



広報

ひがし あがつま



☆今月の主な記事

- ◆第7回東吾妻ふるさと祭り盛大に開催P2
- ◆東吾妻町・藍住町・愛荘町三町合同企画展P3
- ◆第51回吾妻郡民体育祭P4
- ◆3地区で運動会（スポーツ大会）が開催P5
- ◆街角ニュースP6・7
- ◆東吾妻町の歴史・文化探訪P8
- ◆お知らせコーナーP10~17
- ◆みんなの広場P18・19

2012
11
 No.80

9月22日に第7回東吾妻ふるさと祭りが開催されました（関連記事が2Pに掲載しております）。



おしんこ乗り



真田鉄砲隊による演舞



みこし渡御

9月22日(日)にJR群馬原町駅ロータリーに設置された舞台をメイン会場として第7回「東吾妻ふるさと祭」が開催されました。当日は朝から好天に恵まれ会場となった役場駐車場周辺付近に設けられた祭広場と歩行者天国には、多くの来場者が訪れ、大変な賑わいを見せました。

第7回 東吾妻ふるさと祭り盛大に開催



子ども広場



小学生による鼓笛の演奏



ZEROSENによるダンス



高円寺の阿波踊り



婦人会らによる仙人踊り



昭和のくるま展示



吾妻岩櫃太鼓保存会による演奏

群馬県

徳島県

滋賀県

東吾妻町・藍住町・愛荘町三町合同企画展

『麻・藍・布』

〜技をつむぐ日本をつむぐ〜

9月15日(土)から17日(月)まで、東吾妻町の「ニフアーいわび」において、三町合同企画展「麻・藍・布」が開催されました。

この企画展は、3町で3年前から持ち回りで開催されている企画展です。

戦国期より歴史のある「岩島精麻」を産する東吾妻町と、中世より「藍染」の地として名高い徳島県藍住町、さらに伝統ある麻織物「近江上布」の生産地で知られる滋賀県愛荘町の3町によって、日本古来の伝統ある麻織物の原料(麻)・染料(藍染め)・製品(近江上布)が単独ではなく、それぞれのつながりをもって一堂に会した企画展となりました。

この企画展では、麻・藍・布それぞれの生産用具からその製品までを一連の流れとして展示を行いました。また、展示と共に実演・体験をもう一つの柱として行われました。

麻については、岩島麻保存会による「麻挽き」の実演と希望者による麻挽き体験、藍については藍住町歴史館「藍の館」職員による「藍染め」の実演と体験指導が行



江戸千家菅谷社中によるお茶席



藍染め体験



麻積み(おうみ)体験



機織り体験



麻のストラップ作り体験



麻挽き体験

第51回東吾妻郡民体育祭

第51回東吾妻郡民体育祭が、9月中（2日・16日・23日・30日）に長野原町を当番町村として開催され、各町村の代表選手たちが熱戦を展開しました。

東吾妻町選手団の皆さんも健闘し、参加した25種目のうち5種目で1位を獲得しました。

なお、各町村における1位の数は次のとおり。

中之条町14種目 ▼東吾妻町5種目
 高山村2種目 長野原町2種目 婦恋村2種目 草津町0種目



陸上競技



柔道



ゲートボール



弓道



綱引き



サッカー



ターゲットバードゴルフ



剣道



男子バスケットボール

■東吾妻町の種目別順位

陸上競技	3位
玉入れ	4位
綱引き	5位
ターゲットバードゴルフ	6位
男子バレーボール	2位
女子バレーボール	3位
男子ソフトボール	①位
女子ソフトボール	3位
一般野球	5位
壮年野球	3位
熟年野球	2位
卓球	①位
ソフトテニス	3位
柔道	2位
男子バスケットボール	①位
女子バスケットボール	3位
剣道	4位
弓道	2位
サッカー	4位
バドミントン	2位
ゲートボール	2位
空手道	①位
テニス	①位
ボウリング	4位
グラウンドゴルフ	2位

■第7回東地区運動会

【対抗種目（7種目）の結果】 ①箱島 ②岡崎 ③新巻 ④奥田 ⑤五町田



10月7日に東地区運動会・太田地区運動会・坂上地区町民スポーツ大会が実施されました。各地区ともさまざまな種目で熱戦が繰り広げられました。またオープン競技なども行われ子どもから大人まで幅広い年代で親睦を深め、気持ちのいい汗を流しました。各大会の結果は次のとおりです。

3地区で運動会（スポーツ大会）が開催

■第43回太田地区町民運動会

【対抗種目（6種目）の結果】

①小泉（緑） ②植栗（黄） ③植栗（紫） ④泉沢（白） ⑤岩井（赤） ⑥岩井（青）



■第12回坂上地区親善スポーツ大会

【【グラウンドゴルフ個人結果】

▶男子一般の部

①小池廣行 ②横尾松雄 ③大塚嘉美

▶女子一般の部

①田中みち子 ②湯本昭子 ③大塚たま子

▶女子中学生の部

①宮崎真理子 ②蜂須賀麻貴 ③西山知夏

▶男子小学生の部

①佐藤真一 ②原田 颯 ③加部翔大

▶女子小学生の部

①原田 凛



以上、敬称略

自慢の技を披露

岩島・太田地区で芸能発表会

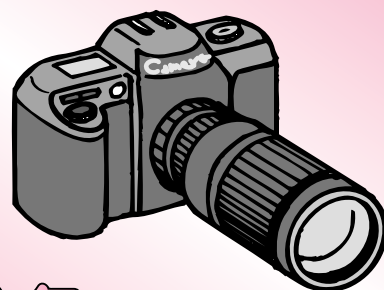
9月17日に岩島地区芸能発表会、10月14日に太田地区芸能発表会が開催されました。両地区の出演者とも練習を重ねてきた、大正琴、民舞、コーラスなど多彩な種目を披露しました。素晴らしい発表に会場の観客からは大きな拍手が送られていました。



太田地区芸能発表会

平和の尊さを忘れずに 町戦没者追悼式

9月28日に町コンベンションホールで町戦没者追悼式が行われました。中澤町長らが追悼の言葉を述べ、平和への誓いを原町中学校2年の角田亜衣さんが述べました。また、参列した遺族らが祭壇へ白菊を献花し戦没者の霊に鎮魂の祈りをささげました。



街角ニュース

秋晴れの下、親子で満喫 町内保育所運動会

9月29日に原町保育所と大戸保育所、10月6日に岩島保育所が運動会を実施しました。子どもたちが一生懸命かけっこやお遊戯をする姿に訪れた保護者らから大きな拍手が送られました。また、親子で行う競技などにも一緒に参加し運動会を満喫していました。



原町保育所の運動会



岩島保育所の運動会

婦人会の皆さんと一緒に 原町幼稚園月見団子づくり

9月20日に原町幼稚園で園児たちが原町婦人会の人たちにご指導いただき月見団子作りに取り組みました。婦人会の人たちが用意したお米の粉を練った素材を2～3cmに丸めました。園児たちは出来あがった団子をおいしいと笑顔でほおばっていました。



初秋の榛名湖を散策 榛名湖畔ノルディックウオーキング

9月29日に榛名湖畔で「初秋の榛名湖畔を散策」ノルディックウオーキング体験会が実施されました。公認インストラクターによるウオーキング指導のほか、町観光ボランティアガイドの方による観光案内なども行われました。



オムライスづくりに挑戦 わんぱくKids

9月15日に東農業農村改善センターでわんぱくKidsが実施されました。今回は東婦人会の人たちに手伝ってもらいながらオムライスづくりに挑戦しました。参加した子どもたちは自分たちで作ったオムライスを婦人会の人たちとおいしくいただきました。



のぼり旗が完成 岩櫃山連絡協議会旗揚げ式

岩櫃山連絡協議会（根津光儀会長）の旗揚げ式が、9月16日に原町駅南口広場を会場に挙行されました。協議会は6月26日に設立しましたが、協議会のシンボルとして岩櫃山と六文銭をデザインした「のぼり旗」が完成し、披露を兼ねての開催となりました。



東吾妻町の 歴史・文化探訪



問い合わせ先／東吾妻町教育委員会教育課 (☎59-3370 吉田智哉)

おかのほりせいし 岡上生祠 〜日本を代表する敏腕代官、岡上景能〜 おかのほりがけよし

一年も早いもので残すとこ
ろあと二月となりました。11
月といえばそろそろ年賀状の
販売が始まる時期でしょうか。
この年賀状、始まりはいつ
かよくわかっていないよう
ですが、平安時代（今から
800〜1200年前）の学
者、藤原明衡がまとめた『明
衡往来（別名・雲州消息）』
（男性用の書簡文例集）には年
始の挨拶状が書かれており、
これが現存する最古の年賀状
ではないかと考えられています。
昔から年始の挨拶とされ
ていた年賀状、その準備は年
明けの足音が少しづつ私たち
に近づいていることの証拠と
いえそうです。

今回の文化財探訪は東吾妻
町大字岡崎に所在する岡上生
祠についてご紹介しましょう。
皆さんは岡上治郎兵衛景能
という人物をご存じでしょ
うか？この人は江戸時代の初め
ごろに関東を中心とした地域
を治めた代官です（主に上野
国、現在の群馬県）。もともと
岡上家は武蔵国（現在の埼玉
県・東京都・神奈川県の一部）
児玉郡の生まれですが、相模
国（現在の神奈川県）岡上郷
に住んでいたとされることか
ら岡上（岡登とも）家となっ
たといわれています。江戸幕
府開府以来、関東を治める18
もの代官家の一家として代々
代官職を務めている家柄で、
初代は景能の祖父にあたる岡
上甚右衛門景親（2代目も同名
を襲名）、そして景能はその3
代目となります。岡上家が東吾
妻町大字岡崎の地に移り住ん
だのは祖父の景親の代からで、
当地を岡崎と呼ぶようにした
のもこの景親だとされています。
ではこの岡上家が岡崎の地
を治める代官として何を行っ
たのか。その一つが「岡上用
水」と呼ばれる用水灌漑事業
です。景能の行った用水事業
は群馬県から栃木県にかけて
非常に大規模なものでした
（渡良瀬川から水を引いた笠懸
野御用水、柳原用水など。そ
の事業の中でこの岡崎の地にも
沼尾川から取水した用水を
作り上げました。この事業に
よって岡崎の地は、岡崎新田
と呼ばれるほど肥沃な土地と
なったのです。その功績を称
えた人々により作られたのが
今回取り上げる「岡上生祠」
です。

「岡上生祠」は現在榛名神
社に置かれており、石宮と呼
ばれる形状をしています。こ
の石宮には側面に「願主当村
中」「世話人 村役人」と銘文
があり、この地の多くの人々
によってこの石宮が作られた
ことが読み取れます。また、
この石宮の中には生祠と呼ば
れる長さ30cm程の矛盾木片が
収められており、そこには表
裏に銘文が残されています。
表には「享和元年（1801
年）辛酉年十二月 岡上大明神
岡上治郎兵衛様 慶長口年当村
御開闢」とあり、裏には「奉
造立岡上大明神」と文字が書
かれています。この一文から
は享和元年に大明神とまで呼
ばれ慕われた景能の功績を多
くの人々がたたえ、感謝した
ことが読み取れます。特に岡
崎のみでなく、五町田や箱島
などにも開墾や殖産を進めた
ため、岡崎周辺の村々もこの
事業完成を喜んだことでは
しょう。それほどまでにこの岡
崎の地に用水を通す作業は困難
でした。実際この岡崎に通さ
れた用水は、祖父である景能
が代官であったころから継続
的に行われた事業で、祖父景
親は1622年ごろに代官と
なり在任2年、父景能は38年、
景能は32年もの間代官を務め

ましたのでおよそ70年間をか
けて完成された用水（167
1年前後の完成か）となるの
です。岡崎だけではなく、群
馬県、栃木県にまたがるほど
の用水事業、その他にも栃木
県に所在する足尾銅山の銅生
産向上や銅輸送の交通網を整
備するなど景能は非常に有能
で敏腕な名代官と評すること
ができるでしょう。代官と言
えば時代劇で悪者になること
も多い印象もありますが、こ
の岡上景能に限らず、葦山代
官所の江川太郎左衛門や富士
川を治水した古郡重高など優
秀な代官は各地に多く存在し
ていました。彼らの手腕なく
して多くの事業は完成しな
かつたでしょう。岡上景能は最
後切腹を幕府より申しつけら
れ悲劇的な最後を遂げますが、
彼が行った事業は後生になっ
ても色あせることはありません。
まさしく名代官、岡上景
能ここにありというべき人物、
そして私たち郷土の人間の誇
りとして語り継ぐべき人物で
はないでしょうか。



岡上生祠

あたたかいこころ

町社会福祉協議会へ

- ◎ペットボトルのキャップ8kg
原中JRC委員会 さま
- ◎ペットボトルのキャップ45.8kg
吾東婦人会 さま
- ◎ペットボトルのキャップ22.5kg
原町婦人会 さま
- ◎ペットボトルのキャップ10kg
日赤清掃メンバー さま
- ◎ペットボトルのキャップ1.7kg
ブルトップ0.5kg
お手玉30個
湯本みさ子 さま
- ◎ペットボトルのキャップ9kg
タオル200枚
代田 幸 さま
- ◎使用済み切手1600枚
佐藤子工子 さま
- ◎使用済み切手57g
田村秀子 さま
- ◎使用済み切手520g
茂木八重子 さま

ありがとう
ございました

ツインプラザ図書館 臨時休館のおしらせ

平成24年12月2日(日)に、第1回中之条まちなか5時間リレーマラソンが開催(雨天決行)されます。それに伴い、商店街が特設コースとなるためツインプラザ周辺は交通規制となり、駐車場も使用できません。そのため、12月2日(日)は、臨時休館といたします。利用者の皆さまには、大変ご迷惑をお掛けいたしますがよろしくお願いいたします。

中央公民館マスコットキャラクター

「すいせんちゃん」



中央公民館からの新着図書情報

- 『啓順凶状旅』(一般) ……佐藤 雅美 著
 - 『東京プリズン』(一般) ……赤坂 真理 著
 - 『光圈伝』(一般) ……冲方 丁 著
 - 『幽四郎仇討ち帖』(一般) ……太田 蘭三 著
 - 『赤猫異聞』(一般) ……浅田 次郎 著
 - 『ソロモンの偽証 第1部 事件』(一般) ……宮部みゆき 著
 - 『屍者の帝国』(一般) ……伊藤 計劃・円城 塔 著
 - 『和食屋のおかず汁101』(一般) ……笠原 将弘 著
 - 『いぬうえくんとくまざわくん6くまざわくんがもらったちず』(児童)
……きたやまようこ 著
 - 『科学キャラクター図鑑 音楽 音を楽しむ!』(児童)
……ダン・グリーン 著
 - 『どんぐりむらのおまわりさん』(児童) ……なかやみわ 著
- 問い合わせ先 中央公民館 (☎68-2412)

ツインプラザ図書館からのお知らせ

●新着図書情報

- 『読書の技法』(一般) ……佐藤 優 著
- 『おもかげ修復師』(一般) ……笹原留似子 著
- 『言い返す力』(一般) ……八坂 裕子 著
- 『老年になる技術』(一般) ……曾野 綾子 著
- 『赤猫異聞』(一般) ……浅田 次郎 著
- 『しぜんあそび』(児童) ……山下 久美 著
- 『空港の大研究』(児童) ……秋元 俊二 著
- 『保健室の日曜日』(児童) ……村上しいこ 著
- 『オカのカオ』(児童) ……谷川 晃一 著
- 『キラキラ』(児童) ……やなせたかし 著

●この1冊

『教育文化遺産をたずねる』(財)日本修学旅行協会/編

明治維新を成し遂げる人材を輩出した松下村塾、福澤諭吉が学んだ適塾など、歴史に残る教育機関を紹介した一冊です。

『病気をよせつけない足をつくる』湯浅景元/著

衰えた足を回復させる方法や老けない姿勢と歩き方などを紹介しています。また、生活習慣病を予防するためのさまざまトレーニング法についても解説しています。

●11月の休館日 5日・12日・19日・26日・27日

●ホームページ <http://www.twinplaza.jp/library/>

●問い合わせ先 ツインプラザ図書館 (☎76-3115)

お知らせコーナー

案内 農業用廃材を回収のお知らせ

あがつま地域農業用廃資材等適正処理推進協議会では、次のとおり農業用廃材の回収を行います。

なお、農ビ・農ボリの混ざりは、引き受けできませんので正確な分別をお願いします。

①農ボリ、PO・PE、マルチ、肥料袋など（リサイクル処理）

▼回収日時

平成24年12月3日（月）～5日

（水）9時00分～15時00分

▼農家負担

1kg当たり約20円を予定（県、町村、JAで補助）

②農業用塩化ビニール（農ビ）の回収（最終処分場）

▼回収日時

平成24年12月6日（木）・7日（金）

9時00分～15時00分

▼農家負担

1kg当たり約50円を予定（町村、JAで補助）

③不要農薬・農薬空容器など

▼回収日時

平成24年12月10日（月）・11日（火）

9時00分～15時00分

▼農家負担

1kg当たり約250円を予定、特殊な物PCP、ドロクロなどは別途料金

④ドロクロ空缶・パイプ廃材・農機具（金属のみ）

▼回収日時

平成24年12月5日（水）～7日（金）

9時00分～15時00分

▼農家負担

ドロクロ缶1缶当たり20円（期間中は自己潰し作業のみ）パイプ廃材、農機具（金属のみ）は無料

●回収場所
JAあがつま 東部営農経済センター

●問い合わせ先

JAあがつま農産部（☎68・2148）

役場産業課農林振興係（☎25 25 担当 橋爪 治）

案内 年末調整説明会を開催

中之条税務署では、給与所得に係る源泉所得税の「年末調整」についての説明会」を次のとおり開催

します。

●日時

平成24年11月21日（水）

30分～15時30分

●会場

中之条町文化会館（大会議室）

●お問い合わせ先

中之条税務署法人課税部門

（☎75・9068）

案内 木造住宅耐震診断者派遣事業について

東吾妻町では希望者に対しまして、旧耐震基準で建てられた木造住宅に、木造住宅耐震診断者を派遣する、木造住宅の耐震診断を支援します。

●対象となる住宅

次の条件をすべて満たした住宅に限る

- ・東吾妻町内に在する
- ・昭和56年5月31日以前に着工された
- ・一戸建ての住宅または併用住宅
- ・平屋建てまたは2階建て
- ・在来軸工法によって建築されている

●派遣の対象者

対象住宅の所有者

●耐震診断者

（社）群馬県建築士事務所協会に登録された木造住宅耐震診断

新しく65歳になった方へ

（昭和22年10月2日～11月1日生まれ）

※東吾妻町へ転入された65歳以上の方へ

介護保険料の納付は、郵送される納付書により、金融機関または役場税務会計課で納めてください。なお、年金からの天引きが可能になりましたら通知します。

●問い合わせ先

役場保健福祉課（☎122 担当 小池未来人）

家屋を新築・増築または取り壊した方はご連絡ください

家屋を新築または増築されると、担当職員が訪問調査をさせていただきます。この調査は固定資産税の算定基礎となる評価額を算出するために必要な調査です（取り壊した時も現地確認に伺います）。

●連絡・問い合わせ先

役場税務会計課（☎133 担当 青木秀美）

査資格者

●必要書類

・住宅の平面図

※住宅の平面図が無い場合や、住宅の現況と平面図が大きく違う場合には耐震診断者が図面の作成をいたします（図面を作成した場合は個人負担があります）。

●耐震診断の費用

・耐震診断費：個人負担はありません。

・耐震診断者の交通費：1,000円～3,000円の個人負担があります（耐震診断者に直接お支払いいただきます）。

●診断件数

・町内で診断の件数は、予算の範囲内とします。

●申し込み方法

木造住宅耐震診断者派遣による耐震診断を希望される方は、木造住宅耐震診断者派遣申請書に必要事項を記入の上、役場建設課まで提出をお願いいたします。

木造住宅耐震診断者派遣申請書の用紙は役場建設課に用意してあります。

また、町ホームページからもダウンロードすることもできますのでご確認ください。今年度の申請は、12月20日（木）までにご提出ください。

●問い合わせ先

役場建設課 都市計画係（内線）517 担当 大塚徹也

案内 「第64回人権週間」 特設人権相談所を開設

法務省および全国人権擁護委員連合会では、本年12月4日から10日までを「第64回人権週間」と定め、全国的な各種行事を企画しています。前橋地方法務局および群馬県人権擁護委員協議会では、県内の各市町村において、特設人権相談所を開設します。子どもに関すること、家庭内や近所のもめごとなど、人権問題などで悩んでいるかたは、どのようなことでも構いませんのでお近くの特設人権相談所へお越しください。また、特設人権相談へお越しになれない方は、通常どおり前橋地方法務局および各支局で電話相談などを受け付けておりますので、ご利用ください。

【東吾妻町特設人権相談所】

▼期日 平成24年12月4日（火）

▼時間 10時00分～15時00分

▼場所 中央公民館1階 相談室

●電話相談電話番号

☎ 0570・0003・1110

（みんなの人権110番）

●問い合わせ先

前橋地方法務局人権擁護課（☎）

027・221・4466

平成24年度 納期のお知らせ

「口座振替」をご利用の方は、指定された預貯金口座の残高を確認しておいてください。

また、「納付書」により納めていただく方は、納め忘れのないようお願いいたします。

※なお、納付されない場合は督促状が発送されますので、必ずご確認くださいませますようお願いいたします。

～11月分の納期限は11月30日です～

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
住民税			○							○		
固定資産税		○		○		○			○			
軽自動車税	○											
国保税				○	○	○	○	●	○	○	○	
介護保険料				○	○	○	○	●	○	○	○	
長寿（後期高齢者）医療保険料				○	○	○	○	●	○	○	○	
水道料等（上水道・下水道）	○		○		○		○		○		○	
水道料等（簡易水道・下水道）		○		○		○		●		○		○
合併処理浄化槽使用料	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
町営住宅使用料	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ケーブルテレビ使用料(東地区)				○				●				○

新しく75歳になる方へ

（昭和12年12月2日～昭和13年1月1日生まれ）

75歳の誕生日から後期高齢者医療該当者です。11月25日前後に『後期高齢者医療保険者証』を緑色の封筒で郵送しますので、ご確認ください。保険料普通徴収第5期分の納期限は11月30日ですので、該当の方はお忘れなく。

●問い合わせ先

役場町民課（内線 114 担当 角田幸子）

国保高齢受給該当者 国保加入者で70歳になる方へ

（昭和17年11月2日～12月1日生まれ）

平成24年12月1日から高齢受給該当者です。印鑑と国民健康保険証を持参し、役場町民課・東地区の人は東支所住民担当へ届出をしてください。届出日は次の2日間です。

届出日 平成24年11月26日（月）・27日（火）

●問い合わせ先

役場町民課（内線 114 担当 吉田純也）

東吾妻町国民健康保険診療所からののお知らせと「11月の診療予定表」

日	月	火	水	木	金	土
28 休診	29	30 午後 往診	31 休診	1 午後 インフルエンザ 予防接種	2 午後 インフルエンザ 予防接種	3 休診
4 休診	5 午後 インフルエンザ 予防接種	6 午後 往診	7 休診	8 午後 往診	9 午後 往診	10 休診
11 休診	12 午後 インフルエンザ 予防接種	13 午後 内科検診	14 休診	15 午後 個別予防接種	16 午後 インフルエンザ 予防接種	17 休診
18 休診	19 午後 インフルエンザ 予防接種	20 午後 就学指導 委員会	21 休診	22 午後 インフルエンザ 予防接種	23 休診	24 休診
25 休診	26 午後 インフルエンザ 予防接種	27	28 休診	29 午後 インフルエンザ 予防接種	30	12/1 休診

かぜ、インフルエンザ

数年前に大変流行し話題にもなりましたが、今回はインフルエンザの話題です。ちょうど今の季節はかなり予防接種する人の数も増えているところと思われま。インフルエンザは光学顕微鏡で観察できる、「細菌」よりもさらに小さな「ウイルス」によって引き起こされます。多くの「かぜ」もインフルエンザウイルスとは異なりますが、ウイルスによる病気です。このウイルスが人の鼻、のどなどの粘

膜に付着し、その人の粘膜の細胞で増殖することで感染が成立します。このウイルスというのは非常に小さいため、自分自身だけでは繁殖したりすることができないという特徴を持ちます。すなわち、それを運ぶ生きた人間の細胞がないと増えたりすることはなく、数分で死滅してしまします。また、湿度、日光にも弱いことがわかっており、日本でも冬に流行するのはこのためと考えられます。(逆に言えば、夏でも起こるのはこのためです)さらに、人間の唾液、鼻水など

*本年度より予約診療を行っております。定期受診の方は予約での診療をお願いします。

はインフルエンザのようなウイルスを分解する作用があります。こうしてウイルスを知ることでインフルエンザを予防する対策が見えてくるのではないのでしょうか。ウイルスを運ぶのは人なので、人の近くにはいかないようにする。湿度に弱いので部屋の中なら加湿をして、感染の疑いのある人が入った部屋は換気をする。手洗いをすることは手などに付着したウイルスを吸入してしまいうリスクを減らします。感染予防に使用したマスクは再利用しないことも大切です。

こうした対策をとっていても完全にはウイルスの侵入は防げません。万全を期すにはワクチンの接種をするという方法もあります。特に持病をもっている人などは免疫力の低下により感染すると重症化するリスクもあるので、接種が勧められます。インフルエンザのワクチン接種は効果が出るまでに1カ月程度かかると言われておりますので、接種する人は早めの接種を心掛けましょう。

(診療所長 高橋 源)

- 受付時間
 - ◎ 午前 / 8時30分 ~ 11時45分
 - ◎ 午後 / 14時00分 ~ 17時00分
- 診療時間
 - ◎ 午前 / 9時00分 ~ 12時00分
 - ◎ 午後 / 14時00分 ~ 17時00分
- 連絡先
 - ☎ 59・3010
 - FAX 59・3161

11月の当番医予定表

期日	内 科	外 科	休日 夜間
11日 (日)	田島病院 (中之条 ☎75-3350)	布施医院 (草津 ☎0279-88-2030)	吾妻さくら病院 (中之条 ☎75-3055)
18日 (日)	四万診療所 (中之条 ☎64-2136)	草津温泉松岡医院 (草津 ☎0279-88-7611)	原町赤十字病院 (原町 ☎68-2711)
23日 (金)	加地医院 (原町 ☎68-2103)	長生病院 (長野原 ☎0279-82-2188)	西吾妻福祉病院 (長野原 ☎0279-83-7111)
25日 (日)	しまだ医院 (中之条 ☎76-3435)	布施医院 (草津 ☎0279-88-2030)	吾妻さくら病院 (中之条 ☎75-3055)

●注意

- ①診療時間は9時00分から17時00分まで(休日夜間は17時00分以降)です。できるだけ時間内に受診してください。
- ②急患のための当番医制度ですので、緊急患者以外の受診はご遠慮願います。
- ③在宅待機のため、原則として往診はしません。
- ④上記診療時間以外の夜間の急患については、輪番制病院群の休日当番病院に受診してください。
- ⑤専門外の疾患の場合は対応しかねることもあります。

11月の母子保健事業日程表

①町内全地区 ●会場／保健センター（☎68-5021 野山しのぶ）

※の会場は福祉センターになりますので、間違えないように気を付けてください。

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
7日(水)	歯つびい歯科検診 (フッ素塗布)	13時30分～13時45分	平成21年4月・5月、平成22年4月・5月・ 10月・11月生まれ フッ素塗布希望者は歯ブラシ2本と印鑑を持参のこと
8日(木)	歯つびい歯科検診 (フッ素塗布)	13時30分～13時45分	平成20年4月・5月・10月・11月生まれ フッ素塗布希望者は歯ブラシ2本と印鑑を持参のこと
9日(金)	歯つびい歯科検診 (フッ素塗布)	13時30分～13時45分	平成19年4月・5月・10月・11月生まれ フッ素塗布希望者は歯ブラシ2本と印鑑を持参のこと
12日(月)	4カ月児健康診査 1歳児健康診査	13時30分～13時45分 14時00分～14時15分	平成24年7月生まれ (B.C.C接種を行います) 平成23年11月生まれ
13日(火)	両親学級③	13時00分～13時10分	初妊婦（経産婦においては希望者）と配偶者
20日(火)	1歳6カ月児健康診査 (フッ素塗布)	13時30分～13時45分	平成23年3月・4月生まれ フッ素塗布希望者は歯ブラシ2本と印鑑を持参のこと
※26日(月)	ラッコクラブ	10時00分～10時15分	4カ月児から1歳児までの希望者

②太田・原町・岩島・坂上地区 ●会場／保健センター（☎68-5021 野山しのぶ）

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
19日(月)	乳幼児健康相談	10時00分～11時00分	乳幼児の希望者（事前に申し込んでください）

③東地区 会場／あづま農村環境改善センター ●問い合わせ先／保健センター（☎68-5021 藤岡由美）

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
21日(水)	ピヨピヨクラブ	9時30分～10時00分	幼稚園入園前までの子どもと保護者
30日(金)	すくすく相談	13時30分～14時00分	2歳までの子どもと保護者

11月の予防接種日程表

①町内全地区 ●会場／保健センター（☎68-5021 野山しのぶ）

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
14日(水)	四種混合予防接種	13時45分～14時00分	対象者には通知が出ます（生後90月までの人）
	不活化ポリオワクチン接種	14時00分～14時15分	
22日(木)	不活化ポリオワクチン接種	13時45分～14時15分	対象者には通知が出ます（生後90月までの人）

②東地区 ●会場／国保診療所（☎68-5021 野山しのぶ）

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
15日(木)	第8回乳幼児個別接種	14時00分～14時30分	「予防接種のお知らせ」を参照してください 11月8日(木)までに申し込んでください

皆さんからのご相談おまちしています!! 『こころの電話相談』のお知らせ

こころの病気や不安・悩みをもつ方の電話相談を受け付けます。

●期日 平成24年11月18日（日）

●時間 10時00分～15時00分

●内容

仕事などで平日に相談ができない方のために、精神科医師、臨床心理士などが専用電話で電話相談に応じます。

●対象者

こころの病気や不安・悩みなどの相談のある方（本人・家族）

●専用電話 ☎027-290-2920

●費用 無料※ただし電話代はかかります。

●問い合わせ先

群馬県精神保健福祉協会（群馬県こころの健康センター内／☎027-263-1166）

募集

フラワーアレンジメント 講習会開催

岩島公民館では、教養講座としてフラワーアレンジメント講習会を開催いたします。今回はクリスマス飾りを作ります。興味のある方は、ぜひご参加ください。

講師

小山千夏 先生（大戸在住）

● 期日 平成24年12月4日（火）

● 時間 13時30分から

● 場所 岩島公民館大会議室

● 会費 2,000円（当日支払い）

● 募集 先着20名

※定員に達し次第締め切ります。

● 申し込み・問い合わせ先

岩島公民館（☎67・2001）

募集

町体育協会 および参加者募集

東吾妻町体育協会では次のとおりさまざまな事業・スポーツ行事を予定しており、参加者を募集しています。

【白井貴子バレーボール教室】

● 期日 平成24年12月2日（日）

● 時間

● 受付 9時00分から

● 講習会 9時30分から11時30分

● 会場 町民体育館

● 参加費 無料

● 対象者
町内在住、在勤、在学の方
たでも参加できます。



● 問い合わせ先

教育委員会教育課（☎59・3370）

【第7回町民駅伝競走大会】

● 日時 平成24年12月16日（日）

● 時間

● 開会式 8時20分

● スタート 9時00分

● コース

スタート（坂小）→ 第1中継所（大戸稲田食堂）→ 第2中継所（岩櫃の里直売所）→ 第3中継所（役場本庁）→ 第4中継所（岩井公民館）→ 第5中継所（小泉公民館）→ ゴール（東総合運動場）

● 参加費 1チーム2,000円

● 申し込み方法

11月26日までに参加校申込書を教育課に提出してください。申込書は教育課に用意してあります。

● 参加区分

大字対抗の部・一般の部

● 申し込み・問い合わせ先
教育委員会教育課（☎59・3370）

【第3回町民自主参加事業「ルネサスエレクトロニクス高崎女子ソフトボール部 宇津木麗華監督」講演会】

● 演題 夢をあきらめない『挑戦』

● 期日 平成24年12月21日（金）

● 時間 17時00分

● 開会式 18時00分

● 講演会 18時10分～19時30分

● 会場

岩櫃城ふれあいの郷 コンベンションホール

● 参加費 無料

● 問い合わせ先

教育委員会教育課（☎59・3370）

募集

ノルディックウォーキング グで紅葉美しい岩櫃山 周辺を散策

健康増進センターでは、ノルディックウォーキング体験会の参加者を募集しています。

岩櫃ふれあいの郷をスタートして岩櫃城があった時代の古道（パシヨウ坂）を通り、岩櫃城跡までを往復する約6kmのコースとなります。

東吾妻町空間放射線量の測定結果について

町では、放射線量測定器を用いて役場本庁舎前において定点観測を実施しています。

● 測定場所

役場本庁舎正面玄関前（地上高1m地点）

● 測定日 役場開庁日

● 測定時間 8時30分

● 測定器

測定機器は、PA1000 Radi（日本製）

● 測定結果

（単位：マイクロベクト/毎時）

測定月日	測定値	天候風の様子
10月1日(月)	0.080	晴れ：微風
10月9日(火)	0.080	晴れ：微風
10月15日(月)	0.080	晴れ：無風
10月22日(月)	0.080	晴れ：微風

※掲載している数値は毎週月曜日（月曜日が休日の場合は翌開庁日）に測定した数値。

● 問い合わせ先

町民課 環境係（内線142）
富澤美昭・町田隆・佐藤祐介

町観光ボランティアガイドの案内もあり、美しい紅葉を楽しみ岩櫃城の歴史に触れてみてはいかがでしょうか。皆さまのご参加お待ちしております。

- 開催日 平成24年11月10日（土）
- 時間 10時00分～14時00分まで
- 集合場所 岩櫃ふれあいの郷駐車場

●定員 25名程度

●参加費 2,000円


※お弁当・温泉入浴付き

●持ち物

タオル・雨具・飲料水

※ボールは貸し出します。

●申し込み・問い合わせ先

岩櫃ふれあいの郷健康増進センター（☎68・2261）
 剣持幸二

案内
**警察の犯罪被害者等
 支援制度のお知らせ**

犯罪の被害に遭われたかたがたやそのご家族が平穏な生活を取り戻すために、群馬県警においても、さまざまな支援を行っていますので、その一部を紹介します。

詳しくは、群馬県警察本部または吾妻警察署までお問い合わせください。

●情報提供

事件の捜査状況や被疑者の検挙・処分状況の連絡や被害者支援

制度を説明するパンフレットの配布なども行っています。

●公費の支出（経済的負担の軽減）

一定の条件のもと、医療機関に対する初診料・診断料などのほか、ご遺体の搬送料、事件により転居した場合の費用などを公費で負担します。


●犯罪被害者等給付金の支給（国がご遺族や被害者本人に一時金を給付）

故意の犯罪行為により、死亡、負傷または疾病が生じた場合に支給されます（審査によっては減額や不支給となる場合があります）。

●その他

精神的被害の回復を支援するためのカウンセリング、各種相談への対応（女性職員への対応も可）、民間の被害者支援団体との連携なども行っています。

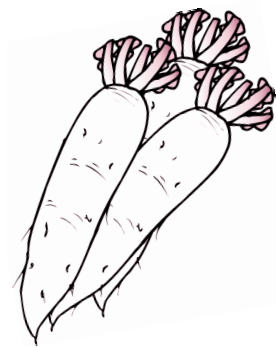
●問い合わせ先

群馬県警察本部広報聴課被害者支援室（☎027・243・0110）
 2151121
 55）
 群馬県警察吾妻警察署（☎68・0110）

催し
中之条高校大根収穫祭

中之条高校大根収穫祭が次のとおり実施されます。

- 期日 平成24年11月11日（日）
- 時間 9時30分～
- 会場 中之条高等学校美野原農場



●問い合わせ先

群馬県立中之条高等学校（☎75・3455）

催し
**第32回吾妻郡教職員
 文化祭の開催**

吾妻郡教職員文化祭が次のとおり開催されます。先生たちがみんなに贈る文化祭です。

- 期日 平成24年11月18日（日）
- 時間 9時00分～15時00分
- 会場 中之条町ツインプラザ
- 内容

- ・絵や写真の展示
- ・フランクフルト・うどんなどの模擬店
- ・スライムやキーホルダーなどいろいろ出来る教室
- ・太鼓や合唱など

●問い合わせ先

吾妻郡教職員文化祭実行委員会（☎68・2865）

収集場所にゴミを出す方へ

ごみ収集場所に、名前の記入がなく正しく分別できていないごみが出され、収集されずに地元の方が迷惑をしていることが最近多く見受けられます。

吾妻東部衛生センターでは、「自分で出すごみに責任を持ち、正しく分別していただくため」次のことをお願いしています。

- ①収集日の8時00分までに最寄りの収集場所に出す。
- ②ごみの分別は年度初めに配布した「家庭ごみの分け方・出し方」を参考に確実に行う。
- ③指定袋に名前を記入する。



ごみ収集場所をきれいにご利用いただくためにご協力をお願いいたします。また、「家庭ごみの分け方・出し方」は町ホームページからもダウンロードできます。

●問い合わせ先

吾妻東部衛生センター（☎75・2009）

国民宿舎 榛名吾妻荘だより

榛名湖イルミネーションフェスタ2012

榛名湖は、紅葉も見ごろを過ぎ冬への準備が始まる季節になっております。

榛名湖では12月7日～26日までの期間「榛名湖イルミネーションフェスタ2012」を開催いたします。今年は、10万球をプラスして50万球のイルミネーションになります。また、打ち上げ花火も例年の5回から7回と多く楽しめます。花火の打ち上げ日は、12月7日(金)・10日(日)・13日(木)・17日(月)・20日(木)・24日(月祝)・26日(水)になります。通常17時30分からの打上げになりますが、20日(木)・26日(水)は21時00分からとなっておりますので、お仕事終わりでもご覧になれます。



吾妻荘では、11月から忘新年会向けの「絶品もつ鍋プラン」にてご予約を承っております。

生モツを使用した赤・白の汁が選べるプランです。8名様以上から1泊2食付き8,850円、日帰り3,150円となっておりますので11月中のご予約がおすすめです。皆さまのお越しをお待ちいたしております。



また、榛名吾妻荘では、スタッフの募集(調理・調理補助)をしております。年齢・性別は問いませんのでお気軽にお問い合わせください。

- 日帰り入浴営業時間
11時00分～19時00分
 - ランチ営業時間
11時30分～13時45分
- ※土・日、祝日などのみ

問い合わせ先

国民宿舎 榛名吾妻荘

TEL 0263-374-0711

http://www.harunaagatsuma.jp

オペラをみんなのものに！『シネマとコンサート』



日本文化が間違っって伝えられている現状を打破しようとする世界的オペラ歌手岡村喬生さんのドキュメンタリー映画とコンサートが町コンベンションホールで開催されます。映画「プッチーニに挑む」は、群馬県出身の飯塚俊男監督がメガホンをとった作品です。前売り券を販売していますので、ご覧になりたい方は、お早めにお買い求めください。

●期日 平成24年11月18日(日)

●時間

開場…13時00分 開演…13時30分 終演…16時30分

●内容

- ・シネマ…ドキュメンタリー映画(飯塚俊男監督作品)
「プッチーニに挑む～岡村喬生のオペラ人生」
- ・コンサート…オペラ歌手岡村喬生の熱唱
「世界を巡る名歌の旅」

●入場料 前売り券…2,500円 当日券…3,000円

●入場券取り扱い場所

町コンベンションホール・温泉センター

●問い合わせ先 町コンベンションホール(☎68-2261)

平成24年度 入札結果

（10月23日執行）

事業名	場所	落札業者	落札金額	役場担当課
道路反射鏡設置工事	原町	(株)三山	1,650,000円	総務課
県単小規模土地改良事業 本宿本丸地区 補完工事	本宿	(有)現金屋	1,360,000円	産業課
県単小規模土地改良事業 箱島竹ノ沢地区 用水路改修工事	箱島	吉田工務店	5,000,000円	産業課
農業体質強化基盤整備促進事業 植栗上北地区排水路整備工事	植栗	(有)一場工務店	2,580,000円	産業課
農業体質強化基盤整備促進事業 岩井松ノ木地区農道整備工事	岩井	(株)たくみ	6,060,000円	産業課
町道3087号(貫井)線 道路維持工事	萩生	(有)現金屋	2,400,000円	建設課
町道長寿園線 道路維持工事	本宿	(有)現金屋	2,700,000円	建設課
唐堀地内法定外公共物(水路) 道路維持工事	三島	(有)清水工務店	1,650,000円	建設課
町道馬場・手子丸線 用地測量業務委託	大戸	東洋測量設計(株)	17,800,000円	上下水道課
東吾妻町上水道配水本管布設替工事	小泉	宮崎工務店(株)	3,600,000円	上下水道課
合併処理浄化槽設置工事 (24-21工事)	岩井ほか	(有)小泉設備	4,650,000円	上下水道課
合併処理浄化槽設置工事 (24-22工事)	須賀尾ほか	宮崎工務店(株)	3,250,000円	上下水道課

●問い合わせ先 各担当課まで

ヨガ教室教室に参加しませんか!!

健康増進センターでは、『ヨガ教室』を開催しています。初心者や未経験のかたでも大丈夫ですので、参加してみてください。

●開催日

11月11日(日)・25日(日)、12月9日(日)

●時間 18時30分～20時00分

●定員 各回30人程度(中学生以上が対象)

●料金 1回につき700円

●持参する物

運動着・タオル・ヨガマット(バスタオル可)



●問い合わせ先

岩櫃ふれあいの郷健康増進センター
(☎68-2261)

スポーツ情報

敬称略

◆第21回協会グラウンドゴルフ大会

10月10日/コニファーいわびつグラウンドゴルフ場

【男子の部】

- ・優勝…角田隆雄
- ・準優勝…林 俊雄
- ・第3位…新井守太郎

【女子の部】

- ・優勝…湯本昭子
- ・準優勝…加藤八穂子
- ・第3位…片山愛子



◆第1回秋季町民バレーボール大会

10月14日/町民体育館



- ・優勝…てんとうむし
- ・準優勝
…ホールドアップ
- ・第3位
…グリーンクラブ

みんなの広場

投稿 短歌

〜あづま野いちご短歌会〜

五合目に登りて見下ろす雲海は富士の裾野をレースと飾る

橋爪 治子

古稀過ぎて装ひ少し派手にせむと色鮮やかな上着買ひ来ぬ

塩谷 好子

標高二千の熱き足湯に浸りつつ涼風のなか猛暑日忘るる

齊藤由喜子

群大の南病棟最上階眼科病廊は朝日に染まる

石田千嘉子

垂れる穂に三十年前を重ね見て義父の命日の墓参りする

猪野 房江

猛暑ゆえ葉や茎のみの伸びたるかさつま芋は土中にひっそりふくらむ

田村マリ子

通り雨の止みたる里にはゆるやかに霧立ち登り四方の山へ

高橋 春江

思ふことの出来ぬ体に鞭打ちて白菜植える百六十本

田中よね子

さるすべり夏の日受けて満開に庭に影なす薄紅の花

大塚 綾子

やさしくて戦べたなる乃木將軍詩文にすぐれし人にてありし

角田 勲

夢の中の旅する夫は「つまみを」と供へぬ酒を気づかず彼岸

関本 こう

十五夜を待ちて里芋掘る夫は稲刈り終へてほっとしたるか

大前つる枝

投稿 短歌

〜甜短歌会〜

ふる里の橋のたもとの友の畑に今年も揺るるじゃが芋の花

小林阿弥子

陸橋は工事中なり長ながと車つらなり後尾は見えず

齊藤むつき

ベニシリンの注射一本米一俵夫に打たせぬ気丈な姑は

荻原 富江

暑さゆえ体内時計の狂ひがちスイッチオンに時のかかりぬ

石坂 静子

榛名湖にさぎなみたつる青葉風「夕すげ」の湯に日帰りの客

小池みづほ

梅雨明けの間近なるべし暁を鳴く蛸の遠く聞こゆる

菅谷千恵子

会ふたびに大人のやうな会話する童女やすらに祖母の背に寝る

明日 香

夜明け前の里山霧につつまれてけふも酷暑の予報されをり

東曙 美

編しまの揚羽の幼虫すがり来ぬ人參ぬくとのはす手の先

青木 ソメ

投稿 俳句

〜麻の実俳句会〜

木犀の風に出会へり散歩道

芳子

野分して小石混じりの水走る

富江

大空に銃声ひびくりんご園

君子

威銃子連れ猿ののそと去る

洞子

晩酌に一品副える茸汁

君義

投稿 やえむぐら

わたしが子どもの頃といえは、すでに80年以上も昔のことですが、その頃は、冬になると、百人一首のカルタ取りが盛んでした。これは全国的にそうだったようです。どこの家にも百人一首があったものです。わたしはカルタ取りはあまり得意な方ではありませんが、それでも、歌の文句は幾つか覚えたいものです。その中に

「やえむぐら茂れる宿のさびしさに、人こそ見えね秋は来にけり」というのがあります。

ところで、今わたしが住んでいる近くに、東京都立神代植物公園というのがありますので、時々散歩に行きますが、その一角にやえむぐらが茂っているところがあります。そこで、通り合わせた人に「これがやえむぐらです」と言います。すると、以前はわたしとほぼ同年配ぐらいの人は「ああ、あの百人一首のやえむぐらとはこのことですか」と反応する人がいました。

しかし、その後は、これがやえむぐらです、といっても、ただの雑草と思うらしく何の反応もないのが当たり前になりました。

つまり、これに反応する世代は戦前派、反応しない人は戦後派ということなんです。この点においても、わたしは戦前派というわけです。

海野 力

投稿 文部科学大臣賞 受賞

第8回「私のしごと」作文コンクール（NPO法人仕事への架け橋主催、文部科学省、東京都教育委員会、全国高等学校長協会、全国高等学校進路指導協議会、全国高等専修学校協会など教育関連18団体後援、民間企業3社共催）において、生物生産科2年の蜂須賀司さん（原町在住）が応募総数4、674の中での最優秀賞である、文部科学大臣賞を受賞しました。



授賞式は10月21日、東京・千代田区九段北のアルカディア市ヶ谷で開かれます。続いて受賞者による作品発表、上位受賞者4人によるパネルディスカッション『第5回Jobサミット』も予定されています。最後には「大震災日本列島が揺れた75人の記録」出版記念の夕べが開催されます。この中には震災で福島県から避難してきた、本校生物生産科2年の森本和典君の作品も収録されています。なお、受賞作品は中之条高校ホームページでご覧ください。

中之条高校 農業クラブ

投稿 吾妻ジュニア募集中

吾妻ジュニア（少年少女サッカークラブ）では、スポーツ大好きな子、未来の日本代表での活躍を夢みる小学生の男女を募集しています。

今回10月6日に岩島小学校校庭で親子サッカー教室を開催し、親子対決で大いに触れ合いました。

このようなイベントを行うなど、アウトホームな雰囲気、サッカークラブです。現在、会員数30名。健康志向のお子さんから、本格的にサッカーをやりたい子、どなたでも構いません。

練習日は、毎週火・木曜の午後7時から9時、場所は、おもに原町小グラウンドです。初心者、未経験者、男女や学年は問いません。興味のある方はどなたでも、まずは見学・体験をしてみてください。



10月6日の親子サッカー教室

詳しくは、保護者会長の鈴木まで（☎68・2687）お問い合わせください。

お便りをお待ちしています！

住所・氏名・電話番号の記入を忘れずに役場企画課広報統計係までお送りください。メールでの投稿も受け付けます。



Musee

中之条町 歴史と民俗の博物館
Nakanajo Museum of Folk and History

『新井洞巖展-第6回ふるさとの文化人展-』

～開館30周年記念展11月30日（金）まで～

中之条町歴史と民俗の博物館「ミュゼ」では、第6回ふるさとの文化人展を開催します。この企画展は、ふるさとの優れた先人の文化活動を紹介し、地域文化を再認識するとともに、文化の向上に寄与する目的で実施しています。

今回は、近代南画家「新井洞巖（1866-1948）」を取り上げました。洞巖は、原町の須郷沢に生まれ、20歳で上京し、菅原白竜・高森碎巖に師事し、その後全国各地をめぐる南画の極意を探求しました。太平洋戦争末期、郷里原町に疎開し、昭和23年に亡くなるまでこの地で過ごしました。この展示会では、洞巖の遺品や作品を通して顕彰し、当館の開館30周年記念展といたしました。

■時間

9時00分～17時00分（入館は16時30分まで）

■入館料 おとな200円・子ども100円

■休館日 木曜日・祝日の翌日



新井洞巖肖像



洞巖の画材具
（太田市・個人所蔵）



青緑梅花溪居図
（大正12年／顕徳寺所蔵）

■問い合わせ先

中之条町歴史と民俗の博物館「ミュゼ」
（☎75-1922）

東吾妻町ガイドマップ

このコーナーでは、東吾妻町の施設や観光スポットなどを紹介していきます。詳しくは、各施設までお問い合わせください。

～第80回 けいこく 渓谷パーキング～



【渓谷パーキング】(大字松谷)

渓谷パーキングは、国道145号線沿いにあります。名勝地「吾妻渓谷」を訪れる方の利便性を考え整備され平成21年4月22日にオープンしました。

- ▶ 駐車台数：大型2台、普通車12台、身障者用2台
- ▶ 施設情報：男・女・多目的トイレ
※多目的トイレはオストメイト対応

●お問い合わせ先

役場建設課 ダム対策室 (内線 242 担当 田村朋大)



おすすめ健康料理レシピ ⑧

～豚しゃぶサラダ ヨーグルトソースがけ～

－ 材料 (6人分) －

豚もも肉薄切り	……240g	【ヨーグルトソース】
水菜	……120g	プレーンヨーグルト
長ねぎ	……60g	……100g
さけるチーズ	……60g	味噌
ミニトマト	……12個	……大さじ1
		砂糖
		……小さじ2
		ゆずこしょう
		……少々

●作り方

- ①豚肉はお湯にくぐらせて火を通します。常温の水にとり、水をきります。
- ②水菜は洗って5cmの長さに切り、長ねぎは5cmの長さの白髪ねぎにして水にさらします。

さけるチーズは細めに裂いておきミニトマトは半分に切ります。

- ③ヨーグルトソースの材料をよく混ぜあわせ、ソースを作ります。
- ④水菜・白髪ねぎ・さけるチーズをかるく混ぜお皿に盛りつけます。豚肉・ミニトマトも盛りつけ、ソースをかけて完成です。

※ここで紹介する献立は、ヘルスマイト(町食生活改善推進員)の皆さんが作ったお料理です



毎月19日は 家族でいただきますの日

家族で食卓を囲んでいますか？食卓は豊かな心と体をはぐくみます ～くまの食育～

東吾妻町 ～平成24年10月1日の人口～ ()内は前月比

●人口15,927人 (-37人) ●男7,701人 (-22人) ●女8,226人 (-15人) ●世帯数5,762世帯 (-8世帯)

この広報紙は再生紙を使用しています。