



中学1年生から高校2年生の女の子の保護者の方へ

9月15日より、子宮頸がん予防ワクチンとして、「ガーダシル(4価HPVワクチン)」も公費助成の対象となります。詳しくは、接種を希望する医療機関へお尋ねください。すでに「サーバリックス」で接種を開始した方は、2回目以降も引き続き「サーバリックス」を接種してください。

40歳以上の方へ

10月31日、11月1日・2日に「超音波検査」を実施します。受診を希望される方は、9月30日までに保健相談センターへご連絡ください。

心の休養とっていますか?

「最近よく疲れる」というあなた。ストレス(心の疲れ)が、体に影響を及ぼしているのかもしれない。休養をとったり、生活を改善して、ストレスと上手につきあってみよう。

心を休めるポイント

○ストレスを自覚する

ストレスをそのまま放置しておくと、増大して心身に大きな影響を及ぼします。初期症状を見逃さないようにしましょう。

☆ストレスのサイン

- わけもなくイライラすることが多い
- 寝つきが悪く早朝に目覚める
- 食欲がなくなる
- 集中力がなくなり、作業効率が悪くなる
- 今まで楽しかったことが楽しくない
- 肩こりや腰痛など体の不調が出る

○何よりも休養が第一

- ストレスを感じたら無理は禁物です。自分なりの休養の取り方を見つけよう。
- 好きな音楽を聴く
- ゆったりティータイム
- 軽い昼寝をとる
- ゆっくりお風呂にはいる
- ストレッチやウォーキングでリフレッシュ

○趣味を充実させる など

○生活習慣を見直してみる

- 悪い生活習慣を改善することで、心身の健康を取り戻そう
- 睡眠のリズムをつくる
- 遅くとも12時前には就寝し、早起きを心がける。明るい光を浴びて、体を目覚めさせよう。
- 食事をしっかりとろう
- 栄養のバランスに心がけ、三食きちんと食べましょう。

○ストレスを放置しておく

気持ちが悪く、死にたいと思うことがあるなどの症状が続く場合は、うつ病になる可能性があります。いのちを大切にするためにも「心」を休めましょう。

○群馬いのちの相談

- 日時：毎日9:00から21:00
- 毎月10日及び第2(金)9:00～翌(土)21:30
- 専用電話：☎027-221-0783(通話料はかかりません)
- 相談者：自殺防止のいのちの電話相談員
- うつの症状が悪化すること、大切な命を自殺という形で失うこともあります。一人で悩

んでいる方、ご家族のことで心配されている方は、是非ご連絡ください。

▼お問い合わせは、保健相談センター(☎70-8052)へ

お知らせ

◇ 渋川地域自殺防止標語の募集

- テーマ：いのちを大切にすること、また身近にいるところに悩みを持つ人に手を差し伸べ、見守ることの大切さを趣旨とした意識啓発にふさわしい標語
- 応募資格：渋川市・榛東村・吉岡町に 在住・在勤・在学の方
- 応募期間：平成23年9月15日(木)～10月14日(金)(当日消印有効/期限厳守)
- 応募方法：郵送またはFAXまたはメール
- 優秀作品の選考：最優秀賞1点、優秀賞3点以内、佳作5点以内を選考し、賞品を授与します。審査は選考委員会で共に行い、入賞者に通知すると共に、渋川保健福祉事務所ホームページ上で発表します。
- ※優秀作品は、今後当地域で行う自殺防止の啓発活動等に幅広く活用します
- ▼お問い合わせは、渋川保健福祉事務所保健係(☎0279-22-4166)へ

●10月休日当番医●

	内科	外科	耳鼻科	歯科	
2日	岡本内科クリニック (吉岡) ☎20-5353	めぐみこどもクリニック (行幸田) ☎30-2022	渋川市国保あかぎ診療所 (渋川) ☎56-2220	森 医 院 (石原) ☎23-8733	いづか歯科医院 (八木原) ☎22-0808
9日	斉藤内科外科クリニック (金井) ☎22-1678	渋川中央病院 (石原) ☎25-1711	高野外科胃腸科医院 (渋川) ☎24-2454	あかぎ歯科医院 (赤城) ☎20-6522	明治歯科診療所 (吉岡) ☎25-8101
10日	本沢医院 (石原) ☎23-6411	斉藤医院 (渋川) ☎53-5558	西群馬病院 (金井) ☎23-3030	川島医院 (渋川) ☎22-2421	たけうち歯科医院 (吉岡) ☎25-7700
16日	中野医院 (渋川) ☎22-1219	駒寄こども診療所 (吉岡) ☎55-5252	関口医院 (吉岡) ☎55-5122	井野整形外科リハビリ内科 (吉岡) ☎30-5255	マイル歯科 (吉岡) ☎30-5033
23日	神山内科医院 (渋川) ☎22-2181	榛東さいとう医院 (榛東) ☎54-1055	北篠外科胃腸科医院 (吉岡) ☎54-6870	平形内科歯科医院 (石原) ☎22-2233	
30日	西沢医院 (渋川) ☎22-2324	大井内科クリニック (吉岡) ☎30-5575			

※耳鼻科の診療時間は正午までです。 ※http://shibukawa.gunma.med.or.jp/i.htm ※夜間急患診療所(午後7時～11時、年中無休)☎23-8899

暮らしの情報

本紙8月号8ページ「ラージボール卓球大会」の記事中、「ミックスダブルの部Cブロック優勝 相京美栄子」とありますが、正しくは「相京史子」の間違いでした。お詫びして訂正します。

第17回 榛東オータムジャズ

- 日時…10月2日(日) 午後6時開演
- 場所…南部コミュニティセンター
- 出演 第1部 ミュージック(蔵)クラブ
第2部 コンフュージョン・ラボ
- その他…入場無料、整理券不要

募

募集

県営住宅入居者募集

■所在地・間取り・募集戸数・家賃：募集案内をご覧ください
 ■入居資格：現在、住宅に困っており親族と同居する予定の人、または単身の高齢者や障害のある人 ※詳しくは募集案内をご覧ください
 ■申込期間：10月15日(土)まで
 ■申込用紙・募集案内配布期間：申込期間と同じ
 ■申込方法：所定の申込用紙に必要事項を記入して郵送
 ■申込用紙・募集案内配布場所：県住宅供給公社、県土木事務所、市町村役場 ▼お問い合わせは、県住宅供給公社 ☎027-2233-5811 FAX027-2233-9808 へ

歩け歩け大会参加者募集

「村民健康づくり歩け歩け大会」を今年も開催します。皆さまの参加をお待ちしております。
 ■日時：10月8日(土) 午前8時30分
 ■集合場所：保健相談センター
 ■参加方法：参加を希望する方は、当日集合場所へお集まりください。▼お問い合わせは、健康・保険課 ☎54-2211 内線1411 へ

西上州バスハイイク参加者募集

■日時：11月10日(木) 雨天決行
 ■コース：JR高崎駅東口集合 出発↓富岡製糸場↓妙義神社↓おぎのやドライブイン(昼食)↓めがね橋・アプトの道↓峠の湯↓JR高崎駅東口解散
 ■募集人員：80名(定員を超えた場合は抽選)
 ■実費負担：2,700円(保険料、昼食代、入場料など)
 ■申込：往復はがきに参加者全員(4名まで)の住所・氏名・年齢・電話番号、返信用はがきに応募者の住所・氏名を記入のうえ郵送
 ■応募締切：10月26日(水)必着 ▼お申し込みとお問い合わせは、高崎市役所観光課 西上州バスハイイク係 ☎370-8501 群馬県高崎市高松町35番地1 ☎027-3221-1257 へ

食農体験講座

渋川地区農村生活アドバイザーの会では、生産者と消費者の交流を図るため、農産加工に興味のある消費者を募集します。
 ■期日：9月26日(月)、12月5日(月)、12月9日(金)
 ■場所：吉岡町大久保
 ■内容：白菜の移植、収穫、キムチづくり
 ■参加費：1,000円(キムチづくりは、別途材料費) ■対象

知

お知らせ

浄化槽工口補助金の活用を

村では、浄化槽区域(下水道が整備されている区域、および整備が予定されている区域を除く区域)に合併浄化槽を設置する家庭を対象に補助金を支給しています。浄化槽区域内で単独浄化槽を使用している家庭を対象として、生活雑排水の処理が可能な合併浄化槽へ入れ替えを行う場合、従来の設置費補助に加え、一律10万円の「エコ補助金」を支給することとなりました。単独浄化槽では台所、洗濯、お風呂などの雑排水を処理することはできず、合併浄化槽で処理した水の約8倍の汚れた水が排出されています。補助金支給のための条件はありますが、この機会に「エコ補助金」を活用し、環境保全への協力を

者と募集人員：渋川市、吉岡町、榛東村在住者。20人(先着順)
 ■申込方法：渋川地区農業指導センター1担当手支援係へ電話で申し込み
 ■申込期限：定員になり次第締切 ▼お申し込みとお問い合わせは、渋川地区農業指導センター1担当手支援係 ☎0279-23-13221 へ

不動産の合同公売について

財政の基盤である税収確保と納税の公平化を図るため、差し押さえた不動産について5市町村2県税事務所による合同公売を行います。
 ■日時：11月22日(火) 午後1時~午後2時
 ■会場：群馬県地域防災センター(群馬県前橋合同庁舎敷地内)
 ■参加執行機関：前橋市、渋川市、伊勢崎市、吉岡町、玉村町、中部県税事務所、渋川行政県税事務所 ※物件について、詳しくお知りになりたい方は、榛東村役場税務課に物件明細書がありますのでご覧ください。(各自自治体のHPでも紹介しています) ※公売は中止になる場合もありますので、事前に公売中止の有無をお問い合わせください。▼お問い合わせ先 物件について：各自自治体 納税担当部署 公売について：中部県税事務所個人県民税徴収対策係 ☎027-234-1814 へ

大規模な土地取引には届出が必要

一定面積以上の土地取引を行った場合、買主は市町村を経由して県知事に届出を行う必要があります。届出が必要な面積：市街化区域内(2千㎡以上)、市街化区域以外の都市計画区域内(5千㎡以上)、都市計画区域外(1万㎡以上) ■届出期間：売買契約を締結した日から14日以内 ■届出先：売買した土地の所在する市町村 ▼お問い合わせは、県土地・水対策室 ☎027-226-2336 (6) または役場基地・財政課 ☎54-2211 内線243 へ



松岡信之さん(8区)

困っているがどこに相談してよいか分からない、制度や仕組みが分からないといったことはありませんか? 村の行政相談委員がご相談をお受けします。

秋の行政相談週間 10月17日~10月23日

国・県・市などの仕事について、苦情や意見・要望がある、

暮らしの情報

役場住民生活課より

太陽光発電システムの補助金制度をご存じですか？

村には住宅用太陽光発電システム設置に対する補助制度があります。詳しくは村のホームページをご覧ください。



知

お知らせ

税務課よりお知らせ

村税務課では、日曜納税窓口および無料税務相談所を開設します。

- 日曜納税窓口 ■日時：10月30日(日) 午前8時30分～午後5時15分 ■場所：役場税務課
- 受付内容 村税の納付、納税相談、税務証明発行 ▼お問い合わせは、税務課(☎54-2211 内線162)へ
- 無料税務相談所 ■日時：10月19日(水) 午後1時～午後4時
- 場所：役場相談室(1階) ■受付内容 税務全般(国税・地方税) ■共催：関東税理士会高崎支部 ※事前の電話予約が必要となります。 ▼お問い合わせは、税務課(☎54-2211 内線160)へ

秋季道路愛護を実施します

■日時：11月6日(日) 午前7時から ■作業内容：路面・路肩・側溝の清掃・除草、ガードレール、カーブミラーの清掃など ■その他 ○スコップや鎌など、作業に必要な道具をお持ちください。 ○安全に十分注意して作業してください。 ○拾い

集めたゴミは分別収集してください。 ▼お問い合わせは、建設課(☎54-2211 内線207)へ

榛名女子学園施設参観

女子少年院の教育活動を広く理解していただくことを目的として、施設参観を実施します。 ■日時：11月23日(水) 午前10時30分～正午 ■場所：榛名女子学園 ■内容：施設内の見学、教育内容の説明等 ■定員：40名 ■申込方法：はがきまたはFAXまたは直接榛名女子学園までお申込みください ■申込期限：11月11日(金) ▼お申し込み・お問い合わせは、榛名女子学園庶務課(〒370-13503 榛東村新井1027番地1 ☎54-3232 FAX 20-5501)へ

10月は土地月間 地価評価等相談会を開催

県、(社)群馬県不動産鑑定士協会では、「地価評価等無料相談会」を開催します。お気軽にお出かけください。 ■日時：10月3日(月) 午前10時～午後3時 ■会場：前橋市役所、高崎市役所、渋川市役所第二庁舎など ▼お問い合わせは、県土地・水対策室(☎027-2226-2

きこの教室

野生のきこのによる食中毒を予防するため、「きこの教室」が開催されます。きこの実物や写真で紹介するほか、専門家による鑑定を行います。 ■日時：10月10日(月) 午前10時～午後3時 ■場所：道の駅こもち ■内容：きこの写真パネル・実物展示、鑑定 ▼お問い合わせは、渋川保健福祉事務所(☎0279-2214166)へ

新市町村振興(宝くじ)オータムジャンボ宝くじ発売

財団法人全国市町村振興協会による2011年新市町村振興宝くじ「オータムジャンボ宝くじ」が発売となります。この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策・高齢者対策など、住民の福祉向上に役立てられます。 ■1等：1億5千万円 前後賞：各5千万円 ■価格：1枚300円 ■発売期間：9月26日(月)～10月14日(金) ■抽選日：10月21日(金) ▼お問い合わせは、公益財団法人群馬市町村振興協会(☎027-290-1350)へ

図書券が当たる？

広報クイズ

×用紙などに答えを書き、住所、区、氏名、年齢、世帯主名を明記して北小、南小、中央公民館に置いてある箱に入れるか役場へお送りください。また、村政に関するご意見やご要望、質問などがありましたら同様に寄せてください。締切は9月30日、正解者の中から抽選で7名の方に図書カードをお贈りします。

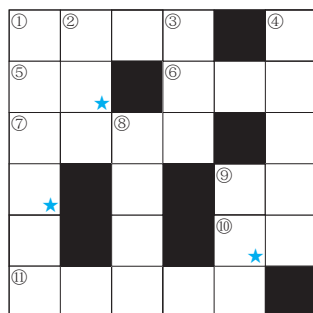
○タテのカギ

- 黒板を消す時に使うもの
- 白鳥を英語で？
- 液体の表面に浮いているものを取り除くこと
- 焼きイモに使われるイモ
- 実際にはない音や声が聞こえたように思うこと
- 家庭用電気製品を略して

○ヒトのカギ

- 秋に白や赤の花が咲く草
- 蜜のエサとなる高木
- あるもの他のものが違っている判断して分けること
- 競技者のそばで走ること
- アサリ・シジミなどは○○類
- 主張を掲げて行進すること
- 日本の弦楽器
- ★に入る文字を並びかえて答えを出してください。

(ヒント)……ンンンンンン



前回の答えと当選者

スイカ

①ウ	②キ	③ワ	④デ
⑤カ	⑥ン	⑦ザ	⑧ス★
⑨ハ	⑩ク	⑪シ	⑫サ
⑬カ	⑭セ	⑮イ★	⑯ヨ

広報8月号のクイズの解答は、全部で24通寄せられ、全部が正解でした。抽選で次の7人の方に500円相当の図書カードを贈ります(敬称略)。
近藤このみ(9区) 羽鳥徹(10区) 蜂巣洋子(10区) 小島沙緒里(10区) 清水明(11区) 関口ふみ江(11区) 小金沢紗依(14区)

広報カレンダー 10月

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
村民テニス大会 AM8:40 総合グラウンド 棟東オータムジャズ PM6:00 南部コミセン	健康相談 PM1:30 保健相談センター 農地・農業者年金相談 PM1:30 役場302会議室	3才児健診 PM1:00 保健相談センター オカリナ教室 PM7:00 中央公民館	絵手紙教室 PM1:30 中央公民館	子育てサロンアイアイ AM10:30 保健相談センター 高齢者ふれあい講座 PM1:30 中央公民館 中国語教室 PM7:00 中央公民館	狂犬病予防補完注射 AM9:00 各実施場所 英語教室 PM7:00 中央公民館	歩け歩け大会 AM8:00 保健相談センター
9	10	11	12	13	14	15
トレッキング教室 AM7:00 湯の丸山			絵手紙教室 PM1:30 中央公民館 大正琴教室 PM1:30 中央公民館 高齢者ふれあい講座 PM1:30 中央公民館	中国語教室 PM7:00 中央公民館	俳句教室 AM9:30 中央公民館 2歳児健診 PM1:00 保健相談センター 行政相談 PM1:30 南部コミセン	園芸教室 PM1:30 中央公民館 ギター教室 PM7:00 中央公民館
16	17	18	19	20	21	22
	楽集シネマ PM1:30 楽集センター 健康相談 PM1:30 保健相談センター	予防接種(ポリオ) PM1:30 保健相談センター	人権相談日 PM1:30 楽集センター 絵手紙教室 PM1:30 中央公民館 高齢者ふれあい講座 PM1:30 中央公民館	母乳相談 AM9:45 保健相談センター 離乳食相談 AM10:00 保健相談センター	村民文化祭 AM9:30 中央公民館 農業委員会定例会 AM10:00 役場301会議室	村民文化祭 AM9:30 中央公民館
23	24	25	26	27	28	29
しんとうむらづくり祭 AM8:00 総合グラウンド 村民文化祭 AM9:30 中央公民館	健康相談 PM1:30 保健相談センター	オカリナ教室 PM7:00 中央公民館	乳児健診 PM1:00 保健相談センター 絵手紙教室 PM1:30 中央公民館 大正琴教室 PM1:30 中央公民館	中国語教室 PM7:00 中央公民館	耳飾り館無料開放 AM9:00 耳飾り館 手づくりマーケット AM11:00 耳飾り館 無料法律相談 PM1:30 ささえの家	園芸教室 PM1:30 中央公民館
30	31	1	2	3	4	5
スローピッチソフトボール大会 AM8:30 総合グラウンド	超音波検査 予約制 保健相談センター	超音波検査 予約制 保健相談センター	超音波検査 予約制 保健相談センター			

【有料広告欄】

21世紀の街造り 暑さ寒さ対策は遮熱から



**株式会社
コヤマハウジング**

TEL : 54-2344 / FAX : 54-8977

Mail : info@koyama-housing.com
ホームページアドレス http://koyama-housing.com

ぐんまの木で家づくり 新築・増改築
ハトリ 介護リフォーム

(有)羽鳥製材所

北群馬郡榛東村山子田1439-1 TEL.0279-54-5142
モデルハウス 北群馬郡榛東村新井3252-5
URL http://hatori-woody.co.jp

笑顔になれる住まいづくり
新築・土木・不動産・リフォーム・オール電化・上下水道

(本店) 榛東村広馬場2207-1 (高崎店) 高崎市中央町640-9

ぐん.せい建商(株)

0120-266-110 http://www.gunsei.com
ぐんせい 検索

『理学療法士による痛み専門サロン』
代表：加藤将一 (広馬場在住)

腰痛、坐骨神経痛、むちうち、股関節痛、肩こり
身体各部の関節痛等でお悩みの方
万策尽きた方、どうぞお気軽にご相談ください。

☎090-4175-4177 (要予約)
http://www.ms-takasaki.com
AM10:00~PM20:00 (不定休)
※出張施術(要相談)

松本深圧院 高崎
高崎市長和町 3-2 リエス上和田 A302 (駐車場:完備)

はぎわら歯科医院

●診療時間：AM9:00~PM12:00、PM2:30~PM8:00
(土曜 PM6:00まで)

●休診日：木・日曜・祝祭日 ※祝祭日のある木曜は午前中のみ診療します。

金子小学校前歩道橋北へ700m
高崎市金古町2143-4 ☎027-360-6677
http://www.takahokai.or.jp

Aflac アフラック 募集代理店 青山尚靖
(アメリカンファミリー生命保険会社) (青山保険相談サービス)

がん・病気・ケガ・死亡保障・個人年金・学資など…
あなたにピッタリの保険探しお手伝いします。
お気軽にご相談ください。

榛東村新井2385-4(21区 ふれあいセンターから東へ80m)
☎0120-19-6269(0279-55-0210)
ホームページ URL http://www.aoyamahoken.com/