

## 学校給食を食べてみませんか

給食を食べながら 考えましょう 語り合しましょう  
子どもたちの食と健康を！ 学校と家庭そして地域で！

- 日 時 平成24年9月28日(金)  
12時から1時
- 場 所 高山小学校 1階 会議室
- 費 用 260円(当日集金します)
- 申し込み 高山給食センター 佐藤まで  
電話(63-2811)でお申し込みください。  
※2学期から申し込み場所が変わりますので、よくご確認ください。
- 締め切り 9月21日(金)まで  
※先着20名とさせていただきます。  
※事前に食材の準備をする都合上、欠席すると代わりの方の出席をお願いするか代金をいただくこととなりますがよろしくお願ひ致します。

### お知らせ

1時から2時まで『校長室開放』を実施していますので、お気軽にお出かけください。



### 予定献立

- ・栗ご飯 ・牛乳 ・鮭の紅葉焼き
- ・胡麻和え ・秋野菜の煮物
- ・みたらしだんご

2学期最初の試食会のメニューは十五夜の行事食です。旬の食べ物をふんだんに使ったメニューで、デザートには月見団子を模したみたらし団子を予定しています。  
どなたでもご参加いただけますので、お気軽におこしください。

行政区	300円未満	300円以上	500円以上	1000円以上	2000円以上	3000円以上	5000円以上	計
原	102	8	7	2				119
本宿	20,301	2,400	3,500	2,000				28,201
新田	99	2	7	5	2	1		116
五領	19,800	600	3,500	5,000	4,000	3,000		35,900
判形	121	6	18	9	2			156
役原	24,200	1,800	9,000	9,000	4,000			48,000
関田	63	1	10	1				75
戸室	12,600	300	5,000	1,000				18,900
火の口	157	9	18	8	2	1		195
北之谷	31,400	2,700	9,000	8,000	4,000	3,000		58,100
熊野	48	3	3	2				56
梅沢	9,600	900	1,500	2,000				14,000
茶屋ヶ松	63	1	6	1		1	1	73
合計	12,650	300	3,000	1,000		3,000	5,000	24,950
	51	1	6	4		2	1	65
	10,200	300	3,000	4,000		6,000	5,000	28,500
	31		1	2				34
	6,200		500	2,000				8,700
	39	2	2	2				45
	7,800	600	1,000	2,000				11,400
	52		1	3				56
	10,400		500	3,000				13,900
	71							71
	14,200							14,200
	20		1					21
	4,000		500					4,500
	917	33	80	39	6	5	2	1,082
	183,351	9,900	40,000	39,000	12,000	15,000	10,000	309,251

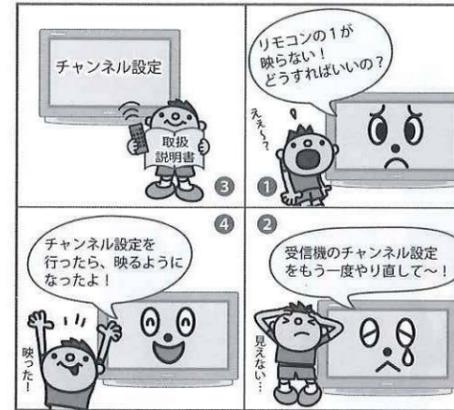
7月中に実施しました「社会を明るくする運動募金」は、村民皆様の善意とご協力により、総額309,251円集まりました。  
尊い募金は、群馬県社会を明るくする運動実施委員会を通じて、青少年健全育成活動費として役立てられます。  
募金の内訳につきましては、左記のとおりです。皆様のご協力ありがとうございました。

## 社明募金のご協力ありがとうございました

## NHKからの重要なお知らせ

群馬県内・県外で群馬の県域放送をご覧の皆様へ

## チャンネル設定のお願い



群馬の県域放送をご覧の場合、**10月27日(土)**朝の放送開始から、NHK総合(リモコン番号1)が**映らなくなる可能性があります。**

詳細は、先日、NHKから群馬(栃木)県内の皆様へお送りした「チャンネル設定のお願い」という封書で説明していますのでご確認ください。または、下記の相談窓口までお問い合わせください。

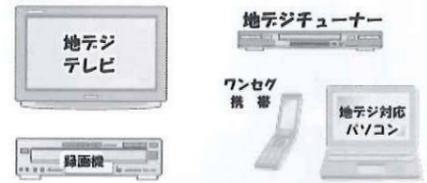
### テレビで

NHK総合が映らなくなった場合は、10月27日以降「チャンネル設定(初期スキャン)」を行うことで元通りご覧いただけるようになります。

### 録画機※1で

10月27日以降のNHK総合番組を録画予約する場合は10月27日以降に「チャンネル設定(初期スキャン)」を行った後、録画予約を行ってください。  
〔10月27日以前に録画予約した場合は、取り消してからもう一度録画予約を行ってください。〕

テレビ、録画機※2の他に地デジチューナー、地デジ対応パソコン、ワンセグ携帯等も対象となります。



(※2) 録画機とはDVDレコーダー、ブルーレイレコーダー等です。

ご不明の点は、こちらまでお気軽にご相談ください

## NHK北関東受信相談センター

ナビダイヤル **0570-071-071** (午前9時~午後8時※3・年末年始は除く)

◆IP電話等、ナビダイヤルが繋がらない場合: **050-3786-0071**

(※3) 10/27(土) 放送開始~24時、28日(日) 0時~24時、29日(月) 0時~22時まで受付。

## 「法律相談会」実施

群馬弁護士会主催による一斉無料法律相談会を実施いたします。

サラ金・ヤミ金等でお困りの方、相続の問題や離婚等で弁護士のアドバイスが欲しい方、交通事故に遭われてお困りの方、土地の境界でもめている方等に正確適切な法律的アドバイスを差し上げます。

相談をご希望される方は、次により法律相談会を実施いたしますのでご利用ください。

○日時 平成24年10月1日(月) 午後1時から4時まで  
相談時間1人約30分

○場所 高山村役場2階会議室

○費用 無料

○申込方法 相談を希望される方は、事前予約が必要です。予約のない方や当日予約の方の受付はいたしませんので注意して下さい。詳しくは役場総務課までご連絡下さい。

☎63-2111  
秘密は厳守いたします。お気軽にお申し込み下さい。

国民年金

口座振替の「早割」がお得で便利！



国民年金保険料は忘れずに納めましょう

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

国民年金の「第1号被保険者（農業や自営業者、学生など）」は、月額14,980円の保険料を納めなければなりません。

減額になったり、年金が受けられなくなる場合があるばかりか、万が一の事故などで障害者になったときの障害年金や、一家の支え手が亡くなったときの遺族年金が受けられなくなる場合があります。

納め忘れていた方は早めに納めましょう。

保険料の納付には口座振替の「早割」がお得で便利です。ぜひご利用ください。これは、口座振替の指定日を納付期限より1カ月早めることで、1カ月当たりの保険料が50円割引になる制度です。また、一度手続きをすれば、その後は毎月の保険料が指定の預貯金口座から定期的に引き落とされるので、納め忘れの心配もありません。

この「早割」制度を希望される方は、①預貯金通帳、②預貯金通帳届出印、③基礎年金番号が分かるもの（年金手帳、国民年金保険料納付書など）を持参のうえ、金融機関または年金事務所へお申し出ください。

・ 洪川年金事務所 国民年金課（☎0279・22・1607）

第3号被保険者は配偶者の転職や退職等によっても届け出が必要です

国民年金の「第3号被保険者（厚生年金や共済年金に加入している配偶者に扶養されている20歳以上60歳未満の人）」は、本人が就職したときだけでなく配偶者が転職・退職したときなどにも届け出が必要になります。

- 配偶者が退職したとき  
（3号から1号へ：本人が市役所・町村役場へ届け出）
- 配偶者が転職したとき（退職した翌日に再就職したとき）  
（3号の種別確認：転職後の勤務先事業所から年金事務所へ届け出）
- 配偶者が死亡したとき  
（3号から1号へ：本人が市役所・町村役場へ届け出）
- 本人の収入増、離婚などにより、配偶者の扶養でなくなったとき  
（3号から1号へ：本人が市役所・町村役場へ届け出）
- 配偶者が65歳になったとき  
（3号から1号へ：本人が市役所・町村役場へ届け出）

くわしくはお近くの年金事務所にお問い合わせください。  
・ 洪川年金事務所 国民年金課（☎0279・22・1607）

9月は健康増進及び食生活改善普及月間です

国では、「健康寿命をのぼそう」のもと、「野菜不足の解消」を目標にあげています。日本人は、毎日約250g位の野菜を食べています。生活習慣病予防の観点である350gにはあと100g足りません。トマトなら半分、野菜炒めなら半皿、温野菜なら1皿を食事が充実している夕食ではなく、朝食や昼食でプラスするのがコツです。  
高山村のおいしい旬の野菜を1日5皿食べて、生活習慣病予防を心がけましょう。

納税等

★印が9月に納めていただく税等です。

	村県民税	固定資産税	軽自動車税	保険税	国民健康保険料	介護保険料	後期高齢者医療保険料	使用料	上下水道
4月			●						
5月		●							●
6月	●								
7月		●			●	●	●		●
8月	●				●	●	●		
9月					★	★	★		★
10月	●	●			●	●	●		
11月					●	●	●		●
12月					●	●	●		
1月	●	●			●	●	●		●
2月					●	●	●		
3月					●	●	●		●

税金は 社会を支える あなたの会費