～スローエアロビックで認知症予防～

1010310

冬期限定！吹割れクラブ

スローエアロビックは「いつでも」「どこでも」「誰にでも」できる軽運動です。このクラブは軽運動で認知症を予防する「脳フィットネス効果（楽しく体を動かすことが記録力を高める）」を狙った、冬ごもりしないための頭と体の体操教室です。冬に活動が減ってしまう人にお勧めです。

開催日　11月12日・26日、12月10日・24日、1月14日・28日、2月4日・18日、3月4日・18日の木曜日（全10回）
開催時間
▽**前半コース**　午前9時45分～10時45分（9時15分から受け付け開始）
▽**後半コース**　午前11時～正午（10時30分から受け付け開始）
ところ　利根保健福祉センター（利根町大楊）2階健康学習室
内容　スローエアロビック、ストレッチ、脳トレ
講師　うすねニュースポーツクラブ指導員
対象　マスク着用上でも運動制限のないおおむね60歳以上の市民
定員　各コース15人（先着順）
参加費　無料
申込期限　10月30日（金）
申込み・問合せ　健康課保健係☎内線３１６８

農地の貸し借りは

安心で適切な利用権設定で

農地の貸し借りには農地法（第3条許可）、または農業経営基盤強化促進法（利用権設定）による手続きが必要で、許可などの手続きをしていない貸し借りは法律に違反します。口頭などによる個人的な貸し借りは、時間の経過により状況が変化してしまうなど問題が起こることがあります。利用期間を決めて、互いが安心して農地の貸し借りができる利用権設定をご利用ください。

利用権設定を行うには、10月20日（火）までに農地利用最適化推進委員、または農業委員に連絡してください。なお、今年中に設定期間が終了するものも、貸し借りを継続する場合は更新が必要です。

問合せ　農業委員会事務局☎内線５０１９

貸し手と借り手の間で該当農地について契約期間や賃借料などを決定
▼
利用権設定用紙に記入・押印
▼
農地利用最適化推進委員または農業委員へ届け出

保育施設の

園庭開放・育児相談

子育て家庭の応援団として、各保育施設では園庭開放と育児相談を行っています。

園庭開放　各施設の敷地内で保護者の責任の下、親子に遊んでもらう場を提供します
育児相談　育児、生活習慣、その他子育てに関する悩みなどの相談を受け付けます
※園庭開放と育児相談の日時などは、下表の実施施設へ気軽にお問い合わせください
問合せ　子ども課保育係☎内線３１２７

園名	所在地	電話番号
横塚保育園	横塚町1223-1	23-0006
熊の子保育園	戸鹿野町578-3	24-1446
桜ヶ丘保育園	桜町4798	24-8577
沼田幼稚園	坊新田町1105-3	22-2856
恵泉幼稚園	西倉内町663-4	23-3584
ちぐさこども園	柳町394	23-3324
沼田めぐみこども園	清水町4330	24-4163

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、園庭開放を実施していない施設もあります

1234567 各番号（7桁）を市ＨＰ「ページ番号検索」に入力すると関連ページが見られます

8/22 夏休み子ども体験教室
歴史資料館企画展示室ほか

歴史資料館が忍者体験教室を開催し、子どもたちが忍者体操や手裏剣の的当て、チャンバラなどを体験しました

8/22 国際交流員活動報告会
テラス沼田Waltzホール

9月末で国際交流員の活動を終えるクリスティーネ・バウアーさん。沼田で過ごした2年間の活動を振り返りました

8/28 沼田市ぶどう組合開園式
市内ブドウ園

ブドウのシーズンを迎え、市内ブドウ園がオープン。「藤稔」や「紅伊豆」など、10月中旬までブドウ狩りが楽しめます

9/4 沼田市りんご組合開園式
市内リンゴ園

市内リンゴ園がオープン。本市では「おぜの紅」「ぐんま名月」「サンふじ」など、さまざまな品種のリンゴが11月下旬まで味わえます

9/1～7 明るい選挙啓発ポスターコンクール
テラス沼田市民ロビー

市内小中学校の児童・生徒の皆さんに、明るい選挙を呼び掛ける独創的で印象深いポスターを描いていただき開催しました

9/6 沼田城跡発掘調査説明会
沼田公園（旧テニスコート）

絵図面に描かれていない堀跡など、令和2年度沼田城跡発掘調査の成果について、現地で説明会が行われました

9/12 上州真田武将隊イベント
サラダパークぬまた

コロナ禍で落ち込んでしまった地元を盛り上げようと、武将隊が「戦国茶屋娘」と合同でイベントを開催しました

9/14 理容組合の清掃活動
ＪＲ沼田駅周辺

全国理容連合会が定める「理容ボランティアの日」に、利根沼田理容組合員が沼田駅周辺の清掃活動を行いました

紹介したイベントなどの詳細 ▶ 沼田市 Facebook公式アカウント「いいね沼田市」