

# 健康ガイド 9月

■対象：全域 申し込み・問い合わせ 健康課保健係☎内線76204、健康課予防係☎内線76207

| 種目                    | 実施月日         | 受付時間              | 対象者など                                      | 場所       |
|-----------------------|--------------|-------------------|--|----------|
| 市民献血                  | 9月2日(水)      | 午前10時～正午          | 16～69歳(65歳以上の人は、60から64歳までの間に献血経験がある人に限ります) | 利根支所     |
|                       |              | 午後2時～4時           |  | 白沢創作館    |
| にこにこ健康相談              | 9月4日(金)      | 午前10時～11時30分      | 保健師・栄養士の個別相談<br>○食事相談や体脂肪率・血圧測定など          | 市役所市民ホール |
| 禁煙相談                  | 月～金曜日(祝日を除く) | 午前8時30分～午後5時(予約制) | 効果的な禁煙方法を紹介<br>○禁煙意志がある喫煙者とその家族など          | 保健福祉センター |
| 母子健康手帳交付<br>マタニティセミナー |              | 午前8時30分～11時30分    | 妊娠届出書を持参してください                             |          |
|                       | 9月はお休みです     |                   |  |          |

問い合わせ 高齢福祉課介護予防係(東原庁舎内)☎内線77271・77272

|          |          |              |           |            |
|----------|----------|--------------|-----------|------------|
| ふれあい健康相談 | 9月9日(水)  | 午前10時～11時30分 | 血圧測定・握力測定 | ふれあい福祉センター |
| すこやか健康相談 | 9月10日(木) | 午後1時30分～3時   |           | 白沢健康福祉センター |

申し込み・問い合わせ 沼田市地域包括支援センター・高齢福祉課介護予防係(東原庁舎内)☎21112(直通)

|           |         |          |   |          |
|-----------|---------|----------|---|----------|
| 認知症まるごと相談 | 9月8日(火) | 午前9時30分～ | 専門相談員の個別相談<br>○もの忘れなどの悩みや不安<br>※定員2人で1人1時間(要予約) | 保健福祉センター |
|-----------|---------|----------|---|----------|

■対象：全域 問い合わせ 健康課保健係☎内線76202

|      |         |          |               |                     |            |
|------|---------|----------|---------------|---------------------|------------|
| 健康診査 | 4カ月児    | 9月30日(水) | 午後1時～1時30分    | 平成27年5月生まれ          | 保健福祉センター   |
|      | 10カ月児   | 9月15日(火) |               | 平成26年11月生まれ         |            |
|      | 1歳6カ月児  | 9月2日(水)  | 午後1時～1時45分    | 平成26年1月24日～2月19日生まれ |            |
|      | 2歳児歯科   | 9月24日(木) | 午後0時45分～1時30分 | 平成25年8・9月生まれ        |            |
|      | 3歳児     | 9月3日(木)  | 午後0時45分～1時30分 | 平成24年5月25日～6月25日生まれ |            |
| 育児相談 | エンゼルクラブ | 9月4日(金)  | 午前9時30分～11時   | 乳児(1歳未満)            | 利根健康福祉センター |
|      | わんぱくクラブ | 9月はお休みです |               |                     |            |
|      | こあらクラブ  | 9月10日(木) | 午前10時～11時     | 乳幼児                 |            |

## ぬまた 歴史 探訪 109

戦国時代より現れた名門真田家であるが、沼田治世は91年と短く、沼田では城址の一部などにその面影を伝えるにとどまり、大きな野望や足跡は見えない。だが、目線を変え、領地を俯瞰してみると奥深く、幅のある施政の一端が見えてくる。宿場造り、そして用水開闢などである。五代にわたり、大小の用水を百以上も領地に開き、新田開発したといわれるが、その流れは現在も多く使われ、脈々と続いている。

発知川の「反り」と呼ばれる中発知町地区より、発知新田町や下発知町の西方山沿いを通り、岡谷町や戸神町方面に至る岡谷用水は、五代藩主伊賀守信利が寛文2(1661)年起工したといわれ、水田の灌漑と飲料水に使われた。岡谷町から下発知町へ向かう阿難坂の左側に、用水路が見られ、坂の岡谷側に戸神町への分水路も築かれている。

今も大事に利用される、取水口の名残は心を打つものがあり、こんこんと流れる悠久の営みに、水の力強さや大切さが伝わってくる。そして、南前方に阿難の尾根を見ると、あの山を越えるため、取

り入れ口をこの位置までもってきた先人の見識の高さ、知恵に頭が下がる。同時期に築かれたといわれる奈良用水は、発知川の「御五位淵」より東方山沿いを、蘭地区を経て奈良町まで結ぶ用水である。取水口には、東側の岩盤を掘り抜き、備えられた水路の趣は変わっているが、山裾を縫うように進む流れは力強く、青々と広がる奈良町の田に分水して流入する水色は喜ばしい。新田開発で、執拗に石高を上げようとした信利のたくらみは結果、領民を苦しめるものとなり領地を失うこととなってしまいが、真田氏の強烈な領地作りが、今日の利根沼田の基盤を成したことは否めない。「真田丸」に先んじ、寺社建立、宿、用水など真田氏の施策を探る。大事な取り組みではあるまいか。



## 募集

### 国際交流協会「玉原高原ハイキングと交流会」を開催します

玉原の自然に触れながら、外国人の皆さんとの交流を深めませんか。湿原散策後、バーベキューを楽しみます。

とき 8月23日(日) 午前8時30分(市役所玄関前集合)

定員 60人(ハイキングは30人、先着順)

※自家用車でのハイキング参加は定員を超えても可能です

参加費 会員1000円、一般1200円、外国人700円、小学生以下500円

申し込み 8月14日(金)までに参加費を添えて国際交流協会事務局へ

問い合わせ 国際交流協会事務局(企画課内)☎内線3223

## 相談

### 自死遺族相談

ここらの健康センターでは、大切な家族を自死で亡くした遺族同士が安心して思いを打ち明けられる場所を用意しています。

とき 毎月第1火曜日9時～正午

ところ ここらの健康センター(前橋市野中町368)

対象者 家族を自死で亡くした人

※相談を受けた人は、月1回の交流会にも参加できます

問い合わせ ここらの健康センター ☎027(263)1156

### 放射線量測定結果 (7月16日)

| 測定地点   | 測定値(単位：マイクロシーベルト/時間) |        |         |
|--------|----------------------|--------|---------|
|        | 地表0cm                | 地表50cm | 地表100cm |
| 市役所本庁舎 | 0.08                 | 0.07   | 0.07    |
| 利南公民館  | 0.06                 | 0.07   | 0.05    |
| 池田公民館  | 0.08                 | 0.08   | 0.08    |
| 薄根公民館  | 0.09                 | 0.07   | 0.08    |
| 川田公民館  | 0.07                 | 0.06   | 0.05    |
| 白沢支所   | 0.06                 | 0.06   | 0.06    |
| 利根支所   | 0.09                 | 0.09   | 0.08    |

■除染の対象となる基準値 0.23マイクロシーベルト/時間  
■測定に使用した機器 日立アロカ製 シンチレーションサーベイメータ TCS171-B  
■測定者 市環境課職員  
■問い合わせ 環境課環境係(東原庁舎内)☎内線77372

### 市の行政情報をお届けしています

地域の情報を満載した「FM放送」です。ラジオのダイヤルを合わせてお聴きください。

沼田 シティ インフォメーション

月～金 午前8:00～8:10  
午後6:00～6:10

土・日 午前10:00～10:10  
午後2:00～2:10

FM OZE 76.5 MHz

問い合わせ 秘書課広報広聴係☎内線3225

### 群馬沼田総合法律事務所

群馬弁護士会所属 弁護士 中嶋 歩 積

弁護士特約について  
ご加入の自動車保険に弁護士特約が付帯している方も多いのではないのでしょうか。これは、ご自身が自動車事故被害等にあったときの弁護士費用を保険でカバーするものです。交通事故被害に遭われた方は、特約の有無を確認してはいかがでしょうか。

相談のご予約・問い合わせ 0278-25-4500 (9時から18時まで受付)

### 道の駅「白沢」 こども夕市

8月8日(土) 午後2時～午後5時まで

先着200名様に花火セットをプレゼント!

午後2時～(受付開始1時30分より) こども宝探し大会

午後3時～ 水ヨーヨー釣り

午後3時～ 流しそうめん体験

午後4時～ スイカ割り大会

お問合せ 白沢高原温泉 望郷の湯 沼田市白沢町平出1297 Tel:0278-53-3939

### とねしんのローンカード

《きゃっする500キャンペーン好評受付中!》 Face to Face

【キャンペーン期間：平成27年9月30日まで】

主婦、パート、アルバイトの方もOK!

キャンペーン期間中に新規ご契約の方に LAZYSUSAN コラボオリジナルグッズプレゼント!

利根郡信用金庫

※詳しくは、お近くのとねしん窓口または担当者まで、お気軽にご相談ください。