

6月

広報

しよわ

平成18年(2006)

No.444

主な内容

- たばこ、やめたいと思ったことはありませんか?…P2
- 第33回敬老会 ……………P6
- 交流ひろば……………P8



第10分団 (生越)



利根沼田消防ポンプ操法競技会が沼田公園で6月4日に行われ、
村消防団第7分団(自動車ポンプ)、第10分団(小型ポンプ)が
ともに優勝をかざりました。

両分団は、8月23日に群馬県消防学校(前橋市)で行われる
県大会に利根沼田代表として出場します。

第7分団 (糸井)



たばこ、

やめたいと思っただことありませんか？

5月31日は世界禁煙デーです。

やめたいと思ったことありませんか？

「たばこをやめたい。でもやめられない」「こんな経験ありませんか。これは、『意志が弱いから』ではなく、ニコチン依存と喫煙の習慣化による心理的依存が大きな原因。これらの依存状態から抜け出して禁煙を成功させてみませんか。」

たばこはなぜやめられない？

やめたい人64%

「ホントは、たばこをやめたいんだよなあ」そう思っている人は、実は大勢います。たばこが色々な面で良くない事も充分に知っています。何度も禁煙しては失敗している人もいます。

平成10年度喫煙と健康問題に関する実態調査によると、喫煙者の64%が、たばこをやめたいと思っているのに、禁煙出来ない。また、禁煙しても、50〜75%が1年以内に吸ってしまうという事です。では、何故やめられないのでしょうか？

2つの依存

禁煙がなかなか成功しない原因は、2つの依存にジャマをされているからです。

「意志が弱いから…」と言われてしまう人もいます。しかし、これは個人の意志の問題というより「ニコチン依存症」にかかっているからなのです。

たばこの中のニコチンは、麻薬やアルコールと同じ依存性薬物です。急性ではありませんが、依存性の高さは、ヘロイン並と言われています。また、たばこは毎日吸う事で、心理的にも依存してしまっています。

多くの人が「いますぐやめたい」「できればやめたい」と思っています。心の奥で健康や将来への不安、周囲への後ろめたさを抱えながら、でも「やめられない」「できない」でいるのです。

たばこの有害性は？

「史上最大の発がん性物質」とも言われるたばこ。たばこの煙には、4千種類以上の化学物質が含まれ、そのうち200種類以上が有害物質です。特に喉頭がんや肺がんと密接な関係を持っており、非喫煙者に比べて数倍から数十倍の危険度があります。

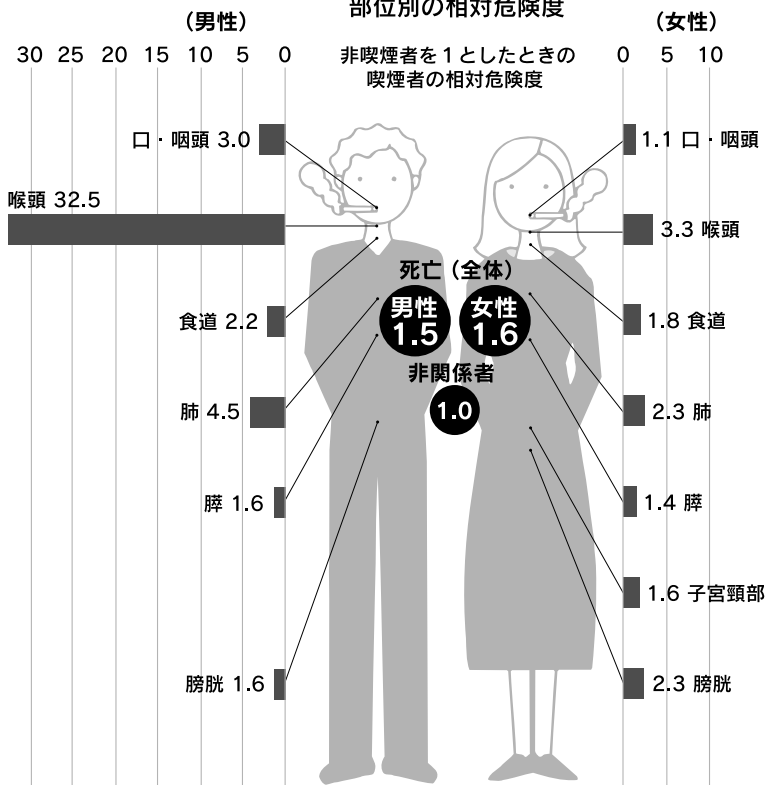
また、がん以外にも、肺気腫などの慢性肺疾患、狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患、胃・十二指腸潰瘍など、様々な病気にもか

かりやすくなります。

たばこの煙は、喫煙により直接吸い込まれる主流煙と、火のついた部分から立ちのぼる副流煙とに分けられます。そのうち有害物質は、副流煙の方に2〜4倍以上多く含まれています。つまり、喫煙者の周囲にいる人は、喫煙者と一緒にいるだけでたばこを吸っているのと同じことになってしまいます。これを「受動喫煙」といいます。非喫煙者にも様々な健康障害が引き起こされることが、研究から明らかになっています。

がんによる死亡の相対危険度

部位別の相対危険度



資料：平山らによる計画調査 (1966~82)

禁煙にトライしてみましよう！

禁煙は難しくない！

禁煙したほうがいいと分かっているけど、なぜか止められないばかり。禁煙するときに「とにかく吸いたい気持ちをガマン、ガマン」と、思い込んでいませんか。

喫煙は「依存症」です。それ、精神力だけで乗り越えようと思っても無理な話なのです。

「禁煙すること」＝「ガマンすること」と思っていると、ちょっとしたことで必ず「禁煙のせい」にしてしまいがちです。いつもだったらイライラしなかったことに対して、「たばこを止めているからこんなにイライラするんだ」と自分に甘く考えてしまうようになってしまいます。

喫煙を「すばらしくいいもの」、禁煙を「ガマンすること」と考えていると、禁煙はつらいだけのものになってしまいます。それを精神論だけで乗り越えるのは、限りなく不可能なことなのです。

胃の痛みや歯の痛みがあるときには病院などで治療してもらいます。それと同様に、禁煙も「治療」だと考えればいいのです。「喫煙は依存症」であり、その依存症か

ら抜け出すための治療をする、と考えれば、禁煙は難しくないので、

自分の習慣を知ること

いくら禁煙を精神論だけで成功させようと思っても難しい、とは言っても「やっぱり意志が弱くて禁煙できない」と言う人もいます。

そこで、まず自分のたばこに対する習慣を分析してみましよう。どんなとき、どんな精神状態でたばこを吸っているのか、冷静に分析してみれば、禁煙成功率も高くなるというものです。

やめるには準備が必要

今まで体にしみついた習慣をやめるためには、それなりの準備が必要です。あらかじめその習慣に対する自分の傾向と対策を把握しておく必要があります。

下の手順にそって、分析していきましょう。そして、準備が整ったところで禁煙にトライしてみましよう。

禁煙を成功させるために

1. 禁煙する理由の確認

禁煙する個人的な理由を3つほど書き出し、見えるところに貼っておく。

例：体調が悪いから。将来の健康によくないから。

(息切れがするから。子供がたばこの煙で咳き込むからなど、なるべく具体的に)

2. 喫煙行動の観察

ある1日、喫煙をするたびに、「どんな状況で、〇〇をしながら吸った。そのとき、おいしかったか？ たばこを吸ったことによる気持ちの変化」などを書き出してみる。

例： 7:00 起き抜けに新聞を読みながら → 頭がスッキリした

9:00 出社後、コーヒーを飲みながら → 特に感じず。やっぱ習慣かな

10:00 工作中、考えをまとめるため → 考えはまとまらなかった。でも落ち着く

24:00 寝る前の一服 → 特に感じず。寝る前の儀式だよな

3. 傾向の分析と対策づくり

「2」で作ったメモを見ながら対策を考え、メモの横に具体的に書きだす。

例： 7:00 起き抜けに新聞を読みながら → 起き抜けはまず、洗顔、歯磨きをする

9:00 出社後、コーヒーを飲みながら → コーヒーはやめて、持参のこぶ茶にする

10:00 工作中、考えをまとめるため → イライラしたら、ガムを噛んでみる

24:00 寝る前の一服 → 水を味わいながら飲む

やめたいと思ったことはありませんか？

《あなたはどのタイプ？》タイプ別ワンポイントアドバイス

タイプ	こんな人が当てはまる！	禁煙成功！のためのワンポイントアドバイス
A 喫煙にあこがれ！ タイプ	たばこに対して大人びたあこがれを抱いていて、なんとなく吸い始めてしまった人に多いタイプ。友達のマネをして吸い始めてしまった人も。	→喫煙は決してカッコいいことではなく、国際化社会ではむしろ吸わないことのほうが大人としてのマナー。このタイプは禁煙に成功しやすい！
B イライラして喫煙！ タイプ	緊張したとき、イライラしたときに喫煙することで気持ちを落ち着かせるタイプ。几帳面な人、神経質な人に多い。	→イライラしてたばこに手が出そうになったら、その前に深呼吸や軽い運動を。楽しいことを考えてイライラを抑えるのも手。
C ひまつぶしタイプ	特別たばこが吸いたいわけではないのに、なんとなく火をつけてしまうタイプ。たばこの感触を手や口で楽しむことが好きな人に多く、たばこへの心理的依存症が大きい。	→まずはたばこを目に入らない所に片付けて。普段持ち歩かず、なんとなく火をつける習慣を止めよう。ひまつぶしをしたいときには、ガムや昆布、仁丹など糖分の少ないものを代用するように。
D 食後の一服タイプ	食後やちょっと休憩のとき、仕事が一段落した時などにゆっくり吸う人。仕事に集中しているときは、しばらく吸わなくてもいられる。	→仕事が一段落したら、軽い運動をし、食後はすぐ歯みがきをするようにしよう。まずは休憩のときの一服を避けるように。
E とにかく たばこを！タイプ	とにかくいつでもたばこを吸っていないと落ち着かないタイプ。眠っているとき以外はたばこを手にかけているというほど、ニコチン依存症が強い。前のたばこを吸っているうちに次のたばこに火をつけてしまうほど、チェーンスマーカーな場合もある。	→起床後の1本を吸う前に、洗顔や運動、食事など、朝の生活をはじめよう。どうしてもたばこが吸いたくなったら水やお茶を口に含んで。最初は禁断症状が出てつらいが、その数日間を乗り越えれば楽になる。
F たばこってすばらしい！ タイプ	たばこを吸っているほうが、仕事もはかどり気分を高めてくれるものだと思い込んでいるタイプ。一般的に喫煙本数がいちばん多くなり、深く吸い込みがち。	→禁煙するのにちょっと困難なタイプ。ひとりで禁煙しようと思っても難しいので、専門医に相談し、指導にしたがって禁煙を進めるのが得策。

禁煙の練習を

何度もしよう

もし、禁煙できなくてもでも気にすることはありません。禁煙へのチャレンジは、「失敗」ではなく「練習」を繰り返しているだけです。始めから、すぐに自転車に乗れたり、水泳で何百mも泳げる人はいません。何事も練習の成果。禁煙も同じことです。

周りの人は「またあんなコト言ってるけど、どうせできないよ」ではなく、禁煙の練習を素直に励ましてあげましょう。ツライ練習を繰り返して、成功させようと努力を続けるのは勇氣ある行動なのです。

始めから成功する人は、 ほとんどいない

禁煙を達成した人は、何事もなかったかのような涼しい顔をしています。ほとんどの人が苦労して、やっと断煙にたどりついていきます。たばこをやめられた人のほとんどは、何回かのチャレンジの後に成功しています。ニコチン依存症は、脳や体に働きかけるスゴイもの。1回や2回失敗したからといって大した事はないのです。いつか必ず成功する時が来ます。

マナーを守って

かひよく

「人通りが多い歩道で歩きながら吸わない」「携帯灰皿は常にポケットに」「子供や妊婦の前では吸わない」。

そんなちょっとした気づかいが、たばこを吸う人、吸わない人、どちらもうれしい気持ちにさせてくれるもの。やっぱり喫煙マナーは大事です。

「マナーなんて当然守ってるよ」という声も聞かれますが、道路には相変わずたばこの吸い殻が落ちています。たばこを吸いながら歩く人、車の窓から灰を捨てる人も見かけます。

もちろん、喫煙者全員が悪いわけではありません。きちんと携帯灰皿を持ち歩いている人もいます。子供の前では絶対に吸わないという人も大勢います。しかし、ごく一部のマナーの悪い人のために喫煙者全員が肩身の狭い思いをしている場合もあります。

たばこを吸うこと自体は悪いことではありません。喫煙者にもたばこを吸う権利があります。しかし、人に迷惑をかけてたばこを吸っている人がいたらどう思われるか…。マナーを守ってカッコいい喫煙者を目指してみませんか。

第33回敬老会

第33回昭和村敬老会（主催・昭和村、昭和村社会福祉協議会）が5月22日、村公民館多目的ホールで行われました。
ダイヤモンド婚（結婚60年）は14組、金婚（同50年）は29組、傘寿（80歳）は94人の合わせて180人でした。
今年のダイヤモンド婚は昭和21年の入籍、金婚は31年の入籍、傘寿は大正15年、昭和元年生まれの皆さんです。
慶祝者の皆さん、おめでとございます。



ダイヤモンド婚代表の林秀英さん、千鶴子さん

式典では、はじめにダイヤモンド婚、金婚、傘寿の方の名前が呼ばれ、それぞれの代表者に賞状と記念品が手渡されました。ダイヤモンド婚は林秀英さん・千鶴子さん夫妻（滝久保）、金婚は諸田一雄さん・みつ子さん夫妻（入原上）、傘寿は竹内幸雄さん（赤城原第二）が代表としてそれぞれ受け取りました。

加藤村長は「こうして平和な日常生活が送れるのは、皆さんの大変なご努力によるもの。感謝いたします。これからも元気で過ごしてください」と式辞。

これを受け、林秀英さん・千鶴子さん夫妻が受賞者を代表して謝辞。「私たちの若き時代は戦争による深い傷跡から平和への願望と復興への努力に日本中の人々が汗を流した時代であり、そうした中で地域の方々との協力、励まし合いがあったからこそ今日の私たちがあります。これからも健康な社会人として地域社会に恩返しができるよう努めたいと思います」と語りました。

式典後は、アトラクションとして、村内保育園児が合唱を、村文化協会の林美恵子さん、加藤ふみ子さん、加藤米子さんが舞踊を披露。招待者は、惜しめない拍手をおくっていました。

また、帰りには村ヘルスメイトの手作りのみそあん入りまんじゅうがおみやげとして配られました。

入沢の阿部さん、吹張の杉木さんが100歳に



阿部たけさん（中央）



杉木ちきさん（中央）

このほど、入原の阿部たけさん、吹張の杉木ちきさんが、100歳の誕生日を迎えました。昭和村でもここ数年、100歳を越える方が増えてきました。皆さん、健康に気をつけて長生きしてください。



園児が歌を披露



会場には大勢の人達が

いくつになっても 元気いっぱい



それっ (ペタンク)

村老人クラブ連合会（林一郎会長）によるスポーツ大会が5月24日、村総合運動公園で行われました。

約340人の会員が参加し、グランドゴルフ、ペタンク、ターゲットバードゴルフに挑戦しました。

競技には、団体戦・個人戦があり、参加者たちは、年齢を感じさせない元気で高得点・ハイスコアを目指して熱戦を繰り広げていました。

【優勝】 グランドゴルフ…糸井南部A、ペタンク…生越B、ターゲットバードゴルフ…糸井東部。



一球一球を真剣に (グランドゴルフ)

慶祝者紹介 (敬称略)

ダイヤモンド婚

平田利三・アキ (永井)、狩野克巳・とく (永井)、竹之内友三郎・キクイ (川額)、角田義茂・トシ (森下上)、金井勉・糸子 (森下上)、保坂利八・ダイ (森下下)、高橋坦・よね (吹張)、加藤勘衛・みつ (中内出)、高橋三男・さち子 (南内出)、石井正夫・志げの (南内出)、林秀英・千鶴子 (滝久保)、高橋八九十・マサ (大河原)、中山一司・かん (赤城原第二)、鷹野房吉・とめ (松ノ木平第二)

金婚

藤井文作・みつ恵 (永井)、諸田一雄・みつ子 (入原上)、堤實・ミト江 (入原下)、山口幸一・セツ子 (川額)、菅原和夫・まつ (川額)、関上敬二・幸子 (川額)、小笠原昌雄・ミサ子 (鎌沢)、佐藤定男・美美子 (森下中)、鈴木倉治・とし子 (三ツ谷)、川邊政夫・利枝 (北部)、金井糸之助・春子 (北部)、藤井宗治・三代子 (南部)、和南城連吉・佑子 (吹張)、塚本正夫・ユキ (吹張)、佐藤由治・よう子 (吹張)、加藤勝美・あさ (宿)、加藤好孝・峯子 (宿)、見城省平・スエ (中内出)、室田一男・綾子 (滝久保)、林篤次・孝子 (滝久保)、大河原一郎・俊子 (滝久保)、星野喜一・さと (生越)、見城光雄・まさ (中野上)、林林三郎・はる子 (中野上)、吉野明・竹代 (中野上)、加藤庄平・トメ (赤城原第一)、渡邊孝三・しづ江 (赤城原第一)、綿貫馬治・キク (赤城原第一)、廣田忠一・清子 (赤城原第二)

傘寿

▼永井…平田アキ、藤井アイ、山口徳雄、山口コヨ井、堤かく、諸田周次郎、諸田ウメ、▼入原上…飯塚まつ、植草久子、高橋富三、高橋三朝、▼入原下…高橋キチ子、堤キク子、鈴木アサ子、▼川額…藤井愛作、菅原まつ、星野春海、竹内千代子、倉澤孝雄、▼鎌沢…小林ぎん、堤田生、▼森下上…真下種一、金井勉、金井糸子、▼森下中…真下嘉久壽、堤さだ子、星野ふく、▼森下下…保坂ハル、高橋しげ、吉澤光二、関上くら子、外山吉子、▼入沢…諸田俊吾、阿部松雄、▼三ツ谷…新木武治、新木ます子、石澤玉井、▼北部…金井愛子、金井しげの、▼南部…新木ゆり子、▼吹張…和南城ハツミ、▼宿…高橋せき、飯塚サカエ、▼中宿…宮内すゑ、茂木重雄、▼中内出…松井敏雄、▼滝寺…勝見孝一、後藤利隆、阿部あや子、後藤みつゑ、▼南内出…石井つる江、▼上内出…竹内マス、伊佐なみ、林定一、▼田岸…横坂えゑ、鈴木保、横坂勝、▼大堀…横坂つや子、戸村玉枝、▼滝久保…瀧澤千代野、関上佳弥、藤井えづ江、▼池原…瀧澤正子、▼生越…熊谷實、林英夫、▼中野下…石井長太郎、林久雄、松井定吉、吉澤せつ、▼中野上…林松夫、根岸あさ、▼大河原…土澤清次、角田すぎ、星野虎吉、▼追分…新井きち子、桑原はる、福原高次郎、星野國男、星野為男、▼赤谷…尾池忠夫、▼赤城原第一…茂木つる、須藤潤一郎、八木キヨ、綿貫馬治、綿貫虎男、▼赤城原第二…佐藤トク子、小林永治、清水クマエ、竹内幸雄、角田國吉、角田ヒデ、真下まつ子、▼松ノ木平第二…南雲キヨ、澤浦久四郎



参加者全員で記念撮影

赤城原区が開拓60周年記念

赤城原区が開拓60周年を迎え、5月14日に赤城原区民館で記念式典が催されました。

地元住民や来賓ら約70人が会場の区民館を訪れ、昔話に花を咲かせながら開拓



当時のことを話す山崎さん

60周年を祝いました。

式典では式典委員長の澤浦廣治さんが「戦後の食糧難の時代に入植し、子供たち、自分たちがお腹いっぱい食べたいとがんばってきました。その甲斐もあつてすばらしい農地ができあがりました」と昔を振り返りあいさつ。また、第一次入植者の山崎光雄さんが赤城原の生い立ちについて語りました。

赤城原に第一次入植が行われたのは、昭和21年4月。64人が旧陸軍演習場の一角に入植しました。

園児とお年寄りがもちつきで交流

村農業観光協会（後藤忠彦会長）による第一保育園と菜の花館のもちつき交流大会が5月6日に菜の花館駐車場で行われました。

によりブルーベリーが植えられ、7月には大粒の実がなる予定。後藤会長は「ブルーベリーの実がなったら、ぜひみなさんで食べてください」と話していました。

保育園の4・5歳児47人と菜の花館入所者約50人が参加し、会員らがついたもちで作られたイチゴ大福や焼きまんじゅうなどをおなかいっぱい食べていました。入所者たちも園児たちと話をしたり、おいしそうに食べている姿を見たりするのが楽しいようで、終始笑顔でした。

また、菜の花館の裏には同会員らの手



園児もちつき



お年寄りと交流

村内各地で

道路愛護を実施

村内各地区で、道路愛護が4月から5月にかけて行われました。

大堀区では、4月30日に実施。各班ごとに分かれて道路の清掃やごみ拾いなどを行いました。

冬期間に融雪のために使われた砂や道路に捨てられているごみなどが原因で、自動車事故が起きることもあります。

道路を安全で美しく使い続けるために皆さんのご協力をお願いします。



道路の砂を清掃



開会式

ふれあいグリーンパークで交流会

村とキヤノン電子がサッカーで交流する「第1回昭和村・キヤノン電子・美里町サッカー交流会」が4月30日、ふれあいグリーンパークで催されました。

この交流会は、キヤノン電子がふれあ



ナイスドリブル



保護者からみそおでんのサービス

いグリーンパーク建設や村のイベントへの参加など、村に貢献していることに感謝し、親睦を深めようと昭和村サッカー交流会実行委員会（竹内敏昭委員長）が計画したものです。

埼玉県の美里工場サッカー部、美里中サッカー部、美里FCスポーツ少年団が招待され、昭和村サッカー部、昭和村サッカー部、FC昭和スポーツ少年団らと交流しました。

この交流会は、今後年に1回のペースで続けられる予定です。

藤森工業が関屋工業団地に新工場

昭和関屋工業団地への進出が決まっていた藤森工業株式会社（本社東京都中央区、藤森明彦社長、資本金47億2、383万円）が5月23日、県企業局と用地取得の契約を結び、27日に工場建設工事の安全祈願祭を同団地内の建設現場で催しました。

同社は団地内に6・6ヘクタールの用地を取得。1・4ヘクタールの工場を建設します。

藤森工業は、樹脂製品メーカーで、沼田市内に事業所を持っており、LCD

（液晶表示装置）用の保護フィルムなど機能材料を製造。この度の新工場では、偏光板保護フィルムや電子回路用の半導体層間絶縁フィルムが製造されます。

工場は来春稼働予定で140人規模の新規雇用が予定されています。

藤森工業は、1914年に創業。樹脂

包装材大手として、医薬・食料品向けの包装材の製造販売を主体としています。近年はLCD用保護フィルムや電子回路材などの売上げが好調で業績を伸ばしています。



安全祈願の様子

昭和インター線に ボランティアで植樹

昭和インター線で5月13日、ツツジの植樹が行われました。

これは、森下上組の方が中心となって行ったもので、地域住民らおよそ50人が参加して実施されました。

天候はあいにくの雨でしたが、およそ2時間かけて、ツツジなど約千本の木が植えられました。



雨の中での作業

村職員人事異動

6月1日付▼保健福祉課主任：土屋明美（総務課）

昭和村さくら工房

代表／林 則子



「新入部員を募集します」

平成8年から活動している農産物加工グループです。部員数は41人で、地元の素材を使った手作りで素朴な製品の加工、各種イベントへの参加など、地域の活性化に貢献しています。

設立10周年を迎える今年度、更なる飛躍を目指して新入部員を募集します。募集する部門は、菓子、ジュースジャム、漬物、蒟蒻の4部門です。

入部を希望される方、興味のある方は役場産業課 ☎24-5111までご連絡ください。

交流ひろば

新婚さん、金婚を迎えたご夫妻の登場者を募集しています。自薦・他薦は問いません。皆さんどしどしご応募ください。【問い合わせ】役場企画課広報統計係 ☎24-5111 (内線32)

二人三脚で

50年

「あつとという間の50年。もう経ったのかと思います」という一雄さんと、「Oからスタートして、やつと2人でここまで出来ました。全てのこと感謝です」と昔を振り返るみつ子さん。

16歳のときから始めたという商売も軌道に乗っており、今は息子さん夫婦が経営。「若い家族に恵まれて幸せです」と今は悠々自適の生活です。

一雄さんの趣味はなんといってもゴルフ。ゴルフを始めてから7年目に12人で始めた会が今は村のゴルフクラブになっているなど、村内のゴルフ

「目標を持っていればまだまだ何でも出来ます」という一雄さんと「自分たちで出来ることを、皆さんに迷惑をかけないようにながらばりたいです」というみつ子さんでした。

「やつと2人でここまで出来ました」



諸田 一雄さん(76歳)・入原上
みつ子さん(75歳)
(昭和31年4月11日入籍)

みんなの オアシス

いつも楽しそうに

見えています

小学生や保育園児の写真
を、子供もお友達探しをし
ながら楽しそうに見ていま
す。

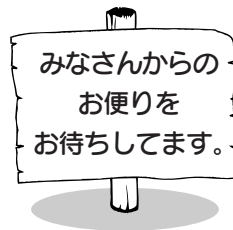
(S・H)

子供を育てやすい

制度を

児童手当の支給対象が拡
大され、大変助かります。
少子化が進んでいる中もつ
と子供を育てやすい制度を
つくって頂けることに期待
します。

(Y・N)



2006年

3月中旬、仕事を辞めました。

約5年、昭和村を出て一人暮らしをしていましたが、
辞めると同時にこっちに戻ってきました。

ついにニート生活！残り少ない冬、とりあえずボード
行かなきゃと思いみんなに連絡…あれ？脳震盪起こして
るし…(3月号) 顔面すりむいてるし…(4月号) 手首
折れてるし…(来月号) ダンスやってやる気ないし…
(2月号) やってないし…(先月号)。

…でも、今年はたくさんボードに行けたのですごくよ
かったと思います。これからの季節はスケボーがんばり
ます！

あ！4月初めに再就職しました。沼田にあるH A i r
A t yで働いています。ニート生活はたった15日で終わ
っちゃいました。

なんだかんだで今年は良い事がいっぱい！

あ！そっか、厄年じゃない！

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇
今回の登場者は、綿貫賢人さん(22歳・鎌沢)です。



戸村 泉 さん
(大掘・23歳)

はっらっ
トーク

グラウンド整備に役立ててください

商工会青年部（諸田光二部長）から、このほど村教育委員会に木製のトンボ20本が寄贈されました。

これは、同部が毎年行っている奉仕活動の一環で、部員たちが手作りしたもの。村総合グラウンドの整備用のトンボが少なかったために、少しでも役に立てばと贈られました。

大事に使わせていただきます。



トンボを手渡す諸田さん（右）

ドッチビーでさわやかな汗



楽しくプレー

村若妻会連絡協議会（阿部純子会長）では5月19日に、東小学校体育館で健康づくり大会（ドッチビー講習会）を行いました。参加したのは若妻会員約80人、村体育指導委員の指導のもと、さわやかな汗を流しました。

ほとんどの参加者が、初めての競技とあって最初はディスクをまっすぐとばすのに苦戦していましたが、競技になれてくると笑顔でゲームを楽しんでいました。

ドリフト対策を勉強

利根農業事務所によるドリフト（農薬飛散）対策実演会が5月23日、沼田市利根町のレタスほ場で開催されました。

農薬のポジティブリスト制導入により、農産物の農薬残留基準が大きく変わり、より一層のドリフト対策が必要になっています。

今回の実演会はブームスプレーヤ用のドリフト低減ノズルの実演で、昭和村からも約10人が参加して、ドリフト対策を勉強しました。



実際にブームスプレーヤを使用して勉強

PICK UP Sports & Topics

スポーツ&トピックス



松井勘助さん（左）と篠田稔さん（右）

松井さんが村に桃の木を寄贈

長者久保の松井勘助さんから村に桃の木を寄贈していただきました。

これは、赤城西麓土地改良事業により、松井さんが植えていた桃の木が伐採されることになったため、どうせ切るのならと寄贈していただいたもの。同事業を請け負った篠田建設（株）が無料で移植を行いました。

桃の木が植えられたのは中野と赤城原の観光トイレ。松井さんは、「見てくれた皆さんが少しでも喜んでくれればうれしいですね」と話してくれました。

親子で楽しく作業



きれいにできるといいね

親子コンテナガーデン教室が5月13日、村公民館多目的ホールで行われました。

15組31人の親子が参加し、星野ナーセリーの星野幸子さんが技術を指導。初めのうちは順調に進みましたが、参加した子供たちは小学校低学年の子が多く、途中で飽きて遊び始めてしまう子も。しかし、最後には見事なコンテナガーデンを作り上げました。

保育園に薬箱を寄贈



どうも、ありがとうございます

根岸の倉澤澄男さんが村内の保育園（第一保・第二保・子育て保）に置き薬を寄贈しました。

倉澤さんは、寄贈を始めて今年で25年。「園児たちのちょっとしたケガや病気の際に役立ててください」と、毎年贈ってくれています。

倉澤さん、温かい心づかいありがとうございます。

村のお知らせ

役場 ☎24-5111
教育委員会 ☎24-5120
公民館 ☎〃

役場職員を

募集します

総務課 内線13

平成19年4月1日採用の役場職員を募集します。

■募集区分 一般事務職員

■採用予定人員 若干名

■受験資格 昭和56年4月2日から平成元年4月1日まで生まれた者。

■試験日 9月17日(日)

■試験会場 昭和村役場

■試験内容 一次試験(教養試験)を実施し、合格者に対してのみ二次試験(口述・作文試験等)を実施します。

■受付 7月10日(月)から8月10日(木)までに役場総務課へ履歴書と受験申込用紙

(役場総務課に備え付け)を提出してください。

詳しくは、役場総務課まで。

献血を7月3日(月)に行います

保健福祉課 内線25

献血が7月3日(月)に村内2カ所で行われます。献血をするには運転免許証・健康保険証などでの本人確認が必要となります。

■場所・時間 JA久呂保支所 午前10時～11時30分、役場 午後1時30分～3時30分

献血手帳をお持ちの方は、ご持参ください。

農業者年金の現況届を忘れずに

産業課 内線34

現況届は、年金を受給するために毎年必要な手続きです。

農業者年金の経営移譲年金や農業者老齢年金を受給している人は、現況届を必ず農業委員会に提出してください。

現況届の用紙は、5月末日頃に直接受給権者本人あてに送付されています。6月30日までに農業委員会に必ず提出

してください。

現況届の提出がないときは、11月の支払いから提出されるまでの間、年金の支払いが差し止められますのでご注意ください。

福祉医療制度からのお知らせ

保健福祉課 内線27

福祉医療制度は、医療費(保険診療)のうち自己負担の費用を村が負担する制度です。

福祉医療(母子)受給者は7月31日で期限が切れます。受給者には7月中旬に通知しますので、役場保健福祉課で手続きをしてください。

■注意 乳幼児受給者は保育園や学校で「けが等」をした場合は、保育園または学校の災害共済給付保険が優先となります。「福祉医療費受給資格者証」は使用しないで、一部負担金を医療機関に支払い、保育園または学校に連絡してください。

もし、「福祉医療費受給資格者証」の使用と災害共済給付の支払いの両方を受けたときは、福祉医療費分を返還していただきます。

消防署親子見学会 参加者募集

と き : 8月19日(土) 午前9時30分～正午
場 所 : 沼田市高橋場町 利根沼田広域消防本部
内 容 : 放水体験やはしご車の搭乗体験など
定 員 : 100人
参加資格 : 小学生とその家族
申し込み : 7月20日(木)までに、往復はがきに住所・氏名・電話番号・小学生の学年と学校名を記載の上応募してください。申込多数の場合は抽選になります。
応 募 先 : 〒378-0056
沼田市高橋場町2049-1
利根沼田広域消防本部 親子見学会係

詳しくは、消防本部警防課 ☎22-3139
または、最寄りの消防署まで。

怪しい人や 不審者を見たら 110番へ

携帯電話からの通報は、所在地をはっきり伝えてください。

総務課 ☎24-5111 (内線14)

新しい国保高齢者 受給証が届きます

保健福祉課 内線27

国保高齢者受給証が7月31日で期限切れになります。対象者には新しい受給者証を7月中に郵送しますので、8月1日以降お使いください。

また、医療機関での受診時には、保険証と高齢受給者証を忘れずに提示してください。

■対象者 国保の加入者で、70歳以上75歳未満の人（ただし、老人医療受給者を除く）

■負担金 前年の所得で決まります。現在高齢受給者証を持つている人は17年中の所得により負担区分の判定を行い、一斉更新します。



あらたに2つの免除が 加わりました

国民年金には、所得が少なく、保険料を納めることが困難な場合に、一定の基準により保険料が免除される制度があります。

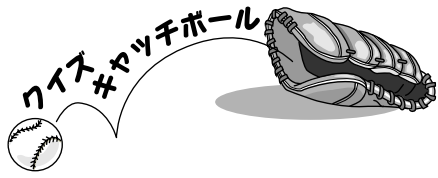
従来では、本人・配偶者及び世帯主の前年度の所得が一定の基準以下の場合、申請して承認を受けると、保険料の全額または半額が免除されましたが、平成18年7月から、4分の3免除と4分の1免除が加わります。

免除が承認された期間に係

る老齢基礎年金の年金額は、保険料を全額納めた場合と比べて減額されます。ただし、全額免除以外の免除の承認を受けた場合には、残りの保険料を納めないと同じ扱いになります。

保険料の免除の申請は原則として毎年必要です。ただし、全額免除については、翌年度以降分もあらかじめ申請（継続申請）することができ（失業等による理由を除く）。

今まで全額免除の承認を受けており継続申請をしていない方、半額免除の承認を受けていた方は、6月で承認期間が終わります。引き続き免除を希望する場合には申請が必要です。忘れずに役場の総務課住民係へ申請の手続きをしてください。



■もんだい

第33回敬老会が5月22日に開催されました。慶祝者の皆さんおめでとうございます。これからも元気に長生きしてください。

では問題です。今年昭和村で金婚を迎えたご夫婦は何組でしょうか？

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図書券500円分を差し上げます。▶締め切り＝6月30日(金)。▶発表＝7月号「広報しようわ」。▶答えは必ずハガキに書き、下記要領で応募してください。

こたえ	昭和村大字系三三八
住所(行政区も)	昭和村役場
氏名・年齢	企画課
TEL	広報統計係
投稿欄…広報でとりあげてほしいことや気がついたことなど書いてください。	

▷5月号のクイズの答えは、「76人」でした。応募総数は5通。当選者は次のとおりです(敬称略)。おめでとうございます。

- ★原 澤 くるみ (4歳) 鎌 沢
- ★星 野 瀬 菜 (3歳) 根 沢
- ★小 林 くるみ (16歳) 鎌 沢

広報文芸

俳句

春の川心つきつき山女釣り

横坂 庄三

暮参り供えし花に春一番

藤井三代子

わが齡三寒四温に振り廻され

金井 桑子

書院のみ残る旧家や初音きく

真下 章子

山桜色冴え冴えと山起す

杉木 哲二

SLが走るふるさと土筆摘む

花茂 喜右

稚児のごとさまよい友と土筆

つむ 林 町子

芽吹き初む一樹を植えて卒業

す 狩野 亀男

短歌

朝温泉に友と和めば硝子越し湯の面をきらめく陽光眩しく

林 みよ

短歌とは程遠けれど綴り来たり世の移ろひとわが人生を

和南城きの江

連れ添ひて行きては休み又行きし野路に蒲公英押し合ひて

川端 もと

咲く病む吾にチラシを見つつ夫は

言ふ「リポビタンDの安売りがあるよ」

林 マス

扇がれて紫蘇の実飛びひて冬越すもこまかく芽の出づ匂いをもちて

沢浦 芳枝

わづかなる空地に植ゑたるいちご苗孫等のつむ顔思ひて眺む

須藤 澄子

パソコンの指示もメールもきらきらと嗤ふが如き距離感をもつ

今井與兵衛

息に従きて馬鈴薯植つる孫三人裸足に踏みぬ雨後の黒土

堤 みゑ

肌身さす冬の寒さありてこそ花咲く春の温かきを知る

林 とみ子

くらしの 情報

広く村民の皆さんに呼びかけたいことがあります。たら、このページをご利用ください。

お知らせ

地上デジタルテレビ放送 完全移行のお知らせ

地上デジタル放送推進協会

地上デジタルテレビ放送は、2006年末までには、全ての都道府県庁所在地で開始されます。現行の地上アナログテレビ放送は、2011年7月24日までに終了します。

地上デジタルテレビ放送を視聴するには、①地上デジタル放送対応のテレビに買い換える②地上デジタルチューナーを買い足す③地上デジタル放送対応済みのケーブルテレビで視聴する、などの方法があります。

地上デジタルテレビ放送を視聴するには、①地上デジタル放送対応のテレビに買い換える②地上デジタルチューナーを買い足す③地上デジタル放送対応済みのケーブルテレビで視聴する、などの方法があります。

▼問い合わせ 受信相談：総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター
☎0570-07-010
1、視聴エリア：(社)地上デジタル放送推進協会
<http://www.d-pa.org>

不正改造は犯罪です

群馬運輸支局

不正改造車は、道路交通の秩序を乱すとともに、排気ガスによる大気汚染、騒音などの環境問題を引き起こす原因及び交通事故を誘発しかねない状況等社会的な問題となっています。

また、最近では、新規検査や予備検査を受けた後に燃料タンクを増設するといった不正な二次架装が社会問題となり、その排除が強く求められています。

皆様もぜひ、この機会に不正改造の防止についての理解を深めていただき、その排除にご協力ください。

なお、不正改造の主な例は、次のような改造です。

- 不正改造の例
- 灯火類の灯光の色を変更
- 運転者席・助手席の窓ガラス

スへの着色フィルム貼付け
○ディーゼル自動車排出する黒煙

○消音器(マフラー)の切断・取り外し

○タイヤ及びホイールの車体(フエンダー)外へのはみ出し

○荷台のさし枠の取り付け・燃料タンクの増設

○突入防止装置の切断・取り外し

○排気管の開口方向違反

○前面ガラス等への装飾板の装着

○基準外のウイングの取付

不正改造車に関する情報・相談・お問い合わせは、群馬運輸支局整備課 ☎027-263-4422まで。

募集

18年度警察官B

警察官A採用試験

沼田警察署

▼対象

警察官B 昭和51年4月2日から平成元年4月1日までに

生まれた人。ただし、学校教育法による大学(短期大学を除く)又はこれと同等と人事委員会が認める学校を卒業した人、又は平成19年3月までに卒業見込みの人は受験でき



おまわりさんからのお知らせ



夏期における水難事故防止

毎年夏期には、各地で水難事故が多発し、尊い人命が失われています。

事故を防止するため、次の点に注意してください。

○日頃から子供に「水の怖さ」を教え、河川や湖沼で泳ぐな

ど、危険な場所で遊ばないように注意しましょう。

○カヌーや水上オートバイなどの水上スポーツは、十分な装備で、周囲の安全を十分に確認するとともに、ルールやマナーを守りましょう。

第1・3土曜日は 公民館図書室へ

期 日	特 集
6月17日(土)	占いに夢中
1日(土)	夏休み旅行ガイド
7月15日(土)	〃

■時間 午前10時～午後2時

■小学生向けの特集

6月 雨の日に読む本

7月 真っ黒に日に焼ける本

■問い合わせ 村教育委員会

事務局 ☎24-5120

特設人権相談所

家庭内や隣近所のもめごとなどでお悩みの人は、ご相談ください。村人権擁護委員が相談に応じます。◆日時：7月7日（金）、午後1時30分～4時、◆会場：役場会議室。

健康相談

高血圧や糖尿病などでお悩みの人は、ご相談ください。役場保健師が相談を受けます。◆日時：6月30日（金）、午後1時～4時、◆場所：村保健センター☎24-5142。

こころの健康相談

「眠れない」、「イライラして落ち着かない」など、心に悩みを持つ人はご相談ください。専門家が相談に応じます。◆日時：7月7日（金）、午後1時30分～（事前に電話予約を）、◆会場：沼田保健福祉事務所☎23-2185。

女性相談センター

パートナーからの暴力やさまざまな悩みを持っている女性の相談や支援を行います。◆日時：平日午前9時～午後8時、土日祝日午後1時～5時◆相談専用電話☎027-231-4488

今・月・の・納・期

村県民税1期、介護保険料2期は6月30日（金）が納期です。完納にご協力ください。

わが村の人口

人口 7,888人 (-6)
 男 3,892人 (-2)
 女 3,996人 (-4)
 世帯数 2,229人 (+5)
 ※ ()内は前月比
 6月1日現在(住民基本台帳人口)

ません。
警察官A 昭和51年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学（短期大学を除く）又はこれと同等と人事委員会が認める学校を卒業した人、又は平成19年3月31日までに卒業見込みの人。
 ▼受付期間 7月18日（火）～8月4日（金）
 ▼願書配布場所 沼田警察署、各交番・駐在所
 ▼1次試験 9月17日（日）
 ▼問い合わせ 沼田警察署☎22-0110

園芸教室参加者募集

◆ネットワークしようわ
 ▼内容 園芸教室（ハンギングバスケット）、終了後にバーベキュー
 ▼日時 6月18日（日）午後

個人向け普通救命講習会を開催

◆利根沼田広域消防本部
 突然のけがや病気で、呼吸や心臓が止まった人を目の前にしたとき、あなたは正しい応急手当が出来ますか？
 利根沼田広域消防本部では、人工呼吸、心臓マッサージやAEDを使用した除細動、止血の方法など、平成18年第2回個人向け普通救命講習会を開催します。

2時から
 ▼場所 星野ナーセリー
 ▼会費 3,000円（材料費、講師料）
 ▼用意するもの 軍手、エプロン
 ▼申込 諸田郁夫090-2627-0298、星野昌司090-2240-6573

この機会に是非受講していただきたいときに備えましょう。
 講習は無料で、受講者には普通救命講習修了証が交付されます。
 ▼日時・場所 8月20日（日）午前9時～12時 中央消防署
 ▼定員 20人
 ▼申込場所 もよりの消防署で午前8時30分～午後5時まで受付（電話申込可。土・日・祭日も受け付けます）
 ▼申込締切 実施日の2日前または定員になりしだい締め切ります。
 ▼申込・問い合わせ 中央消防署 ☎24-1734
 訂正とお詫び
 広報5月号・P7の昭和の湯に関する記事で問い合わせ先電話番号が間違っていました。正しくは20-1126です。
 訂正してお詫びいたします。



うぶごえ

☐お誕生おめでとうございます。

5月届出分

中宿・加藤 智裕くん
 久美子さんの子4月18日生
 根岸・倉澤 優来くん
 智美さんの子5月1日生
 松ノ木・古川伊武紀くん
 平第一さんの子5月13日生
 喜美子さんの子5月13日生
 入原上・堤 陽彩ちゃん
 裕紀史さんの子5月16日生
 宿・大谷 里桜ちゃん
 光美一さんの子5月19日生
 宿・加藤 基嵩くん
 美伸 恵明さんの子5月21日生

おくやみ

■ごめい福をお祈りいたします。

宮貝戸・関上 文雄さん 73歳 4月30日没
 追分・河村 隆二さん 91歳 4月30日没
 下宿・須田 只雄さん 81歳 5月13日没
 吹張・林 文子さん 57歳 5月22日没
 池原・狩野とみ子さん 73歳 5月22日没
 滝寺・飯塚 政一さん 78歳 5月25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。

追分・新井 陽大くん
 春健美一さんの子5月22日生