



広報

つまごい

6

2026
(令和8年)
June
No.903

Tsumagoi Public information

CONTENTS

群馬県総合表彰受賞おめでとうございます ほか… P2	ウダラ沢小水力発電事業の発電所の名称が
ふるさと納税「愛する嬬恋基金」令和8年度活用報告… P3	「嬬恋みらい発電所」に決定しました! ほか …… P12
各種任意ワクチン接種のお知らせ ほか …… P4	公民館だより …… P13
令和8年度の国民健康保険(国保)制度の保険税制度改正について… P5	カメラニュース …… P14
国民健康保険・後期高齢者医療保険からのお知らせ ほか… P6～P8	読者の広場 …… P15
家庭で不要となったパソコンの無料回収について ほか… P9	くらしの情報 …… P16～P23
もしかしたら、これって熱中症? …… P10～P11	行事予定 …… P24

■発行/嬬恋村役場 〒377-1692 群馬県吾妻郡嬬恋村大字大前110番地 TEL0279-96-0511 FAX0279-96-0516 ■発行日/令和8年6月15日
E-mail kouhou-tsu@vill.tsumagoi.gunma.jp 嬬恋村ホームページ <https://www.vill.tsumagoi.gunma.jp/>

令和8年度 ちよだ・つま恋の森づくり植樹イベント

5月24日、嬬恋村内の村有林(サジキ山)で姉妹提携都市である千代田区と脱炭素化社会実現に向けた取り組みの一環としてミズナラ250本を植樹しました。

植樹には、千代田区から植樹ツアーに参加した親子24名と千代田区職員、吾妻森林管理署、吾妻環境森林事務所、村議会議員、嬬恋ライオンズクラブが参加しました。



写真は印刷版広報に掲載しています

群馬県総合表彰受賞 おめでとうございます



農業功労
佐藤 健一さん(大笹)

佐藤 健一さんは令和 7 年より群馬県養鱒漁業協同組合の副組合長となり、永年にわたり理事としてご尽力いただいております。

また、漁業資源の維持増殖に積極的に取り組み、地域水産業の発展に貢献されております。



消防防災功労
霜田 隆さん(鎌原)

霜田 隆さんは平成4年に第5分団団員として嬭恋消防団に入団し、平成25年からは嬭恋消防団副団長として、永年にわたり村民の安心・安全・財産を守るためにご尽力いただいております。

「第42回つまごい祭り」出店者募集

つまごい祭り実行委員会では「第42回つまごい祭り」で飲食物の販売を行う方を募集します。出店を希望される方は下記二次元バーコードの申込フォームよりお申し込みください。

なお、申込多数の場合、選考・抽選により出店者を決定させていただきますのでご了承ください。

▽開催日 8月1日(土)

▽出店料

村民・村内事業者：3,000円
村外事業者：10,000円

▽申込締切：7月8日(水) 15時まで

▽問い合わせ先

未来創造課
0279-96-1257



出店申込フォーム

じん臓機能障害者通院交通費補助金について

村では人工透析をしている方で、次に当てはまる方に対し、人工透析の通院に係る交通費の一部を補助しています。

▽対象者

『人工透析をしている方で次のすべてに当てはまる方』

- ① 嬭恋村に住所がある方
 - ② じん臓機能障害の身体障害者手帳の交付を受けている方
 - ③ 当該年度分市町村民税非課税の方
- ※①～③のすべてに当てはまる場合でも生活保護等を受けている場合

には対象となりません。

▽補助額

通院距離や通院方法によって金額が異なります。詳しくはお問い合わせください。

◆昨年度市町村民税課税者で、今年度は非課税となった方につきましては、補助金の対象となりますのでご相談ください。

▽問い合わせ・申請先

健康福祉課
0279-96-0512

ふるさと納税「愛する孺恋基金」令和8年度 活用報告

全国の“孺恋ファン”の皆さまの温かいご支援に、深く感謝申し上げます

令和7年度のふるさと納税「愛する孺恋基金」への寄附額が、約4億4,400万円に達しました。孺恋村への関心と応援の輪がさらに広がっていることを実感しています。全国から寄せられる応援を力に変え、これからも「住み続けたい村」「訪れたい村」を目指して、村づくりに取り組んでまいります。

事業名	金額 (円)	事業名	金額 (円)
つまごいまつり補助事業	6,000,000	スポーツ振興事業	1,720,000
国際交流事業	6,000,000	スピードスケート振興事業	4,000,000
ジオパーク推進事業	14,000,000	湯の丸レンゲツツジ群落保護増殖事業	500,000
地域交流センター管理事業	3,000,000	文化財保護活用事業	2,000,000
農業体験・交流事業	180,000	浅間山溶岩樹型整備活用事業	500,000
農産物振興施設等管理事業	3,300,000	スクールバス運営事業	23,010,000
自然環境推進事業	3,000,000	東部小学校教育振興事業	2,500,000
西吾妻環境衛生施設組合負担金	38,000,000	西部小学校教育振興事業	2,500,000
浅間高原清掃管理事業	5,000,000	孺恋中学校教育振興事業	6,000,000
環境保全型農業推進事業	3,900,000	中学生座間味村交流	2,000,000
有害鳥獣対策事業	7,000,000	公民館運営事業	990,000
村有林広葉樹化推進事業	700,000	スマートシティ推進事業	800,000
環境衛生推進事業	5,000,000	未来技術社会実装事業	5,000,000
吾妻環境施設組合負担金	9,000,000	過疎山村振興・地域振興事業	3,500,000
商工業振興補助金	1,500,000	公共交通対策事業	15,000,000
登山道整備事業	2,000,000	西吾妻衛生施設組合負担金	35,000,000
観光施設整備事業	10,000,000	鎌原観音堂周辺整備事業	5,900,000
観光振興事業	16,000,000	合計	250,000,000
健康推進事業	5,500,000		

令和8年度の活用予定

いただいた寄附金は、教育環境の充実や観光振興、自然環境の保全、地域づくりなど、村の未来につながるさまざまな事業に活用させていただきます。

なお、令和7年度の寄附金の使いみちは、「愛する孺恋基金報告書」を孺恋村のホームページ（「ふるさと納税」のページ内）で公開していますのでご覧ください。



孺恋村ホームページ
ふるさと納税
「愛する孺恋基金」

◇これまでの寄附額

平成20～30年度	391,272,429
令和元年度	219,736,031
令和2年度	106,725,804
令和3年度	121,580,115
令和4年度	149,216,701
令和5年度	172,464,000
令和6年度	279,971,500
令和7年度	444,263,500
累計	1,885,230,080

ふるさと納税を通じて孺恋村を応援してくださる方々は、孺恋村が好きな方、雄大な自然や高原の恵みに魅力を感じる方、孺恋村で過ごした時間を大切にしている方、かつて村にゆかりのあった方などさまざまです。孺恋村とのご縁をきっかけに応援してくださる皆さま一人ひとりの思いが、この大きな支えにつながっています。

村民の皆さまにも、この取り組みをぜひご家族やご友人にお伝えいただき、全国へ孺恋村の魅力を発信していただければ幸いです。これからも、ともにご縁の輪を広げながら、魅力ある孺恋村の未来を築いてまいります。

◇問い合わせ先 未来創造課 ☎0279-96-1257

各種任意ワクチン接種のお知らせ

◆問い合わせ先
健康福祉課保健室
☎0279-96-1975

【任意】帯状疱疹ワクチン接種費用の助成について

- ◇対象者 婦恋村に住民登録があり、接種日において満50歳以上で過去に助成を受けたことがない方
※令和8年度に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方で、過去に接種を完了していない場合は定期接種の対象となります。
- ◇助成額 生ワクチン1回4,500円／不活化ワクチン1回11,100円
- ◇助成回数 生ワクチン1回／不活化ワクチン2回
- ◇助成方法 村内：上記金額を差し引いた額を窓口でお支払いください
村外：医療機関にて接種費用の全額を一旦支払い、役場保健室にて助成金の申請をしてください
●申請時必要書類【申請書、領収書、接種を証明できるもの、振込口座がわかるもの】
- ◇接種方法 各医療機関に予約してから受診してください

【任意】おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)ワクチン接種費用の助成について

- ◇対象者 婦恋村に住民登録があり、接種日において満1歳以上の未就学児
※おたふくかぜの罹患歴がある方は対象外
- ◇助成額 接種費用の全額(1人1回のみ)
- ◇助成方法 医療機関にて接種費用の全額を一旦支払い、役場保健室にて助成金の申請をしてください
●申請時必要書類【申請書、領収書、接種を証明できるもの、母子健康手帳、振込口座がわかるもの】
- ◇接種方法 各医療機関に予約してから受診してください

【任意】風しんワクチン接種の助成について

- ◇対象者 婦恋村に住民登録があり、接種日において19歳以上50歳未満で下記①、②のいずれかにあてはまる方
①妊娠を予定又は希望している女性及びその夫 ※妊娠している女性は対象外
②妊婦の夫
- ◇助成額 風しん単独ワクチン3,000円／麻しん風しん混合ワクチン5,000円(1人1回のみ)
- ◇助成方法 医療機関にて接種費用の全額を一旦支払い、助成金の申請をしてください
●申請時必要書類【申請書、領収書、接種を証明できるもの、振込口座がわかるもの】
- ◇接種方法 各医療機関に予約してから受診してください

群馬県麻しん・風しん
抗体検査事業について

▽対象者
県内に住所を有する方のうち、次の方が対象となります。

【麻しん抗体検査】

- ・0歳児の同居者
- ・妊娠を希望する女性
- ・妊娠を希望する女性の同居者
- ・妊婦の同居者

【風しん抗体検査】

- ・妊娠を希望する女性
- ・妊娠を希望する女性の同居者
- ・風しんの抗体価が低い妊婦の同居者

▽検査実施期間

令和9年3月17日(水)まで

▽申請方法

原則として、吾妻保健福祉事務所に來所しての申請となります。
※妊娠を希望する女性の同居者は、妊娠を希望する女性と一緒に申請をしてください。

※申請時に持参するもの等については、左記二次元コードよりご確認ください。

▽問い合わせ先

吾妻保健福祉事務所(保健所)
☎0279-7513303



麻しん抗体検査について



風しん抗体検査について

令和8年度の国民健康保険(国保)制度の 保険税制度改正について

◇問い合わせ先
税務会計課
☎0279-96-0513

◆令和8年度国民健康保険税について

令和8年度の国民健康保険税は、制度改正により新たに「子ども・子育て支援納付金分」が追加されるなど、各表のとおり変更となりました。

国民健康保険税は前年の収入状況をもとに計算されます。納入通知書などの発送は7月中旬を予定していますので、納付期限までに納めていただきますよう、ご協力をお願いします。

税率等については表1を、軽減割合については表2をご覧ください。

〈表1〉令和8年度国民健康保険税率等改定表

区 分	改定前(令和7年度)			改定後(令和8年度)			
	①医療分	②後期高齢者支援金分	③介護分	①医療分	②後期高齢者支援金分	③介護分	④子ども・子育て支援納付金分
所得割額	5.8%	1.8%	1.7%	5.8%	1.8%	1.7%	0.3%
均等割額(1人あたり)	27,000円	9,000円	10,000円	27,000円	9,000円	10,000円	1,200円 +100円(18歳以上)
平等割額(1世帯当たり)	27,000円	8,000円	8,000円	27,000円	8,000円	8,000円	800円
賦課限度額(課税額の上限)	66万円	26万円	17万円	67万円	26万円	17万円	3万円

〈年齢別負担〉

国民健康保険加入者 (0歳から74歳まで)	①医療分：国保に加入するすべての人が負担します。
	②後期分：国保に加入するすべての人が負担します。
	③介護分：国保に加入する40歳から64歳の人が負担します。
	④子ども分：国保に加入するすべての人が負担します。

※18歳未満(当該年度において18歳に達する日以降の最初の3月31日まで)の国保加入者は「子ども・子育て支援金分」の均等割額が全額軽減されます。

※未就学児(当該年度において6歳に達する日以降の最初の3月31日まで)の国保加入者は均等割額が5割軽減されます。なお、均等割額が7割・5割・2割軽減されている場合は、軽減後の均等割額からさらに5割軽減されます。

〈表2〉国民健康保険税の軽減判定所得基準改定表

世帯の前年の所得が基準額以下の場合、国保税の均等割額と平等割額が軽減されます。

改 定 前 (令和7年度)	軽減割合	改 定 後 (令和8年度)
43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	7割軽減	43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯
43万円+30万5千円×(国保加入者数+特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	5割軽減	43万円+31万円×(国保加入者数+特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯
43万円+56万円×(国保加入者数+特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	2割軽減	43万円+57万円×(国保加入者数+特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯

※国保に加入していない世帯主(擬制世帯主)の所得も含めて軽減判定をします。

※給与所得者等の人数が2人以上の場合に、10万円×(給与所得者等の数-1)を加算します。

※世帯主及び国保加入者で所得の「未申告者」がいる場合は軽減になりません。

※「特定同一世帯所属者」とは、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行した人で、移行後も継続して同一世帯に属する人です。(世帯構成が変わると対象外になる場合があります。)

国民健康保険・後期高齢者医療保険からの お知らせ

現在お持ちの資格確認書、資格情報のお知らせ及び限度額適用認定証等は令和8年7月31日で有効期限が切れます。

更新後の資格確認書等は7月中に普通郵便で送付します。

【国民健康保険】

◆送付されるもの

- ・マイナ保険証を利用の方
「資格情報のお知らせ」
- ・マイナ保険証を未利用の方
「資格確認書」

◆更新後の有効期限は令和9年7月31日です。

【有効期限の特例について】

- ・70歳の誕生日を迎える方
誕生月の月末まで
- ・75歳の誕生日を迎える方
誕生日の前日まで
- ・在留資格を持つ方
在留期限の満了日まで

◇限度額適用認定証・限度額適用・標準負担額減額認定証

- ・マイナ保険証をご利用の方
医療機関等が限度額適用区分を確認することで限度額適用認定証は不要となります。
- ・マイナ保険証未利用の方
申請により限度額適用認定証等の交付を受けることができます。

◆国民健康保険への加入・脱退について

異動が生じた場合は14日以内に届出してください。届出に必要な書類は次のとおりです。

◆国保に加入するとき

- ア 社会保険等離脱証明書
- イ マイナンバーカード等本人確認ができるもの

◆国保から脱退するとき

- ア 脱退する方全員の資格確認書
- イ 社会保険等資格取得証明書、社会保険等から交付された資格確認書または資格情報のお知らせ（加入した日が分かるもの）

※加入の届出が遅れると国民健康保険税をさかのぼって納めることとなり、脱退の届出が遅れると社会保険料と国民健康保険税と二重に納めることになってしまいますので届出は速やかにお願います。



【後期高齢者医療保険】

令和8年8月以降はマイナ保険証利用促進の観点から、年齢やマイナ保険証の利用実績を踏まえた交付判定となります。次の判定条件のいずれかに当てはまる方には、資格確認書が、それ以外の方には資格情報のお知らせが交付されます。

◇資格確認書交付対象者判定条件

- ▲年齢判定基準日は当年8月1日
- 85歳以上の方
- 84歳以下の方

・マイナ保険証を保有していない方
資格確認書の継続交付申請をしている方

- ・マイナ保険証の利用回数が令和7年5月から令和8年4月の間で6回未満の方
- ・マイナ保険証を令和8年2月から令和8年4月の間で利用していない方

◆更新後の有効期限は令和9年7月31日です。

◇医療機関等の窓口負担を自己負担限度額に抑える方法

- ・マイナ保険証を利用する場合
医療機関等の受付時にマイナ保険証を提示する

【マイナ保険証を利用しない場合】

- ・限度区分が併記された資格確認書を提示する

※資格確認書が交付された方で、限度区分の併記を希望される方は役場住民課で申請手続きをしてください。

【共通事項について】

◆届いた資格確認書、資格情報のお知らせ等は有効期限まで紛失等しないよう取扱いにご注意ください。現在お使いの資格確認書等は、有効期限が過ぎてからご自身で処分してください。

◆資格確認書の裏面に「臓器提供意思表示欄」を設けてあります。臓器提供の意思を表示する人は、内容をよく読んで家族と相談の上、ご利用ください。

◆ジェネリック医薬品の処方希望される方は、「ジェネリック医薬品希望シール」を資格確認書やお薬手帳に貼ってください。

◆交通事故、他人の動物にかまれたなど第三者が原因で診療を受けるときは、必ず役場住民課へ届出をしてください。

▽問い合わせ先

住民課国係係
☎0279-9610515

令和8年度・令和9年度の 後期高齢者医療保険料について

◇問い合わせ先
住民課国保係
☎0279-96-0515

後期高齢者医療制度の保険料率は、高齢者の医療の確保に関する法律により、2年に一度見直すこととされています。また、令和8年度から子ども・子育て支援金の徴収が開始されるにあたり、子ども・子育て支援金に係る保険料率も併せて算定し次のとおり決定されました。

1. 医療分(従来の保険料)の保険料率の改定

〈令和6・7年度〉		〈令和8・9年度〉	
均等割額	49,100円	均等割額	54,600円
所得割率	10.07%	所得割率	9.78%
賦課限度額	80万円	賦課限度額	85万円

2. 子ども・子育て支援金の保険料率の決定

子ども・子育て支援金制度は、全世代や企業から支援金を拠出いただき、それによる子育て世帯に対する給付の拡充を通じて子どもや子育て世帯を社会全体で応援する仕組みとして、令和8年度より創設されます。子ども・子育て支援納付金は毎年改定され、令和8年度の保険料は次の通りです。

〈令和8年度〉

均等割額	1,400円	所得割率	0.25%	賦課限度額	2万1千円
------	---------------	------	--------------	-------	--------------

3. 所得が低い方に対する均等割額の軽減

〈令和7年度〉

〈令和8年度〉

軽減割合	世帯主及び世帯の被保険者全員の 軽減判定所得の合計額	世帯主及び世帯の被保険者全員の 軽減判定所得の合計額	軽減後均等割額	
			医療分	子ども分
7割軽減※1	[43万円+10万円× (年金・給与所得者の数※2-1)]以下	変更なし	15,288円 (7.2割軽減)	420円 (7割軽減)
5割軽減	[43万円+30万円5千円× (被保険者数)+10万円 (年金・給与所得者の数※2-1)]以下	[43万円+ 31万円 × (被保険者数)+10万円 (年金・給与所得者の数※2-1)]以下	27,300円	700円
2割軽減	43万円+56万円× (被保険者数)+10万円 (年金・給与所得者の数※2-1)]以下	43万円+ 57万円 × (被保険者数)+10万円 (年金・給与所得者の数※2-1)]以下	43,680円	1,120円

※1 令和8・9年度の医療分に限り、特別調整交付金による0.2割の軽減を加えて7.2割軽減とします。

※2 「10万円×(年金・給与所得者の数-1)」の部分は年金・給与所得者の数が2以上の場合のみ計算します。
年金・給与所得者の数は同一世帯の被保険者と世帯主のうち、以下のいずれかの条件を満たす人の数です。

- ・給与収入が55万円を超える人(給与収入のうち事業専従者給与を除く)
- ・前年の12月31日現在65歳未満かつ公的年金等収入額が60万円を超える人
- ・前年の12月31日現在65歳以上かつ公的年金等収入額が125万円を超える人

国民健康保険からのお知らせ 令和8年度歯科健診のご案内

歯周病を中心としたお口のトラブルが、糖尿病をはじめとする生活習慣病など、全身の健康と深く関係していることがわかってきています。健康を維持するために健診期間内に積極的に受診しましょう。

▽対象者

・ 婦恋村国民健康保険の加入者で令和8年度中に20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の誕生日を迎えられる方

※対象となる方には健診の案内・受診券・質問票を6月中に送付します。

※年度途中で資格喪失された場合、喪失後の受診はできません。

▽健診期間

令和8年7月1日から
令和8年12月25日まで

▽健診費用

無料

☆受診者全員に予防グッズをプレゼント!

▽受診方法

下記の協力歯科医療機関(★)に電話等で予約をしてから受診してください。

▽持参するもの

・ マイナンバーカードまたは資格確認書・受診券・質問票

★協力歯科医療機関

安斉歯科医院
☎0279-97-2112

大島歯科医院
☎0279-96-1440

びさいじデンタルクリニック
☎0279-80-6480

▽問い合わせ先

住民課国保係
0279-96-0515

健康福祉課 保健室
0279-96-1975



学童保育所 夏休み入所児童募集

▽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)

▽対象児童

・ 村内の小学校に在学中で、次のアウに該当する児童

ア 保護者等が仕事などで昼間家庭にいない児童

イ 保護者が病気で保育困難な児童

ウ 看護、介護および母親の出産などにより保育困難な児童

▽開所時間

・ 午前8時30分～午後6時

・ 申込受付場所および受付期間
・ 受付場所 教育委員会
・ 受付期間 7月3日(金)
午後5時15分まで期間厳守

▽保育料

無料

▽一時保育について

・ 学童保育対象外の児童でも、定員に余裕があり一時保育に該当する場合は、利用することができます。

▽その他

・ 原則、保護者の方による送迎が必要です。

※定員に達した場合は、入所できない場合があります。あらかじめご了承ください。

※入所申込書は教育委員会および学童保育所にて配布します。

▽申込・問い合わせ先
教育委員会
☎0279-96-0544

児童手当の現況届について

『児童手当現況届』

令和4年度から受給者の現況を公簿などで確認することで、現況届の提出は原則不要となりましたが、次に該当する方は6月中に現況届の提出が必要です。

① 配偶者からの暴力などにより、住民票の住所が婦恋村と異なる方

② 支給要件児童の戸籍や住民票がない方

③ 離婚協議中で配偶者と別居している方

④ その他、村から提出案内のあった方

現況届の提出が必要な方には6月上旬に健康福祉課から個別に通知をお送りしています。

▽問い合わせ先 健康福祉課
☎0279-96-0512

家庭で不要となったパソコンの無料回収について

村では、「小型家電リサイクル法」の認定業者である、リネットジャパンリサイクル(株)と協定を締結し、家庭で不要となったパソコンの宅配便による無料回収、リサイクルを進めています。

▽回収手順

- ①リネットジャパンのホームページから申し込む。
- ②不要なパソコンをダンボールに詰める。
- ③宅配業者が希望日時に回収。※申込み、問い合わせは、リネットジャパンリサイクル(株)
☎0570-0851800
<http://www.renet.jp>



小型充電式電池の回収

使用済み小型充電式電池(リチウムイオン電池)は、ごみステーションに出すことが出来ません。小型充電式電池によるごみ収集車やごみ処理場での火災が問題となっており、

婦恋村役場の窓口に回収ボックスを設置しています。



使用済みインクカートリッジの回収

インクカートリッジは、焼却すると1個あたり約58g〜110gのCO₂が排出されます。回収してリサイクルすれば、CO₂の発生量を削減できます。

役場、サーラ婦恋、農村環境改善センターに回収ボックスを設置しています。



▽問い合わせ先 住民課
☎0279-96-0515

障害者就業・生活支援センター 吾妻出張相談会

障害者就業・生活支援センターは、障害のある方が地域で安心して働き続けられるよう様々なサポートを行う施設です。

障害をお持ちの方、障害者雇用をしている、またはこれから障害者雇用を考えている企業の方を対象に出張相談会を行います。生活面、就労面での相談をお受け

しますので、お気軽にご予約ください。

▽日時 6月26日(金)
10時〜15時(要予約)

▽場所 婦恋村役場2階 委員会室
▽予約・お問い合わせ
障害者就業・生活支援センター 吾妻

☎0279-26-8151
(8時30分〜17時)

NHK受信料免除制度

次の基準のいずれかに当てはまる場合に、NHK放送受信料の全額または半額免除が受けられる制度です。

▽免除基準

【全額免除】

- ①「身体障害者」「知的障害者」「精神障害者」が世帯にいて、世帯全員が市町村民税(住民税)・非課税の場合
- ②社会福祉事業施設に入所している場合
- ③公的扶助を受給している場合

【半額免除】

- ①視覚・聴覚障害者が世帯主でNHK放送受信契約者の場合
- ②重度の障害者(身体障害者手帳1・2級の方、重度の知的障害者と判定された方、精神障害者保健福祉手帳1級の方)が世帯主でNHK放送受信契約者の場合
- ③重度の戦傷病者が世帯主でNHK放送受信契約者の場合

▽免除を受けている方

次の場合には届出が必要となりますので直接NHK放送局へ連絡してください。連絡が遅れた場合、該当しなくなったときから遡って受信料を支払うこととなりますのでご注意ください。

■全額免除を受けている方で

- ①世帯員(対象者本人含む)が市町村民税を納めるようになった場合
- ②免除の対象者が死亡した場合
- ③世帯構成員に変更があった場合
- ④NHK受信料契約者を変更する場合 など

■半額免除を受けている方で

- ①対象者が世帯主ではなくなった場合
- ②対象者が死亡した場合
- ③対象者が重度の障害者・戦傷病者ではなくなった場合 など

▽問い合わせ先

健康福祉課
☎0279-96-0512

NHK放送局

受信契約の手續きに関するお電話
☎0120-15-1515

その他受信料に関するお電話
☎0570-077-077



もしかしたら、これって熱中症？



作業中にいつもと様子の違う人を見かけたり、自分の体調に異変を感じたりしたときは、熱中症を疑いましょう。熱中症の重篤化を防ぐためには、早期発見・早期対処が不可欠です。熱中症が疑われるときには、次のフローチャートを参考に対処・応急処置をしましょう。

チェック1

熱中症を疑う症状がありますか？

- めまい 失神 筋肉痛 筋肉の硬直 大量の発汗 頭痛 不快感 吐き気
嘔吐 倦怠感 虚脱感 意識障害 けいれん 手足の運動障害 高体温

はい

チェック2

意識がありますか？

いいえ

はい

対応

救急車を呼ぶ

救急車が到着するまでの間に応急処置を進めましょう。呼びかけへの応答が悪い場合には無理に水を飲ませてはいけません。

応急処置

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

氷枕や保冷材で両側の首筋やわき、足の付け根などを冷やしましょう。作業着などを脱がせて皮ふに水をかけ、うちわや扇子などであおぐことも全身冷却に効果的です。

はい

チェック3

水分を自力で摂取できますか？

いいえ

はい

対応

水分・塩分を補給する

大量に汗をかいている場合には、塩分・糖分と一緒に補給できるスポーツドリンクや経口補水液、食塩水(1Lの水に対して1~2gの食塩を加える)がよいでしょう。

はい

チェック4

症状がよくなりましたか？

いいえ

はい

そのまま安静にして十分に休息をとり、回復したら帰宅しましょう。

体を冷やすポイント



【冷やす場所】

- ① 両側の首筋
- ② わき
- ③ 足の付け根

救急車が到着するまでの間に行う応急処置が熱中症発症者の命を左右します。氷枕や保冷剤の使用、体に水をかけるなどで直接冷やす他、うちわなどであおぎ、全身を素早く冷却しましょう。

対応

医療機関へ受診

本人が倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を医療機関へ伝えましょう。



屋外作業中の熱中症にご注意ください

近年、夏の気温上昇により熱中症のリスクが増加しています。熱中症は、症状が進行すると死亡することもあるほか、脳にダメージを与え、長期にわたる後遺症が残る場合もあります。

熱中症を防ぐためには、作業前の熱中症対策として『作業前に体を冷やす（プレクーリング）』が効果的です。

体温が上がりすぎると、体温調節機能・心肺機能・中枢神経系の機能が悪くなり、熱中症になりやすくなってしまいます。作業前に冷たい飲み物を飲んだり、首に冷やしタオルを巻いたりすることで体温を下げてから活動しましょう。

また、作業中の熱中症対策として、以下のような対策を行いましょう。

▼熱中症の重症度別の症状と応急処置・後遺症

重症度	症状	応急手当
軽症	熱失神 熱けいれん ●顔面蒼白 ●脱水 ●吐き気 ●めまい、立ちくらみ ●急性の筋肉痛 ●こむら返り	●冷所で安静 ●体を冷やす ●水分と塩分の補給 ●見守り
中等症	熱疲労 ●口の渇き ●めまい ●頭痛 ●イライラする ●倦怠感	医療機関での診療が必要
重症	熱射病 ●意識がない ●けいれん発作 ●体が熱い	入院治療が必要
屋外と暑い熱中症の後遺症	軽度の場合：倦怠感、めまい、頭痛 重度の場合：高次脳機能障害（記憶力や判断力の低下）、麻痺、嚥下障害（食べにくい・飲み込みにくい）、歩行障害 肝臓、腎臓、心臓、肺などの臓器障害や血液凝固異常	

～屋外作業中の熱中症対策の基本～

予防対策①

水分・塩分を補給しよう

POINT のどの渇きを感じる前に水分・塩分を補給！

- 20分おきにコップ1杯(200mL)以上の水分補給
- 大量に汗をかいたときには必ず塩分も一緒に補給



予防対策②

こまめに休憩しよう

POINT 長時間の作業を避け、20分おきに休憩をとる！

- 20分おきに涼しい木陰などで休憩をとる
- 作業着を脱ぎ、体温を下げやすくすると効果的



予防対策③

熱中症対策アイテムを活用しよう

POINT アイテムの活用で深部体温の上昇をおさえる！

- ファン付き作業着、ネッククーラーの着用
- 特に暑い日の作業では、ファン付き作業着の中に濡らしたインナーを着用すると効果がUP



予防対策④

単独作業を避けよう

POINT お互いの体調を確認できる作業環境をつくる！

- 熱中症発症時は早期発見・早期対処が不可欠
- 定期的に確認し合い、様子のおかしい人がいればすぐに作業を中断し、応急処置



ウダラ沢小水力発電事業の発電所の名称が 「孺恋みらい発電所」に決定しました！

◇問い合わせ先
未来創造課
☎0279-96-1257

ーウダラ沢から生まれる電気を、みんなで未来を育てるー

豊かな湧水に支えられた水の力で発電し、水質を変えることなく電気を生み出す環境にやさしい再生可能エネルギーです。未来へ持続可能な地域をつなぐという思いと、事業の発端となった「未来のためのエネルギーづくり」への願いが込められています。また、本発電所が孺恋の水とともに未来へ続く地域のシンボルとなり、次世代へ受け継がれる存在となることを願っています。



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

株式会社 ヤマト

第42回 つまごい祭り 花火大会特別観覧ブロックのご案内

◇お問い合わせ先
未来創造課
☎0279-96-1257



「車を停めた場所が、家族や仲間と楽しむ特別な観覧席。」

駐車スペース+観覧エリア一体型 普通車 1台・6名まで利用可能
★場所取り不要・駐車場探し不要、指定区画へ直接来場し観覧

■村民向け販売

10,000円/区画(限定5区画・先着順)

- ・つまポケ限定受付
- ・7月1日(水)9:00受付開始～7月18日(金)まで

※詳細は孺恋村ホームページをご覧ください。

○開催にあたり、祭りの継続開催と充実した運営を目指し、**ふるさと納税制度を活用したガバメントクラウドファンディング(GCF)**を実施します。ふるさとチョイス GCFにて受付中!

※GCFの返礼品は村外在住者のみ対象。村内在住者からの寄附も可能で、通常のふるさと納税と同様に税額控除が受けられます。



孺恋村 HP
特設ページ



ふるさとチョイス
GCF

★初めての取り組みです!

今年度初めて試験的に実施するものです。来年度以降の継続・拡充について検討してまいります。ぜひ、この新しい試みにご参加・ご支援ください!

職業訓練(ハロトレ)説明会

ハローワークでは職業訓練に興味がある方を対象に毎月職業訓練説明会を開催しています。

無料で職業訓練が受講でき、支給要件を満たせば、月十万円の生活支援の給付金を受給できます。ハローワーク窓口までお気軽にお問い合わせください。

LINEで職業訓練のほか、面接会やセミナーなどの情報も配信中です。ぜひお友達登録をお願いします。

LINEID「@jwy1392w」

◇説明会日時

7月9日(木) 8月6日(木)

9月10日(木)

午後1時30分～2時30分

◇場所 ハローワーク中之条 2階会議室

◇お問い合わせ先

ハローワーク中之条

☎0279-75-2227

村民ゴルフ大会が開催されました

5月6日(水・祝)プリンスランドゴルフクラブにおいて、38名の参加により開催されました。

大会入賞結果は次のとおりです。(敬称略)

◎新ペリアの部

優勝：竹内 太郎

準優勝：黒岩 利明

第3位：片岡 英範

◎グロスの部

優勝：竹内 太郎(スコア 76)

準優勝：片岡 英範(スコア 79)

第3位：山崎 弘(スコア 80)



サーラ嬢恋図書室情報

◇新着情報

【一般書】

台所のあるところ

原田ひ香

空き家と移住

垣谷美雨

星月夜 藩邸差配役日日控

砂原浩太郎

露の宿り

高瀬乃一

有名人の愛読書、読んでみました。

ブルボン小林

他9冊

【児童書】

100ぴかぞく キャンプへいく

吉沢たつお

はみがきセブン

もとしたいづみ

あめのひ

サム・アッシャー

999ひきのきょうだいとカルガモちゃん

木村研

おしりダンディーザ・ヤング さばくのみステリーツアー

トロール

他13冊

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

◇返却忘れていませんか 返却期間を過ぎた本をお持ちの方はすみやかに返却しましょう!

貸出冊数は一人5冊まで、貸出期間は2週間です。

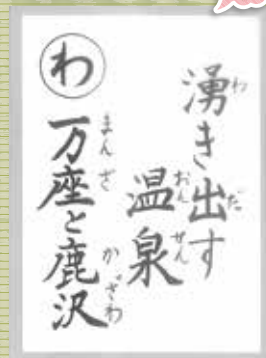
◇問い合わせ先

サーラ嬢恋図書室(東部公民館) ☎0279-82-1367



嬢恋村HP
図書室情報

嬢恋かるたで名所めぐり Vol.44



万座温泉は白根山の西腹1800mの高所に湧く高山温泉で、40℃～92℃の酸性硫酸泉である。鹿沢温泉は湯の丸山の中腹にある山の湯、加沢の湯と呼ばれ親しまれた湯治場。源泉から引湯した静かな新鹿沢温泉郷もある。ともに、春は高山植物が咲き乱れ、夏は避暑地、秋は紅葉、冬はスキーで賑わう温泉地である。

第33回孺恋村長杯ゲートボール大会が開催されました!

5月13日(水) 総合グラウンドにおいて、21チームの参加により開催されました。途中からあいにくの雨模様となりましたが、最後まで熱戦が繰り広げられました。

【大会結果】

優勝 大笹2 準優勝 千俣5 第3位 千俣4



優勝 大笹2



準優勝 千俣5



第3位 千俣4

第146回村民野球大会が開催されました!

本大会は村内各世代チームの参加により、中学生軟式野球チーム VS 一般軟式野球チーム、学童(少年)野球チーム VS 還暦野球チームの交流試合を行う大会として、5月6日(水・祝)に孺恋村総合グラウンドにおいて開催されました。

孺恋村スポーツ協会主催、孺恋村野球連盟の後援により開催され、各試合で活躍した選手へ個人賞が贈呈されました。

写真は印刷版広報に掲載しています

【大会結果】

◎中学生軟式野球チームと一般軟式野球チームの交流試合<野球場で実施>

孺恋中学校(野球部) 1-6 孺恋三原野球クラブ

個人賞の結果は印刷版広報に掲載しています

◎学童野球チームと還暦野球チームの交流試合<多目的グラウンドで実施>

オール孺恋少年野球 7-12 孺恋還暦野球クラブ
(孺恋ウイングス・孺恋リトルファイターズ合同)

個人賞の結果は印刷版広報に掲載しています

写真は印刷版広報に掲載しています

印刷版広報に掲載しています

“ここに赤ちゃん”募集!! 掲載希望の方は役場総務課広報担当へ(2歳前後のお子さん) ☎0279-96-0511まで

今月のおやつ



寒天レアチーズケーキ

(1個分)
 ・エネルギー：128kcal
 ・たんぱく質：3.2g
 ・脂質：7.2g
 ・カルシウム：77mg
 ・塩分：0.2g

★材料(4個分)

- ・粉寒天・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 小さじ 1/2 (1g)
- ・牛乳・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 240ml
- ・クリームチーズ・・・・・・・・・・・・ 大さじ 4 (60g)
- ・レモン汁・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 大さじ 1 (15g)
- ・砂糖・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 大さじ 4 (36g)

★作り方

- ①鍋に牛乳と粉寒天を入れ中火にかける。混ぜながら沸騰しそうになったら火を弱めて1~2分煮て寒天を溶かす。さらに砂糖を入れ溶かす。
- ②クリームチーズはレンジ(600wで30秒)で加熱して、柔らかくし、レモン汁を入れてよく混ぜる。
- ③②のクリームチーズに①の寒天液を少しずつ加えてよく混ぜる。
- ④水でぬらした器に流して、1時間程度冷やして固める。

レモンの砂糖漬け(はちみつ漬け)を入れても美味しいよ♪

ジオパーク通信

ツツジはやせた酸性の火山灰土壌を好み、火山があるところにはツツジがあるというくらい火山と密接な関係があります。

ツツジの漢字「躑躅」は、2文字とも「足へん」を持ち、「足踏みをする」という意味があります。レンゲツツジには毒があるので、葉を食べた羊の足がもつれて「足踏みをする」ことからこの漢字が当てられたとされています。

そして、初夏の火山高原にこの花が咲けば、人は思わず見とれてその場を立ち去り難く「足踏みをする」ことでしょう。

(浅間山北麓ジオパーク 専門員 古川 広樹)



孺恋村 集落支援員の活動



移住前も

移住後も

4名の集落支援員が配置され移住をサポート！！

都会の喧騒、近年の酷暑や災害などから逃れてストレスフリーな環境で地に足ついた生活を希望する移住者が増えています。この理想を叶える為、支援員が地域情報提供をし、住まいの確保をはじめ地域新聞の折込みや、住民からの口コミ情報によって、なりわい(仕事)探し等、新天地での生活のお手伝いをさせていただきます。移住前からのお手伝いに加え、移住後も毎月訪問させていただき相談などを受け定住を支えます。

別荘移住者、高水準で推移しています！

過去3年間の移住者数の推移		
令和5年度	令和6年度	令和7年度
186人	184人	166人
移住者の平均年齢		
令和5年度	令和6年度	令和7年度
44歳	47歳	48歳
移住者の相談件数		
令和5年度	令和6年度	令和7年度
150件	174件	189件



孺恋村 空き家・空き地バンク



空き家・空き地バンクの実績	登録数	成約数	成約率
	100件	40件	40%

孺恋村の空き家・空き地に関する補助金

孺恋村放置建物解体費補助金
使われずに放置されている建物を解体する際に補助金を支給します。
○補助額
解体面積1平方メートルあたり5千円とし補助限度額は15万円

孺恋村空家対策総合支援事業補助金
特定空家等・不良住宅に該当する空き家を解体、または空き家を移住者向けの体験施設や賃貸物件として利活用するために改修する際に補助金を支給します。
○補助額
・解体:工事金額の4/5以内とし、補助金限度額は30万円
・改修:工事金額の2/3以内とし、補助金限度額は20万円

空き家・空き地相談会を開催します！

日時 令和8年8月1日(土) 10:00～14:00

場所 孺恋村地域交流センター (孺恋村大字鎌原494-45) 孺恋郷土資料館隣の建物
※ 詳細は孺恋村役場 交流推進課 (0279-82-5191) までお問い合わせください

～毎月第4土曜日開催～ 6月は27日(土)実施！



むら・いろ 交流デー



入場
無料

10:00～15:00 会場：地域交流センター大・小会議室

群馬県吾妻郡嬭恋村鎌原494-45(鎌原観音堂、嬭恋郷土資料館となり)

村のあのお店、あの人と。
みんなで楽しむワークショップと交流の場！

【6月限定】

JINSの移動販売車が出店！

その場で視力測定・メガネの作成可能

(老眼鏡も対応)

レンズ込みの価格で一式6,600円～

お会計からお渡しまで最短30分！

※レンズの種類により後日渡しとなる場合があります。



【出店内容(一例)】



[味わう]焼き菓子やコーヒーの販売

[癒やす]リラクゼーション、占い、お悩み相談

[作る]季節のワークショップ、アクセサリ作り

出店ラインナップは毎月のお楽しみ。 etc...

一期一会の出会いを楽しんで。



※記載内容は変更になる場合があります。

主催：嬭恋村

後援：一般社団法人嬭恋村観光協会

お問い合わせ：地域交流センター 0279-82-5191

JINS GOに関するお問い合わせ：080-7493-2173

出店者の情報、最新情報はこちらでチェック！→



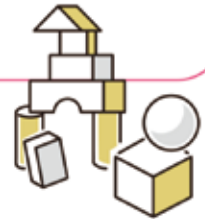
こども家庭センター通信

孺恋村こども家庭センター
〔健康福祉課保健室 内〕
☎0279-96-1975

令和8年5月1日、健康福祉課内に **孺恋村こども家庭センター** を開設 しました。

孺恋村に住むすべての妊産婦、子育て世帯、0～18 歳までのお子さんを対象とした「**妊娠・出産・子育て**」の総合窓口 です。

- ワンストップで対応できるよう取り組みます
- 相談内容に応じて、情報提供や関係機関へのつなぎを行います
- こども本人や地域の方からの相談も受けつけています



こんな心配、悩みありませんか？

妊娠したけど不安なことがある

ついで怒りすぎてしまう

こどもの接し方がわからない

家族や友だちのことなど聞いてほしい

こどもの発達が遅い気がする

など…

➔ そんなとき、**お気軽にご連絡ください**

大雨の災害から身を守る 気象庁 Japan Meteorological Agency

～防災気象情報の活用～

どんな災害があるのでしょうか？

河川はんらん 川の水があふれる
危険なのは、川の近く
「はんらん」が発生すると、建物が水につかたり流されたりします。

大雨 たくさんの雨がふる
危険なのは、ひくいところ
道路の下の道など低いところや、地下室は、大雨がふると水につかたりします。

土砂災害 がげがくずれる
危険なのは、山やがげの近く
山や斜面がくずれて石や土などが流れてきやすくなっています。

高潮 海の水があふれる
危険なのは、海の近く
台風などが近づいて海面が高くなる「高潮」が発生すると海の水が堤防をこえてしまいます。

避難の仕方

災害がおきる前に、安全なところへ逃げる。

自宅から逃げるのが難しい場合は、
①土砂災害 ▶山やがげから離れた部屋へ
②はんらん・大雨・高潮 ▶できるだけ高いところへ

5つの危険度と情報の種類

「はんらん」・「大雨」・「土砂災害」・「高潮」の情報は、色やレベルで危険度がわかります。

白 レベル1早期注意情報
今後の情報に注意しましょう。

黄 レベル2注意情報
どんな危険があるか、どうやって逃げるかおうちのひと相談しましょう。

赤 レベル3警報
お年寄りなどの逃げる時間がかかる人には早めに逃げるよう呼びかけましょう。

紫 レベル4危険警報
災害が発生してもおかくありません。危ないところからすぐ逃げましょう。

ここまででぜったい、逃げましょう!!!

黒 レベル5特別警報
すでにはんらんや土砂崩れなどがおきているかも！少しでも安全なところへいこう。

がげなどから離れた部屋へ。建物のできるだけ高いところへ。



最新情報はこちらから！

孺高HP・YouTube・Instagram



孺恋高校オープンスクール

7/29(水)と10/10(土)に開催します！



今年度も、孺恋高校のオープンスクールを開催します！

昨年度も多くの中学生や保護者、孺恋村の方々にご参加いただき、大盛況となったオープンスクールですが、今年度はさらにパワーアップした内容でお届けできるよう準備中です！

詳細は本校HPやSNS (Instagram) で随時更新してまいりますので、ぜひチェックをお願いします！

第1回

7/29 水 AM

第2回

10/10 土 PM

「知らない電話番号からの着信には出ないことが一番の防犯！」

警察官を装った模擬的特殊詐欺の実験を実施

～携帯電話に出た学生の5人に1人が被害に遭う可能性があるという結果～

◇実験結果

警察官を装った“掛け子役”が同意を得ている大学生の携帯電話148人に電話したうち25人が電話に出て、このうち最終的に5人が個人情報 (LINE ID) を提供する直前までに至った。

◇検証

- ・掛け子役が用いる専門用語や強気の態度が、受け手に「本物らしさ」を感じさせてしまい、結果、電話に対する疑念を弱めてしまう傾向がある。
- ・電話中に怪しいと思っていても、通話を継続してしまう傾向があり、その結果被害に遭うことなどが明らかになった。
- ・特に掛け子役が女性の場合には、電話を途中で切ることにより心理的な抵抗を感じやすい傾向が見られた。

◇被害防止のための結論

『知らない電話番号からの着信に出ないことが一番の防犯』である。それでも電話に出る (必要がある) 場合には、『詐欺かもしれない』と予測し、お金の話や個人情報など詐欺を疑うヒントを探すつもりで出ること。電話を切りにくい会話中でも、怪しいと思った段階で躊躇せず、きっぱりと電話を切ることが重要である。

◇問い合わせ先

吾妻郡消費生活センター ☎0279-75-1166

「ニセ警察詐欺」実証実験結果周知動画

【公式】JFSAチャンネルにてYouTube動画でも視聴できます (約47秒)



吾妻保健福祉事務所における HIV・性感染症相談・検査について

- ・吾妻保健福祉事務所では、HIV・性感染症の相談と検査を無料・匿名で実施しています。
- ・受付は、電話予約又は web 予約

◇相談・検査日時

- ・日中検査：隔週の月曜日午後1時から2時
- ・夜間検査：午後5時から6時(年に数回)
- ※検査日は群馬県庁ホームページ「エイズ検査」で検索

◇問い合わせ先

吾妻保健福祉事務所(保健所)
中之条町西中之条 183-1
☎0279-75-3303

WEB予約



相談・検査日



ぐんま大雨時 デジタル避難訓練2026

6月1日から「ぐんま大雨時デジタル避難訓練2026」を実施しています。今回の配信では、気象庁による防災気象情報の見直しに対応し、訓練をリニューアルしました。大雨時の避難方法について、スマートフォンを使って一連の流れを確認してみましょう。

訓練の最後に実施する『防災クイズ』で満点を取った県民を対象に、抽選で宿泊券などが当たります。(応募は6月30日まで)

※県公式LINEアカウント「群馬県デジタル窓口」の友だち登録が必要です。

◇問い合わせ先

県庁砂防課 ☎027-226-3633



県営住宅七月定期募集のご案内

▽入居可能日 当選後、入居資格審査の結果、承認され次第個別に案内します。

▽所在地・間取り・募集戸数・家賃 県住宅供給公社ホームページ <https://www.gunma-jk.or.jp/> をご覧ください。

▽入居資格 現在住宅に困っている方、世帯の収入が一定の金額以下であることなど

※連帯保証人は不要です。
※単身での申込みができる住宅もあります。

※令和8年4月から子育て世帯等への支援拡充のため、18歳未満の子どもを扶養する世帯及び39歳以下の夫婦等2人世帯の収入上限を月25万9千円以下へ引き上げるなどの入居要件緩和を実施しました。
※詳しくは申込案内書または県住

宅供給公社ホームページをご覧ください。

▽申込期間 令和8年7月1日(水)～15日(水)

▽申込方法 所定の申込書を電子メールまたは郵送により県住宅供給公社へ提出

▽申込書・申込案内書配布場所 県住宅供給公社(前橋市紅雲町)、県民センター(群馬県庁2階)、県土木事務所、県保健福祉事務所、市役所・町村役場など

▽その他 入居者は公開抽選で選定します。

※随時申込みを受け付けている団地もあります。詳しくはお問い合わせください。

▽問い合わせ先 県住宅供給公社
☎027-223-5811
FAX027-223-9808

(住宅政策課)

『わくわく万探ツアー』 『風景と花と蝶のフォトトレッキング』

ヤナギランなど高山植物と蝶やトンボ、岩山から万座温泉の眺望も。プロの写真家で嬭恋村キャベツ大使の萩原れいこ先生にスマホ撮影術を学ぼう!

▽日時 7月25日(土) 10時～12時30分
※荒天の場合は翌日
▽定員 15名(要予約)

▽参加費 大人2,500円
小学生以下2,000円

▽持ち物 スマートフォン、トレッキングができる靴、飲み物

▽集合 万座しぜん情報館
▽申込・問い合わせ先 万座しぜん情報館
☎0279-97-4000

高山蝶観察会のお知らせ

「孀恋村高山蝶を守る会」では、群馬県指定天然記念物で絶滅が危惧されている、3種類の高山蝶（ミヤマシロチョウ、ミヤマモンキチョウ、ベニヒカゲ）を守るために活動しています。夏の限られた時期にしか見られない貴重な高山蝶の観察会に参加してみませんか。

◇日時

7月20日(月・祝日、海の日)午前9時～正午ごろ

※小雨決行、荒天時は中止。

◇集合場所 湯の丸山地蔵峠駐車場(北側鉄塔付近)

◇定員 30名(先着順)

◇参加費 無料

◇対象者 小学生以上の方(小中学生は保護者同伴)

◇持ち物 野山を歩く服装と靴、帽子、飲み物、軽食

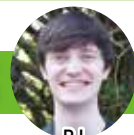
◇申込・問い合わせ先

孀恋郷土資料館(孀恋村高山蝶を守る会事務局)

☎0279-97-3405



CONVERSATION WITH RJ AND THOMAS



June Newsletter
Thomas

Hey R.J.! How are you doing? June is coming soon! It is finally summer! The heat feels just like Florida again. I read that Japan has a rainy season called "tsuyu." I'm excited to experience this in Japan! In Florida, we also have our own rainy season too. During this rainy season, we will often have sunny mornings and evenings but strong afternoon thunderstorms. Hurricane season also starts on June 1st in Florida. I have personally experienced many hurricanes throughout my time in Florida. Luckily, me and my family have never experienced physical harm, but our house or property would usually face some kind of damage. For example, one time a tree fell on our house and another time flood waters had entered our house. Believe it or not, we rarely evacuated. I always remember how all shops close and everyone evacuates, the city then becomes like a ghost town before the hurricane. It is quite an eerie feeling! What about you R.J.? What is the rainy season like where you are from?

R.J.は元気になっていますか?もうすぐ6月ですね!ついに夏がやってきました。最近の暑さのせいで、フロリダを思い出しました。日本には「梅雨」という雨の季節があると読みました。日本でこの季節を体験するのが楽しみです!フロリダにも雨季があります。雨季の間は、朝と夕方は晴れていても、午後には強い雷雨が来ることが多いです。また、フロリダでは6月1日からハリケーンの季節が始まります。私はフロリダで何度もハリケーンを経験してきました。幸い、私や家族が怪我をしたことはありませんが、家や敷地が被害を受けることはよくありました。例えば、家に木が倒れてきたこともあります。また、洪水で家の中に水が入ってきたこともあります。

信じられないかもしれませんが、私たちはあまり避難しませんでした。ハリケーンの前は、すべての店が閉まり、人々が避難して、街がまるでゴーストタウンのようになります。あの雰囲気はとて不気味です。R.J.の故郷では、雨の季節はどんな感じですか?

R.J.

Hey Thomas, I'm doing well! I'm also looking forward to the summer. Where I'm from, Minnesota, we don't really have a rainy season. The summer does get hot, and it does rain, but we don't have a certain time where it rains every day. And we are lucky to not have hurricanes! We sometimes have tornadoes though. I have been lucky enough to also never have been hurt by one.

やあ、トーマス!元気です!夏が待ち遠しいな。僕の出身地、ミネソタには雨季というものがありません。夏は暑くなるし、雨も降るけど、毎日雨が降るような決まった時期はない。それに、ハリケーンが来ないのは本当に幸運だよ!竜巻は時々発生するけどね。でも、僕は幸運にも一度も竜巻で怪我をしたことがありません。

Thomas

Wow, that's really nice! It is so interesting to see that your experience is so different from mine. America is really big so the landscapes and climate can be very different depending on where you are. Tsumagoi residents, let's enjoy a hurricane-free summer!

お!よかったですね!アメリカはとて広いので、地域によって景色や気候が違います。孀恋村のみなさん、今年の夏はハリケーンの心配がない季節を楽しみましょう!



宝くじ
公式サイト

宝くじがネットで
購入できる!

宝くじ公式サイト



宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL: 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)
TEL: 011-330-0777 (有料)

第1回入札結果 令和8年4月24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8年度 村道三原鎌原線 舗装補修工事	大字鎌原地内	令和8年6月30日	19,900,000円	上坂建設(株)	建設課
2	令和8年度 孀恋村道 緊急施設維持修繕工事	村内一円	令和9年3月19日	13,050,000円	丸栄建設(株)	建設課
3	令和8年度 道路清掃業務委託	村内一円	令和8年11月30日	11,650,000円	渡辺建設(株)	建設課
4	令和8年度 孀恋村道 緊急路面維持修繕工事	村内一円	令和9年3月19日	11,300,000円	上坂建設(株)	建設課
5	令和8年度 村単土地改良事業 孀恋地区 緊急農業用施設補修工事	村内一円	令和8年12月11日	9,900,000円	(株)佐藤工業	建設課
6	令和8年度 孀恋村道 道路維持修繕 (土砂撤去、伐木)工事	村内一円	令和9年3月19日	7,840,000円	(株)深井タイヤ商会 深井組	建設課

第2回入札結果 令和8年5月15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8年度 孀恋村水道工事設計 業務委託	大字今井外地内	令和9年3月19日	4,350,000円	(株)協和設計事務所	上下水道課

地域おこし協力隊退任あいさつ

なかむら へいすけ
中村 平祐

あっという間の3年間! 嬭恋村観光協会に着任させていただき、キャベツマラソンのお手伝いから始まり、フィルムコミッション業務やトレッキングイベントの企画、TVアニメとのコラボなども担当させていただき嬭恋村の魅力をPRして参りました。大きな雪玉を作ったり、駅前に大きなカエルを呼んだりゲレンデにタクシーを呼んだりと楽しみながら業務をしました。また、パルコール嬭恋、長野原警察署のご協力のもと嬭恋のベテランラリーストと雪道安全運転講習会を開催し、住民の皆さま、観光の皆さまと一緒に安全運転を学びました。昨年の嬭恋夏の陣ではeスポーツ体験会、プロジェクションマッピングを実施し子供たちに楽しんでいただいたことも嬉しく思います。これからも嬭恋生活を楽しんで参ります!



「浅間山北麓ジオガイドになりました!」

かめい ゆうき
亀井 佑樹

地域おこし協力隊として着任してから3年間、鎌原の田畑で小嶋良一さんのもと、お米とお花を中心に農業を学ばせていただきました。小嶋さんをはじめ、関わってくださった皆さまのお力添えにより、3年間の任期をまもなく終えようとしています。この場をお借りして、心より感謝申し上げます。

退任後は「かめちゃん農園」という屋号を掲げ、嬭恋村で農業を続けていきます。お米をはじめ、トウモロコシなどの野菜や花きなど、多品目の栽培に取り組んでいきます。

自分にとってはここからが本当のスタートです。これからも地域に根ざしながら、日々精進してまいります。今後ともよろしく願いいたします。



「マルチ敷き」

訂正してお詫びいたします。

山崎 木幡
クニ 進
92 86
京一(鎌原) 良子(鎌原)

「お悔やみ申し上げます」欄の一部に誤りがありました。正しくは次のとおりです。

訂正とお詫び

認知症介護家族の交流会・相談会

認知症の方を介護している家族の交流会・相談会を実施します。お気軽にご利用ください。

◇日時 毎月第1金曜日 午後1時30分～午後3時

7月の相談会 7月3日(金)

◇場所 嬭恋村いきいきセンター(サーラ嬭恋隣り)

◇費用 無料 *事前にお申し込みください。

◇申込・問い合わせ先

嬭恋村地域包括支援センター ☎0279-96-1336

24時間健康テレホンサービス 7月

☎027-234-4970 を回すと約3分間健康講話が聞けます。

- | | | |
|-----------------|---------------|------------------------|
| 月 持病の薬と歯科治療 | 火 女性における骨量の変化 | 水 60歳で24本以上の自分の歯がありますか |
| 木 糖尿病とうまくつきあう人生 | 金 妊娠中の体重の増加 | 土 認知症の人の食べる機能の障害 |

7月の健康相談「直接相談タイム」は9日(木)19:30~20:30です。歯科医師が直接相談に応じます。トラブル防止のため、氏名、連絡先等を伺います。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/

つまごい健康ダイヤル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。

夏バテ対策のすすめ!

夏バテは、室内外の温度差による自律神経の乱れ、それによる食欲不振、発汗による水分・ミネラル不足、寝苦しさによる睡眠不足などが原因で起こる体調不良の総称です。夏バテ対策のポイントを知り、暑い時期を乗りきりましょう。

ポイント 冷やしすぎない工夫

冷たい飲み物や食べ物の摂りすぎは胃腸の働きを低下させます。食事の際には、温かい飲み物・食べ物を摂り、内臓を冷やさないようにしましょう。エアコンで寒い時は、上着やひざかけで調整するようにしてください。

ポイント 3食3色(主食・主菜・副菜)の食事

食欲がない時は、1日3食、消化の良いものを少しずつ摂ることが大切です。そうめんなどの炭水化物だけでなく、肉・魚・大豆製品・卵などのたんぱく質と、ビタミン・ミネラル豊富な野菜を摂りましょう。香辛料や香味野菜、ネバネバ食材、柑橘類やお酢を活用すると、食欲増進に効果的です。

ポイント 水分・ミネラル補給

喉が渇く前に、水や麦茶をこまめに飲みましょう。特に起床時、入浴前後、就寝前は忘れずに。

ポイント 質の高い睡眠と入浴

シャワーだけで済ませず、ぬるめのお湯(38~40℃)にゆっくり浸かると自律神経が整います。睡眠時はエアコンや扇風機を活用し、寝苦しさを防ぎましょう。寝る1時間前には、パソコン・スマホをやめられるとよいですね。

症状が2~4週間以上続くなど、日常生活に支障がある場合は、別の病気が隠れている可能性もあるため、無理をせず医療機関を受診しましょう。

「ごみを減らそう!」 1人1日1,000g以下を目指して

5月のごみ排出量
1人1日あたり 1,200g
(前年比 -69g)

右記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。



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
[LINE]お友達追加



婦恋村
防災行政メール



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

休日当番医予定表

6月21日(日)

—内 科—
小池医院(東吾妻町)
☎0279-67-2030

—休日夜間—
原町赤十字病院(東吾妻町)
☎0279-68-2711

6月28日(日)

—内 科—
布施医院(草津町)
☎0279-88-2030

—休日夜間—
吾妻さくら病院(中之条町)
☎0279-75-3011

7月5日(日)

—内 科—
桜井クリニック(婦恋村)
☎0279-97-3800

—休日夜間—
原町赤十字病院(東吾妻町)
☎0279-68-2711

7月12日(日)

—内 科—
婦恋村診療所(婦恋村)
☎0279-97-3020

—休日夜間—
吾妻さくら病院(中之条町)
☎0279-75-3011

7月19日(日)

—内 科—
草津こまくさ病院(草津町)
☎0279-88-4321

—休日夜間—
原町赤十字病院(東吾妻町)
☎0279-68-2711

7月20日(月)

—内 科—
桜井医院(長野原町)
☎0279-82-3999

—休日夜間—
西吾妻福祉病院(長野原町)
☎0279-83-7111

7月26日(日)

—内 科—
六合診療所(中之条町)
☎0279-95-5711

—休日夜間—
吾妻さくら病院(中之条町)
☎0279-75-3011

※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。

令和7年度人権標語入選作品

～小学校の部優秀作品～

楽しいな みんなとわらう
明るい学校

入選者氏名は印刷版広報に掲載しています

村の人口

5月末現在

男	4,971人	出生 … 1人	死亡 … 11人	転入 … 94人	転出 … 21人	計	9,284人
女	4,313人	出生 … 2人	死亡 … 6人	転入 … 27人	転出 … 22人	世帯数	4,561世帯

行事予定

6月

○食育月間
○環境月間(6月1日~6月30日)

ごみ収集 ミニデイひまわり

20
(土)

糖尿病外来【婦恋村診療所】診



21
(日)

22
(月)



鎌原

23
(火)

日本脳炎予防接種(13:30~)【農村環境改善センター】保

門貝
西窪

24
(水)



田代

25
(木)



北山

26
(金)

日本脳炎予防接種(14:00~)【農村環境改善センター】保

大笹

27
(土)



28
(日)

29
(月)



千俣

30
(火)

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

砂井
声田

7月

○社会を明るくする運動強調月間

ごみ収集 ミニデイひまわり

1
(水)



今井
袋倉

2
(木)



中原
三原

3
(金)

認知症介護家族の交流会・相談会(P22参照)包

大前

4
(土)

少年の日



5
(日)

第18回婦恋高原キャベツマラソン大会 観
家庭の日

6
(月)



鎌原

7
(火)

BCG・水痘予防接種(13:15~)
【農村環境改善センター】保

門貝
西窪

8
(水)

田代

9
(木)



北山

10
(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

大笹

11
(土)

心臓病外来【婦恋村診療所】診



12
(日)

13
(月)



千俣

14
(火)

5歳児健診(13:20~)【農村環境改善センター】保

砂井
声田

15
(水)



今井
袋倉

16
(木)

マタニティサロン(13:30~)
【農村環境改善センター】保
県民防犯の日



中原
三原

17
(金)

大前

18
(土)

糖尿病外来【婦恋村診療所】診



19
(日)

家族でいただきますの日

行事カレンダーお問い合わせ先 市外局番 [0279]

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 ☎82-1367	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 6月30日(火)

・村県民税(第1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。