

ひがしあかづま

News from Higashiagatsuma Town

11

2024
No. 224



- || 小学校 運動会・中学校 体育祭 2～4 ページ
- || 東吾妻ふるさと花火 5 ページ
- || 東吾妻町フォトニュース 6～7 ページ

東吾妻むかし道 MTB ライド 2024

10月20日に町民体育館を発着点とする「東吾妻むかし道 MTB ライド 2024」が開催されました。県内外の自転車愛好家192名がエントリーし、秋の深まる里山を駆け抜けました。走行後は、地元の米などの特産物が当たる抽選会が行われました。

小学校

秋の

運動会

9月に、町内の小学校で運動会が開催され、子どもたちは練習した成果を発揮し、競技や演技に取り組みました。地域の未来を担う子どもたちが躍動した、鮮やかな瞬間を切り取った写真特集をお楽しみください。

東 小学校

奇跡！
65人の絆



綱引き(全児童)



表現「最高到達点・MORNING SUN」(1-3年)



選抜リレー(1-6年選抜者)



玉入れ(1-3年)



表現「東小ソーラン2024」(4-6年)



玉入れ(全児童)



団対抗リレー(1-3年)



団対抗リレー(4-6年)



表現「とどけ!このエール」(1-3年)

太田小学校

パワー全開！
笑顔も勝利もつかみとれ



表現「太田小ソーラン2024」(4-6年)

原町小学校

勝利の鍵をつかみとれ
全力の原小



表現「ダイナミックエイサー」(3・4年)



団別リレー (5・6年)



だるま運びリレー (3・4年)



表現「Bling-Bang-Bang-Born」(1・2年)



表現「原小ソーラン2024」(5・6年)



表現「最高到達点・ココロオドルほうで」(1・4年)



玉入れ (全児童)



表現「岩小ソーラン2024」(5・6年)



アイスクリームをどうぞ (1・4年)



借り人競争 (5・6年、保護者)

岩島小学校

応えんして心を一つに
OneTeam



坂上小学校

みんなが主役！
かがやけ 坂上魂



大玉ころがし (1・3年)



台風の目 (4・6年)



表現「坂上音頭」(全児童、保護者)



玉入れ (全児童、保護者)



表現「青と夏」(全児童)

体育祭

9月25日に東吾妻中学校体育祭が開催され、各クラス全力で競技に取り組み、体育祭を通してクラスの団結力を強固なものとなりました。



1・2 大縄跳び 3・4 サンドウィッチリレー（生徒会種目）
5 玉入れ 6・9 綱引き 7・8 選抜リレー 10 全員リレー

東吾妻 ふるさと花火

ふるさとに咲く大輪の花

9月21日に町スポーツ広場で、東吾妻ふるさと花火を開催しました。

会場では、飲食物の出店のほか、サッカーや忍者体験などのコーナーも設けられ多くの方々に来場いただきました。

メインイベントである花火は、約30分間打ち上げられ、会場を幻想的な光と圧倒的な音で包みこみました。



キックターゲット



忍者体験



商工会青年部による緑日イベント



町消防団による消防車乗車体験



ドローン操縦体験



電動キックボード乗車体験



めだかのあっちゃんによるメダカすくい



会場の様子①



会場の様子②

町内でのできごとや町民の皆さんの活躍した様子を写真を使って紹介



GN ホールディングスと 災害連携協定 締結

9月18日にGNホールディングス株式会社と「電気自動車を活用した災害連携協定」を締結しました。この協定は、有事の際に、電気自動車（EV）の無償貸与による避難所への電源供給を可能とするものです。協定締結後、役場駐車場でEV車の電気を使い、電子レンジで食品を温めたり、スマートフォンを充電したりする実演が行われました。

生

徒の力作が並ぶ 第8回 響谷書展

9月20日から22日にかけてコンベンションホールで第8回響谷書展が開催されました。書展には響谷書道会（高橋大榛会長）で学ぶ子どもから大人までの作品に加え、会長の師である小田川大岳氏による賛助作品が展示されました。高橋会長は「書展を目標に、日頃頑張ってきた会員の成果を皆さんに披露できて良かった」と話していました。



デ

マンドバス乗り方教室 坂上公民館教養講座

9月27日に坂上公民館で、「坂上地区デマンドバスの乗り方教室」が開催されました。町職員が講師として、町の公共交通の現状とデマンドバスの利用方法について説明したあと、参加者は、予約から乗車までの一連の流れを体験しました。また、特別講話として高崎経済大学名誉教授の大島登志彦先生より「東吾妻町の公共交通のかしこい利用方法」について話していただきました。



水仙ちゃんの活動を 報 告 します！



▲ 出発前に記念撮影！

9月25日に坂上小学校の6年生が親子行事として「自転車型トロコアガッタン（田園コース）」を体験しました。田園コースは、多くの鉄道設備がそのまま残されているコースです。親子で息を合わせて楽しそうに自転車のペダルをこいでいました。



▲ アガッタン受付で集合写真をバシャリ！

町内でのできごとや町民の皆さんの活躍した様子を写真を使って紹介

5 地区の忠霊塔を巡る 戦没者慰霊行事

9月27日に町内忠霊塔を巡礼する慰霊行事が行われました。写真は岩島地区の忠霊塔の前で町長が追悼の誠を捧げている様子です。その後、同地区遺族会の方々(12人)と忠霊塔に花を手向け平和を誓いました。同地区遺族会の角田廣太郎会長は「遺族の心のよりどころとなっている忠霊塔を巡ってもらえてありがたい」と話していました。



秋 の全国交通安全運動 吾妻地区交通安全大会

9月28日にコンベンションホールで、吾妻地区交通安全大会が開かれ、無事故無違反に努めた優秀運転者表彰などが行われました。秋の全国交通安全運動の一環として、交通安全の意識向上を目的に実施しています。催し物として、群馬県警察音楽隊による秋の童謡や時代劇メドレーを演奏されたほか、曲に合わせて交通安全の呼び掛けをしました。



管 理栄養士を目指して 東洋大学 臨地実習

9月・10月に東洋大学食環境科学部健康栄養学科の3年生4人を迎え入れ、管理栄養士を目指すための臨地実習を行いました。また、栄養士の業務を肌で感じてもらうため、にこにこひろばで食育講話を体験してもらいました。講話の内容は、「1日に必要な野菜の量」について話したほか、生徒が考案したレシピについても紹介していただきました。



道の駅あがつま峡 創業祭

10月14日に道の駅あがつま峡で創業祭が開催されました。キッチンカーが出店したほか、フリーマーケットやカラオケ大会、ワンちゃんイベント、忍者縁日、バルーンショーなどが行われ、来場者を楽しませました。



忍者縁日で手裏剣投げのコツを伝授

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）

未指定文化財を知ろう 坂上地区編

～ ③ 佐奈神社 ～

今月の歴史文化探訪は、坂上地区の未指定文化財を紹介する第3弾として、佐奈神社をご紹介します。

佐奈神社とは？

佐奈神社は、東吾妻町大字大柏木字宮谷戸に所在する神社で、大字三島と大柏木を結ぶ佐奈坂線と呼ばれる林道の西側にあります。祭神は建御名方命と八坂刀売命の2柱です。佐奈神社の所在地は近年まで旧萩生村の所属地だったようで、昭和4年（1929）に刊行された『群馬縣吾妻郡誌』には「坂上村大字萩生字佐奈坂峠」と表記されています。

佐奈神社はどんな神社？

さて、東吾妻町には多くの神社が各地域に所在していますが、その中で「佐奈」とつく神社は、大柏木にあるこの神社だけとなっています。このほかにも、例えば大字箱島の所在する甲波宿禰神社や大字岩下にある赤祇神社なども町内たった1つの神社名です。

この佐奈神社がいつ頃大柏木のこの地に創建、勧請されたのか詳しいことは伝わっておらず不明なのですが、そのことに対して大きなヒントを与えてくれる記録があります。『上野国神名帳』と呼ばれるもので、原本は残存していませんが、最も古い転写本として永仁6年（1298）のものが知られています。ここに記載される「従五位上佐奈明神」とあるのが佐奈神社の本社と考えられており、『上野国神名帳』の原本成立は平安時代とされていることからこの佐奈神社の創建は平安時代までさかのぼる可能性を秘めています。ただし、現在に至る社殿については、享保5年（1720）と寛延元年（1748）、そして昭和28年（1953）に建て替えられたとされており、創建当初の装いを伝えるものではありません。それ以外では境内にかつて存在した櫓の巨木が明治23年（1890）に枯損による伐採をした際に年輪から1000年を超える古木だったことが判明したとされているので、それが本神社の創建の古さを教えてくれるものであるかもしれません。

さて、東吾妻町において、古代まで創建年代が遡る可能性がある神社はそう多くあるわけではありません。例えば大字金井の一宮神社（貞観3年

（861））、大字植栗の鹿島宮（元慶2年（877））、大字箱島の甲波宿禰神社（延暦4年（785）頃か）が代表的な神社かと思います。これらの神社の立地からは、その周囲に当時の幹線道路がとあり、早くから周辺が開けた場所であった可能性が考えられます。そのため、この佐奈神社に関しても同様に古代の時期より大柏木の地にあったとしますと、この大柏木という場所自体が早くから道がとあり、開けた場所であった可能性が考えられるのです。もともと長野原方面から東吾妻へと向かう動線を考える際にどうしても吾妻峡の狭隘な溪谷を通るのが難しく、古来からの動線は長野原町の丸岩（丸岩城）の西側を抜け、須賀尾峠を越えて大字須賀尾に向かう道筋と併せて川原湯から大柏木に抜ける道筋が想定されており、まさにこの道筋に佐奈神社は乗っていることになります。今でこそ佐奈神社周辺に古代まで遡るものを見いだすことは難しいのですが、神社などの位置、そして伝承などを組み合わせると地域の過去のなごりが見えてくる場合もあるのです。その意味ではこの佐奈神社は古代の東吾妻町を考えるためには抜くことができない重要な神社であるといえるでしょう。



▲ 佐奈神社（正面）



▲ 佐奈神社（社殿）

国民健康保険にご加入の皆さんへ

令和7年度から

国民健康保険の税率

が変わります！



国民健康保険は、加入者が国民健康保険税を負担することにより、加入者の保健医療費をまかなう相互扶助の制度です。医療高度化や保険適用の拡充などにより、国民健康保険の財政状況は年々厳しくなっています。

こうした状況の中、国民健康保険を持続可能な制度とするために国民健康保険税率の改正を行います。

問い合わせ先

税務課 保険税係

国民健康保険税の改正

国民健康保険税は、加入者一人ひとりの前年中の総所得金額等に応じて「医療分・後期高齢者支援金等分・介護分」の3つの区分ごとに金額を算出し、世帯で合算したうえで世帯主に賦課します。

令和7年度の税率が右表のとおり改正されます。

		令和6年度	令和7年度
医療分	所得割	6.20 %	7.10 %
	均等割額	25,000 円	30,000 円
	平等割額	18,200 円	21,000 円
後期高齢者支援金分	所得割	2.50 %	3.00 %
	均等割額	9,800 円	12,000 円
	平等割額	7,200 円	8,000 円
介護納付金分	所得割	2.20 %	2.45 %
	均等割額	11,000 円	12,000 円
	平等割額	5,200 円	6,000 円

※国保広域化（県単位化）により、国民健康保険は、県と市町村の共同運営に変わりました。県内全ての市町村国保で、群馬県国保運営方針に基づき、事業を見直し効率化、標準化に取り組んでいます。群馬県国保運営方針では、国民健康保険を持続可能な制度とするため、令和15年度までに保険税率を統一していく予定です。

このため、町では、国民健康保険事業の全体について見直しています。



国民健康保険税の各種軽減などについて

条件により、保険税が軽減されます。

低所得世帯への均等割額の軽減

世帯主と国民健康保険加入者などの前年中の総所得金額等により、均等割額が軽減される場合があります。所得が少なく確定申告が必要ない場合でも、住民税申告をしていない場合は、軽減が受けられませんので、住民税申告をしてください。

非自発的失業者への所得割額の軽減

倒産・解雇および雇い止めなどにより離職し、失業給付を受けている65歳未満の方の場合、申請により、給与所得額を30%として保険税を計算します。ハローワーク発行の雇用保険受給資格者証の離職理由を基に軽減の適用を判定します。

身体活動を増やそう

今回は、健康のための運動についてお話しします。

身体を動かすことで健康の維持につながるのは皆さんご存知のことかと思えます。身体活動には大きく分けて運動(スポーツやフィットネスなどの計画的・定期的に実施する運動)、生活活動(日常生活における家事や労働、通勤通学に伴う活動)、座位行動(座ったり寝転んだりする状態で、デスクワークや座っての移動、テレビやスマホを見ることなど)の3つに分けられます。

安静時と比べてどのくらいのエネルギーを消費するのかを基準としたMETs(メッツ)という運動強度の単位があり、静かに座っている状態を1とし、それと比較して何倍のエネルギーを消費するかで数値が決定されます。

2023年に示された指針では、3METs以上の身体活動を1日60分以上(高齢者は40分以上)行い、筋力トレーニングを週2日から3日行うことが推奨されています。推奨事項の一覧表も下に示しますので、参考にしてください。短い時間の積み重ねでも健康増進効果は得られますし、身体活動は週に1回行うだけでも効果があるといわれていますので、ケガや体調に注意してできるところから少しずつ試して

11月の診療予定表

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

【受付】 8:30~11:45、14:00~17:00

みてもらえたらと思います。まずは今よりも10分多く身体活動をすることから心がけてみましょう。

運動する前や運動中には、かならず体調確認を行う習慣をつけることも大切です。どこかに痛みがあったり、熱があったり、体調に異常がある場合は無理に運動をせず、休養をとり、必要に応じて医療機関を受診してください。翌日に疲れが残ってしまう場合は運動の強度や量が過剰となっている可能性が高いので、次の運動からは強度や量を控えめにするなどの調整をしてみましょう。健康な身体を維持するためにも、適度な運動を生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。

対象者	身体活動(生活活動+運動) ※	座位行動
高齢者	3メッツ以上の強度の身体活動を1日40分以上(1日約6,000歩以上)=週15メッツ・時以上 運動: 有酸素運動・筋力トレーニング・バランス運動・柔軟運動などの多要素な運動を週3日以上 【筋力トレーニングを週2~3日】	座りっぱなしの時間が長くなりすぎないように注意する。
成人	3メッツ以上の強度の身体活動を1日60分以上(1日約8,000歩以上)=週23メッツ・時以上 運動: 息が弾み、汗をかく程度以上の運動を週60分以上=週4メッツ・時以上 【筋力トレーニングを週2~3日】	立位困難な人も、じっとしている時間が長くなりすぎないように少しでも身体を動かす
子ども	・中強度以上(3メッツ以上)の身体活動(主に有酸素性身体活動)を1日60分以上行う ・高強度の有酸素性身体活動や筋肉・骨を強化する身体活動を週3日以上行う ・身体を動かす時間の長短にかかわらず、座りっぱなしの時間を減らす。特に余暇のスクリーンタイムを減らす	

参考文献 健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023

ワクチン接種のお知らせ

診療所では、インフルエンザワクチンおよび12歳以上の方へのコロナワクチン接種(任意接種・定期接種)を行っています。ご希望の方は診療所までご連絡ください。

問 国保診療所(☎ 59-3010)

漱石は歯フェチだった？

漱石のお見合い

前号に続き、夏目漱石と歯にまつわる話をご紹介しましょう。松山に赴任中の28歳の漱石に縁談が舞い込みます。お相手は10歳年下の中根鏡子。2人のお見合いは、明治28年12月に行われました。兄に鏡子の印象を聞かれた漱石は「歯ならびが悪いのに、それを隠そうともせず平気しているとところが大変気に入った」と答えたそうです。夏目家の人々は「妙なところが気に入る」と驚きましたが、見合いは成功。翌年に漱石は鏡子と結婚し、新しい赴任先である熊本での新婚生活がはじまります。

漱石は歯フェチだった？

しかし、漱石が理想としたのは「歯ならびが悪い」女性ではなかったようです。

明治33年、漱石はイギリス留学を命じられます。イギリスへ向かう船中で鏡子夫人に送った手紙には「歯を抜きて入れ歯をなさるべく候。ただ今のままにては余り見苦しく候。」と記されており、鏡子夫人の歯ならびが悪く見苦しいので、歯を抜いて入れ歯にするように勧めています。歯に執着する漱石の特殊な美意識がうかがえます。

三四郎も歯フェチだった？

「三四郎」のヒロインである美禰子。三四郎は、特に美禰子の歯の美しさに強く惹かれたようです。

「二重瞼の切長の落付いた恰好である。目立って黒い眉毛の下に生きている。同時にきれいな歯があらわれた。この歯とこの顔色とは三四郎にとって忘るべからざる対照であった。(三四郎より)」

この他にも作中では、美禰子の歯の美しさが何度も描かれます。ただし美禰子の歯については、「反っ歯の気味だから、ああしじゅう歯が出る

(三四郎より)」と記されており、やや出っ歯気味と思われます。

美しい歯と口を手に入れるために

当然のことですが、漱石の手紙どおりに鏡子夫人が歯を全部抜いて入れ歯にしたとしても、美禰子のような歯の美しさは得られないでしょう。入れ歯やクラウン・ブリッジ、インプラントなど、人工物を用いた歯の治療には限界があります。ヒロイン美禰子のような美しい歯を手に入れるためには、幼少期から歯と口の健康に気を配り、歯と口の健康な発育とむし歯や歯周病を悪化させないことが大切です。健康日本21などを参考に歯科疾患の予防における年齢別の目標をあげておきました(図)。各種の歯科健診を活用し、かかりつけ歯科医と相談し、歯と口の健康管理に努めてください。

乳幼児期	①乳歯のむし歯をつくらない
学齢期	①永久歯のむし歯をつくらない ②歯肉炎をおこさない
成人期	①歯肉炎をおこさない(20代まで) ②進行した歯周病に罹患しない ③う蝕を未治療で放置しない ④むし歯や歯周病で歯を失わない
高齢期	①未治療のう蝕を放置しない ②進行した歯周病に罹患しない ③60歳で24本の自分の歯を有する ④80歳で20本の自分の歯を有する

参考文献

夏目漱石 著：「三四郎」岩波文庫 刊

江藤 淳 著：「漱石とその時代第1部」

新潮選書 刊

中原 泉 著：「文人と歯恩」 一世出版 刊

問保健センター ☎ 68-5021

11月の当番医予定表

期日	内科		外科	休日夜間
11月10日(日)	小池医院 (岩下 ☎ 67-2030)	草津こまぐさ病院 (草津 ☎ 88-4321)	吾妻さくら病院 (中之条 ☎ 75-3011)	吾妻さくら病院 (中之条 ☎ 75-3011)
17日(日)	吾妻脳外循環科 (原町 ☎ 68-5211)	長野原診療所 (長野原 ☎ 85-2259)	原町赤十字病院 (原町 ☎ 68-2711)	原町赤十字病院 (原町 ☎ 68-2711)
23日(土)	くりはら医院 (原町 ☎ 68-0355)	桜井クリニック (嬬恋 ☎ 97-3800)	西吾妻福祉病院 (長野原 ☎ 83-7111)	西吾妻福祉病院 (長野原 ☎ 83-7111)
24日(日)	町国保診療所 (箱島 ☎ 59-3010)	長生病院 (長野原 ☎ 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)



Child rearing & Health Information

子育て健康通信

保健センター ☎ 68-5021

母子保健事業

保健センター

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
11月 6日(水)	はっぴい歯科健診	個別通知をご確認ください	平成31年4月、令和元年5月・10月・11月、令和4年4月・5月・10月・11月生まれ
7日(木)			平成30年10月・11月、令和2年4月・5月・10月・11月、令和3年4月・5月生まれ
9日(土)	マタニティークラス②	9:15 ~ 9:30	妊婦と配偶者(3日前までに電話で申し込みください)
14日(木)	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)
25日(月)	4カ月児健康診査	13:30 ~ 13:45	令和6年7月生まれ
	7カ月児健康診査	13:30 ~ 13:45	令和6年4月生まれ(B.C.G接種を行います)
	1歳児健康診査	13:30 ~ 13:45	令和5年10月生まれ

子育てサークル

ピョピョクラブ：保健センター
ラッコクラブ：保健センター

期 日	種 別	受 付 時 間	該 当 児 (者)
11月11日(月)	ピョピョクラブ	9:30 ~ 10:00	こども園就園前までの子どもと保護者
19日(火)	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

健康福祉事業

東地区健康相談：町農村環境改善センター
ほか：保健センター

期 日	種 別	受 付 時 間	対 象
11月13日(水)	東地区健康相談	10:00 ~ 11:30	心身に関する悩みを抱えている方
14日(木)	太田・原町・岩島・坂上地区健康相談	13:30 ~ 15:00	
29日(金)	認知症家族会	9:45 ~ 10:00	認知症の方を介護している家族

予防接種事業

乳幼児個別予防接種：国保診療所

期 日	種 別	受 付 時 間	対 象
11月15日(金)	東地区第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。 11月8日(金)までに申し込みください。

中央公民館の工事に伴い、保健センター駐車場への出入り口が一方通行となります。(16ページ参照)
気を付けてお出掛けください。

学校運営協議会委員 地域学校協働活動推進員 の活動が始まります！

10月2日に学校運営協議会委員と地域学校協働活動推進員へ委嘱状の交付を行い、それぞれの活動が始まりました。委員、推進員の皆さんには、地域と学校（こども園を含む）をつなぐ役割として活躍していただきます。今後は、地域の皆さまにも学校の行事等でお声がけさせていただくこともありますので、その際はご協力をお願いします。



学校運営協議会とは

保護者や地域住民の方々が、目指すべき教育の実現に向けて各学校と協議を行い、「地域と友にある学校づくり（協働）」を進める仕組みのことです。

「地域の声」を教育行政や学校へ届ける機会が増えるというメリットがあります。

学校運営協議会を設置した学校のことをコミュニティ・スクールといいます

名 称	対象校・園
東地区学校運営協議会	東小学校 あづまこども園
太田地区学校運営協議会	太田小学校 おおたこども園
原町地区学校運営協議会	原町小学校 はらまちこども園
岩島地区学校運営協議会	岩島小学校 いわしまこども園
坂上地区学校運営協議会	坂上小学校 さかうえこども園
東吾妻中学校運営協議会	東吾妻中学校

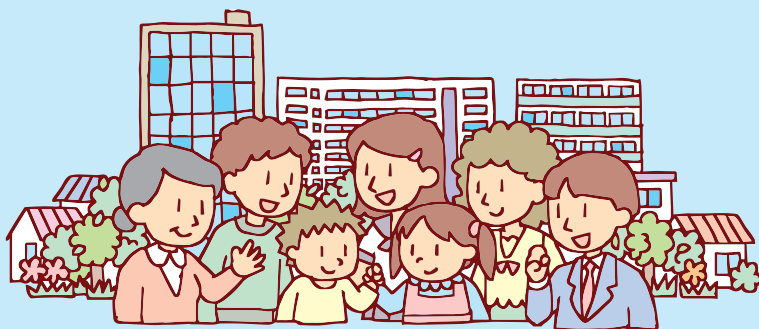
問い合わせ先 学校教育課

地域学校協働活動とは

地域住民等が地域全体で子どもたちの学びや成長を支えるとともに、地域と学校がお互いに同じ目標に向けて協力して行うさまざまな活動のことです。

子どもたちへの一方的な支援や活動ではなく、地域と学校がお互いに意見を出し合いながら活動することで、大人も学びの場を得ることができます。

問い合わせ先 社会教育課



▶ 地域別 学校運営協議会委員・地域学校協働活動推進員 名簿 (敬称略)

地 域	学校運営協議会委員 (◎:会長、○:副会長)		地域学校協働活動推進員
東	◎飯塚 与一 ○上原 志之夫	飯塚 卓也、三枝 寿子、三枝 仁、橋爪 久	橋爪 久、堀込 伸洋
太田	◎中澤 和則 ○小山 和久	須田 尚美、戸塚 君子、古井戸 進、水野 喜徳、茂木 正彦	古井戸 進、高橋 弘喜
原町	◎高橋 治男 ○大前 博文	荒木 真理子、田村 翔、角田 寿子、宮沢 雅子	新井 実千代、荒木 真理子、高橋 芽久美
岩島	◎西山 芳行 ○水出 康治	市川 洋子、日野 高德、矢野 由紀美	水出 康治
坂上	◎高橋 直樹 ○山本 政行	加邊 哲夫、成瀬 裕美、山田 直幸	小山 智、成瀬 裕美、山田 明美
中学校	◎桑原 三七次 ○堀込 伸洋	新井 明実、剣持 佐智子、佐藤 美由紀、古瀬 公江、山田 明美	堀込 伸洋

東吾妻 水 だより

Vol.14



■問い合わせ先 上下水道課

水道管に冬支度を

寒くなると、水道管が凍結し、水が出なくなったり、水道管が破裂したりすることがあります。宅内の水道管は個人の所有物であるため、破損してしまうと修理にかかる費用は自己負担になります。また、凍結を原因とする漏水の場合、水道料金の減免は対象外です。水道管にも冬支度をして凍結事故を防ぎましょう。



凍結しやすい条件

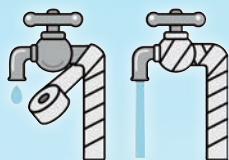
- 北向きの所にあるもの
- 風当たりの強い所にあるもの
- むき出しになっているもの
- 外気温が -4°C 以下になるとき
- 旅行などで家を留守にするなど、長時間水道を使用しないとき
- 一日中外気温が氷点下の「真冬日」が続くときなど



凍結を防ぐ方法

【給水管や蛇口の場合】

布や毛布などを巻いて濡れないように袋をかぶせたり、ビニールテープを隙間なく巻いたりしてください。



【メーターボックスの場合】

発泡スチロールや新聞紙などを小分けにしてビニール袋に入れ、メーターを保護するように置き、上から乾いたタオルを敷いて保温してください。
※ただし、検針期間中の日中は保温材を外して検針ができるようにしてください。

凍結して水が出ないとき

凍った部分にタオルなどを被せ、蛇口の方から 50°C 程度のぬるま湯をゆっくりとかけてください。凍った部分に熱湯を直接かけると器具がひび割れたり破裂したりする可能性があります。

自然に溶けるのを待つ場合は、蛇口を閉めてください。

もしも破裂してしまったら

まずはメーターボックス内の止水栓を閉めて水を止めてください。

町指定給水装置工事事業者に連絡して修理をしてください。

町指定給水装置工事事業者は町ホームページからご確認ください。



町指定給水装置
工事事業者一覧

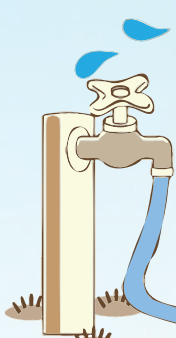
漏水の確認方法

全ての蛇口を閉めてから、水道メーターの銀色のパイロットを確認してください。パイロットが少しでも回っていたら漏水しています。

月に一度は漏水確認を行い、漏水の早期発見を心掛けましょう。

空き家や使用者が長期間不在等により、水道を使用しない場合は、万が一に備えて、止水栓（元栓）を閉めてください。水道管の破裂等により、漏水が発生した場合、漏水の発見が遅れ、水道料金等が過大になる恐れがあります。半年以上、家を空ける場合は、水道利用の休止をご検討ください。

町外にお住まいで、町の水道をお持ちの方へは、11月ごろに個別で通知を送付しています。



水道・下水道の異常を発見したらご連絡ください！

スマホで
通報システム
開始！



スマートフォンで簡単に道路の漏水やマンホールの蓋割れなどの不具合が通報できるようになりました。通報は24時間可能ですが、受信確認は開庁時間に行います。スマートフォンをご利用の際は、周辺状況に十分注意して安全にご利用ください。

●通報の仕方



上下水道課
Logoform
二次元コード

スマートフォンから左記の二次元コードを読み取り、指示に従って報告をお願いします。



緊急を要する場合は、電話で役場上下水道課
(☎76-4010)にご連絡をお願いします。



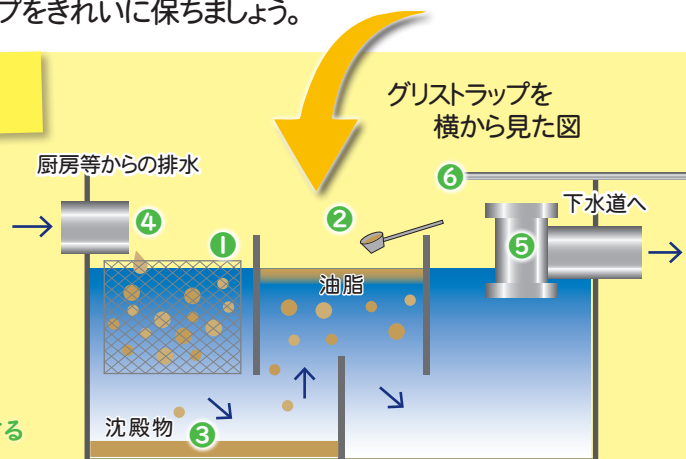
グリストラップを使用している皆さんへ

グリストラップは、排水に含まれる油脂分やごみなどを取り除くために厨房の排出先に設置されています。しかし、グリストラップの掃除を怠ると悪臭や害虫の発生、下水道管の閉塞等の原因となります。定期的な清掃を心掛けてグリストラップをきれいに保ちましょう。



グリストラップの維持管理

- ① バスケットの清掃は毎日1回
- ② 浮上油脂の清掃は週2～3回（多い場合は毎日）
- ③ 沈殿物の清掃は月1回
- ④ 流入口の清掃は2～3カ月に1回
- ⑤ 流出口の清掃は2～3カ月に1回
- ⑥ 清掃後は、転倒事故がないよう、必ずふたをする



ピーフォス ピーフォア

PFOS・PFOA（フッ素化合物）検査結果

上下水道課では、令和6年9月にPFOS・PFOAの水質検査を町内5カ所（岡崎・新巻・松谷・西榛名・岩宮区）の簡易水道水源で実施しました。

目標値： PFOS + PFOA ≤ 0.00005 mg/ℓ → 問題なし





町政情報

特定疾患等患者見舞金

町では、特定疾患などの患者、またはその保護者の福祉増進を目的に、見舞金を支給します。

見舞金を受給できる人

令和6年12月1日現在で東吾妻町に在住し住民票に記載されている人で、群馬県が実施する特定医療費（指定難病）の給付を受けている人、または小児慢性特定疾病医療の給付を受けている人、もしくは先天性血液凝固因子障害の医療給付を現に受けている人

見舞金 36,000円

持 印鑑、特定医療費（指定難病）・小児慢性特定医療費医療受給者証（写し）、先天性血液凝固因子障害医療受給者証（写し）、振込口座のわかるもの（通帳等の写し）

申 保健福祉課福祉係で手続きしてください。

期間 12月2日（月）～10日（火）

12月1日以前の申請は受け付けられません

問 保健福祉課 福祉係

除雪車両の借り上げ

町には、およそ600kmの町道があり、降雪時に全てを除雪することが不可能なことから、各



地域住民の方々のご協力により、行政区で個人の車両を借り上げて除雪を行った場合に車両の借り上げ料を予算の範囲内で支給しています。

事業実施時期 当該年度の降雪の時期

事業主体 行政区

内 原則として対人・対物保険に加入済の車両等を使用して、10cm以上の降雪があった時に、町道の除雪を行うものとします。

※降雪状況によっては、見込みで判断し、作業に取りかかっていたいただいて構いません。

借り上げ料 1行政区：4,000円／1日

申 除雪車両の借り上げにご協力いただける方は行政区長にご連絡をお願いします。

※ 11月29日（金）

※昨年度、申請された行政区については、11月5日（火）に申請書を送付します。

問 建設課 建設管理係

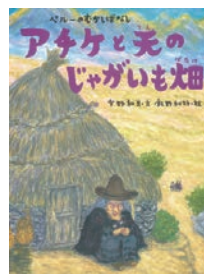
中央公民館 新着図書情報

よむよむかたる ／朝倉かすみ著 小説	迷惑な終活 ／内館牧子著 小説	京都ものがたり の道 ／彬子女王著 エッセイ・随筆	さみしい夜にはペンを 持て ／古賀史健著 哲学・思想	わかったさんのスイート ポテト ／寺村輝夫著 絵本	直紀とふしぎな庭 ／山下みゆき著 児童書
--------------------------	-----------------------	------------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	----------------------------

問い合わせ先 中央公民館（☎ 68-2412）

おすすめの一冊

アチケと天のじゃがいも畑 宇野 和美 作
飯野 和好 絵



ペルーの山間部に伝わる手に汗をにぎる昔話。古くから、飢えに対する切実な願いと祈り、自然の恵みへの感謝があったことが伝わってくる力強い物語。親しみやすい文と、大迫力の絵が魅力の一冊です。

11月から大規模改修工事が始まりました！

中央公民館では、11月より本格的に大規模改修工事が始まりました。工事期間中は、利用者の安全を確保するため、本の貸出時間等を制限します。

貸出・返却できる日 毎週土曜日 10時～15時

※時間内の閲覧・トイレの利用はできません。

※日曜日、祝日、年末年始は閉館となるため利用できません。

※中央公民館・保健センターの駐車場への出入りは一方通行となります。（右図参照）



野外での焼却の禁止

廃棄物処理法の基準を満たしていない焼却炉（地面、素掘りの穴、ドラム缶、ブロック塀など）で廃棄物（ごみ）を燃やすことを『野焼き』といいます。

近所で野焼きをしていて「洗濯ものが汚れる」「煙でのが痛い」「悪臭で気分が悪い」「視界不良で交通の妨げになる」などの苦情が多く寄せられています。周辺住民とのトラブルやダイオキシン類などの有害物質の発生原因にもなりますので、違法な野焼きは絶対にやめましょう。

次の場合に限って、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配慮して行ってください。

認められている焼却行為

- 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やゴム、プラスチック等の焼却は量の多少に関わらず禁止されています。

問 県庁廃棄物・リサイクル課 ☎ 027-226-2865
県庁環境保全課 ☎ 027-226-2837
役場町民課 環境対策係



労働安全衛生総合研究所/ 化学物質規制 見直し

国内で取り扱われている化学物質の中には、危険性や有害性が不明な物質が多くあるため、労働者が安全に働けるよう化学物質規制が行われています。今年度から職場での化学物質規制が大きく見直されました。詳しくは、ホームページを確認してください。

問 化学物質管理無料相談窓口
☎ 050-5577-4862

ケミサポ
総合サイト
二次元コード



消費者 サポート情報

今月のサポート情報は、
「突然訪問してくる悪質業者」についてお知らせします。



～事例の紹介と悪質性～

CASE 1 外壁塗装業者

外壁塗装工事をきっかけに、屋根補修工事・解体・エアコンの取り付け・床下シロアリ対応など、次々に勧誘を仕向け、消費者が承諾しないうちに、どんどん作業を始め、既成事実を作って高額料金を請求する。断るすきを与えない。

悪質性1 訪問販売を全く認めない。

悪質性2 消費者側に『訪問だという証拠があるのか。このやり方で、裁判に負けたことがない』などと反論する。

悪質性3 契約書・見積書を渡さない。あっても〇〇一式表示で細かい作業内容がわからない。消費者が領収書を請求しても発行しない。 など

CASE 2 布団業者

日中一人で過ごす高齢者宅に、訪ねてきた布団業者。消費者はクリーニングをお願いしたつもりが、契約書に下取りとなっていて戻ってこない。言われるがままに「合意している。異議申立はしない」と誓約書を書かせられた形跡が残る。

上記の事例が、郡内でも発生しています。日中でもドアに鍵をかけ、ドアを開けずにドア越しにはっきりと「**帰ってください。必要ないです。契約しません**」と言って拒否しましょう。

消費生活センターでは、経緯を聞いたうえで、解決に向けた適切な対応を助言し、お手伝いをさせていただきます。困ったことがありましたら、すぐに当センターへご相談ください。

問 吾妻郡消費生活センター ☎ 75-1166
全国共通消費者ホットライン ☎ #188

町政情報

募集・求人

健康・検診

相談・説明会

イベント

投稿

町政情報

募集・求人

健康・検診

相談・説明会

イベント

投稿



健康・検診

エコノミークラス症候群検査 （脳梗塞・静脈血栓塞栓症予防検診）

町では、沼田脳神経外科循環器科病院の提供により、脳梗塞と静脈血栓塞栓症の予防検診を無料で行います。また、足の浮腫の検査にもなりますので、気になる方はお受けください。

日 12月1日(日) 10時～12時、13時～15時

場 保健センター

対 町内在住で40歳以上の方

定 100名（先着順）

実施項目

問診、血管年齢、下肢静脈超音波、首の血流検査、頸部微小栓子シグナル検査*

※頸部微小栓子シグナル検査は当日の検査および問診でリスクのある方に実施します。

申 電話で申し込みください。

期間 11月13日(水)～15日(金) 8:30～17:15

他 検査は一人30分程度です。

問 保健センター ☎ 68-5021

児童・高齢者・女性・障害者への 虐待や暴力は人権侵害です

暴力は犯罪となる行為を含む重大な人権侵害であり、決して許されるものではありません。このような行為をなくし、間違った考え方や偏見を変革させるためには、虐待や暴力の被害者・関係者などへの支援だけでなく、私たち一人ひとりがお互いの人格と権利を尊重するとともに、社会全体で連携し、暴力の根絶に取り組むことが求められています。

暴力を受けたら届け出を、発見したら通報を!

- ・相談内容や通報者の秘密は守られます。
- ・児童・高齢者および障害者への虐待を発見した方は通報する義務があります。
- ・地域で心配な方や気になる方がいる場合は、些細なことでも早期に相談・連絡してください。迅速な対応をとることができ、虐待の深刻化を防ぐことにつながります。

児童虐待、高齢者虐待、DV（家庭内暴力）などの暴力、障害者虐待に関する通報や相談は、問い合わせ先の担当課へご連絡ください。

群馬県・関係機関の相談窓口

内容	名称・電話番号	日時
児童虐待相談	こどもホットライン24 ☎ 0120-783-884	24時間 365日対応
	児童相談所全国共通ダイヤル ☎ 189	
	北部児童相談所 ☎ 0279-20-1010	月曜日～金曜日 9:00～17:00
高齢者虐待相談	町地域包括支援センター ☎ 68-0200	月曜日～金曜日 9:00～17:00
DVに関する相談	群馬県女性相談支援センター ☎ 027-261-4466	月曜日～金曜日 9:00～19:30
障害者虐待相談	あがつま障がい者虐待防止センター ☎ 0279-25-8082	月曜日～金曜日 9:00～17:00

問 保健福祉課 福祉係

11月：児童虐待防止推進月間・高齢者虐待防止推進月間
 11月12日～25日：女性に対する暴力をなくす運動期間
 12月3日～9日：障害者週間



県では、「LINE」を使って、子育ての不安や児童虐待、家族や友人との悩みなどの相談ができる「ぐんまこども・子育て相談」を開設しています。電話が苦手という方も、まずはLINEで相談してみませんか？



LINE
『ぐんまこども・子育て相談』二次元コード

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは何か特別なことをする人
たちではありません。認知症を正しく理解し、もし
身近に認知症の人がいたときにその家族を温
かく見守り、支援する人のことです。

認知症は誰でもなるおそれがある「病気」で
あり、地域の方の理解と支えが欠かせません。

多くの方に「認知症サポーター」になっていた
だき、認知症になっても、安心して暮らせるまちを
つくっていくため、養成講座を行います。

日 12月3日(火) 10時～12時(約120分)

場 保健センター

対 町内に在住・在勤されている方や町内の企
業・自治会・協議体構成員・各種団体など

他 受講された方には、認知症サポーターの証で
ある「オレンジリング」を贈呈します。

問 地域包括支援センター ☎ 68-0200

気軽に相談できる
かかりつけ医
を持ちましょう

平日の日中、
お困りのことは、
利用されている
病院の
相談窓口まで

時間外の急病は
☎#7119まで

時間外の
子どもの症状は
☎#8000まで

夜間や
休日診療は
重篤な急患
のためにあります

変えよう！
かかり方、
みんなの医療を
まもるために、
お願いがあります。

上野なかがり方が、
あなたの区画を救う。

厚生労働省
上野なかがり方
QRコード

- 町政情報
- 募集・求人
- 健康・検診
- 相談・説明会

- イベント
- 投稿

令和6年度 入札結果

(8月21日 執行) —

事業名	場所	落札業者	落札金額	役場担当課
中央公民館 耐震改修工事	原町	南波建設(株)	243,300,000円	社会教育課

(9月25日 執行)

事業名	場所	落札業者	落札金額	役場担当課
防火水槽設置工事(荻生 西榛名1区)	荻生	(株)吾妻土木	7,240,000円	総務課
小規模農村整備事業 金井水頭山地区 用水路整備工事	川戸	(株)大沢建設	13,000,000円	農林課
岩鼻地区竹林伐採作業委託	大柏木	宮崎工務店(株)	20,200,000円	農林課
東吾妻町地籍調査事業 地積測量(C,E1工程)業務委託	岩下	東洋測量設計(株) 吾妻支店	850,000円	農林課
3-5号橋(上本丸橋)補修詳細設計業務委託	本宿	(株)アイ・ディー・エー	7,580,000円	建設課
上水道老朽管布設替工事に伴う 舗装本復旧工事(根古屋工区)	三島	富沢設備(株)	5,200,000円	上下水道課
簡易水道新巻給水区配水管布設替工事	新巻	宮崎工務店(株)	14,000,000円	上下水道課
新巻IC建設工事に伴う 簡易水道配水管布設替工事(Ⅲ期)	新巻	富沢設備(株)	6,900,000円	上下水道課
簡易水道平沢給水区導水管布設替工事に伴う 舗装本復旧工事	原町	宮崎工務店(株)	3,000,000円	上下水道課
上信自動車道吾妻東BPII期工事に伴う 簡易水道配水管仮設工事(箱島2号函渠工区)	箱島	塚田建設(株)	4,540,000円	上下水道課
合併処理浄化槽設置工事(6-6工事)	川戸 ほか	(有)小泉設備	2,430,000円	上下水道課
コンベンションホール観覧席清掃業務委託	原町	(株)エコセンター	560,000円	社会教育課
東吾妻町弓道場改修工事	原町	(株)大沢建設	10,900,000円	社会教育課

※詳しくは、担当課へお問い合わせください。

町政情報

募集・求人

健康・検診

相談・説明会

イベント

投稿



相談・説明会

全国一斉 「女性の人権ホットライン」強化週間

法務省と全国人権擁護委員連合会では、11月13日(水)から19日(火)までの一週間を「女性の人権ホットライン強化週間」として、夫・パートナーからの暴力やストーカーなど、女性をめぐるさまざまな問題の解決を図るため、電話相談の取り組みを強化します。相談は、人権擁護委員と法務局職員が対応し、秘密は守られますので、気軽にご相談ください。

強化期間中の受付時間

平日：8時30分～19時 土日：10時～17時
※通常の受付時間は8時30分から17時15分までです。

専用電話番号 ☎ 0570-070-810

※ IP 電話からは接続できません。

問 前橋地方法務局人権擁護課

☎ 027-221-4466

第76回人権週間 特設人権相談所

法務省と全国人権擁護委員連合会では、12月4日(水)から10日(火)までの1週間を「第76回人権週間」と定め、各種行事を企画しています。前橋地方法務局と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。子どもに関すること、家庭内や近所のもめごとなど、人権問題や困りごとで悩んでいる方は特設相談所までお越しください。

東吾妻町特設人権相談所

日 12月4日(水) 10時～15時

場 東吾妻町役場 東支所

電話相談

みんなの人権110番 ☎ 0570-003-110

(受付時間：8時30分～17時15分)

問 前橋地方法務局中之条支局 ☎ 75-3037

中之条税務署 決算説明会・消費税等説明会

中之条税務署では、青色申告決算書・収支内訳書の作成方法や作成にあたっての注意点、消費税の決算の仕方などについて、説明会を開催します。

日程・対象

日程	対象
12月11日(水) 10:00～12:00	事業所得を有する青色申告の方
12月11日(水) 14:00～16:00	農業所得を有する青色申告の方
12月12日(木) 10:00～12:00	事業所得を有する白色申告の方
12月12日(木) 14:00～16:00	農業所得を有する白色申告の方
12月13日(金) ① 10:00～12:00 ② 14:00～16:00	消費税課税事業者となられた方

場 中之条税務署 1階会議室

定 各回18名(先着順)

申 参加を希望される方はお問い合わせください。説明会への参加は事前予約が必要です。

問 中之条税務署個人課税部門記帳指導担当

☎ 75-3355

看護の魅力発見！進学・就職相談会

吾妻地域の病院や施設が集合し、看護職への就職・再就職・進学等を希望する皆さんに向けた就職・進学相談会を実施します。看護職に対する疑問や就職に対する悩みなど、気軽にご相談ください。

日 12月14日(土) 13時30分～15時30分

場 中之条町ツインプラザ学習センター

2階大会議室

申 電話または二次元コードから申し込みください。

☑ 12月7日(土)

※当日参加可能。

問 群馬県看護協会 群馬県ナースセンター

☎ 027-269-5202



看護フォーム
二次元コード



宝くじがネットで購入できる!

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

宝くじ公式サイト | Q



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)



イベント

第17回東吾妻町文化祭

日頃の文化活動を発表する場として東吾妻町文化祭を開催します。さまざまな文化の秋を、ぜひ会場でお楽しみください。皆さまのご来場をお待ちしています。

EVENT SCHEDULE

行事名	開催日時	場 所
展示フェア	11月15日(金)～19日(火) 10時～15時30分 ※19日は14時まで	東吾妻町 コンベンションホール
囲碁大会	11月17日(日) 9時～	岩島公民館
お茶会	11月17日(日) 11時～15時	役場本庁舎 301会議室
芸能発表会	11月23日(土)、24日(日) 10時～	東吾妻町 コンベンションホール

問い合わせ先：東吾妻町文化協会（中央公民館内 ☎ 68-2412）

令和6年度 二十歳の集い

町では、今年度20歳を迎えられる方を対象に「二十歳の集い」を開催します。

対象者には案内状を送付しました。該当の方で、通知が届かない場合は、お手数ですが、問い合わせ先までご連絡ください。

日 令和7年1月12日(日) 10時30分～
(受付:9時50分～)

場 東吾妻町コンベンションホール

対 平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの方



問 社会教育課 ☎ 68-2601

吾妻中央高校「大根収穫祭」

群馬県立吾妻中央高等学校生物生産科では、生徒が栽培した「大根」を用いて詰め放題のイベントを行います。



日 11月16日(土) 9時から完売次第終了

※雨天決行

場 県立吾妻中央高等学校 校内農場

価格 大根:一袋800円(詰め放題)

※約20本入ります。

他 草花や果樹、野菜、加工品の販売も行う予定です。

問 吾妻中央高等学校 ☎ 75-3455

令和6年度 東吾妻町 ひとり暮らし高齢者保養事業

東吾妻町に在住し、65歳以上のひとり暮らしの方の保養と親睦を目的に、次のとおり参加者を募集します。

日 12月5日(木) 14時～ 6日(金) 9時(一泊)

場 コニファーいわびつ

対 町内在住の65歳以上のひとり暮らしの方

定 30人

※定員を超えた場合は抽選とし、低所得者を優先します。

¥ 3,000円(当日支払い)

内 軽体操、軽運動「モルック」体験、懇親会

申 電話で申し込みください。☒ 11月22日(金)

他 送迎バスを利用できます。詳しくは、後日参加者に通知します。

問 町社会福祉協議会 ☎ 68-2772

町政情報

募集・求人

健康・検診

相談・説明会

イベント

投稿



投稿

悔しい準優勝!!

～東吾妻VBC～

郡会長杯争奪小学生バレーボール大会

9月1日、東吾妻町民体育館において7チームが参加して本大会が行われました。

午前中は、午後のトーナメント戦を決める試合で1セットマッチでした。

なかなか自分たちのペースでの試合運びができずに1勝2敗の三位といういまひとつの結果でした。

午後になり、最初はB組1位の長野原・Bでしたが、昼休みに気持ちの切り替えができて終始自分たちのバレーで勝ちました。準決勝は、午前中に簡単に負けてしまった東部小・Aでしたが、前半に頑張り点をとることができ、最後まで気持ちが切れることなく試合を進め、接戦を制することができました。

子どもたちの成長が見られた試合でした。

決勝戦は、疲れがみえたのか相手のペースでの試合になり惜しくも負けてしまいました。連覇はありませんでした。

結果・感想

予選	0-1	東部小VBC・A
	1-0	長野原JVC・A
	0-1	孺恋JVC
		【1勝2敗…リーグ3位】
決勝トーナメント	2-0	長野原JVC・B
	2-0	東部小VBC・A
	0-2	孺恋JVC

『当たり前なのですが、バレーはチームで「つなぐ」もので、1人でできるものではありません。点を決める気持ち良さもありますが、いか

にいてないに自分のチームの人にボールをまわすかが大切な部分です。目立ちはしないけれど、今回はいてないにサーブレシーブをあげられたし、二回目のレシーブも足を動かして走ることができたと思います。途中で交代してくるメンバーみんなでつないでプレーして、準決勝を接戦で勝てたことはとてもうれしかったです。決勝戦は残念ながら負けてしまったけれど、次回はもっとつなげるバレーをして、リベンジしたいです。最高学年になって決めていることがあります。それは、練習に休まずに参加することです。継続、努力は自分の力になると思って練習をしていきたいと思います。』

(6年 中尾あき)



『9月1日は郡の会長杯でした。午前中は予選だったのですが、なかなかいつもの練習通りのプレーや自分たちの力を出しきれず、思うような結果になりませんでした。いいプレーもたくさんありましたが、1つのミスでどんどん落ち込んでしまいました。お昼に気持ちを切り替え、のぞんだ、決勝トーナメント。負ければ終わりというプレッシャーの中、1点1点を重ねてとっていき、1セット、1試合とすすんでいきました。準決勝の対戦チームは、午前中に負けてしまった相手でした。午前中の反省を活かして、デュースの末、勝つことができました。私は、ピンチのシーンで突然いつもとは違うポジションへ入ることになり、とても戸惑いましたが、なんとか乗り切ることができてホッとしました。そのあとの決勝戦は、緊張や一日の疲れの中、精一杯がんばりましたが、残念ながら負けてしまいました。結果は準優勝でした。今日の経験をまた次に活かせるようにがんばりたいです。』

(5年 渡辺望結)

町政情報

募集・求人

健康・検診

相談・説明会

イベント

投稿

文芸 麻の実俳句会

・自転車の登校下校秋暑し
・秋の夜の心安らぐ演奏会
・挽きたての胡瓜の青さ子に包む
・ひたすらに歩く妻をり木下闇
・酪農の遺るサイロや秋の風
・擁壁を下り道まで葛の花
・金魚屋のいつもの辻に止まりけり
・秋風や紙のコップの吹かれをり
・秋蕎麦よしの先に羽根休め
・柿の実の稔らぬままに落ちにけり
・秋めける風にはかどる庭掃除
・秋あかね古墳の上を縦横に
・虫集く鈴緒古びし社かな
・門柱の校名かすか蔦もみじ

小林 瞭太
中島 政光
高橋 武志
竹内 芳子
関本よし子
篠原 敏子
荻原 富江

文芸 谷短歌会

六合の里に綿毛におほはれ霧の中ひそと咲きあるエーデルワイス
雨止んで今日の暑さの遠のきぬ闇に螢の明かりがひとつ
夕照りの雨粒ひかりの魔術師はひと日の憂さ消す大さな虹みす
さ庭辺の色あざやかなあざみがわれに微笑む降る雨のなか
ビハ苗木実なりもよそに鉢に植う子の住まぬ家とおもふなどして
庭の茗荷汁にきざめば匂ひたち梅雨の晴れ間のけふの味はひ
卯の刻に寺の鐘の音聞こえて心安らぎひと日始まる
くるくると模造のオホタカ青田舞ひお堂の屋根に見てゐる土鳩

町田とよゑ
荻原 富江
明日 香
関 京子
池田 幸枝
藤原 公子
平石すみ江
東 曙美

文芸 あづま野いちご短歌会

柔らかな木洩れ日浴びて墓そうじ猛暑日続く彼岸の間近
猛暑ゆえ葉を落としてつつ身を守る桜の強さを吾は今知る
赤白黄数多咲きたる百日草盆の御墓の夫に供ふる
亡き夫の植ゑたる藤を切ると決め力を込めて鋸にて倒す
五十年使い慣れたる大鍋は今年も大きな南瓜を煮をり
振り向けば西空高くかかる虹散歩の犬としばし見惚れる
グラウンドゴルフの空に群れ飛ぶ赤とんぼ緊張ほぐす嬌恋の朝
久々の同級会に集ひたる八十路間近な十九人の友
台風予報に騒がされたる半月も何事もなく今日は稲刈
兄の葬に尼様一人加はりて読経は姉との会話のごとし
今はもう住む人のなき隣家の解体の音終日続く
つかのまの晴れ間の稲刈夫にたくし女孫の応援卓球大会
ふた親の弔ひ締め法要に若きうからの集ふ幸せ

高橋 春江
茂木いそ江
佐藤 律子
齊藤由喜子
石田千嘉子
野村 照子
関本 こう
田村マリ子
大塚 綾子
山田 暁
橋爪 治子
石田由美子
猪野 房江

暑さを心配しましたが、全体的に気温があまり上がらずに過ごすことができました。この大会で、サーブレシーブや相手から返ってくるボールの正確なレシーブを身につけること、正確なサーブとスピードのあるサーブが打てるように練習していこうと思います。

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。興味のある小学生はどんどん出かけてみてください。10人の部員が待っています。
東吾妻VBC 代表 富澤辰男





カンタン \ 朝ごはんを食べよう! / お手軽レシピ

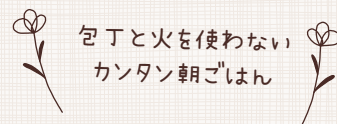
Health Recipe



トマトリゾット

■材料 (2人分)

ごはん 240 g (お茶わん軽く2杯)
トマトジュース 1パック
ツナ缶 1缶
冷凍野菜 (ほうれん草やブロッコリー) ... 50 g
ピザ用チーズ 50 g~



■作り方

- ① 耐熱容器にごはん、トマトジュースの順に入れる。ツナ缶 (汁ごと)、冷凍野菜をのせ、ふんわりとラップをかけ、電子レンジ (600W) で2分加熱する。
- ② ①をかるく混ぜた後、チーズをのせ、再度ふんわりとラップをかけて、電子レンジ (600W) で1分から2分加熱してチーズがとろけたら完成。



エネルギー 450 kcal、たんぱく質 18.6 g、脂質 16.9 g、炭水化物 60.9 g、食塩相当量 1.5 g



健康につながる
朝ごはん生活

太りたくないからと朝食を抜いていませんか？

朝食を毎日食べる人の方が、朝食を食べない人より肥満になる割合が少ないことがわかっています。「朝ごはんを食べる＝肥満にならない」というわけではありませんが、朝食を食べる人は生活リズムが規則正しい傾向があり、また、健康に対する意識が高い人が多いこともわかっています。

「朝ごはんを食べる」ということは、健康につながる行動のひとつです。

朝食を食べていない人は、まずは朝ごはんを食べて健康を意識してみませんか。



人のうごき (東吾妻町の人口)

Population



◆人口 12,106人 (前月比 -17人)
-内訳-

階層	男性	女性
0~14歳	432人 (-3人)	423人 (+2人)
15~64歳	3,080人 (-9人)	2,756人 (-15人)
65歳~	2,477人 (+1人)	2,938人 (+7人)
合計	5,989人 (-11人)	6,117人 (-6人)



◆世帯 5,453世帯 (前月比 +4世帯)
令和6年10月1日現在 (住民基本台帳人口より)

町税等納期限

12月2日×

Time for payment

	11月	12月	1月	2月
口座振替をご利用の方は口座 預貯金残高の確認を忘れずに				
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	○	○	○	○

※は条件によって徴収となる場合があります。