



住民が誇りを持って暮らすまち

広報

ひがしあがつま



4年ぶりの
開催!

CONTENTS

- ★ 東吾妻むかし道 MTB ライド 2022
- ★ 消防ポンプ性能検査・消防功労者表彰
- ★ 町の財政状況をお知らせします
- ◆ 東吾妻町の歴史・文化探訪
- ◆ お知らせコーナー
- ◆ みんなの広場

東吾妻むかし道
MTB ライド 2022

Dec.2022

12

No.201

10月30日に坂上出張所を発着点とする「東吾妻むかし道 MTB ライド 2022」が開催されました。県内外の自転車愛好家 122 人が集まり、秋の深まる里山の道を走り抜けました。

東吾妻むかし道 MTB ライド 2022



1

10月30日(日)に4年ぶりとなる「東吾妻むかし道MTBライド2022」を坂上地区(温川沿いの国道406号周辺)で開催しました。

『むかし道』とは、自動車などが無い時代に、使っていた道のことです。

コースは約38km、累計標高差約1460mの上りは主に舗装やダートのダブルトラック、下りは未舗装のシングルトラック。

参加者は当日配布された地図を頼りに、2つのチェックポイントを回りました。

ゴール後には、町食改推からリンゴパンが振る舞われたほか、町特産品などが当たる抽選会を実施しました。



4



3



2



写真の説明

1. スタート地点
2. CSF予防のため消毒
3. 地元住民から熱い声援
- 4・5. コース内一番の急坂
6. 岩櫃山を望めるロケーション
7. 木々をかわしながら疾走

8. 参加者の声
 渋川市在住
 清水怜緒さん (20歳)

はじめてマウンテンバイクのイベントに参加させてもらいました。上りはかなりキツかったけれど、下りの爽快感は最高でした！



消防ポンプ性能検査

機械器具点検、姿勢服装点検

東 吾妻町消防団（団長・渡邊義孝）では、例年消防活動に際し、有効・適切な措置をとることを目的として秋季点検を実施してきました。本年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から秋季点検（式典）を中止し、代替事業として機械器具点検等を10月2日（日）に東支所駐車場で実施しました。



▼姿勢服装点検（分団）

▲姿勢服装点検（ラッパ隊）



▲小型ポンプ点検

▼消防車両放水点検



▼消防車両備品点検



▲緊急出動時備品点検



～東吾妻町消防団では、消防団員を募集しています～

消防団は、消防組織法に基づき設置された消防機関で、火災や水害などの災害発生時に消火活動などを行っています。また、平常時には放水訓練や防火啓発活動を行っています。消防団は満18歳以上の健康な方であれば、どなたでも入団することができます。多くの方の入団をお待ちしています。



消防功勞者表彰

令和4年度の消防表彰・感謝状贈呈については以下のとおりです。
(敬称略)

群馬県消防協会長表彰

◆精勤章5年

【第1分団】：阿部 隆、須田泰友
【第2分団】：荒木祐太郎、田中恵太、高橋雄大、塚田浩生、塩谷貴伸

【第3分団】：浦野 剛、日野 駿
【第4分団】：高橋 純、富澤裕敏、宮崎慶治

【第5分団】：堀澤龍之介
【第6分団】：橋爪 誠、山口俊輔

◆精勤章10年

【第1分団】：小林真之
【第2分団】：堀田剛史、富澤一也、野崎勝博

【第3分団】：中井 匡、片貝 貴
【第4分団】：小山真太郎、大塚 真、小池宏明、大塚慎也

【第5分団】：唐澤 学、唐澤駿介
【第6分団】：飯塚祐介

◆精勤章15年

【第1分団】：田村 翔、小林一成、朝比奈聖

【第2分団】：竹淵剛士、茂木孝和
【第4分団】：高橋優太、加辺貴良、小池明彦、加部光彦

【第5分団】：堀込伸洋
【第6分団】：青木克也、平形直樹、石田幸人

◆精勤章20年

【本 団】：割田浩喜

■問い合わせ先
総務課 安全対策係
担当 荒木貴充

【第2分団】：小林 守
【第3分団】：田中大輔
【第4分団】：都所義幸、湯浅正彦、黒岩誠治、吉野恵一

【第5分団】：福原精一、小暮 修
【第6分団】：橋爪 治

◆精勤章25年

【第3分団】：畠中一也
【第4分団】：篠原修一

【第5分団】：川原田渡
【第5分団】：佐々木徹

◆精勤章30年

【第1分団】：小林真之
【第2分団】：堀田剛史、富澤一也、野崎勝博

【第3分団】：中井 匡、片貝 貴
【第4分団】：小山真太郎、大塚 真、小池宏明、大塚慎也

【第5分団】：唐澤 学、唐澤駿介
【第6分団】：飯塚祐介

◆永年勤続功勞章

【第3分団】：富澤直樹
【第4分団】：黒岩誠治

◆功勞章

【本 団】：田中一則
【第1分団】：大前修一
【第2分団】：小山日出映

【第5分団】：矢島弘樹
【第6分団】：橋爪 卓

◆永年勤続退職団員表彰
久保弥寿志 (前団長)
中澤俊之 (元第1分団第1部班長)

小林 守 (前第2分団第2部長)
石坂大輔 (前第2分団ラッパ班長)
丸橋正則 (元第3分団第1部班長)

群馬県消防協会 吾妻支部長表彰

◆永年勤続者表彰10年

【第1分団】：小林真之
【第2分団】：堀田剛史、富澤一也、野崎勝博

【第3分団】：中井 匡、片貝 貴
【第4分団】：小山真太郎、大塚 真、小池宏明、大塚慎也

【第5分団】：唐澤 学、唐澤駿介
【第6分団】：飯塚祐介

◆永年勤続者表彰15年

【第1分団】：田村 翔、小林一成、朝比奈聖

【第2分団】：竹淵剛士、茂木孝和
【第4分団】：高橋優太、加辺貴良、小池明彦、加部光彦

【第5分団】：堀込伸洋
【第6分団】：青木克也、平形直樹、石田幸人

◆永年勤続者表彰20年

【本 団】：割田浩喜
【第2分団】：小林 守、田中大輔

【第3分団】：都所義幸、湯浅正彦、黒岩誠治、吉野恵一

【第5分団】：福原精一、小暮 修
【第6分団】：橋爪 治

◆永年勤続者表彰25年

【第3分団】：畠中一也
【第4分団】：篠原修一

【第5分団】：川原田渡
【第5分団】：佐々木徹

飯塚雅史 (前第3分団長)
富澤寿幸 (元第3分団第2部班長)
高橋英則 (元第4分団第3部機械班長)

◆成績優良者表彰

【第1分団】：西澤 智
【第4分団】：黒岩誠治、都所義幸、吉野恵一

◆無火災表彰・分団1年

第1分団、第2分団、第4分団、第5分団、第6分団

◆無火災表彰・分団5年

消防庁長官報償

◆退職消防団員報償

久保弥寿志 (前団長)
中澤俊之 (元第1分団第1部班長)
小林 守 (前第2分団第2部長)
石坂大輔 (前第2分団ラッパ班長)
丸橋正則 (元第3分団第1部班長)
飯塚雅史 (前第3分団長)
富澤寿幸 (元第3分団第2部班長)
高橋英則 (元第4分団第3部機械班長)
一場直紀 (元第5分団第1部団員)

東吾妻町長表彰

◆永年勤続退職団員感謝状10年以上

久保弥寿志 (前団長)
中澤俊之 (元第1分団第1部班長)
小林 守 (前第2分団第2部長)
石坂大輔 (前第2分団ラッパ班長)
丸橋正則 (元第3分団第1部班長)
飯塚雅史 (前第3分団長)
小林一徳 (元第3分団第2部団員)
富澤寿幸 (元第3分団第2部班長)
高橋英則 (元第4分団第3部機械班長)
一場直紀 (元第5分団第1部団員)
飯塚祐介 (元第6分団第1部団員)

お知らせします

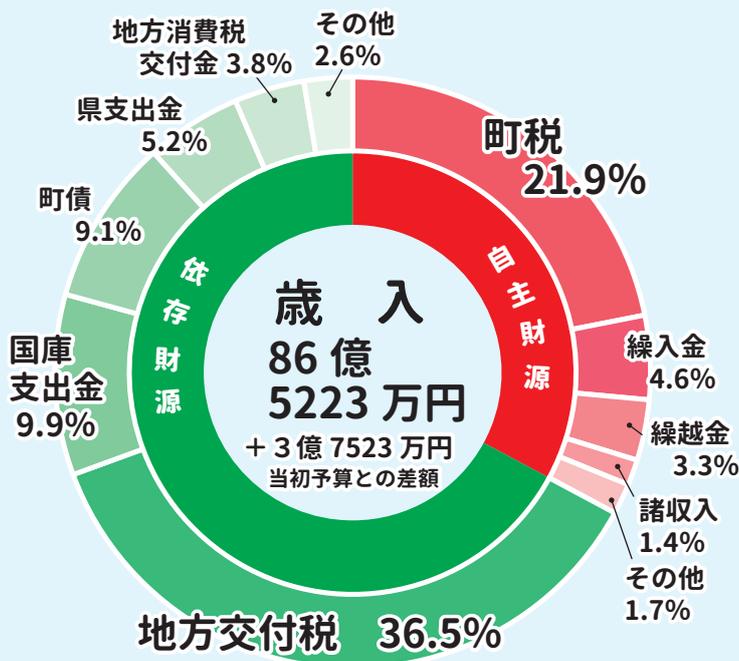
町の条例に基づき、町にどれだけのお金が入り、どれだけ使われたかを公表し、町政に対するご理解とご協力を得るために毎年行っています。

一般会計予算の状況

令和4年度の当初予算は、82億7700万円を見込み、編成していました。補正予算で3億7523万円を追加し、上半期（4月～9月）の予算総額は86億5223万円としています。

歳入の補正予算は新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金や非課税世帯臨時特別給付金給付事業費補助金といった国庫支出金や繰越金、地方交付税が主なものとなっています。

歳出の補正予算の主なものは、東吾妻町くらし応援商品券の支給事業や町内事業者への補助金交付事業、新型コロナウイルスワクチン接種業務など、新型コロナウイルス感染症対策に係る事業費の増額となっています。



▼補正予算の主なもの

【歳入】

- 新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金 1億6487万円
- 普通交付税 5864万円
- 非課税世帯臨時特別給付金給付補助金 3000万円
- 新型コロナウイルスワクチン接種対策費国庫負担金 1053万円

【歳出】

- 緊急経済対策商品券支給事業 1億3271万円
- 新型コロナウイルスワクチン接種事業 3336万円
- 非課税世帯臨時特別給付金給付事 3184万円
- 感染症及びSDGs推進補助金 2000万円

	歳入区分	当初予算額	累計補正額	現計予算額	9月末収入済額 (収納率)
自主財源	町税	18億9322万円	0万円	18億9322万円	11億524万円 (58.4%)
	繰入金	4億1857万円	-2173万円	3億9684万円	0万円 (0.0%)
	繰越金	2億1000万円	7737万円	2億8737万円	2億8737万円 (100.0%)
	諸収入	1億2084万円	36万円	1億2120万円	3701万円 (30.5%)
	その他	1億4567万円	10万円	1億4577万円	6113万円 (41.9%)
	小計	27億8830万円	5610万円	28億4440万円	14億9075万円 (52.4%)
依存財源	地方交付税	31億100万円	5864万円	31億5964万円	23億5692万円 (74.6%)
	国庫支出金	6億885万円	2億4562万円	8億5447万円	6202万円 (7.3%)
	町債	7億8030万円	610万円	7億8640万円	0円 (0.0%)
	県支出金	4億4128万円	877万円	4億5005万円	5062万円 (11.2%)
	地方消費税交付金	3億3000万円	0万円	3億3000万円	1億7704万円 (53.6%)
	その他	2億2727万円	0万円	2億2727万円	8011万円 (35.3%)
	小計	54億8870万円	3億1913万円	58億783万円	27億2671万円 (46.9%)
	合計	82億7700万円	3億7523万円	86億5223万円	42億1746万円 (48.7%)

町の財政状況を

特別会計予算の状況

収入済額・支出済額と執行率は以下のとおりです。

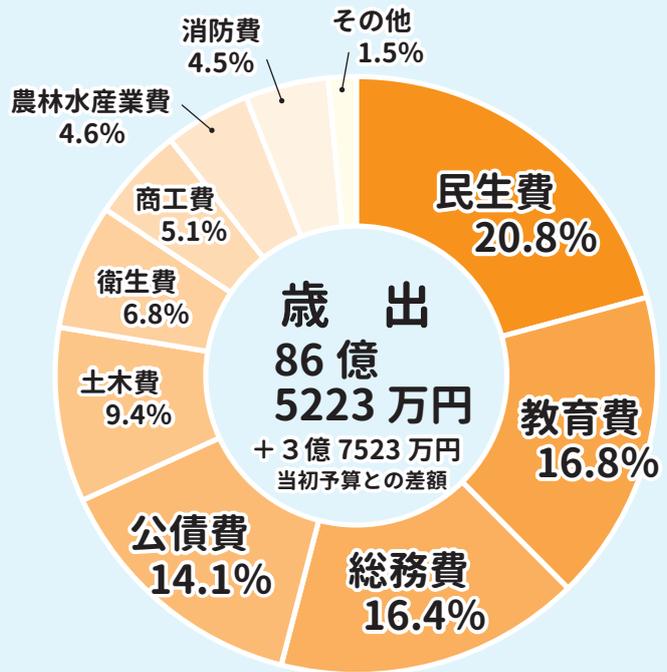
国民健康保険 特別会計（事業勘定）	歳入	6億2377万円	(38.8%)
	歳出	6億842万円	(37.8%)
国民健康保険 特別会計（施設勘定）	歳入	1984万円	(27.9%)
	歳出	2902万円	(40.9%)
後期高齢者医療 特別会計	歳入	6870万円	(29.9%)
	歳出	6425万円	(28.0%)
介護保険 特別会計	歳入	9億1251万円	(46.0%)
	歳出	6億9985万円	(35.3%)
地域開発事業 特別会計	歳入	189万円	(4.3%)
	歳出	539万円	(12.3%)
下水道事業 特別会計	歳入	1億2692万円	(22.7%)
	歳出	2億852万円	(37.2%)
簡易水道 特別会計	歳入	737万円	(5.2%)
	歳出	4960万円	(35.2%)

町債の状況

・一般会計	106億7110万円
・特別会計	24億3187万円
・公営企業会計	4億2640万円
総合計	135億2937万円

※一般会計、特別会計、公営企業会計における一時借入金は、現在ありません。

令和4年度上半期（4月～9月）における東吾妻町の予算の執行状況等を公表します。



※単位未満を四捨五入しており、内訳と合計が合わないことがあります。

歳出区分	当初予算額	累計補正額	現計予算額	9月末支出済額 (執行率)
民生費	17億4422万円	5386万円	17億9808万円	7億5504万円 (42.0%)
教育費	14億5002万円	521万円	14億5523万円	5億9796万円 (41.1%)
総務費	13億5592万円	6405万円	14億1997万円	4億7402万円 (33.4%)
公債費	12億2330万円	0万円	12億2330万円	6億1030万円 (49.9%)
土木費	8億731万円	921万円	8億1652万円	1億9796万円 (24.2%)
衛生費	5億3756万円	4921万円	5億8677万円	2億700万円 (35.3%)
商工費	2億5770万円	1億7991万円	4億3761万円	1億9760万円 (45.2%)
農林水産業費	3億8390万円	1507万円	3億9897万円	1億2883万円 (32.3%)
消防費	3億8280万円	356万円	3億8636万円	2億2746万円 (58.9%)
その他	1億3427万円	-485万円	1億2942万円	6645万円 (51.3%)
合計	82億7700万円	3億7523万円	86億5223万円	34億6262万円 (40.0%)

※単位未満を四捨五入しており、内訳と合計が合わないことがあります。

詳しい財政公表については役場掲示板をご覧ください。

■問い合わせ先
企画課 財政係 (担当) 加部央仁

ボ ウリングや射的などを楽しむ
はらまちこども園秋のお楽しみ会

10月14日にはらまちこども園で秋のお楽しみ会が行われました。PTAの役員が中心となり催し物を考え、子どもたちを楽しませました。ブースごとに季節を決め、春はイースター、夏は祭り、秋はハロウィン、冬はクリスマスにちなむ飾り付けがされました。写真は秋エリアの様子で、ボウリングのピンがハロウィン仕様になっています。



飯 塚与一さんが受賞
県生涯スポーツ功労者表彰

10月14日に県生涯スポーツ功労者として、飯塚与一さんが表彰されました。この賞は地域等において地道な活動を継続し、生涯スポーツの健全な普及と発展に貢献した方を表彰するものです。飯塚さんは町スポーツ協会会長を長年されていたほか、昭和41年に卓球教室を立ち上げ、指導をするなど先導的な活躍の功績が称えられ表彰されました。



貫 通石で難関突破
東吾妻中学校3年生へ寄贈

10月26日に高校受験を控えた東吾妻中学校3年生（100名）を激励するため、合格祈願のお守りを町から前生徒会長の後藤奏和さんに贈りました。お守りには雁ヶ沢トンネルの貫通地点の石と水仙ちゃんが描かれた絵馬が入っています。後藤さんは「第1志望に合格できるように頑張りたい」と決意を新たにしました。



動 物たちがコミカルに演奏
コンベンションホール自主事業

11月3日にコンベンションホールで動物たちがコミカルな演奏をするクラシックコンサート「音楽の絵本」が開催されました。動物たちはシヨパンの幻想即興曲やディズニーメドレー、オリジナル曲などを披露しました。演奏中にはマレーバクが居眠りをするなど楽しい演出を交え、会場を盛り上げました。



※記念撮影時のみマスクを外しています。

ひがしあがつまタウンニュース

故 郷に誇りを持ってほしい ハート形土偶 寄贈

11月4日に「藤岡土器・埴輪の友の会」の安原茂喜さんから町教育委員会へハート形土偶（レプリカ）が6体寄贈されました。安原さんは「国指定重要文化財に触れて、子どもたちに故郷への誇りを持ってもらえたらうれしい」と寄贈の理由を話しました。このレプリカは、町内小中学校の6カ所に展示されます。



地 域を知り、よりよい町に 東吾妻中学校 1年生地域学習

11月8日に東吾妻中学校1年生の14人とNPO法人「あにまーと」が協力し、役場前の花壇にパンジー160株を植えられました。中学生は地域学習の一環として参加し、地元以外の地域について調べたほか、他地域の方々と交流し、コロナ禍で希薄となっていた人とのつながりの大切さについても学びました。

中 学進学前に親睦を深める 町内小学校 6年生児童交流会

11月8日に原町小学校で町内の小学6年生が親睦を深める交流会が行われました。中学進学後の関係づくりと小学校生活の思い出づくりを目的に、5つの小学校が連携し開催。吾妻教育事務所の鳥塚嘉紀さんを講師に迎え、ジェスチャーゲームやペーパータワーチャレンジ（写真）などのレクリエーションを通じて交流を深めました。



にこにこひろばの読み聞かせ

9月から、「にこにこひろばの読み聞かせ」に、外国語教育コーディネーターが場をお借りし、英語による読み聞かせも行っています。読み聞かせは、言語発達の促進や想像力を育むなどさまざまな効果があるとされています。日本語・英語による読み聞かせに、ぜひご参加ください。



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社会教育課（☎ 68-2261 担当 吉田智哉）

未指定文化財を知ろう 原町地区編④

原町と長野を結ぶ縁、 信州石工作例

●今月の歴史文化探訪は、原町地区の未指定文化財を紹介する第4弾として、原町に残る信州石工の石造物をご紹介します。

●信州石工？

石工とはいわゆる石を加工する職人のことを指します。石の特性（硬いか、柔らかいのかなど）を理解して、適切に石を加工できる技能の持ち主といえます。今回ご紹介するのは、その石工の中でも江戸時代に信州、今でいう長野県の高遠藩の領内にいた石工で、通称「信州石工（高遠石工）」と呼ばれている人たちです。彼らは主に江戸時代に全国各地へ旅立ち（主な場所は長野県内、群馬県・埼玉県・神奈川県・山梨県・静岡県など）のようです。旅先で多くの作例を残したことで知られ、その作品造形の見事さから、現代でも信州石工の作例にはファンがいるまでもなっています。

●原町地区の信州石工作例は？

東吾妻町の町中を歩くと、実に多くの石造物と出会うことができます。町内に残る石造物は膨大な数で、いったいどれほどの石造物が残されているのかその正確な数は不明です。その多くの石造物の中には、いつ頃作られたのか、そして何の目的で作られたのか、さらにはどこの誰が作ったのかなどの情報を文字として刻んでいるものが見受けられます。今回話題の中心としている信州石工の作例は、このうち「どの誰が」という部分に当てはまる情報です。なかなか全ての石造物を見ていくことは難しいのですが、原町地区には信州石工の作例は5点ほどあるようです。上野観音堂の灯籠（文政8年（1825年））、上之宮川戸神社の灯籠（安永2年（1773年））、上之宮八坂神社の灯籠（明和6年（1769年））、原町雷電宮の鳥居（文政15年（1831年））、深沢沢峠の石祠（文政10年（1827年））の5点で、18世紀第3四半期から19世紀前半に作られた年代はまとまっています。このうち、作者までわかるのは4点です。上野観音堂の灯籠が伊那郡上穂町の「倉田源吉」と「桜井勝蔵」、上之宮八坂神社の灯籠が伊那郡殿嶋村の「岩田清左衛門」、原町雷電宮の鳥居と川戸深沢の石祠が伊那郡赤木村の「手塚曾助知魚」となっています。ここでは4人の石工名が確認されるわけですが、このうち、桜井勝蔵と手塚曾助知魚の2人は、原町地区以外の東吾妻町内でも石造物を作り、納めていたようで、特に岩島地区と坂上地区の石造物でも確認できる石工名です。桜井勝蔵

は応永寺（岩下）の勝軍地藏基壇・台石（天保4年（1833年））と菅原神社（岩下）の大黒天像（天保6年（1835年））、吉岡神社（本宿）の灯籠（天保4年（1833年））が作例としてあり、手塚曾助知魚は畔宇治神社（大戸）の灯籠（文政3年（1820年）・同9年（1826年））と十王堂（岩下）の弘法大師像（文政4年（1821年））にその名前が見えています。こうしてみるといくと、彼らの活動した年代は江戸時代の文政から天保年間の信州石工として把握できることから、その他の地区の石造物でもこの年代が刻まれた石造物を注意深く確認していけば、この石工たちの名前を見つけることができるかもしれません。

いかがでしょうか。無数の石造物のある中に、それを作った人の名前まで確認できるものはそれほど多くありません。そこから信州石工の名前があるとなるとさらにその数は少なくなります。岩島地区と坂上地区の石造物をまとめた『吾妻町の石造文化財（岩島・坂上地区）』では、両地区併せて30例ほどの信州石工の作例が認められています。この地区から東へ向かうほど作例の数が増えるのか、それとも減っていくのか、仮に減った場合、長野県からの純粋な移動距離に関わるなどするのでどうか、多くの興味深い点があります。しかし貴重なことは、物言わぬ石造文化財ですが、そこに刻まれているものから当時の社会背景や生きていた人の動きや思いが読み取れる点でしょうか。遠き地よりこの吾妻へ来て、貴重な作例を残していた信州石工たち。その痕跡は確かに現代の原町でも存在し続けているのです。



▲「灯籠」 於：上野観音堂

*銘文では「文政15年」と刻まれているため、そのまま書きましたが、実際の年号では、文政は13年までしかなく、次の年号の天保に変わります。これを刻んだ人は年号の変化をあまり気にしなかったのかもしれません。

東吾妻町民限定 健康チェック

けんしん結果やウォーキングの記録を見せると
豪華賞品が当たるかも？

町では各種検診・健康診査受診率向上の一環として、豪華賞品が当たる抽選を実施します。(ハズレなし)

対象者

40歳以上の東吾妻町民で、
①「人間ドック」を受診した方
または
②特定健診(後期高齢者健診)、胃がん検診、大腸がん検診、結核・肺がん(レントゲン)検診、軽運動(1日8000歩以上×1カ月以上)のうち3つ以上を受診・達成された方
※加入保険の種類は問いません。

応募方法

各種検診、健康診査、人間ドックなどの受診結果(軽運動の方は記録表)を持参し、保健センターへ申し込みください。

応募期間

令和5年1月4日(水)～31日(火)

申し込み・問い合わせ先

保健センター (☎ 68-5021)

景品

特賞
(1本)

温泉ペア
宿泊券



1等
(2本)

スマート
ウォッチ



2等
(3本)

歩数計



3等
(5本)

町商品券



残念賞 歯ブラシ

元気に 動こう・歩こう！

64歳未満の方の目標は、1日合計60分、元気にからだを動かすことです。(歩数にすると8000歩)

65歳以上の方の目標は、じっとしている時間をなるべく減らし、1日合計40分動くことです。今より10分多くからだを動かし、健康寿命をのばしましょう。

▶運動を始める前に

運動によるケガの防止のためにも急に動くことは避け、十分なウォーミングアップを必要です。服装は、厚手の服を1枚着るのではなく、簡単に脱ぎ着できる薄手の服を重ね、からだを温まるごとに1枚ずつ脱げる着衣がよいでしょう。

▶歩行数と歩行の速さ効果

1日の運動の量	予防(改善)できる病気
4000歩(うち速歩5分以上)	うつ病
5000歩(うち速歩7.5分以上)	要支援・要介護、認知症、心疾患、脳卒中
7000歩(うち速歩15分以上)	ガン、動脈硬化、骨粗しょう症、骨折
8000歩(うち速歩20分以上)	高血圧、糖尿病、脂質異常症
10000歩(うち速歩30分以上)	メタボリックシンドローム

(中之条研究より引用)



東吾妻町国保診療所だより

「12月の診療予定表」【受付】8:30～11:45、14:00～17:00

日	月	火	水	木	金	土
12/4 当番医	5	6 午後 往診	7 休診	8 午後 往診	9 午後 個別接種	10 休診
11 休診	12	13	14 休診	15	16	17 休診
18 休診	19 午後 休診	20	21 休診	22	23	24 休診
25 休診	26	27	28 休診	29 休診	30 休診	31 休診
1/1 休診	2 休診	3 休診	4 休診	5	6	7 休診

誰でもできる救命処置

- ① 119番通報、②胸骨圧迫 ③電気ショック
AEDの要請 (心臓マッサージ)



胸骨圧迫のポイント

「強く、早く、耐え間なく」押すこと！

位置：胸骨の下半分

※おおよそ乳頭と乳頭の真ん中

深さ：胸が約5cm沈むように押す

※子どもの場合は胸は胸の厚さが3分の1程度沈むように) 押した後はしっかりと元に戻す。

速さ：1分間に100～120回のペース

※人工呼吸を行う場合は、胸骨圧迫30回＋人工呼吸2回(1回1秒)を繰り返す。

■参考文献 ①令和3年度版 救急・救助の現状

■連絡先 国保診療所 石渡 栞 (☎59-3010)

今年も残すところ1カ月となりました。前回は「ヒートショック」について注意点などをお伝えしましたが、万が一にもご家族が倒れてしまったら…。今回は「救急蘇生法」についてのお話です。

令和3年度の報告によると、日本では年間7万9376人の心停止が発生しています。心停止に対して重要なのは胸骨圧迫(いわゆる心臓マッサージ)と自動体外式除細動器(AED)による電気ショックで

町の診療所の先生から「健康」についてお話をさせていただきます。今月は「救急蘇生法」についてです。

す。胸骨圧迫や電気ショックが行われないと、心停止から1分毎に死亡率が約7～10%低下するとされています。119番通報をしてから救急車が現場に到着するまでに全国平均で8・9分かかるとされているため、現場に居合わせた方による救急蘇生が非常に大切です！(左図参照)

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)流行下では、お互いの感染予防のために救急蘇生をする方もされる方もマスク着用、成人に対する人工呼吸はしなくてよいとされています。倒れている方がマスクをしていなければ、処置を始める前にガーゼやタオル、衣服で鼻と口を

覆ってください。小児については心臓よりも呼吸が原因の心停止が多いとされていますので可能であれば人工呼吸を組み合わせるようにとされています。ご家族が倒れたという状況ではCOVID-19の可能性があるかどうか、わかっているかと思えますのでこのとおりではありませんが参考にしてください。また、救急隊からの指示を聞けるように119番通報後は電話のスピーカー機能を利用することもおすすです。救急蘇生はすぐに始めるからこそその効果があります。いざというときには勇気を出してやってみてください。

12月の認知症家族会

町では毎月認知症家族会を開催しています。認知症にうまく付き合っていくために、日ごろの介護に関する悩みやストレスを解消しませんか。

■期日 令和4年12月19日(月)

■時間 10時～11時30分

■場所 保健センター

■費用 無料

■問い合わせ先 包括支援センター (☎68-0200)



12月の健康相談

町では毎月健康相談を行っています。

【東地区】

■日時 令和4年12月8日(木)10時～11時30分

■場所 あづま農村環境改善センター

【太田・原町・岩島・坂上地区】

■日時 令和4年12月20日(火)13時30分～15時

■場所 保健センター

■問い合わせ先 保健センター (☎68-5021)

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「サルコペニアとオーラルフレイル」についてです。

■はじめに

人気漫画「ワンピース」は、海賊王を目指す少年ルフィが、伝説の秘宝を求めて冒険の航海に出る物語。新作劇場アニメ映画「ONE PIECE FILM RED」が今年一番のヒットになっています。ルフィのような船乗りが活躍した大航海時代。コロンブスはアメリカ大陸を発見。バスコ・ダ・ガマはインド航路を開拓。商業や産業・文化に大きな革新をもたらされました。しかし、勇猛果敢な船乗りたちにも恐れるものがありました。

■船乗りたちが恐れたもの

大航海時代の船乗りたちは陸地を離れ、海の上で長期間過ごさなければなりません。食事は保存食に限られ、ビタミンB1の不足から脚気、ビタミンCの不足は壊血病を引き起こしました。およそ200万人の船乗りたちが壊血病で命を失ったと推定されています。船乗りたちにとって、壊血病は原因不明の恐怖の病でした。

■壊血病とビタミンC

ビタミンCは皮膚や歯ぐきのコラーゲンの合成に不可欠な栄養素です。ビタミンCの不足によりコラーゲンの合成が障害され、壊血病の初期には歯ぐきの出血などが生じます。血管や皮膚の組織は脆弱になり、進行すると体のあちこちから出血。脳にも深刻な影響を及ぼし、最終的に死に至ります。壊血病の原因が判明し、治療法が確立されたのは20世紀になってからでした。

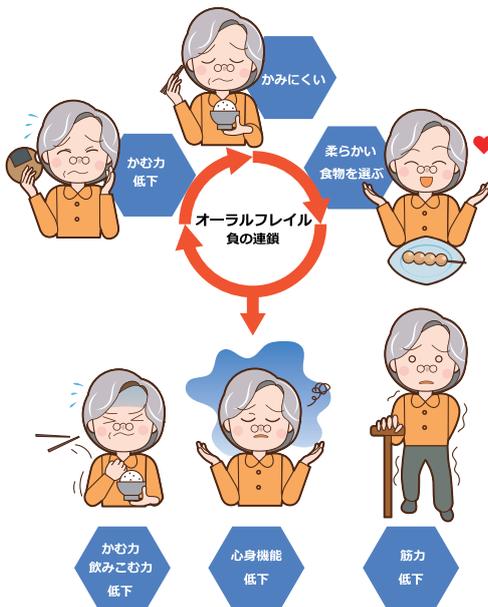
■サルコペニアとオーラルフレイル

壊血病が死に至る病で亡くなった現代でも、栄養は健康に関わる重大な問題です。オーラルフレイルが進行し、第3段階である「口の機能低下」に至ると、口腔機能の低下から、

しっかりと咀嚼し飲み込むことが難しくなります。肉や野菜が食べにくくなり、タンパク質やビタミン、食物繊維の摂取量が減少します。筋力量が減少し、サルコペニアと呼ばれる状態に陥ります。サルコペニアの持続は転倒などのリスクを高め、外出や散歩の機会を減少させます。活動性の低下は認知症の発症や、歩行機能の衰えをもたらす、寝たきりのリスクを高め、健康寿命を縮めます。

■オーラルフレイルの予防

多くの高齢者が、オーラルフレイルから始まる歯と口の衰えに気付かず、タンパク質などの栄養摂取量が不足しています。筋肉量は低下し、寝たきりに陥る危険が高まります。早いうちから、歯と口の健康管理に



気を配り、オーラルフレイルを予防することが大切です。年末年始は栄養も偏りがち。各種の歯科健診を活用し、かかりつけ歯科医と連携しながら歯と口の健康管理に努めてください。どうぞ良いお年をお迎えください。

■問い合わせ先
保健センター
(☎ 68・5021)

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、町民の皆さんが町内業者の施工により自宅の新築・増築・改修工事などを行う場合、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、ご活用ください。工事を始める前に役場まちづくり推進課で申請手続きをお願いします。

■問い合わせ先

まちづくり推進課 商工観光係 (担当 青木功樹)

こころの健康相談

眠れない、ゆううつ、お酒を飲むと人が変わる、もの忘れ、ひきこもりなどの心配ごとのある方は、気軽に相談ください。

■期 日 令和4年12月22日(木)

■時 間 14時～(予約制)

■場 所 中央公民館

■申し込み・問い合わせ先

保健センター (☎ 68-5021)



12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 小林みゆき)

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
12月16日(金)	3歳児健康診査	個別通知をご確認ください	令和元年7月～10月生まれ
20日(火)	乳幼児健康相談	10:00～11:00	乳幼児の希望者(事前に申し込みください)
23日(金)	4カ月児健康診査	13:30～13:45	令和4年8月生まれ
	7カ月児健康診査	14:00～14:15	令和4年5月生まれ(B.C.G接種を行います)
	1歳児健康診査	13:15～13:30	令和3年11月生まれ

②町内全地区〈子育てサークル〉 ●問い合わせ先 保健センター (☎ 68-5021 担当 小林みゆき)

●会 場 ピヨピヨ：あづま農村環境改善センター／ラッコ：保健センター

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
12月12日(月)	ピヨピヨクラブ	9:30～10:00	こども園就園前までの子どもと保護者
15日(木)	ラッコクラブ	10:00～10:15	4カ月から1歳までの子どもと保護者

12月の予防接種日程表

①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 富塚和香奈)

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
12月9日(金)	第8回乳幼児個別予防接種	14:00～14:15	「予防接種のお知らせ」をご確認ください 12月2日(金)までに申し込みした方

12月の当番医予定表

期 日	内 科		外 科	休 日 夜 間
12月11日(日)	田島病院 (中之条☎75-3350)	長野原診療所 (長野原☎0279-85-2259)	吾妻さくら病院 (中之条☎75-3011)	吾妻さくら病院 (中之条☎75-3011)
18日(日)	四万診療所 (中之条☎64-2136)	桜井クリニック (嬬恋☎0279-97-3800)	原町赤十字病院 (原町☎68-2711)	原町赤十字病院 (原町☎68-2711)
25日(日)	しまだ医院 (中之条☎76-3435)	長生病院 (長野原☎0279-82-2188)	吾妻さくら病院 (中之条☎75-3011)	吾妻さくら病院 (中之条☎75-3011)
29日(木)	吾妻さくら病院 (中之条☎75-3011)	布施医院 (草津☎0279-88-2030)	原町赤十字病院 (原町☎68-2711)	原町赤十字病院 (原町☎68-2711)
30日(金)	けんもち医院 (中之条☎75-5155)	櫻井医院 (長野原☎0279-82-3999)	西吾妻福祉病院 (長野原☎0279-83-7111)	西吾妻福祉病院 (長野原☎0279-83-7111)
31日(土)	中山診療所 (高山☎70-5007)	嬬恋村診療所 (嬬恋☎0279-97-3020)	原町赤十字病院 (原町☎68-2711)	原町赤十字病院 (原町☎68-2711)

年末年始の直接搬入受付時間とごみ収集日

【直接搬入】

期 日	受 付 時 間
12月28日(水)まで	9:00～16:30(通常受付)
12月29日(木)	9:00～15:00
12月30日(金)	9:00～12:00
12月31日(土)～1月3日(火)	休 み
1月4日(水)から	9:00～16:30(通常受付)
1月8日(日)	9:00～12:00(休日受入)

※1月1日(第1日曜日)は休日受入を行いません。
1月8日(第2日曜日)に振り替えて行います。

【ごみ収集】

期 日	収 集 日 程
12月30日(金)まで	通常収集
12月31日(土)～1月3日(火)	休 み
1月4日(水)から	通常収集

※12月31日から1月3日の間は、ごみ収集をお休みさせていただきます。

ごみ収集についてご不明な点は吾妻東部衛生センターまでご連絡ください。

●問い合わせ先 吾妻東部衛生センター (☎ 75-2099)

あなたのまちの 民生委員・児童委員、主任児童委員です！

12月1日に民生委員・児童委員、主任児童委員の全国一斉改選があり、52名の委員が厚生労働大臣および群馬県知事から委嘱されました。今回の改選では、28名が新しくなりました。地域の皆さまの『身近な相談相手』として3年間お世話になります。※任期は3年（令和4年12月1日～令和7年11月30日）



民生委員・児童委員とは

民生委員・児童委員は地域住民の中から選ばれ、住民の一員として担当区域で高齢者や障がいのある方の安否確認や見守り、子どもたちへの声かけなどを行っています。相談内容に応じて必要な支援が受けられるよう、地域の専門機関とのつなぎ役になります。

秘密は守られます

民生委員・児童委員、主任児童委員には守秘義務があり、相談内容や秘密がほかにもれることはありません。悩みごとや困りごとがありましたら、安心してお気軽にご相談ください。

主任児童委員とは

子どもや子育てに関する支援を専門に担当する民生委員・児童委員です。小学校区を単位として活動し、児童福祉関係機関と区域担当民生委員・児童委員との連絡役となって、協力・連携しながら支援活動を行います。



地域別 民生委員・児童委員、主任児童委員名簿 (敬称略)

▶問い合わせ先
保健福祉課 (担当 小池さつき)

地域	担当区域	氏名	地域	担当区域	氏名
東	大字五町田	角田 幸子	岩島	大字郷原	桑原 政子
	箱島1区	大塚 豊		大字矢倉	小菅 幸子
	箱島2区	飯塚 享子		大村・机・姉山	西山 道子
	岡崎1区	石田由美子		天神・漆貝戸	小林ふさ子
	岡崎2区	高橋 和子		松下・松中	富澤 智洋
	大字新巻	大塚くに子		大平・中尾・高日向・松上	富澤 明
	大字奥田	佐藤喜知雄		四戸・生原	高橋 秀樹
太田	西組・田中・上河原	戸塚 君子		大竹・沢尻・万木沢	小池 一民
	松の木・山根	剣持佐智子		唐堀	丸橋 幸子
	原組・十二ヶ原	小山 敬巳		根古屋・細谷・大沢・上郷	高橋いづみ
	上南・上北・泉・中西	金澤 律子	兵庫・新井	小泉市太郎	
	中東・北組・八幡・双葉	宮崎 久子	田中・長藤・烏帽子	丸山 麻衣	
	大字小泉	中澤 英子	平大谷沢・稲田	加部 照雄	
	大字泉沢	青木 七重	塩の平・下宿・上宿	平岩 吉宏	
主任児童委員 (東・太田小学校区)	三枝 寿子	手古丸・古賀良・上大戸・後所谷戸	小池 省三		
原町	上之町	阿部 裕幸	田谷・堀井戸・貫井	黒岩 康茂	
	下之町・南町	國友 恵	境野・分去・大谷・大沢	小池 叔子	
	紺屋町	塚田 博	西榛名区	-	
	新井・平沢	大前 博文	宿・日向	中井 早苗	
	上野・在上	田村 篤央	丑ヶ淵・関谷	橋爪くに子	
	在下一部 (大宮)	飯塚 均	須賀尾1・2・3区	渡邊 康弘	
	在下一部 (稻荷城)・八幡原	青木 明子	須賀尾4・5・6区	黒岩 三善	
	須郷沢	田村 昇	岩鼻・宮谷戸・下中・猿谷戸・羽田	柏崎 哲夫	
	上之宮・深沢	赤澤 義信	殿原・天神・松の木・上の沢・広石	武藤富士江	
	内出	富澤 正秀	主任児童委員 (岩島・坂上小学校区)	高橋あつ子	
	田中・下郷	中澤 篤夫			
	大字金井	片山 法子			
主任児童委員 (原町小学校区)	角田 寿子				

案内

〜まだマイナンバーカードを持っていない方へ〜
マイナンバーカードの申請書を順次送付しています

マイナンバーカード（個人番号カード）をお持ちでない方に対して、QRコード付き交付申請書が順次送付されます。

この申請書は、国と地方公共団体が共同で運営する「地方公共団体情報システム機構」（J-LEIS）から送付されます。

マイナンバーカードは、マイナンバーの提示と本人であることの確認ができる唯一のカードです。このほかにもオンラインで子育てをはじめとする行政手続きができたり、コンビニで住民票の写しなどを取得できたりします。

この機会にマイナンバーカードの申請をご検討ください。

■申請方法

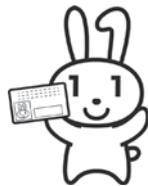
- ① インターネットで申請
申請用Webサイトの指示に従って申請してください。
- ② 郵送で申請
交付申請書に必要な事項を記入し、6カ月以内に撮影した顔写真を貼り付けて郵送してください。
- ③ 証明写真機で申請
一部の証明写真機で申請可能です。

④ 役場町民課で申請

デジタルカメラを使って顔写真の撮影と申請のお手伝いをします。

案内
マイナンバーカード申請サポート窓口を休日
に開設します

マイナンバーカードの申請やマイナポイントの申し込み支援を取り扱う休日窓口を開設します。平日の開庁時間に都合が付かない方は、ご利用ください。



■実施日

令和4年12月10日(土)、18日(日)

■時間

10時～13時

■場所

役場町民課

■カード申請に必要な持ちもの

- ・本人確認書類
 - 【1点で確認できるもの】
運転免許証やパスポートなど
 - 【2点以上で確認できるもの】
保険証や通帳、年金手帳など
 - ・通知カード
- ※紛失された場合は窓口で申し出てください。

■問い合わせ先

町民課 戸籍住民係
〔担当〕 小林恵太

・住民基本台帳カード

※お持ちの方のみ

■申請手続きの流れ

- ① 来庁された方の本人確認
- ② 申込書などの書類を記載
- ③ デジタルカメラによる写真撮影
(無料)

※①から③まで10分から15分程度

■その他

マイナポイントの申し込みには数字4桁の暗証番号が必要です。事前にご確認のうえ、お越しく下さい。（当日は暗証番号の再設定はできません）。また、申し込みする決済サービスによっては事前登録等が必要なものもありますので、マイナポイントホームページなどで事前にご確認いただくか、問い合わせ先までご連絡ください。

■問い合わせ先

町民課 戸籍住民係
〔担当〕 富澤郁未

証明書コンビニ交付サービス休止

年末年始のため、証明書コンビニ交付サービスを休止します。休止期間は次のとおりです。ご迷惑をおかけしますが、ご理解くださるようお願いいたします。



■休止期間

令和4年12月29日(木)～令和5年1月3日(火)

■問い合わせ先 町民課 戸籍住民係〔担当〕小林恵太

マイナンバーカード交付等手続きの休止

システムメンテナンスを実施するため、住民基本台帳ネットワークシステム関連業務（マイナンバーカードの交付・更新、住民票の広域交付、特例転入など）を終日休止します。日程は次のとおりです。ご迷惑をおかけしますが、ご理解くださるようお願いいたします。

■休止日 令和4年12月15日(木)

■問い合わせ先 町民課 戸籍住民係〔担当〕小林恵太

町からのお知らせ

案内 冬の青少年健全育成運動を実施します

青少年の健全育成と非行防止を図るため、令和4年冬の青少年健全育成運動を実施します。

■実施期間

令和4年12月15日(木)～

令和5年1月31日(火)

■活動目標

県民総ぐるみで次代を担う子どもたちの健全育成に取り組もう。
「おぜのかみさま県民運動」を推進し、地域と家庭で子どもたちの安全・安心なインターネット利用

■セーフネット標語「おぜのかみさま」

標語	【標語の内容】	【なにから子どもたちを守るのか】
お	おくらない(写真を)	児童ポルノの被害から
ぜ	ぜったいに会わない(ネットで知り合った人に)	性犯罪の被害から
の	のせない(個人情報を)	個人情報漏えいから
か	かきこまない(悪口などを)	ネット上のいじめから
み	みない(有害サイトを)	有害サイトから
さ	さがさない(出会いを)	コミュニティサイトから
ま	まもる(ルールを)	ネット依存から

を考えよう。

■実施機関・団体

群馬県・群馬県教育委員会・群馬県警察本部・東吾妻町・東吾妻町教育委員会・群馬県青少年育成

案内 優良自動車運転者の表彰を行っています

県交通安全協会並びに吾妻交通安全協会では、交通安全意識の高揚を図るため、無事故・無違反で長期間を経過した運転者を優良自動車運転者として表彰しています。希望者は自身で上申することが必要です。不明な点は吾妻交通安全協会にお問い合わせください。

■受付期間

令和4年12月1日(木)～

令和5年1月11日(水)

■受付場所

吾妻交通安全協会
【同協会各支分部事務局】

- ・役場東支所 (☎59・3111)
- ・太田公民館 (☎68・2328)
- ・中央公民館 (☎68・2412)
- ・岩島公民館 (☎67・2001)
- ・坂上公民館 (☎69・2001)

■表彰種別等(無事故等期間)

銅章………5年以上

推進会議・東吾妻町青少年育成推進員連絡協議会

■問い合わせ先

教育委員会 社会教育課
(担当) 茂木善知

銀章………10年以上
金章………15年以上
金冠銀章………20年以上
金冠金章………30年以上
旭日金冠章………40年以上
※ただし、銀章以上は前段階の章を受章していることが必要です。

■費用

無事故・無違反証明書交付手数料670円が必要です。(申請時)

■用意するもの

運転免許証・印鑑

■その他

申請中に違反などがあつた場合、ほかの法令違反があつた場合などで対象外となる場合があります。表彰状と記念品は当協会でお渡します。

■問い合わせ先

吾妻交通安全協会
(☎68・2554)

東吾妻町中小事業者感染症対策及びSDGs推進補助金

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化するなか、持続可能な開発目標(SDGs)を意識しながら、継続的な経営に向けた新規販路開拓や感染防止対策に対応する事業に対し支援します。詳しくは町ホームページをご確認ください。



■補助対象事業

- ①新しい生活様式に対応することを目的に実施する事業
- ②SDGsの8、9、11、12の目標に該当する事業
- ③販路拡大のための事業または新製品開発のための事業

■補助対象期間 令和4年4月1日～12月31日

■補助金額 上限30万円(条件あり)

※詳しくはお問い合わせください。

■申請期限 令和5年1月31日(火)

■問い合わせ先 まちづくり推進課 地域振興係
(担当) 片野顕弘・佐藤悟道

中之条税務署

(☎ 75-3355) ※音声案内後「2」を選択。

令和4年分

確定申告は自宅からスマホ申告



確定申告には、ご自宅等でご利用いただけるスマホ申告が便利です。給与や年金の確定申告をされる方は、国税庁のホームページのスマートフォン専用画面から案内に従って入力・送信することで簡単に申告ができます。

こんなあなたはスマホ申告！

- 年末調整済みで医療費控除やふるさと納税などの寄附金控除の申告をする方
- 年末調整が済んでいない方
- 2カ所以上の給与所得がある方
- 年金収入や副業などの雑所得がある方
- 株式等の譲渡をされた方（特定口座）

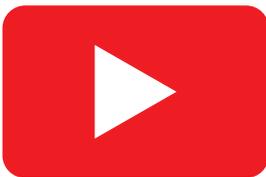
<もっと便利に！>

1. 給与所得の源泉徴収票をスマホのカメラ機能で読み取ると記載内容が入力画面に反映されます。
2. 令和4年分の確定申告からは、スマホで青色申告決算書や収支内訳書の作成が可能になります。

令和5年10月1日からインボイス制度が始まります！

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式としてインボイス制度が開始されます。適格請求書（インボイス）を発行できるのは「適格請求書発行事業者」に限られ、この「適格請求書発行事業者」になるためには、登録申請書を提出し、登録を受ける必要があります。

個人事業者の方の登録申請手続き等は、マイナンバーカードとマイナンバーカード読取対応のスマホがあれば、e-Taxソフトにより行うことができます。e-Taxソフトでは画面に表示された質問に回答していくことで、入力漏れ等がなくスムーズに申請データを作成できます。



国税庁動画チャンネル（YouTube）では**確定申告書等作成コーナー**を利用した**入力方法や税に関する情報**を発信しています。
ぜひ、**チャンネル登録**をお願いします！



中央公民館 図書情報

◆児童図書

- 『クリスマスのおとしもの』…… えがしらみちこ 著
- 『ルルとララのティラミス』…… あんびるやすこ 著
- 『もうじきたべられるぼく』…… はせがわゆうじ 著

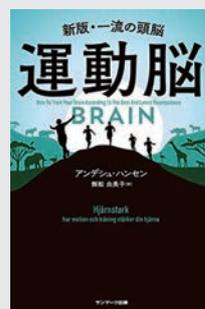
◆一般図書

- 『烏の緑羽』…… 阿部智里 著
- 『マル暴ディーヴァ』…… 今野 敏 著
- 『ポジティブフィードバック』…… 牧野祝子 著



◆おすすめの一冊

『運動脳』…… 御船由美子 訳



「ストレスを効率よく解消するには？」「集中力を切らさない技術」「底なしの記憶力を手に入れる」などありとあらゆるパフォーマンスを確実に高める方法を余すことなく解説している一冊です。

■問い合わせ先

中央公民館 (☎ 68-2412)

町からのお知らせ

令和4年度 入札結果

(10月21日執行)

事業名	場所	落札業者	落札金額	役場担当課
旧坂上小学体育館・給食調理場・公仕室解体工事実施設計業務委託	本宿	(株)高橋建築設計事務所	4,050,000円	総務課
防火水槽修繕工事(丑ヶ淵地区)	本宿	(有)現金屋	2,050,000円	総務課
あづま森林公園キャンプ場・おかのぼり公園・あづま親水公園自動水栓化工事及びトイレ洋式化工事	岡崎・新巻	(株)茂木組	3,650,000円	まちづくり推進課
箱島湧水周辺駐車場及びトイレ整備工事	箱島	南波建設(株)	11,900,000円	まちづくり推進課
箱島IC付近観光看板作成設置業務	箱島	(株)朋栄	2,299,000円	まちづくり推進課
町道1126号線(金井)測量設計業務委託	金井	(株)測研あがつま事業所	5,650,000円	建設課
町道2180号線(大戸)災害復旧工事	大戸	池原工業(株)	3,200,000円	建設課
町道70号線(五町田)災害復旧工事	五町田	(有)関工業	2,330,000円	建設課
町道岩井・金井線、町道1051号線用地測量・補償調査業務委託	金井・岩井	技研コンサル(株)吾妻営業所	18,500,000円	建設課
上信自動車道吾妻東BP工事に伴う上水道配水管布設替工事(川戸工区)設計業務委託	川戸	(株)利根設計事務所	2,700,000円	上下水道課
上信自動車道吾妻東バイパス建設工事に伴う合併処理浄化槽設置工事(4-4工事)	川戸ほか	(株)たくみ	2,360,000円	上下水道課
合併処理浄化槽設置工事(4-14工事)	五町田ほか	(株)エコセンター	2,090,000円	上下水道課
坂上小学体育館しろあり防除施工業務	本宿	(株)エコセンター	1,700,000円	学校教育課
スポーツ広場防犯灯LED化工事	原町	角田電気工事(株)	1,500,000円	社会教育課

■問い合わせ先 各担当課まで

年末年始の火葬業務

年末年始における、郡内火葬場の業務日程についてお知らせします。

期日	業務
令和4年12月30日(金)まで	通常業務
12月31日(土)	休場・閉館
令和5年1月1日(日)・2日(月)	休場・閉館
1月3日(火)から	通常業務

■問い合わせ先 吾妻広域町村圏振興整備組合
(☎ 75-4700 担当 小野・小林)

投稿

俳句

～麻の実俳句会～

・紅葉山晴れた空には飛行機雲
・冷たさのつるる夕べや秋灯し

小林 瞭太

・出港の汽笛高らかに秋刀魚船
・我が里の風筋見抜き稲架立てり

中島 政光

・梅もどき赤き深まる土蔵脇
・もくせいの香り漂よふ散歩路

篠原 敏子

・休耕田泡立草や花芒
・グラウンドに桜紅葉の散り敷けり

高橋 武志

・彼岸花土手一色に染めにけり
・つぎはぎのごと稲刈りの始まりぬ

関本よし子

・移り気の陽ざし点点苔紅葉
・夕霧や挨拶交はしそこねたり

竹内 芳子

・リュックより犬の顔出す花野かな
・大空に今日も大漁鯛雲

荻原 富江

投稿

短歌

～あづま野いちご短歌会～

夏蜜、秋には芒の穂の揺れし
田の面はすでに草紅葉の赤

茂木いそ江

訪ねたる三年振りの親の墓
のどかな故郷野菊咲きをり

佐藤 律子

靖国神社に詣でて祈る
ウクライナの人の痛みと戦争終結

関本 こう

降る雨に散り来る病葉庭土に
張りつき重なり秋深みゆく

石田千嘉子

電線を揺らして屋根へと渡る猿
庭の甘柿鈴生りなれば

野村 照子

住職の読経に合はせ娘や孫も
南無阿弥陀仏と義母の三回忌

斎藤由喜子

白白と蕎麦の花咲く山畑に
とんぼ飛び交ふ夕日を浴びて

橋爪 治子

秋めきし野にかん高く鳴き交はす
縄張示す百舌の高鳴き

高橋 春江

夕日受け庭に群れ咲く秋明菊の
真白き花は風に揺れをり

大塚 綾子

色付きてたわわに実る甘柿を
孫と見上げてあれこれ選ぶ

猪野 房江

九時過ぎは吾の時間と決めしより
今夜もうっかり十一時さす

石田由美子

八十路すぎ増えゆく事は物忘れ、
一人言なりしと一人で笑ふ

山田 暁

いつになく今年の柿は鈴生りに
指導のおかげ手入れのおかげ

田村マリ子

投稿

短歌

～綴短歌会～

幌かけしトラックよりの牛のこゑ
私は何と忘へればいい

明日 香

疎の膳に漢字の多き「おしながき」
四苦八苦せしも味の麩へる

藤原 公子

早口に膝の手術日決めたると
姉の電話に決意のみへし

荻原 富江

齡重ねけふも早ばや目の覚めて
脇の畑に野菜を採りに

関 京子

風待ちて風に揺れる野の花よ
風になりたい野の花ゆらす

青木 ソメ

山葡萄小さな房の垂れ下がる
棚の下には椅子とテーブル

富田 はる

鈴虫のそろひて鳴ける夕餉どき
スマホに見入る家族に届く

町田とよゑ

山峡のいで湯の窓のうす月に
逝きたる君を今も恋しき

池田 幸枝

この「罎」じなに俳壇に見し難読字
隙間と書かざる意図のありしか

東 曙美

次つぎと百日草の咲きつぎて
鮮やかなりし彩りの庭

小林千豆子

北朝鮮人権侵害問題啓発週間

12月10日から16日までは「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。国民的な課題である拉致問題をはじめ、北朝鮮当局による人権侵害問題に対して、感心と認識を深めましょう。

また、北朝鮮による「拉致容疑事案」と「拉致の可能性を排除できない事案」に関する情報提供等へのご協力をよろしくお願いします。

■問い合わせ先 吾妻警察署 (☎ 68-0110)

投稿

東吾妻VBC

トミーズ

第15回太田市・

太田中央ロータリークラブ杯

小学生バレーボール大会

3年ぶりに開催されたこの大会は女子が36チーム、混合が18チーム、男子が6チーム集まり、太田市の四会場です。9月18日に実施されました。東吾妻VBCは生品中学校体育館で試合をしました。

Eブロックが2組に分かれていて、1組で2位になり、Eブロック全体では3位ということで賞状をもらうことができました。

チームとしては伸び伸びとし、うまく試合運びができていました。一点一点を大切にしながらはいけないということを感じさせられた大会でした。

●結果

- Eブロック 1組
- VBC 1対2 中川VBC
- VBC 2対1 時沢小ミニバレー
- (1勝1敗 2位)

『私は、初めてこの大会でセッターをしました。緊張しました。前半ではあまり調子を出すことができなかったけれど、後半では、みんなを力を出し合うことができました。あと、サーブも何本か決まってくれし

かったです。これからも一生懸命練習してセッターをもっとできるようにしたいです。』

(VBC・5年 日野樓音)

第17回北毛支部親善交流大会

10月10日に榛東アリーナで、2チームが棄権し、3ブロックに分かれて試合をしました。トミーズは2勝2敗でAブロック2位でした。初めて2勝というすごい結果を収めました。東吾妻VBCは、4敗で3位という残念な結果でした。

●結果

【午前の部】

- VBC 0対2 吉岡VBC (男子)
- VBC 0対2 利根ラビット
- トミーズ 0対2 吉岡VBCジュニア
- (男子)

【午後の部】

- トミーズ 2対0 吉岡スポ少ジュニア
- VBC 0対2 吉岡VBC (男子)
- VBC 0対2 利根ラビット
- トミーズ 0対2 吉岡VBCジュニア
- (男子)
- トミーズ 2対0 吉岡スポ少ジュニア

『今日は、吉岡VBCと利根ラビットと試合をしました。私は、この試合を振り返って、もう少し頑張れたなと思いました。自分たちの力を出すことができず残念でした。次の試

合では、仲間に声をかけたり、サーブを決められるようにしたいです。レシーブを上手になれるようにこれからもがんばりたいです。』

(VBC・5年 竹淵穂花)

『トミーズは、5年、4年、3年のチームです。この大会に向けて基本練習をがんばってきました。大会当日は、みんなでボールをつなぎ、声をかけあい、一点一点取りました。その結果、2試合も勝つことができました。私は、とても緊張したけど、練習の成果が出て、サーブがうまく入ってよかったです。』

(トミーズ・4年 渡辺優夢)

第46回県小学生総体・

第41回県スポ少秋季大会

10月30日、渋川・子持社会体育館で2チームが棄権し実施されました。久しぶりの県大会で緊張し、いつもバレーができず惜敗しました。

●結果

- 1回戦
- VBC 0対2 玉村ミニ
- 敗者交流戦
- VBC 0対2 剛志ミニ



6年生にとって、最後の大会が12月にあります。ひとつひとつのプレーを大切に、あきらめないバレーボールができるように17人で頑張る練習を積み重ねていきたいです。

東吾妻VBCは、火曜日と金曜日の夜、町民体育館で練習をしています。興味のある3年生以上の小学生は出かけてみてください。

東吾妻VBC代表 富澤 辰男



日本人の1日当たりの野菜摂取量の平均は約280グラム。摂取目標量(350グラム)を大きく下回っています。野菜には、ビタミンやミネラル、食物繊維、機能性成分が豊富に含まれています。旬の野菜はお手頃な価格で時期や栄養価が高いので、たくさん食べて毎日を元気に過ごしましょう。



▲農林水産省QRコード

野菜でもう1品！
ヘルスメイトのおうち料理コンテスト②

れんこんとサバ缶のロールキャベツ

— 栄養価 —
(1人分)

エネルギー 130kcal
タンパク質 9.4g
食塩相当量 1.0g



みそを隠し味にした
スープとサバのうまみが良く合います！

■材料 (8人分)

- キャベツ …… 8枚 (320g)
- サバ水煮缶 …… 2缶 (280g)
- 玉ねぎ …… 大1/2個(100g)
- れんこん …… 小1/2節(60g)
- 卵白 …… 1個分
- しょうがみじん切り …… 1かけ
- にんにくみじん切り …… 1かけ
- 炒め油 …… 大さじ1
- 乾燥パスタ …… 2本

【スープ】

- 水 …… 4カップ (800ml)
- サバ缶の汁 …… 2缶分
- 固形コンソメ …… 2個
- トマト …… 中2個 (200g)
- セロリ …… 1本(正味90g)
- みそ …… 小さじ2 (12g)
- 卵黄 …… 1個分
- A { 片栗粉 …… 大さじ2
水 …… 大さじ2

■作り方

- ① キャベツはさっとゆでて芯をそぎ、水気をきっておきます。
- ② 玉ねぎ・れんこんは粗みじん切りにします。
- ③ フライパンに油を入れ、にんにく・しょうがのみじん切りを炒め、香りが出たられんこん、玉ねぎの順に炒め、しんなりしたら皿に出して冷ましておきます。
- ④ サバ缶の汁は取っておき、サバの身をよくほぐし、③と卵白を溶きほぐして加え、よく混ぜます。
- ⑤ ①のキャベツに8等分した④の具をのせ、しっかり巻いて乾燥パスタ (または楊枝) で留めます。
- ⑥ トマトは皮を湯むきして細かく切り、セロリは斜め薄切りにし、水・サバ缶の汁・固形コンソメと一緒に鍋に入れて煮ます。
- ⑦ セロリがしんなりしてきたら、⑤のロールキャベツを加え、ふたをして5分煮ます。
- ⑧ お皿にロールキャベツをとり、残ったスープにみそと卵黄を加えます。Aの水溶き片栗粉でとろみをつけて、ロールキャベツにかけて完成です。

「三ない運動」 贈らない・求めない・受け取らない

年末年始は何かと贈り物をする機会が多くなりますが、政治家が選挙区内の人にお金や物を贈ることは公職選挙法で禁止されています。また、有権者が政治家に寄附や贈り物を求めることも禁止されています。そのほかにも政治家からの年賀状などのあいさつ状も答礼のための自筆による物を除き、禁止されています。皆さま一人ひとりが寄附禁止のルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。

政治家の寄附禁止の対象例

①お歳暮・お年賀など

②落成式・開店祝などの花輪、葬儀の花輪・供花、病氣見舞いなど

③結婚祝*、香典*、卒業祝、入学祝など

④お祭りへの寄附・差し入れ、町内会の集会・旅行などの催物への寸志・飲食物の差し入れ

*政治家本人が結婚披露宴、葬式などに自ら出席してその場で行う場合には、罰則が適用されない場合があります。

■問い合わせ先 東吾妻町選挙管理委員会 (☎ 68-2111 担当 根津俊明)

まちの人口

～令和4年11月1日現在～

- 男 6,273人
前月比 (－7人)
- 女 6,439人
前月比 (－16人)
- 人口 12,712人
前月比 (－23人)
- 世帯数 5,498世帯
前月比 (－9世帯)

12月分の納期限は12月26日です ※は条件によっては徴収となる場合があります。

口座振替をご利用の方は口座預貯金残高を確認しておください	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		○		○		○			○			
国民健康保険税	※	※		○	○	○	○	○	○	○		※
軽自動車税		○										
介護保険料	※	※		○	○	○	○	○	○	○		※
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)				○				○				○
後期高齢者医療保険料	※	※		○	○	○	○	○	○	○	○	※