



Numata

広報ぬまた



主な内容

- 02 特集1 移動図書館「あかつき号」
- 06 特集2 沼田市成人式
- 08 tengoo 導入実験実施中
- 10 ドイツでつながる！ホストタウン連携プロジェクト



特集1 地域に密着した移動図書館「あかつき号」

人と本をつなぐ出会いの場



図書館という枠組みを越え、地域に寄り添い本を届け続けてきた移動図書館。各地で図書館が建設されて役目を終えたり、ステーションの確保や図書館の運営が困難で廃止になったりと、現在運行している自治体は県内で2つになりました。人と本をつなぐ役割を担い、貴重な存在になっている本市の移動図書館「あかつき号」に迫ります。

問合せ 図書館 ☎ 22-0551

新車両はバリアフリー対応

スピーカーから流れる「沼田の歌」とともに、公民館や住民センター、小学校などに現れる移動図書館「あかつき号」。森の動物たちと空をかけ巡る少年が描かれたクリーム色のワゴンが、本を積んで市内各地に届けます。

図書館は市街地にあり、遠方に住む車に乗れない高齢者や小さな子どもがいるママさんなど、利用しにくい人へのサービスを広く行き渡らせるために始められました。現在は月に11日間、45カ所を巡回し、車両に設置された棚には、小説や実用書、絵本など約2500冊が並びます。移動図書館だけで年間1万3000冊が貸し出され、次の巡回までに入れ替えて新しい本を届けています。

平成6年、市立図書館オープンと同時に、これまでのミニバンの移動図書館車を買替え、ワゴンタイプを購入。約26年間、地域に本を届けてきた「二代目あかつき号」は、昨年11月20日の運行を最後に役目を終え、12月に更新されました。

新車両は車イスで入れるバリアフリー対応、車両の両サイドに備え付けたテントは雨よけとして活用するほか、外の開かれた空間でのびのびと本に触れ合えることをイメージして作られました。図書館オープンの際に、市の森林文化都市宣言に基づいてデザインされ、車両に描かれた

利用者の声



石田敬子さん
－奈良町－

夫は初代の運転手
皆親切で居心地の良い場所

移動図書館が始まった初代の運転手は主人でした。今は私が仕事を退職して時間ができたので、10年前から利用しています。時代劇がお気に入り、毎回連載ものを持ってきてもらい、全巻読破に挑戦しています。

図書館員さんはとても親切。利用者同士の触れ合いも楽しいので、居心地の良い場所です。毎月が待ち遠しいです。



川田小学校5年生
(左から 篠原涼司君、大竹惟月君、茂木悠晴君)

毎月楽しみ
来てくれるのが便利

児童書レーベルの角川つばさ文庫がお気に入りの茂木君は「図書館に行かなくても、移動図書館が学校まで来てくれるから便利」と話します。たいてい2、3冊借りるという篠原君は「ミステリーものがお気に入り。待ち遠しい」と笑顔。読書にはまっている大竹君は「漫画や戦闘ものを読むので、持ってきてもらえて嬉しい」と移動図書館の魅力を話しました。



2



1



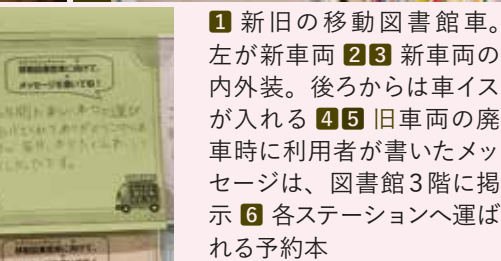
4



3



6



5

1 新旧の移動図書館車。左が新車両 2 3 新車両の内外装。後ろからは車イスが入れる 4 5 旧車両の廃車時に利用者が書いたメッセージは、図書館3階に掲示 6 各ステーションへ運ばれる予約本

移動図書館の利用者は多いところでも30人と、図書館本館に比べて圧倒的に少ないですが、このことがメリットでもあります。「利用者との距離が近いので、何気ない会話を通して、この地域に合った本は何だろうと考えるのが準備することができ、屋外なので少し大きな声で会話が弾むこともあり、それも魅力の

地域に寄り添う図書館員

マスコットマークはそのまま生かし、デザインを担当した塚田堂鬼さんは「本を通して夢と希望を届けてほしい」と話します。廃車前の「あかつき号」には、巡回場所を訪れる人が「本を運び続けてくれてありがとう」と名残惜しうにメッセージを残し、これまでの思い出を振り返りました。メッセージは図書館3階に掲示しています。

移動図書館の利用者は多いところでも30人と、図書館本館に比べて圧倒的に少ないですが、このことがメリットでもあります。「利用者との距離が近いので、何気ない会話を通して、この地域に合った本は何だろうと考えるのが準備することができ、屋外なので少し大きな声で会話が弾むこともあり、それも魅力の

「一つです」と図書館員の阿部尚代さん。借りた本は次回の巡回日に返却するため、だんだん利用者が好む本の傾向が分かってくることや、こういった本を読みたいと話してくれることで、読書案内に生かすことができます。「中国の古典が好きな男性がいたので、好みそうな本を持って行くと喜ばれました。全50巻読破の挑戦中に亡くなってしまいました。ずっと心の中に生きています」と振り返ります。



ー 主に午前中は地域の施設、午後は小学校などを巡回 ー



主な登場人物



移動図書館のベテラン
人付き合いが得意

移動図書館歴6年
阿部尚代さん(上原町)



温和で優しい
料理や健康本が好き

移動図書館歴3年
齋藤佳子さん(横塚町)



気さくで子どもが好き
趣味はテニス

運転手歴11ヵ月
関八郎さん(沼須町)

漫画風コマ割で楽しもう

笑顔あふれるステーション

あかつき号の1日





マスコットマークデザイン
塚田堂鬼さん（薄根町）

心の健康と文化を
夢を届ける移動図書館

自然環境に恵まれた沼田がこれからの時代に求められることは、心の健康や文化といった精神的に質の高いまちづくりといえるでしょう。

図書館のマスコットマークは、森をイメージしたさまざまな動物たちと、夢や希望を持って大きな空をかけ巡る少年。移動図書館で出合った本の世界へと導かれ、どんな風に旅立つのかを想像すると、とてもワクワクする光景が目に見えます。人が集まる場所からは文化も生まれます。屋外の開放的な空間で語り合える場でもあり、コミュニケーションが新たな価値の創造や発展につながります。

心の健康と文化の融合を合わせ持った移動図書館が、これからも多くの人に夢や希望を届けていくことを期待しています。



— 巡回終了後、図書館へ —



読書で充実したコロナ禍を

1回に借りられる本は1人10冊。以前は7冊でしたが、コロナ禍で充実した読書生活ができるように増やしたといいます。車両内での利用者は2〜3人と制限し、密にならないように呼び掛けるなど、感染リスクの低減を図っています。外出自粛の中、巡回先では待ち遠しく一足先に待つ人や、孫や子どものために借りる人の光景も見られます。

「あかつき号」は朝、本を積み込み、1日に4〜5のステーションを巡回、夕方に戻り返却処理や車両の掃除などで終了します。「今日はどんな人が来てくれるのだろう」と利用者が楽しそうに本を選ぶ姿を思い浮かべながら積みこむ時間が好きだと、阿部さんと齋藤さんは言います。ステーションに到着し、運転手の関さんが車を上げると、皆ワクワクしながら本を選びます。関さんは「子どもの笑い声は元気が出るね」とほほ笑みます。



特集2 令和3年

沼田市成人式

沼田市成人式が1月10日（日）、利根沼田文化会館で開かれ、新成人493人（男257人、女236人）のうち364人が出席しました。晴れ着でマスク姿の若者たちが、旧友や恩師との再会を喜び合いました。

成人式実行委員の山田蓮さんと吉野亜弥美さんの司会で式典が始まり、横山市長は「人生の先輩や仲間と心を一つに、これからの時代を歩んでほしい」と激励。新成人を代表して、鈴木新大さんと笛木美咲さんが「困難を乗り越える力を養いたい」と決意を新たにし、原明日香さんが新成人の寄付による「新型コロナウイルス感染症対策支援募金目録」を手渡しました。

「沼田の歌」の演奏のほか、記念品として、中学時代の恩師のメッセージを収めたUSBメモリーカードが新成人に贈られました。

ソーシャルディスタンスを設けた座席の配置をはじめ、検温や消毒を行い、新型コロナウイルスの影響で出席できない新成人のために、YouTubeで生中継もしました。

問合せ 生涯学習課社会教育係 内線3321

歴史的施設で 記念撮影楽しむ



旧土岐邸洋館など上之町に並ぶ歴史的施設を無料開放しました。式典前後には振り袖姿で写真撮影を楽しむ新成人も見られました。無料開放は来年以降も継続予定です。



誓いの言葉



成人式実行委員あいさつ



沼田の歌演奏



新型コロナウイルス感染症
対策支援募金



ハタチの素顔

ユーザー数 2,000 人突破

沼田市電子地域通貨 tengoo 導入実験実施中



長期化するコロナ禍に対応する新しい沼田を目指して、昨年 12 月 18 日（金）より『未来の沼田をつくる新しいおカネ -tengoo-』の導入実証実験が始まりました。地域を支える人や事業者がつながることで市内の経済循環を高めて、沼田の未来につなげていくために、皆さんの多くの利用をお願いします。

問合せ 産業振興課産業振興係 ☎ 内線 5002・5007

利用状況 (1月15日現在)

発行総額 63,294,000 円 (利用金額 42,757,000 円)

登録店舗数 230 店

ユーザー数 2,088 人

(内訳: アプリ会員数 1,835 人 カード会員数 253 人)

利用について

チャージ 3月15日(月)まで

利用期間 3月31日(水)まで

チャージできる施設・店舗

沼田市役所、白沢・利根支所、地区公民館 4カ所 (利南・池田・薄根・川田)、歴史資料館、生方記念文庫、沼田商工会議所、老神温泉観光協会、白沢高原温泉望郷の湯、南郷温泉しゃくなげの湯、すーぱーこいけ (沼田店・横塚店・町田店)、サンモール (桜町店・鍛冶町店)、まるきゅう商店、こまつや

まちの人の声



お客さん喜ぶ
10%ポイント付与

松本茂さん
- 正札堂文具店 -



カード1枚で
便利な買い物を

岡田久美子さん
- 柳町 -



若い世代も
楽しく使いたい

武井美里花さん
- 沼女高2年 -



昨年 10 月の PayPay のポイント還元 20%で、多くのお客さんが利用し喜んでくれました。今回も 10%のポイント付与があるので、お客さんはよく使ってくれます。機械の扱い方も簡単だし、キャッシュレス化のよい取り組みですね

普段からお財布いらすのスイカを使っているの、tengoo も抵抗なく作りました。カード1枚で買い物できるのは、会計で小銭を探す手間もなく本当に便利。スマホを持っていない人や高齢者にも、カードをお薦めします

父が使っていたのをきっかけに登録し、文具などを購入しました。チャージも支払いも時間がかからず楽で便利です。高校生が利用する飲食のチェーン店や雑貨屋などが増えると、若い世代がより楽しく使えると思います

加盟店を紹介します

(1月15日現在)

- 飲食など -

アプリ・カード対応

1 味処 みよし	15 地産地働ラボ バルバル
2 あつらえ	16 津岐鮎
3 うどん亭さくら	17 花萌
4 うまいワインバー Choito	18 バンブー
5 N3 coworking & cafe ハートニー	19 福祉カフェippo
6 海鮮四季北海亭 沼田店	20 ぶれじーる
7 カレーハウス CoCo 壱番屋 沼田インター店	21 お食事処 松かわ
8 喫茶&キッチン にんじん	22 味噌ラーメン あさひや
9 串焼き屋 さはら	23 みんなの畑レストラン 収穫祭
10 鮎処春駒	24 モンブラン
11 炭火居酒屋 酒宴	25 和ダイニング柚庵
12 0278 酒場 がじゅまる	26 寿し処 よしの
13 そばグルメ花咲	27 ラ・ファンタジスタ
14 大衆酒場 キリンジ	28 YYKitchen よりどこ

アプリのみ対応

1 あいてる食堂 サラバ	15 ラーメンハウス白沢亭
2 手打ちそば処 あきづか	16 次郎長寿し
3 あけぼの食堂	17 居酒屋しんきち
4 磯の	18 ダイニングバー青
5 お食事処 えぞいち	19 中国飯店 廬山
6 大島食堂	20 食彩処 天神
7 お好み焼き ほんだ	21 とんかつ金重
8 お食事処網元	22 とんかつトミタ
9 居酒屋かじまや	23 春喜
10 カフェ 風	24 姫本
11 片品庵	25 らくだ Kitchen café
12 割烹つるや	26 レストランボマト
13 元禄	27 和食とんかつ屋まるきち
14 食事処 あづま	

物販など

アプリ・カード対応

1 アップライズウェブデザイン	17 酒のあさひや	33 土田商店	49 京呉服みはし
2 荒木屋本店	18 サンモール(桜町店・鍛冶町店)	34 ㈱トーリン	50 宮田カメラ
3 AnnoDomini	19 清水園茶舗	35 東見屋まんじゅう店	51 メガネ・補聴器のオグマ
4 井上時計店	20 清水屋呉服店	36 とねむせん	52 メガネのイタガキ沼田材木町店
5 いまい薬品	21 ジャストメガネ沼田薄根店	37 ㈱トヨナガ沼田店	53 やさいの杜
6 ENEOS 利根白沢 SS/ 常木石油	22 ㈱昌立	38 ドリームオート	54 YASUDA
7 ㈱大野商店	23 正札堂文具店	39 中島屋呉服店	55 山田調剤薬局 利根中央店
8 おもちゃのキジマ	24 上州真田武将隊商い処松之屋	40 肉の長門	56 大和屋沼田店
9 ㈱カナイヤ	25 ZIN' S BASE(株)	41 ㈱花のチギラ	57 ㈱ヤマグチ桑原呉服店
10 ㈱金子自動車	26 すーぱーこいけ (横塚店・沼田店・町田店)	42 ㈱林屋本店	58 ヤマダデンキ テックランド (沼田薄根店・沼田店)
11 ENEOS 町田 SS きうちせきゆ	27 ㈱スズキ時計店	43 BMZ沼田スタジオ・ファンタジスタ	59 洋菓子工房檜の木
12 健康長寿プロジェクト in めまた	28 ㈱大正堂眼鏡専門店	44 日野屋 ㈱石橋商店	60 横山呉服店
13 小池楽器店	29 大正堂眼鏡店	45 ふとんのおうち	61 ㈱リンサン介護福祉サービス
14 ㈱小林養蜂園	30 宝飾・時計の大正堂	46 フローリスト みずいし	
15 小林自転車店	31 TAMURA & Co.	47 榎屋酒店	
16 こまつや	32 千明書店	48 松井石油	

アプリのみ対応

1 旭屋米穀店	17 サラダ館沼田上原店	33 パディベーカーリー	49 山口精肉店
2 ウエルシア(沼田店・沼田栄町店・沼田バイパス店)	18 志きしま化粧品店	34 花みつばち館	50 山田調剤薬局
3 太田酒店	19 シューマートカナイ 桜町店	35 Books おみ	51 山田調剤薬局(上原店・恩田店・セントラル店)
4 おか田	20 しらかば薬局	36 フットこる ベシア沼田モール店	52 ヤマザキYショップ 沼田駅前店
5 ㈱オグニヤ 沼田新聞販売所	21 大丸屋製菓 下之町店	37 フラワーメイ	53 山太屋
6 小野養蜂場	22 ㈱タケヒロ	38 プロの食材 ユースフル	54 洋服おなほ mini
7 学生服のマルフヂ	23 太助庵	39 文真堂書店 上原店	55 吉野豆腐店
8 笠間テント本店	24 ㈱タハラ家具	40 ㈱星野電器商会	56 吉沢石油(株)
9 ㈱金谷商事	25 利根日石(DD 沼田インター店・DD 沼田店・沼田インター西 SS・馬喰町 SS・ホームエネルギー課)	41 はたかや	57 ラベンダー薬局
10 河内屋菓子店	26 魚匠 巴	42 毎日のおかず 四季彩	58 リサイクルショップライフ
11 菊屋紙店	27 靴の店 トリオ沼田店	43 豆煎や珈琲ロースターズ	59 レイラニキャットハウス
12 ㈱桑原園茶舗	28 ㈱永井酒販	44 まるみつ商店	60 ワークマンプラス沼田薄根店 Yショップ
13 桑寿園茶舗	29 中島クリーニング店	45 まるきゅう商店	61 (沼田脳神経外科循環器科 病院店・沼田クリニック店)
14 こどもふく ぽっけ	30 沼田市観光案内所	46 宮前薬局	
15 坂井養蜂場	31 沼田市東部商工会	47 明誠堂くすりのわかばやし	
16 酒のまるげん	32 沼田大雅水産(株)	48 ミスタータイヤマン 沼田インター店	

その他

アプリ・カード対応

1 あつこ治療院	12 サスティナ・ヘアー	23 ヘアープレイス
2 hair produce ibuki	13 美容室ジョー	24 ヘアーサロン なかむら
3 癒しのて	14 美容室スクエア	25 ヘアーサロン エラン
4 上田屋旅館	15 白沢高原温泉 望郷の湯	26 ヘアルーム メンズ ハッピー
5 FM OZE	16 染谷りんご園	27 ホテルベラヴィータ
6 老神温泉 観山荘	17 南郷温泉しゃくなげの湯	28 Body Care Salon mano mano
7 老神温泉観光協会	18 沼田商工会議所	29 メナードフェイシャルサロン 沼田薄根
8 川田美容室	19 パーソナルトレーニングジム one's strength	30 理容ホンダ
9 久屋原温泉	20 ピコファーム体験	31 Rainy
10 理容見城	21 美容室 PROUD	
11 さくらんぼの斉藤園	22 美容室 みや	

アプリのみ対応

1 理容秋永
2 ㈱安心代行
3 安心レンタカー
4 かみふうせん
5 玉原東急リゾート
6 生ゆば処 町田屋
7 果実の里 原田農園
8 美容室美美人
9 ベンリー沼田店
10 ペンション バン・デ・ルージュ
11 安らぎ交通

まだ間に合う！ マイナポイント

キャッシュレスでチャージまたはお買い物をするとマイナポイントがもらえる「マイナポイント事業」が延長されたことから、今年3月末までにマイナンバーカードを申請すると、9月末までマイナポイントの取得が可能になりました。



問合せ 市民課管理戸籍係 ☎ 内線 3 0 0 8

★マイナポイントの取得と利用までの流れ★

①マイナンバーカードの申請・取得(すでにお持ちの人は②へ)



「個人番号カード交付申請書兼電子証明書発行申請書」(以下、交付申請書)により地方公共団体情報システム機構に申請すると、マイナンバーカードの交付を受けることができます。

- 交付申請書は、地方公共団体情報システム機構から3月末までに随時送付される予定です。早めに交付申請を行いたい人は、市から送付しますので市民課へご連絡ください
- マイナポイントの取得には、利用者証明用電子証明書が必要です。電子証明書の「不要」欄にチェックをしないようご注意ください
- マイナンバーカードが交付されるまで、申

請後1～2カ月程度時間がかかります。交付前に市外へ転出された場合、申請は無効となりますので、住所変更後に申請してください

● 交付案内が届いたら、必ず本人が受け取りに来てください。代理人受領は本人が病气入院中などで、顔写真付きの本人確認書類が必要になります

※ マイナンバーカードは、郵送、パソコン、スマートフォン、まちなかの証明写真機から申請可能です。詳細は右の二次元コード(市HP)からご確認ください



市HP

②マイナポイントの予約と申し込み



対応スマートフォンやパソコン(ICカードリーダーが必要)などから行えます。市民課または白沢・利根支所生活係でも設定のサポートを行います。

◎サポートを受ける前にご確認を

マイナンバーカードを持参し、利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁)を用意

してください。

◎利用予定のキャッシュレス決済の事前確認

- ・ 決済事業者に登録があること
- ※ 事前登録が必要な場合は登録を済ませる
- ・ マイナポイント手続きスポットに○があり、申し込み開始日を過ぎていること
- ・ 「決済サービスID」と「セキュリティコード」を用意

③マイナポイントの取得(令和3年9月末終了予定)



ICカードへのチャージや○Payなどの利用でポイントを取得(上限は1人5,000円分)。決済サービスでいつものお買い物に利用できます。

※ ②③の詳細については、右の二次元コード(総務省マイナポイント事業公式HP)からご確認ください



総務省HP

マイナポイントを活用した消費活性化策に関する問い合わせ先
マイナンバー総合フリーダイヤル(無料) ☎ 0120-95-0178(ダイヤル後「5番」を選択)
※受付時間: 午前9時30分～午後8時(土・日曜日、祝日は午後5時30分まで)

市県民税の申告はお早めに！！

申告期間 2月16日(火)～3月15日(月)

問合せ 課税課市民税係 ☎内線 3012
白沢支所生活係 ☎内線 7832
利根支所生活係 ☎内線 7929

※申告期間中(2月16日(火)～3月15日(月))
は職員が申告を受けていることから、後日折り返し
の連絡となることがあります

申告が必要な人

今年1月1日現在、本市に住所があり、令和2年中の収入状況が、次のいずれかに該当する人です。

- ① 営業や農業、不動産、譲渡、雑所得(個人年金や報酬)などの収入があった人
 - ② 給与収入があった人で、勤務先から市へ給与支払報告書が提出されていない人
- ※勤務先へご確認ください

令和3年度市県民税の申告受け付けが始まります。この申告は、昨年1月1日から12月31日までの収入が申告の対象で、来年度の市県民税や国民健康保険税、介護保険料、児童手当などの基礎資料となります。

申告をしないと、各種証明の発行や手当などが受けられなくなることがありますので、申告が必要な人は、必ず3月15日(月)までに申告書を提出してください。

申告が不要な人

- ① 令和2年分所得税確定申告書を税務署へ提出した人
- ② 給与収入のみで、年末調整済の給与支払報告書が勤務先から市に提出されている人
- ③ 公的年金のみの収入で、控除の申告をしなくても非課税となる人

申告書の提出方法

■申告書を自分で作成する人
申告書に次のものを添付の上、郵送または申告会場に設

置の提出箱へ提出してください。

なお、申告書の内容に不明

な点などがある場合は、後日

内容の確認をさせていただく

場合がありますので、必ず連

絡先を記入してください。

●申告者本人のマイナンバー

カードの表・裏面の写し、ま

たは通知カードの写し

※通知カードの場合は、運転

免許証など身元確認書類の写

しも添付してください

●医療費や生命保険料、地震

保険料などの控除を受ける人

は、領収書などの支払いを証

明できる書類

■申告会場で面談をして申告

書を出す人

次のものを持参してください。

●申告書

●申告者本人のマイナンバー

カード、または通知カード

※通知カードの場合は、運転

免許証などの身元確認書類も

持参してください

●印鑑(認め印)

●昨年中の収入が分かるもの

①給与収入があった人は、源

泉徴収票、給与明細、事業主

の支払証明など

②営業・農業・不動産の収入

があった人は、収支明細書や

帳簿類、領収書など

③公的年金などの受給者は、

源泉徴収票

●配偶者や扶養、事業専従者

などの控除を受ける人は、控

除対象者のマイナンバーが分

かるもの

●医療費や社会保険料、生命

保険料・地震保険料などの控

除を受ける人は、領収書など

の支払いを証明できる書類

※申告書が配布されていない

人のうち、申告が必要と思わ

れる人は、課税課市民税係に

問い合わせください

マイナンバーの確認

社会保障・税番号制度の開
始に伴い、申告書などに個人
番号(マイナンバー)の記載
が必要となりました。

マイナンバーの提供を受け
る際は、番号法により、本人
確認が義務付けられているた
め、申告書などの受付時に番
号確認(申告書などに記載さ
れた番号が正しいことの確
認)と、身元確認(申告書な
どの提出者が正しい番号の持
ち主であることの確認)を行
います。

※確定申告の場合には、それ
ぞれの確認書類の写しが必要
となります

申告相談日程表

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来庁される人は、マスクの着用、手指の消毒などにご協力ください

●テラス沼田（4階）防災会議室 401・402 受付時間：午前9時～午後4時

日 程	対象地区
2月	16日（火）
	17日（水）
	18日（木）
	19日（金）
	22日（月）
	24日（水）
	25日（木）
	26日（金）
3月	1日（月）
	2日（火）
	3日（水）
	4日（木）
	5日（金）
	8日（月）
	9日（火）～
	15日（月）

※番号札は当日朝8時から申告会場前「市民ロビーぱるく」で配付
※車でお越しの場合、下之町（立体・平面）駐車場をご利用ください。料金は申告期間に限り無料。必ず申告相談会場で駐車券の無料手続きをしてください

●利根支所（2階）大集会室 受付時間：午前9時～午後4時

日 程	対象地区
2月	16日（火）
	17日（水）
	18日（木）
	19日（金）
	22日（月）
	24日（水）
	25日（木）
	全地区未済者 ※大変混雑することが予想されます

●白沢支所（2階）保健指導室・営農指導相談室 受付時間：午前9時～午後4時

日 程	対象地区
2月	26日（金）
3月	1日（月）
	2日（火）
	3日（水）
	4日（木）
	5日（金）
	8日（月）

沼田税務署
確定申告相談
会場のご案内
開設期間 2月1日（月）～
3月15日（月）（土・日曜日、
祝日を除く）
※本年は還付申告に限り、2
月15日（月）以前でも受け付
けます
相談受け付け 午前8時30分
～午後4時（午前9時相談開
始）
※午後2時ごろまでに受け付
けを済ませてください
会場 沼田税務署2階会議室
その他
○申告書の作成に時間が掛か
りますので、お早めにお越し
ください
○混雑緩和のため、時間をず
らしての来場をお願いするこ
ともあります
○e-Tax用のIDとパス
ワードをお持ちの人は、国税
庁ホームページ内「確定申告
書等作成コーナー」から簡単
に申告ができます
問合せ 沼田税務署 ☎ 22・
2131（自動音声案内）

◆◆◆お願い◆◆◆
■確定申告に源泉徴収票の添付が不要となりましたが、市役所での申告相談では源泉徴収票や控除証明書の提示が必要となりますので、忘れずにお持ちください
■申告書は本人が記入して提出してください
■代理人が提出する場合は「委任状」の提出が必要です
■申告の際に、本人確認書類の原本の提示や写しの提出が必要となります
■申告相談をする場合、事前に収入金額や経費などを集計しておいてください
■医療費控除の申告をする場合、申告時間短縮のため、領収書を医療を受けた人、病院ごとに分けて集計しておいてください
■申告期間中（2月16日～3月15日）は、職員が申告相談会場に出ているため、課税課窓口での申告相談は実施しません。申告書の受け取り（申告書提出箱への投函）のみになりますので、申告相談を希望する場合は、申告相談会場へお越しください
■次の①～⑥は「沼田税務署」へ確定申告が必要です
①譲渡所得（土地・株式など）②初年度の住宅借入金等特別控除（住宅ローン控除）③令和元年分以前の確定申告（修正申告、更正の請求を含む）④消費税の申告⑤青色申告⑥損失申告
■確定申告に関すること（確定申告書の郵送請求など）は、沼田税務署（☎ 22・2131）へお問合せください

優れた功績をたたえて

「沼田市名誉市民顕彰記念 みやかわ 宮川ひろ展」

1010625



教科書に掲載された『沢田さんのほくろ』や、映画化された『春駒のうた』など、児童文学作家として数々の著作を通じ親しまれてきた故・宮川ひろさんが、名誉市民になりました。

その功績を広く紹介するため「沼田市名誉市民顕彰記念 宮川ひろ展」を開催します。展示をはじめ沼田読み聞かせ会による読み聞かせスペースや体験スペースなど、子どもから大人まで宮川ひろさんの世界をお楽しみください。また、宮川ひろさんの長男で児童文学研究者の宮川健郎たけおさんを講師に招き講演会も行います。

とき 2月18日（木）から23日（火）までの午前9時30分～午後4時

ところ テラス沼田1階多目的スペース

入場料 無料

その他

①読み聞かせスペース 平日：午前11時／土・日曜日、祝日：午前11時・午後2時

②体験スペース（びゅんびゅんごま工作） 平日：なし／土・日曜日、祝日：午前11時30分・午後2時30分
※20日（土）は、記念講演会開催のため①②共に午前中のみ行います

< 記念講演会 >

とき 2月20日（土）午後2時～3時

ところ テラス沼田1階多目的スペース

講師 宮川健郎さん（児童文学研究者）

定員 40人（先着順）

参加費 無料

申込み 不要（直接会場にお越しください）

問合せ 生涯学習課社会教育係 ☎内線3321

利根沼田5市町村で協定を締結

1009877

利根沼田地域定住自立圏形成協定



市は生活圏や文化圏が近い片品村・川場村・昭和村・みなかみ町と、相互に役割を分担し、人口定住に必要な都市機能や生活機能の確保・充実を図るとともに、地域活性化に努め、住民が安心して暮らし続けることできる「定住自立圏」を形成するため、協定を締結しました。

協定締結日 令和2年12月25日（金）

協定の内容 生活機能の強化（医療、福祉、教育、産業振興など）、結び付きやネットワークの強化（地域公共交通、交流移住）、圏域マネジメント能力の強化（人材育成）に係る政策分野で連携

問合せ 企画政策課政策推進係 ☎内線4033

誕生祝いに木製おもちゃをプレゼント

1010609

「ウッドスタート宣言」に調印

子どもをはじめ全ての人が木と触れ合うことで、木と学び、自然を大切に考え行動できる心を育む「木育」を推進するため、市はウッドスタート宣言に調印。木育の第一歩として、市内で生まれた赤ちゃんに、東京おもちゃ美術館が監修し、市の木材を使って市内木材加工業者で一つ一つ手作りされた「沼田のてんぐつみき」をプレゼントします。

宣言調印日 令和2年12月24日（木）

問合せ 農林課森林整備係 ☎内線5013





12/23 反射キーホルダー贈呈式
沼田北小学校



市交通指導隊が発足 50 周年を記念して、反射材を使ったキーホルダーを作製。市内 11 小学校の児童に配布しました

12/25 ~ 28 歳末特別警戒
市内



市消防団と八職工防火協力会が、消火栓・消火栓用工具箱などの点検や、消防車両による夜間の警戒巡視を行いました

1/9 から 山田寅次郎展
歴史資料館企画展示室



※ 2月7日(日)の特別講演会は中止となりました

沼田藩代々家老職の次男で、人生の前半をトルコで過ごし親日国の礎を築いた山田寅次郎の生きざまを紹介(2/9まで)

1/10 市消防団出初式
テラス沼田 Waltz ホール



市長あいさつや生方消防団長による訓示のほか、昨年度末で消防団を退団された人に感謝状の贈呈が行われました

1/13 「雪んこりんご」埋め込み
玉原高原(上発知町)



沼田市りんご組合が昨年収穫した約4万個のリンゴを雪の中に埋め込みました。このリンゴは春に掘り出され販売されます

1/16 だるま供養式典
須賀神社境内



沼田だるま市の開催に併せ、家庭や事業所で役目を終えただるまを、はらい清め焚き上げる「だるま供養」が行われました

1/18 学校給食で生産者支援
市内小・中学校



外食需要の減少で影響が出ている県産農畜産物の消費拡大を図るため、上州和牛を使ったビーフシチューを提供しました

1/19 ホストタウンフレーム切手贈呈式
テラス沼田応接室



ドイツのホストタウンとしての交流を記念し、日本郵便(株)と連携して作製したフレーム切手の贈呈式が行われました

1/21 給食でドイツ文化を紹介
市内小・中学校



ドイツで親しまれているシュニッツェルなどの料理を提供。給食を通して子どもたちにドイツ文化を紹介しました



お知らせ

1007482

証明書コンビニ交付
サービス停止

システム作業などのため、コンビニエンスストアでの住民票などの証明書発行サービスを停止します。

停止日

▽2月9日（火）午後5時30分～終日

▽2月26日（金）午前8時～午後2時

問合せ 市民課管理戸籍係 内線3007

国民年金は口座振替・クレジットカード納付を

国民年金保険料の納付に口座振替やクレジットカードを利用すると、自動に引き落とされて納め忘れもなく、金融機関などに出向く手間が省けて便利です。

口座振替には、当月末に振替納付することで月々50円割引される早割制度や現金納付よりも割引額が多い6カ月前納、1年前納、2年前納もありお得です。

※6カ月前納（4月分～9月

分）や1年前納、2年前納の申し込みは、2月末まで※クレジットカード納付は、現金納付と割引額が同じで、早割制度はありません※通常の口座振替と早割、クレジットカード納付は、いつでも申し込みできます

申込み・問合せ 渋川年金事務所国民年金課 0279・22・1607

人権擁護委員の委嘱

人権擁護委員は法務大臣から委嘱を受け、人権啓発活動や人権問題の相談に応じるなどの活動に取り組んでいます。

現在本市では11人が委嘱（任期3年間）を受けており、1月1日付で次の3人が再任されました。

▽中嶋歩積さん（鍛冶町）

▽吉野敏弘さん（上久屋町）

▽北原君子さん（材木町）

問合せ 市民協働課市民相談係 内線3056

1000013

沼田市議会定例会
2月25日（木）開会

沼田市議会は会議の様子をインターネットで配信し、生

中継をはじめ、好きな時間にご覧いただける録画配信も行っています。皆さんのお近くにある市議会を、ぜひご覧ください。

とき 2月25日（木）午前10時開会予定

ところ テラス沼田5階議場（Waitzホール）

インターネット
中継はこちらから



問合せ 議会事務局 内線5102

県心身障害者福祉センター
身体障害者巡回相談

とき 3月3日（水）午前10時～正午

ところ テラス沼田4階防災会議室404

※重度の障害などの理由により、会場に來られない人は、自宅訪問することもできます

相談科目 整形外科

内容 補装具の要否判定など相談料 無料（要予約）

申込期限 2月19日（金）

用意するもの 印鑑、身体障害者手帳

申込み・問合せ 社会福祉課

障害福祉係 内線3109

認知症家族交流会

認知症の人を長年介護されてきた人や、家族が認知症の診断を受けたばかりで不安を感じている人など、介護者同士だからできる話を共有しませんか。

とき 2月26日（金）午後2時～4時

ところ テラス沼田4階庁議室

対象 認知症の人を介護している家族

定員 10人程度

申込期限 2月19日（金）

申込み・問合せ 地域包括支援センター 22・1112

2月7日は北方領土の日
北方領土返還運動

北方領土（歯舞群島・色丹島・国後島・択捉島）は、わが国固有の領土です。

北方領土の早期返還を実現し、日露間に安定した友好関係を築くためには、私たちが北方領土問題に対する理解を深め、粘り強く返還を求めていくことが大切です。

問合せ 総務課行政係 内線4012

（広報）

募集

1009467 市民ふれあい農園の利用者募集

ところ 戸鹿野町599-1
区画数 80区画（1区画当たり30平方メートル）
付帯設備 駐車場、休憩所、農機具庫、トイレ、給水施設
利用期間 4月1日から1年間
利用料金（1年間） 1区画5500円

申込み 随時、受け付けています。農林課備え付けの所定の申請書に必要事項を記入して農林課へ提出
問合せ 農林課農業振興係 内線5007

1002399 有価物集団回収登録団体を募集

ごみの減量化や資源の有効活用のため、地域の皆さんで集団回収を始めてみませんか。有価物集団回収とは、住民参加型のリサイクル活動で、各地域の自治会や子ども会、各学校のPTA、スポーツ少年団などの団体が登録をし、家庭から出る有価物（古紙やアルミ缶など）を分別して集

めて、市内の回収業者に引き渡します。回収量に応じて、各団体へ奨励金を交付します。奨励金は地域行事や団体活動費など、地域振興に活用されています。
申込み・問合せ 環境課廃棄物係 内線3074

1002111 自主サークル活動助成団体募集

市民の生涯学習を推進するため、令和3年度の助成団体を募集します。
対象 次の全ての条件を満たすサークル
①会員が10人以上で、年間6回以上の学習会（活動）をしている
②自主的に立ち上げたサークル
③過去に同事業の助成を受けていない
サークルの種類
▽趣味の活動（俳句、絵画、手芸、音楽など）
▽軽スポーツなどの活動（エアロビクス、ダンス、ダンスなど）
助成額 2万7000円
申込み 2月26日（金）までに所定の用紙に必要事項を記入して生涯学習課へ提出
問合せ 生涯学習課社会教育係 内線3321

1002111 芸術文化活動の助成団体募集

芸術文化活動の促進と振興を図るため、令和3年度の助成団体を募集します。
対象 次の全ての条件を満たす団体で、沼田市芸術文化振興基金審査委員会が審査した後に助成団体が決定します
①市内に住所または活動の拠点を持っている
②一定の助成対象条件に適合している
③過去に同事業の助成を受けていない
助成額 助成対象額の2分の1以内（限度額10万円）
申込み 2月26日（金）までに所定の用紙に必要事項を記入して生涯学習課へ提出
その他 申込多数の場合は書類選考となります
問合せ 生涯学習課社会教育係 内線3321

「まちの達人バンク」登録者募集

充実した生涯学習を推進するため、市内で活躍する指導者を募集しています。資格や免許の有無、ジャンルなどは問いません。

登録すると

▽教室や講座などの講師として協力を依頼
▽講師を紹介してほしいという依頼に対応
▽市HP内の「沼田市の生涯学習講師一覧」にまちの達人として名前を掲載
▽指導者名を記載した冊子を、各小中学校や図書館などに配布
申込み 2月16日（火）までに電話または生涯学習課窓口※昨年度に登録している人は通知にて確認します
問合せ 生涯学習課社会教育係 内線3322



(広告)

(広告)

1002524

市民協働によるまちづくり
事業補助金対象事業計画
を募集

市民と行政のパートナー
シップにより魅力あるまちづ
くりを推進するため、地域の
活性化や課題解決に向けた市
民の自主的な活動を対象に令
和3年度の事業計画を募集し
ます。

対象事業 市民協働の推進や
まちづくりに必要で、新たに
取り組む事業や既存の活動を
拡充する事業

※対象事業費が10万円以上
対象団体 次の全てに該当

▽5人以上で構成し、過半数
が市内に在住、在勤、または
在学している

▽市内に活動拠点をもち、市
内で活動している

補助対象経費（事業実施のた
めに直接必要な経費）

▽講師の謝礼、交通費
▽チラシなどの印刷代や用紙
代、消耗品代

▽会場使用料、機材借上料、
原材料費

▽ボランティア保険料、郵送料
▽5万円未満の備品購入費など
事業実施期間 4月1日（木）

～来年3月31日（木）

※継続は連続して2年を限度
とする

補助額

▽1年目 補助対象経費の2
分の1以内で15万円が上限
▽2年目 補助対象経費の3
分の1以内で10万円が上限
申込期限 3月15日（月）
申込み・問合せ 市民協働課
協働推進係 ☎内線3051

1010599

防災宿泊ワークショップ

早春のまだ肌寒い気温の中
での一泊を半屋外で過ごし、
避難の際に必要なものや課題
を確認してみませんか。



段ボール
シェルター

とき 3月10日（水）午後7
時集合

ところ テラス沼田1階防災
広場ミット

内容 会議室でミニシンポジ
ウムを開催後、1階防災広場
ミットで宿泊する

※宿泊の際、段ボールシェ
ルターは体験できるが、宿泊に
必要な道具（テント・寝袋な
ど）は各自で持参する

講師 鈴木俊彦さん（工学院
大学教授）、石黒由紀さん・

堤洋樹さん（前橋工科大学准
教授）

対象 市内在住・在勤の人
定員 20人（先着順）

申込期限 3月4日（木）
申込み・問合せ 財政課FM
推進係 ☎内線4045

スポーツ

スポーツ大会の中止

1009974

新型コロナウイルス感染拡
大防止のため、2月から3月
に予定していた次のスポーツ
大会を中止します。

■市民室内ソフトテニス大会

■ぬまた駅伝大会

問合せ スポーツ振興課ス
ポーツ振興係 ☎内線3332

1009883
小中学校体育施設の
開放

市民の皆さんに広くスポーツ
の場を提供するため、小中学校
の体育施設を開放しています。

4月以降に利用を希望する
団体は使用登録申請が必要で
す。登録がないと校庭の夜間
照明を含め、学校体育施設を
利用できません。

申請期限 2月26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）

申請場所 ZACROSア
リーナぬまた、白沢・利根公
民館

持参する物 登録申請書、ク
ラブ員名簿

登録書交付 申請場所て3月
8日（月）から交付

その他 申請に必要な書類は
各小中学校、ZACROSア
リーナぬまた、白沢・利根公
民館に備え付けのほか、市H
Pで公開しています

問合せ スポーツ振興課ス
ポーツ振興係 ☎内線3332

1002608
空間放射線量測定結果

測定地点	測定日	測定値
テラス沼田	1/5	0.08
利南公民館		0.06
池田公民館		0.07
薄根公民館		0.08
川田公民館		0.06
白沢支所		0.05
利根支所		0.08

■地表100センチで測定

■測定値単位 マイクロシー
ベルト/時間

問合せ 環境課環境係 ☎内線
3071

（広告）

福祉振興事業基金へ
▽石橋一司(西原新町) ↓
万7814円
沼田建設基金へ
▽大野栄一(東京都多摩市)
↓1650円
社会福祉事業へ
▽(株)関工務所・清和会(利根郡川場村) ↓木造ベンチ8台
▽北関東雪印メグミルク協会・(有)大樹販売沼田店(硯田町) ↓車イス1台
▽ホーム友の会 ↓2万5490円
▽木内恵子(石墨町) ↓布マスク50枚、ポケットティッシュケース20個
▽坂上初江(柳町) ↓フクロウの人形102個、亀のりリアン細工60個
▽沼田利根ライオンズクラブ(下之町) ↓3万円
▽沼田キリスト聖書館(横塚町) ↓2万5000円
▽長谷川多恵子(坊新田町) ↓8万円
▽村沢紘(埼玉県草加市) ↓タオル546本
▽金子弘子(利根町老神) ↓布3本、布地70枚、バイアステープ18個、ミシン糸230個、ファスナー2本

地域で学ぼう楽しもう

あなたの地域の公民館の教室やイベントに参加しませんか。開催場所は該当の公民館で、館内地域に住む人・勤める人を優先します

利南 ☎ 22-2066 川田 ☎ 22-2009
池田 ☎ 23-9851 白沢 ☎ 53-2291
薄根 ☎ 22-3160 利根 ☎ 56-2111

池田 フラ教室

～ハワイアンミュージックの調べに乗せて
フラでAloha(愛)とPono(調和)を
感じてみませんか～

とき 2月15日・22日、3月1日の月曜日(全3回)
午後2時～3時

講師 小熊美和さん

対象 市内在住・在勤の人

定員 8人(先着順)

申込み 2月12日(金)までに来館または電話

持ち物 室内用運動シューズ、タオル、飲み物

池田 YOGA教室

～自分の呼吸を意識してヨガで心と身体を解き
放とう ヨガで心身リラックス&デトックス～

とき 3月3日(水) 午後2時～3時

講師 尾崎奈巳恵さん

対象 市内在住・在勤の人

定員 8人(先着順)

申込み 2月22日(月)までに来館または電話

持ち物 ヨガマット、タオル、飲み物

(広告)

(広告)

2月の健康テレホンサービス

☎027-234-4970をダイヤルすると、3分間の健康講話が聞けます。

月曜日 こどもの発熱
火曜日 マスクを着けても歯磨きはエチケットです
水曜日 チョコレートのう胞
木曜日 急性ストレス障害
金曜日 口腔ケアは脳卒中のリスクを軽減する
土・日曜日 ガン対策の心構え

【直接相談タイム(歯科)】 2月10日(水) 19:30～21:00

(広告)

ぬまた歴史探訪

#175

町なかに素朴な
天徳寺稲荷

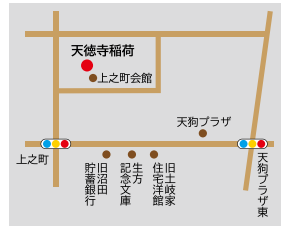
(上之町 上之町会館横)

文化財調査委員の
金井竹徳さんが
沼田の歴史をご案内



城下町沼田の一角に、大正期の建造物が集められ大正ロマンの歴史ゾーンが生まれた。歴史空間の誕生は、心を熱くさせたり、安らぎを与えてくれたりと喜ばしい。天徳寺稲荷は、江戸時代初期より、そんな歴史の地に鎮座する、町内の安寧や商売の繁盛、火災を防ぐなど願う守り神である。

延宝5(1677)年の真田城町割りに、天徳寺の名があり、本町通りから南にかけて



稲荷様のお使いである白狐がしゃれて描かれた御守護のお札や紅白のまんじゅうが町内に配られる。街歩きの徒然、先人の小さな祈りとの出会いにも感動がある。

祭日は2月11日、夕方。広い屋敷が記されている。天台宗・神道宗両方の宗派の屋敷といわれ、明治時代の排仏毀釈で廃寺となった。天徳寺の境内に祭られた稲荷宮が金刀比羅宮などと共に何度か移され、現在地の上之町会館横で役割を続けている。



沼田市立図書館

休館日 月曜日、2月11日(木)・23日(火)・26日(金)、3月20日(土)・31日(水)
問合せ 図書館 ☎ 22-0550

新刊の紹介



『13歳からの「ネットのルール」』
小木曾健/監修 メイツユニバーサルコンテンツ
「フェイクニュースを見破るには?」「炎上したらどうなる?」日本全国の学校で伝授された、ネット情報との接し方を解説



『ベリーの歴史』
ヘザー・アーク・アンダーソン/著 原書房
うわ 寓話や伝承から古今東西の食べ方、毒物として、またスーパーフードとしての役割まで、ベリーの興味深い歴史を紹介

3月の移動図書館

本を載せたワゴン「あかつき号」が各地を巡回します

3日(水) 10:30~10:50 利根ダム統合管理事務所
11:00~11:40 群馬県利根沼田振興局
13:50~14:20 新町公民館
14:30~16:15 升形小学校

4日(木) 9:50~10:15 岡谷町生活改善センター
10:25~10:55 下発知町生活改善センター
11:05~11:35 奈良町農事研修所
13:30~13:50 上発知町生活改善センター
14:00~14:20 中発知町生活改善センター
14:30~16:15 池田小学校

5日(金) 10:45~11:15 屋形原農村婦人の家
13:15~13:50 上川田町住民センター
14:00~14:20 川田公民館
14:30~16:15 川田小学校

9日(火) 10:00~10:20 横塚町公民館
10:30~10:50 久屋原町公民館
11:00~11:35 上久屋町多目的集会所
13:15~13:45 利南公民館
13:55~14:15 沼須町農事研修所
14:30~16:15 利南東小学校

10日(水) 9:50~10:20 硯田町公民館
10:30~10:55 堀廻町構造改善センター
11:05~11:30 善桂寺町活性化センター
13:30~14:10 町田町水田転作推進研修所
14:25~14:40 薄根公民館
14:50~16:15 薄根小学校

11日(木) 11:00~11:30 保健福祉センター
13:45~14:00 旧利南中学校運動広場
14:30~16:15 多那小学校

12日(金) 10:00~12:00 利根小学校
13:30~13:45 利根支所
14:00~14:20 老神地区集会所
16日(火) 13:35~14:15 愛宕老人ホーム
14:30~16:15 沼田北小学校

17日(水) 13:45~14:15 十王公園
14:30~16:15 沼田小学校

18日(木) 10:20~10:50 生枝集会所
11:00~11:20 岩室集会所
11:30~11:45 尾合集会所
13:15~13:45 下古語父集会所
14:00~14:25 上古語父集会所
14:40~16:15 白沢小学校

19日(金) 13:00~13:30 利根支所利根出張所
13:50~14:05 日影南郷集会所
14:50~16:15 沼田東小学校

駐車場は、テラス沼田立体駐車場をご利用ください。





地域おこし協力隊だより No. 4

手前みそづくり

高津修

この時期はメインとなるような農作業はなく、作業が手薄になる冬の時期にやることといえばみそづくりです。米こうじのみそは食べられるようになるまで発酵に最低1年かかるので、ちょうど今頃が1年味噌ができてあがる時期です。

昨今、こうじや発酵食品などの日本食が非常に体によいと注目されています。昨年、当協議会で開いたみそづくり体験では、米こうじを通常の2倍入れ、甘みとコクのある豊かなみそができてあ

りました。手作りであれば使用する原材料は全て認識できるので、不安ありません。このような体験を通して、食育につながるような要素を盛り込んでいけたらと思っています。今年もぜひご参加ください。

みそづくり体験

とき 2月27日(土)・28日(日)

両日午前10時～午後4時

ところ くわのみハウス(石巻市800)

参加費 9,500円

申込み 薄根地域ふるさと創生推進

協議会 HP から



問合せ 観光交流課交流推進係 ☎ 内線 5031

ぬまたブランド農産物の逸品から

今月の読者プレゼント

抽選
5人

坂井養蜂場 アカシアはちみつ



利根沼田地域で採取された純度が高い良質なはちみつです。(1,200円相当・250g)

坂井養蜂場
高橋場町 1885-10
☎ 24-4134

応募方法 はがき、または市HP応募フォームに住所、氏名、年齢、電話番号、広報紙の感想や要望を書いて送ってください。プレゼントは店舗での受け取りになります

締切 2月25日(木) 必着

宛先・問合せ 〒378-8501

沼田市下之町 888 秘書課広

報広聴係 ☎ 内線 4006



ぬまたの旬をクッキング No.4



クックパッドでレシピ公開中

沼田市クックパッド

検索

そばの実おしるこ



材料

そばの実 50g

こしあん 150g

水 2カップ (400cc)

塩 少々

■白玉団子の材料

白玉粉 50g

水 40～50g

作り方

① そばの実をさっと洗い小鍋に入れ、水2カップを加え火にかけ沸騰したら、こしあんを加える

② ボールに白玉粉を入れ、水を少しずつ加え、耳たぶぐらい

の固さに練る

③ 鍋にお湯を沸かし、団子を入れ浮かび上がった後、水を入れたボウルに移す

④ ①の鍋に団子を入れ、温めて器によそす

そばの実に含まれるルチンは、アンチエイジングや冷え性改善、生活習慣病の予防、花粉症の症状を抑える働きがあります

チャレンジ 手話



④「風邪お大事に」



こぶしを口元から前へ出し、咳をするしぐさをする



両手のこぶしを胸の前で組む



手話を身近に

市民の皆さんに手話に親んでもらえるように、毎月1つずつ紹介します

問合せ 社会福祉課障害福祉係 ☎ 内線 3109

●地域子育て支援センター

子どもと保護者が楽しく過ごせる場所です。

○沼田めぐみこども園「チャイルドハウスめぐみ」

開館日 月～土曜日 10:00～15:00（祝日除く）

問合せ 沼田めぐみこども園 ☎ 24-4163

○沼田幼稚園子育て支援センター

開館日 月～金曜日 9:00～14:00（祝日除く）

問合せ 沼田幼稚園 ☎ 090-3009-2856

○子ども広場（テラス沼田6階）

開館日 月～土曜日 9:30～16:00（祝日除く）

問合せ 子ども広場 ☎ 080-5505-7161

※状況に応じて開館日は変更になる場合があります



大原美瑚ちゃん
（1歳・柳町）



片桐未羽ちゃん
（4歳・上原町）

●子どもの健康診査

対象	生年月日	とき・受付時間
4カ月児	令和2年11月	24日（水） 13:00～13:30
10カ月児	令和2年5月	9日（火） 12:45～13:15
1歳 6カ月児	令和元年6月1日～ 6月30日	2日（火） 13:00～13:45
2歳児歯科	平成30年10月27日～ 11月30日	17日（水） 13:00～13:45
3歳児	平成29年9月5日～ 10月5日	10日（水） 12:40～13:20

※状況に応じて中止する可能性があります

ところ 保健福祉センター

問合せ 健康課保健係 ☎ 内線 3164

●子育てママのスタイルキープ教室

とき・受付時間	対象
3日（水）	10:00～ 10:15 子育て中の人と子ども （ママのみでの参加、 子どもと一緒に参加、 どちらでも可能です）
10日（水）	
17日（水）	
24日（水）	

※状況に応じて中止する可能性があります

ところ ミズノウエルネス沼田（テラス沼田7階）

内容 測定、子どもと一緒にできるストレッチなど

定員 10組（先着順、初めての人優先）

申込期限 2月19日（金）

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎ 内線 3167

●育児相談

相談	対象	とき・時間
エンゼルクラブ	1歳未満	5日（金） 9:30～11:00
わんぱくクラブ	3月はお休みです	

※状況に応じて中止する可能性があります

ところ 保健福祉センター

持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ（歯の相談を希望する人）

問合せ 健康課保健係 ☎ 内線 3164

●ベビーマッサージ

とき・受付時間	対象
22日（月） 13:30～13:45	初めての乳児（2～7カ月）と 保護者（第2子以降は要相談）

※状況に応じて中止する可能性があります

ところ 保健福祉センター

定員 10組（先着順、5組を超えた場合は2部制）

申込期間 3月1日（月）～15日（月）

持ち物 防水シート1枚（貸し出し可）、バスタオル1枚、フェイスタオル（またはハンドタオル）1枚、お出掛けに必要なもの一式（オムツ、着替えなど）、飲み物（必要に応じて）

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎ 内線 3167

★ひとりで悩まないで★

子どもの発育や発達、育児で気になることがありましたら、健康課窓口や電話でご相談ください。

「子どもたちと絵本」が出会う場所

おはなしばけっと

とき 14:30～15:00

ところ・問合せ 図書館 ☎ 22-0550

とき	内容
2月6日（土）	えほん「いたいのいたいのとんでゆけ」
2月20日（土） 11:00～11:30	かみしばい「ふうちゃんのそり」 ※テラス沼田1階多目的スペースで開催
3月6日（土）	えほん「はなをくんくん」

※しばらくの間、図書館4階和室で開催します



子育て情報満載♪ 「沼田子育てネット」

イベント情報や子育て関連施設マップ、支援やサービスの案内など役立つ情報が満載です。

問合せ NPO 法人利根
沼田地域ボランティアセ
ンター ☎ 22-1760



3 月の健康ガイド

●出張！福ろうクラブ（筋トレ、脳トレなど）

手軽に脳トレや体操を行いませんか。家に近い公民館などを会場に、保健師・看護師が日常生活を健康に過ごすために大切なことをお伝えします。新型コロナウイルス感染症対策のため、しばらくの間、人数制限を行い、申し込み制で開催します。

場所	日時		募集人数
利南公民館	3日 (水)	13:20 ～ 14:05	若干名
		14:50 ～ 15:35	
池田公民館	11日 (木)	9:50 ～ 10:35	
		11:15 ～ 12:00	
薄根公民館	16日 (火)	9:50 ～ 10:35	受け付け終了
		11:15 ～ 12:00	若干名
川田公民館	17日 (水)	9:50 ～ 10:35	受け付け終了
		11:15 ～ 12:00	
白沢支所	1日 (月)	9:50 ～ 10:35	若干名
利根保健福祉センター	23日 (火)	9:50 ～ 10:35	

申込期限 各会場ともに開催日の7日前まで
※申し込み受け付けは先着順で、定員になり次第終了します

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線 3168

●沼田利根医師会「休日夜間急患診療所」

とき	受付時間	場所・問合せ
日曜日・祝日	9:45～12:00 ※診療時間は10:00～12:30	沼田利根医師会地域医療センター（ZACROSアリーナぬまた南側） ☎24-1199

※新型コロナウイルス感染症対策のため休診していましたが、一部診療を再開しています。受診される人は電話をしてから自動車でお越しください（待合室などはありませんので自動車で待機してください）

●活動量計データ読み込み

場所	日時
健康課窓口	平日の午前9時から午後5時まで随時読み込みを行っています
利南公民館	3日(水) 9:45～10:45
薄根公民館	5日(金) 14:00～16:00
川田公民館	17日(水) 9:45～10:45
白沢支所	1日(月) 9:45～10:45

持ち物 活動量計、ポイントカード

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3167

●健康相談（血圧測定・尿検査など）

相談名	日時	場所
にこにこ健康相談	8日(月) 14:00～15:30	テラス沼田4階 市民ロビー

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3166

令和2年度の開催中止事業について

次の事業は、今年度の全ての日程を中止することが決定しています。

- ・元気のみち（脳トレ・軽体操など）
- ・すこやか健康相談
- ・あっぷりんカフェ（認知症カフェ）

3 月の相談窓口

相談名	日時	場所・問合せ
家庭児童相談	月～金曜日 8:30～17:15	子ども家庭総合支援拠点 (テラス沼田3階) ☎22-0874
消費生活相談	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00	消費生活センター (テラス沼田3階) ☎20-1500
ふれあい総合相談	毎週月曜日(祝日の場合は翌日) 13:00～15:00	保健福祉センター ☎22-1990
無料法律相談	17日(水) 13:30～16:00	保健福祉センター ☎22-1990
休日納税相談	14日(日) 8:30～17:00	収納課 ☎内線 3034
年金相談	4日(木)・18日(木) 9:30～12:00 13:00～16:00	防災会議室 (テラス沼田4階) <予約> 渋川年金事務所 ☎0279-22-1614

相談名	日時	場所・問合せ
手話通訳者設置日	8日(月)・22日(月) 10:00～12:00	社会福祉課 ☎内線 3109
就業援助相談	毎週火曜日 10:00～12:00 13:00～15:00	テラス沼田5階 相談室5-2 ☎内線 5201
障害者就業・生活支援相談	月～金曜日 8:30～12:00 13:00～17:15	障害者就業・生活支援センターコスモス (テラス沼田6階) ☎25-4400
生涯学習相談	月～金曜日 9:00～16:00	生涯学習課 ☎内線 3322
青少年相談	月～金曜日 8:30～12:00 13:00～17:15	青少年育成相談センター (テラス沼田3階) ☎23-5411 <メール相談> syotyouty@city.numata.lg.jp



「東京五輪音頭 2020」を披露する生徒

オリパラ教育 東京五輪を身近に

沼田南中学校

輝くぬまたの未来つ子

第9回

沼田南中学校（小室昌顕校長・生徒数174人）は、オリンピック・パラリンピックを題材にスポーツの意義を学ぶ「オリンピック・パラリンピック教育」の推進校の指定を受けている。保健体育科を中心に、各教科や行事において関連学習に取り組んでいる。

日頃の学習の成果が発揮される運動会では、生徒は所属する部活動のユニフォームを着て「東京五輪音頭2020」を披露。昨年度は保護者や関係者も一緒に踊り、地域で盛り上げた。同校独自の「南中聖火リレー」では、手作りの聖火トーチを持ち、校内や市内施設、学校を巡回した。地域の声援を受け、ランナーは聖火をつないだ。

同校はこれまでの成果を生かして、各教科の教育課程に位置付けるなど、継続的な取り組みを考えている。



今月の表紙



移動図書館のステーションに訪れる池田地区の皆さんは、毎月の巡回日が楽しみと話します。連載ものに挑戦する人や子どものために児童書を借りる人などさまざま。地域の触れ合いの場にもなっています。

編集後記

移動図書館車に初めて乗り、地域の巡回に随行しました。訪れる人は「来てくれるのが便利でありがたい、継続して」と声をそろえて言い、利用者同士で何気ない会話を楽しむ光景にもほっこりしました。しばらく続く自粛生活を読書で有意義に過ごすためにも、近くのステーションを訪れ、普段と違う環境で本を選んでみてはいかがでしょうか。(o)



沼田市 公式ホームページ
www.city.numata.gunma.jp



沼田市情報配信サービス「ホットとメールぬまた」
<https://service.sugumail.com/numata/member/>



行政情報アプリ「マチイロ」
www.machihiro.town



沼田市 公式 Facebook「いいね!沼田市」



Twitter 沼田市 公式アカウント
@NumatacityPR



Twitter 沼田市防災情報 公式アカウント
@numata_bousai



沼田市 公式インスタグラム(観光情報)
numata_trip



沼田市 公式インスタグラム(フィルムコミッション)
numatacity_film_commission