

10
Oct. 2022
No. 938

Numata

広報ぬまた



三番叟
実りの秋祝う

主な内容

- 02 特集 次代を担う人形芝居
- 06 沼田花火大会
- 08 コロナワクチン
- 10 沼田市電子地域通貨tengoo

炊事などの日常の雑事に苦勞を惜しまない「薪水之勞」の思いで、2012年に建立した稽古場兼劇場「薪水書窓庵」。芸の道で一人前になるには骨身を惜しまず人に尽くし、人間性を高めることに重きを置いている



稽古に励んで芸を磨く三味線歴7年の高橋葉月音さん

特集 次代を担う人形芝居

つなぐ伝統 芸の技



真剣なまなざしで三番叟の神様を演じる堀越美羽さん

市重要無形民俗文化財「沼須人形芝居」(沼須町)は、江戸末期に伝わった人形浄瑠璃です。1955年ごろに一時期途絶えましたが、75年に地域住民が保存会を結成して復活。保存会の上演部門の「あけぼの座」が後継者を育て、公演を通じて伝承しています。



堀越すずはさん
—戸鹿野町—

18番は意地悪な船頭
役にはまった所作を披露

小学2年生のときに姉と一緒に入団しました。デビューは「三番叟」の田植えを演じる早乙女で、言われるとおりに動いてやりきったことが懐かしいです。

18番は王位継承争いを題材にした「日高川入相花王・渡し場の段」の船頭。思いを寄せる男性を追いかける主人公「清姫」を阻み、断固として船を出さない冷たい仕打ちをする役で、自分の顔まで意地悪になるほど役に入り込みます。語りと三味線を聞きながら集中し、他の座員の練習や動きからも学んでいます。

来春、高校を卒業して県外へ進学する予定です。帰省時には稽古場へ顔を出したり団員と連絡を取り合ったりしながら、これからも人形芝居に関わっていきます。

沼須人形芝居は一人で操る「一人遣い」で、人差し指と中指の間に人形の頭をはさんで動かします。黒衣をかぶった影遣いで、三味線と義太夫語りに合わせて人形が演じます。座員は小学4年生から87歳までで、中高生と大学生が半分を占めます。公演の最初に演じる「寿式三番叟」は、五穀豊穡と地域安穩を祈願する祝儀の舞。地元・沼須の農村地帯を想像しながら、鈴を持って鼓舞したり田んぼの足踏みや種まきのしぐさをしたりと、リズムカルに動きます。「一緒に踊ろう」と客席まで足を運ぶこともあり、座員の堀越美羽さんは「お客さんの年齢層や表情を見ながら、元気づけたい思いで人形の気持ちになりきる」と話します。演目の終了後には「皆に幸あれ」という思いを込めて、団員が客席へ向かってお菓子を投げて舞い納めるユーモアある出し物です。



1

1. 「壺坂靈験記」で、盲目の沢市と妻・お里を演じる2. 三味線に合わせて語る3. 公演終了後に客席へあいさつする



3



2



三番叟の公演終了後、客席へ向かってお菓子を投げ、観客の幸福を祈願するのが座の定番となっている

頭の数には全部でおよそ35。約200年前のものも大切に保管され、今でも公演で使っている



一体の人形に思いを込めて

物語から読み取れる人形の気質や体格などをイメージしながら仕上げるといふ生方さんは、人形の手の取り付けから最後の頭を付けるまでに、凝った衣装で約5分で完成させます。指の動きやすさを第一に、着崩れないように補正をしっかりとしつつ、人形の顔が観客からよく見えるように全体のバランスも考えます。

現在は裏方で役者を見守ることが多いという生方さん。「客席からの拍手がうれしい。最高齢ですが、若い子たちと打ち上げに参加するのが楽しい」と顔をほころばせます。



役者見守る最高齢座員
人形の持ち味生かした着付け

生方ハルさん
-高橋場町-



YouTube

ハルさんの着付けを
見てみよう

人形ができるまで



4 衣装を着ける

3 下着を着ける

2 胴輪を付ける

1 人形師の親指・小指に人形の手を付ける



「頭を付けて完成」

脇役極めたい
細かな所作の練習重ねる



堤優衣さん
-同小4年-

高野智花さん
-沼東小6年-

母娘二役を語る
母思お鶴の心感じて



石井愛衣里さん
-沼須町-

お互いの兄が稽古に励んでいるのをきっかけに始めた高野さんと堤さんは、三番叟の早乙女などを演じています。指の動かし方や細かな所作の練習を重ね、相手との息づかいを合わせることを意識しながら取り組んでいるといいます。脇役を極めることを目標にする高野さんは、「鈴などの小道具を使う舞がおもしろい。早乙女は自分に合っている」と話し、堤さんは「指が痛くなく、人形が外れないので動きに集中できる。生方さんに感謝」と笑顔を見せます。

石井さんはテープを聴きながら、台本を見なくても言葉が出るほど練習を繰り返してきました。「お鶴は芯が強い。一途に母を思い泣く泣く帰る姿を想像すると、泣けてくる」と話し、「我が子を愛するお弓の抑えられなくなる様相も感じてほしい」と呼びかけます。石井さんはお弓の語りを安定させることを課題とし、自分のものにしていけるように力を入れます。

「傾城阿波鳴門・巡礼の段」で、母娘二役の語りを務める石井さん。盗賊となった母・お弓が、訪ねてきた9歳の娘・お鶴を我が子と知りながら難儀をかけるのを恐れ、母親と名のらずに別れる描写を、語りで表現します。



それぞれの人形の個性を表現できるように考えながら、小松姫物語の稽古に励む座員の皆さん
 写真下) 左から堤優衣さん、石井愛衣里さん、高野智花さん 上) 左から堤琉翔さん、高野光太朗さん、堀越すずはさん

小松姫の豊かな人間性を表現 家族のような座員 仲良く稽古

沼田城主の真田信之の夫人・小松姫の生き様を描いた「小松姫物語」は座のオリジナル作。敵となった小松姫の義父から沼田城を守るため、侵入を阻止するシーンには小松姫の気丈さが現れています。一方、義父の思いをくみ、隠れて孫に会わせる場面では、優しい心を持つ小松姫を描いています。座長の金井竹徳さんは「あらゆる場面での小松姫の心を感じて動かせるかが重要」と力を込めます。

歳の差関係なく、遠慮なく入っていけるところが同座の1番の良さ。稽古以外にも公演を観に行ったりと交流が多く、大人は若い座員をかわいがり、子どもは慕うという家族のような関係が心地良く感じるそう。座員の絆が生み出した人形芝居の伝承に、これからの期待が高まります。



写真上) 久しぶりの孫たちに会い、小躍りする義父・真田昌幸を演じる高野さん
 下) 沼田城の石垣をイメージした舞台上、小松姫が城を攻める昌幸を阻止する場面

◆ 沼須人形芝居あけぼの座 秋の公演各種 ◆

〈沼田市文化祭〉

とき 11月5日(土) 午前10時
 ところ テラス沼田1階防災広場

〈伝統芸能発表会〉

とき 11月20日(日) 午後1時30分
 ところ 利根沼田文化会館大ホール

〈沼田市文化遺産の祭典〉

とき 11月12日(土) 午前10時
 ところ 材木町神明会館



稽古や座員などを
 インスタグラムで紹介
 AKEBONO_NUMASU



第10回沼田花火大会

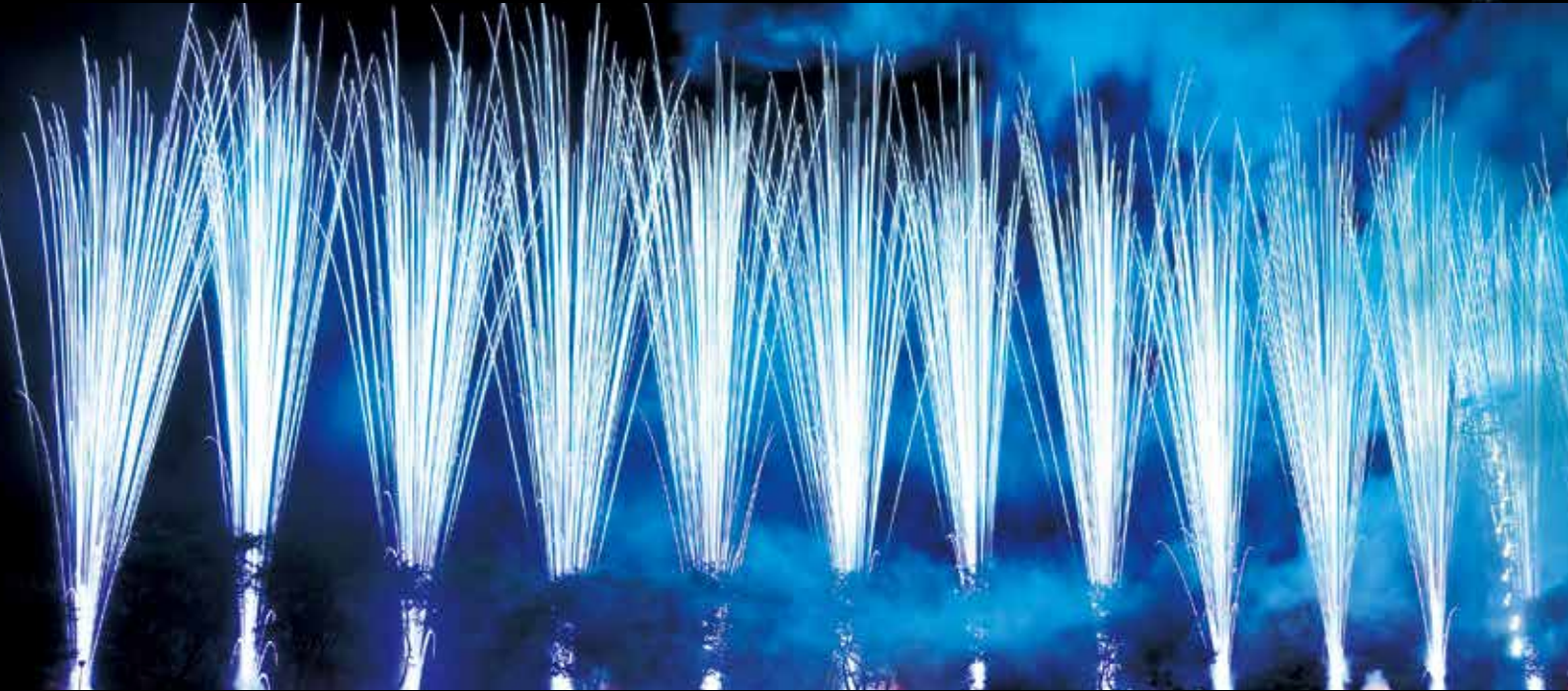
9月10日(土) 運動公園

新型コロナウイルス感染症予防対策として、入場制限を行い3年ぶりに実施しました。会場から見た低空の怒涛の打ち上げは圧巻でした。

打ち上げの様子



夜空を彩った
大輪の花たち



接種期間が令和5年3月31日まで延長されました

新型コロナウイルスワクチン接種

1011585

1012498



問合せ 沼田市コロナワクチンコールセンター ☎25-8861

9月下旬から各医療機関で順次開始

オミクロン株対応ワクチンによる追加接種

※9月15日時点での状況であり、今後の国の方針で変更となる場合あり

9月12日に薬事審議会で承認されたオミクロン株対応ワクチンは、オミクロン株 (BA.1) と従来株に対応した「2価ワクチン」で、ファイザー社およびモデルナ社ワクチンです。今年初めごろから第6波で広がったオミクロン株の「BA.1」に対応し、現在流行している「BA.5」にも効果が見込まれています。

●**接種対象** 初回 (1・2回目) 接種を完了している12歳以上で、前回接種から5カ月経過している人 (国は接種間隔の短縮などの検討を進めています)

※現時点で1人1回のみ接種としています。3回目接種の対象になる人は、かかりつけ医に相談の上、検討してください。初回 (1・2回目) 接種は従来株ワクチンによる接種となりますので、ご注意ください。かかりつけ医がない場合や初回接種対応医療機関については、コールセンターへ問い合わせてください

◎利根沼田地域での接種の進め方

オミクロン株対応ワクチンは9月19日の週から順次国内に配送されていますが、9月15日現在、中長期的な供給スケジュールが示されていないため、今後のワクチンの供給量や利根沼田地域の接種対応人数などを勘案しながら、下記の順に段階的に接種対象者を拡大します。

●接種対象の優先順位および接種時期

- ① 現行の4回目接種対象者でまだ接種が済んでいない人
- ② ①を除くエッセンシャルワーカー
※接種の目安は10月上旬以降
- ③ ①および②を除く人
※接種の目安は10月中旬以降

●接種券の発送など

- 3・4回目接種券を持っている人 手元の接種券を使用 (説明書は市HPまたはコールセンターへ)
- 4回目接種対象者 (60歳以上など) 3回目接種日から5カ月経過後に順次発送
- 3回目接種済みの12～59歳 左記対象者を拡大する時期を目安に、3回目接種から5カ月経過後に順次発送
- 4回目まで接種済の人 4回目接種から5カ月経過後に順次発送

●予約・接種方法

個別接種 各医療機関で順次開始

※使用ワクチンは供給状況などで変更が予測されるので、確認の上、予約してください

集団接種 ワクチン供給状況や国の方針を踏まえて対応

武田社ワクチン（ノバックス）の接種を開始

武田社ワクチン（ノバックス）を用いた新型コロナワクチン接種は、10月から利根沼田地域の2医療機関で開始します。武田社ワクチンは、これまで使用してきた「mRNAワクチン」とは種類が異なり、不活化ワクチンの一種の「組換えタンパクワクチン」という種類のワクチンになります。B型肝炎ウイルスワクチンなど、他のワクチンで使用実績もあります。強いアレルギーなどにより、ファイザー社やモデルナ社の「mRNAワクチン」の接種を控えていた人も接種を検討することができます。

●接種別対象について

接種状況	対象	接種回数	接種間隔
初回接種（1・2回目）	12歳以上	2回	1回目接種後、原則3週間空ける
追加接種（3回目）	18歳以上	1回	2回目接種から6カ月以上空ける

●接種医療機関や予約について

医療機関	予約など	接種日など	問合せ
内田病院	窓口・電話 月～金（午前9時～午後4時）	金曜日（正午～午後1時）	23-1231
角田外科医院	窓口・電話 月～金（午後2時～5時）	木曜日（午後3時～5時）	専用電話 22-1515

※説明書は医療機関に備え付けています

小児コロナワクチン接種体制について

〈小児接種が努力義務規定に適用〉

オミクロン株流行下での知見を踏まえ、小児接種は9月6日から努力義務が適用されました。接種にあたっては、ワクチン接種による発症予防や重症化予防などのメリットと、副反応のリスクなどのデメリットの双方を十分理解し、本人と保護者で相談の上、検討してください。

国内で流通しているワクチンの有効期限は11月末までです。希望する人は早めの接種を検討してください。

〈追加（3回目）接種の開始について〉

対象 5～11歳で新型コロナワクチンの初回（1・2回目）接種を終了した人

接種間隔 2回目接種から5カ月を経過後

使用ワクチン 5～11歳用ファイザー社ワクチン

予約など 医療機関での個別接種。詳細は市HP、案内通知に同封のチラシなどで確認

新型コロナワクチンとの同時接種が可能に

インフルエンザ予防接種の推奨と費用助成

問合せ 健康課予防係 ☎内線3163

インフルエンザの症状は新型コロナウイルス感染症と似ています。同時流行を防ぐためには、高齢者や子ども、妊婦など重症化しやすいとされる人の予防接種が推奨されます。接種約2週間後から効果が現れ、5カ月程度効果が持続するので、12月中旬頃までの接種を検討してください。重症化しやすい人を対象に予防接種費を助成しています。

●対象者別接種方法など一覧

受診シールを紛失した人や10/1以降に65歳を迎える人は、こちらからオンラインで発行申請ができます ▶



区分	市独自助成		定期接種（法定予防接種）	
	小児	重症化予防	60歳～64歳	65歳以上
対象	生後6か月～中学3年生	妊婦 高校1年生～59歳 ※心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能の障害により身体障害者手帳1級を所持	※心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障害がある（厚生労働省令該当）	※10/1以降に65歳を迎える人は受診シール未配布。接種希望者は健康課へ連絡
申請	医療機関に事前連絡 ※医療機関で予診票兼接種費用助成金申請書を記入	健康課へ事前申し込み ※申請書を記入後、予診票を発行	健康課へ電話で事前連絡 ※連絡後、予診票を発行	医療機関へ事前連絡 ※医療機関で予診票記入
持ち物	○健康保険証 ○母子健康手帳	○黄色の予診票（健康課で発行） ○健康保険証	○青色の予診票（健康課で発行） ○健康保険証	○受診シール（検診の青色封筒に同封） ○健康保険証
助成額	4,000円	3,550円	（生活保護世帯は全額助成）	
自己負担金	助成額の差額	1,200円	（生活保護世帯は自己負担なし）	
期間	10月1日～12月31日（1人1回）		※期間外や回数を超えての接種は助成対象外	
接種場所	利根沼田地域の医療機関		※その他の地域での接種を希望する場合は問い合わせ	

ステップアップ キャンペーン



tengoo に関する問合せ 産業振興課産業振興係 ☎ 内線 5003

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている加盟店を支援しよう

11月 は 最大 20% 還元

最大 20,000 てんぐー

期間 11月1日(火)~30日(水)

対象店舗 すべての加盟店

参加方法 キャンペーン期間中に加盟店を1店舗利用するごとに還元率が0.5%ずつ上がります

還元額 = 期間中の利用額の合計 × 還元率 **最大 20,000 てんぐー**

還元率 = (期間中の加盟店の利用数 × 0.5)% **最大 20%**

例：1店舗使用→0.5%、10店舗使用→5%

※期間中に同じ加盟店を何度利用しても、還元率は上がりません(利用額は加算されます)

※市内に系列店が複数ある店舗は、それぞれ1店舗と数えます

還元方法 12月9日(金)に自動付与

有効期限 付与から120日間

※キャンペーン期間中であっても状況により中止する場合があります

10/8(土) 9(日)

10:00-16:00

沼田公園

ぬまた市産業展示即売会

てんぐーでのお買い物が断然お得

🎁 アプリ版てんぐーポイントプレゼント

当日、会場内の店舗で利用できる100てんぐーをプレゼントします。

🎁 さらに抽選で1,000てんぐープレゼント

会場でアプリ版てんぐーを利用した人に抽選で200人にプレゼントします。(後日付与)

会場でチャージできます

10月は、チャージで付与されるプレミアムポイント通常1.5%が、10%になるキャンペーン中です。

ポイント

10%

上限金額

10万円

※1日5万円までチャージ可能

有効期限

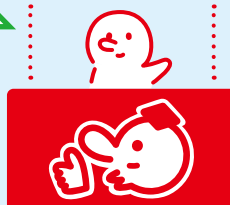
チャージ分730日間

プレミアム分120日間

※予算額に達し次第終了します

お待ちしております

てんぐーブース



スマートフォンでの
てんぐー利用サポートします
スマートフォンをお持ちで、てんぐーを
利用していない人はぜひご利用ください。

豪華景品が当たる
福引きなども実施

※カード版のてんぐー(プレミアム
てんぐーカード含む)は、ぬまた市
産業展示即売会では利用できません

文化芸術の成果をお披露目

1010224

第 69 回沼田市文化祭 (第 46 回県民芸術祭協賛)

とき 11月4日(金)～6日(日)

ところ テラス沼田、利根沼田文化会館ほか

〈作品展示〉

●第1会場 テラス沼田1階 午前10時～午後4時
(最終日は午後3時30分)

催し 華道作品展、利根沼田自然を愛する会、盆栽、将棋を楽しむ会(5日のみ祇園囃子保存会連合会・沼須人形芝居・天狗の里面友会による地域伝統共演会)

●第2会場 利根沼田文化会館展示ホール 午前10時～午後4時(茶席、香席は午後3時まで)

催し 写真展、茶席(裏千家、江戸千家(池之端・弥生)、石州流、大日本茶道学会、宗徧流、静風流、和空会裏千家)、香席(6日のみ)、俳句、短歌、絵手紙、書道、美術

(他会場・日程外での催し)

第55回利根沼田菊花大会:10/27(木)～11/5(土) 沼田公園野球場B / 第93回邦楽舞踊発表会:10/30(日) 利根沼田文化会館大ホール / 第66回沼田市民音楽祭:11/3(木) 利根沼田文化会館大ホール / 歴史探訪:11/3(木) 午前9時みなかみ水紀行館集合、みなかみ町阿能川・谷川方面 / 盆栽展示会:11/4(金)～6(日) 材木町神明会館 / 読み聞かせ:11/5(土) 図書館4階和室 / 市民将棋大会:11/13(日) 鍛冶町公民館 / 大洞流沼田吟詠会創立60周年記念大会:11/13(日) 利根沼田文化会館大ホール

問合せ 生涯学習課市民文化推進室 ☎内線3327

〈オープニングセレモニー〉

とき 11月4日(金) 午前10時～10時30分

ところ テラス沼田5階議場(Waltzホール)

〈ステージ発表〉 利根沼田文化会館大ホール

5日 / 沼田バレエスタジオ、谷間のゆりフラシスターズ、ふるさとの心をうたう会、沼田つくしの会

6日 / 沼田カラオケ連合会

〈その他〉 11月2(水)・3日(木) 白沢町文化祭(白沢地区コミュニティセンターほか)

〈無料公開〉問合せ 文化財保護課 ☎23-7565

5・6日 / 歴史資料館、旧生方家住宅・生方記念資料館、生方記念文庫、旧沼田貯蓄銀行、旧土岐家住宅洋館、旧日本基督教団沼田教会記念会堂

秋の菌原湖を撮影してみよう

プロに学ぶ写真教室



紅葉の菌原湖周辺で植物などの自然風景の撮影方法を学ぶ写真教室を開きます。簡単な画像編集についても指導があります。

とき 11月10日(木) 午後0時30分～5時

ところ 菌原湖周辺

集合場所 利根観光会館

講師 (一社)日本旅行写真家協会所属プロカメラマン

対象 利根沼田地域に在住、在学または在勤のカメラ初・中級者

定員 20人

費用 無料

申込期限 10月21日(金)

持ち物 カメラ(種類不問)、雨具、歩きやすい靴

その他 昼食は出ません。利根観光会館で行う講義終了後、撮影場所の菌原湖多目的広場まで各自で移動

申込み・問合せ 観光交流課観光推進係 ☎内線5033

紅葉の片品川で心身リフレッシュ

ウォーキング講習会

体力に合わせた班に分かれ、紅葉が見頃の片品川遊歩道コースを歩きます。ウォーキングの基礎を学び、心と体をリフレッシュしませんか。



とき 11月7日(月) 午前10時～正午(9時30分受付開始)

ところ 利根柔剣道場(駐車場は利根保健福祉センター)

※雨天時は利根柔剣道場で歩き方の講習

講師 健康運動指導士

対象 マスクを着用した上でも運動制限のない人

定員 100人

費用 無料

申込期間 10月5日(水)～26日(水)(先着順)

持ち物 飲み物、汗ふきタオル、帽子、上靴

※雨天の場合はバスタオル

その他 スマートウエルネスぬまたポイント対象事業

申込み 各地区保健推進員または健康課保健係

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3165

歴史資料館企画展

1012488

つながる縄文時代 ～利根沼田の内と外～

沼田では縄文時代の遺跡が多く発見され、大規模な集落も見つかっています。特に縄文中期は華やかな文様の土器が作られるなど、縄文文化が花開きました。企画展では市内の代表的な中期遺跡の寺谷遺跡や寺入遺跡を例に当時のムラの姿を紹介し、利根沼田のさまざまな遺跡から分かる地域の特徴や外部との交流の様子を展示します。土器に触る体験コーナーなど楽しい催しもあります。

とき 10月27日(木)～12月25日(日)
ところ 歴史資料館企画展示室
開館時間 午前9時30分から午後5時まで(最終入館午後4時30分)
休館日 水曜日(11月23日は開館)、11月4日(金)、24日(木)
観覧料 220円(団体割引あり。10月28日(金)、11月3日(木)、5日(土)、6日(日)は無料)
問合せ 歴史資料館 ☎ 23-7565



母国紹介や日本の印象語る 日本語スピーチ交流会

海外出身の皆さんが母国に関することや日本での体験などを日本語で発表します。お互いの文化に触れ、スピーカーとの交流を楽しみましょう。

とき 10月23日(日) 午後2時(1時20分受け付け開始)
ところ テラス沼田5階議場(Waltzホール)
定員 70人(先着)
参加料 無料
申込期限 10月21日(金)
その他 体温測定、マスクの着用、手指消毒、健康チェックシートの提出あり
申込み 電話または申し込みフォーム
問合せ 国際交流協会事務局(企画政策課内)
☎内線 4035



申し込みフォーム

ぬまた未来共創会議 Vol.2

1012213

多文化共生社会を目指す



「沼田市民と外国人が共に楽しく暮らし、市を発展させる多文化共生社会をどのように創るか」と題して、グループワークを通じて自由にアイデアを出し合う会議を開きます。

とき 11月15日(火) 午後7時～
ところ テラス沼田4階防災会議室 402・403
対象 市内に在住、在勤または在学する人
定員 20人(抽選)
参加費 無料
申込み 10月31日(月)までに市HPの申込みフォームまたは企画政策課配布の申込書を提出
その他 会議のテーマは随時募集。テーマは、市HPのテーマ提案フォームまたは企画政策課配布の様式を提出
問合せ 企画政策課政策推進係 ☎内線 4033



市HPの二次元コード

歴史資料館講演会

1011599

近世大名になった土岐定政

- 明智光秀・徳川家康との関係 -

市の花「ききょう」をモチーフとした桔梗紋を家紋とする土岐家は、寛保2年(1742)に上野国沼田に入封した頼稔を初代に、明治4年(1871)頼知まで12代129年間の沼田地域の藩政にあたりました。沼田藩主につながる名門土岐家を中興した大名・定政とその従兄弟といわれる明智光秀、主君の徳川家康との関係について講演し、沼田をめぐるアナザーストーリーを繰り広げます。



土岐定政が家康から拝領した甲冑

とき 10月29日(土) 午後7時～8時30分
ところ テラス沼田4階防災会議室 401・402
講師 小野瀬和男さん(沼田学舎の会・市文化財調査委員)
定員 30人(当日先着)
費用 無料
問合せ 歴史資料館 ☎ 23-7565

健康管理で病気予防と医療費削減に 特定健診と人間ドック

自身の健康に責任を持ち、軽度な体調不良は自分で手当てすることをセルフメディケーションといいます。特定健診などを受診し、健康状態を知りましょう。医療費の削減にもつながります。

【特定健診】

生活習慣病のリスクを高め、心臓病や脳卒中などの一因にもなるメタボリックシンドロームに着目した健診です。

対象 国民健康保険加入の40歳から74歳

※人間ドック受診者は対象外

受診期限 12月末日

問合せ 健康課予防係 ☎内線 3163

〈特定保健指導〉

特定健診の結果から生活習慣病の発症や進行予防などを目的に、改善が必要な人に特定保健指導「減る脂い教室」への参加をお知らせしています。

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3166

特定健診 **1002300** 国保人間ドック **1002306**

後期人間ドック **1002307**

〈令和3年度特定健診受診の有無と生活習慣病等1人当たりの医療費〉



※資料：KDBシステム（令和3年度）より

【人間ドック費用の一部助成】

国民健康保険や後期高齢者医療保険の加入者を対象に助成します。来年3月末日までに受診予定の人は、申込期限までに必ず申請してください。

助成額 国民健康保険加入者 検診費用の3分の2（上限2万5千円）／後期高齢者医療保険加入者 2万円

※特定健診および後期高齢者健診を受診した人は対象外

申込み 12月28日（水）までに国保年金課国保係、または白沢支所・利根支所生活係

問合せ 国保年金課国保係 ☎内線 3133

各サークルで会員募集中 介護予防自主サークル

1012506

講師の指導のもとで、高齢者向け筋トレやストレッチ、スローエアロビックス、口くう体操、脳トレなど楽しく行っています。

サークル名	とき	ところ
仲良しサークル	月曜/午前10時～11時30分	老健とね
ききょうクラブ	火曜/午前10時～11時30分	サンワ武道館
さわやかクラブ	火曜/午後1時30分～3時	利南地区コミュニティセンター
すこやかサークル	水曜/午前10時～11時30分	サンワ武道館ほか
シニア体カアップサークル	第2・4木曜/午前10時～正午	上原町区民館
ピンコロサークル	木曜/午前9時45分～11時45分	老健とね
いきいきサークル	金曜/午前10時～正午	サンワ武道館
吹割クラブ	月2回金曜/午前10時～11時30分	利根保健福祉センター

対象 マスク着用上でも運動制限のない概ね60歳以上の市民

講師 うすねニュースポーツクラブ指導員

費用 月約1,500円（サークルで異なる）

その他 任意スポーツ安全保険あり（65歳以上年額1,200円、64歳以下年額1,850円）

申込み 各サークル代表者（健康課で確認）

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3169

正しい動きで健康維持を ラジオ体操講習会



正しい動きや姿勢を学んで、健康の維持や向上に役立つ効果的なラジオ体操を実践してみませんか。

とき 10月29日（土）午後2時～3時30分

ところ ZACROS アリーナぬまた

対象 市民

講師 岡本美佳さん（NHKテレビ・ラジオ体操指導者）、戸塚寛子さん（同アシスタント）

定員 100人（先着順）

費用 無料

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線 3166



姉妹都市ドイツ・フュッセン市との「オンライン姉妹都市交流会」

8/26 テラス沼田 4 階庁議室

市国際交流協会が主催。同協会の設楽初美会長などと星野市長が、マクシミリアン・アイヒシュテッター市長（写真右）などと交流し、今後も友好親善を進めていくことを確認しました。オンラインでの交流は今回が初めて。



第8回全国小学生フェンシング選手権大会出場結果報告

9/13 テラス沼田 4 階応接室

沼田フェンシングクラブの 4 人が入賞しました。

[競技成績・写真右から]

志賀結月さん（沼田東小 6 年）5・6 年女子フルレの部 3 位
井上雅菜実さん（沼田北小 6 年）女子エペの部 3 位
小林ひなさん（利南東小 5 年）5・6 年女子フルレの部 6 位
小嶋莉央さん（沼田東小 4 年）3・4 年女子フルレの部 5 位



熊の子保育園の園児たち

沼田市ぶどう組合開園式

8/25 ルミエール（秋塚町） 開園：10 月下旬まで



横塚保育園の園児たち

沼田市りんご組合統一開園式

9/2 原田農園（横塚町） 開園：12 月上旬頃まで



市長と市青少年育成連絡協議会ジュニア・リーダー部の意見発表会

8/19 図書館 4 階視聴室

同部の高校生 13 人が、10 年後の沼田市について意見発表し、星野市長と意見交換をしました。



フェンシング部インターハイ出場結果報告

9/9 テラス沼田 4 階応接室

峰岸佳吾さん（沼田高校 3 年、写真右）が男子個人フルレの部で 8 位、笠原怜姫さん（沼田女子高校 1 年、左）が女子個人エペの部で 3 位に入賞しました。

お知らせ

1001906
10月17日(月)～23日(日)
行政相談週間

「困ったらひとりでも悩まず行政相談」
総務大臣から委嘱された行政相談委員が、国の行政活動全般に関する苦情や相談を受け付け、相談者への助言や関係機関に対する改善の申し入れなどを行います。

1002176
登録型本人通知制度
不正請求などによる権利侵害の防止のため、住民票や戸籍の証明などを代理人や第三者に交付したときに、交付の事実をお知らせします。
対象 本市に住民登録している人、または本籍がある人(過去にあった人も含む)
申請方法 事前登録申込書と官公署発行の顔写真付き身分

とき 10月17日(月) 午後1時～3時
ところ テラス沼田4階防災会議室403
相談料 無料
問合せ 市民協働課市民相談係 ☎ 内線3056

証明書を提出

有効期限 登録日から3年

その他 裁判・訴訟手続・債権管理などに係る第三者への交付については非該当
問合せ 市民課市民窓口係 ☎ 内線3003

社会福祉協議会
職員募集

市社会福祉協議会では、令和5年度採用職員を募集しています。

対象 平成9年4月2日以降に生まれた人で、大学を卒業し社会福祉士の資格を有する人(見込みを含む)
締め切り 10月18日(火)
申込み・問合せ 社会福祉協議会 ☎ 25・3267

インボイス制度説明会

事業者を対象に、正確な適用税率や消費税額などを買い手に伝える消費税のインボイス制度の説明会を開きます。

とき 10月25日、11月22日、12月20日の火曜日
【消費税課税事業者向け】
各日午前10時～11時、午後2時～3時
【消費税の仕組みから知れた

い人向け】

各日午前11時15分～午後0時15分、午後3時15分～4時15分
ところ 沼田税務署1階会議室
定員 各回20人(予約制)
その他 来場は公共交通機関をご利用ください
問合せ 沼田税務署 ☎ 22・2131

調停手続相談会

金銭の貸し借り、交通事故、離婚や夫婦間のトラブル、相続などについて弁護士を含む調停委員が手続きの利用に関する相談に無料で応じます。

とき 10月21日(金) 午前10時～午後4時(受付終了は午後3時30分)
ところ テラス沼田6階会議室602・603
問合せ 沼田調停協会(前橋地方・家庭裁判所沼田支部内) ☎ 22・2709

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金

本年2月および7月に、住民税非課税世帯などを対象に、支給要件確認書を送付しています。10月末で受け付けを締め切りますので、早めに

手続きをしてください。

また、臨時特別給付金を受給済みの世帯には、市独自の支援策として追加で2万円を支給しています。申請書が届いた人は手続きをしてください。
問合せ 社会福祉課社会係 ☎ 内線3102

10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	RSウイルス
火曜日	女性の基礎体温について
水曜日	乳頭分泌を伴う疾患について
木曜日	歯みがきをして歯医者に行こう
金曜日	脂質異常の治療
土・日曜日	TCH(歯の接触癖)について

【直接相談タイム(歯科)】10月5日(水) 19:30～21:00

県営住宅10月定期募集

申込期限 10月15日(土)
問合せ 県住宅供給公社 ☎ 027・223・5811

広告

1005988 中退共制度（中小企業退職金共済制度）の利用を

中退共制度（中小企業退職金共済制度）の特徴

▽掛け金の一部を国が助成し、全額非課税

▽パートタイマーも加入可

▽過去の勤務時間や企業間を転職した場合に通算されます

▽掛け金は自動引き落としで、退職金は本人に直接支払われます

問合せ 中小企業退職金共済事業本部 ☎ 03・6907・1234

野焼きは違法行為

ドラム缶や穴を掘ってのごみ焼却など、廃棄物の野焼きは一部の例外を除き、法令により禁止されています。消防署への「火災とまぎらわしい煙又は火災を発生させるおそれのある行為の届出」は、野外焼却の許可ではありません。

例外として、どんど焼きといった地域行事やキャンプファイアなどの社会教育活動に伴うもの、農林業のためにやむを得ず行われる軽微なものはありませんが、周辺の生活環境に支障が生じないように

に、最大限配慮してください。

1012501 ぐーちよきパスポートがデジタルに

電源立地地域対策交付金 道路補修事業に活用

電源立地地域対策交付金は、発電用施設の周辺地域における公共施設の整備や地域住民の福祉向上を図るために交付されます。

令和3年度から継続していた市道金井線の道路補修事業が完了し、総事業費は1185万円でした。

問合せ 企画政策課企画調整係 ☎ 内線 4032

県内在住または在学の子育て家庭と妊婦を対象に配布している「ぐんまちよい得キッズパスポート（ぐーちよきパスポート）」は、紙媒体に加えスマートフォンなどで表示できる「デジタルぐーちよきパスポート」が利用できるようになりました。パスポートを協賛店舗で提示すると、ポイントアップや割引などのサービスが受けられます。

その他 現在お使いのパスポート

ート（有効期限が2024年3月31日）は、新パスポート導入に伴い10月末をもって利用できなくなります。新しい紙のパスポートを取得してください

問合せ 子ども課子育て支援係 ☎ 内線 3124

1012357 姉妹都市フュッセン市の絵画交流作品展

1995年のドイツ・バイエルン州フュッセン市との姉妹都市提携以来、市内小中学生が描いた作品をフュッセン市へ送り、交流を続けています。

とき 10月19日（水）から25日（火）までの午前8時30分～午後5時15分

ところ テラス沼田4階市民ロビー ぱるく

問合せ 秘書課秘書係 ☎ 内線 4003



コミュニティ助成事業 上原町自主防災会

宝くじの社会貢献広報事業としてコミュニティ活動の充

実・強化を図るため、（一財）自治総合センターは地域づくりに対して助成を行っていただきます。今年度は、上原町自主防災会が防災資機材を整備しました。

問合せ 地域安全課防災安全係 ☎ 内線 4022



1010316 ハロウィンジャンボは県内の宝くじ売り場で

ハロウィンジャンボ宝くじの賞金は、1等・前後賞合わせて5億円です。収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上に使われます。

発売期間 10月21日（金）まで **抽せん日** 10月28日（金）

問合せ 群馬県市町村振興協会 ☎ 027・290・1350



広告

1011579
令和5年
はたち
二十歳を祝う会

とき 令和5年1月8日(日)
午後1時30分(受付開始は午後0時30分)
ところ 利根沼田文化会館大ホール
対象 平成14年4月2日〜平成15年4月1日までに生まれた人
申し込みが不要な人

▽今年8月1日現在で、本市に住民登録がある人
申し込みが必要な人
▽今年8月2日以降に本市に住民登録の届け出をした人
▽本市出身などで、本市に住んでいないが、参加を希望する人

申込期限 10月31日(月)
その他
・案内状は11月上旬に郵送予定
・熱や咳などの風邪症状のある人は参加をお控えください
問合せ 生涯学習課 社会教育係 ☎内線 323



1012358
沼田の風景画展

市の農産物と活用方法を図

鑑で紹介する「沼田市ずかん」の啓発として、市内の風景をテーマに市内小中学生が描いた絵画の入賞作品30点を展示します。
とき 10月28日(金)〜11月6日(日)
ところ テラス沼田4階市民ロビーぱるく
問合せ 農林課農業振興係 ☎内線 5017

1007267
新たに森林の土地の所有者になった人は届け出を

対象 個人、法人ともに売買、相続、贈与、法人の合併などにより森林の土地を新たに取得した人
届出期限 所有者となった日から90日以内
問合せ 農林課森林整備係 ☎内線 5013

1007077
森林の立木伐採には届け出を

森林(竹林を除く)の立木を無届けで伐採した場合は、森林法違反となり、伐採の中止や造林を命じることがあります。
届け出が必要な森林 地域森林計画の対象となっている森林

対象 森林所有者など(伐採業者などが立木を買い受けて伐採する場合は、伐採業者と連名)
届出期限 伐採の90日〜30日前まで
その他 本年4月から伐採届の様式が変更になりました
問合せ 農林課森林整備係 ☎内線 5013

【中止】沼田市農業まつり

例年10月に開催をしている沼田市農業まつりは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となります。

ため中止となりました。
問合せ 農林課農業振興係 ☎内線 5016

【中止】市内一斉清掃・道路愛護運動

秋の市内一斉清掃・道路愛護運動は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。

問合せ 市内一斉清掃 環境課廃棄物係 ☎内線 3073
道路愛護運動 建設課管理係 ☎内線 4102

農業者の皆さんへ

1009007 **1008997**
1009036

～「利用権設定」で安心な農地の貸し借りを～
農業者の農地の貸し借りには、法律による手続きが必要です。
口頭による個人的な貸し借りなど、時間の経過により状況が変化してしまうなどの問題を防ぐために、利用権設定をご利用ください。
申込期限 10月18日(火)
※6月と12月に利用権設定告示
申込み 農業委員会事務局、地元農地利用最適化推進委員、農業委員

～農地ナビのご利用を～

地図上での農地所在、遊休農地、所有者などの意向などの情報を掲載 (<https://map.maff.go.jp/>)

～家族経営協定を始めてみませんか～

家族で円滑な経営を進めていけるように、経営方針や役割、就業条件などを取り決め、必要に応じて内容を見直します。

問合せ 農業委員会事務局 ☎内線 5018

広告

1004184

一般競争入札による
市有地売り払い

物件(宅地)

①薄根町字薄根3457-10
/388.00㎡
②東原新町字十二木1526
13/320.27㎡

入札予定日 11月4日(金)
①午後3時開始 ②午後4時
開始

会場 テラス沼田4階防災会
議室401

案内書、参加申込書の配布
都市計画課都市施設係窓口
にて10月3日(月)より配布し
ます。市HPからもダウンロ
ードできます

申込方法 10月21日(金)ま
でに、申込書を提出(書留郵
便可)

その他 期限内に申し込みが
ない場合、10月24日(月)午
前8時30分から随時売り払い
(先着順)

問合せ 都市計画課都市施設
係 ☎内線4123

1011062
不動産合同公売を実施

市では、税金などに滞納が
ある人に対し財産の差し押さ
えを行い、差し押さえた財産
を公売(売却)し、その代金

を滞納金に充てています。県
内合同で期間入札による方法
により実施します。

公売保証金受け付け期間 11
月1日(火)～18日(金)
入札期間 11月7日(月)～
18日(金) までの午前9時～
午後5時

開札日時 11月22日(火)午
前10時

※公売は、中止になることが
あります。また、市外の合同
公売物件は、各執行機関に問
い合わせください

入札先・問合せ 債権管理課
債権整理係 ☎内線3035

【物件】

売却区分番号	所在地	地目等
沼田市-1 (土地付建物)	馬喰町	地目/宅地(2筆) 計 348.26㎡ 用途/居宅・物置 計 239.59㎡
沼田市-2 (土地)	白沢町	地目/宅地 337.02㎡

※詳細は市HP、または債権管理課、白沢・利根支
所でご確認ください

1002185

携帯ショップがサポート
マイナンバーカード申請

全国の携帯ショップでマイ
ナンバーカードの交付申請サ
ポートが受けられます。

実施店舗 全国のドコモ、K
DDI、ソフトバンク、U
Qスポット、ワイモバイル
ショップ約8000店舗

受付期間 来年3月下旬まで
内容 二次元コード付きマイ
ナンバーカード交付申請書を
持参した人への写真撮影や、
来店した人への申請サポート
を行います

※実施状況や営業時間、予約
の有無については各店舗へお
問い合わせください

カード受け取り 申請後およ
そ1〜2カ月で自宅に届く交
付通知書と必要書類を持参の
上、市役所で受け取ってくだ
さい

詳細 <https://www.keitais.hop-mynumber.jp/special>
問合せ 市民課管理戸籍係 ☎
内線3008

詳しくはこちら



募 集

1009115

ファシリテイマネジメ
ント(FM)施策に関する
民間提案制度の募集

市有施設の整備や維持管
理、その他の公共FMに関す
る事業において、民間から事
業提案を募集します。

対象施設 市の公共施設全般

対象者 民間企業、NPO法
人などの法人、任意団体、個
人事業主

事前相談・現地調査 11月30
日(水)まで

簡易提案書提出 11月30日
(水)までに、メールにて提出

※詳しくは、市HPをご確認
ください

プレゼンテーション・提案選定
12月下旬

事業採択決定 来年1月上旬

詳細協議 来年1月上旬以降
(採択決定後)

契約 協議が成立したものと
から順次事業化

問合せ 財政課FM推進係 ☎
内線4046

1011288

県民タブレット・ス
マートフォン入門講座

タブレットやスマートフォン
の操作、インターネットや
各種アプリ体験、セキュリティ

ティ対策などを学びます。
とき 11月29日(火) 午前の
部9時〜正午、午後の部1
時30分〜4時30分
ところ テラス沼田4階防災
会議室402・403

講師(株)ジーシーリースタッフ
対象 県内在住でタブレット
やスマートフォン未経験者
または初心者

定員 各部20人(先着)
費用 無料

申込方法 11月10日(木)
までに電話または申し込み
フォーム(<https://logofom.jp/form/taue/139794>)

その他 端末機器は市で用意
問合せ 企画政策課DX推進
室 ☎内線4038

1010700

健康クッキング教室

骨粗しょう症は骨量が減る
ことで、骨がもろく強度が低
下し骨折しやすい状態をい
います。これからも活動的な生
活を送れるように、講話と調
理実習を通して食生活を見直
してみませんか。

とき 10月20日(木) 午前10
時〜正午(午前9時45分受付)
ところ 利南コミュニティセン
ター調理実習室および和室

講師 健康課栄養士

健康課栄養士



1012533

目指そう ゼロカーボンシティぬまた



実りの秋には、食事や料理を楽しむ人も多いのではないのでしょうか。毎日使うご家庭のキッチンでは、さまざまな形でエネルギーが利用されていますが、ちょっとした心掛けでお得に省エネができます。

○お湯を沸かすときは給湯器のお湯から
給湯器はエネルギー効率の高い機器。給湯器のお湯を沸かす方が水から沸かすよりもお得です。



○野菜の下ごしらえに電子レンジを活用
煮込み料理の野菜はチンしてから鍋へ。煮崩れも少なく内側から火が通ります。短時間で調理できてエネルギーの消費も削減できます。



○冷蔵庫は使い方次第で大きく省エネ
・ものを詰め込みすぎない
ものを詰め込みすぎると庫内の温度が下がりにくくなり、消費電力も大きくなります。



・設定温度は適切に
涼しい季節になったら設定温度を見直しましょう。



・壁から適切な間隔で設置
冷蔵庫の上や両側が壁に接していると、冷蔵庫の冷却効率が落ちるので、設置場所を確認してみましょう。



省エネは家計にも地球にもやさしい取り組みです。ぜひ、普段の生活の中で意識してみてください。

問合せ 環境課環境政策係 ☎内線3071

1002310

スポーツジムで行う健康 運動教室（秋コース）

有酸素運動や筋力トレーニング、ヨガなど運動が苦手な人や始めようと思っっている人にお勧めです。代謝アップや筋力向上、姿勢改善などの効果が期待できます。

対象 20歳以上で市内在住の人（概ね40～50歳代まで）
定員 15人（新規の人優先）
費用 無料
申込み・問合せ 10月12日（水）までに健康課保健係 ☎

1002343
講座
認知症サポーター養成
認知症はご自身や家族、身近な人など誰もが発症する可能性のある病気です。正しい知識を学び、認知症の人や家族を温かく見守るサポーターになりませんか。
とき 10月27日（木）午後1時30分～3時
ところ テラス沼田4階防災会議室401
定員 15人程度（先着）
費用 無料

1012362
子育てガイドブック
広告スポンサー募集
子育て関連の情報誌「沼田市子育てガイドブック」の発行に伴い、掲載広告を募集します。
募集期限 10月31日（月）
問合せ
▽広告掲載 (株)サイネックス ☎027・353・8391
▽子育てガイドブック 子ども課子育て支援係 ☎内線3125



広告

1002106

奨学資金貸付制度

来年度の奨学資金貸付制度の奨学生を募集します。
対象 市内居住世帯で、高校、短大、大学などに進学予定、または在学中の人
募集人員／貸与金額（月額）
 ▽高校など5人程度／2万円以内
 ▽短大・大学10人程度／5万円以内
返済方法 卒業後1年を経過した翌月から、貸与期間の2倍に相当する期間内に月賦または年賦により返済
申込期限 11月30日（水）
 ※ふるさとぬまた未来創造奨学金（給付）との併願・併用可
申込み・問合せ 学校教育課 学校教育係 ☎内線3314

夜空を仰ぐ環境学習会

天体望遠鏡で星空の輝きを眺めながら、公害や光害について考えます。

とき 11月15日（火）午後6時30分～8時30分
ところ ハミングボード（上発知町1700番地）
対象 小学生以上（未成年は保護者同伴）

定員 30人（先着順）

費用 無料

その他 敷物や飲み物は各自用意。雨天・曇天時は星空・天体の解説会を行います
申込み・問合せ 10月31日（月）までに生涯学習課社会教育係 ☎内線3322またはファクス23・1401

補助・助成

1006720

空き家解体補助事業

■着工前の申請が必要です

対象の空き家 一年以上居住していない個人所有の一戸建て、または併用住宅で、抵当権が設定されていない
 ※物置としての利用や管理者が同一敷地内に居住しているものは対象外
対象者 市税の滞納がなく、次のどちらかに該当
 ①空き家の所有者または相続人
 ②①のいずれかから同意を得た人

対象工事 建設業法の許可または建設リサイクル法第21条第1項の登録を受けた事業者が、空き家の全部を解体する未着手工事
補助額 経費の3分の1以内

（限度額20万円）

※建築日が昭和56年5月31日以前を証明できる場合は10万円加算
申込期間 10月11日（火）から予算到達まで
申込み・問合せ 建築住宅課 建築指導係 ☎内線4112

調査

家屋調査にご協力を

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、家屋調査を行います。
 家屋の全部、または一部を取り壊した場合や店舗、住宅などを他の用途に変更した場合もご連絡ください。
問合せ 税務課資産税係 ☎内線3014～3016

福祉

**赤い羽根共同募金
歳末たすけあい募金**

10月1日から共同募金運動が全国一斉に始まります。
 赤い羽根募金と歳末たすけあい募金を一緒に集めさせて

いただきます。

皆さんからお寄せいただいた大切な募金は、福祉活動や有事の際に活動するボランティアの育成などに役立てられます。
問合せ 社会福祉協議会 ☎25・3267

子ども

里親制度相談説明会

県では、さまざまな事情から家庭で生活することができない子どもを家族の一員として迎え入れ、愛情と誠意をもって養育していただく里親を募集しています。短期預かり里親登録制度もあります。併せて、里親に関心のある人や養子縁組・特別養子縁組を検討している人を対象とした説明会を開催します。

とき・ところ 下表のとおり
申込み 不要（直接会場にお越しください）

その他 開催市町村以外に在住する人も参加できます
問合せ 群馬県中央児童相談所北部支所 ☎0279・20・1010

里親制度相談説明会日程

とき	ところ
10月5日（水）	渋川市役所3階会議室
10月13日（木）	テラス沼田4階防災会議室
10月20日（木）	@長野原研修室（長野原町役場隣）
10月26日（水）	榛東村役場3階会議室

保育施設の園庭解放と育児相談

市内各保育施設では、敷地内で親子で遊んでもらう場として園庭の開放と、子どもの生活習慣や子育てに関する悩みなどの育児相談を行っています。日時などは各園（別表）へお問い合わせください
 その他 新型コロナウイルスの状況で、園庭の開放を実施していない施設や利用をお断りする場合があります
問合せ 子ども課保育係 ☎内線3127

【別表】

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

スポーツ

第54回利根沼田勤労者卓球大会

とき 10月30日(日) 午前9時開会
 ところ ZACROSアリーナ
 ナメまた
 対象 市内、利根郡内に在住、在勤の人
 チーム編成 1チーム男子4人、女子2人で、利根沼田管内の事業所に勤務する人や商店会などで編成したチーム
 ※同一事業所からの参加チーム数の制限なし

第51回ミセスバレーボール大会

とき 11月20日(日) 午前8時30分開会
 ところ ZACROSアリーナ
 ナメまた
 参加資格 市内在住の既婚女性(30歳以上の未婚は可)
 チーム編成 選手12人以内、監督・コーチ・マネージャー各1人
 参加費 無料
 申込み 11月1日(火)までに、所定の用紙でZACROSアリーナへまたは(白沢・利根地区コミュニティセン



競技方法 1セット日本の5セットマッチのチーム対抗。総当たり戦(男子シングルス、女子シングルス、男女混合ダブルス、男子シングルス、男子シングルの順)
 ※各種別とも男子から女子への変更可
 参加費 無料
 申込期限 10月14日(金)
 申込み・問合せ 産業振興課商工振興係 ☎内線5005

第30回市民グラウンド・ゴルフ大会

とき 10月30日(日) 午前9時開会
 ところ 運動公園陸上競技場
 種目 一般男子、一般女子
 参加資格 市民(学生、生徒、児童を除く)
 競技方法 個人戦24ホール
 参加費 無料
 申込み 10月14日(金)までに、所定の用紙でZACROSアリーナへまたは(白沢・利根地区コミュニティセンター経由も可)
 その他 用具のない人は申し込み時にご連絡ください
 問合せ NPO法人沼田市体育協会(ZACROSアリーナ) ☎24・9444

第63回利根沼田ロードレース大会

とき 11月23日(水) 午前8時30分開会
 ところ 白沢支所駐車場集合(白沢支所周辺コース)
 コース距離/種別
 ▽1.3kmコース/ファミリー(小学3年生以下の子どもと保護者)・小学生の部(4年生以上)
 ▽4.5kmコース/中学生(男女)・一般(男女)の部
 参加資格 市内、利根郡内に在住、在勤または在学する人
 参加費 無料
 申込み 11月10日(木)までに、所定の用紙でZACROSアリーナへまたは(白沢・利根地区コミュニティセンター経由も可)
 その他 当日は午前8時50分から10時まで通行止めになる区間があります。また、選手の通過に合わせた交通規制があります。
 問合せ NPO法人沼田市体育協会(ZACROSアリーナ) ☎24・9444
 スマートウェルネスぬまたポイント対象事業
 集まれスポーツ広場

篤志

内容 新体力テスト、各種スポーツ体験
 参加費 無料
 申込み 不要
 その他 上履き持参、運動のできる服装でご参加ください
 問合せ スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎内線3333

社会福祉事業へ ※敬称略
 ▽大河原千枝子(奈良町) ↓
 ▽アクリルたわし86個
 ▽山崎成一(高橋場町) ↓
 オール50本

FM76.5 市の行政情報をお届けしています

地域の情報満載の「FM放送」です。ラジオのダイヤルを76.5MHzに合わせてお聴きください

沼田市シティインフォメーション(各回10分間)

月～金 ① 8:00～8:10 ② 18:00～18:10

土・日 ① 10:00～10:10 ② 14:00～14:10

問合せ 秘書課広報広聴係 ☎内線4008

コミセンで生きがいづくり 地域で学ぼう楽しもう

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

対象 市内在住・在勤の人 **申込み(先着順)・会場** 各地区コミュニティセンター **費用** 記載なしは無料

利南 大人のスイーツ講座

1012369

安心安全おいしい手作りスイーツを作ります

とき 11月21日(キャロットケーキ)、12月19日(シフォンケーキ)、1月16日(クッキーシュー)、2月20日(フルーツ大福)、3月20日(茶通)の月曜日(全5回)午後1時30分~4時

講師 石垣恵美さん

定員 8人

費用 1回1,300円程度

申込期限 10月28日(金)

その他 キャンセルは開催日の1週間前まで

申込みフォーム



利南 ハンギングバスケット講座

1012370

庭の広さに関わらず楽しめるハンギングバスケットです

とき 11月17日(木)午後1時30分~3時30分

講師 篠原小百合さん(グリーンアドバイザー、ハンギングバスケットマスター(日本ハンギングバスケット協会))

定員 8人

費用 3,500円

申込期限 10月24日(月)



利南 奈良古墳群歴史旅

1012499

県指定史跡奈良古墳群を説明付きで巡る旅

とき 10月24日(月)午後1時30分~3時30分

ところ 奈良古墳群に現地集合

講師 永井三郎(文化財保護課)

定員 10人

申込期限 10月17日(月)



利南 似合う服の見極めかた

1012400

パーソナルカラーアナリスト、骨格ファッションアドバイザーがアドバイスします

とき 10月27日(骨格診断とは)、11月17日(骨格診断でお悩み解決)・24日(パーソナルカラーとは)、12月8日(パーソナルカラーでお悩み解決)の木曜日(全4回)午後7時~8時30分

講師 湯沢嘉代子さん(Kibae Labo 代表)

定員 8人

申込期限 10月20日(木)

その他 11月17日(木)、12月8日(木)は、合わせ方に悩む服やアクセサリなどを持参。個別診断は行いません

申込みフォーム



池田 「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

1012502

良質な睡眠方法を学んで健康に役立てよう

とき 10月28日(金)午後1時30分~3時

講師 杉内由紀子さん(明治安田生命(株))

定員 20人

申込期限 10月21日(金)



池田 ブッダナッツアレンジ講座

1012504

幸せを運ぶナチュラルインテリア

とき 11月24日(木)午後1時30分~3時30分

講師 kozueさん

定員 10人

費用 1,500円

申込期限 11月18日(金)



池田 リースハンギング講座

1012503

季節の花の寄せ植えをリースにアレンジ

とき 11月17日(木)午後1時30分~3時

講師 星野学さん(朧月)

定員 10人

費用 3,000円

申込期限 11月10日(木)



薄根 編み物講座 (模様編みの帽子) 1012351

初心者大歓迎! かぎ針編みの基本を学ぼう

とき 11月8日・22日、12月6日の火曜日 (全3回)
午後1時30分～3時30分
講師 林トク子さん
定員 15人
持ち物 かぎ針4～5号、
お好みの毛糸2玉
申込期限 10月25日(火)



川田 「新しい」地域・まちづくり
ウォーキング講座 1012319

歩いて健康寿命向上・生活習慣病予防

とき 11月17日(木)午後1時30分～3時30分
講師 平井浩幸さん
定員 10人
持ち物 屋内用運動靴
申込期限 10月21日(金)

川田 「新しい」地域・まちづくり
絵手紙講座 1012365

気持ちのこもった絵手紙を描きましょう

とき 11月10日・24日、12月8日・22日、1月12日・26日の木曜日 (全6回) 午前9時30分～11時30分
講師 霜垣ユミ子さん
定員 13人
費用 教材費のみ実費負担
申込期限 10月21日(金)



右)リンゴ(作品例)

白沢 ヨガ体験講座 1011220

心と体のバランスを整えてストレス解消

とき 11月9日・16日・30日、12月7日・14日の水曜日 (全5回) 午前10時～11時30分
講師 尾崎奈巳恵さん
定員 10人
申込期限 10月28日(金)

利根 手芸講座～刺し子コースター～ 1011322

伝統手芸の刺し子でコースターを作ろう

とき 11月7日・14日・28日の月曜日 (全3回) 午後2時～4時
講師 高橋智春さん
定員 10人
費用 600円程度
申込期限 10月20日(木)



薄根 クリスマスリースづくり講座 1012352

天然素材のリースで華やかなクリスマスを迎えましょう

とき 11月24日(木)午後1時30分～3時30分
講師 星野学さん(朧月)
定員 15人
費用 2,000円
持ち物 薄手の手袋、ハサミ
申込期限 11月10日(木)
その他 汚れてもよい服装



川田 「新しい」地域・まちづくり
宝石石鹸づくり講座 1012346

好きな色や香りでキラキラ輝く石けんづくり

とき 10月20日(木)午後1時30分～3時30分
講師 倉品美穂さん(Kuu & kukka)
定員 8人
費用 教材費2,000円
申込期限 10月14日(金)



白沢 切り絵講座 1011221

切り絵の基礎を学びイロハを体験

とき 11月24日、12月1日・8日・15日の木曜日 (全4回) 午後1時30分～3時30分
講師 佐山秀子さん
定員 8人
費用 実費1,000円程度
申込期限 10月28日(金)

利根 糸かけアート講座 1012497

見て楽しい糸かけアートを作りましょう

とき 11月24日(木)午後1時30分～3時30分
講師 田端昌美さん
定員 10人
費用 1,200円
申込期限 10月31日(月)



ぬまた歴史探訪

#195

信州石工の名品 石造七重塔

文化財調査委員の
金井竹徳さんが
沼田の歴史をご案内

沼須町 砥石神社

「過ぎたるもの」という言葉がある。高さは堂々の6層越え、精巧な細工が施された美しく安定感のある砥石神社の七重の塔を見上げると、地元には失礼だがそんな言葉が頭をよぎる。全国に名工を輩出した信州の石工集団。塔の作者「用助・与惣次」はその異郷出身の石職人で、神社境内に鳥居、石亀、狛犬、石垣などの作品も残した。



優美な塔には石工の力量を示すさまざまな細工や工夫が見られる。台石や屋根といった大きい部分を下部に、上部に塔身など小さい部分を一石で仕上げたことによる安定感。最上部の相輪部は視覚を考え大きめに作られ、屋根の反りが強調されるなど細部にわたり高度な技術が配される。塔は明和4年(1767)、村の有力者小林多左衛門の菩薩を吊い建立された。

七重の屋根を持つ石造の仏塔は県内で貴重な建造物で、平成8年(1996)に県指定重要文化財に登録された。



名工・用助が刻む石造七重塔



沼田市立図書館

新刊の特集



『6カ国転校生ナージャの発見』
キリーロバ・ナージャ / 著
集英社インターナショナル / 出版

両親の転勤で世界6カ国の教育を受けてきた著者が紹介する体験と発見。世界の見え方が変わる本。



『ハル、色』
岡本貴也 / 著 幻冬舎 / 出版

人生のすべてを芸事に捧げ、「人形浄瑠璃」に革命を起こした竹本義太夫の波乱万丈な一代記。

休館日 月曜日、10月27日(木)、11月3日(木)、23日(水)、25日(金)～12月1日(木)
問合せ 図書館 ☎ 22-0550

11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

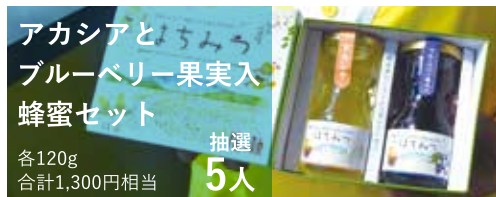
1日(火)	10:30 ~ 10:50	利根川ダム統合管理事務所	8日(火)	13:35 ~ 14:15	愛宕老人ホーム	11日(金)	11:00 ~ 11:30	保健福祉センター	
	11:00 ~ 11:40	群馬県利根沼田振興局		14:30 ~ 16:15	沼田北小学校		13:45 ~ 14:00	旧利南中学校運動広場	
	13:50 ~ 14:20	新町公民館					14:30 ~ 16:15	多那小学校	
	14:30 ~ 16:15	升形小学校							
2日(水)	9:50 ~ 10:15	岡谷町生活改善センター	9日(水)	9:50 ~ 10:05	横塚町公民館	15日(火)	10:00 ~ 12:00	利根小学校	
	10:25 ~ 10:55	下発知町生活改善センター		10:15 ~ 10:35	久屋原町公民館		13:30 ~ 13:45	利根支所	
	11:05 ~ 11:35	奈良町農事研修所		10:45 ~ 11:20	上久屋町多目的集会所		14:00 ~ 14:20	老神地区集会所	
	13:30 ~ 13:50	上発知町生活改善センター		13:15 ~ 14:00	利南東小学校		13:45 ~ 14:15	十王公園	
4日(金)	14:00 ~ 14:20	中発知町生活改善センター	10日(木)	14:20 ~ 14:50	沼須町農事研修所	16日(水)	14:30 ~ 16:15	沼田小学校	
	14:30 ~ 16:15	池田小学校		15:05 ~ 15:35	利南地区コミュニティセンター		10:20 ~ 10:50	生枝集会所	
	11:00 ~ 11:15	屋形原農村婦人の家		9日(水)	9:50 ~ 10:20		硯田町公民館	11:00 ~ 11:20	岩室集会所
	13:30 ~ 13:50	上川田町住民センター			10:30 ~ 10:55		堀廻町構造改善センター	11:30 ~ 11:45	尾合集会所
14:00 ~ 14:20	川田地区コミュニティセンター	11:05 ~ 11:30	善桂寺町活性化センター		13:15 ~ 13:45	下古語父集会所			
14:30 ~ 16:15	川田小学校	13:30 ~ 14:10	町田町水田転作研修所		14:00 ~ 14:25	上古語父集会所			
				14:25 ~ 14:40	薄根地区コミュニティセンター	14:40 ~ 16:15	白沢小学校		
				14:50 ~ 16:15	薄根小学校	18日(金)	13:00 ~ 13:30	旧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	



ぬまたブランド農産物認証者

ぬまたブランド農産物とは、本市の伝統や気候風土を生かした品種・栽培方法で生産され差別化が図れていることなどの認証基準を満たした農産物または加工品で、安心・安全で美味しい商品として審査会で認証された産品です。

今月の読者プレゼント



応募方法 市HP応募フォームまたははがきに①郵便番号、②住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号、⑥広報紙の感想や要望を書いて応募

受取方法 花みつばち館にて11月30日(水)までに引き換え

締切 10月25日(火)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4008

小野養蜂場(有) - 高橋場町(本社) -

小野 大介さん 歴史を継承しさらに進化

直売所 素晴らしい眺望も見どころ

花みつばち館 場所 久屋原町450-2 休 元旦 Pあり
営業時間 9:00-17:00 ☎ 23-8738



SNS

Instagram

LINE

インターネット通販

HP

昭和29年、祖父が養蜂を始めてから三代目となる小野大介さん。おいしさの秘訣は、あえて手間のかかる隔王板を使い、朝一番に採蜜すること。濃厚で雑味がなく本来の風味を味わうことが出来る。春から初夏にかけては家族と従業員総出で山を毎日駆け回る。一日に2、3回蜂に刺されることも。大介さんは、現代のニーズに合わせた商品開発も進めている。68年の実績に加えて今後の進化が楽しみ。

ぬまたの旬を クッキング No.24 ハニーミックスナッツのチーズトースト
ブルーチーズと相性抜群の蜂蜜をかけてみては



レシピ公開中 沼田市クックパッド 検索

地域おこし協力隊だより No.24 高津 修 この3年間を振り返って



令和元年11月の着任から任期の3年が経ちました。私のミッションは「薄根地域ふるさと創生推進協議会(山口耕会長)」の一員として地域を盛り上げることでした。いろいろな事が決まっていなかった立ち上げ直後の協議会での活動は戸惑いもありましたが、作り上げるというのは心躍るものです。お陰様で活動は順調に進み、自分自身の達成感も得ることができました。

特に尽力した棚田オーナー制度は、令和元年度の8組から3年で24組(26口)まで増えました。ホテル観賞会は延べ400人が参加、みそづくり体験は今年2月には40組が参加。活動の認知度が上がり、一定の評価をいただいていると感じています。

なんと言っても、活動初期からの目標でもあった、農林水産省の「つなぐ棚田遺産～ふるさとの誇りを未来へ～」に今年3月に認定され、「指定棚田地域」に8月に指定されたことは、非常にうれしい出来事でした。

今後はプログラムの制作販売の会社を立ち上げて沼田を拠点として活動しながら、今年1月から南郷の曲屋で活動している古川隊員を陰ながら応援していきたいと思っています。

広報で記事を書かせていただくのは今回で最後となりますが、沼田を愛する一市民としてこれからもどうぞよろしく願いいたします。



問合せ 観光交流課交流推進係 ☎内線5031

手やんこジ 手話 ハロウィン 24



両目の前に人差し指と中指を伸ばして置き



すぐに指先を閉じながらシュッと斜めに引き上げる

動画で練習しよう 応用編も収録



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

元気な
ちびっ子たち



せいじ
藤野晟嗣くん
(3歳・上原町)



あやね
藤野絢宇ちゃん
(1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4年 6月13日～ 7月11日	2日(水) 13:00～13:30
10カ月児	令和3年12月22日～ 令和4年1月17日	8日(火) 12:45～13:15
1歳 6カ月児	令和3年 4月5日～ 5月7日	15日(火) 13:00～13:45
2歳児歯科	令和2年 8月15日～ 9月12日	9日(水) 13:00～13:45
3歳児	令和元年 5月17日～ 6月18日	17日(木) 12:40～13:20

ところ 保健福祉センター(ウェルプラザ)

●すこやか育児相談

とき・受付時間	対象
11日(金) 9:30～11:00	0歳～就学するまで

ところ 保健福祉センター(ウェルプラザ)

●ベビーマッサージ

とき・受付時間	対象
28日(月) 13:45～14:00	乳児(生後2カ月頃から)と母

ところ 白沢創作館

定員 10組(先着順)

申込期間 11月1日(火)～15日(火)

●マタニティセミナー(秋コース:3日間)

とき・受付時間	対象
11月21日(月)	初めての出産を迎える妊婦で、2月から4月ごろ出産予定の人
12月3日(土)	
12月12日(月)	

ところ 保健福祉センター(ウェルプラザ)

定員 8人(先着順、全日参加できる人優先)

申込期間 11月7日(月)～11日(金)

●母子健康手帳交付の事前予約

母子健康手帳の交付には事前予約が必要です。
電話にて健康課まで申し込みください。

●子育てママのスタイルキープ教室

とき・受付時間	対象
2日(水)	子育て中の人と子ども (ママのみでも参加可)
9日(水)	
16日(水)	

ところ ミズノウェルネス沼田(テラス沼田7階)

定員 10組(先着順、初めての人優先)

申込期限 10月20日(木)

交付期間 月～金曜日(祝祭日・年末年始を除く)
①9時～②10時～③11時～

全ての申込み・問合せ 健康課保健係 ☎ 3166・3167

※状況に応じて中止となる可能性があります

「子どもたちと絵本」が出会う場所

おはなしぼけっと

とき 10:30～11:00

ところ・問合せ 図書館 ☎ 22-0550

とき	内容
10月1日(土)	えほん『おいも』
10月15日(土)	紙芝居『おにぎりさんきょうだい』
11月5日(土)	紙芝居『どんぐりのあかちゃん』
11月19日(土)	えほん『ばけけははっば』



※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



●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、沼田利根医師会事務局 ☎23-2058

※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の中で待機してください)

11月の健康ガイド

●出張！福ろうクラブ（筋トレ、脳トレなど）

場所	日時	定員	
テラス沼田1階多目的スペース	15日(火) 10:00～11:00	30人	
コミュニティセンター	利南地区 16日(水) 10:00～11:00	16人	
	池田地区 24日(木)	9:50～10:50	9人
		11:00～12:00	9人
	薄根地区 11日(金)	9:50～10:50	10人
		11:00～12:00	10人
川田地区 8日(火)	10:00～11:00	16人	
白沢創作館	22日(火) 10:00～11:00	20人	
利根保健福祉センター	18日(金) 10:00～11:00	30人	

※新型コロナウイルス感染症対策のため、人数制限をした上での申し込み制となります

対象 マスク着用で運動制限のない人

申込期限 各会場開催日の7日前まで

※先着順（定員になり次第受け付け終了）

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線 3165

●活動量計データ読み込み

場所	日時
健康課窓口	平日 9:00～17:00
ミズノウエルネス沼田(テラス沼田7階)	8日(火) 24日(木) 17:00～19:00
利南地区コミュニティセンター	16日(水) 9:45～10:45
池田地区コミュニティセンター	24日(木) 9:45～10:45
白沢創作館	22日(火) 9:45～10:45

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3166

●あっぷりんカフェ（認知症カフェ）

日時	場所
24日(木) 10:00～11:00	テラス沼田4階 防災会議室403

※認知症に関する相談も受け付けています

問合せ 地域包括支援センター(介護高齢課地域支援係内) ☎内線 3149

●健康相談（歯科相談、血圧測定、血管年齢など）

相談名	日時	場所
にこにこ健康相談	11月はお休みです	

問合せ 健康課保健係 ☎内線 3166

11月の相談窓口

相談名	日時	場所・問合せ
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
DV相談	月～金曜日 8:30～17:15	市民協働課 ☎内線 3056
ふれあい総合相談	7日(月)・21日(月) 13:00～15:00	保健福祉センター ☎25-3267
無料法律相談	16日(水) 13:30～16:00 ※予約制	保健福祉センター ☎25-3267
休日納付相談	20日(日) 8:30～17:00	債権管理課 ☎内線 3034
年金相談	10日(木)・17日(木) 9:30～12:00 13:00～16:00	テラス沼田4階 防災会議室 <予約> 渋川年金事務所 ☎0279-22-1614

相談名	日時	場所・問合せ
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
手話通訳者設置日	14日(月)・28日(月) 10:00～12:00	社会福祉課 ☎内線 3108
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
生涯学習相談	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00	生涯学習課 ☎内線 3327
青少年相談	月～金曜日 8:30～17:15	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> y-soudan@city.numata.lg.jp

一人一人が主役 定期演奏会

利根商業高校吹奏楽部



定期演奏会に向けて練習に励む

吹奏楽部には13人（1年3人、2年7人、3年3人）が所属。8月に開催された群馬県吹奏楽コンクール高校Bの部では、昨年に続き銀賞を獲得した。

また、今年で24回目となる9月に行われた定期演奏会は、吹奏楽部にとって一大イベントであり、週6日練習を行ってきた。星優結さん（普通科3年）は「誰か一人が欠けても良い演奏はできない。一人一人が主役になって演奏できるのが吹奏楽の魅力」と話す。3年生にとってラストステージとなった定期演奏会については「全員が一つになり、今までで一番良い演奏が出来るように全力で臨んだ」と振り返った。

吹奏楽部は、他に地域でのイベントにも参加しており、10月8・9日に沼田公園で開催される、ぬまた市産業展示即売会にも出演する予定。

編集後記

あけぼの座の稽古場に何うと、若手座員が稽古に励んでいました。多くは地元・升形小での人形芝居体験をきっかけに入座し、それぞれが18番の役を持っているそう。役割をこなしやりがいを持つことが、若い世代の継承につながっていると感じました。花火大会は3年ぶり。カラー化した広報紙に初めて掲載する花火は迫力満点です。（尾身）

今月の表紙



沼須人形芝居あけぼの座の演目「寿式三番叟」から、収穫のシーズンに合わせてアレンジした1枚。座の地元で稽古場がある沼須町で育った稲穂を早乙女が収穫し、神々と共に実りの秋を祝います。

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://plus.sugumail.com/usr/numata/home

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Instagram（観光情報）
numata_trip

沼田市公式 YouTube
https://www.youtube.com/c/ 沼田市1