に伝えています。

養蚕業における風穴を活用した貯蔵技術は、幕末から研究され、荒船風穴の起業は決して早い段階ではありませんでした。しかし、従来あった小規模経営の蚕種貯蔵に当時の技術の粋を結集し、大規模経営に加え、当時最新鋭であった通信・交通を最大限活用し、大きく商売を行いました。



## ◎ご連絡

8月から9月にかけて、石積み復旧工事を行います。

見学場所の変更（風穴脇通路見学規制・番舎跡解放）がありますので、ご理解ください。

ふるさとセンター（下小坂71-1）では、経営母体の春秋館の関連資料をはじめ荒船風穴の資料展示をしています。ぜひ、ご覧ください。

問合せ先 ふるさとセンター ☎82-5345

## 町民ソフトテニス大会

6月23日（日）、第43回町民ソフトテニス大会が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）

	男子の部				女子の部		
優勝	黛 富寿 萩原 貴実人	(下仁田クラブ)	優勝	瀬間 千織 瀬間かず子	(下仁田クラブ)		
準優勝	村岡 洋樹 神戸 武夫	(下仁田クラブ)	準優勝	黛 咲有 岩井飛加梨	(下仁田中学校)		
第3位	里見 篤 神戸 求 神谷 哲男 巴 俊二	(下仁田クラブ)	第3位	松原 伊吹 吉田 莉紗	(下仁田中学校)		

## 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14日（土）10:00～17:30

【開催場所】 しもにた・ほたる山公園  
（雨天決行）

入場無料です。皆さん奮ってご来場ください。

## 『社会を明るくする運動』

7月1日、保護司会と更生保護女性会は、今年の運動の重点事項を「立ち直りを支える取組についての理解促進」「就労・住居等の生活基盤づくりにつながる取組の推進」とし、犯罪・非行の防止と更生の援助のため、地域住民の理解と参加を求めて、町内パレードを実施しました。

## 『社会を明るくする運動』とは？

法務省主唱の『社会を明るくする運動』は、すべての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。



## 人権擁護委員を紹介します

平成25年7月1日付けで今井ひさ子さん（下仁田地区）・鈴木美知子さん（馬山地区）が引き続き法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。今後も人権相談・人権啓発・人権救済など各種の人権擁護活動の場でご活躍いただきます。



▲今井 ひさ子さん（下仁田）



▲鈴木 美和子さん（馬山）

## 花いっぱい運動～下仁田町老人クラブ連合会

7月3日(水)下仁田小学校において、下老連役員8名、下小児童緑化委員と3・4年生ボランティア25名が合同で校庭緑地に300株の花の苗(マリーゴールド)を植えました。

児童は植え方や苗の扱いなどを老人クラブ役員から教えてもらい、60分ほどで芝生や花壇へきれいに植え終わり、楽しい時間を過ごしました。

また、7月11日(木)、町営温泉「荒船の湯」などへも老連役員により花の苗の移植が行われました。



▲穴を掘ったり、土をかけたり、いっしょに苗を植えました

## 町民バスハイキング

6月16日(日)、赤城山へのバスハイキングが行われました。今年は梅雨入りがはやく天候が心配されましたが、朝、曇っていた空も、目的地に到着するころには晴れ渡り、参加した皆さんもすがすがしい山の景色を楽しみながら、赤城山周辺登山を満喫し楽しい1日を過ごしました。



## 平成25年度 親と子のよい歯のコンクール地区審査会

6月13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25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。当町からは小金澤沙代さん・章渡くん親子(小川)、上原雅代さん・ゆずかちゃん親子(東野牧)、市川敦子さん・舜晟くん親子(蒔田)、木邨浩子さん・荘一藤くん親子(吉崎)が町代表として出場しました。



## 祝バレーボール全国大会出場

6月9日、全日本バレーボール小学生大会群馬県大会が開催され、下仁田小学校6年の近藤南月さんと神戸里菜さんが所属先のチーム(富岡市:吉田少女バレー)の一員として参加し、見事優勝しました。お二人は8月13日から東京体育館で行われる全国大会に出場することになりました。全国大会でのご活躍を期待いたします。



## 夏の県民交通安全運動

7月11日(木)から20日(土)までの10日間、夏の県民交通安全運動が実施されました。

初日には、炎天下の中下仁田南牧内の交通事故防止の徹底を図るため、特別街頭指導が国道254号線(道の駅しもにた前)において行われ、富岡警察署長をはじめ、管内の交通安全関係団体の皆様のご参加をいただきました。また、翌日には馬山保育園にて群馬県警察本部による巡回指導が行われました。



▲横断歩道のわたり方を教わる園児たち

## あじさい祭りが開催されました

紫陽花を育てる会と町の共催による「あじさい祭り」が6月22日(土)から7月7日(日)、下仁田IC付近の「あじさい園」において行われました。

開催日初日には、荒船太鼓による演奏などが盛大に行われ、下仁田町の名所のひとつとして、今後も多くの集客が期待されています。



## ブルーベリー祭りが開催されました

6月30日(日)に「道の駅しもにた」で「ブルーベリー&あじさい祭り」が開催され、ブルーベリージャム作りや、茹でたてのじゃがいもの食べ放題、地元の新鮮な野菜の即売や玉ねぎのつめ放題などが行われ大好評でした。また、当日はアトラクションも催され大勢の方で賑わっていました。



▲イベント広場で行われたアトラクション(フラダンス)

## 祝 100歳 おめでとうございます

6月18日に満100歳の誕生日を迎えた今井はま子さんに町、町議会、町社会福祉協議会から慶祝状・祝金・記念品などが贈られました。

ご家族らの温かい介助を受けるなか、毎日の食事は自分で食器を使い、きれいに美味しく食べられている様子です。

心よりお祝い申し上げます。



# 田の文芸

## 【俳句】

- 朝取りの胡瓜の花つけ朝の膳  
(青倉) 清水 秀子
- 浜木綿はまゆうの白の輝やき海恋し  
(富岡市) 佐藤 政代
- 白百合に神やどるごと暮れ残る  
(下仁田) 茂木 久里
- 葛くずの蔓引つ張って空かたむかす  
(小坂) 佐藤 信香
- 暮れなずむ孫に背押され堂狩り  
(南野牧) 清水みち代
- 春の伎のタンゴは古き音盤  
(高崎) 並木三千夫

## 【下仁田町河鹿句会広報俳句八月号分】

- 言い継を耳から耳へ蟻の列  
うめ子
- ※まなかに夏満月の清浄と  
けい子
- 蚕村失せて久しや桑実熟る  
順子
- 頂きに立てば万緑独り占め  
俊子
- 菩提寺の奥方忍ぶ蓮の句碑  
才子
- 梅雨の入り人生きざむ雨しづく  
フサ
- 散策※の小路満天星鈴を振る  
善子
- 昨夜よべの雨こぼして渡る青葉風  
けさを
- 粽ちまき解く香り残すや妻の故郷  
旭
- クールビズ村長さんのアロハかな  
秋月

※まなかい…眼のまえ、眼のあたり  
※満天星…どうだんつつじの略。

## 【短歌】

■ 雨のあととり残したるラッキョウは朝日に白く存在示せり

(馬山) 山中 たね

# 平成25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25年9月11日(水)～11月6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25年8月2日(金)～16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11日(水) 13:30～15:00	「下仁田葱の由来を追って」 (開講式)	元下仁田町教育長 里見 哲夫 様	下仁田町 下仁田町公民館
2	9月25日(水) 13:30～15:00	「南牧村の養蚕・製糸」	市川 肇 様	南牧村 南牧村活性化センター
3	10月9日(水) 13:30～15:00	「東国文化と西毛地域の 文化遺産について(古代)」	県立歴史博物館学芸員 新井 仁 様	富岡市 生涯学習センター
4	10月23日(水) 13:30～15:00	「今、なぜ良寛か。 ～確かな生き方、安らかな命～」	群馬医療福祉大学教授、上州良寛会会長 市川 忠夫 様	甘楽町 甘楽町公民館
5	11月6日(水) 13:30～15:00	「甘楽・富岡の城～武田軍と 長野氏の攻防～」(閉講式)	郷土史研究家 新井 西司 様	富岡市 生涯学習センター

※10月9日(水)の富岡市で実施される第3回講座はぐんま県民カレッジ「オープンキャンパス」大学等出前講座を兼ねます

## 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。





▲大正琴教室開催しました。

# 公民館だより

平成25年8月1日発行 353号

【下仁田町公民館】 ☎82-3535 FAX82-5489

## 『ボディケア(お手入れ) エクササイズ教室』開催! 参加者募集!!

「お手入れエクササイズ」とは、『介護されない・介護を必要としない』社会作りをテーマとした、いつでもどこでも手軽に楽しく出来る運動です。若い方や高齢者の方まで、幅広い年齢層に対応した、効果絶大のプログラムです。

ご近所お誘い合わせの上、お申込みください。高齢者で体力に自身のない方でも大丈夫です。今回の教室をきっかけに、健康な体づくりを学んでください。若い方もぜひ参加してください。皆様のご応募をお待ちしております。

- ◆日程 9月17・24日、10月15・22日(火曜日)全4回  
午後2時15分〜3時45分
- ◆場所 下仁田町公民館 3階 大会議室
- ◆講師 原田 あつ子 先生(高崎市)
- ◆対象 成人
- ◆人数 20名
- ◆費用 無料
- ◆持ち物 長めのフェイスタオル・飲み物・ヨガマット(お持ちの方のみ。公民館にもあります)・動きやすい服装でお願いします。
- ◆申込日 8月12日(月)

## 午前8時30分より受付開始! 町民文化講座を開催します

文化協会では、毎年開催している町民文化講座を今年も開催します。

ご家族・お友達お誘い合わせの上、ご来場ください。お待ちしております。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6日(金) 午後6時30分
- ◆場所 文化ホール
- ◆講師 神田 紅(くれない)さん(講師)
- ◆演題 「今日の笑いが明日の元氣」
- ※講談とは寄席で演じられ、喜びと悲しみ、笑いと涙を語る、わが国独特の伝統話芸です。
- ◆今回は、講談の真打である神田紅さんによる、明るく、楽しく、元気をもらえる講演会です。
- ◆チケット 500円 (発売中)
- ◆チケット取扱 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

## 夜間休館のお知らせ

8月13日(火)〜16日(金)は夜間の貸し館はお休みさせていただきます。ご了承ください。

## 課題図書が入りました

小・中学校の夏休み課題図書「めがねをかけたら」を含む全15冊の新しい本が入りました。ぜひ、ご利用ください。

## 公民館3階を解放します!

夏休みの期間は、図書室を利用する学生が多いため、公民館の3階の空室を学生用に開放します。

夏休みは下仁田町公民館図書室で過ごしなう!

## 図書室(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出来る制度です。

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。(ただし、新刊の場合は、発行されてから6カ月程経過しないと届きません。)大変便利な制度ですので、是非ご利用ください。

## 成人講座講師募集!!

文化の創造のために手助けをしてくださる方を探しています。お料理や手芸、その他の趣味の物づくりなど教えられる方、地域に普及させてみませんか。ご連絡お待ちしております。

子ども向けの講座の先生も併せて募集しております。よろしくお願ひします。

図書室へ行こう!!



# 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、よろしくお願いします

書名	著者名	備考
私たちは美しさを見つけるために生まれてきた	夏木 マリ	
岩石・鉱物・化石 小学館の図鑑NEO 18	萩谷宏	子ども向け(下仁田自然学校おすすめ本)
めんのめんめん えほんのぼうけん 52	庄司三智子	子ども向け
願いのかなうまがわり角	岡田淳	子ども向け(産経児童出版文化賞 JR賞)
ゆうだち	あきびんご	子ども向け(産経児童出版文化賞 アノビ賞)
マリアさんのトントントン アイウエ動物園 7	角野 栄子	子ども向け
名も無き世界のエンドロール	行成薫	第25回小説すばる新人賞
金色の笑顔	北林 雨夏	第1回ありがとう大賞
リトル	山本 高史	第1回ありがとう大賞
桜ほうさら	宮部 みゆき	
明るい明日を	美輪 明宏	
大人にウケる子どもの質問 たのしい雑学	坪内 忠太	
影法師	百田 尚樹	
100回泣くこと	中村 航	映画化
一路 (上・下)	浅田 次郎	
野心のすすめ	林 真理子	
ダースヴェイダーとプリンセス・レイア	ジェフリー・ブラウン	
ダースヴェイダーとルーク(4才)	ジェフリー・ブラウン	
ロジカルな田んぼ 日経プレミアシリーズ 196	松下 明弘	
東慶寺花だより	井上 ひさし	
おしゃれ総選挙!私服選抜のセンターは誰?AKB48・SKE48・NMB48・HKT48	マガジンハウス	
つくもがみ、遊ぼうよ	畠中恵	
望郷の道 (上・下)	北方 謙三	
望郷	湊 かなえ	日本推理作家協会賞
春風伝	葉室 麟	
陽炎の門	葉室 麟	
シュンスケ!	門井 慶喜	
まったくわからない人のためのネットの常識	高作 義明	
リボン	小川 糸	
つばさのおくりもの	小川 糸	
イシュタルの娘 小野於通伝 第1~6巻	大和 和紀	
銀行支店長、走る	江上 剛	
また次の春へ	重松 清	
私の嫌いな探偵	東川 篤哉	
天皇(みかど)の刺客	澤田 ふじ子	
正義のセ (1)	阿川 佐和子	
大迷走	逢坂 剛	
続・世迷いごと	マツコ・デラックス	
百年桜	藤原 緋沙子	
よっ、十一代目! 鎌倉河岸捕物控<二十二の巻>	佐伯 泰英	
今やる人になる40の習慣	林 修	

# 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

## 町体育協会スポーツ大会開催

●町民バレーボール大会

▽日時 8月25日(日)午前8時集合

▽会場 下仁田中学校体育館

▽種目 一般女子(家庭婦人を含む)

▽参加資格 町内在住・在勤者で編成したチーム・オープン参加(近隣町村チーム)

▽申込期限 8月16日(金) ※組合せは大会当日行います

●町民武道大会

▽日時 8月25日(日)午前9時開会式

▽会場 下仁田分庁舎道場

▽参加資格 町内在住・在勤・在学者・各教室(団)所属の者で1人1競技(団体戦は除く)

▽申込期限 8月9日(金)

●町民テニス大会

▽日時 9月1日(日)午前8時30分集合

雨天の場合は9月8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

▽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 ☎ 82-2111 内線714

献血にご協力ください

▽日時 8月19日(月)

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。

「中退共」の退職金制度なら、掛金に国の助成が受けられます。

国の制度だから安心・確実！

●新規加入や掛金月額を増額する場合、掛け金の一部を国が助成します。

●掛金は全額非課税で、手数料もかかりません。

外部積立型だから管理が簡単！

●従業員ごとの納付状況や退職金試算額を事業主

にお知らせします。

●退職金は、中退共から直接従業員へ支払われます。

◎パートさんもお加入いただけます。お気軽にお問い合わせください。

平成25年度結核検診(2次)日程

▽対象者 平成25年4月1日現在64歳以上で、今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を受診しなければなりません。

▽問い合わせ先 健康課保健環境係(保健センター内)

☎ 82-5490

http://chutaikyotaisyokukin.go.jp/

03(6907)1234

FAX 03(5955)8211

「保健センターからのお知らせ」

8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、8月は6日の第1火曜日になります。ご注意ください。

▽お問い合わせ先 保健センター

☎ 82-5490

検診日	時間	場所
8月27日(火)	9:30~10:00	馬山生活改善センター
	10:30~11:00	青倉社会体育館
	13:00~13:30	本宿社会体育館
	14:00~14:30	小坂13区公会堂
	15:00~15:30	下仁田町保健センター

## スズメ蜂の巣駆除費用の補助助成します

町民等（法人は除く）に対し、スズメ蜂の巣駆除に要した費用の一部を補助します。

**対象者：**蜂駆除専門業者によりスズメ蜂の巣を駆除した方。但し、町税を滞納していない方。

**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：**スズメ蜂の巣駆除を実施した日から1カ月以内に下記の書類を添えて申請してください。

- 〈1〉スズメ蜂の巣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



## 蜂の巣駆除道具等を無料で貸出します

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、専門業者をご紹介いたします。なお、駆除料金は巣がある場所や大きさで変わりますから、業者とご相談ください。スズメ蜂の巣駆除については補助助成があります。

お問い合わせ 健康課保健環境係（保健センター内） ☎82-5490

## 年金

口座振替がお得  
国民年金保険料を前納できます



国民年金の保険料には、一定期間の保険料をまとめて納めることができる前納制度があります。前納すると保険料が割引になります。

現金納付で6か月分の保険料の前納を希望される方は、「国民年金保険料納付案内書」に付いている「下期」の納付書（平成25年10月～平成26年3月の6ヶ月分をまとめて納付するとき使用）により、平成25年11月～日までに納めてください。

また、口座振替で6か月分の保険料を前納すると、さらにお得です。口座振替で保険料の前納を希望される方は、8月末日までに金融機関または年金事務所へお申し出ください。お申し出の際には、①預貯金通帳、②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書など）をご持参ください。

なお、保険料を前納した期間中に、就職して厚生年金に加入するなどの理由により国民年金保険料を納める必要がなくなった場合には、それ以降の期間の保険料は還付されます。

※6か月分の保険料を前納する場合の割引額は次のとおりです。

毎月現金で納める場合	15、040円×6か月 ＝90、240円	
現金で前納する場合	89、510円	730円割引
口座振替で前納する場合	89、210円	1、020円割引

### ◎保険料を納め忘れた方には電話による納付のご案内をいたします

保険料の納め忘れなどで未納となっている方に対して、日本年金機構が委託した会社が電話により保険料の納付のご案内をしています。この際、個人のプライバシーに関することについてお尋ねするとはありません。

なお、電話によるご案内は、平日だけではなく、土日や夜間にもしております。大事な年金の受給権を失わないために、保険料はきちんと納めましょう。

### 国民年金保険料に関する問い合わせ先

・高崎年金事務所 国民年金課（☎027-3322-7731）



下仁田こんにゃくイメージキャラクター

# SHOCK 『食』をおこそう



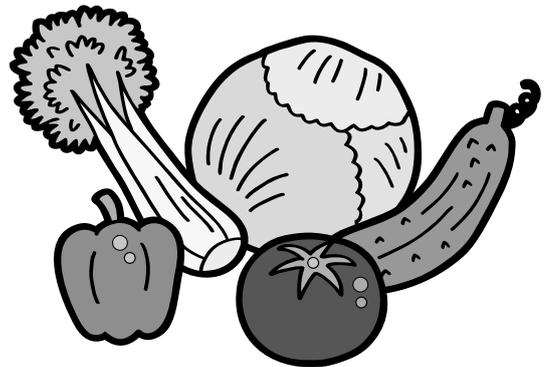
下仁田町商工会青年部のイメージキャラクター

## 「8月31日は何の日？」

「やさいの日」です。これは、ゴロ合わせをして、野菜をたっぷり食べましょう!と推奨されているものですが、この機会に野菜の”知ってほしいこと”をお伝えします。

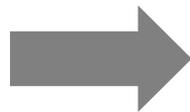
### ◆まずは、あなたの野菜生活度チェック!!

- 朝食はだいたいとらない
- インスタント食品をよく食べる
- 外食をよくする
- つけ合わせの野菜は残す
- 昼食は丼ものなどの単品物が多い
- 野菜はサラダ(生野菜)でしか食べない
- 菓子パンなどだけで食事を済ませることが多い
- 野菜は…あまり好きではない…



### ◆判定

✓チェックの数が**0個**



#### まづまづ

これからもこの調子で野菜を食べましょう

✓チェックの数が**1～3個**



#### 自分で思っているよりも少ないかも

メニューを考えるなど、野菜をとる工夫をしてみましょう

✓チェックの数が**4個以上**



#### 全然足りていません

もっと積極的に野菜を食べましょう

## 下仁田の人は野菜は足りてる?

食生活の欧米化などにより、多くの日本人が高脂肪、高エネルギーの食生活を送り、生活習慣病を抱える大きな要因の一つとなっています。

野菜の摂取量はというと減少傾向にあり、日本人の1日あたりの野菜の摂取量は平均281.7グラムです(平成22年国民健康栄養調査結果)。下仁田町の皆さんはというと、平均値はさらに少なく260.5グラムでした。(図1)どの世代でも「健康日本21」の目標である350グラムには達していません。特に20代の若い世代での摂取不足が目立ちます。

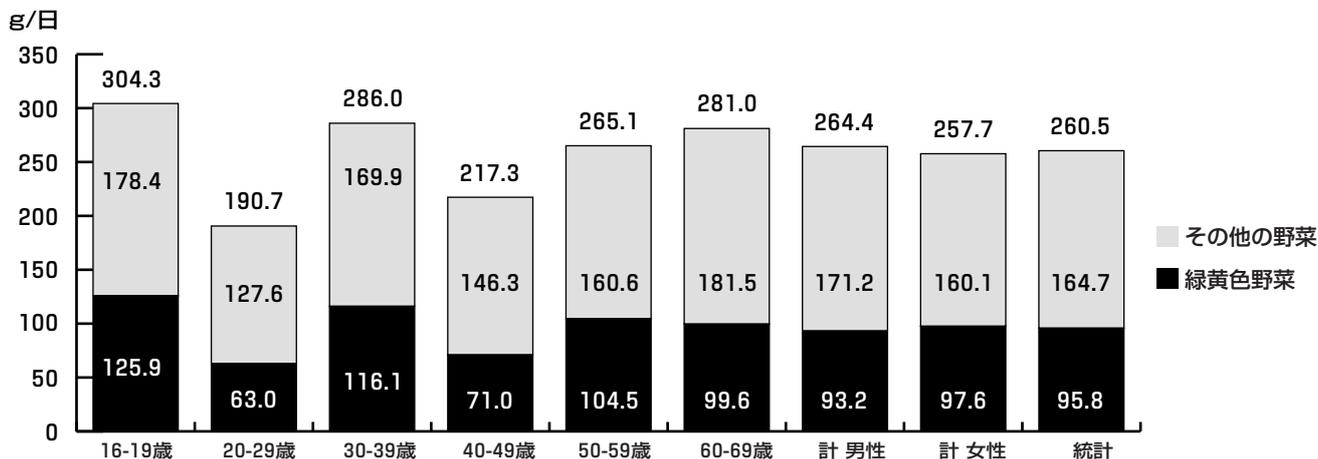


図1.下仁田町の1日あたりの野菜摂取量(平成24年3月調査)

ビタミンやミネラル、食物繊維をたっぷり含んでいる野菜は、栄養素以外でもさまざまな機能性成分を含んでいます。私たちの体を健康に保つためだけでなく、がんをはじめとする生活習慣病などの予防に大変効果的なのです。

しかし、欠食や外食が多い食生活を送っている場合は、すぐに野菜不足になり、野菜の恩恵を十分に受けることができません。色々な野菜を上手に選び、積極的に野菜をとるようにしましょう。

## こんなにすごい!野菜のパワー!

### 肥満予防!!

低エネルギー・低脂肪で、満腹感を得やすい。食事の始めに食べれば主食・主菜の食べ過ぎを防げる。

### 動脈硬化・がん予防!!

ビタミンCやβカロテンなどがもつ抗酸化作用が、動脈硬化やがんを予防。

### 高血圧予防!!

野菜に含まれるカリウムが、ナトリウムの排せつを促し、血圧を下げる。

### 高血糖・脂質異常予防!!

野菜の食物繊維は、糖質や脂質の吸収をゆるやかにし、血中脂質や血糖値の上昇を抑える。

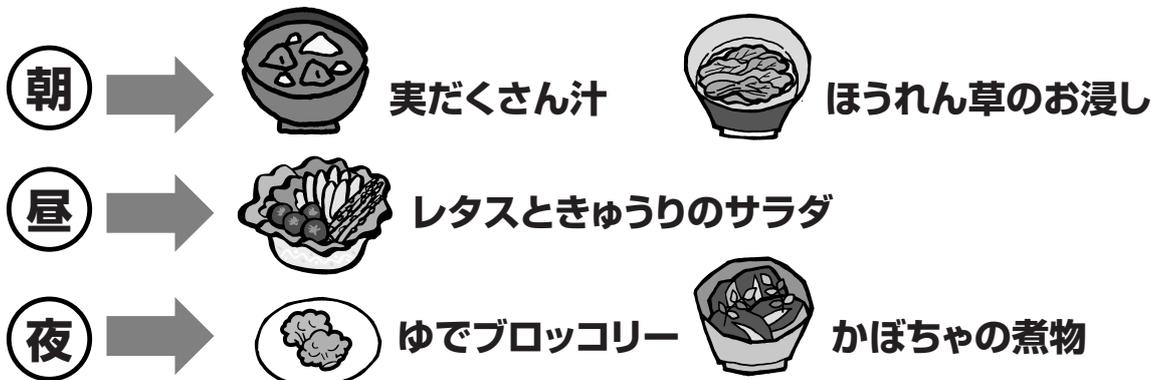
## 野菜をおいしくしっかり食べよう 目標は1日5皿!!

1日350グラムといわれても、どのくらいの量なのかピンと来ないかもしれません。では1日に野菜料理5皿と考えてみたらどうでしょう。

### 例えば…このような5皿です

小鉢や小皿にひと盛りの野菜料理は1人前=1皿分と数えます。

生の野菜がおおよそ70グラム盛りこまれますので、5皿で350グラム相当になってきます。



## さあ、まずは今より1皿多く食べてみませんか!!

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年度下仁田町介護予防事業

# ～いきいき健康教室～

皆さん、参加しませんか。  
日頃の体のくせをとり、ひとり一人の体調に合わせて軽い運動やマッサージで膝痛や腰痛を解消しましょう。

お申し込みは不要ですので、都合のつく会場へ直接お越し下さい。

【参加費】 無料

【会場別日程】 ※鎌田地区は、8月に2回（7月が休みだったため）、行います。



	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(月)	午前10時～12時	管理栄養士
		9月 3日(火)		健康運動指導士
	吉崎公会堂	8月 2日(金)	午後1時30分～3時30分	管理栄養士
		9月 2日(月)		健康運動指導士
馬山地区	鎌田地区集会所	8月 7日(水)	午後1時30分～3時30分	管理栄養士
		8月 26日(月)		健康運動指導士
		9月 11日(水)		
	馬山生活改善センター	8月 9日(金)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 27日(金)		
	蒔田地区集会所	8月 27日(火)	午前10時～12時	健康運動指導士
9月 19日(木)				
小坂地区	東野牧生活改善センター	8月 19日(月)	午前10時～12時	管理栄養士
		9月 6日(金)		健康運動指導士
	旧小坂小校舎(1階西:旧教室)	8月 22日(木)	午後1時30分～3時30分	管理栄養士
		9月 13日(金)		健康運動指導士
	北小地区集会所	8月 7日(水)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 18日(水)		
西牧地区	矢川友愛館	8月 1日(木)	午前10時～12時	管理栄養士
		9月 5日(木)		健康運動指導士
	西牧活性化センター	8月 21日(水)		管理栄養士
		9月 4日(水)		健康運動指導士
	三ツ瀬集会所	8月 20日(火)		管理栄養士
		9月 10日(火)		健康運動指導士
青倉地区	大桑原地区集会所	8月 8日(木)	午前10時～12時	健康運動指導士
		9月 26日(木)		
	下青倉集会所	8月 6日(火)		
		9月 17日(火)		
	桑本地区多目的集会所	8月 5日(月)	午後1時30分～3時30分	
		9月 12日(木)		

■お問い合わせ先: 下仁田町役場 健康課 高齢者支援係 82-2111 (内線327又は328)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

対象 15才未満の子ども保護者等

問合せ先 県庁医務課 027-226-2540

## 健康テレホン8月 027-234-4970

約3分間の健康講和が聞けます

月/のりもの酔い 火/味覚障害水/漢方薬の出番  
木/差し歯の知識 金/嘔むと歯の根元が痛む  
土日/医者にかかるときの注意

～直接相談タイム～直接医師が電話に出ます

◆7日(水)小児科・外科◆22日(木)歯科 午後7時30分～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)	対象者	持ち物	内容
乳児健診	3、4か月児	8月26日(月)	平成25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、むし歯予防相談、家族計画・授乳指導育児相談、離乳食相談と試食
	6、7か月児		平成25年1月～2月生まれ		
	9、10か月児		平成24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」を聞いていただけます。					
幼児健診	1歳児	9月27日(金)	H24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、むし歯予防相談・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		H24年1月～2月生まれ		
	2歳児		H23年7月～8月生まれ		
	2歳6か月児		H23年1月～2月生まれ		
	3歳6か月児		H22年1月～2月生まれ		
	3歳児		H22年7月～8月生まれ		
定期健康相談 「ふれあい広場」	8月6日(火) 9月10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9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ち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。

**8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、8月は6日の第1火曜日になります。ご注意ください。  
 ☆予防接種は個別に通知いたします。 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8日(木)9月12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ち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、祝祭日、年末年始(12月31日～1月3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4日(日) 菊池修先生(もみの木こどもクリニック)  
 ◆9月1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

## おめでとう

6月届出分<敬称略>

ご出産おめでとう

出生児 (保護者) 地区  
田 貝 尊 (田貝智史・晃子) 大桑原

## 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
今井次郎 (節) 東町
神戸文 (久茂) 上青倉
工藤昌一 (邦夫) 下青倉
神戸恒男 (飯野秀子) 大坂
園部米子 (浩孜) 矢川
神戸文治郎 (ぜん) 栗山
園部耕作 (和男) 矢川
佐俣酉治 (高橋廣子) 小川
島崎俊夫 (浩一) 東町
堀口とし (正明) 大桑原
堀口國壽 (一枝) 中央
浅川富五郎 (陽子) 小川
福田まん (正美) 下青倉
佐藤クラ (友孝) 下町
岡田元子 (誠一) 中小坂
池田安 (孝子) 仲町
佐藤かね子 (神戸博志) 下町
高橋しづ (熊田のり子) 小川
廣澤みさを (幸男) 南野牧

## 私たちの町

(7月1日現在)

人口	8,748人	(-19)
男	4,308人	(-7)
女	4,440人	(-12)
世帯	3,504世帯	(-2)

( ) 内は前月比

(6月中)

転入	10人	/	出生	1人
転出	8人	/	死亡	22人

## 男女交通誘導警備員 急募!

日給 6,500円~10,000円 土、日、祭日アルバイト

人数 10名(試用期間有)

時間 8:00~17:00

条件 18歳以上

勤務先 西毛エリア

制服 貸与

応募 電話連絡の上、履歴書持参下さい

国際警備保障株式会社

お気軽に  
お電話ください

定年退職者歓迎  
経験者優遇!!  
50歳位~の方が活躍中

下仁田町大字吉崎33-1

電話(67)5228

携帯090-7210-2891

黒澤富男まで

有料広告

8月14日(水) 下仁田こんにゃく夏祭り

## 「花火大会」募金のお願い

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

下仁田町役場 産業振興課 商工観光係 電話82-2111(内線305)

## 有料広告募集!!

お問い合わせ: 下仁田町役場 総務課 ☎82-2111

### 8月の納税

町民税(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2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ご持参ください。

納税のお忘れに注意を、口座の確認もお忘れなく!

### 今回の休日納税相談日

8月31日(土)・9月1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、忘れていたと職員が納税のお願いに伺います!

### 8月の支払日

8月29日(木)です。

7月末日までに、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27日(金)です。

請求書等は、8月末日までに役場へ提出してください。

