



住民が誇りを持って暮らすまち

広報

# ひがし あがつま



## CONTENTS

**特集**

第54回郡民体育祭..... P 2・3

◆町のできごと..... P 4・5

◆東吾妻町の歴史・文化探訪..... P 6・7

◆お知らせコーナー..... P 8～18

◆みんなの広場..... P 19

Nov.2015

1 1

No.116

10月18日に東吾妻MTBライド2015が開催され、県内外から130人が参加をしました。

# 第54回 吾妻郡民体育祭

第54回吾妻郡民体育祭が高山村をメイン会場に8月30日・9月13日・20日・23日・27日の5日間にわたり行われ、東吾妻町選手団の皆さんも他町村の代表選手と熱戦を繰り広げました。出場した26種目のうち8種目で一位を獲得しました。なお各町村の結果は以下のとおりです。

- ▼東吾妻町8種目
- ▼中之条町11種目
- ▼長野原町3種目
- ▼草津町0種目
- ▼嬬恋村2種目
- ▼高山村2種目



■郡民祭種目別成績

種目名	1位	2位	3位	4位	5位	6位
陸上競技	中之条町	東吾妻町	嬭恋村	高山村	草津町	長野原町
玉入れ	高山村	長野原町	草津町	東吾妻町	中之条町	嬭恋村
綱引き	長野原町	草津町	東吾妻町、高山村	中之条町、嬭恋村		
ターゲット・ドゴルフ	中之条町	草津町	高山村	長野原町	嬭恋村	東吾妻町
バレーボール(男子)	中之条町	東吾妻町	高山村、草津町	長野原町、嬭恋村		
バレーボール(女子)	中之条町	東吾妻町	嬭恋村、草津町	長野原町、高山村		
ソフトボール(男子)	中之条町	長野原町	東吾妻町、高山村	-	-	
ソフトボール(女子)	東吾妻町	長野原町	中之条町	-	-	
野球(一般)	東吾妻町	高山村	草津町、中之条町	長野原町、嬭恋村		
野球(壮年)	中之条町	嬭恋村	東吾妻町、草津町	高山村、長野原町		
野球(熟年)	長野原町	嬭恋村	中之条町、東吾妻町	草津町	-	
卓球	中之条町	高山村	東吾妻町、草津町	長野原町、嬭恋村		
ソフトテニス	中之条町	東吾妻町	長野原町	草津町	-	-
柔道	中之条町	長野原町	草津町	東吾妻町	高山村	-
バスケットボール(男子)	東吾妻町	中之条町	草津町、嬭恋村	高山村	-	
バスケットボール(女子)	東吾妻町	中之条町	嬭恋村、高山村	草津町	-	
剣道	嬭恋村	中之条町	長野原町	東吾妻町	草津町	高山村
弓道	中之条町	高山村	東吾妻町	草津町	長野原町	-
サッカー	東吾妻町	高山村	草津町	中之条町、長野原町、嬭恋村		
バドミントン	長野原町	中之条町	高山村	東吾妻町	草津町	-
ゲートボール	高山村	東吾妻町	嬭恋村	中之条町	草津町	長野原町
空手道	東吾妻町	草津町	長野原町	中之条町	嬭恋村	-
硬式テニス	東吾妻町	長野原町	中之条町	嬭恋村	草津町	-
ボウリング	嬭恋村	中之条町	東吾妻町	高山村	長野原町	-
グラウンドゴルフ	東吾妻町	中之条町	長野原町	高山村	草津町	嬭恋村
ゴルフ	中之条町	嬭恋村	東吾妻町	高山村	草津町	長野原町



# 地区運動会開催

地域の力を発揮!!

10月11日(日)に東・太田地区で運動会、坂上地区でスポーツ親善大会が開かれました。各地区で小雨がぱらつく中、天候に負けずグラウンドで競技が行われて地域の絆が深まりました。

## 【第47回太田地区町民運動会】

### ■大会結果(総合順位)

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

## 【第10回東地区運動会】

### ■大会結果(総合順位)

- ①箱島 ②新巻 ③五町田 ④岡崎 ⑤奥田

## 【第15回坂上地区親善スポーツ大会】

### ■グラウンドゴルフ結果

一般男子の部優勝……大塚信好  
 一般女子の部優勝……加辺マツ子  
 小学生男子の部優勝……上原大征  
 小学生女子の部優勝……霞 果乃

### ■輪投げ結果

優勝……21組(高橋繁・加辺マツ子・高橋重一・大塚英則・橋爪花香)

### ■玉入れ結果

優勝……30組(渡辺武・加辺惣一・大塚八重子・渡辺三司・橋爪麻衣子)



## 東 吾妻ふるさと祭り

多くの人で賑わいました

9月19日にJR群馬原町駅前で第10回東吾妻ふるさと祭りが実施されました。歩行者天国では小学生による鼓笛パレード、婦人会などの千人踊り、上州いわびつ連や杉並区から参加した高円寺連協会などによる阿波踊りが披露され、舞台ではZEROSENキッズや吾妻高校の生徒によるダンスが披露され大勢の来場者が楽しみました。



町の賑わいや



## 山 山本重吉さんが100歳

町長が慶祝訪問

矢倉の山本重吉さん（大正4年10月5日生まれ）が100歳を迎え、10月5日に町長が慶祝訪問を行いました。町長が長生きの秘訣について訪ねると山本さんは「体が大事、体に無理をさせないこと」と語りました。



## 東 吾妻町戦没者追悼式 平和に感謝して



9月30日に町コンベンションホールで東吾妻町戦没者追悼式が開かれ各地区の区長や戦没者遺族会のかたがたが参加しました。平和への誓いを青少年代表として岩島中出身の矢野瑠美さんが読み上げました。その後出席者全員による献花が行われました。

## 各 地区で芸能発表会 岩島地区・太田地区

9月27日に岩島地区で、10月18日に太田地区でそれぞれ芸能発表会が行われました。出演者による詩吟や大正琴、歌や踊りなどの発表に観客から拍手が送られました。



## 保 育所で動物ふれあい教室 いろんな動物とのふれあいで

9月29日にあづま保育所の園庭で動物ふれあい教室が開かれ保育所の園児と東幼稚園の園児が参加しました。中之条高校の3年生20人が同校で飼育されている、うさぎ、牛、犬を連れて来所し子どもたちは動物とのふれあいを楽しみました。



## 道 の駅あがつま峡一周年 多くの来場者に支えられ



道の駅あがつま峡が開業1周年を迎え10月10日から12日の3日間に一周年記念感謝祭を開催しました。餅つきやリンゴの皮むきレース、フリーマーケットなどの催しが行われ来場した方は楽しんでいました。

# 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) 担当 吉田智哉

**岩櫃城跡発掘調査速報！&町内遺跡分布調査（原町地区）の開始について**

今月の歴史・文化探訪は、9月より行っている岩櫃城跡の発掘調査についての速報と11月末日から開始予定の分布調査についてお知らせいたします。

## ◆岩櫃城跡発掘調査（城下町地区外郭線）の内容は？

今年度の岩櫃城跡発掘調査は昨年度まで行っていた主郭を含む要害地区を離れ、城下町地区へ場所を移しています。調査は9月末から開始し、貯水池周辺の林内に残る堀を中心におよそ3〜4本の調査トレンチを設定し、掘削していく予定となっています。

## ・城下町地区の外郭線とは・

現在の貯水池周辺に位置していたとされる城下町は北・東・西を木戸による入口とした空間と考えられ、その外縁部は林内に残る堀や堀切りによって仕切られているとされています。今回の調査ではその堀を対象にし、遺構の残存状況を確認することともに、堀が確実に城下町地区の内と外を分ける施設であることの確証をつかむことを目的としました。

調査トレンチは貯水池東側の林内に残る堀切り周辺に2本、岩櫃神社北側に延びている堀に対して2本（予定）を



第1トレンチ 堀切り



第2トレンチ 確認された道路跡

設置し、調査を進めます。現在は貯水池東側、主に東の木戸といわれている箇所周辺の調査を行っています。ここは城下町地区の東側を区切る堀切りと堅堀が確認されており、その規模を調査しているところです。

（第1トレンチ）堀切りに直行するように調査トレンチを設定しています。堀切りは現状で幅5.5m、深さはおよそ3mを越える規模と想定されます。これは25年度に志摩小屋で確認された堀と同等かそれ以上に規模が大きく、多大な土木工事量によって築かれたものと考えられます。

（第2トレンチ）堀切り南の平場に調査トレンチを設定しています。ここからは調査区中央に道路跡が見つかりました。人が歩いたことを示すように、強く締まった土の範囲があることから道路ではないかと推測しています。また、何回か作り直しをしているようで、堅い土層が少なくとも3枚あることから長年道として使われ続けていた可能性が考えられます。この道が戦国時代まで遡るのかどうか、また違った遺構が残っているか調査を進めていく予定です。

見つかった遺物については非常に少なく、江戸時代の陶磁器のほか、銅銭などが少量出土したのみです。今後の調査状況で新たに見つかる可能性もありますので、さらなる成果が期待されるところです。

以上のように今年度も新たな成果が多く確認されています。今後は岩櫃神社北側の堀周辺へも調査を進めていきますので新たな成果にご期待ください。

## ◆詳細分布調査の開始は？

平成25年度から開始している東吾妻町内遺跡詳細分布調査も今年で3年目に入ります。これまで東、太田地区で調査を行い、縄文から近世にいたる数多くの遺物を確認することが出来ました。3年目は原町地区に調査地を移し、川戸・金井・原町へと調査を行っていく予定です。調査の方法はこれまでと同様に町内を歩きつつ、畑などに落ちていたり土器などを採集して行きますが、家の敷地内には立ち入ることはいたしません。また、田畑についても中までは入らず、主に畔などから土器が落ちていないか確認するなど皆さんのご迷惑にならないよう作業を行ってまいりますので何卒ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

## 水仙ちゃんの活動報告

町のマスコットキャラクター、水仙ちゃんの活動の一部を紹介します。

◆ 10月2日に群馬テレビの番組「**くま一番**」の取材を受け町のPRをしました。



◆ 10月9日に上野駅で観光キャンペーンに参加をしました。



## 岩島公民館教養講座 『フラワーアレンジメント教室』 開催

岩島公民館では下記の日程でフラワーアレンジメント教室を開催します。参加を希望されるかたは岩島公民館へ申し込みください。

### ●日時

平成27年12月8日(火)  
13時30分～

### ●場所

岩島公民館

### ●定員

20人(定員になり次第締め切ります)

### ●講師

真下千夏 先生

### ●会費

2000円(当日徴収)

※生花・材料および  
作成用具リース含む

### ●申し込み・問い合わせ先

岩島公民館 (☎ 67-2001)

## 中央公民館へ行こう!!



### =新着図書情報=

#### ■一般図書

#### おすすめの一冊①



『真田流 弱者が賢者になる術』

ゼロ社/レッカ社 編

真田家に学ぶ、ビジネスマン必携の書。現代を生き抜くための知恵と力、人生の決断と選択はすべて真田に学べ！知略、戦略、謀略、判断力、分析力、決断力、行動力。時代を超えて、今なお通じる“真田流ビジネス処世術”。

- 『断裂回廊』…………… 逢坂 剛 著
- 『スクラップ・アンド・ビルド』…………… 羽田 圭介 著
- 『砂の街路図』…………… 佐々木 譲 著
- 『可愛いままで年収1000万円』…………… 宮本 佳実 著
- 『結果を出せる人になる! 「すぐやる脳」のつくり方』…………… 茂木健一郎 著
- 『怪獣使いと少年』…………… 切通 理作 著
- 『藪医 ふらここ堂』…………… 朝井まかて 著
- 『繭と絆 富岡製糸場ものがたり』…………… 植松三十里 著
- 『お金と宇宙の不思議な法則』…………… 畠山 晃 著
- 『あの家に暮らす四人の女』…………… 三浦しをん 著
- 『職業としての小説家』…………… 村上 春樹 著

#### ■児童図書

#### おすすめの一冊②



『もりのホテル』

ふくざわゆみこ 著

あらいぐま一家の「もりのホテル」は人気のホテル。花がいっぱいで食事もおいしく、お客さまにぴったりの部屋へ案内してくれます。今日もお客さまを迎えていると……

- 『時をこえた怪談 金の本』…………… 緑川 聖司 著
- 『アンパンマンといっしょにあそぼう! 1』…………… やなせたかし 著
- 『どうろこうじのくるま』…………… こわせもりやす 著

■問い合わせ先 中央公民館 (☎ 68-2412)

## 案内 野外焼却・家庭ごみの出し方について

■家庭ごみ、農作物残渣などの焼却行為についての苦情が多く寄せられています

屋外での焼却は禁止されていますが、自宅で発生したごみを焼却する行為や農作物残渣などの焼却行為が後を絶ちません。焼却行為は近隣住民に迷惑をかけ、環境に負荷を与えることとなるため禁止されています。

しかし、次の場合に限っては例外的に焼却行為が認められています。この場合でも、周辺の生活環境に支障が生じないよう最大限の配慮をしてから行ってください。

### ■ごみの焼却禁止の例外

- ① どんど焼きなどの風俗習慣上または宗教上の行事に伴うもの
  - ② キャンプファイヤーなどの学校教育や社会教育活動に伴うもの
  - ③ 災害の応急対策、農作物等の残渣処理や病害虫駆除によるもののほか一過性の軽微なものなど
- ※いずれの場合もビニール、ゴムなどの焼却は量の多少に関わらず禁止されています。
- ※農作物残渣を処分する場合には、極力、東部衛生センターへ出すなどのご協力をお願いします。

■家庭ごみは決められた方法で出しましょう

家庭ごみは適正に分別し、それぞれの地区の収集日に収集場所へ出すようお願いいたします。また、出されたごみがカラスなどに「散らかされる」ことがありますので、できるだけ収集日当日の朝8時までに出すようにしてください。

### ■問い合わせ先

群馬県庁廃棄物・リサイクル課  
 ☎027・226・2865  
 群馬県庁環境保全課  
 ☎027・226・2837  
 役場町民課 環境対策係  
 (内線) 113 担当 一場春美・春原功男

## 案内 過去2年間に国民年金保険料の未納期間がある方へ

国民年金は所得が少ないときや失業などにより保険料を納付することが経済的に困難な場合、保険料の免除を申請することができます。平成26年4月からは申請時点の2年1カ月前の月分まで申請ができるようになりました。

### ■申請方法

お住まいの市区町村役場または年金事務所に申請してください。必要な添付書類などについてはお

問い合わせください。

### ※ご注意ください

- ① 2年1カ月前の月分まで免除申請をすることができますが、申請が遅れると万一の際に障害年金などを受け取れない場合がありますので速やかに申請してください。
- ② 申請期間に対応する前年所得に基づき審査を行いますので承認されない場合もあります。国民年金保険料の納付期限は翌

月末（たとえば10月分は11月末まで）です。

### ■問い合わせ先

役場町民課 国保年金係  
 (内線) 114 担当 永村達之



## 昭和15年12月2日～昭和16年1月1日生まれの方へ 75歳になる方へ

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 後期高齢者医療係  
 (内線) 116 担当 武藤大輔

## 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しますと、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

役場税務課 固定資産税係  
 (内線) 134 担当 小林 稔



**案内**

**防災行政無線を用いた全国一斉の緊急情報伝達試験を実施します**  
 ～平成27年11月25日(水) 11時ごろ実施します～

東吾妻町では、地震・津波や武力攻撃などの発生時に全国瞬時警報システム（Jアラート）（※）から送られてくる国からの緊急情報を、さまざまな情報伝達手段を用いて確実に皆さまへお伝えするた



め、町内で緊急情報伝達手段の試験を行います。

※Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの災害時に国から送られてくる緊急情報を人工衛星などを活用して瞬時に情報伝達するシステムです。

**問い合わせ先**

役場総務課 安全対策係

（内線）233 担当 佐藤智義

**■当日実施する試験は次のとおりです。**

情報伝達手段	内容
防災行政無線の放送	町内に設置してある防災行政無線（屋外スピーカー）から、毎月1日に実施している定時試験放送と同じくらいの音量で次の放送内容が一斉に放送されます。 <b>【放送内容】</b> 「これは、試験放送です。」×3 + 「こちらは、ぼうさいひがしがつまです。」 + 防災行政無線チャイム

**案内**

**12月から119番通報時には『吾妻郡』からお伝えください。**

12月より消防共同指令センターの運用が開始されます。これにより119番通報の受信能力が向上し情報の共有化が行われるため、より確実な消防活動が可能となります。

**■通報方法について**

吾妻郡からの119番通報はこれまで吾妻広域消防本部で受け付けていますが、平成27年12月1日から高崎市等広域消防局内に新しく設置される「たかさき消防共同

指令センター」に受付場所が変わります。そのため119番通報時に住所を告げる場合には「吾妻郡」からお伝えください。

**■たかさき消防共同指令センター**

・統合型位置情報通知装置

119番通報時に通報者の位置情報が受付けた指令台に瞬時に表示され、通報を受けて出動する消防車や救急車などの出動までの所要時間を短縮することができます。

・車両運用管理装置

GPS機能により、ナビゲーション

ン機能と併せて出動から現場到着までの時間短縮に繋がり、更なる救命率の向上、被害軽減に繋がります。

・消防救急デジタル無線システム

消防救急デジタル無線を整備し、消防・救急活動及び大規模・広域的な災害に対応できる無線通信システムの運用を図ります。

**■問い合わせ先**

吾妻広域消防本部 総務課

（☎68・0213）

**住宅新築改修等補助金交付制度  
 をご活用ください**

町では、町民の皆さんが自宅の新築・増築・改修工事などを行う場合工事費用に対する補助制度を設けています。新築や改修などをお考えの方はぜひご利用ください。また、工事を始める前に、役場地域政策課で申請手続きをお願いします。

**■問い合わせ先** 役場地域政策課 商工観光係  
 （内線）242 担当 小池和良・小林和樹

**65歳になった方へ**

（昭和25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 介護保険係  
 （内線）122 担当 小池未来人

## 東吾妻町国民健康保険診療所だよ

### ★「11月の診療予定表」

日	月	火	水	木	金	土
1 休診	2	3 休診	4 午後 往診	5 午後 往診	6 午後 往診	7 休診
8 休診	9	10 休診	11	12 午後 内科 健診	13	14 休診
15 休診	16 午後 教育支援 委員会	17 休診	18	19 午後 個別 接種	20	21 休診
22 休診	23	24 休診	25	26	27	28 休診
29 休診	30	12/1 休診	2	3 午後 後診	4 午後 後診	5 休診

\*診療所では予約診療を行っています。定期受診の方は予約での診療をお願いします。

乾燥は大敵です。

寒さが日に日に増してきて、もう少しで本格的な冬の到来ですね。体調を崩しやすい季節ですので、健康で春を迎えることができるよう、健康管理に気をつけていきましょう。これから寒くなるにつれて空気がますます乾燥してきます。特に群馬県の冬は強い風などもあり、乾燥しやすいですね。今回は健康の大敵となる乾燥について少しお話しします。私たちの身体は約60〜70%が水分できています。その

水分が不足しますと、さまざま不具合が生じてきます。まず、のどの粘膜が乾燥するとウイルスを排除する機能が低下しますので、インフルエンザを含めた感染症を起こしやすくなります。また、便秘を起こしやすいという報告もあります。水分量が低下すると、血行動態が悪くなり、気温の低下に伴う急激な血圧上昇と併せて、脳梗塞の発症の危険性も上昇します。対策としては、第一にやはりうがいや頻回に行うこ

とと、こまめな水分摂取が大切です。夜の寝ている間も知らない間に水分は逃げていきますので、就寝前にペットボトルなどを枕元に置いておき、目が覚めたときには水分を摂取する方法もよいでしょう。加湿器も一般的に普及してきており、非常に効果的です。湿らせたタオルなどを室内にかけておき、こまめに取り替えることもよい対策方法でしょう。観葉植物も蒸散によって湿度を上昇させます。身近にある簡単な方法でも乾燥は防ぐことができますので、寒さが厳しくなる前に、生活環境をもう一度見直してみてください。

最後に、ストーブなどの暖房器具を使う機会が増え、火事の危険性も高くなります。暖房器具による乾燥に配慮するとともに、火の元にも十分気をつけてください。  
国保診療所 藤原健史

#### ■受付時間

・午前：8時30分〜11時45分

・午後：14時〜17時

#### ■診療時間

・午前：9時〜12時

・午後：14時〜17時

#### ■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
8日(日)	後藤医院 (中之条 ☎ 75-2230)	布施医院 (草津 ☎ 0279-88-2030)	原町赤十字病院 (原町 ☎ 68-2711)
15日(日)	小池医院 (岩下 ☎ 67-2030)	婦恋村診療所 (婦恋 ☎ 0279-97-2030)	吾妻さくら病院 (中之条 ☎ 75-3055)
22日(日)	吾妻脳外循環科 (原町 ☎ 68-5211)	草津こまくさ病院 (草津 ☎ 0279-88-4321)	原町赤十字病院 (原町 ☎ 68-2711)
23日(月)	くりはら医院 (原町 ☎ 68-0355)	長野原診療所 (長野原 ☎ 0279-85-2259)	西吾妻福祉病院 (長野原 ☎ 0279-83-7111)
29日(日)	田島病院 (中之条 ☎ 75-3350)	桜井クリニック (婦恋 ☎ 0279-97-3800)	吾妻さくら病院 (中之条 ☎ 75-3055)

※診療時間は9時から17時まで（休日夜間は17時以降）です。できるだけ時間内に受診してください。

# 知っておきたい歯の話

## 6. 入れ歯のお手入れについて

**町内の歯科医の先生から「歯と口」についてお話をさせていただきます。今月は「入れ歯のお手入れについて」です。**

### ■はじめに

ミュージカルや映画でも有名な「レ・ミゼラブル」には、不幸な女性ファンテーヌが、娘コゼットを救うためと騙され、美しい髪の毛と歯を売る場面があります。この時代、入れ歯は人間の歯で作られており、使っていくうちに腐敗し、ひどい悪臭を生じたそうです。現在の入れ歯は、レジンという硬いプラスチックから出来ており、腐敗する事はありません。しかし、入れ歯にもプラーク（歯垢）が付着します。正しくお手入れをしないと、口臭だけでなく、むし歯や歯周病、カンジダ症など、



さまざまな歯と口の病気の原因になる事が知られています。最近では要介護高齢者の肺炎との関連も指摘されています。今回は入れ歯のお手入れについて、お話します。

### ■入れ歯の清掃はどうするのですか？

入れ歯の汚れは、水ですすぐだけでは落ちません。必ず食後と寝る前に入れ歯を外し、歯ブラシまたは入れ歯用ブラシで清掃してください。入れ歯を落して割る事があります。洗面器などに水を張った上で清掃してください。歯磨き粉は使用しないでください。更に入れ歯洗浄剤を用いると、カンジダ症などの予防に効果的です。

### ■夜間の取り扱いはどうするのですか？

歯ぐきの粘膜を休め、残った自分の歯をむし歯や歯周病から予防するためには、入れ歯を外して寝た方が良くとされています。ただし、歯ぐきりや食いしぼりが強い人では、残っている歯を守るため、入れ歯を入れて寝た方が良くもあります。意見の分かれるところですので、かかりつけの歯医者さんでご相談ください。

### ■入れ歯安定剤は使ってよいのですか？

非常にあごの骨の薄い方や、唾液の量が少ない方など、入れ歯が安定しにくい方は、入れ歯安定剤を用いても構いません。但し、入れ歯安定剤の不適切な使用は、粘膜を傷つけ、入れ歯の適合を悪くする可能性もあります。安定剤の使用は、歯科医の指導の下、できるだけ短期間に留めるべきでしょう。

### ■入れ歯を新しくした後、調整は必要ですか？

調整が必要です。約2〜4割の方が、入れ歯を新しくした後3回以上の調整が必要であったと報告されています。調整と慣れるまでの時間が必要です。「話しにくい」「食べにくい」といったお悩みは、入れ歯によって、口の中の形態が変化するために生じます。押される感じが強い時は、時々外して慣らしましょう。痛みがある時は、入れ歯を一旦外し、次に歯科医院を受診する日は、診察のために朝から装着しておきましょう。部分入れ歯では、長く外しておくと、残っている歯が動き、入れ歯が装着できなくなる事もあります。

### ■入れ歯の定期検診は必要ですか？

必要です。入れ歯を入れていく場合は、歯と口のお手入れが難しく、顎の骨も徐々に減ってきます。噛み合わせも年と共に変化します。これらの変化は無症状で進行する事が多く、自覚症状が生じたときは大きな問題に発展している事も少なくありません。人工物である入れ歯を快適に使うためには、定期的なメンテナンスが必要です。自分の歯と同じように愛情を込め、大切にお手入れしてください。

### ■参考文献 有床義歯補綴診療のガイドライン（2009年改定版）

### ■問い合わせ先

東吾妻町保健センター  
（☎68・5021）

担当 藤岡由美



## 11月の母子保健事業日程表

①町内全地区 ●会場・問い合わせ先／保健センター（☎ 68-5021 担当 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)
9 日(月)	乳幼児健康相談	10:00 ~ 11:00	乳幼児の希望者（事前に申し込んでください）
11 日(水)	歯っぴい歯科健診 (フッ素塗布)	13:30 ~ 13:45	平成 25 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を持参のこと
12 日(木)	歯っぴい歯科健診 (フッ素塗布)	13:30 ~ 13:45	平成 23 年 4 月・5 月・10 月・11 月、 平成 24 年 4 月・5 月生まれ フッ素塗布希望者は歯ブラシを持参のこと
13 日(金)	両親学級③	13:00 ~ 13:10	初妊婦（経産婦については希望者）と配偶者
17 日(火)	1 歳 6 カ月児健康診査 (フッ素塗布)	13:30 ~ 13:45	平成 26 年 3 月・4 月生まれ フッ素塗布希望者は歯ブラシを持参のこと
※ 17 日(火)	ラッコクラブ	10:00 ~ 10:15	4 カ月児から 1 歳児までの希望者
18 日(水)	歯っぴい歯科健診 (フッ素塗布)	13:30 ~ 13:45	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を持参のこと
30 日(月)	4 カ月児健康診査	13:30 ~ 13:45	平成 27 年 7 月生まれ
	7 カ月児健康診査	13:30 ~ 13:45	平成 27 年 4 月生まれ (B.C.G 接種を行います)
	1 歳児健康診査	13:45 ~ 14:00	平成 26 年 10 月生まれ

②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 担当 藤岡由美）

※参加を希望される方は保健センターへお申し込みください。

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
16 日(月)	ピヨピヨクラブ	9:30 ~ 10:00	幼稚園入園前までの子どもと保護者

## 11月の予防接種日程表

①太田・原町・岩島・坂上地区 ●会場・問い合わせ先／保健センター（☎ 68-5021 担当 野山しのぶ）

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
10 日(火)	四種混合予防接種	13:45 ~ 14:15	【初回】平成 27 年 5 月～7 月生まれ 生後 90 月までで 3 回接種が済んでいない人 【追加】平成 26 年 3 月生まれ

②東地区 ●会場／国保診療所 ●問い合わせ先／保健センター（☎ 68-5021 担当 野山しのぶ）

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
19 日(木)	第 8 回乳幼児個別接種	14:00 ~ 14:30	「予防接種のお知らせ」を参照してください 11 月 12 日(木)までに申し込んでください

## 第 18 回吾妻郡がん市民セミナー「がんとともに生きる～今そして、これからの私～」

吾妻郡がん市民セミナーが次のとおり開催されます。ぜひご参加ください。

■日時 平成 27 年 11 月 21 日(土) 14 時～16 時

■会場 中之条町役場 2 F 大会議室

■入場料 無料

■内容 ▶第 1 部 講演会

『LET IT BE ～なすがままに生きる私～』

原町赤十字病院事務部長 奥木昭行 先生

▶第 2 部 ①イントロダクション

②パネルディスカッション

「乳がん体験者こんなとき？」

■問い合わせ先

原町赤十字病院 がん相談支援センター

(☎ 68-0550)

案内

11月は児童虐待防止推進月間です

平成27年度児童虐待防止推進月間最優秀標語  
『もしかして』あなたが救う小さな手』

児童虐待は社会全体で解決すべき問題で、早期発見・早期対応が大変重要です。

■児童虐待とは・・・

【身体的虐待】

…殴る、ける、やけどを負わせるほか

【心理的虐待】

…大声で脅す、無視する、子どもへの前での夫婦間の暴力 ほか

【性的虐待】

…わいせつな行為をする・させるほか

【ネグレクト（育児放棄）】

…食事を与えない、ひどく不潔にする ほか

※虐待が疑われる場合などは、児童相談所や町窓口に連絡してください。通告者の秘密は守られます。

■連絡・通告・相談先

東吾妻町役場 保健福祉課

☎68・2111 内線124

中央児童相談所北部支所

☎20・1010

こどもホットライン24

☎0120・783・884

児童相談所全国共通ダイヤル

189 いちはやく

■問い合わせ先

役場保健福祉課 福祉係

☎内線124 担当腰塚丈弘

案内

スポーツ広場に遊具が増えました

東吾妻町スポーツ広場に新しく複合遊具（下写真）を設置しました。お子さまを連れてぜひ遊びにでかけてください。また、スポーツ広場を団体などで利用する際には役場教育課へ申請書を提出していただいておりますが、個人で健康管理の為にオーキングやランニングを行う際には申請書は必要ありません。中学校の統廃合により、今年度から旧太田中学校、旧岩島中学校、旧坂上中学校についてもスポーツ広場として皆さまにご利用いただいているところですが、こちらについても同じ扱い

となります。町の施設を積極的に利用していただきまして、体力増進、健康管理に努めていただければ幸いです。



■問い合わせ先

町教育委員会教育課

☎59・3370 担当飯塚卓也

里見聡一郎



「第67回人権週間」について

12月4日から10日まで一週間を「第67回人権週間」と定め、全国的に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連合会では、各市町村において、特設人権相談所を開設します。特設人権相談所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で人権相談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

- ・日時 平成27年12月8日(火) 10時～15時
- ・場所 中央公民館

■電話相談番号 ☎0570-003-110

■インターネット相談アドレス

<http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.html>

■問い合わせ先

前橋地方法務局人権擁護課（☎027-221-4466）

## 案内

### 平成27年度冬の農業用廃材の回収について

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・農ポ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。

【農ポリ、PO・PE、マルチ、肥料袋など（リサイクル処理）】

▼回収日時

平成27年12月2日(水)～3日(木)

9時～15時

▼農家負担

1kg当たり約20円

【農業用塩化ビニール（農ビ）（リサイクル処理）】

▼回収日時

平成27年12月4日(金)

9時～15時

▼農家負担

1kg当たり約25円

【不要農薬・農薬空容器など】

▼回収日時

平成27年11月30日(月)・12月1日(火)

9時～15時

▼農家負担

1kg当たり約250円

※特殊な物（PCP、ドロクロクなどは別途料金

【ドロクロク空缶・パイプ廃材・不要農機具（金属のみ）】

▼回収日時

平成27年12月2日(水)～4日(金)

9時～15時

▼農家負担

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

【回収場所】

J Aあがつま 東部営農経済センター

【問い合わせ先】

J Aあがつま 東部営農経済センター（☎68・2148）

役場農林課 農林振興係（内線525 担当丸橋有悟）



## 案内

### 決算説明会のご案内

中之条税務署では収支内訳書や青色申告決算書の作成方法や作成に当たっての注意点などについて、次のとおり説明会を開催します。

また、消費税の決算の仕方や申告書の書き方などについても説明します。

【問い合わせ先】

中之条税務署 個人課税部門（☎75・9066）

## 案内

### 警察が行う犯罪被害者支援

警察では、犯罪の被害者やその家族が一日でも早く元の生活に戻れるよう支援を行っています。

【情報提供】

刑事手続きの概要や捜査、裁判の過程で利用できる制度、各種機関の相談窓口などについて情報を提供します。

【精神的負担の軽減】

安心して被害の届け出や相談などができるよう犯罪被害者相談電話を設置するほか、カウンセリング体制を整備しています。

【安全の確保】

同一の犯人から、再度危害を受

## ■日程

開催日時	対象者	開催会場
12月8日(火) 10:00～11:30	営業所得を有する 白色申告の方	中之条町 ツインラザ 視聴覚室 (2階)
12月8日(火) 13:30～15:00	農業所得または 不動産所得を有する 白色申告の方	
12月9日(水) 10:00～11:30	営業所得を有する 青色申告の方	
12月9日(水) 13:30～15:00	農業所得または 不動産所得を有する 青色申告の方	

けないように、防犯指導や立ち寄り警戒を行うほか、さまざまな機材などを活用して安全対策を講じます。

【経済的負担の軽減】

特定の犯罪により傷害などを負った場合には、医療費などの一部について警察が支出するなどの被害者などの経済的な負担を軽減する制度があります。

その他、詳しくは県警ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】

吾妻警察署 警務課（☎68・0110 内線211）

**案内**  
**吾妻渓谷内道路をシャトルバスが試験運行しています**

町では、観光客の皆さまに吾妻渓谷の魅力ある自然をより一層堪能していただくため、ハツ場ダム建設に伴って通行止めとなった吾妻渓谷内道路において、一般車両などを規制し、期間限定でシャトルバスの試験運行を行っています。

■ **運行期間**

平成27年10月1日(木)  
 ～11月30日(月)まで



※期間中は全日運行しています。

■ **運行経路**

道の駅あがつま峡⇄十二沢パーキング⇄臨時駐車場⇄渓谷パーク⇄鹿飛橋⇄旧熊の茶屋

■ **運賃**

無料 (歩行が困難な方や小さなお子さま連れの方が優先)

■ **乗車人数**

9人まで (定員に達した場合、乗車できないことがあります。)

■ **運行時間** 9時～16時

(※1日8便 定時運行)

■ **問い合わせ先**

役場地域政策課  
 (内線) 243 担当 佐藤秀行

**あづま温泉桔梗館だより**

秋風も冬の肌寒い風にかわり、温泉でゆっくりと温まりたいものです。

★11月28日(土)は「ノルディックウオーキング教室」です

運動することからだ全体に血液がめぐり、冷たい秋風もへっちゃらになります。  
 疲れた筋肉は温泉で癒やしましょう!

★曜日ごとに各種イベントを用意しています

今月は「金曜日が夜割300円」になります。若い方も天然温泉で疲れを癒やしてください。

■ **問い合わせ先**

あづま温泉桔梗館  
 (☎) 59・3533



毎週水曜日はメンズデー、毎週木曜日はレディースデーでお得です。土日・祝日は「食堂イベント」開催中です。  
 スタッパー同笑顔で皆さまをお待ちしています。

**第19回**

**「群馬銀行環境財団賞」募集**

自然環境・生活環境の保全活動および調査研究などを支援するため、第19回群馬銀行環境財団賞を次のとおり募集し、優れた実践活動を行っている団体・個人のかたがたを表彰し、助成金を贈呈します。

■ **テーマ**

- ①身近な自然環境や生態系などの保全と活用に向けた実践活動、研究、提案など
- ②低炭素・循環型社会づくりに向けた身近な実践活動、提案など

■ **応募資格**

群馬県内の営利を目的とする事業を行わない法人・団体、個人。前回の受賞から5年を経過した既受賞者も応募可とします。なお、小・中学校、高等学校などについては、応募対象外とさせていただきます。

■ **応募方法**

応募用紙に記入の上、事業報告、収支報告書、写真会報誌などの資料を添えて申し込みください。

■ **応募期限** 平成27年12月4日(金)

■ **問い合わせ先**

(公財) 群馬銀行環境財団  
 (☎ 027-255-6160)



## 「通知カード」が届いたら。マイナンバー制度③

11月末までに届けられる予定の「通知カード」は、『個人番号カード』の交付申請書が一体となっています。申請をすることにより、『個人番号カード』の交付を受けることができます。

- ▶『個人番号カード』は、それ1枚で公的な身分証明書になります。
- ▶「通知カード」での手続きでは、本人確認ができる運転免許証等が別途必要ですが、『個人番号カード』では、それ一枚で手続きができます。
- ▶初回の交付手数料は無料です。▶有効期限は、20歳以上の方は10年、20歳未満の方は5年となります。

### ●個人番号カードの詳細●

「個人番号カード」の交付申請の手続きは、通知カードに同封されるパンフレットに詳細が記載されています。そちらをご覧ください。



#### ■表面

- ①氏名・住所・生年月日・性別が記載されます。
- ②顔写真が入ります。
- ③本人の同意があればコピーをとることができます。

#### ■両面に共通する仕様

特殊なインキや、微細な文字により偽変造が困難になっています。

コピーしたものには、隠れ文字が浮き上がります。

#### ■裏面

- ①マイナンバー（個人番号）が記載されます。
- ②コピーすることは禁止されています。  
(決められた事務において必要がある場合のみコピーが認められています)

### ※※「通知カード」が届かない場合※※

- 通知カードは、世帯単位での簡易書留（転送不要）で郵送されます。受取人不在など、何らかの理由で通知カードを受け取ることができなかった場合は、カードが役場に返戻されて、一定期間保管（3カ月程度）します。
- 役場で保管している通知カードは、受け取っていない世帯主または同一世帯の人に来庁していただき、町民課窓口で本人確認のうえ、お渡しします。
- 本人確認の書類として、運転免許証や旅券などの場合は1点、健康保険証と年金手帳などの組み合わせによる場合は2点をご用意ください。
- 通知カードの配送状況は、個人番号カードコールセンターにお問い合わせください。

#### 【個人番号カードコールセンター】

電話番号 0570-783-578（全国共通ナビダイヤル）  
 受付時間 8時30分～22時（平日、年末年始を除く）  
 9時30分～17時30分（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

- 制度の概要を記した政府広報と小冊子を、町民課、支所及び各公民館に用意しています。ご希望の方は窓口にて申し出てください。

（政府広報については部数に限りがあります。）



【ご注意】通知カードおよび個人番号カードの紛失や破損の場合、再発行には手数料がかかります。大切に扱いましょう。※再発行手数料 ▶通知カード 500円 ▶個人番号カード 800円



## マイナンバー制度に便乗した不正な勧誘 や個人情報の取得にご注意ください

マイナンバー制度④

- マイナンバーの関連であることをかたった電子メールが送られてきた場合、自分の勤務先など送付者が明らかかなものを除き、安易に開封しないよう、注意してください。
- 「なりすまし」の郵送物にご注意ください！
  - ・マイナンバーは、「**通知カード 個人番号カード交付申請書 在中**」、「**転送不要**」と赤字で書かれた封筒に入れて、簡易書留で各世帯に郵送されます。普通郵便でポストに入っていることはありません。また、配達員が代金を請求したり、口座番号などの情報を聞いたりすることはありません。
  - ・個人番号カードの交付申請の返信用封筒には、顔写真や個人情報を含んだ申請書を入れて、返信いただくことにしています。返信用封筒の宛先が「地方公共団体情報システム機構」であるか、ご確認ください。個人番号カードの交付申請書に口座番号などを記載することはありません。
- 「あなたの名前やマイナンバーを貸してほしい」といった依頼は詐欺の手口です。こうした手口で、人を欺くなどして、他人のマイナンバーを取得することは法律により罰せられます。なお、不正な提供依頼を受けて自分のマイナンバーを他人に教えてしまっても、刑事責任を問われることはありません。

上記のほか、10月20日毎戸配布のチラシも併せてご覧ください。

### ※住民基本台帳カード（住基カード）は発行終了になります。

#### ■マイナンバー制度の開始に伴い、住民基本台帳カードの交付及び電子証明書の発行が終了となります。

現在お持ちの住基カードの有効期限はカード表面に記載されています。また、住基カード向け電子証明書の有効期限は、証明書発行時にお渡しした電子証明書の写しに記載されています。それぞれ有効期限日まで引き続き使用できます。

▶住基カードの申請締切、交付の終了

締切…平成27年11月30日(月)16時30分まで      交付…平成27年12月28日(月)15時30分まで

▶住基カード向け電子証明書の発行、更新の終了      平成27年12月22日(火) 15時30分まで

■問い合わせ先 コールセンター ☎ 0570-20-0178 9時～17時30分

制度に関して…役場総務課（内線 238 担当片貝修）

通知カード・住基カードに関して…役場町民課（内線 117 担当水出悟・角谷俊一）

## 平成27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
小規模農村整備事業 三島西部地区 農作業道整備工事	三島	(有)吉田建設	7,800,000円	農林課
小規模農村整備事業 川戸内出地区 排水路整備工事	川戸	(有)清水工務店	1,900,000円	農林課
町道路線番号標識設置工事	新巻	(有)一場工務店	3,070,000円	建設課
合併処理浄化槽設置工事(27-12工事)	新巻	塚田建設(株)	1,720,000円	上下水道課
合併処理浄化槽設置工事(27-13工事)	岩井ほか	(株)たくみ	2,320,000円	上下水道課
合併処理浄化槽設置工事(27-14工事)	郷原ほか	(有)小泉設備	1,780,000円	上下水道課
岩櫃城跡発掘調査整理作業調査員委託業務	松谷	技研コンサル(株)	1,920,000円	教育課
平成27年度町内遺跡詳細分布調査事業調査員委託業務	原町・川戸・金井	(株)歴史の社	1,600,000円	教育課

■問い合わせ先 各担当課まで

## 町スポーツ協会事業 参加者募集

町スポーツ協会ではさまざまなスポーツ事業を予定しており、参加者を募集しています。

### 【第10回町民駅伝競走大会】

▼期日 平成27年11月29日(日)

▼時間

開会式：8時30分

スタート：9時30分

※小雨決行

▼コース

道の駅『あがつま峡』周辺コー

ス全6区間(全長17・1km)

※昨年度との変更点として、1区

(20km)と6区(5.1km)、コース

が変更になり他区間も走順を変

更しています。

▼種目

・地区対抗の部：町内の大字や行

政区などで編成したチーム

・一般の部：企業、学校、サークル、

愛好会など

▼参加費 1チーム2千円

▼申込期限 平成27年11月16日(月)

▼その他 参加チームを対象とした

合同会議を11月18日(水)19時から

役場大会議室で開催します。

■申し込み・問い合わせ先

町スポーツ協会事務局

( ☎ 59・3370 )

## スポーツ結果

敬称略

### SWS (スカイランナーワールドシリーズ) 第4戦「ランタオツーピークス」

当町出身のプロスカイランナー長谷川香奈子さんの出場した大会の結果を紹介します。

■開催日

平成27年10月4日(日)

■場所 香港 ランタオ島

■結果

23km コース

女子の部…11位

(3時間36分9秒)

2015 日本ランキング…1位

2015 世界ランキング…16位



### 第13回町民グラウンドゴルフ大会

■開催日 平成27年10月3日(土)

■会場 東総合運動場

■結果

男子の部	女子の部
優勝……綿貫輝以	優勝……山崎福子
準優勝…石坂 進	準優勝…加部秀子
3位……小池廣行	3位……湯本昭子



### 第17回町民弓道大会

■開催日 平成27年8月23日(日)

■会場 東吾妻町弓道場

■結果

優勝……五嶋彩乃	3位…小池千友
準優勝…三上楓香	



### 第53回吾妻署長杯ソフトテニス大会

■開催日 平成27年10月12日(日)

■会場 中之条中学校テニスコート

■結果

・中学生女子の部

3位…小野慧美・田中美咲 (東吾妻中学校)
3位…富澤愛美・田村香奈 (東吾妻中学校)



## 投稿 俳句

～麻の実俳句会～

軒低く木曾路の朝の冷へにけり

洞子

うどん打つ膝より冷えの突き上ぐる

三重子

さわやかに妻優勝の美酒に酔ふ

君義

秋冷や笥の水の音止めぬ

富江

汲み置きの水冷やかに鎌を研ぐ

芳子

秋冷や山並み黒し裏榛名

敏子

顔洗ふ水冷やかに朝の庭

けさ

菓子入れの空になりたる炬燵かな

素女

## 投稿 短歌

～短歌会～

無用となる兄の使ひしコルセット

標本のごと鴨居に吊せる

荻原 富江

陽射しさせ暮坂峠にあゆみきて

牧水の碑をくりかへし読む

小池みづほ

家族つどふ居間の照明替へたれば

「ノーベル賞」の光広ぐる

小林阿弥子

よろこびはスキップ踏みて訪ひ来たり

ポニーテールを優しく揺らし

菅谷千恵子

古希迎ふる同窓会の賑はひに

孫の自慢を聞くさびしくも

東曙 美

長雨のやみて日差しの強き昼  
畑のトマトも首うなだるる

明日香

この夜も首を枕にあつげつつ  
未路未定の眠りに入りぬ

青木 ソメ

和に洋に色鮮やく溶け込みて  
ステンドグラスの花は引き立つ

藤原 公子

## 投稿 短歌

～あづま野いちご短歌会～

長雨に彼岸まぢかの墓掃除

木洩れ日ゆるる静かなる午後

雨降りてまた雨降りて暮るる日の

心は寒く秋に向かひぬ

雨続き秋の野菜は根腐れと

虫の害にて収穫危ぶむ

人生は足し算とのみ思ひしに

引き算とくに掛け算となる

並びたるバスより降りる人の波

話す言葉はみな中国語

忘れたら元に戻れと言ふなれど

戻りてもなほ思ひだせざり

荒天に打ちのめされし露地野菜

猛暑に長雨ただ恨めしく

病む父に請はれて擦する背はやせて

言葉詰まりて手のみ動かす

田村マリ子

田中よね子

高橋 春江

角田 勲

角田 勲

橋爪 治子

福島トミ子

石田千嘉子

猪野 房江

雨上がり夏の暑さはどこへやら  
身に受く風は初秋の気配

大塚 綾子

稲架つくる夫せかすごと稲掛の  
手数あまたの一日終はる

大前つる枝

初打席に立ちたる男孫の初ヒット  
高校球児の勇姿を見つむ

斉藤由喜子

丈高く茎伸ばしたる紫苑には  
今年も青き花数多咲く

塩谷 好子

丸丸と実りし西瓜を飾り置き  
気づけば割れて血の海のごとく

関口 こう

## 投稿 短歌

～あがつま水仙の郷を育てる会 球根の植え替え作業～

あがつま水仙の郷を育てる会では  
9月5日・27日の両日、球根の植え  
替え作業を行いました。

吾妻川沿いに広がる水仙畑、毎年  
4月上旬には吾妻川河畔の桜並木の  
開花と重なり見事なコラボレーショ  
ンを演出してくれます。

地域にある素材を町の観光に結び  
つけようと、平成22年に町の観光協  
会から水仙の管理を受託し年間を通  
じた作業に取り組んでいます。中で  
も今回の植え替え作業は重要な作業  
工程となっています。球根は毎年分  
球が進み密集状態となるため、きれ  
いで均一な花を付けさせるためには、  
順次植え替えが必要で、毎年一定の  
範囲を掘り取り、選別、植え付け作

プレミアム商品券の  
使用期限は12月31  
日までです。ご利用  
はお早めに!!



会長 須田幸三



業を行っています。  
分球することで多くの球根が発生  
するため、これまでに岩井親水公園  
に植えていただき水仙が咲くエリア  
も広がってきました。また南相馬市  
には震災復興を願う気持ちから毎年  
200kgを寄贈、学校や公園などに  
植えていただいています。

# おすすめ健康料理レシピ 116

## 東吾妻町新名物料理コンテスト一般部門特別賞作品

### 『トマンちゃん』

1個分の栄養価 エネルギー 154kcal たんぱく質 5.6g 脂質 2.5g カルシウム 3mg 食塩 0.6g




まるでトマトみたいな  
かわいらしい肉饅頭です

#### —材料（8個分）—

- |   |                |               |
|---|----------------|---------------|
| A | 薄力粉……………150g   | やまと豚ひき肉……100g |
|   | 強力粉……………50g    | 糸こんにゃく……100g  |
|   | ドライースト……5g     | なす……………100g   |
|   | きび砂糖…………大さじ2   | 唐辛子味噌……大さじ1   |
|   | トマトピューレ……      | 味噌……………大さじ1   |
|   | ……………100～120ml | きび砂糖…………大さじ2  |
|   | 桑の実の粉末……少々     | 大葉……………30g    |
|   | ピーマン……………1/2個  |               |

#### ●作り方

- ①糸こんにゃくはさっとゆで、3cmの長さに切ります。なすは3cmの長さに細切りにします。
- ②テフロン加工のフライパンを熱し、ひき肉から炒め、唐辛子味噌・きび砂糖で調味します。最後に千切りの大葉を加えます。トマトはフードプロセッサーでピューレにします。
- ③Aの粉類・砂糖を混ぜ。少し取り分けておきます。残りの粉にトマトピューレを少しずつ加えて耳たぶくらいの固さにこねます。取り分けした粉に桑の粉を入れ、水少々でこね、緑色の生地をつくります。
- ④皮を8等分し、8等分にした中身を包み、緑色の生地を上のにのせ、15～20分蒸し器で蒸します。
- ⑤ピーマンは千切りにしてレンジで加熱し、ハタに見立てて飾り完成です。

 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くくみず～群馬の食育～

サークル・クラブの紹介をしませんか？町民が活動を行っている団体を紹介します。皆さんの活動の輪を広げていただくため、その様子を紹介する文章と写真を団体の皆さんから募集します！掲載内容の例は【①団体名、②活動日時、③活動場所、④活動内容（メッセージ）⑤連絡先、⑥写真】等です。申し込みを希望される団体などは役場企画課広報統計係（内線223）までご連絡ください。※営利や宗教・政治・選挙を目的とするような誤解を生じるおそれのあるものなどは掲載できません。

### まちの人口

～平成27年10月1日現在～

- 男 7,230人  
前月比 (－8人)
- 女 7,698人  
前月比 (－15人)
- 人口 14,928人  
前月比 (－23人)
- 世帯数 5,691世帯  
前月比 (－12世帯)

### 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）				○				●				○

この広報紙は再生紙を使用しています。