



広報

つまごい12

2021
(令和3年)
December
No.849

Tsumagoi Public information

CONTENTS

全国町村監査委員協議会表彰受賞 ほか……………	P2	カメラニュース……………	P10～P12
子育て世帯臨時特別給付金 ほか……………	P3～P5	読者の広場……………	P13
マイナンバーカードの健康保険証利用 ほか……………	P6～P7	公民館だより ほか……………	P14～P19
嬭恋村の介護保険について……………	P8～P9	行事予定……………	P20

■発行/嬭恋村役場 〒377-1692 群馬県吾妻郡嬭恋村大字大前110番地 TEL0279-96-0511 FAX0279-96-0516 ■発行日/令和3年12月15日
E-mail kouhou-tsu@vill.tsumagoi.gunma.jp 嬭恋村ホームページ <http://www.vill.tsumagoi.gunma.jp/>

人権推進大会

11月25日(木)「令和3年度人権推進大会」が開催され、西部幼稚園の黒岩理恵教諭による人権教育の実践発表と、ジャーナリストの安田純平氏による「シリア人質40ヶ月の真相」と題した講演会が行われました。安田先生の講演では、罪のない一般人が犠牲となり誰がいつ亡くなってもおかしくない戦争の事や、武装勢力に拘束された40ヶ月の生活の裏側と人権についてお話をいただきました。





前田 まさ代さん
(田代)



黒岩 宏さん
(鎌原)

新しい公文書公開審査会委員
(兼個人情報保護審査会委員)を紹介します

11月1日付けで、2名の方が村
執行機関の委員に就任されました
ので紹介します。

・公文書公開審査会委員	任期 令和3年11月1日～ 令和7年10月31日
・個人情報保護審査会委員	任期 令和3年11月1日～ 令和5年10月31日

全国町村監査委員
協議会表彰受賞



大野 克美さん (万座)

婦恋村監査委員の大野克美さんが、全国町村
監査委員協議会における令和3年度町村監査功
労者表彰を受賞され、11月24日に熊川村長より
表彰状の伝達が行われました。

大野克美さんは、多年にわたり村の監査委員を
務められており、監査事務を通じて村財政の効率
的な運営と村政の発展に貢献された功績が認め
られ、今回の受賞となりました。

冬期の除雪について
10cmの積雪または積雪が予想される場合に作業を開始します
県および村が管理している国
道、県道、村道の除雪作業は、10
cmの積雪または積雪が予想される
ときに作業を開始しますが、その
作業の多くは、夜間から早朝に行
われます。路上駐車等除雪の妨げ
になる行為は危険を伴うことがあ
りますのでご注意ください。ま
た、凍結が予想されるときに主要
幹線道路では凍結防止剤を散布し
ますが、凍結が全てなくなるわけ
ではありません。スリップ事故防
止のためスピードを控えた安全運
転をお願いします。除雪により樹
木や竹などが交通の障害となる場
合は、円滑な通行を確保するため
に所有者の了承を得ずに伐採・撤
去などを行う場合があります。除
雪作業に対し、ご理解とご協力を
お願いします。

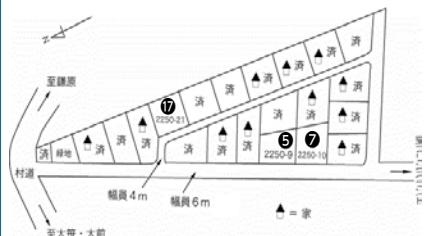
冬期の除雪について

10cmの積雪または積雪が予想される場合に作業を開始します

村営細原宅地分譲地
販売中!!

現在、村営細原分譲地は3区画
を販売しています。日当たり良好
な閑静な場所です。各区分と販売
価格は次のとおりです。詳細はお
問い合わせください。

◇問い合わせ先
建設課 ☎96-1973



【販売価格および面積】 (令和3年12月現在)		
番号	面積(m ²)	分譲価格(円)
5	456.48	1,917,000
7	456.49	1,917,000
17	451.81	1,897,000

地域の皆さまのご協力をお願いします

- ①道路などの除雪によって家の出
入り口に寄せられた雪の除雪
(高齢者世帯については地域の
皆さまのご協力をお願いします。)
- ②宅地内などの雪を絶対に道路に
出さないでください。(交通事
故の原因になります。)
- ③地域内の生活道路の除雪
- ④歩道や通学路の除雪

▽問い合わせ先

- ◎国道・県道 中之条土木事務所
☎0279-7513047
- ◎村道 役場建設課
☎96-1973

国民健康保険・後期高齢者医療保険からのお知らせ

人間ドック受診費用の一部を助成します

申請期限 令和4年2月末日

医療機関に予約し、助成金の申請をしてから受診してください。

【後期高齢者医療保険加入者】
20,000円（継続受診の加算金あり・上限23,000円）

▽申請方法

- ①医療機関へ受診日を予約
- ②助成金の申請
受診日が決まったら、助成金申請書兼請求書を住民課窓口へ提出してください。（ホームページからダウンロード可能です）
※申請には、振込先口座が分かるもの（預金通帳など）をご持参ください。
- ③人間ドックを受診
- ④結果を提出
受診後に健診結果、領収書（原本）、質問票を住民課窓口へ提出してください。

▽対象者

- 婦恋村国民健康保険加入者（受診日の年齢が40歳以上75歳未満）
- 後期高齢者医療保険被加入者（受診日の年齢が75歳以上）
- 令和4年3月末日までに受診予定の方。

○国民健康保険税および後期高齢者医療保険料を滞納していない方。
○婦恋村が実施する特定健診、JA婦恋村の実施する健診および個別で医療機関にて特定健診を受けていない方。

▽助成対象ドック

人間ドック（日帰り・1泊2日）・脳ドック（特定検査項目を満たしていること。）

※オプション検査項目は対象外。

▽助成金額

【国民健康保険加入者】
23,000円

難病患者見舞金支給制度について

婦恋村では群馬県が実施する特定医療費（指定難病）・小児慢性特定疾病・先天性血液凝固因子等の医療の給付を受けている方々に対して見舞金を支給しています。

▽支給対象

群馬県が発行する次のいずれかの受給者証を所持している方

- ・特定医療費（指定難病）受給者証
- ・小児慢性特定医療費医療受給者証
- ・先天性血液凝固因子障害等医療受給者証

▽支給金額

月額 2,000円

※申請した月分から支給

▽支給方法

指定の口座への振込み

▽支給月

毎年3月（申請月）その年度の3月分までの見舞金をまとめて支給

▽申請方法

群馬県より交付を受けた受給者

証を持参し、健康福祉課にお越しください。また、見舞金は指定の口座への振込みになりますので、振込先口座が分かるもの（預金通帳など）をご持参ください。

■難病患者見舞金を継続して受給している方へ

既に申請書を提出し、見舞金を受給している方は、毎年1月に現況届を提出していただく必要があります。対象となる方には1月上旬に通知を送付しますので、必ずご確認ください必要な書類を揃えて健康福祉課で手続きをお願いします。

※見舞金を受給している方で次に当てはまる場合は速やかに健康福祉課まで届出をしてください。

- ・疾病が治癒したとき
- ・死亡したとき
- ・住所を変更したとき

▽問い合わせ先

健康福祉課 ☎96-0512

長野原警察署からのお知らせ 年末特別警戒を実施しています 【12月11日～31日まで】

昼間は特殊詐欺被害防止などを中心とした金融機関およびその周辺、侵入盗被害防止のための住宅街等での警戒、夜間はコンビニ等深夜営業店での犯罪防止のための警戒活動を強化して犯罪抑止を図ります。

皆さまも親族や官公庁職員を名乗り、お金やキャッシュカードを要求する詐欺の電話や不審なメールがきた時、不審者や不審車両を見かけた時はすぐに警察へ通報してください。

上州くん安全・安心メール 登録者募集中!!

群馬県警では通学路等で発生した不審者情報や交通安全情報などを「上州くん安全・安心メール」でEメール配信しています。配信を希望される方は「QRコード」からアクセスのうえ登録していただき、自主防犯活動などにお役立てください。

◇問い合わせ先
長野原警察署・
西吾妻地区防犯協会
☎0279-82-0110



子育て世帯への臨時特別給付金（先行給付金）について

国では新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、その影響を受けている子育て世帯を支援する観点から、子育て世帯への臨時特別給付金（先行給付金）を支給します。

▽対象児童

平成15年4月2日～令和4年3月31日までに生まれた児童
※保護者の所得が児童手当の所得制限限度額を超過し、特例給付相当となっている方は対象とはなりません。（別表参照）

▽支給対象者

右記の対象児童の保護者のうち、生計を維持する程度の高い者（児童手当受給者もしくはそれに準ずる者）
▽支給額 児童一人につき5万円
▽手続きや支給時期など
・ 婦恋村から児童手当が支払われている方は12月23日（木）に児童

別表 所得制限限度額（単位：万円）

扶養親族数	所得制限限度額	収入額の目安
0人	622.0	833.3
1人	660.0	875.6
2人	698.0	917.8
3人	736.0	960.0
4人	774.0	1002.1
5人	812.0	1042.1

『収入額の目安』は、給与収入のみで計算していますので、ご注意ください。

注1) 所得税法に規定する老人控除対象配偶者又は老人扶養親族がいる方の限度額（所得額ベース）は、上記の額に当該者1人につき6万円を加算した額になります。

注2) 扶養親族等の数が6人以上の場合の限度額（所得額ベース）は、5人を超えた1人につき38万円（扶養親族等が老人控除対象配偶者又は老人扶養親族であるときは44万円）を加算した額になります。

手当口座に振り込みをいたします。12月中旬に通知を発送しますのでご確認ください。

※令和3年10月1日以降に生まれた児童は申請が必要になる場合があります。

・ 公務員の方、高校生等のみを養育している方は申請が必要となります。12月中旬にお知らせ通知を発送しますのでご確認ください。支払は令和4年1月以降になる見込です。

婦恋村では国の実施する先行給付金に合わせ、村独自で同様の対象者に対し5万円を支給します。対象となる方には12月中旬に通知を発送いたしますので併せてご確認ください。

▽問い合わせ先
健康福祉課 ☎96-0512

令和4年度学童保育所入所児童募集

▽開設場所

・ 東部学童保育所（東部小学校併設）
・ 西部学童保育所（西部小学校併設）

▽対象者

来年度村内の小学校へ通学予定で次の①～③に該当する児童

① 保護者等が仕事などで昼間家庭にいない児童

② 保護者が病気で保育困難な児童

③ 看護・介護および母親の出産などにより家庭で保育困難な児童

▽対象年齢
小学校1年生～6年生まで

▽開所時間

・ 放課後～午後6時（月～金曜日）
・ 午前8時30分～午後6時（土曜日、夏休み等）

▽申込方法 教育委員会事務局または学童保育所入所申込書を受け取り、必要書類を添えて教育委員会へ提出ください。

▽提出期限 1月28日（金）

▽保育料 無料

▽一時保育について

通常保育の対象とならない場合でも定員に余裕があり、保護者の就労・傷病・介護等の理由で一時的に保育が困難となる場合は一時保育を利用できます。

※利用予定日の3日前までに申込書を提出してください。

▽その他
・ 送迎は、保護者の方がお願いします。

・ 年間を通じて利用希望児童について申込みください。夏休みのみの入所希望児童については令和4年5月以降にお知らせします。

▽申込・問い合わせ先
教育委員会事務局
☎96-0544

税務署からのお知らせ

令和3年中に土地・建物を売却・交換など譲渡された方へ

ください。

▽相談予定日時

毎月第1・第3水曜日

午前9時～午後4時

▽予約・問い合わせ先

前橋税務署資産課税部門

☎0279-7519067

相談は事前予約制となっておりますので、電話でお問い合わせください。

償却資産にも固定資産税がかかります

償却資産とは

商店・工場・農業などの事業をしている方やアパート・駐車場などを貸し付けている方が、その事業のために用いることができる構築物・機械・器具・備品等の資産(土地・家屋を除く)のことをいいます。土地や家屋と同じように固定資産税が課税されます。所得(所得税・法人税)の計算上では、減価償却の対象となるものをいいます。

申告のご準備を!

償却資産は、確定申告だけでなく、固定資産としての申告が必要です。婦恋村内に償却資産を所有している方は、毎年1月1日現在に所有する資産の申告をお願いします。

令和4年度の申告

■申告期限：令和4年1月31日(月)

期限直前は混雑が予想されるため、早めの申告にご協力ください。

●対象(個人および法人)

- 令和4年1月1日時点で、①村内で事業を営んでいる方
②村内で事業用の償却資産を貸し付けている方
③村内で太陽光発電による売電を行っている方 のいずれかに該当する方

●申告対象資産の例

共通	パソコン、コピー機、ルームエアコン、応接セット、看板、LAN設備、駐車場設備、受変電設備、舗装路面、門、堀、外構、外灯、内装・内部造作等、簡易間仕切、ロッカー、キャビネット、レジスター、金庫 など		
飲食店	客用家具、厨房設備、レジスター、カラオケセット、冷蔵庫 など	工場	各種製造設備(施盤、金型、プレス機など)、構内舗装 など
ホテル・旅館	客室備品、洗濯設備、製氷機、ボイラー、庭園 など	建設業	ブルドーザー、ポンプ、ポータブル発電機、パワーショベル など
理容業・美容業	理・美容椅子、洗面設備、タオル蒸し器、サインポールなど	医院	ベッド、手術台、X線装置、調剤機器 など
ガソリンスタンド	オイルチェンジャー、洗車機、ガソリン計量器、照明設備 など	小売店	商品陳列ケース、冷蔵庫、自動販売機、冷蔵ストッカー など
農業	農業用機械設備、器具、ビニールハウス など	不動産賃貸業	屋外電気設備、アスファルト舗装、植栽等外構工事 など
太陽光発電設備	野立て、カーポート上、住宅・店舗・工場等の屋根の上の売電設備 (個人で売電を行っている方も対象)		

×申告が不要な資産

- 自動車税、軽自動車税の対象となる自動車・無形固定資産(鉱業権・特許権・営業権・ソフトウェア等)
- 屋根材一体型のソーラーパネル(家屋として固定資産税が課税)

【婦恋村に所在の償却資産申告書の提出先・問い合わせ先】 税務会計課固定資産税係 ☎96-0513

農耕作業用トラレーザにナンバー登録が必要になりました

■農耕作業用トラレーザの課税について

これまで償却資産として固定資産税の課税対象であったトラレーザタイプの農作業機が、軽自動車税(種別割)の課税対象になります。(道路運送車両法施行規則別表第一の変更による)

■課税対象となる農耕作業用トラレーザの判断基準について

農耕トラクタのみによりけん引され、農地における肥料・薬剤等散布、耕うん、収穫等の農耕作業や農耕機械等の運搬作業を行うために必要な構造を有する被けん引自動車(最高速度35km未満の農耕トラクタにけん引される農耕作業用トラレーザが該当となります)

※具体例：運搬用トラレーザ、マニュアルアスプレッダ(堆肥散布機)

■農耕作業用トラレーザをお持ちの方
農耕作業用トラレーザをお持ちの方は、他の小型特殊自動車と同様にナンバー登録が必要になります。該当者の方は役場税務会計課にて申告をお願いします。

※小型特殊自動車は軽自動車税の課税対象(ナンバー登録が必要)です。公道を走行しない(工場内や田畑でしか使用しない)車両でも、所有していれば課税されます。

▽問い合わせ先
税務会計課 ☎96-0513

マイナンバーカードの申請はお済みですか？

マイナンバーカードは、身分証明書として利用できる顔写真付きのカードです。

表面には氏名・生年月日・住所、顔写真が、裏面にはマイナンバー（個人番号）が表示されます。

ICチップには電子証明書を搭載でき、コンビニでの証明書（住民票・印鑑登録証明書）交付サービスや、e-Taxなどの電子申請に利用いただけます。

マイナンバーカードの交付を希望される場合は、申請が必要です。

申請方法は、カード受け取りの際に役場にお越しいただく「交付時来庁方式」と、交付申請書の提出の際にお越しいただく「申請時来庁方式」の2種類があります。

申請方法によって受け取りの方法が異なりますので、ご都合のよい方法で申請をしてください。

■交付時来庁方式

ご自身でオンラインまたは郵送で申請し、カードを受け取る際に役場にお越しいただき、本人確認や暗証番号の設定などをおこないカードを交付します。

■申請時来庁方式

申請者本人が役場にお越しいただき、役場駐車場へ設置の自動証明写真機か専用端末で申請をし、その場で本人確認、暗証番号の設

定を行い、後日郵送（本人限定受取または簡易書留）によりカードの交付をします。

申請時来庁方式での申請を希望される場合は、必ず申請者本人が役場へお越しください。

※申請者本人が15歳未満の場合や成年被後見人の場合は必ず法定代理人が同行してください。詳細はお問い合わせください。

※必要なものが揃っていない場合は交付時に再度お越しいただくこととなりますのでご注意ください。

■役場へ来庁の際必要な持ち物

○本人確認書類（A群を1点またはB群を2点）

○通知カード（紛失の場合は来庁時に紛失届を記入）

○住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）

▽問い合わせ先

住民課 ☎96-0515

B群	A群
健康保険証、介護保険証、年金手帳、学生証、医療受給者証、預金通帳	運転免許証、運転経歴証明書（交付日が平成24年4月1日以降のもの）、パスポート、身体障害者手帳、療育手帳、在留カード、特別永住者証明書等

マイナンバーカードで、新型コロナワクチンの接種証明書(電子版)が取得できるようになります

■接種証明書(電子版)の申請には、**マイナンバーカードが必要**です。

■新型コロナワクチンの接種証明書(電子版)は、スマートフォン上で専用アプリから申請・取得し、表示可能となります。※マイナンバーカードを読み取ることができるスマートフォンに限りです。マイナンバーカードは、申請から交付の準備ができるまで概ね1か月かかります。お早めに申請・受け取りいただくようお願いします。

※新型コロナワクチンの接種証明書(電子版)は、2021年12月中旬頃から申請受付開始予定です。具体的な時期は決定次第、改めてお伝えいたします。

◇問い合わせ先 健康福祉課 ☎96-0512



交通安全ポスターを村ホームページで紹介しています

西吾妻交通対策協議会連合会が主催し、毎年、西吾妻地域の交通安全にふさわしいポスターを応募し、交通安全の普及啓発に取り組んでいます。今年度の入選作品および応募作品を、村ホームページにおいて紹介しています。ぜひご覧ください。

◇掲載期間 令和4年1月31日まで

※右記のQRコードを読み取るか、または村HPのトップページより該当ページにお進みください。

◇問い合わせ先 総務課 ☎96-0511



「社会を明るくする運動」募金結果

7月の「社会を明るくする運動」の募金ではたくさんの皆さまのご協力をいただき、ありがとうございました。

この募金は、罪を犯した人の更生活動および犯罪防止活動に使われます。

◇募金結果

件数 2, 422件
金額 570, 522円



マイナンバーカードが健康保険証として利用できます！

※従来の健康保険証が利用できなくなるわけではありません。



1 マイナンバーカードをカードリーダーに置く

カードの顔写真を機器で確認します。
※顔写真は機器に保存されません。



2 オンラインであなたの医療保険資格を確認！

マイナンバーカードのICチップにある電子証明書により医療保険の資格をオンラインで確認します。



どんないいことが？ 7つのメリット

POINT 1 より良い医療が可能に！

本人が同意をすれば、初めての医療機関でも、特定健診情報や今までに使った薬剤情報が医師等と共有でき、より適切な医療が受けられるようになります。
※特定健診情報の閲覧は、医療保険者によって開始時期が異なります。
※薬剤情報の閲覧は2021年10月開始。

POINT 2 自身の健康管理に役立つ！

マイナポータルで、2021年10月までに、自分の特定健診情報を順次閲覧できるようになり、2021年10月から自分の薬剤情報を閲覧できます。
※特定健診情報の閲覧は、医療保険者によって開始時期が異なります。

POINT 3 オンラインで医療費控除がより簡単に！

マイナポータルで、2021年11月から自分の医療費通知情報が閲覧できます。
また、2021年分所得税の確定申告から、医療費控除の手続きで、マイナポータルを通じて医療費通知情報の自動入力が可能となります。

POINT 4 手続きなしで限度額を超える一時的な支払が不要に！

限度額適用認定証がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。
※自治体独自の医療費助成等については、書類の持参が必要です。

POINT 5 医療保険の資格確認がスムーズに！

カードリーダーで顔写真を確認すれば、スムーズに医療保険の資格確認ができ、医療機関や薬局の受け付けにおける事務処理の効率化が期待できます。

POINT 6 医療費の事務コストの削減！

医療保険の請求誤り等が減少することから、医療保険者等の事務処理コストが削減でき、持続可能な制度運営につながる見込みです。

POINT 7 健康保険証としてずっと使える！

就職や転職、引越をしても、マイナンバーカードを健康保険証としてずっと使うことができます。医療保険者が変わる場合は、加入の届出が引き続き必要です。

マイナンバーカードを健康保険証として利用できる医療機関・薬局は、下のステッカーやポスターが目印です！利用できる医療機関・薬局は、順次増えていきます。



厚生労働省のホームページでも利用できる医療機関・薬局をご案内しています。

▲ステッカー ポスター▶

◇役場住民課窓口でマイナンバーカードの保険証利用登録の補助を行っていますのでお問い合わせください。
◇マイナンバーカードをまだお持ちでない方は、この機会にぜひマイナンバーカード取得をご検討ください。



問い合わせ先 住民課 ☎96-0515

孺恋村の介護保険

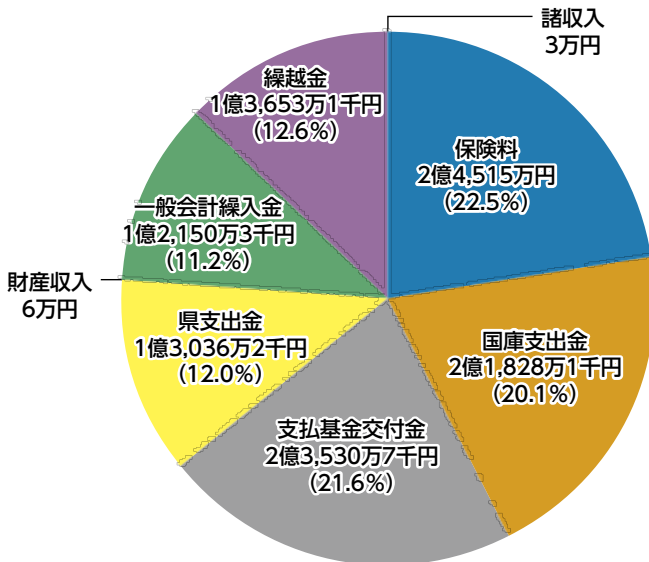
「みんなの力で、生涯いきいきと安心して暮らせるむら」

介護保険制度は、村が運営主体となり、40歳以上の方が加入者として保険料を出し合い、介護が必要となったときには、費用の一部を支払って、サービスを利用できるしくみです。介護保険では、サービスの提供だけでなく、高齢者の方が可能な限り健康で、安心して住み慣れた地域で生きがいを持って暮らし続けるために、介護予防や健康づくり、高齢者の暮らしにかかわる様々な取組を行っています。

次の世代の方が高齢になっても、孺恋村で生涯いきいきと安心して生活をし、介護が必要になったとき安心して介護サービスが受けられるように、介護保険制度を活用しましょう。

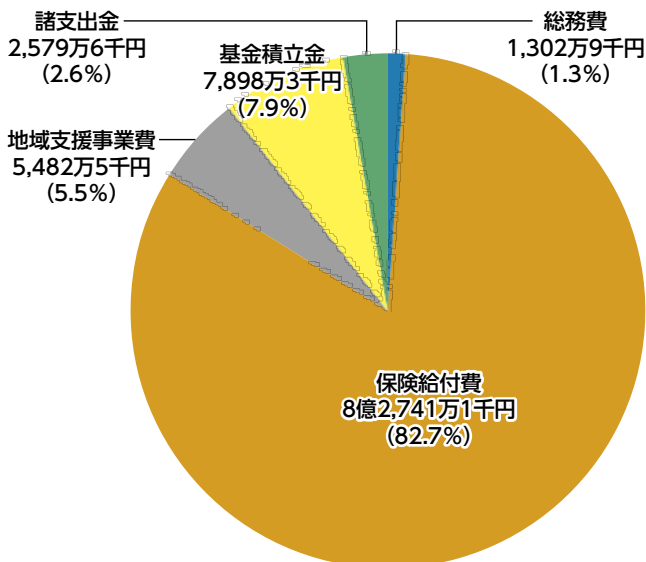
令和2年度介護保険特別会計の決算

歳入 10億8,722万8千円



- 保険料
第1号被保険者（65歳以上の方の保険料）
- 国庫支出金
介護給付費・地域支援事業に必要な国の負担金
- 支払基金交付金
第2号被保険者（40歳から64歳の方）の保険料に相当する交付金
- 県支出金
介護給付費・地域支援事業に必要な県の負担金
- 一般会計繰入金
介護給付費・地域支援事業や人件費、保険料徴収等に必要な村負担金
- 繰越金：前年度繰越金

歳出 10億4万4千円



- 総務費：事務費・人件費
- 保険給付費
介護・介護予防給付などに要する経費
- 地域支援事業費
村が実施する介護予防などの事業にかかる支出
- 基金積立金
介護保険給付費準備基金などへの積立金
- 諸支出金
他会計への繰出金、過年度分に係る保険料や補助金等の償還金

歳入と歳出の差額（8,718万4千円）は国・県交付金等の返還金に使われます。

介護保険給付費 一人年間約142万1千円（令和2年度実績）

介護給付費とは、デイサービスやヘルパー、老人ホームなどの介護保険サービスのうち利用者負担（1割または2割、3割）を除いた給付費にかかる費用で、令和2年度は介護保険特別会計の歳出総額の約8割を占める8億2741万1千円でした。

要介護（要支援）認定者数で換算すると、1人当たり年間約142万1千円給付したことになります。この費用は、40歳以上の皆さんが納めている保険料で50%、残りの50%を公費によって賄われています。

どのようなサービスを使うかは、利用者とその家族、ケアマネジャーで話し合い、本人の希望や課題、家族の状況や環境を考慮し、本人にとって最も適切なサービス内容を決めています。しかし、現在、施設や事業所が満員で希望したサービスを十分に使えないケースも起きています。

1人年間約142万円

サービスの例

ヘルパー、デイサービス、老人ホーム、グループホーム、ショートステイ、福祉用具、住宅改修、訪問看護、訪問リハビリ など

40～64歳の保険料
38万4千円

国県村
71万1千円

65歳以上の保険料
32万7千円



婦恋村の高齢化率は令和2年度末現在で37.4%、要介護等認定者数は582人でした。20年後の令和22年（2040年）には、高齢化率が46.3%となり、要介護等認定者数は730人になることが予想されています（婦恋村第8期介護保険事業計画）

介護予防への取組

介護保険では、要介護状態等になることを予防し、社会に参加しつつ、地域において自立した日常生活を営むことができるように支援を行っています。地域包括支援センターを中心に社会福祉協議会や地域の関係機関と連携・協力し、介護予防や健康づくり、問題解決への支援、地域づくりに取り組んでいます。

身近な相談窓口 婦恋村地域包括支援センター

ご相談ください（総合相談・支援）

高齢者のみなさんやその家族、近隣に暮らす方の介護に関するお悩みや問題に対応します。介護に関する相談や心配ごと、健康や福祉、医療や生活に関することなどいろいろご相談ください。

在宅での自立した生活のために（介護予防ケアマネジメント）

できる限り在宅での自立した生活が継続できるよう、介護予防の相談や介護予防ケアプランの作成を行います。65才以上のすべての方の健康づくり介護予防を応援するための相談を行っています。

権利を守りたい（権利擁護・虐待防止など）

高齢者のみなさんが安心して暮らせるよう、成年後見制度の紹介や、虐待防止などに対応します。

さまざまな方面から支えたい（包括的継続的ケアマネジメント）

高齢者のみなさんを支える地域のケアマネジャーの指導や支援のほか、地域の社会資源を活用したケアマネジメント体制づくりに力をいれます。

婦恋村大字大前1100 婦恋村農村環境改善センター内 ☎96-1336

介護予防普及啓発事業

- ・いきいき教室 ・フレイル予防教室
- ・健康づくり教室
- ・介護予防講演会

地域介護予防活動支援事業

- ・ミニデイひまわり
- ・サロン活動支援・補助
- ・フレイル予防サポーター養成

認知症総合支援事業

- ・ほほ笑みカフェ
- ・認知症介護相談会
- ・認知症サポーター養成

婦恋村高齢者福祉計画及び第8期介護保険事業計画は村HPでご覧になれます。



婦恋村HP

満百歳おめでとうございます 土屋ヒサエさん（千俣）

土屋ヒサエさんは、11月20日に満100歳を迎えました。
自宅にて、村長から満百歳の長寿を記念し、慶祝状と祝金の伝達が行われました。
土屋さんに普段は何をしてお過ごしですかと何うと「自宅前の畑での野菜作りと裁縫をするのが好きです」とおっしゃっていました。
また、好きな食べ物はとの問いに「好き嫌いなくなんでも食べます」とおっしゃり、長寿の秘訣だと思いました。
これからもますますのご長寿をご祈念します。
令和3年11月20日現在、当村の100歳以上の方は17名となりました。



ぐんま花のまちづくりコンクール最優秀賞（県知事賞）受賞おめでとうございます



10月30日（土）ぐんまフラワーパークにおいて「ぐんま花のまちづくりコンクール」の表彰式が行われ、鳥山順子さん（鎌原）が最優秀賞を受賞しました。
この賞は、地域を花で美しく飾り、潤いのある生活環境の創出を行っている方に贈られる賞です。鳥山さんは、自宅ガーデンの花の表現やデザイン性、また、あさま高原オープンガーデン推進協議会での地域活性化のための活動が高く評価され今回の受賞となりました。

“社会を明るくする運動” 作文コンテスト 吾妻地区代表に嬬恋中学校の生徒が入選！

第71回“社会を明るくする運動”作文コンテストにおいて、嬬恋中学校3年黒岩さんの作品「僕にとっての明るい社会」が吾妻地区代表として入選し、12月3日に吾妻保護区保護司会長より表彰を受けました。

また同日に、社会を明るくする運動の一環として嬬恋村更生保護活動連絡協議会会長および嬬恋村更生保護女性会長より中学生に薬物乱用防止グッズを配布しました。

嬬恋村更生保護女性会の皆さんは、毎年「しおり人形」や「おりがみコマ」を村内の幼稚園・保育園・小学校・中学校・高校へ配布し、更生保護や薬物乱用防止について普及啓発を行っています。

写真は印刷版広報に掲載しています



▲清掃活動の様子



防災についての学習会の様子

嬬恋村日赤奉仕団の活動について

日赤奉仕団は、赤十字のボランティア活動を通じて“地域社会を住みよくしよう”という気持ちを持った人々によって組織されています。嬬恋村では、各地区に地区分団が組織され、地区分団が集まって、嬬恋村日赤奉仕団が組織されています。

10月22日（金）には、村内JR駅3か所（万座・鹿沢口駅、大前駅、袋倉駅）の待合室等の清掃活動を行いました。この活動は、利用者の方に気持ちよく使ってもらえるようにと、例年同時期に行っています。

その後は、地域での防災への備えを知り、日頃から活用することで災害時に役立てられるよう防災についての学習会を行い、各地区に配備されている防災釜の使用やアルファ米の調理、スマートシティ防災システムLINEの操作など、体験を通じて学びました。

9月に行われた検定試験で
2名の方が合格しました!

珠算検定1級合格おめでとうございます 広報つまごいでは珠算検定1級に合格した方を紹介しています

写真は印刷版広報に掲載しています。また氏名など表記の一部を変更しています。

【木村さん(孺恋中2年)】

木村さんは、小学校3年生の時に友達に誘われたことがきっかけで珠算教室に通うようになりました。

順調に検定を合格していった木村さんでしたが、1級検定では、緊張から指がうまく動かなくなるなど苦戦したそうです。中学校1年生からは教室には通わず、自分自身で練習を積み重ね今回の合格をつかみ取りました。「周りの友達が合格していく中で焦りなどもありましたが、今回1級に合格する事が出来て信じられないくらい嬉しかった。」と合格の喜びを語ってくれました。

次の目標は英検2級合格。部活動の陸上と両立しながら、これからも頑張ってください。

【上坂さん(東部小6年)】

上坂さんは、小学校1年生の時に母さんに「計算が楽しくなるよ」と勧められたことがきっかけで珠算教室に通うようになりました。

級が上がるにつれて珠算がどんどん楽しくなった上坂さんですが、1級検定の練習では、合格点に届かず泣きながら取り組んだ事もあったそうです。3回目の受験で1級合格を果たし「諦めずに受験して良かった。珠算を続けたことで、珠算以外の場面でも頑張れば出来るかもしれないと、挑戦しようと思えるようになった。」と珠算検定を通して自分に自信が持てるようになったようです。

次は珠算検定で段位を取得すること、と新たな目標も語ってくれました。

令和3年度孺恋村スポーツ協会表彰

前年度、各種競技において優秀な成績をおさめられた個人および団体の皆さまが受賞されました。(敬称略)

【スポーツ協会表彰】

結果は印刷版広報に掲載しています

第57回群馬県スポーツ少年団 剣道大会北毛ブロック大会

- ◇期 日 11月14日(日)
- ◇場 所 沼田市立白沢中学校体育館
- ◇結 果 (村内のみ・敬称略)

結果は印刷版広報に掲載しています

第40回吾妻郡小学生剣道大会が開催されました

- ◇期 日 11月7日(日)
- ◇場 所 中之条町総合体育館
- ◇結 果 (村内のみ・敬称略)

結果および写真は印刷版広報に掲載しています

訂正のお知らせとお詫び

先月記載いたしました「竹渕農園さんから東部こども園へさつまいものお届け」の記載内容（名前等）に誤りがございました。深くお詫び申し上げますとともに、以下の通り訂正させていただきます。

竹渕農園高原野菜直売所（やさいやさん）の畑でさつまいも堀り 竹渕郁夫さん

鎌原の竹渕郁夫さんの畑で30年以上前から婦恋の園児や児童は、春に苗植え、秋にさつまいも掘りを体験させてもらっています。

10月15日（金）、年長組が芋掘り体験をさせていただく予定でしたが、天候に恵まれず中止になりました。後日、職員で芋掘りを行い園児たちに届け、全園児が家庭に持ち帰りました。大きなお芋をたくさん持ち帰った子どもたち、家庭ではどんなお料理になったのでしょうか？



畑で獲れたさつまいも

写真は印刷版広報に掲載しています

東部こども園年長組の皆さん





印刷版広報に掲載しています

“ここにこ赤ちゃん”募集!!

登場希望の方は役場総務課広報係へ(2歳未満のお子さん)

☎96-0511 まで

食改推の 今月のおやつ



りんごの ガトー・インビジブル

(1人分の栄養価)
・エネルギー: 55kcal
・たんぱく質: 1.5g
・脂質: 1.1g
・カルシウム: 21mg
・塩分: 0.1g

★材料(16人分) 26cmフライパン

りんご・・・1個
ホットケーキミックス・・・1袋(150g)
卵・・・1個
牛乳・・・130ml位
バニラエッセンス・・・2～3滴
シナモンパウダー・・・お好みで
サラダ油・・・適宜

★作り方

- ①りんごは皮をむいて、薄くスライスする。
- ②ボウルにホットケーキミックスを入れ、溶き卵を入れ混ぜる。牛乳を少しずつ注いで混ぜ、バニラエッセンスとお好みでシナモンパウダーを加える。
- ③②に①を少しずつ入れ、ざっくり混ぜる。
- ④熱したフライパンにサラダ油を薄くひき、③を静かに注ぐ。
- ⑤弱火で蓋をして5分、焼き色がついたらひっくり返す。裏面も同様に5～8分じっくり焼く。
- ⑥竹串を刺して何もついてこなければ、完成!16等分に切る。

※ガトー・インビジブルとは「見えないケーキ」という意味です。
果物と生地が一体化したかのような層ができてから食べてください。

食生活改善推進員さんによる手作りおやつを紹介します。
みなさんもぜひご家庭で親子で作ってみてください。

新しいALTを 紹介します!



Hi! Nice to meet you all! My name is Yuki Yamasaki. I'm from Detroit, Michigan in America. Michigan is famous for making cherries. My hobbies are sports and music. I especially like J-pop and Jazz. I like playing soccer as well. I'm really looking forward to living in Tsumagoi!

初めまして。山崎優輝(ヤマサキ ユウキ)と申します。
アメリカのミシガン州から来ました。ミシガンの名物はチェリーです。趣味はスポーツと音楽です。J-popとジャズが好きです。サッカーも好きです。婦恋に住むことをとても楽しみにしています。よろしくお願いします!

※ユウキ先生は、東部小学校と西部小学校の英語の授業を担当します。

新しい地域おこし協力隊 を紹介します

いまいづみ たつや
今泉 達也



- ◇出身地 東京都八王子市
- ◇配属先・活動分野 農林振興課・鳥獣被害対策
- ◇趣味

昔から機械に触れるのが好きだったので、バイクや車の修理・カスタマイズをしたり、最近では各地の「道の駅」を巡るドライブによく出かけています。その他にも釣り・キャンプといったアウトドア全般や音楽鑑賞も好きです。

◇今までどんなことをしてきましたか？

学生の頃からコーヒーが好きだったため、大学卒業後はコーヒー関連の企業に就職し、関連資格を取得したり様々なコーヒーを飲用する機会に恵まれてきました。

◇嬭恋村を知ったきっかけや応募した理由は？

これまで嬭恋村に訪れたことはありませんでしたが、募集ページで村名を見かけたときに「ユニークな名前だな」と興味を引かれ、嬭恋村に関連するウェブサイトなどを調べると、村の特産品や一年を通じて楽しめる自然環境が紹介されていて、実際にやってみたいくなり応募に至りました。

◇嬭恋村の印象は？

初めて嬭恋村に訪れた時、想像していたよりも涼しく、空気が格段においしかったのが印象的でした。周囲を山々に囲まれ、そこから多くの川が流れ込み、夜になれば都心では見られない星空が広がっていて、私にとってはどれも新鮮なものでした。

◇今後の抱負

私の場合、鳥獣被害対策という明確なミッションがあるため、いち早く必要な知識を身につけ、関係者との信頼関係を築いていくことで、被害に困っている方の役に立ちたいと考えています。

もうすぐ冬休み！ 冬の青少年健全育成運動が実施されます 12月15日～1月31日

推進目標：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の利用を考えよう

『おぜのかみさま』とは？

標語	標語の内容
お	おくらない
ぜ	ぜったいに会わない
の	のせない
か	かきこまない
み	みない
さ	さがさない
ま	まもる

冬休みを迎えた子どもたちが明るい新年を迎えられるように、家族で話し合い体や心が安全にインターネット（SNS）利用できる環境やルールを考えてみませんか？

◇問い合わせ先

嬭恋村青少年育成推進員連絡協議会

（事務局：教育委員会事務局 社会教育係）

☎80-2330

おぜのかみさま
アニメーション配信中！
県ホームページからも
アクセスできます。

詳しいおぜのかみさまの内容は
県ホームページをご覧ください。



東部公民館図書室情報

◇新着情報

【一般書】

存在しない時間の中で

倒産続きの彼女

海をあげる

これが日本の正体！

楽々かあさんの伝わる！声かけ変換

他14冊

山田宗樹

新川帆立

上間陽子

池上彰

大場美鈴

【児童書】

ゆうれい猫と魔術師の少年

七不思議神社 白い影を追え

星明かり

ぜったい絶命！恐竜ワールド

いろいろクリスマスツリー

他17冊

廣嶋玲子

緑川聖司

熊谷千世子

小川慧、岩本ゼロコ

おおでゆかこ

※新刊本でここに紹介しきれていない本もありますのでお気軽にお問い合わせください。

◇年末年始の休館について

12月28日午後3時～1月3日まで休館となります。

◇問い合わせ先

東部公民館図書室（嬭恋会館） ☎80-2330

Vol.9

田代の鱒谷養魚場では、まぼろしの魚に終わろうとしていた山女（ヤマメ）や岩魚（イワナ）の人工ふ化に成功し、60年以上前から吾妻川水系を含む県内外の溪流に稚魚の放流を行っています。山女は嬭恋村の魚に指定されています。

役場などの各施設の年末年始予定表【12月25日(土)～1月5日(水)】

	12月 25日 (土)	26日 (日)	27日 (月)	28日 (火)	29日 (水)	30日 (木)	31日 (金)	1月 1日 (土)	2日 (日)	3日 (月)	4日 (火)	5日 (水)	備 考
役場(※) ☎96-0511	閉 庁		通常業務				閉 庁				通常業務		
農村環境改善センター ☎96-1551	休 館		通常開館				休 館				通常開館		
にこにこ広場(農村環境改善センター内) ☎82-5722							休 館				通常開館		
婦恋会館 ☎80-2330	午後3時まで	休 館	通常開館	午後3時まで			休 館				通常開館		28日(火) 午後3時まで
婦恋郷土資料館 ☎97-3405	通常開館						休 館				通常開館		
婦恋村地域交流センター ☎82-5566		通常開館					休 館				通常開館		
婦恋村診療所 ☎97-3020	休 診		通常診療				休 診				通常診療		
吾妻郡西部火葬場(草津町) ☎0279-88-0001(予約先)	休業(友引)		通常業務				休業(友引)	休 業		通常業務	休業(友引)		予約は草津町役場へ
吾妻郡東部火葬場(中之条町) ☎0279-75-2111(予約先)	休業(友引)		通常業務				休業(友引)	休 業		通常業務	休業(友引)		予約は中之条町役場へ
婦恋バラギ温泉「湖畔の湯」 ☎80-6020			通常営業				午後6時まで			通常営業			営業時間:午前11時～午後7時
衛生センター(し尿処理) ☎97-2171	休 業		通常営業				休 業				通常営業		
衛生組合(ゴミ収集・処理場) ☎82-2736 (※)	ペットボトル 回収日	休業	可燃ゴミ 年内最終収集日	搬入可			休 業			可燃ゴミ	通常業務		12月27日(月)が 年内最終収集日

※閉庁時でも戸籍の届出(出生・婚姻・死亡等)は宿・日直が受け付けます。

※12月27日(月)が年内最後の収集日です。12月30日は収集されませんのでご注意ください。

※1月の資源ゴミ(紙類)は第2・4土曜(8・22日)、ペットボトル回収は第3・5土曜(15・29日)に変更になります。

第9回入札結果 令和3年10月26日執行

No	工事名	工事場所	工期	落札金額	請負業者	担当課
1	令和3年度 小規模農村整備事業 千俣大原地区 農道整備工事	大字千俣地内	令和3年12月17日	11,200,000 円	黒岩工業(株)	建設課
2	令和3年度 小規模農村整備事業 大平地区 排水路整備工事	大字大笹地内	令和3年12月17日	6,380,000 円	(株)双栄テック 婦恋営業所	建設課
3	令和3年度 小規模農村整備事業 新鹿沢地区 排水路整備工事	大字田代地内	令和4年2月28日	4,080,000 円	(株)清紫園	建設課
4	令和3年度 小規模農村整備事業 鎌原用水地区 水路路肩補修工事	大字鎌原地内	令和3年12月24日	3,840,000 円	熊川重機(株)	上下水道課
5	令和3年度 小規模農村整備事業 浅間開拓中央地区 集落道整備工事	大字鎌原地内	令和4年2月28日	3,240,000 円	熊川重機(株)	建設課
6	令和3年度 小規模農村整備事業 烏居峠地区 排水路整備工事	大字田代地内	令和4年2月28日	2,650,000 円	(有)リバティー産業	建設課
7	令和3年度 小規模農村整備事業 下平地区 排水路整備工事	大字田代地内	令和3年12月17日	2,730,000 円	(株)清紫園	建設課
8	令和3年度 村単林道整備事業 鎌原地区 林道群馬坂線排水整備工事	大字鎌原地内	令和3年12月20日	1,760,000 円	安齊建設(株)	農林振興課

婦恋村会計年度任用職員(臨時職員)募集

村では、令和4年4月1日から採用する会計年度任用職員(臨時職員)の募集を予定しています。

採用職種など

・一般事務補助、保育所保育士、幼稚園教諭、学校公仕、学校支援員、施設管理、調理員、運転手、有害鳥獣対策員など(若干名)

その他

申込方法等、詳細については令和4年1月号の広報でお知らせいたします。

▽申込・問い合わせ先
総務課 ☎96-0511

会計年度任用職員募集 [管理栄養士・保健師] (2月1日採用)

村では、令和4年2月1日から採用する会計年度任用職員を次のとおり募集します。

採用職種(人数は若干名)

・管理栄養士
・保健師

▽基本給料 160, 100円
(通勤手当、期末手当支給、社会保険加入)

申込方法

申込書は、村ホームページからダウンロードまたは役場健康福祉課窓口で入手し、健康福祉課へ提出してください。

申込期間

12月15日(水)～1月11日(火)
※土・日曜日は除く
▽試験日 試験時間等は後日お知らせします。

▽申込・問い合わせ先
健康福祉課 ☎96-0512

西吾妻環境衛生施設組合 会計年度任用職員募集

西吾妻環境衛生施設組合では次のとおり会計年度任用職員を募集します。

職種 施設・場内作業職員

(粗大ごみ及び不燃ごみ処理他)

募集人員 1人

▽給与 時給1,002円
(日額7,516円) 昇給あり・期末手当支給あり(6月・12月)

▽勤務時間 午前8時30分～午後5時まで(実働7時間30分)

▽雇用期間
令和4年4月1日～令和5年3月31日
(採用後1ヶ月は条件付き採用期間、令和5年4月1日以降の雇用継続制度あり)

▽休日 原則土・日曜日および祝祭日、年末年始

▽待遇 交通費支給、社会保険完備

▽応募方法 履歴書用紙に記入の上、写真を添付し応募してください。

▽応募締切 令和4年1月20日(木) 必着(郵送可)

▽面接試験 令和4年1月28日(金) 午前10時から

▽会場

西吾妻環境衛生センター2階

▽申込・問い合わせ先

西吾妻環境衛生施設組合
〒377-1305 長野原町大字与喜屋1610-1
☎0279-82-2736

※ご不明な点がありましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。

事業主の皆さま・企業で働く皆さまへ

12月は「職場のハラスメント撲滅月間」です!

令和2年6月1日に「改正労働施策総合推進法」が施行され、中小企業に対する職場のパワハラスメント防止措置は、令和4年4月1日から義務化されます。(令和4年3月31日までは努力義務)

群馬労働局では、各種ハラスメントの相談に対応する「特別相談窓口」を開設しています。お気軽にご相談ください。

▽受付時間
8時30分～17時15分(土日・祝日・年末年始除く)

▽相談窓口・問い合わせ先
群馬労働局雇用環境・均等室
☎027-896-4739

※匿名でも相談も可能。プライバシーは厳守されます。

※相談窓口は年間を通じて利用できます。

男性の料理教室を開催します

婦恋村食生活改善推進協議会では、男性の方にも料理に関心を持ってもらい「健康は食卓から」を実践できるような身近な食材で簡単に作れる料理を紹介いたします。

調理が苦手な方も大歓迎。一緒に楽しく、健康的な食事を作ります。

※必ずマスクを着用してお越しください。

※状況によっては、試食をせずにお弁当にして持ち帰る可能性があります。ご了承ください。

▽日時 1月20日(木)
午前10時～

▽場所 農村環境改善センター
持ち物 エプロン・三角巾

▽申込締切 1月13日(木)

▽人数 先着6名

▽申込・問い合わせ先
保健室 ☎96-1975

剣道を始めませんか? (婦恋剣友会会員募集)

「礼」を大切にする剣道では、相手を思いやる気持ちが育まれます。

子どもたち、お母さん方、青年、成人、高齢者も一緒に、心と体を鍛えています。

コロナウイルス感染対策にも配慮して活動しています。

年齢、経験を問いません。見学・体験にいらして下さい。大

歓迎です。

▽活動日時

【全員での活動】
土曜日 午後7時～9時

【経験者の稽古】

火・木曜 午後8時～8時半

▽活動場所 婦恋高校体育館

▽年会費 7,000円

(スポーツ傷害保険含む)

▽その他 防具・稽古着は借用できます。

※詳細はHPをご覧ください。
婦恋剣友会ホームページ
<http://stay67.wix.com/tsunagi-kenyukai>

▽問い合わせ先
会長 坂口次郎 ☎97-2786

婦恋剣仁会(剣道)新規会員募集

「礼で始まり、礼で終わる」「挨拶は大きな声で、元気よく」各分野に分かれ、基本から指導します。子どもから大人まで経験は問いません。園児もいます。さあ、始めましょう!

▽稽古日
毎週月・水曜日
午後7時半～8時半

▽場所 婦恋中学校剣道場

▽年会費 6,000円

▽問い合わせ先
小林 伸一
☎090-2559-6902

婦恋村SDGsの取組 地域の課題をみんなで解決しよう！ ～婦恋村キャベツツーリズム研究会～



◇婦恋村キャベツツーリズム研究会とは？

婦恋村キャベツツーリズム研究会(通称:キャツ研)は、農業と観光をはじめ、多様な人々をつなぎ合わせるための場として平成30年に発足しました。村を元気にするための取組や、村の課題解決に向け、村民が主体的に集まり活動しています。世代や業種を超えた仲間たちとの創造性あふれる交流の場として、人と人、思いと思いをつなぎ、持続可能な村づくりを目指しています。

◇キャツ研の取組

キャツ研では、メンバーが婦恋村の未来について自身のアイデアをプレゼンする場「キャツ研ラウンジ」を不定期で開催しています。プレゼンの内容はプロジェクトとしてメンバーを募り、実現に向けて動いています。これまで、メンバーの提案は、「ほくほくマルシェ」「冬の運動会ダンダンダン!」「婦恋晴レルヤ」などで実現しています。



キャツ研ラウンジ



ほくほくマルシェ



冬の運動会ダンダンダン!

◇皆さんもキャツ研メンバーになりませんか？

キャツ研では、婦恋村を元気にしたい、婦恋村の未来を考えたいと思っている方を歓迎します。

※詳細はお問い合わせください。

◇問い合わせ先 未来創造課 ☎96-1257



ウィンタースポーツシーズンです!婦恋管内のスキー場がOPEN

スキー場名	オープン日	電話番号	HPアドレス
鹿沢スノーエリア	11月28日 (日)	98-0611	http://www.kazawa.com/snow/
ASAMA2000PARK	11月27日 (土)	0267-23-1714	https://www.asama2000.com
万座温泉スキー場	12月25日 (土)	97-3117	http://www.princehotels.co.jp/ski/manza/
パルコール婦恋リゾート	12月11日 (土)	96-1177	https://tsumagoiskiresort.life/

※各スキー場にお得な情報がございます。詳細は各スキー場のホームページをご覧ください。

◇問い合わせ先 観光商工課 ☎ 82-1293



パクパク給食レシピ



【ビーンズシチュー】4人分

・じゃがいも	200g	・えだ豆(冷凍)	20g
・人参	40g	・大豆水煮	40g
・玉葱	140g	・トマト缶	40g
・豚ももこま切れ	60g	・ビーフシチューの素	適量(55g目安)
・油	少々	・牛乳	80g
・水	適量(600cc目安)		

作り方

- ①じゃがいもは一口大の角切り、人参はいちょう切り、玉葱は薄切りにしておく。
- ②鍋に油を入れ、豚肉を炒める。肉の色が変わったら、人参、たまねぎ、じゃがいもを炒め、玉葱がしんなりしたら適量の水を加えて煮る。
- ③じゃがいもが柔らかくなるまで煮たらAを加え、さらに弱火～中火で煮込む。
- ④シチューの素を溶かし入れ、最後に牛乳を加えて一煮立ちさせたら完成。

一口メモ

みなさんは普段の食生活で“豆”を意識して食べていますか?ビーンズシチューは、一般的なシチューの材料にプラスして豆が入ります。子どもでも抵抗なく大豆等が食べられるのが嬉しい一品です。豆の種類は様々ありますが、給食で良く使われるのが大豆です。大豆は「畑の肉」と言われるほど良質なたんぱく質が豊富で、食物繊維やビタミンB群、カルシウム、鉄、亜鉛、葉酸など、多種類の栄養素を含んでいます。一方で大豆油はコレステロールを含まないのが特徴です。豆腐や納豆、きな粉や味噌といった多くの加工品に変化する大豆。ぜひ健康的な食材として子どもの頃から親しんでいただければと思います。

献立例

- ・ミルクパン・パン・キンサンブルエッグ
- ・こんにゃくサラダ・ビーンズシチュー・牛乳



ビーンズシチュー (小学校分量1人分)

エネルギー	169kcal
たんぱく質	8.8g
脂質	6.6g
カルシウム	61mg
鉄分	1.0mg
食物繊維	6.8g
食塩相当量	1.4g

学校給食摂取基準 (小学校中学年)

エネルギー	650kcal
たんぱく質	26.5g
カルシウム	350mg
鉄分	3mg
食塩相当量	2g未満

スキー教室を 開催します!

スポーツ協会スキー部では、小学生を対象にした無料のスキー教室を開催します。

皆さまお誘いあわせの上ご参加ください。

◇対象 小学生

◇日時 令和4年1月23日(日)・2月13日(日)
午後1時～2時30分

◇定員 30名(先着順)

◇費用 無料

◇会場 パルコール婦恋スキーリゾート

◇受付 当日 正午～午後1時
(パルコール婦恋スキーリゾート
インフォメーション付近)

◇問い合わせ先

婦恋村スポーツ協会事務局(婦恋会館内)

☎80-2330

※各自で傷害保険等に加入してください。

認知症介護相談会

認知症介護に長年携わってきた看護師が、相談を受けます。ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

◇相談日時 毎月第1金曜日 午前10時～正午

1月の相談会 1月7日(金)

◇場所 いきいき交流センター(婦恋村商工会隣)

◇費用 無料 *事前にお申し込みください。

◇申込・問い合わせ先

婦恋村地域包括支援センター ☎96-1336

令和2年度人権標語入選作品

～中学生の部最優秀作品～

伝えよう スマホの文字より 心の声

24時間健康テレホンサービス 1月

☎027-234-4970 を回すと約3分間健康講話が聞けます。

- 月 女性に多い膀胱炎
- 火 爪のみずむし
- 水 歯の訪問診療
- 木 ほくろの数が増えた、大きくなった
- 金 乳がんが心配、どこへかかればいいのか?
- 土 口腔機能発達不全症
- 日

1月の健康相談「直接相談タイム」は13日(木)19:30～21:00です。歯科医師が直接相談に応じます。本サービスの閲覧と健康相談の受付をインターネットでも行っています。
<http://www.raijin.com/kenko/>

つまどい健康ダイヤル24

通話料・相談料無料・24時間・年中無休

☎0120-515-425

経験豊かなスタッフが、健康・医療・介護・育児などに
関する相談にきめ細かくアドバイスいたします。

健康 Hot コラム Vol.100

禁煙によるメリット

お金の節約

1日1箱約500円として、
1ヶ月で15,000円、
1年で約18万円も
節約できます。



肌の老化・薄毛の防止

血流が改善
されることで、
肌の老化・薄毛
防止になります。



時間の節約

喫煙場所を探す必要がな
く、時間に余裕ができます。



長時間禁煙の

ストレスが軽減

飛行機・高速バス移動など
でのストレス要因が減ります。



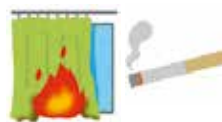
食事がおいしくなる

喫煙は味覚の感覚を鈍く
します。禁煙で料理の味が
わかり、おいしさ
がより増します。



火災リスク防止

火の不始末や寝タバコな
ど、火事を起こすリスクが減
ります。



12月26日(日)

一内 科一
長野原診療所(長野原町)
☎85-2259

一休日夜間一
吾妻さくら病院(中之条町)
☎0279-75-3055

12月29日(水)

一内 科一
桜井クリニック(嬬恋村)
☎97-3800

一休日夜間一
原町赤十字病院(東吾妻町)
☎0279-68-2711

12月30日(木)

一内 科一
長生医院(長野原町)
☎82-2188

一休日夜間一
西吾妻福祉病院(長野原町)
☎0279-83-7111

12月31日(金)

一内 科一
布施医院(草津町)
☎88-2030

一休日夜間一
原町赤十字病院(東吾妻町)
☎0279-68-2711

1月1日(土)

一内 科一
櫻井医院(長野原町)
☎82-3999

一休日夜間一
西吾妻福祉病院(長野原町)
☎0279-83-7111

1月2日(日)

一内 科一
嬬恋村診療所(嬬恋村)
☎97-3020

一休日夜間一
原町赤十字病院(東吾妻町)
☎0279-68-2711

1月3日(月)

一内 科一
草津こまぐさ病院(草津町)
☎88-4321

一休日夜間一
西吾妻福祉病院(長野原町)
☎0279-83-7111

1月9日(日)

一内 科一
長野原診療所(長野原町)
☎85-2259

一休日夜間一
吾妻さくら病院(中之条町)
☎0279-75-3055

1月10日(月)

一内 科一
桜井クリニック(嬬恋村)
☎97-3800

一休日夜間一
西吾妻福祉病院(長野原町)
☎0279-83-7111

1月16日(日)

一内 科一
長生医院(長野原町)
☎82-2188

一休日夜間一
原町赤十字病院(東吾妻町)
☎0279-68-2711

1月23日(日)

一内 科一
布施医院(草津町)
☎88-2030

一休日夜間一
吾妻さくら病院(中之条町)
☎0279-75-3055

1月30日(日)

一内 科一
櫻井医院(長野原町)
☎82-3999

一休日夜間一
原町赤十字病院(東吾妻町)
☎0279-68-2711

※当番医は変更になることがありますので、電話で確認してください。

緊急時はLINEやメール
でも情報を発信します
ぜひご登録ください

スマートシティ防災システム
「LINE」お友達追加



嬬恋村
防災行政メール



「ごみを減らそう!!」

1人1日1,000g
以下を目指して

11月のごみ排出量
1人1日あたり
1,274g
(前年比 -97g)



上記QRコード「ECOぐんま」では県の
環境に関する情報を発信しています。

掲載を希望されない方は届出の際にお申し出ください。

印刷版広報に掲載しています

村の人口

11月末現在

男	4,713人	出生 ... 2人	死亡 ... 3人	転入 ... 28人	転出 ... 131人	計	9,293人
女	4,580人	出生 ... 1人	死亡 ... 2人	転入 ... 16人	転出 ... 22人		世帯数3,890世帯

行事予定

12月

○歳末たすけあい運動
○赤い羽根共同募金(10月1日～12月31日)

ごみ収集 福祉バス ミニティひまわり

20
(月)

5歳児相談(13:45～)【農村環境改善センター】保



三原
戸生田
袋倉
今井

千俣
仁田沢

21
(火)

マタニティサロン(13:30～)
【農村環境改善センター】保

鎌原

戸生田
砂井

22
(水)

役場窓口延長日(～19:00) 住 税



西吾妻
福祉病院

田代

23
(木)

ベビーサロン(9:30～)【農村環境改善センター】保
乳児検診(13:30～)【農村環境改善センター】保



田代

西窪
北山

24
(金)

大笹
砂井

大前

25
(土)



運休日

26
(日)

運休日

27
(月)



千俣
北山

鎌原

28
(火)

運休日

細原
門貝

29
(水)

運休日

今井
袋倉

30
(木)

運休日

31
(金)

運休日

1月

○食を考える月間
○「はたちの献血」キャンペーン

ごみ収集 福祉バス ミニティひまわり

1
(土)

元旦
少年の日

運休日

2
(日)

家庭の日

運休日

3
(月)



運休日

4
(火)

運休日

5
(水)

役場窓口延長日(～19:00) 住 税



運休日

6
(木)



大前
門貝
西窪

中原
三原

7
(金)

2歳児相談(9:00～)【農村環境改善センター】保
4歳児相談(13:45～)【農村環境改善センター】保
認知症介護相談会(P18参照) 包

三原
戸生田
袋倉
今井

大笹

8
(土)

心臓病外来【婦恋村診療所】診



運休日

9
(日)

運休日

10
(月)



運休日

11
(火)

BCG・四種混合・水痘予防接種(13:15～)
【農村環境改善センター】保

鎌原

戸生田
砂井

12
(水)

役場窓口延長日(～19:00) 住 税

西吾妻
福祉病院

田代

13
(木)



田代

西窪
北山

14
(金)

大笹
砂井

大前

15
(土)

糖尿病外来【婦恋村診療所】診



運休日

16
(日)

県民防犯の日

運休日

17
(月)



千俣
北山

鎌原

18
(火)

マタニティサロン(13:30～)
【農村環境改善センター】保

大前
門貝
西窪

戸生田
砂井

19
(水)

乳児相談(9:30～)【農村環境改善センター】保
家族でいただきますの日



西吾妻
福祉病院

今井
袋倉

行事カレンダーお問い合わせ先

総 総務課 ☎96-0511	創 未来創造課 ☎96-1257	農 農林振興課 ☎96-1256
建 建設課 ☎96-1973	税 税務会計課 ☎96-0513	住 住民課 ☎96-0515
福 健康福祉課 ☎96-0512	保 保健室 ☎96-1975	包 地域包括支援センター ☎96-1336
交 交流推進課 ☎82-5191	ジ ジオパーク ☎82-5566	水 上下水道課 ☎96-1255
診 婦恋村診療所 ☎97-3020	観 観光商工課 ☎82-1293	資 婦恋郷土資料館 ☎97-3405
社 社会教育係 ☎80-2330	学 学校教育係 ☎96-0544	万 万座しぜん情報館 ☎97-4000

今月の納税 納期限 12月27日(月)

- ・固定資産税(4期)・国民健康保険税(6期)
- ・後期高齢者医療保険料(6期)・介護保険料(5期)
- ・水道料(下水道料含む)

※納税などの納付は簡単・安全・便利な口座振替をご利用ください。