

広報 ぬまた

7

JULY 2009
No.779

今月の納税など

固定資産税・都市計画税 2 期
国民健康保険税(普通徴収) 4 期
国民年金保険料 6月分
上下水道使用料 2 期
納期限 7月31日(金)

六月十七日(水)、利根沼田区域消防本部でミニ消防車の完成披露会が行われ、桜ヶ丘保育園の園児が試乗しました。ミニ消防車は、ゴルフカートを消防職員が休日などに改造を行い、約一カ月を掛けて完成させました。今後、防火・防災イベントに出動し、子どもたちの火災予防意識の向上のため、活躍します。

ミニ消防車が完成



シリーズ 36

ぬまた歴史探訪

じっそういん からもん ひてん
実相院の唐門と飛天 (屋形原町)



昔より3万5千石が沼田城主の格式といわれる中、実相院は10万石の格式を誇った名刹である。日光を開いた勝道上人が、平安時代の延暦年間(794-804)に子持山を背にする景勝の地に一庵を開創した実相坊がその前身という。従って、住職の乗った御駕籠など珍しい寺宝が多い。鎌倉時代初頭に中国から入った唐破風と呼ばれる屋根を前後に付けた唐門(写真①)、円柱の四脚門で主要部はケヤキの白木造り、随所に唐草絵様の彫刻、江戸中後期の建造と推定される。古刹の玄関に似つかわしい。本堂の内陣と外陣境の欄間に天上界で音楽を奏でるといわれる飛天が、中央の龍を挟み極彩色の美しい姿を見せる。雅楽でも使われる「笙」と呼ばれる管楽器を吹く飛天(写真②)は、大きな翼を持つ姿で舍利の上を舞う。花の香をにおわせ、天より舞い降りたかの飛天(写真③)は、シンバル状の2枚1組の「鉞」という打ちものの仏具を鳴らす姿である。彫刻の裏面に宝暦9(1759)年などの年号と施主名があり、これらの彫刻が先人の供養のために造られたことが分かる。(沼田市文化財調査委員：金井竹徳)



6月21日 プナ幼木移植・自然観察会(玉原高原)

みんなの手で森をつくろう

6月の環境月間に合わせ、初夏の玉原高原で行われた「プナの移植・自然観察会」。利根沼田自然を愛する会が主催し、今回で9回目を迎えた催しには、市民や尾瀬高校の生徒などおよそ30人が参加。梅雨空の下、自然の大切さを学びました。

今月の主な内容

- 沼田まつり・夏休みイベント情報■2-3
- 国民健康保険税・長寿医療制度・年金■4-5
- 犬や猫を正しく飼いましょう・下水道・職員募集■6-7
- 消防ポンプ操法競技会結果・親子施設見学会・食育教室■8-9

森林文化都市 沼田

http://www.city.numata.gunma.jp/

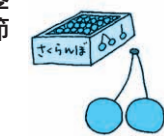
「広報ぬまた」発行/沼田市役所 〒378-8501 群馬県沼田市西倉内町780 ☎0278-2111 FAX0278-21179 毎月1日発行 編集/秘書課 印刷/利根印刷所

人のうごき

平成21年5月31日現在(住民基本台帳による)
()内は前月比
人口: 53,728人(-5人) 男: 26,040人(-10人)
女: 27,688人(+5人) 世帯: 20,051(±0)

編集後記

果物の季節
今年も、沼田に果物の季節がやってきました。六月十二日(金)には、サクランボ園の開園式におじゃまして、一足早く甘酸っぱい初夏の味覚をいただいできました。この後は、七月初旬ごろからブルーベリー、プラム、九月には、ブドウやリンゴなど、そのほかにも次々と旬の「みどり」が登場してきます。豊かな自然に囲まれたこの地域は、四季を通じて魅力がいっぱいです。家族で、友だち同士で旬の時間を楽しみましょう。



夏休みイベント情報

たんばらラベンダーパークがオープン



たんばらラベンダーパークが、6月27日(土)にオープンしました。7月中旬から5万株のラベンダーが本格的な見ごろを迎えます。リゾートセンターでは「第12回玉原高原と沼田の四季フォトコンテスト入選作品展」を開催しています。

開園期間 8月30日(日)まで
入園料 1,000円(小学生以下無料)

夏山リフト

大人(中学生以上) 片道450円、往復700円
小学生 片道350円、往復600円(未就学児無料)
市民優待券をご利用ください

今年も区長を通じて、たんばらラベンダーパーク市民優待券(入園券4枚つづり)を各世帯1枚ずつ配布します。

たんばらラベンダーパーク行きバス運行のご案内

市では、沼田駅・たんばらラベンダーパーク間の一般乗り合いバスを運行します。西倉内町交差点北側に停留所を設置し、北回り環状線を通りラベンダーパークを経由し、玉原センターハウスを終点としています。

行き先表示 たんばらラベンダーパーク行き
運行日 7月4日(土)から8月23日(日)までの毎日
運行時刻

沼田駅発→たんばら着	たんばら発→沼田駅着
9:35 10:25	10:40 11:30
12:15 13:05	13:10 14:00
14:10 15:00	15:10 16:00
16:15 17:05	17:10 18:00

運賃(片道) 大人1,000円、小人500円

詳しいことは、商工観光課観光リゾート係☎内線3254へ。

第16回 白沢ふるさとまつり



とき 7月26日(日)午後2時~4時
ところ 道の駅「白沢」内おまつり広場
内容 町内各地区みこしの共演、地域特産物や飲食物の提供など楽しいイベントが盛りだくさんです
詳しいことは、白沢町総務課総務振興係☎内線63へ。

7月11日(土)午後1時オープン

みんなで行こう 市民プール



利用時間 月~金曜日は、午前11時~午後5時/
土・日曜日、祝日と7月21日(火)~8月24日(月)は、午前10時~午後5時

無料開放日

▼7月11日(土)午後1時~5時
▼8月9日(日)の市民体育大会(水泳の部)終了後
詳しいことは、市民プール管理事務所☎③7373、または体育課(市民体育館内)☎④9444へ。

8月3月4火5水 沼田まつり

沼田商工会議所☎③1137、商工観光課商業振興係☎内線3252、3253



◎ボランティアを募集

来場者・参加者の接待、放送案内など、お祭りの運営をお手伝いいただける人を募集します。

日時 まつり期間中の①午後3時~6時、②午後6時~9時

※都合のつく日、時間だけでも可能です
※後日、説明会を行います

申し込み 7月8日(水)までに、沼田商工会議所、または商工観光課へ

◎天狗みこしの担ぎ手を募集

「今までに担いだことがない」というあなたも大歓迎です。祭り支度をした女性ならどなたでも参加できます。支度のない人には法被と帯の貸し出しもありますので、奮ってご参加ください。

申し込み 沼田商工会議所、または商工観光課へ

沼田まつりの行事日程や交通規制区域、臨時駐車場などは、後日の新聞折り込みチラシをご覧ください。

◎臨時駐車場

今年も関係者の皆様のご協力により臨時駐車場の設置を予定しています。交通規制範囲に隣接する沼田小学校校庭やグリーンベル21駐車場は混雑が予想されますのでご理解をお願いします。

東方面 十王公園、JA利根沼田駐車場、市役所東原庁舎駐車場、保健福祉センター駐車場、市民体育館駐車場、文化会館駐車場、利根信本店駐車場

西方面 裁判所駐車場、沼田公園グラウンド、沼田小学校校庭、グリーンベル21駐車場、サンモール鍛冶町店第2駐車場

※駐車場の事故、盗難などには責任を負いませんので、各自ご注意ください

◎露店の出店にご協力を

今年の露店は、倉内通りと原町通りの北側に出店を予定していますので、出店区域に当たる関係者のご協力をお願いします。

◎おまつり広場(歩行者天国)

8月3日(月)から5日(水)の午後1時30分から10時まで「おまつり広場」を設置します。この間、市街地の大幅な交通規制が行われ、車両の混雑が予想されます。車の利用はできるだけ避けるなど、皆様のご協力をお願いします。

本町通り 下之町・笹屋ホテルから上之町・宮崎質店まで

倉内通り 西倉内町・あけぼの食堂から材木町・かどくわまで

材木町通り 材木町・池田屋からホテルベラヴィータまで

原町通り 材木町・メガネの板垣から東原新町・JA利根沼田まで

坊新田通り 下之町・イシザワから坊新田町・生方商店まで

中央通り(午後6時から交通規制) 下之町・グリーンベル21から材木町・桑寿園茶舗まで

みんながわくわく

国民健康保険

保険税は納期までに

国民健康保険税は、国民健康保険で負担すべき医療費から、国・県の補助金などの歳入を見込んだ残りの額を、医療分、後期高齢者支援分と介護分の所得割額、資産割額、均等割額と平等割額に分けて税率を定めています。このうち、医療分、後期高齢者支援分の所得割額は世帯の国保加入者の前年分の総所得金額を、介護分は四十歳から六十四歳までの人(第二号被保険者)の前年分の総所得金額を基に算定しています。

しますので、各納期限までに納めてください。納税通知書は、九期間使用することになりますので、大切に保管してください。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

医療分保険税の税率 保険税額→所得割額+資産割額+均等割額+平等割額の合計

区 分	税 率(額)	
	医療分	後期支援分
所得割額	世帯内の加入者の所得に応じて計算 4.9%	1.5%
資産割額	世帯内の加入者の資産(土地・家屋)に応じて計算 21.0%	6.8%
均等割額	世帯内の加入者の人数に応じて計算 23,200円	7,200円
平等割額	1世帯につきいくらと計算 21,800円	7,000円
課税限度額	保険税額が課税限度額を超えた場合は、限度額に抑えられます 47万円 12万円	

介護分保険税の税率 保険税額→所得割額+資産割額+均等割額+平等割額の合計

区 分	税 率(額)	
	所得割額	世帯内の第2号被保険者の所得に応じて計算 1.2%
資産割額	世帯内の第2号被保険者の資産(土地・家屋)に応じて計算 6.7%	
均等割額	世帯内の第2号被保険者の人数に応じて計算 9,300円	
平等割額	第2号被保険者のいる世帯、1世帯につきいくらと計算 5,600円	
課税限度額	保険税額が課税限度額を超えた場合は、限度額に抑えられます 10万円	

七月の通知額は、確定した年税額から仮算定(四月から六月まで)です。課税した税額を差し引いたもので、その差額を七月以降の納期に分けて納めていただくこととなります。

納税通知書は、四期から十二期までの九期分をまとめて通知

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

七月の通知額は、確定した年税額から仮算定(四月から六月まで)です。課税した税額を差し引いたもので、その差額を七月以降の納期に分けて納めていただくこととなります。

納税通知書は、四期から十二期までの九期分をまとめて通知

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

長寿医療制度(後期高齢者医療制度) 被保険者証の更新

八月一日から「後期高齢者医療被保険者証」が新しくなります。新しい保険証は茶色で、緑色の封筒に入れて、七月中に郵送します。新しい保険証の有効期限は、八月一日から来年七月三十一日までとなります。

また(三割)が記載されています。この割合は、前年中の所得と収入により決められます。八月から医療機関などで受診するときには、新しい保険証を窓口にて提示してください。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

定額給付金の現金支給についてお知らせします

定額給付金は、皆さんからの申請により口座振り込みで支給をしていますが、金融機関に口座を持っていない人を対象に現金支給による受け付けを開始します。

- 申請手続き
郵送済みの申請書に記載されている事項を確認し、所定の事項を記入、押印の上、添付書類と一緒に提出してください。
- 添付書類
申請者の公的身分証明書(運転免許証、パスポート、健康保険証、年金手帳など)の写し
- 提出方法
申請書、添付書類、印鑑を持参の上、市役所企画課、白沢町・利根町総務課の窓口にお越しください。
申請内容などを確認の上、現金により定額給付金を支給します。
- 申請受け付け
現金支給の申請は、7月22日(水)から受け付けます。申請期限は、10月6日(火)までですので、忘れずに申請してください。
詳しいことは、企画課企画係☎内線3222へ。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。

納税義務者は世帯主です。国保に加入していない世帯主でも、その世帯内に国保の加入者がいる場合は、世帯主が納税義務者となります。



二十歳になったら必ず国民年金に加入しましょう

日本に住む二十歳以上六十歳未満の人は、全員が国民年金に加入しなければなりません。学生も、二十歳になれば国民年金に加入することになります。

日本に住む二十歳以上六十歳未満の人は、全員が国民年金に加入しなければなりません。学生も、二十歳になれば国民年金に加入することになります。

犬や猫を正しく飼いましよ

犬・猫などのペットもあなたの家族です。家族の一員として終生飼うことが飼い主の責任です。

また、他人に迷惑を掛けないように次のことに注意し、責任を持って飼いましよ。

○犬を放し飼いにしないで！
犬は、昼夜を問わず吠えずに飼うか、おりの中で飼いましよ

う。散歩の時も、リード(引き綱)は必ず付けましよ。

○散歩のマナーを守り、環境美化に努めましよ！
散歩のときは、袋やシャベルを携帯し、「ふん」は必ず持ち帰りましよ。

○鳴き声・悪臭にご用心！
無駄吠えをしないようにしつけましよ。ストレスがたまる

と、鳴き声などで周りの人に迷惑を掛けることがあります。ストレスがたまらないよう適度な運動をさせましよ。

また、飼っている場所を清潔にするように心掛けましよ。

○犬・猫を捨てないで！
捨てることのないよう、生活状況を考慮してから飼いましよ。子犬・子猫が生まれても育て



ることができないと分かっているときは、小さな命を大切に、不幸な動物を増やさないためにも飼い主の責任で避妊・去勢手術を受けましよ。

は、「動物の愛護及び管理に関する法律」により処罰されます。※動物をみだりに殺し、または傷つけた者は、一年以下の懲役または100万円以下の罰金、捨てた遺棄者は、50万円以下の罰金
どうしても飼えなくなった場合は、責任を持って新しい飼い主を見つけてましよ。
詳しいことは、健康課予防係 ☎内線76207、白沢町市民課保健福祉係 ☎内線33、利根町市民課保健福祉係 ☎内線42へ。

下水道への積極的な接続をお願いします

環境にやさしい下水道

下水道は、皆さんの快適な生活環境を確保し、住みよい街づくりの基盤となると共に、河川などの水質汚染を防ぎます。

水洗化は3年以内に

下水道が使用できるようになった区域では、3年以内にくみ取り便所を水洗便所に改造することが、また、浄化槽を使用している場合は、速やかに下水道に接続することが、建物所有者に義務付けられています。

家屋の新築以外で市から水洗便所改造資金を借り入れる場合は、実際に掛かる金額以内で、かつ、工事1件につき40万円以内の無利子の貸し付けを受けられます。

申し込みは指定工事店へ

市の指定工事店は、排水設備の申請や、資金借入の申請書類の手続き、施工までを市の指導と検査を受けながら責任を持って行います。

切り替えをされていないご家庭は、できる限り早めに切り替え工事をご検討ください。

詳しいことは、上下水道課営業係 ☎8811へ。

7月から化粧品びんは資源として回収します

これまで、化粧品のびんは、一般的なびんと素材が違うものが多く、一緒にリサイクルすることが困難であったため、燃やせないごみとして回収してきました。

しかし、最近では一般的なびんと同じ素材に変更され、資源としてリサイクルすることが可能となりました。

このため、本市(利根町を除く)でも今年7月から化粧品びんを資源として回収しますので、ご協力をお願いします。ただし、乳白色のびんは除きます。

○化粧品びんの出し方

水で軽くすすいでから、資源の日に茶色・無色・その他それぞれのびんのコンテナに出してください。

環境生活課廃棄物係 ☎内線77374

市職員を募集します

市では、来年四月一日に採用する職員を募集します。

募集職種および受験資格

一般事務職 4人程度
一般事務職(身体障害者対象) 1人

保育士職 2人程度

▽一般事務職

大学卒業程度 昭和57年4月2日以降に生まれた人で、大学を卒業した人(来年3月卒業見込みの人を含む)

短大卒業程度 昭和59年4月2日以降に生まれた人で、短大、または一定要件を満たす専修学校、各種学校を卒業した人(来年3月卒業見込みの人を含む)

高校卒業程度 昭和61年4月2日以降に生まれた人で、高等学校を卒業した人(来年3月卒業見込みの人を含む)、または大学入学資格検定(大検)に合格した人

▽一般事務職(身体障害者対象)

昭和47年4月2日以降に生まれた人で、次の①から③のいずれか

①身体障害者手帳の交付を受け、その障害の程度が1級から6級の人

②自力により通勤ができ、かつ介助者なしで事務職として職務遂行が可能な人

③介助者なしに10ポイント程度の活字印刷文による筆記試験と口頭による面接試験に対応できる人

▽保育士職

昭和59年4月2日以降に生まれた人で、保育士資格のある人、または来年3月31日までに取得見込みの人 ※いずれも日本国籍を有し、地方公務員法第16条の欠格事項に該当しない人

試験の方法および日時・場所

第一次試験

とき 9月20日(日)午後0時30分集合、1時開始

ところ 保健福祉センター4階多目的ホール

試験科目
一般事務職 教養試験
保育士職 専門試験

利根沼田広域市町村圏振興整備組合の職員を募集します

募集職種(勤務内容)

一般職(広域行政に係る一般事務に従事) 若干名
看護師(老人ホーム入所者の介護、世話、生活指導業務に従事) 若干名

受験資格

一般職 高等学校卒業程度以上の学力を有し、昭和59年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた人

看護師 高等学校卒業程度以上の学力を有し、昭和54年4月2日以降に生まれ、看護師の資格を有する人、または来年4月までに取得見込みの人

給料 一般職 140,100円(高校卒業)

看護師 152,800円(短大卒業)

第1次試験 適性検査、教養試験、作文

とき 9月20日(日)午前9時30分

ところ 利根沼田文化会館(第1次・2次共通)

第2次試験 面接(試験日時は1次試験合格者へ別途通知)

申込書の請求先・提出先 利根沼田広域市町村圏振興整備組合事務局職員係(〒378-0051沼田市上原町1801-2利根沼田文化会館4階)

受付期間 8月3日(月)~28日(金)

※土・日曜日、祝日を除く、午前9時~午後5時

申込書添付書類 最終学校の成績証明書1通、返信用封筒1通(80円切手添付、宛名明記のもの)

※申込書と受験票へ写真を添付すること

問い合わせ 同事務局職員係 ☎3691

給与

初任給は、高等学校卒業後、直ちに採用された場合は十四万百円(二十一年度)、それ以上の学歴または経験のある人は、これに応じた額。このほか該当者には通勤手当、扶養手当、住居手当、期末・勤勉手当などを支給します。

申し込み手続き

試験案内と申込書の請求 総務課職員係で配布、または市ホームページからダウンロードできます。郵送での請求もできますので、お問い合わせください

提出書類

所定の採用試験申込書と受験票、学業成績証明書、障害等確認書(身体障害者)、保育士資格証の写し、または資格取得見込証明書(保育士) 提出方法 直接、または郵送で 総務課職員係へ

受付期間

7月8日(水)から8月7日(金)までの午前8時30分~午後5時15分

※土・日曜日、祝日を除く

※郵送の場合は、8月7日(金)の消印まで受け付け

詳しいことは、同係 ☎内線3214へ。

日ごろの訓練の成果を披露

消防ポンプ操法競技会結果

五月十七日(日)に市消防団消防ポンプ操法競技会、六月七日(日)には、利根沼田消防ポンプ操法競技会が沼田公園グラウンドで行われました。

- 市競技会
 - ポンプ車の部
 - 優勝 第一分団第四部A
 - 準優勝 第一分団第一部A
 - 努力賞 第一分団第一部B
 - 小型ポンプの部
 - 優勝 第六分団第一部
 - 準優勝 第二分団第三部
 - 努力賞 第四分団第五部
 - 第四位 第六分団第六部
 - ※ポンプ車の部11チーム、小型ポンプの部12チームが参加



競技を行う選手の皆さん

■利根沼田競技会

- ポンプ車の部
 - 優勝 昭和村第一分団
 - 準優勝 第一分団第一部B
 - 第三位 第一分団第四部
 - 第四位 第一分団第一部A
 - 小型ポンプの部
 - 優勝 川場村第一分団
 - 準優勝 昭和三村第三分団
 - 第三位 みなみ町第九分団
 - 第四位 第二分団第三部
 - 第五位 第六分団第一部
 - 第六位 第四分団第五部
 - 第七位 第六分団第六部

■個人表彰

- ポンプ車の部
 - 指揮者 第一分団第一部A 峰岸浩司選手
 - 一番員 第一分団第一部A 幅下禎洋選手
 - 二番員 第一分団第一部B 北原寛文選手
- ※利根沼田各市町村からポンプ車の部9チーム、小型ポンプの部10チームが参加。本市は市競技会入賞チームが参加
- 詳しいことは、総務課消防防災係 ☎3362へ。

普通救命講習会

利根沼田広域消防本部では、AED(自動体外式除細動器)を取り入れた個人向け講習会を下記のとおり開催します。

とき 8月23日(日)午前9時~正午(8時30分受け付け開始)

ところ 利根沼田広域中央消防署(高橋場町)

申し込み 各消防署で、午前8時30分から午後5時まで受け付け(電話申し込み可。土・日曜日、祝日も受け付けます)

定員 20人(定員になり次第締め切り)

締め切り 8月21日(金)まで

その他 実技中心のため、動きやすい服装で

詳しいことは、中央消防署 ☎1734、東消防署 ☎2300、西消防署 ☎40002、または北消防署 ☎4349へ。

親子施設見学会

市では、子どもたちの夏休みを利用して、市内の主な公有施設を巡る「親子施設見学会」を開催します。親子の触れ合いを深めながら、楽しい一日にしてください。



昨年を見学会(沼田警察署)

とき 7月22日(水)・8月11日(火)の2回、午前8時45分市役所集合・見学会開始、午後2時50分市役所帰着・解散予定

見学会コース(予定) 市役所↓①市庁舎↓②中央消防署↓③沼田警察署↓④サラダパークぬまた(森林の館(昼食)↓⑤清掃工場↓市役所

※移動は、市有バスを利用します

対象 市内在住の小学生とその保護者で、全コース見学会可能な人(必ず保護者同伴で。幼児の参加はご遠慮ください)

定員 1回につき12組24人(定員になり次第締め切り)

参加費 無料

※昼食は、各自で用意。サラダパークぬまたを利用します

申し込み 7月10日(金)から電話で秘書課広報広聴係へ

秘書課広報広聴係 ☎内線3225

親と子の楽しい食育教室

食事は、心と体の栄養です。健康な体をつくるには、毎日の食事がとても大切です。料理を楽しみながら、普段の食事を見直してみましょう。

対象 市内在住の幼児・小学生とその保護者

定員 15組30人(定員になり次第締め切り)

参加費 保護者500円・子ども100円

講師 食生活改善推進員(沼田分会・白沢分会)

- 保健福祉センター開催分
 - とき 7月25日(土)午前10時~午後1時
 - ところ 同センター3階調理実習室
 - 申し込み 健康課保健係へ
 - 詳しいことは、同係 ☎内線76205へ。
- 白沢町振興局開催分
 - とき 8月8日(土)午前10時~午後1時
 - ところ 白沢創作館
 - 申し込み 白沢町市民課保健福祉係へ
 - 詳しいことは、同係 ☎内線33へ。



朝ごはんを大切に!

朝ごはんは、元気のもと。毎日しっかりと取ると、いいことがたくさんあります。

●脳にエネルギーを補給 「頭がしっかりと動く・目が覚める」

人間の脳のエネルギー源になるのは、肝臓に蓄えられたブドウ糖ですが、一般的には約十二時間程度しか蓄えられないとされています。ところが、睡眠中でも脳はエネルギーを消費しているの

我が家の豆知識

健康④

●内臓に好影響を与える 「便がきちんと出る」

人間の体には、体内時計があり、朝食を食べると一日のリズムがスタートします。毎日、決まった時間に朝食を食べることでリズムが整い、疲れにくい体になります。

●内臓に好影響を与える 「便がきちんと出る」

朝食を食べると、大腸をはじめ、内臓に良い影響を与え、快便につながります。また、座ってばかりいて腸を動かさないと、便通にもよくありません。食べたら体も動かしましょう。

材料 卵・ツナ缶・ミックスベジタブル・サラダ油・ケチャップ

作り方 ミックスベジタブルを軽くゆで、卵、ツナと混ぜ合わせる。次に、油を引いたフライパンで焼く。お好みでケチャップをかける

詳しいことは、健康課予防係 ☎内線76206へ。

ぶろずとーく

第28回

今月二十六日、道の駅「白沢」で行われる「ふるさとまつり」で実行委員長を務める中村さん。

「最近、地域住民同士の日常的な交流が少なくなってきた感じがします。この祭りを通して子どもからお年寄りまでが集まり、にぎやかに世代を超えた交流ができればと思います」

「ふるさとまつり」は、今年で十六回目。毎年八月に行われる「盆踊り大会」ともに白沢町の夏を彩る二大イベントの一つで今回は、「出合い・触れ合い・助け合い」をテーマに開催される。

「町内七つの地区から大小十四基のみこし、また、和太鼓や三味線の演奏、各種模擬店の出店などが予定されています。どうぞ、皆さんでお出掛けください」

中村さんは、多彩な趣味の持ち主。現在は、家庭菜園や菊の花の栽培に力を注いでいる。

「秋には、自宅の庭に菊の花壇を造る予定です。ぜひ、そちらにも、足を運んでみてください」

白沢ふるさとまつり実行委員長



なかむら やそお 中村 八十雄さん(白沢町生枝)

「ふるさとまつり」が、世代を超えた交流の場になるといいですね

ぬまたレポート

大自然の中で就農体験

新宿区就農体験
6月5日(金)

新宿区との交流事業の一つとして、利根町地内の畑や施設などを利用して行われた就農体験。同区在住の若者など17人が参加しました。



6月は花がいっぱい

花の日・花いっぱい活動・父の日

6月9日(火)・10日(水)・12日(金)

恵泉幼稚園、薄根中学校、日ばら群馬支部北毛ブロックの皆さん。それぞれが大切に育てた花を今年もたくさん届けていただきました。

- ①恵泉幼稚園「花の日」(9日)
- ②薄根中学校「花いっぱい活動」(10日)
- ③日ばら群馬支部北毛ブロック「父の日切りバラ配布」(12日)



開港150周年に上州ぬまたをピーアール

開国博Y150
6月14日(日)

神奈川県横浜市で開催中のイベント「開国博Y150」に、本市も物産展や和太鼓の演奏で参加。特産品や観光などをピーアールしました。



家庭教育カウンセリング初級講座

子どもたちを取り巻く状況に目を向けると、心のケアを必要とする事例が増加しています。今、求められる課題は、人と触れ合うことの大切さを知ることや家庭の教育力向上です。初級講座では、より良い人間関係をつくるため、カウンセリングの基礎的な理論や技法、家庭教育のあり方を学びます。

日程 左表のとおり(全10回)
※時間は、すべて午後7時から9時まで
ところ 中央公民館第1会議室
ほか
定員 15人超えた場合は抽選
受講料 無料(教材費は実費)
講師 利根沼田カウンセリング研究会会員
修了証 日程の7割以上を受講

回	期日	講座内容
1	9月 1日	開講式・オリエンテーション 「子どもの心を育てる」
2	8日	「グループエンカウンター・人間関係づくり」
3	15日	「子どもの心を理解する(その考え方と進め方)」
4	29日	「心の問題の理解と援助」
5	10月 6日	「カウンセリングの考え方・進め方」
6	13日	「カウンセリング実習」
7	20日	「カウンセリング実習」
8	27日	「自分の心を知る」
9	11月 10日	「子育て支援を考える」
10	17日	「親子関係を学ぶ」 閉講式

※日程は、すべて火曜日



した人に修了証を授与(修了者は、県指導者養成講座の受講資格が得られます)
申し込み 8月14日(金)までに電話で社会教育課社会教育係へ
詳しいことは、同係☎内線3333へ。

◆人権ってなんだろう①

「人権教育・啓発に関する群馬県基本計画」より

子どもの人権
少子化で子どもの数が少なくなり、子ども同士が交流する機会が減少したり、過保護化などで社会性がはぐくまれにくくなるなど、子どもたちの成長への影響が心配されています。

われら いきいき サークル 192
いきいきアップル 会員数27人

群馬大学プロジェクト事業の健康づくり運動がきっかけとなり、有志が集まり「いきいきアップル」を結成。幅広い年齢層の人たちが集まり、健康な心と体づくりのためにダンベル体操やエアロビクスをしています。明るい笑顔で楽しく元気に運動をして気持ちのいい汗を流しています。芸能祭などにも参加。毎週火



曜日午後七時から利根町武道館で運動していますので、興味のある人はお出掛けください。連絡先は小林利枝さん☎080(1366)6268へ。

また、近年、ますます核家族化が進み、日常生活の中で、子どもたちが高齢者などの幅広い年齢層の人たちと接する機会が減ってきており、幼いころから人とのかわりの中で、他人をいたわり、思いやる心を身に付けさせることが重要です。そのためにも、周りの大人たちが自分の子どもと接するように地域のすべての子どもたちの心身の発達について常に関心をもち、子どもたちのかかわりを深め、地域社会全体で子育て

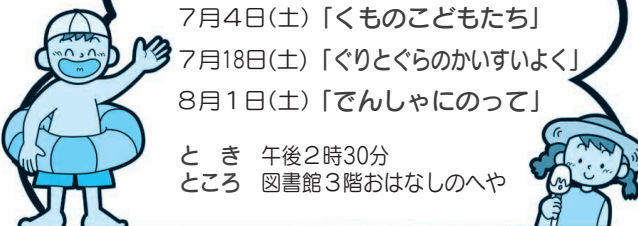
を支援していきましょう。
※青少年健全育成に関することは、青少年育成相談センター(中央公民館2階)☎5411へご相談ください
詳しいことは、社会教育課社会教育係☎内線3334へ。

篤志 (敬称略)
社会福祉事業へ
▽木内栄一(石墨町)↓三万五千円▽沼田茶道会(東原新町)↓十万円

情報ステーション

電話番号は、
 市役所 **(23)** 2111
 白沢町振興局 **(53)** 2111
 利根町振興局 **(56)** 2111

7月・8月
おはなしポケット
 7月4日(土)「くものこどもたち」
 7月18日(土)「ぐりとぐらのかいすいよく」
 8月1日(土)「でんしゃののって」
 と き 午後2時30分
 と ち ろ 図書館3階おはなしのへや



お知らせ

家屋調査を行います

市では、新築や増築した家屋の固定資産税の評価額を算定するために職員が伺い家屋調査を行いますので、ご協力をお願いします。家屋の全部、または一部を取り壊した場合、店舗や住宅をほかの用途に変更した場合にも調査に伺いますので、ご連絡をお願いします。

詳しいことは、税務課資産係 ☎内線3146へ。

特別弔慰金が支給されます

支給方法 戦没者一人について額面24万円の国債で交付され、毎年4万円ずつ償還(支給)されます。

条件 平成17年4月1日から本年3月31日までの間に亡くなるなどし、本年4月1日に公務扶助料や遺族年金などの受給者がいない場合に限られます。

対象者 ①から⑤の遺族のうち、それぞれ最も順序の先の遺族

- ① 一人に支給されます
 本年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法の弔慰金の受給権を取得した人
- ② 戦没者の子
- ③ 戦没者などと生計を共にしていた父母、孫、祖父母、兄弟姉妹(戦没者などと生計を共にしていなかった人、平成21年4月1日において婚姻により姓が変わっている人、または遺族以外の人と養子縁組をしている人は除かれます)
- ④ ③の対象者以外の父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
- ⑤ ①から④の対象者以外の3親等内の親族(戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上生計を共にしていた人に限られます)

請求期限 平成24年4月2日までに

※全国一斉手続きのため、国債交付まで時間が掛かります
 詳しいことは、社会福祉課 係 ☎内線77242、白沢町 市民課保健福祉係 ☎内線33、利根町市民課保健福祉係 ☎内線42へ。

手話通訳者名簿を配布します

県が作成した手話通訳者名簿を聴覚障害者が緊急のときに使用するために配布をします。

対象者 手話を主なコミュニケーション手段としている聴覚障害者
申し込み 所定の申請書に必要事項を記入の上、印鑑・身体障害者手帳を持参し、社会

福祉課障害福祉係へ
 ※名簿は、審査後に直接手渡しで配布します
 詳しいことは、同係 ☎内線7268、ファクス ☎2941へ。



はるか 黒木 遥花ちゃん (3歳7カ月)

★アイドル登場★
 絵本やお絵かきが大好きな、はあちゃん。公園で弟のりょうくんとおいかげっこや三輪車で遊ぶとっても元気な女の子。父の日に、パパに手作りのプレゼントを渡したら、すごく喜んでくれてうれしかったよ。(材木町)

7・8月は「愛の血液助け合い運動」1月間です

輸血に必要な血液は、すべて献血によって確保されています。すべての血液製剤を国内の献血によって確保する体制を目指し、全国一斉に「愛の血液助け合い運動」を実施しますので、皆さんのご協力をお願いします。

詳しいことは、健康課予防係 ☎内線76206へ。

7・8月の図書館の特集コーナー

太平洋戦争終戦から六十四年が過ぎ、戦争体験者の高齢化が問題となっている今、戦争の悲慘さを忘れないために、戦争体験を描いた資料を集めます。

ところ 図書館2階一般閲覧室
テーマ あの戦争を忘れないために

詳しいことは、同館 ☎20550へ。

昔話のヒーロー「桃太郎はどいへ行く」を開催します

県立土屋文明記念文学館の所

7月11日(土)~20日(月)「夏の県民交通安全運動」

- 交通ルールを守り、交通事故のない明るい社会づくりに努めましょう。
- ◇**高齢者の交通事故防止** 高齢者が出掛けるときは、自動車などに十分注意するよう「声掛け」をしましょう。また、夕暮れ時や夜間に外出する時は、明るい色の服装や反射材を着用しましょう
- ◇**飲酒運転の根絶** 運転者・同乗者は、飲酒運転の危険性と反社会性を認識し、飲酒運転を絶対に行わない、させない強い決意を持ちましょう
- ◇**すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底** 運転者は、自らがシートベルトを正しく着用し、同乗者(助手席・後部座席)にも正しく着用させましょう。また、幼児や児童を同乗させるときは、子どもの発育に応じたチャイルドシートやジュニアシートを正しく使用しましょう
 詳しいことは、環境生活課生活係 ☎内線77351へ。

県営住宅入居者募集のお知らせ

▼募集団地などは、募集案内を

蔵する桃太郎に関する書籍をはじめ、写真やパネルを展示します。江戸時代から今日までの桃太郎像の変遷をたどり、7月7日(金)までの午前9時~午後4時(土・日曜日、祝日を除く) ※ただし、7月25日(土)と26日(日)は開館

ところ 白沢公民館3階展示室
入場料 無料
 詳しいことは、白沢町教育支所 ☎2291へ。

8月の巡回移動図書館の日程		
8月	と	と
6日(木)	10:00~10:20	利根町 新栄
	10:30~11:40	夕根馬 新栄
7日(金)	9:50~10:15	岡上奈 上池
	10:25~11:35	谷知良 知田
11日(火)	10:00~10:25	横久上 利沼
	10:35~11:45	塚原南 須南
12日(水)	10:00~10:30	旧屋上 川
	10:45~11:40	岩形原 田
19日(水)	10:30~11:05	硯原善 町
	11:15~12:20	桂田 町
20日(木)	10:15~11:45	古地 端
	11:00~12:20	利根 古
21日(金)	10:30~11:00	利根 下
	11:10~12:40	生岩 平
25日(火)	10:30~11:00	根日 利
	11:10~12:40	影園 神
26日(水)	10:30~11:00	根日 利
	11:10~12:40	影園 神
27日(木)	10:30~11:00	根日 利
	11:10~12:40	影園 神

図書館の 7月6.13.20.27.31日/ 休館日 8月3.10.17.24.28.31日

お知らせ

本町通り七夕まつり

七夕まつり実行委員会では、御馬出し通りなどで「七夕まつり」を開催します。また、幼稚園や保育所の子どものたちの願いを七夕飾りで展示します。

○七夕まつり
交通規制日時 7月12日(日)正午～午後7時

交通規制場所 御馬出し通り・下之町市役所入り口交差点からキジマ十字路

○七夕飾り
とき 7月6日(月)～12日(日)
ところ 下之町・中町

詳しいことは、七夕まつり実行委員会 ☎04670へ。

子育て講演会を開催します

とき 7月18日(土)午前10時
ところ 保健福祉センター研修室(託児があります、要予約)
講師 ICF(国際コーチ連盟)認定プロフェッショナルコーチ 小野仁美さん
テーマ 子どもの脳の発達と言

葉かけ

申し込み ファミリーサポートセンターへ
詳しいことは、同センター ☎2447へ。

歌の森TANBARA

市音楽協会では、「第十四回歌の森TANBARA」を開催します。
とき 7月20日(月)午前10時30分
ところ たんばらラベンダーパーク

参加費 無料
※ラベンダーパーク入場料とり
フト利用料は別途必要
詳しいことは、市音楽協会 ☎2976へ。

青少年の非行防止と更生援助を「社会を明るくする運動」

「社会を明るくする運動」が、7月1日から1カ月間を強調月間として全国で一斉に展開されます。今年で59回目を迎えるこの運動は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生に理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする運動です。罪を犯した人や非行をした少年もいずれは地域に戻り、地域の一員として生活していくことになり、その更生を有効なものとするためには、本人の意欲とともに、本人を取り巻く地域社会の理解と協力が不可欠です。「犯罪や非行をした者の就労支援」を重点目標に、保護司、更生保護女性会などが中心となり、活動を展開していきますので、ご協力をお願いします。
詳しいことは、社会福祉協議会 ☎1990へ。

ブルーベリー園が開園します

市内のブルーベリー園が開園し、八月中旬ごろまでブルーベリー狩りが楽しめます。
※開園期間は地域ごとに異なりますので、各園に確認してください。開園状況は沼田ふるさと館 ☎1300(木曜日 休館)でも確認できます
詳しいことは、農政課農林係 ☎内線3235へ。

市民公開講座

とき 7月11日(土)午後1時30分
ところ 利根中央病院研修棟1階講堂

募集

明るい選挙啓発ポスターコンクール作品募集

明るい選挙の実現に役立つポスターを募集します。

応募資格 小学生～高校生
色と大きさ 描画材料は自由、大きさは画用紙の四つ切り、八つ切り、もしくはそれに準じる大きさ

応募上の注意 ①1人1点、自作のもの②作品の裏面右下に

署名、学校名、学年、氏名(振り仮名を必ず記入)

申し込み 8月28日(金)までに市選挙管理委員会へ

詳しいことは、同委員会事務局 ☎内線3217へ。

ひとり親家庭の皆さん夏休みはデイズニラランドへ

とき 8月9日(日)

講師 利根中央病院病理診断科 医師 大野順弘

テーマ ヘリコバクターピロリと胃がん

参加費 無料

詳しいことは、利根中央病院 医事課 ☎4321へ。

手話奉仕員養成講座

社会福祉協議会では、聴覚に障害を持つ人たちのコミュニケーション手段を習得してもらうため養成講座を開催します。
とき 7月17日から11月13日までの毎週金曜日(全18回)

ところ 保健福祉センター3階 研修室

定員 30人(初心者)

講師 利根沼田聴覚障害者協会 員・手話サークル水ばししょうの会

受講料 千二百円(テキスト代)

申し込み 7月9日(木)までに社会福祉協議会へ

詳しいことは、同協議会 ☎1990へ。

放送大学10月生募集

放送大学は、テレビなどの放送

送を利用して授業を行う通信制の大学で、本年度第二学期(十月入学)の学生を募集中です。

出願期間 8月31日(月)まで

※資料は無料。放送大学ホームページでも受け付けできます

詳しいことは、放送大学群馬学習センター ☎027(230)1085へ。

高齢者しあわせドライブ100

高齢運転者による交通事故を減らすため、日常的に自動車、または原動機付自転車を運転する高齢者が無事故・無違反を目指す安全運転コンテストを実施します。

募集期間 8月21日(金)まで

参加資格 9月21日現在65歳以上(3人1組)で、県内に居住し日常的に自動車、または原動機付自転車を運転する人

※チームリーダーは、規定の日までに県交通安全教室に参加すること(参加しない場合にはコンテストの参加資格を失います)

参加費 無料

応募方法 参加申込書に必要事項を記入し、県交通対策協議会事務局(県交通政策課内)に

利根沼田森林管理署からのお願い -国有林を訪れる人たちに-



- 動植物の保護にご協力ください
 - 樹木を損傷したり、林産物を勝手に取ることは法により罰せられます
 - 保安林内では樹木の損傷、下草の採取などが禁止されています
 - 歩道、広場などの区域内への立ち入りは控えてください
 - 立入制限の表示がある区域には絶対に立ち入らないでください
 - 休息などで立ち止まる場合には、落下する枝がないか、落石の危険がないかなど、安全な場所であることを十分にご確認ください
 - 登山は自己責任が原則です。天候や登山情報を確認し、十分な装備で、登山計画を家庭登山地域の都道府県警察本部地域課、警察署などに提出の上、入山してください
 - 悪天候のときは入林を控えてください
 - ごみの持ち帰りにご協力ください
 - タバコなどの火の始末にご協力ください
- 詳しいことは、利根沼田森林管理署業務課管理係 ☎5535へ。

7月の健康テレホンサービス

月火水木金土・日

子どもの夏風邪
夏に悪化する皮膚病
紫外線と目
冷房と婦人科疾患
プールと虫さされ

【直接相談タイム】直接医師が電話に出ます。
9日(木)小児科・眼科です。
午後7時30分から9時まで。

☎027(234)4970を回すと約3分間の健康講話が聞けます。
<http://www.raijin.com/kenko/>

郵送かファクスで

※参加申込書は、環境生活課生活係、白沢町・利根町市民課、各地区公民館にあります

詳しいことは、県交通政策課(〒371-8570 前橋市大手町1-1-1) ☎027(226)2388、ファクス027(223)9510へ。

たんばら
ラベンダーパーク

見頃期間
7月中旬
8月中旬

遊びに来てね!

TEL. 0278-23-9311

最新のイベント情報や開花情報は
www.tambara.co.jp

※携帯サイトも開花情報、お得情報満載!

北毛カルチャースクール開講します

※同時に特技、技術をおもちの講座・講師募集しています

開催期間 10月1日から3月31日

●詳しいお問い合わせ申し込み
NPO法人 尾瀬なでしこの会

〒378-0056 沼田市高橋場町4641-1番地
電話 22-0705 担当 星野まで

対象 母子家庭および父子家庭の親子(親だけ、子だけの参加はできません)、寡婦

定員 135人(先着順)

参加費 ひとり親家庭の父母および寡婦六千円(母子会会員は五千五百円)、中・高校生四千円、幼児(4歳以上)・小学生三千円、幼児(4歳未満)千円

申し込み 7月15日(水)、16日(木)、午前8時～午後6時、参加費を添えて母子会事務局(社会福祉課子育て支援係、社会福祉協議会白沢・利根支所)へ

詳しいことは、社会福祉課子育て支援係 ☎内線77258へ。

発明くふう展作品募集

市では、発明くふう展を開催します。

応募資格 小学生以上の市民

申し込み 9月1日(火)までに商工観光課工業振興係へ

■第41回発明くふう展

とき 9月26日(土)から10月2日(金)までの午前9時～午後4時

ところ 中央公民館展示ホール

詳しいことは、同係 ☎内線3255へ。

保健ガイド 8月

全市対象

種 目	実施月日	受付時間	対象者など	場 所
市民献血	8月の市民献血はお休みです			
にこにこ健康相談	8月10日(月)	午前10時～11時30分	全地区。体脂肪率、血圧測定など	保健福祉センター
母子健康手帳交付	月曜日～金曜日(祝日を除く)	午前8時30分～11時30分	「妊娠届出書」を持参してください	
マタニティーセミナー ※4日間で1コースです	8月17日(月)	午後0時45分～1時 (予約制：定員16人)	対象：初めて出産を迎える妊婦 申込期間：7月1日(水)～31日(金)	
	8月23日(日)			
	8月31日(月)			
	9月7日(月)			

本庁・白沢町管内の人

健康 診査	4カ月児	8月25日(火)	平成21年4月11日～4月30日生まれ	保健福祉センター
	10カ月児	8月18日(火)	午後1時～1時45分 平成20年9月29日～10月21日生まれ	
	1歳6カ月児	8月6日(木)	平成20年1月11日～2月6日生まれ	
3歳児	8月26日(水)	午後0時45分～1時30分 平成18年5月17日～6月14日生まれ		
育児 相談	エンゼルクラブ	8月7日(金)	午前9時30分～11時 乳児(1歳未満)	
	わんぱくクラブ	8月のわんぱくクラブはお休みです		
	2歳児歯科相談	8月の2歳児歯科相談はお休みです		

利根町管内の人

健康 診査	4カ月児	8月19日(水)	午前9時30分～10時 平成21年3月17日～5月18日生まれ	利根保健福祉センター
	10カ月児		平成20年9月・10月生まれ	
育児 相談	こあらクラブ	8月11日(火)	午前10時～10時30分 乳幼児と保護者	
	2歳児歯科相談	8月の2歳児歯科相談はお休みです		

問い合わせ先：健康課保健係 ☎内線76202、健康課予防係 ☎内線76207
白沢町市民課保健福祉係 ☎内線33、利根町市民課保健福祉係 ☎内線43

そうだん

ふれあい総合相談

(心配ごと・結婚・人権・行政相談など)
とき 7月6日・13日・21日・27日/8月3日・10日・17日・24日・31日、午後1時～3時
ところ 保健福祉センター3階相談室

家庭児童相談

(児童の養育や家庭の諸問題に関する相談)
とき 月曜日～金曜日(祝日を除く)/午前9時～午後5時
ところ 東原庁舎1階家庭児童相談室

年金相談(国民・厚生年金保険などの相談)

とき 7月2日・16日、8月13日・20日の木曜日/午前9時30分～正午、午後1時～4時(午前8時30分から市役所市民ホールで番号札による受け付けを行います)
ところ 市役所市民相談室

就業援助相談(内職相談など)

とき 毎週火曜日/午前10時～正午、午後1時～3時
ところ 市役所市民相談室

生涯学習相談

(趣味・実用講座に関する相談)
とき 7月7日・14日・21日・28日の火曜日/午前9時～午後4時
ところ 中央公民館学習相談室

青少年相談

(友達・学校・家庭のことなど青少年健全育成に関する相談)
とき 月曜日～金曜日(祝日を除く)/午前8時30分～午後5時
ところ 青少年育成相談センター(中央公民館2階事務室隣)、電話相談の場合は、☎54111へ。メール相談の場合は、soudan-center@n-numata-boe.gsn.ed.jpへ

法律相談(弁護士による相談)

とき 7月15日(水)、8月19日(水)
午後1時30分～4時/あらかじめ電話で予約を受け付けています。社会福祉協議会 ☎1990へ
※沼田市民に限り
ところ 保健福祉センター3階相談室

とねしんゆうゆう休日相談

とねしん北支店では、毎週日曜日に休日相談を開催しています。ぜひご利用ください。

- 住宅ローン…毎週日曜日 ○年金…毎週日曜日
- 個人ローン…毎週日曜日 ○税務…毎年2月・3月の第2日曜日

北支店 沼田市高橋場町2040番地1
電話 (0278)22-5656(代)
営業時間 午前10時から午後4時まで ☎利根郡信用金庫

8月 夏休み子供企画!!

- 子供ぬり絵大会 小学生以下が対象のぬり絵大会 参加賞もあります!
- 屋台販売 色々な屋台を用意してお待ちしております

その他、直売所店頭販売、子供プール等も企画しております! 詳しい日程等、望郷の湯館内及び8月広報にて告知いたします

白沢高原温泉 ☎0278-53-3939
望郷の湯 Fax 0278-53-2345
http://www.boukyou.com

募 集

おやこニューススポーツ講習会

楽しくニューススポーツを体験してみませんか。
とき 7月18日(土)午前9時～正午
※雨天中止
※正午後は参加者無料開放
ところ ニューススポーツ広場
種目 ①グラウンドゴルフ ②各種ニューススポーツ(ターゲット、バードゴルフ、ディスクゴルフ、ディスクゲッター9、輪投げ)

新型インフルエンザ

- 予防には、「手洗い」、「うがい」が重要です
- 心配なときは、医療機関へ行く前に、まず、「発熱電話相談」へ相談しましょう
- 電話相談窓口 利根沼田保健福祉事務所 ☎2185
- 受付時間 午前9時～午後5時30分(土・日曜日、祝日も含む)
- ※状況により受付時間は変更される場合があります
- 詳しいことは、健康課予防係 ☎内線76206へ



ふれあい福祉センター

☎233497
8月の休館日
3.10.17.24.31日
ふれあい福祉センター健康相談
とき 7月10日(金)・8月11日(火)
午前10時～11時30分
内容 血圧測定・握力測定

対象

市内の小学生と保護者
定員 50人
講師 市体育指導委員
その他 用具は主催者で用意
申し込み 7月13日(月)までに電話で体育課(市民体育館内)へ
詳しいことは、同課 ☎29444へ。

よみがえる水夏休み親子教室

奥利根水質浄化センターでは夏休み親子教室を開催します。
※お弁当を用意します
とき 7月24日(金)午前10時
ところ 奥利根水質浄化センター(会議室(下川田町))
※現地集合
内容 下水道のしくみ、下水・処理水などの観察
定員 15組(親子・先着順)
対象 利根沼田地区在住の親子

相 談

こころの健康相談

県では、こころの健康相談を、精神科医師が担当して行っています。「眠れない」「仕事が手に付かない」などでお困りの人は、電話相談も受け付けていますので、気軽にご相談ください。
とき 毎月第1金曜日、午後1時30分(予約制)
ところ 利根沼田県民局沼田保健福祉事務所(薄根町)
詳しいことは、同事務所保健係 ☎2185へ。

もの忘れ健康相談

認知症の発症や進行は生活習慣に大きく左右され、日常生活の小さな変化に気付くことが大

切です。「もの忘れが多くなり心配」「どんな状態から認知症と呼ぶの」など気になる人はご相談ください。
※保健師が脳の働きをチェックします
とき 8月6日(木)午前10時から午後1時30分
ところ 保健福祉センター3階相談室
申し込み 事前に高齢福祉課介護予防係へ
詳しいことは、同係 ☎内線76242へ。

公証相談

とき 7月27日(月)午後1時～3時30分
ところ 保健福祉センター2階会議室
相談内容 相続・遺言、離婚に伴う養育費などの取り決め、金銭貸借、土地・建物貸借、任意後見契約などの公正証書作成
※相談無料(公証人が相談、秘密厳守)
申し込み 7月23日(木)までに電話で予約を
詳しいことは、前橋公証役場 ☎027(223)8277へ。

カラー印刷・自費出版・チラシ・パンフレット他
印刷のことならご相談下さい

有限会社 利根印刷所
☎23-0131番(代)/☎24-1854
☎050-3539-1855 e-mail:p-tone@po.wind.ne.jp

パソコン教室受講生募集

基礎から応用 検定まで
シニアの皆さん 超初心者の方 大歓迎です
この広報を持参の方、入会金が半額に! (7/31まで)
沼高前のパソコン教室スタート沼田校
〒378-0054 沼田市西原新町1512-1 倉澤ビル2F 詳細 教室 沼田高校
(火曜 定休)
電話 23-5001 http://pasonavi.jp/numata