広報しょうわ

3
Mar. 2019
No.597

雪上に描かれる大輪の花

ウインターフェスティバルが開催

地域おこし協力隊です！

【今月の表紙】ウインターフェスティバル2019が２月９日、長者の原で開催されました。色とりどりの花火が次々に打ち上がり、会場からは大きな歓声が上がっていました。（３ページに関連記事）

the most beautiful villages in japan
昭和村
群馬県

昭和村 公式
ホームページ
広報しょうわ 検索
広報しょうわの情報はホームページでも確認することができます。
ホームページ

昭和村 公式SNS
Facebook・Instagram・Youtube
村では、SNSにより身近な話題や魅力的な情報をタイムリーに発信しています。
※通信料は利用者の負担となります。
facebook Instagram Youtube

＜広報紙アプリ配信＞
マチイロ
スマートフォンなどへ「広報しょうわ」を配信します。
※通信料は利用者の負担となります。
マチイロ

＜電話＞
昭和村テレドーム
☎0180−992−898（キュウキュウニ ヤ ク バ）
防災行政無線の放送内容が確認できます。
※通話料は利用者の負担となります。

＜情報メール＞
昭和村集めーる
気象情報や災害情報などをメール配信します。
昭和村集めーる

＜防災＞
雨量監視システム
雨量観測情報と、気象情報が確認できます。
※通信料は利用者の負担となります。
雨量監視システム

＜FMラジオ＞
FM OZE
村行政情報番組
とれたて情報昭和村
76.5 MHz
放送日：毎週土・日曜日午前9時50分〜10時
※緊急告知ラジオ訓練放送は、4月15日(月)正午

◎今月の納税／納期をお忘れなく
- 国民健康保険税……10期分
- 水道料金・下水道使用料…6期分
- 保育料……3月分
- 学校給食費……3月分

＜納期限＞4月1日(月)

※口座振替をご利用の方は預貯金残高の確認をお願いします。

4月のごみ収集
当日の朝8時30分までに各ステーションへ
- 燃やせるごみ……毎週月・金曜日
- 燃やせないごみ・硬質プラスチック
  東地区16日(火)／南地区18日(木)
- 粗大ごみ・小型家電……21日(日)

※午前8時30分〜11時30分に村資源物保管場まで

◎子育て支援情報
会場は保健センターです。

■**乳児健診**…4月3日(水)。受付時間：午後1時〜2時。対象：2018年3月・4月・8月・9月・11月・12月生まれの子。内容：内科診察、身体測定、保健・離乳食等相談

■**つぼみの広場**…4月15日(月)午後1時〜4時。対象：0歳〜1歳児。身体計測、離乳食相談、母乳相談、保健師・栄養士の相談など。

■**すくすくスクール**…4月16日(火)午後2時〜3時30分。内容：臨床発達心理士による遊びの教室。

■**プレママ広場**…4月18日(木)。受付時間：午前9時〜9時30分。対象：出産予定日が2019年6月・7月・8月・9月生まれの妊婦。内容：歯科検診、交流、妊婦体操など。

■**ハハの教室**…4月18日(木)。受付時間：午前9時30分〜10時。対象：2016年7月・8月、2017年1月・2月生まれの子。内容：歯科検診、歯みがき指導、フッ素塗布など。

■**のびのびスクール【予約制】**…4月24日(水)午後1時30分〜3時。内容：臨床発達心理士による個別相談。

◎健康・診療情報

■**健康相談会【予約制】**…4月16日(火)午後1時30分〜4時。会場：保健センター。内容：健康相談。

■**巡回診療**…4月2日(火)午後2時50分から。場所：大河原集荷所付近。内容：巡回診療車による診療。保険証と現金(受診料)をお持ちください。

◎相談窓口

■**特設人権相談所**…4月8日(月)午後1時30分〜4時。会場：公民館講義室。内容：家庭や近所の問題や悩みに対し、人権擁護委員が相談に応じます。

■**メールで子育て相談**…村にお住まいの方を対象に、子育てに関するお悩みや相談に応じます。回答は平日午前8時30分から午後5時15分までとなります。メールアドレス：smilemama@vill.gunma-showa.lg.jp

目次

3 クローズアップ1 雪上に描かれる大輪の花、ウインターフェスティバルが開催
4 特集 こんにちは！地域おこし協力隊です！
6 ニュースフラッシュ
8 ふるさと昭和〜歴史を訪ねて〜／地域包括支援センターだより
9 お知らせ 不燃ゴミ「硬質プラスチック」の分別がはじまります
10 くらしの情報
12 クローズアップ2 糖尿病を予防しよう！どこまで知ってる？糖尿病クイズ解答
14 交流ひろば 明日の安心国民年金／昭和駐在所からのお知らせ／窓口です／クイズキャッチボール／はつらつトーク／広報文芸／はばたけ！昭和村消防団
16 トピックス
18 すこやかちゃん／ちっちゃなこてん／本とハッピー

わが村のうごき
平成30年2月末現在 〔外国人内数〕(前月比)

■人口 総数 7,328人〔350人〕(−7)
男 3,664人〔147人〕(−5)
女 3,664人〔203人〕(−2)

■世帯 総数 2,668世帯 (+2)
・外国人のみ 307世帯
・混合 30世帯

■村の面積 64.14平方キロメートル

Close up

Winter Festival 2019

雪上に描かれる大輪の花

ウインターフェスティバルが開催

昭和村に花火を上げる会（髙橋宣明会長）が主催するウインターフェスティバル２０１９が２月９日、長者の原で開かれました。「子どもたちに夢と思い出を」をテーマに行われるこの冬のイベントは、今年で25回目を迎えました。

当日は午後４時に開幕。会場では、スノーチュービングや、「雪上上毛かるた大会」、ビンゴゲーム大会などが行われたほか、音楽バンド「ＹＡＳＵＫＩ」や生越太鼓の生演奏が披露されました。

また、今年も花火がテーマのゆるキャラ「ひゅーどんどん」や、おなじみ「ぐんまちゃん」が登場。子どもたちの笑顔とともに会場を盛り上げました。

そして、クライマックスは午後７時にスタートした雪上花火。上州花火工房による、雪上地上花火や、ワイドスターマインなど彩り豊かな花火約３０００発が40分間にわたり打ち上がり、冬の昭和村の澄みわたった夜空を鮮やかに彩りました。

ひゅーどんどん

人気のスノーチュービング

白熱の雪上「上毛かるた大会」

お宝カプセル探しゲーム

特集

こんにちは！ 地域おこし協力隊です！

昭和村に吹く新しい風、「地域おこし協力隊」―。

思いを胸に昭和村に移り住んだ、伊藤眞作さんが、地域おこし協力隊として村で活動しています。この地域おこし協力隊の役割や任務、その先の目標をご紹介します。

伊藤（いとう） 眞作（しんさく） さん（26歳）

出身：神奈川県藤沢市
趣味：旅行、古着屋さん巡り
特技：料理、パソコン
座右の銘：継続は力なり

今まで経験してきた料理店での経験や趣味の旅行で感じてきたことを生かし、地元に愛される名物料理を作りたいと思っています。

道の駅・観光交流室に勤務

道の駅「あぐりーむ昭和」の観光交流室に勤務。カウンターには伊藤さんが企画した「昭和村『おいしさ』発見スタンプラリー」の賞品の『ミニだるま』が。スタンプラリーは絶賛受付中ですので、ぜひご参加ください。

走って通勤！

河岸段丘ハーフマラソンへの参加を目標に、毎日ジョギングしながら通勤。走ってみると道にゴミが目立つことを実感し、ゴミ拾いしながら走ることに。目的地が近づいてくるにつれ、手にしたゴミ袋はいっぱいになっていました。

地域おこし協力隊 伊藤さんの奮闘記

↑伊藤さんの活動がFacebookで見られます。地元の話題や隠れた魅力なども発信。ぜひご覧ください。
https://www.facebook.com/sakusaku.ito

地域おこし協力隊とは

地域おこし協力隊は、国が進めている制度で、過疎や高齢化が進む地方が都会から若者を呼び、定住の支援をしながら、新しい視点や発想を地域の活性化に生かしてもらうという仕組みです。全国の自治体で導入されています。群馬県内では前橋市をはじめ24市町村で89人が活躍しています。（平成31年2月1日現在）

昭和村が制度を導入

昭和村においても、人口減少や高齢化の波は大きく、担い手不足に悩んでいる地域やコミュニティの維持が難しくなってきている地域があります。今後は、持続的な地域づくりを進めるための仕組みの創出、それを担うひとの存在がますます重要になります。そのための新しい風となる「地域おこし協力隊」を導入し、地域の維持・活性化を図ります。

その業務内容は、道の駅「あぐりーむ昭和」での企画・運営業務や、村の魅力や取り組みを情報発信する業務、その他、地域活性化のために必要な業務といった分野での人材を募集しています。

伊藤さんが村の協力隊第1号

昨年4月から「地域おこし協力隊」として昭和村に移り住み、活動を始めたのが、協力隊第1号となった伊藤眞作さん(26歳)です。

旅行好きな伊藤さんは、瀬戸内海の離島を訪れた際に、大変そうな田舎での生活を意識。自身に何か手助けできることがないかを考えたそうです。そこで、もともと料理人として働いていたこともあり、食の基本である「野菜」の一大生産地である昭和村に着目。村について図書館などで調べ、地域おこし協力隊を志しました。

そして、昭和村に移り住み、道の駅「あぐりーむ昭和」を拠点に活動が始まりました。実際に住んでみると、交通の便の良さや活気ある村の様子から、思ったより田舎ではないと実感。とはいえ、まだまだ村の魅力を高めて発信していきたいと、日々活動しています。

伊藤さんのこれからの展望は「福島県にも存在する昭和村の地域おこし協力隊員と連携したPR動画を作ったり、村の特色を生かした料理や新商品を開発したりしていくこと」と話してくれました。

道の駅にお越しの際は、ぜひお気軽に声をかけてください。

■問合せ　企画課地域振興係　☎24−5111(内線141)

地元の川額地区で行われる豊年まつりに参加。写真中央が伊藤さん。皆さんのていねいな指導を受け、伝統の八木節や手踊りを楽しみました。お祭りのクライマックス、つっかけまんどうを目の当たりにし、その激しさに仰天。

仕事以外の活動として、劇団「繭」に所属し俳優に挑戦。今月、利根沼田文化会館で公開される舞台『春駒日記』では、主人公の兄役というとても重要な役どころで出演。気持ちのこもった熱い演技に注目です。

道の駅の「ことぶき亭」では、お店の皆さん協力のもと、新メニュー『こんころまい』を考案。昭和村特産のこんにゃくと、ころっとした大根、まいたけを使った、おいしいうどんが完成しました。ぜひご賞味ください。

受賞した狩野和紀さんと妻の郁江さん

狩野和紀さんに農林水産大臣賞

群馬県こんにゃく研究会が主催する第45回群馬県こんにゃく立毛共進会において、狩野和紀（かずき）さん（永井上）が優秀賞の農林水産大臣賞を受賞しました。

この賞は、こんにゃくの生育状況・収量・発育状況などの栽培技術を評価するもの。狩野さんは、こんにゃくの栽培にあたり、トウモロコシとの輪作により根腐病を抑制し、県下トップレベルの高い反収をあげたことが高く評価され、同共進会の各支部より推薦された22人の中から、農林水産大臣賞に輝きました。

狩野さんは「最高賞をいただいたことを嬉しく思う一方で、賞の重みも感じています。今後も良い品質のこんにゃくを作っていきたいと思います」と受賞の喜びと今後の抱負を語っていました。

なお、同共進会において、堤隆志さん（森下中）に群馬県知事賞、林洋平さん（生越）に群馬県議会議長賞、倉澤貴幸さん（宮貝戸）に群馬県蒟蒻原料商工業協同組合理事長賞がそれぞれ贈られました。

生涯学習大会で鈴木明子さんが講演

第24回生涯学習大会が2月16日、公民館多目的ホールで開催されました。

第1部では、村内各校を代表し南小学校の石澤みゆうさん、板橋のどかさん、堤ひまりさんが、いじめ防止のために取り組んできた活動について発表しました。

第2部の人権講演会では、現在プロフィギュアスケーターとして活躍する鈴木明子さんが講演。鈴木さんは、家族や周りの人々の支えを得て摂食障害を乗り越え、選手生活を全うした経験を説明。未来をどう変えていくかを考え、前向きに生きていくことの大切さを語りました。満員となった会場からは大きな拍手がわっていました。

講演する鈴木明子さん

活動を発表した南小児童

岡田さん 板橋さんに感謝状

群馬県交通大会が1月23日に伊勢崎市境総合文化センターで開催され、村交通指導員・隊長の岡田勝哉（追分）さんと、同副隊長の板橋和登さん（入原上）に、大澤正明群馬県知事から優良交通指導員表彰の部の感謝状が贈られました。

これは、岡田さんと板橋さんが多年にわたり、交通指導員として、学童や園児の交通安全指導と地域の交通安全活動に尽力し、交通事故防止に寄与されたことから贈られたものです。

感謝状を贈られた岡田さん（左）と板橋さん

認知症サポーターとしてオレンジリングを掲げる参加者

認知症サポーター養成講座開講

認知症サポーター養成講座が2月22日、地域活性化センターで行われました。

この講座は、村地域包括支援センターと村社会福祉協議会が主催し、村で、ふれあい・いきいきサロンを運営する、きずなサポーター会議の中で行われたもの。

講座では、同支援センターで認知症地域支援推進員の中島菜月さんが「『人間杖』になろう！」と題して講演したほか、寸劇も行いながら認知症の症状や、患者との接し方を学びました。講座に出席した60歳から80歳代のきずなサポーター約70人に、認知症サポーターの証としてオレンジリングが贈られました。また、これにより村内32か所のサロンが「認知症の人とその家族にもやさしいサロン」に登録されました。

認知症について寸劇で説明

藤井さん、堤さんらに全国優秀賞

昭和中学校出身で、利根実業高校に通う藤井美羽さん(2年)と堤梨乃さん(1年)ら生物生産科の生徒10人が、2月10日に東京都で行われた「第4回全国ユース環境活動発表大会」で優秀賞に選ばれ、その受賞報告会が2月21日に同校で行われました。

藤井さん、堤さんらは「イノシシの色覚を利用した侵入防護研究と普及活動」と題した活動を発表。青色LEDライトと園芸用ポットを組み合わせた侵入防護実験や、青色スズランテープを利用した侵入防護柵実験などに取り組みました。また、これらの実験の成果を行政機関や農家への普及活動や、研究発表などの場で積極的に発表するなど、地域に根ざした活動を行ったことが高く評価されました。

藤井さんは「発表では緊張しましたが、先輩方のおかげで優秀賞を受賞できました。これからも研究に力を入れていきたいです」と語り、また、堤さんは「先輩方や同級生が努力してきた姿を見てきました。これからも活動を頑張っていきたいです」と意気込みを語りました。

優秀賞を受賞した藤井さん(右)と堤さん

災害ボランティア養成講座開催

村社会福祉協議会(金子松二郎会長)は2月17日、「平成30年度災害ボランティア養成講座～やりましょう災害に強いむらづくり～」を地域活性化センターで開きました。この講座は、災害でのボランティア活動に必要な知識や技術の習得を図り、災害に強いむらづくりを進めていくことが目的です。

当日は、村民や役場職員、村社会福祉協議会職員ら55名が参加。避難所運営ゲーム(HUG)の体験や炊き出し体験、防災工作体験等を行いました。

避難所運営ゲームを行う参加者

貝生殿の馬頭観世音

昭和村ボランティアガイドの会
会長　角田　勝美

貝野瀬の玄関、万延橋のたもとに馬頭観世音の碑が立っています。

貝生殿馬頭観世音

この碑の沓石には、貝生殿と刻まれています。これは、貝野瀬と生越が協力して建立したため、両地区の頭文字をとって名付けられました。

また、この馬頭観世音建立については、川龍寺住職・今橋大雄師が中心となって、昭和二年（一九二七）、当時馬をもって運送業をしていた人達が、馬の無事安全を祈祷するために建立したものです。

志を同じくした人達は、貝野瀬より吉澤多根次氏ほか二十名あまり、生越の林和市郎氏ほか二十名ほどの人々です。そのほか貝野瀬の林源五郎氏、生越の林宗作氏ほか多くの人々が力を合わせました。

境内の土地は、林源五郎氏が永代寄付したものです。

石碑に刻まれている馬頭観世音の文字は、現在沼田の舒林寺の大門にある石碑の文字を写したもので、碑の石は、はるばる仙台から買い入れた仙台石と呼ばれるものです。

石工は、沼田町坊新田の大津秀市氏を頼み、刻み終わった碑は白布に包み、吉澤多根次氏の馬車に乗せ、きれいに着飾った多数の馬がこれに従い、当地まで運んで盛大に除幕式が行われました。

その後、昭和七年（一九三二）観音様のお姿を安置する、立派なお堂が出来ました。

観音堂

しかし、馬の仕事も自動車に変わり、お堂の観音様は心ない者の盗難に遭い、新たな観音様は川龍寺にあって、地域の無事安全を静かに見守っています。（糸之瀬村誌参照）

地域包括支援センターだより

地域にとって大切な場所、サロンの活性化を目指して！

～第11回きずなサポーター会議（２月22日）の報告～

ふれあいいきいきサロン活動として「らくらく筋トレ体操」を始めて10年、各地域のサロンで仲間としての自然な支え合いが生まれ、そして深まっています。介護予防の「筋トレ」を居場所づくりの「サロン」として取り組んできたことは、住み慣れた地域で暮らし続けるための筋力を保つだけでなく、地域の支え合いを深めることにもつながりました。

今回、きずなサポーター会議で、サロンの支え手の方々に「認知症サポーター養成講座」を受けていただき、村内にある３２カ所のサロンを「認知症の人とその家族にもやさしいサロン」として登録させていただきました。

参加したきずなサポーターの方からは「認知症を正しく理解してくれる人が増えれば、住みよい村になると思います」「自分にできることをしていきたいと思いました」と感想をいただきました。

サロンに今ある支え合いとともに、認知症の人とその家族を支える活動を、きずなサポーターのみなさんと一緒に充実させていきたいと思います。

寸劇を見た後、認知症の方への対応をグループで話し合い発表しました

村の認知症地域支援推進員
中島菜月さん（地域包括支援センター）

次回きずなサポーター会議は、４月26日（金）午前９時30分より　地域活性化センター

地域包括支援センターはサロンを応援しています！

4月から

不燃ごみ「硬質プラスチック」の分別がはじまります

■問合せ　産業課産業振興係　☎２４－５１１１（内線151）

平成31年4月より、プラスチック製品の分別の方法が変更となります。

今まで指定プラスチックを除くプラスチック製品は、「燃やせるごみ」として処理をしていましたが、ごみ処理の広域化や焼却施設の負担を少なくすることを目的に、固いプラスチック製品は「硬質プラスチック」の分類に変更します。なお、ナイロン素材などの柔らかいプラスチック製品は、これまでどおり「燃やせるごみ」で処理します。

皆さまのごみの分別のご協力をお願いします。

○ごみステーションへ出すときの注意事項

・透明または半透明の袋に入れ、中が見えるように専用のネットへ出してください。
・金属分を分別し出す場合は、プラスチック部分は「硬質プラスチック」、金属部分は資源ごみの「その他の金属」で出してください。
・金属部分を分別できないものは「燃やせないごみ」で出してください。
・一辺が30センチを超えるプラスチック製品は「粗大ごみ」になりますので、出さないでください。

「硬質プラスチック」として出すもの（例）

○**硬質プラスチック**は、次のものが該当します。
カセットテープ、ＣＤ、ＤＶＤ、プラスチックスプーン・フォーク、ボールペン、歯ブラシ、ポリバケツ、洗面器、プラスチックハンガー、プラスチックのおもちゃ、食品保存容器など

○硬質プラスチックの収集日
（燃やせないごみの収集と同日です）

東地区（糸井・貝野瀬・生越）	毎月第３**火**曜日
南地区（川額・森下・橡久保・赤城原地区）	毎月第３**木**曜日

○収集場所　各ごみステーション

在宅医療・介護連携の推進について

村では、医療と介護の両方を必要とする高齢者が、住み慣れた地域で自分らしい生活を、人生の最期まで続けていくことができるような体制づくりを目指します。

気になること、お知りになりたいことがありましたら、村地域包括支援センターまでご連絡ください。

Q：退院後の自宅での療養に心配や不安があるのですが・・・
ひとりで悩まず、医師や看護師、ソーシャルワーカー、地域包括支援センター、ケアマネジャーなど、まわりの人たちに相談しましょう。安心した療養生活に向けて、必要な手続きやサービスを紹介するなど、退院する前から支援が受けられます。

Q：訪問看護って、何ですか？
入院中と同じように医師の指示のもと、看護師などが自宅を訪問して、療養上のお世話や病状の観察、リハビリ、本人や家族の相談にのります。

Q：相談内容が他人に知られてしまうことがありますか？
病院スタッフや地域包括支援センター、ケアマネジャーは、法律により秘密を守る義務が課せられています。また、支援に必要な範囲の関係者に対して、情報を提供してよいかどうか、あらかじめ利用者本人に同意を得るようにします。安心してご相談ください。

■問合せ　村地域包括支援センター（役場内）　☎２４－５１１１（内線134・135）

くらしの情報

▼お知らせ

子育て支援金の申請は3月29日(金)までに

村では、子育て支援と定住化を促進し、活力ある村づくりを目的として子育て支援金を支給します。

▼対象　平成31年3月1日現在、お子さんが保育園に入所しており入所期間が6か月以上で保育料が発生している村民(※ただし、平成31年4月12日までに保育料の未納、滞納がないこと)、同じく村外の認定子ども園・保育園等にお子さんが入所している村民

▼支給の額　年間保育料の3割程度を予算の範囲内で支給

▼支給方法　口座振込　※村内保育園にお子さんが入所されている方は、保育料振替口座に入金(ただし、ゆうちょ銀行を指定している方は、通帳見開き部分の写しが必要)

▼申請の手続き　3月上旬に村内保育園等を通じて申請書を配布しました。村外認定子ども園・保育園等にお子さんが通っている方は、村保健福祉課で申請を行ってください。

▼申請に必要なもの　①入所期間と納付した年間保育料がわかるもの、②印鑑、③入金を希望する金融機関の通帳

▼申請方法　村内保育園または保健福祉課に申請書を提出

▼申請期間　3月29日(金)

▼問合せ　保健福祉課福祉係　☎24－5111(内線131)

3月は自殺対策強化月間です

心の不調のサインを感じたら、早めにかかりつけ医または相談窓口に相談してください。心の悩みはひとりで悩まず相談しましょう。

【こころの健康相談】

▼相談窓口　☎0570－064－556

▼相談時間　午前9時～午後10時(月～金曜)※祝日・年末年始を除く

【群馬いのちの電話相談】

▼相談窓口　☎027－221－0783

▼相談時間　午前9時～午前0時(第2・4金曜日は24時間対応)

【フリーダイヤル自殺予防いのちの電話】

▼相談窓口　☎0120－738－556

▼相談時間　午前9時～午前0時(第2・4金曜日は24時間対応)

▼問合せ　保健福祉課健康係　☎24－5111(内線132)

野生動物による農産物被害についてお願い

村内で野生動物による農産物被害等が発生しています。野生動物を農地に寄せ付けないようにするため、廃棄野菜の適切な処理をお願いします。

また、電気柵を設置することも被害対策につながりますので、できる限りの電気柵の設置をお願いします。

なお、カラスよけ対策も相談をお受けします。野生動物による農業被害が確認されましたら役場産業課までご連絡ください。

▼問合せ　産業課産業振興係　☎24－5111(内線151)

自動車の登録手続きはお済みですか

自動車税は、毎年4月1日現在、車検証に記載されてい

子宮頸がん、乳がん、骨粗しょう症健診を実施します

子宮頸がん、乳がん、骨粗しょう症の集団検診を次のとおり実施します。健康で安心な生活を送るためにも、ぜひ受診してください。

■受付時間　午後1時～午後2時

■対象者

①子宮頸がん検診：平成12年4月1日以前生まれの女性

②乳がん検診：昭和55年4月1日以前生まれの女性

※対象年齢であれば通知書が届かなくても受診できます。受診を希望する人は、事前にご連絡ください。

※乳がん・子宮頸がん検診は、6月以降個別で医療機関への受診もできます。6月以降に保健福祉課に申請ください。

③骨粗しょう症検診：平成31年度に40・45・50・55・60・65・70才の節目年齢になる女性

実施日	会場
4月10日(水)	保健センター
4月12日(金)	地域活性化センター
4月17日(水)	地域活性化センター
4月18日(木)	追分住民センター
4月20日(土)	保健センター
4月23日(火)	地域活性化センター
12月14日(土)	地域活性化センター
12月16日(月)	保健センター

○お住まいの地区にかかわらず、どの会場でも受診することができます。

○12月14日、16日は特定健診・胃がん・大腸がん検診も同時に実施します。

■問合せ　保健福祉課健康係　☎24－5111(内線132)

る所有者（割賦販売の場合は使用者）の方に課税されます。
　次のような場合には、平成31年3月29日（金）までに運輸支局で必ず手続きを行ってください。
①住所、氏名に変更があった場合　②自動車を下取りに出したり、他の人に譲渡したりした場合　③自動車を使用しなくなった場合
▼**問合せ**　自動車税については群馬県自動車税事務所☎027－263－4343、自動車の登録については関東運輸局群馬運輸支局☎050－5540－2021

山火事にご注意を

　空気が乾燥する季節は山火事が発生しやすくなり、特に3月から5月にかけては年間の山火事発生件数の半分以上が集中しています。
　山火事のほとんどが、人が原因となっています。タバコの吸いがらは適切に処分してください。また、風が強い時や空気が乾燥している時にたき火や野焼きをしないようにしてください。
▼**問合せ**　産業課産業振興係☎24－5111（内線151）、総務課庶務係☎24－5111（内線111）

空き家の管理は所有者の責任です

　空き家は、放置すると老朽化が進み、不審者や害獣が住み着いたりする恐れがあります。すぐに使う予定がなければ、管理することも大変ですので、村のホームページ「空き家バンク」に登録し、借り手や買い手を募ってみてはいかがでしょうか。https://www.vill.showa.gunma.jp/kurashi/jyutaku/

村ホームページの空き家バンク

▼募集

お寺でハーバリウムワークショップ

　1時間で作れる、自分だけのおしゃれな「ハーバリウム」づくりを体験しませんか。
▼**日時**　3月30日（土）13時00分～16時00分
▼**場所**　川龍寺（貝野瀬）
▼**参加費**　無料（材料費のみ1，000円～）
▼**定員**　40名（要予約、親子参加大歓迎）
▼**講師**　瀬口美緒先生（日本ハーバリウム協会認定講師）
▼**同時開催（予約不要・無料）**
・**写経**：3歳からできる写経や15分でできるプチ写経です。
・**座禅**：背筋を伸ばし、心を落ち着かせる座禅。お寺で体験してみましょう。
▼**予約・問合せ**　川龍寺（貝野瀬1129）☎22－3387

国家公務員募集

　人事院は、2019年度（平成31年度）に次の国家公務員採用試験を行います。
▼**総合職試験（院卒者試験）、総合職試験（大卒程度試験）**
・**受付期間**　3月29日（金）～4月8日（月）
・**第1次試験**　4月28日（日）
▼**一般職試験（大卒程度試験）**
・**受付期間**　4月5日（金）～4月17日（水）
・**第1次試験**　6月16日（日）
▼**一般職試験（高卒者試験）、一般職試験（社会人試験：係員級）**
・**受付期間**　6月17日（月）～6月26日（水）
・**第1次試験**　9月1日（日）
※受験申込みはインターネットにより行ってください。
http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm
▼**問合せ**　人事院関東事務局☎048－740－2006

犬の登録と狂犬病予防注射を実施します

　村では、狂犬病予防法の規定に基づき、平成31年度の犬の登録と狂犬病予防注射を実施します。生後3ヶ月以上の犬を飼育されている方は、1年に1度、予防注射を受けさせてください。
◎当日は必ずハガキ、愛犬パスポート、手数料を持参してください。
■**手数料**　**登録済みの場合3,400円　新規登録の場合6,500円**
■**ご注意**　・犬は、制御できる人が連れてきてください。
・釣り銭のいらないようお金をご用意ください。
・犬のフンのお持ち帰りにご協力ください。
・犬が亡くなっている場合は、ハガキをを保健福祉課までご返却ください。また、新たな愛犬を飼う場合には、新規の登録が必要となります。

■**5月14日（火）**

永井住民センター	（9:00～9:15）
入原公民館	（9:25～9:45）
川額集落センター	（9:55～10:15）
地域活性化センター	（10:25～10:55）
三ツ谷住民センター	（11:05～11:25）

■**5月15日（水）**

生越住民センター	（9:30～9:50）
旧農協貝野瀬支所	（10:00～10:30）
東小学校前	（10:40～11:00）
保健センター	（11:10～11:40）

■**5月16日（木）**

板戸集出荷場	（9:00～9:15）
赤城原区民館	（9:25～9:45）
赤谷住民センター	（9:55～10:10）
追分住民センター	（10:20～10:40）
大河原住民センター	（10:50～11:05）
農村婦人の家	（11:15～11:35）

■**問合せ　保健福祉課健康係　☎24－5111（内線132）**

糖尿病を予防しよう！どこまで知ってる？

糖尿病クイズ 解答

■問合せ　保健福祉課健康係　☎２４－５１１１（内線132）

平成30年度の村の特定健診を受けた671名の方に、糖尿病クイズにチャレンジしていただきました！　クイズは12問でしたが満点はいませんでした…。こちらが解答と解説となります。ご自分の回答を思い出しながら、また、糖尿病を予防するためにもご覧ください。

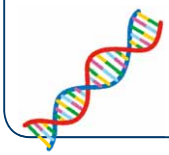
第1問

糖尿病は、糖が［　　］に出る病気である。

①血液　②尿　③涙

【答】糖尿病とは、血液に含まれているブドウ糖の量（血糖）を体の中で調整することができなくなってしまう病気。尿に糖が出ていなくても血糖値が高い場合もあり注意が必要です！

第2問



糖尿病は、［　　］する。

①感染　**②遺伝**　③伝染

【答】日本をはじめアジア諸国では欧米人に比べインスリンの分泌量が少ない体質が多いといわれています。発症に関わる遺伝子を持つ人は発症リスクが1.76倍に高まります。

第3問

血糖値を下げる働きをするホルモンは［　　］である。

①コルチゾール　②グルカゴン　**③インスリン**

【答】インスリンは、血液中の糖をエネルギーに変えて血糖値を下げてくれる唯一のホルモンです。

第4問

糖尿病の治療は［　　］が出てからでは遅い。

①芽　②物忘れ　**③自覚症状**

【答】血糖値が高くても自覚症状がない方もいます。血糖値が高いことに気づかないまま30年以上経過すると、糖尿病性腎症になり、人工透析が必要になる方が多いです。

第5問

小児期での糖尿病は［　　］糖尿病と言われ、インスリン依存型糖尿病である。

①Ⅰ型　**②Ⅱ型**　③妊娠

【答】小児糖尿病といわれていたⅠ型糖尿病は、主に自己免疫によって起こる病気で、自分の体のリンパ球が内乱を起こし、すい臓の一部を壊してしまいインスリンが出なくなります。決して甘いものの食べ過ぎだから起こるのではありません！村内の小学生でⅠ型糖尿病を発症したお子さんは、インスリン注射による治療をしています。ご家族からは、インスリン注射をして血糖値の調節をすること以外は、他のお子さんと一緒に食事や運動をし、元気に過ごしているとのことでした。

第6問

血糖値が上がるのを抑える運動を行うのは［　　］が良い。

①食前　②睡眠前　**③食後**

【答】食後血糖値が最も高くなる60～90分後に１回15～30分の運動を週３回行うのがオススメ！

第7問

血糖値を上げにくい食べ方は［　　］ファーストである。

①ベジタブル　②糖質　③アメリカ

【答】血糖値の上昇がゆるやかになる食べ方の基本。ベジファースト（野菜優先）、大豆ファースト（お豆腐や納豆が先）、糖質エンド（ごはんは最後）

第8問

昭和村データヘルス計画では、［　　］の男性の非肥満型高血糖が県や国との比較でとびぬけて高い。

①40～44才　②45～49才　③50才以上

【答】平成29年集計において非肥満型高血糖の45～49才男性の割合は、昭和村5.9%（群馬県3.3%、国2.7%）。肥満がなくても検診を受けてほしいですね～！

第9問

平成28年度の「国民健康・栄養調査」の結果を見ると、日本における「糖尿病が強く疑われる者」「糖尿病の可能性を否定できない者」はそれぞれ［　　］を超えた。

①100万人　②500万人　③1,000万人

【答】「糖尿病が強く疑われる者」の割合は、平成28年20歳以上の割合で男性16.3%、女性9.3%、男女計で約1,000万人と推計され、平成９年以降増加しています。治療を受けている者の割合は76.6%（男性78.7%、女性74.1%）、残念ながら、40代男性では治療を受けている割合が他の年代よりも低い結果です。

第10問

糖尿病の状態が分かる検査は［　　］である。

①LDL　②HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）　③クレアチニン

【答】HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）とは、血液内にある“ヘモグロビン”にどれだけブドウ糖がくっついているのかを示した数値です。1～2ヶ月前の血糖の状態が分かる検査です。

第11問

平成26年の「患者調査」によると、糖尿病の患者数は［　　］となった。

①270万人　②316万人　③520万人

【答】厚生労働省が3年ごとに実施する「患者調査」で、男性176万8,000人、女性140万1,000人の計316万2,000人で年々増加しています。

第12問

血糖コントロール不良群では、良好群に比べて［　　］短命である。

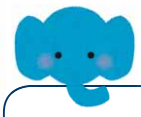
①1.6才　②3.0才　③10.2才

【答】日本糖尿学会の「糖尿病の死因に関する調査委員会」による平成29年４月の調査結果です。コントロールできれば、“糖尿病おそれるべからず”！

以下、高得点の方の紹介です（敬称略）。たくさんの方にご参加いただき ありがとうございました！

11点
- 加藤初江（常木）

10点
- 山本三女江（赤城原）
- 鈴木忠良（赤城原）
- 石井美江子（上内出）
- 石井孝浩（大河原）
- 七五三木久子（入原）
- 松井文夫（大河原）
- 外山重次（鎌沢）
- 竹内功二（川額）
- 加藤和美（中宿）



高得点者には
景品があるぞ～！！

最高得点の加藤さんにインタビューさせて頂きました！（以下加藤さんのコメント）

現代は食べものが豊富にあるけれど、市販のものは塩分・脂肪分が多く含まれています。豊かである反面、食事に関しては難しくなっていると感じます。村で行っている健康教室に参加し、食事と運動に気を配って生活していきたいと思います。

窓口です 2月届出分

うぶごえ

□お誕生おめでとうございます。

- 赤　谷　石井　柊羽ちゃん
  秀樹・陽子さんの子　1月29日生
- 松ノ木平2　小池　律くん
  徹也・梢さんの子　2月12日生
- 根　岸　田中　悠陽くん
  佑太郎・真希さんの子　2月12日生
- 長者久保　関上　愛彩ちゃん
  俊一・悦子さんの子　2月18日生

おくやみ

■ごめい福をお祈りいたします。

- 中内出　加藤　勘衛さん
  97歳　2月1日没
- 上内出　堀口　さと志さん
  86歳　2月2日没
- 藤　井　松井　かづ江さん
  76歳　2月9日没
- 入原下　鈴木　アサ子さん
  92歳　2月15日没
- 池　原　根岸　哲之祐さん
  94歳　2月18日没

※掲載を希望されない方は、届出の際に申し出てください。

クイズキャッチボール

今月は、道の駅で働く伊藤さんをご紹介しました。では問題です。伊藤さんが利用する村の制度は「地域おこし●●隊」でしょうか？

①協力　②少年
③機動　④レスキュー

応募規定　▶村に住んでいる人・勤めている人ならどなたでも応募できます。　▶賞品：正解者の中から抽選で村商工会商品券500円分を差し上げます。　▶締切：4月3日(水)　▶応募方法：問題の答えと、住所・氏名・年齢・広報しょうわへのご意見を書き、次のいずれかによりご応募ください。

<ハガキでの応募>
〒379-1298 企画課「広報3月号」係

<メールでの応募>
kikaku@vill.gunma-showa.lg.jp
件名→「広報3月号」係まで

▷2月号のクイズの答えは「66人」でした。当選者は次のとおりです(敬称略)。おめでとうございます。

★小林　奈央（14歳）森下下

明日の安心 国民年金

平成31年4月から産前産後期間の国民年金保険料が免除となります！

●免除期間　出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間(以下「産前産後期間」といいます。)の国民年金保険料が免除されます。なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間の国民年金保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日(4か月)以上の出産をいいます。(死産、流産、早産された方を含みます。)

●対象者　「国民年金第1号被保険者」で出産日が平成31年2月1日以降の方

●届出時期　出産予定日の6か月前から届出可能ですので、速やかに届出ください。

※ただし、届出ができるのは平成31年4月からです。

●届出先　昭和村役場総務課住民係

年金相談・お手続きの際は予約相談をご利用ください

年金事務所の窓口で年金請求の手続きや、受給している年金についての相談を希望する方は、ぜひ、予約相談をご利用ください。ご予約は、相談希望日の1か月前から前日まで受付しています。ご連絡の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。

予約の申し込みは「予約受付専用電話」☎0570-05-4890へ

〈予約受付番号受付時間〉
月～金曜日(平日)　8：30～17：15

昭和駐在所からのお知らせ

◎進学・進級時における少年の非行や犯罪被害防止◎

春休みから新学期にかけて、生活環境の変化などに伴い少年らが夜遊びや喫煙、万引き等に走ったり、犯罪被害に遭ったりすることがあるため、県警では、街頭補導活動や、広報啓発活動等を推進しています。

○保護者のみなさんへ

大切なお子さんを非行や犯罪被害から守るため、日頃から家族でコミュニケーションをとり、お子さんの生活リズムや服装・態度等の変化を見逃さないようにしましょう。また、スマートフォンなどを持たせる場合は、インターネット上の有害情報や犯罪被害等からお子さんを守るため、使用する機器等に「フィルタリング」を設定しましょう。

※インターネットを安全・安心に使うための標語「おぜのかみさま」
「お」送らない(写真)、「ぜ」絶対に会わない、「の」載せない(個人情報)、「か」書き込まない(悪口)、「み」見ない(有害サイト)、「さ」探さない(出会い)、「ま」守る(ルール)

○「少年育成センター」のご案内

非行やいじめ、悩みごとなどの少年相談(電話可)に応じています。

- **場所**　群馬県警察本部西片貝町庁舎1階(前橋市西片貝町3-341)
- **開所日時**　月～金曜日　午前8時30分～午後5時15分(祝日除く)
- **相談・問合せ**　少年育成センター(☎027－221－1616)

POLICE　INFORMATION

はつらつトーク

諸田　遼平さん
（23歳・永井上）

次回の登場者は、
太田　和宏さん(23歳・三ツ谷)です。
小学校時代からの友人です。

「地元のすばらしさ」

私は大学卒業後、本年度から中学校の理科教員として働いています。毎日中学生を相手に授業しながら、より分かりやすい教え方を模索しています。生徒に寄り添うことで、共に笑い、共に悩むことがこの仕事のやりがいだと思います。まだまだ失敗続きで、周囲の人にフォローされてばかりですが、自分なりに生徒や同僚の先生方の役に立てるよう努力していきたいです。

私は理科を教えていますが、改めて昭和村はとても教育に向いた土地だと思います。豊かな自然に囲まれているので野外観察は手軽にできます。また、昭和村自体が河岸段丘という特殊な地形の一部なので、まさに理科教材の宝庫ともいえる村なのです。私もよく村内で教材探しをしており、お世話になっています。これからも昭和村の自然を活用し、よい授業を作り、いつか昭和村に還元していきたいと思います。

はばたけ！昭和村消防団

第10分団
（管轄：生越地区）
分団長　**林　邦久**さん

「第10分団について」

第10分団は生越区を管轄しております。分団員は18名おり、月２回の点検では機械器具の点検と区の火防巡視を行っています。

また、区の美化活動に参加し、水路や道路愛護、消火栓や防火水槽の点検を行っています。そのため、月2回の点検は全員参加です。

当分団の分団員のうち、農家は7名ですので、日中の活動においては多くの負担がかかってしまい、ご家族には大変迷惑をおかけしています。

また、当分団ＯＢの方々にも、予備隊として地元警備にあたっていただき、大変感謝しています。

消防団活動は皆さまのご協力があってはじめて成り立つものと肝に銘じて、生越区や昭和村の防火安全に貢献できればと思います。

これからもご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願いいたします。

広報文芸

俳句

いつしかにかこまれている雪の夜　須藤　澄子
二ン月の満天の星あおぎ見ゆ　藤井　君枝
遠峰の白銀光り春浅し　梅沢　まつ
二月尽くローカル線を乗り継ぎて　真下　章子
戸を開けりゃ庭木いっぱい雪の花　花茂　喜右
雪晴れや流れ継ぐ川一筋に　杉木　哲二

短歌

デイサービスの仲間の面面たのしかりをさな友をり学友のをり　堤　みゑ
小六より日記つづけて六十年書き始めしは四月の八日　倉沢美代子
大鍋にこんにゃく練る手を変へたれどやはり利き手に自づ戻りぬ　板橋きみ江
姪からの温き帽子のおくりもの「風邪ひかないで」添書きのあり　倉澤さなへ
一歳がおばさん帰るを見もせずに「バイバイ」を言ふおもちゃに夢中　堤　あさ江
エプロンのたふとき匂ひも「ばばくさい」と二歳に言はれ可愛さ遠のく　林　千恵美
亡き母の姿求むるこの胸の隙間を照らす上弦の月　和田ひとみ
寒波来る予報知らずや梅咲きぬ如月の空ゆきつもどりつ　藤井　君枝

2/3

第51回ピンポンフェスティバル開催

卓上で熱戦繰り広げる

熱気に包まれる会場

村体育協会（竹内敏昭会長）が主催する第51回ピンポンフェスティバルが２月３日、社会体育館で開催されました。

大会は、ダブルス制でＡからＤまでの４クラスに分かれ、各コートでそれぞれのチームが優勝を目指して熱戦が繰り広げられました。今年は、45チーム351人が参加。参加者は真剣なプレーの中にも笑顔が見られ、観戦していた人々も拍手や歓声を交えながら応援していました。

クラス	優勝	準優勝	第三位
Aクラス	ハムスターⅢ	スピリタス96A	生越A
Bクラス	ミートラバーズ	滝寺スターズB	レトロサワーR
			還暦野球A
Cクラス	竹虎	たけし軍団B	壱乃蔵晩酌の会
			還暦野球B
Dクラス	生越B	民生委員会こころ	議会A
			悠友会A

大会結果

熱戦を繰り広げる

はつらつとしたプレー

3/2

コーラス・アンダンテ創立10周年記念チャリティコンサート

美しい歌声響きわたる

会場を魅了したコーラスアンダンテ

村を拠点に活動するコーラスグループ「コーラス・アンダンテ」の創立10周年記念チャリティーコンサートが村公民館で開催されました。コンサートは、趣向を凝らした３部構成で行われ、メンバー40人による美しい合唱が会場を魅了。名曲から懐かしい曲まで、アンコール曲を含む全19曲を熱唱しました。第２部では、満席となった聴衆も一緒に歌って参加し、コンサートを満喫していました。なお、チャリティーで集められたお金は、村社会福祉協議会に寄附されました。

客席と一体となり熱唱（左）、寄附のお礼を述べる金子松二郎社会福祉協議会長（中）、第３部は衣装も新たに美声響かせる（右）

■2/8　村ひまわり大学

運動教室で健やかに

ひまわり大学（村教育委員会主催）が、村保健福祉課の運動教室と合同で行われました。教室には24人が参加。谷野美鈴先生（健康運動指導士）の指導で、手軽にできるホームエクササイズを楽しく体験していました。

健康的な汗を流した参加者

■2/3　遍照寺で昭和元三大師節分会

無病息災願い鬼踊り

遍照寺（森下上）は、一年の無病息災を願う恒例の節分会を開催しました。３匹の鬼を追い払い開運を祈る「鬼法楽」（鬼おどり）や福豆まきなどが行われ、訪れたたくさんの人たちは迫力ある鬼たちに見入っていました。

境内を練り歩く鬼たち

■2/1　第二保育園で節分豆まき

豆まきで鬼退治

村内各保育園では節分の豆まきを行いました。第２保育園では、園児が自分の年を数えながら豆を食べているところに赤鬼が登場。園児たちの元気な声が響きわたり、豆を投げられた鬼は退散していきました。

鬼は外！

■2/22 子育保育園もちつき大会

みんなで「ぺったん！」

子育保育園で餅つき大会が行われました。園児たちは、大きなかけ声を上げながら、元気いっぱいに餅つき。つきあがった餅はきな粉餅にしてもらい、園児たちは口いっぱいにほおばっていました。

かけ声とともに力いっぱい餅つき

■2/22　婦人会研修会

スポーツ吹矢を体験

婦人会研修会で「スポーツ吹矢」講習会が行われました。当日は27名が体験。原澤孝一さんら（一般社団法人・日本スポーツ吹矢協会）の指導で、健康的なスポーツ吹矢の手ほどきを受け、ゲームを楽しみました。

呼吸を整え、一気に吹き出す

■2/13 村いきいき塾

楽しく英語に親しむ

いきいき塾（村教育委員会主催）が行われました。村に住む60歳以上の方の生涯学習の場として開かれたこの教室には７人が参加。村ＡＬＴのノーマン先生の指導で、日常生活で使う英語を楽しく学んでいました。

身振りを交え英語でやりとり

■3/7　スプリングコンサート

生演奏に子どもたち感動

第一保育園子育て支援センター主催のスプリングコンサートが行われました。バイオリンとピアノのユニット「リーフ」のお二人が、クラシック音楽などを披露。子どもたちは美しい音色に聴き入っていました。

弦と鍵盤による美しいハーモニー

■2/25　劇団繭公演日迫る

「春駒日記」の稽古が佳境

村内に拠点を置く劇団「繭」による「春駒日記」の公演日が迫り、キャストやスタッフの皆さんによる稽古が佳境を迎えています。公演は３月24日午後２時より、利根沼田文化会館大ホールで行われます。

真剣に稽古に取り組む団員

■2/24　中宿不動講

伝統の「お不動様」を祈願

糸井・中宿地区で毎年恒例の「お不動様」（不動講）が行われました。これは、同地区の人々がこの時期に行っている伝統的な祭事で、同地区内にあるお堂に集まり、健康や豊作を祈願しました。

厳粛に行われた「お不動様」

本とハッピー

今月はリクエストいただいた本や、村図書館支援員さんおすすめの本をご紹介。ぜひご利用ください。

◎村公民館図書室のご案内

平日　午前８時30分～午後６時

■問合せ　教育委員会事務局☎24-5120

かちがらす：幕末を読みきった男

植松三十里/著　小学館

若くして佐賀藩主となった鍋島直正。財政難に苦しむ藩は城の火事に遭うが、それをきっかけに藩の改革に取り組む。幕末の名だたる人物と交流し、明治維新の礎を作った鍋島直正を描いた長編。

自衛隊防災BOOK

自衛隊/防衛省協力　マガジンハウス

いざというときに私たちを助けてくれる危機管理のプロ・自衛隊のノウハウを初公開。人命救助、食料の確保や給水、緊急措置などなど。テレビ番組で続々と特集が組まれ、さらに話題沸騰の１冊。

DIYでできる！壁･床リフォーム＆メンテナンス百科

ドゥーパ！編集部/著学研プラス

住まいのなかでも一番気になる壁や床をお得に、そして思うがままにリフォームしたい人に向けた１冊。また、長くキレイな状態を保つための、メンテナンス術もあわせて収録。

編集後記

いつも穏やかな笑顔で接してくれる、地域おこし協力隊の伊藤さん。取材を通して、ゴミ拾いしながらの通勤や、今後の明確な目標など、とても志の強い方だと思いました。そんな伊藤さんが道の駅の「ことぶき亭」の皆さんと作り上げたメニュー「こんころまい」は、しっかり味のしみたこんにゃくと大根、まいたけの天ぷらなど具だくさんのおいしいうどんで、おなかも一杯になりました。（石井）

実際の紙面のみの掲載となります。

平成31年３月10日発行　発行／昭和村役場　印刷／朝日印刷工業(株)　編集／企画課広報統計係　〒379-1298　群馬県利根郡昭和村大字糸井388　TEL 0278(24)5111　FAX 0278(24)5254