

10  
Oct. 2023  
No. 950

# Numata

広報ぬまた

主な内容

- 02 市民体育大会
- 04 特集1 ふるさと納税
- 08 特集2 地域づくり

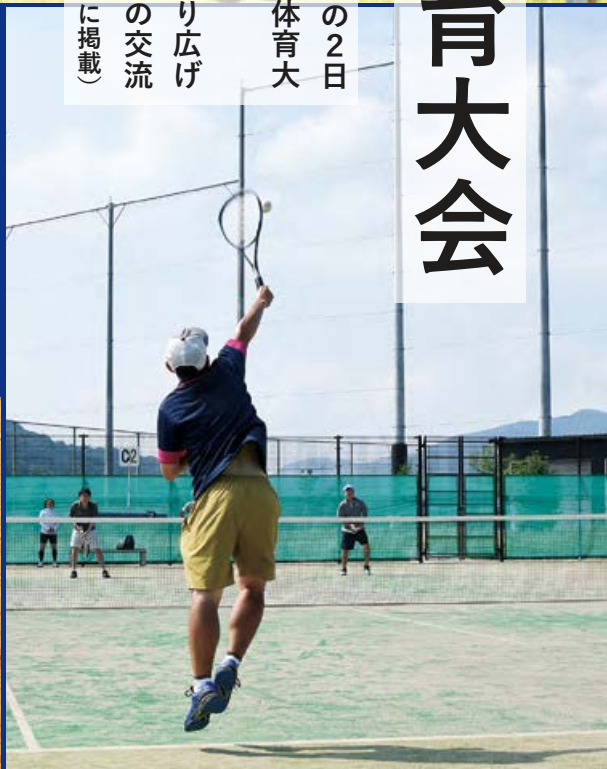
スポーツ振興と体力向上  
沼田市民体育大会



# 第53回沼田市民体育大会

8月27日(日)、9月3日(日)の2日間、市内各所を会場に沼田市民体育大会が開催されました。

15競技17種目で熱い戦いが繰り広げられ、スポーツを通しての地域の交流も図られました。(対戦結果はP.23に掲載)









〈特集1〉

# ふるさと納税で魅力発信

ふるさと納税は、全国の人が応援したい地域に寄付をしたときに、そのお礼としてその地域の特産品を受け取れる制度で、教育や福祉、環境といった寄付の使い道を選ぶことができます。寄付はインターネット上のポータルサイトを通じて行われ、サイトにはさまざまな地域の特産品がネット通販のように並び、事業者にとって手軽に自社商品をPRできる場でもあります。特集では、ふるさと納税の制度に参画して、自慢の一品を全国への発信や観光誘客に取り組んでいる事例を紹介します。

## ●寄付申し込み状況（平成20年6月～令和5年3月）

件数 26,809件 金額 484,526,908円

〈内訳〉

事業	件数	申込金額(円)
教育・文化づくり	5,198	90,386,008
保健・医療・福祉づくり	3,111	72,592,000
自然環境づくり	3,532	62,694,000
都市基盤・生活環境づくり	757	13,214,000
産業づくり	1,251	25,895,000
パートナーシップづくり	124	1,836,000
市長一任	12,673	206,431,500
クラウドファンディング(2事業分)	163	11,478,400

**利** 根沼田で採蜜した黄金色に輝く天然の蜂蜜。糖度80度を基準とし、優しい風味と甘味が口に広がります。北海道から九州まで、ふるさと納税の返礼品として申し込みを受けています。1947年に開業。多くの人に届けようと販路を模索していた近藤みゆきさんは、2016年、市のふるさと納税返礼品提供事業者の説明会に出席しました。制度は駆け出しの段階。仕組みにやや難しさを感じながらも、市などのサポートを受けながら準備

## 蜂蜜好調 沼田の恵み凝縮



真心込めて販売する近藤さん（前列中央）と従業員の皆さん

(株)坂井養蜂場 ー高橋場町ー  
代表取締役 近藤みゆき さん

を進めていきました。同年9月に商品2点を登録。最初の数年の申し込みはわずかでしたが、登録から約4年が過ぎた頃から、ふるさと納税返礼品の申し込みが増え出しました。全国的に寄付が多い12月は、同社も最も申し込みが多いといえます。今年6月には、ギフト用で、書家の金澤翔子さんによるラベルのアカシア蜂蜜の返礼品を追加で登録。近藤さんのお婆、故・坂井幸恵さんが金澤さんのファンだったことから、約10年前、県内の百貨



右から/金澤翔子さんの力強い筆遣いのラベル。通常販売でも人気/巣箱から巣枠を取り出す。巣に蜜蓋がされると蜂蜜が完成



店で行われた金澤さんのイベントに近藤さんが訪れ、ギフト用にラベルを依頼しました。近藤さんは「お婆の思いがラベルとなって、お客さんに届けられている」と笑顔。今では、ふるさと納税の申し込みから発送作業などの一連の流れにも慣れ、ポータルサイト更新手続きも着々とこなします。サイトに他社の蜂蜜の登録が多くあるにも関わらず、自社の製品が選ばれていることでより自信を持てるようになったそう。「利根沼田の味を全国に届け、地域のお役に立ちたいです」と期待を膨らませます。





## 返礼品で旅館需要を喚起

**老** 神温泉旅館組合が取りまとめる宿泊券は、制度が開始して間もない頃から人気の返礼品の一つです。温泉でゆっくりしたい、利根沼田の観光に併せて温泉宿に泊まりたいといった旅行者などに利用される老神温泉においては、秋は片品溪谷に沿って広がる紅葉が素晴らしく、最も人気のあるシーズンです。

2015年から2018年頃、ふるさと納税がメディアで話題になったときには、同温泉も追い風を受け、通常よりも多くの宿泊客が訪れるよ

うになりました。各旅館でインターネットの整備を進めると同時に、市やふるさと納税



上から／宿泊券は12施設から選べる。露天風呂で疲れを癒やして／5月第2金・土曜日に開かれる大蛇まつりで、蛇みこしが温泉街を練り歩く／同温泉のルーツ大蛇をモチーフにした「じゃおう君」。缶バッジやあみぐるみなどが人気

### 老神温泉旅館組合 —利根町老神—

組合長 金子千明 さん(右)  
事務局長 井上耕一 さん(左)

のポータルサイトでも、宿泊券が使える旅館として紹介されていることが、顧客集客につながっていました。

しかし、2019年からのコロナ禍による打撃で、宿泊客数は大きく落ち込みました。宿泊券はこれまで市の返礼品ランキングの上位を占めていましたが、この間の申し込みは、大きく減少しました。「いつまで続くのだろう。先が見えずに皆、不安な毎日を送っていました」と、金子千明さんは振り返ります。世の中の動きを見ながら、国の助成事業などを活用し、冷え込んだ観光需要をなんとか取り戻そうと、できることに丁寧に移行してか

ら、宿泊客数は少しずつ回復。県外での物産展などのイベントに参加し、積極的にPRしています。「水上には行ったことがあるけれど、老神温泉は初めて知った」という人も多く、実際に泊まりに来て「良いお湯で気持ちが良い」と、喜んでもらったこともあるそうです。井上耕一さんは「返礼品の申し込みも徐々に増え始めています。リーダーとして再訪してくれる人もいてありがたいです」と、喜びます。金子さんは「宿泊と周辺の観光を楽しめるような返礼品があれば、相乗効果で経済が潤い地域が元気になるのでは」と期待し、温泉街の活気を取り戻そうと意気込みます。

### 事業者のこだわりや思い 地域と一緒に盛り上げたい

事業者さんの思いが詰まった素晴らしい商品がたくさんあり、交渉や提案を重ねています。商品化になるまでの思いやこだわり、商品が生み出される背景を知ること共感が生まれ、返礼品につなげられたときはうれしいものです。返礼品の魅力と込められた思いを寄付者に伝えていくために、これからも事業者さんに寄り添

い、思いをくみ取っていく必要を感じています。

事業者数や寄付額は年々増えてはいますが、まだまだ伸びしろがあります。ポータルサイトを増やして事業者のサポートを強化、また返礼品にない伝統工芸品などの登録を目指し、沼田の魅力为全国へ発信し、地域活性化につなげていきます。





# 資金調達だけではない

# CF型で沼田まつり盛大に

ふるさと納税制度の本来の目的は、地域を応援したい、貢献したいという思いを事業に反映させることです。市は寄付金の使い道としてより具体的な事業を示し、共感した人から寄付を募る「クラウドファンディング型ふるさと納税（CF型）」を活用し、4年ぶりに開催された沼田まつりの運営費用に充てました。

市は各種経費の増加を受け、従来の企業や団体からの協賛金だけでなく、全国の個人からも寄付を募る仕組みとして初めてCF型を導入しました。6月19日から7月31日まで募集したところ、

879千円が集まりました。53人の支援があり、県内外からの寄付をはじめ、本市出身またはゆかりのある準市民からも多数ありました。本市を離れて50年以上経つ寄付者からは、「お祭りを通して、ま

ちや人に活力と夢を与えて」と、温かいメッセージもありました。

寄付は、初めて導入したみこしやまんのリアルタイム位置情報の配信、熱中症対策として大型冷風機レンタル料や給水コーナーなどに活用。

メイン会場が旧市役所から中央公民館跡地に代わり、変則的な運営になりましたが、多くの人の協力と熱気の後押しで盛大に開催できました。

市はこれまでに、「歴史文化のまちづくりプロジェクト」や「with コロナ in NUMATAプロジェクト」、「久米邸洋館移築プロジェクト」でCF型を導入しています。



上から「セイヤ、セイヤ」と、威勢の良い掛け声で、メイン会場に集結する各町のみこし／リアルタイム位置情報サービス「ドコニール」で、探す時間を大幅に短縮

## 沼田まつりを全国にCF型で広がる可能性

初めてのCF型に、多くのご支援をいただいたことに感謝いたします。ご来場いただいた皆さんが、それぞれに4年ぶりの祭りを楽しんでいた様子が思い出され、CF型を通して全国に発信できる祭りとして「沼田まつり」を意識するようになりました。来年度に向け改善を図り

ながら、より多くの皆さんが楽しめるように内容を充実させていきたいと考えています。



産業振興課  
安藤一輝







母のふるさとで子どもの頃に食べておいしかった記憶があるため

神奈川県 AS さん

がんばれ

東京都 順さん

夫の地元がこちらでお世話になっております。ふるさと沼田の美味しいリンゴが楽しみです

埼玉県 MT さん

- 沼田市の返礼品と 寄付者の声 -

がんばって

埼玉県 TF さん

東日本大震災の際に多くの沼田の方々からご支援をいただきましたので

宮城県 TK さん

地域復興に使っていただくと幸いです

東京都 YM さん

現在、本市のふるさと納税の返礼品に 150 品以上の商品が登録され、全国から支援を受けています。販路の拡大や自社の宣伝、リピーターの獲得など自社のさまざまなメリットに加え、地元の名産として広く認知され地域活性化につながっていく返礼品に登録してみたいかがでしょうか。





# 「地域づくり」を推進しています！

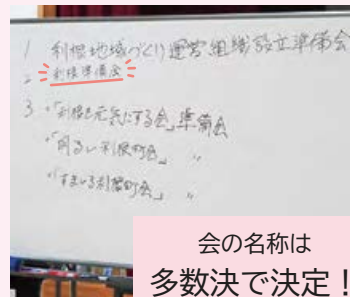
全国的にも止まらない人口減少と少子高齢化  
沼田市の人口は現在 44,640 人 (8 月末時点) ですが、40 年後の 2060 年に、およそ 22,800 人になるという推計もされています。最近では、各町や区単位では地域の活動が維持できない、団体の数が減ったなどの声を耳にします。今、地域をみんなの力で支えるため「地域づくり」の取り組みが始まっています。

問合せ 市民協働課協働推進係 ☎内線 3051

## 利根

### 利根準備会☆発足「地域力を今」！

利根のことが好きな人たちが集まり、年齢や性別関係なく率直に意見交換をしながら活動していこうと発足しました。地域のためにこんなことができるかも、こんなことができたらいねなど話し合いながら、本格始動に向けて、まずは準備会から活動を開始しました。



会の名称は  
多数決で決定！

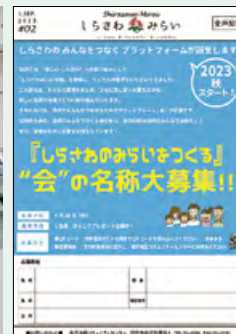
#### ○利根地区

白沢・利根地区では、大座談会参加者を代表し、現在は少人数で話し合っています。今後、地域に情報発信予定です。

#### ○白沢地区

### しらさわのみんなをつなぐ新しいプラットフォームが誕生！

地域のさまざまな団体や人々がつながり合うような組織がありませんでしたが、「しらさわみらい会議」を開催し、延べ 119 人で話し合った中から、白沢のみんながつながるための「会」をつくることになりました。「白沢のための、白沢のみんなで作る会だから、名称は白沢のみんなで決めたい」ということで、住民の皆さんから名称を募集しました。今後の取り組みが楽しみです。



## 白沢

## 利南

### 大座談会から、利南地区の地域づくりについて話し合い、活動する「となみらいネットワーク」誕生！

地域の人みんなで助け合える、支え合える交流を目指して「つながり・交流」を合言葉に活動しています。昨年度は、自分たちで地図を作り、まち歩きを開催しました。東と西エリアで、地域の良さを再発見しながら、交流も図りました。

今年度も、引き続きアイデアを出し合い、鋭意活動中です。



自分たちで作った地図で  
まち歩きと交流♪



# 池田

## 池田の目指すべき地域づくりへ

振興協議会を中心に、将来どのような地域づくりを目指していけばよいのかを検討するために、「中学生以上全住民アンケート」を実施し、1,500人以上から回答がありました。回収率は70%以上。集計作業が終わり次第、結果分析に取り組みます。



地区の運動会を見直し、新たな形で開催された「IKEDA 区民フェス」に多くの人が参加し、地域のつながりを感じることができました。

大盛り上がりの  
IKEDA 区民フェス



フェスでの餅投げの様子

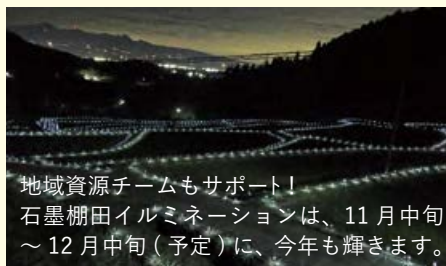
## 大座談会「うすねサミット」で出された意見、 課題を振興協議会を中心に、解決に向かって検討中！

地域には何が必要か、多様化するさまざまな課題を解決することを目的に、現在7つの委員会（チーム）が結成され、それぞれ活動を行っています。そのうちの1つ「地域資源チーム」の活動「地域探検」では、うすねの7つのグルメを再発見!! 次回は11月11日（土）に、「戸神山探検」を実施します。

# 薄根

### 地域探検で

地域のグルメを再発見♪



地域資源チームもサポート！  
石墨棚田イルミネーションは、11月中旬～12月中旬（予定）に、今年も輝きます。

## 区長会を中心に「ふれあいカワダ会」が誕生！ ボランティア募集など地域で助け合いの輪が広がっています

小学校の「秋の収穫体験」に向けた大根の種まきを、ふれあいカワダ会の「子ども応援ボランティア」がサポートしました。学校・子ども・地域が連携して取り組みました。



大根の種まきで  
学校と地域が連携！

### 参加者 1,000 人突破！

川田卓球教室活動一周年



地域づくりの話し合いから始まった「卓球教室」の参加人数が、なんと延べ1,000人を超えました。会話をしめるよう椅子も用意して交流を図っています。

# 川田

## 旧沼田町では...

旧沼田町18カ町でも、区長さんなどにお集まりいただき「地域づくり講演会」を開催予定です。

**とき** 10月6日（金）  
午後7時～

**ところ** テラス沼田5階議場  
(Waltz ホール)

やっぱり自分の住む地域は居心地がよくて、大好き！そんな人々が集まり

つながろう 今！未来のために。



十分な免疫を保つため毎年の接種が大切 **1001890**



電子申請など予防接種に関する市HP

## インフルエンザ予防接種

問合せ 健康課予防係 ☎内線 3170

発症する可能性を減らし、発症時の症状悪化を防ぐ効果が期待できるインフルエンザ予防接種は、特に高齢者や子ども、妊婦など、感染すると重症化しやすい人の接種が推奨されます。インフルエンザは、毎年12月上旬から流行が始まり、1月から3月にかけて特に感染者が増加します。接種してから2週間後くらいから効果が現れ、5カ月程度は効果が持続するとされますので、12月中旬頃までに接種を済ませましょう。

### 対象者別接種方法など一覧

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カ月から中学3年生	妊婦 ※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級を所持する人	※心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障害がある人（厚生労働省令該当）	※10/1以降に65歳を迎える人は、健康課へ事前連絡し予診票の交付を受ける
接種方法	医療機関に事前連絡 ※医療機関で費用助成金交付申請書兼予診票を記入して接種	電子または健康課窓口で事前申請 ※申請後に予診票を発行、電子申請は市HPから	健康課に事前連絡 ※連絡後に予診票を発行	医療機関に事前連絡 ※医療機関で予診票記入
持ち物	・健康保険証 ・母子健康手帳	・健康課で発行する予診票（黄色） ・健康保険証	・健康課で発行する予診票（青色） ・健康保険証	・受診シール（検診の緑色封筒に同封） ・健康保険証
接種費用	4,000円助成 ※生活保護世帯は実支出額助成	3,800円助成 ※生活保護世帯は実支出額助成	自己負担額 1,200円 ※生活保護世帯は自己負担なし	
期間	10月1日～来年1月31日まで ※期間内に1人1回、期間外での接種は助成対象外			
接種場所	利根沼田地域の医療機関		※市が委託した医療機関	

## 健康管理で病気予防と医療費削減

### 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。特定健診や人間ドックを受診して自分の健康状態を知ること、生活習慣病の予防や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40～74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3170

#### 特定保健指導

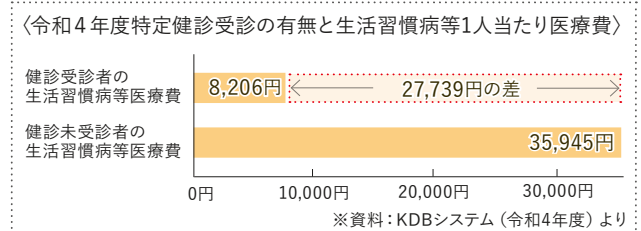
特定健診の結果から生活習慣病の発症や進行予防などを目的に、改善が必要な人に特定保健指導「減る脂い教室」への参加をお知らせしています。

**問合せ** 健康課保健係 ☎内線3166

**1002300** 特定健診

**1002306** 国保人間ドック

**1002307** 後期人間ドック



#### 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がある人は、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25,000円）／後期高齢者医療保険加入者：20,000円

※特定健診または後期高齢者健診を受診した人は対象外

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

**問合せ** 国保年金課国保係 ☎内線3133



期間中ポイントを10%にアップ!

## tengooプレミアムチャージキャンペーン

tengooのプレミアムポイントを、通常1.5% (セブン銀行ATMでのチャージの場合は1.0%) から10%に引き上げるキャンペーンを行います。



**期間** 11月1日(水)午前9時～30日(木)午後9時  
※予算額に達し次第終了

**対象** tengoo利用者

**上限金額** 10万円(1日5万円までチャージ可)

**有効期限** チャージ分730日間/プレミアム分120日間

### ■ マネー・ポイント残高および有効期限の確認方法

チャージしたtengooポイントには、有効期限があります。日頃からマネー・ポイントの残高や有効期限を確認しましょう。

**アプリ会員** chiicaアプリを開く→TOPの「内訳」をタップ

**カード会員** カード裏面の二次元コードをスマホで読み取り→表面右下の会員コード8桁を入力

**問合せ** 産業振興課産業振興係 ☎内線 5003

歴史資料館企画展

1013673

## 「久米民之助の軌跡」

1013674

荒れ果てた沼田城址を公園として整備し、当時の沼田町に寄付した市名誉市民の久米民之助に関するゆかりの場所は、市内にいくつも残っています。沼田藩士の子として生まれ、皇居二重橋の造営や現在の沼田公園の整備などの業績を残した民之助の足跡に迫ります。

**とき** 10月28日(土)～12月24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～午後5時(最終入館午後4時30分)

**休館日** 水曜日、11月2日(木)・24日(金)

**観覧料** 220円(10月28日(土)、11月3日(金)～5日(日)は無料)

### ■ ギャラリートーク

**とき** 10月28日(土)午前11時(30分程度)

**講師** 歴史資料館学芸員

**定員** 10人(当日先着)

**費用** 無料

**問合せ** 歴史資料館 ☎ 23-7565

学校給食の理解を深めよう

1011544

## 学校給食試食会

学校給食を身近に感じ理解と知識を深めてもらえるよう、試食会を行います。10月の給食目標「地域の食材を知ろう」



写真はイメージ。当日のメニューとは異なります

をテーマに、利根町に古くから伝わる郷土料理「豆腐めし」や多くの地場産食材を取り入れた内容で提供する予定です。

**とき** 10月27日(金)午後0時15分～0時45分(受付:午前11時40分～)

**ところ** 保健福祉センター1階会議室102・103

**対象** 市内在住または在勤の人

**定員** 100人(先着順)

**費用** 282円(中学生分量の試食代金、当日現金払い)

**申込期間** 10月2日(月)～20日(金)の午前9時～午後5時(16日(月)午後5時以降のキャンセルは費用が発生)

**申込み・問合せ** 学校給食センター ☎ 25-3762

悪質商法から身を守るために

1001907

## 消費者講演会

テレビ番組に多数ご出演されている多田文明さんが「ついていいたら、こうなった～悪質商法にだまされなために～」と題して講演します。悪質商法の手口やトラブルから身を守る方法を学び、賢い消費者になりましょう。



多田文明さん

**とき** 10月28日(土)午後1時30分～3時

**ところ** テラス沼田5階議場(Waltzホール)

**講師** 多田文明さん(詐欺・悪質商法評論家)

**対象** 市民

**定員** 70人(先着順)

**参加費** 無料

**申込み** 10月25日(水)までに電話、ファクス(20-1501、①住所②氏名③生年月日④電話番号を記入)または申し込みフォーム

**問合せ** 消費生活センター ☎ 20-1500



申込みフォーム



パネル展や講演会での交流体験

## ドイツ・フュッセン市との姉妹都市交流



フュッセン市の街並み

### 「来日 100 周年記念アインシュタインの日本講演旅行」巡回パネル展

20 世紀を代表するドイツの物理学者アルベルト・アインシュタインの来日 100 周年を記念し、ドイツ大使館製作の日本講演旅行の足跡をたどるパネルを展示します。

とき 10 月 18 日 (水) ~ 29 日 (日)

ところ テラス沼田 4 階市民ロビーぱるく

その他 10 月 31 日 (火) まで、図書館 2 階一般閲覧室にて「アインシュタインとドイツ」を特集します

問合せ 企画政策課政策推進係 ☎ 内線 4035

### フュッセン市との絵画交流作品展 1013636

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る交流を続けています。作品を通して、市とフュッセン市との交流を感じてみましょう。

とき 10 月 18 日 (水) ~ 24 日 (火)

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

### ドイツ大使館職員講演会

ドイツとの関わりや文化、普段はなかなか聞けない大使館業務や多文化共生社会の実現について学び、考える機会です。中学生、高校生の皆さんをはじめ、たくさんの人の参加をお待ちしています。

とき 10 月 29 日 (日) 午後 2 時

ところ テラス沼田 5 階議場 (Waltz ホール)

演題 「困難な時代における日独友好」

講師 ゼーンケ・グロートファーゼンさん (ドイツ大使館 文化課長)

対象 市内在住、在勤または在学の人 (中学生・高校生の参加歓迎)

費用 無料

申込み 申し込みフォーム (当日参加可)

問合せ 企画政策課政策推進係 ☎ 内線 4035



申込みフォーム

## 第 47 回県民芸術祭協賛

1006034

## 第 70 回沼田市文化祭

とき 11 月 3 日 (金) ~ 5 日 (日)

ところ ウェルプラザ、利根沼田文化会館ほか

### オープニングセレモニー

とき 11 月 3 日 (金) 午前 10 時 ~ 10 時 30 分

ところ ウェルプラザ 4 階多目的ホール

### 作品展示【会場:ウェルプラザ】

時間 午前 10 時 ~ 午後 4 時 (5 日は午後 3 時 30 分まで)

展示内容 1 階: 華道、盆栽、写真、こより絵 / 2・3 階: 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 (5 日のみ) / 3 階: 利根沼田自然を愛する会、俳句、短歌、川柳、絵手紙、将棋を楽しむ会 (4 日、5 日のみ)、読み聞かせ会 (3 日のみ) ① 午前 10 時 30 分 ~ ② 午後 1 時 30 分 ~ / 4 階: 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 (金) ~ 11/6 (月) 8:30 ~ 16:00 (6 日のみ 12:00 まで) 沼田公園グラウンド / 第 94 回邦楽舞踊発表会: 10/29 (日) 10:00 ~ 16:30 利根沼田文化会館大ホール / 歴史散歩 (利根沼田歴史散歩の会): 11/5 (日) 午前中 沼田市利根町平川方面 / やべみつのり講演会 (読み聞かせの会): 11/11 (土) 10:00 ~ 12:00 図書館 4 階



昨年の様子

### ステージ発表【会場:利根沼田文化会館大ホール】

3 日: 第 67 回市民音楽祭 / 4 日: 天狗の里面友会、繭の絆、谷間のゆりフラシスターズ、つくしの会、祇園囃子保存会、沼須人形芝居 / 5 日: 大洞流吟詠会、ふるさとの心をうたう会、沼田カラオケ連合会

問合せ 生涯学習課市民文化推進室 ☎ 内線 3327

### その他

2 日・3 日: 白沢町文化祭 (白沢地区コミュニティセンターほか)、利根町文化祭 (利根保健福祉センター)

### 無料公開【問合せ 文化財保護課 ☎ 23-7565】

3 日 ~ 5 日: 沼田市歴史資料館 (テラス沼田 2 階)、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



## 沼田市役所跡地活用事業

旧沼田市役所庁舎（西倉内町）の跡地利活用として、民間提案制度にて地域経済と市への貢献度の高さから採用されたルートインジャパン(株)の**宿泊施設を核とした市街地活性化事業**の核となるホテルルートイン沼田が開業します。



**10.12(木)**  
**オープン**

### 観光消費額の増加

新たな観光拠点として、フロントにてさまざまなマップを配るほか、市内外の観光事業者や旅行会社と連携して周遊観光を促します



**ホテルルートイン沼田が開業することにより期待される効果**

**まちの灯**として安心・安全のまちづくりに寄与し、防災拠点にもなります

地元雇用による**定住促進**

宿泊者の飲食店利用による**まちなか活性化**

市内事業者との取り引きや地産地消の取り組みによる**消費拡大**



これまでの経過は、広報ぬまた令和3年6月号に掲載

問合せ 財政課 FM 推進係 ☎内線 4045

## ミズノウエルネス沼田

### 秋の運動・スポーツ教室

講師 ミズノ指導員、うすねニュースポーツクラブ指導員

申込期限 10月31日(火) (※1は10月25日(水)、※2は10月15日(日))

申込み・問合せ ミズノウエルネス沼田 ☎ 25-3737 (月曜休館) (担当: 財政課財産管理係 ☎内線 4044)

教室名	とき	対象	定員 (先着順)	費用
ミズノスポーツ塾 (なわとび教室)	10月28日(土)※1、11月18日(土)・23日(木) 10:15～11:00	4～9歳	各回15人	各回550円
卓球教室 (中級)	11月7日～28日の火曜日 19:10～20:40	中学生以上	各回15人	各回1,250円
ポッチャ教室	11月3日(金) 11:15～12:15	16歳以上	20人	550円
ミズノウォーキング教室 (歩行解析測定付)	【全4回】11月2日～16日・30日の木曜日 14:00～15:00	16歳以上	15人	2,500円
ファイドウ・メガダンス教室	【全4回】11月4日～25日の土曜日 12:15～13:30	中学生以上	20人	2,200円
100年歩けるカラダをつくろう教室 (歩行アドバイスシート付)	【全4回】11月7日～28日の火曜日 14:30～16:00	おおむね60歳以上	12人	3,000円
いきいきエアロ教室 ※2	【全8回】10月19日～12月14日(11月23日は除く)の木曜日 19:30～21:00	16歳以上	20人	4,000円

## 第64回史跡めぐり

1012281

### 「利根沼田の建築美を訪ねて」

時代の流れとともになくなりつつある中、今でも利根沼田に残る明治、大正、昭和時代の建造物。ガイドの話聞きながら巡り、当時の息を感じてみませんか。

**とき** 11月12日(日) 午前9時10分 柳町職員駐車場集合午後4時帰着予定

**ところ** 沼田市、みなかみ町

**対象** 市内在住または在勤の人

**定員** 25人(先着順)

**費用** 2,600円。昼食を希望する人は別途1,150円かかります

**申込み** 10月16日(月)から電話予約を受け付け。10月30日(月)・31日(火)に参加費を生涯学習課へ

※1人が申し込める人数は2人まで

**その他** 600m程度の上り坂を歩きます

**問合せ** 生涯学習課市民文化推進室 ☎内線 3327



# わが家の耐震大丈夫？

市の制度を活用して /

## 耐震化で安心

沼田市には、昭和56年以前に建築し、耐震性のない住宅が約5,500戸※あり、住まいや大切な命を守るために耐震化を進める必要があります。

市の制度を使って自宅の一部を耐震化した宇居邦明さんにお話を伺いました。

※第三期沼田市耐震改修促進計画より



宇居さんの住宅は台所と2部屋を耐震改修しました

数年、広報ぬまたで制度を知り、派遣された耐震診断者に診断してもらおうと、耐震化が必要と分かりました。悲しいことに間もなく母が亡くなり、取り壊しを考えましたが、子どもの頃の思い出が詰

「耐震化したことで、安心して暮らしています。近年災害が増えているので、不安の中で過ごすのは嫌です」と語る宇居さんは、昨年、市の制度を利用して、築60年を迎える住宅の耐震診断と耐震改修工事を行いました。

「沼田市は災害が少ない手はないと思います」と強調し、「例えばリフォームをするときに耐震化も検討してみてもいい。補助率が高いところも良い。市がおよそ64万円負担したので、私の負担はおよそ16万円で済みました」と笑顔を見せました。

「住宅は、宇居さんが10歳のときに両親が建てました。宇居さんは高校卒業後、市外で就職し、静岡県富士宮市にて妻と子ども4人と共に暮らしていました。築年数が経った住宅に1人で暮らす母が気が掛かりでした。」

「補助率の高い制度を利用しない手はない！」



宇居邦明さん - 桜町 -

「制度利用について市に相談した後、耐震診断者に半日以上かけて診断してもらい、多種多様な工事の中から、耐震年数と費用の折り合いのつく工事に決めました。工事は1週間ほどで、富士宮市と沼田市とを行き来し、立ち会いしました。施工場所の家具や荷物を移動する事前準備が一番大変でした。」

### 住まいや大切な命を守ろう

詳細・申請書ダウンロード



無料で診断！

#### 沼田市木造住宅耐震診断者派遣制度

一定条件の木造住宅に耐震診断者を無料で派遣します。ただし、耐震診断者の交通費相当額は個人負担です。

募集数2戸 必ず着工前に相談してください

#### 木造住宅耐震改修工事補助金

地震の倒壊被害を軽減します。

補助率：4/5(最大100万円)

個人負担	市負担
25万円	100万円
↓	
工事費125万円の場合	

募集数1戸 必ず着工前に相談してください

#### 耐震シェルター等設置工事補助金

高齢者のみ居住する住宅、障がい者が同居する住宅の一部を補強します。

補助率：1/2(最大30万円)

個人負担	市負担
30万円	30万円
↓	
工事費60万円の場合	

問合せ 建築住宅課建築指導係 ☎内線 4112





8/29

**沼田市ぶどう組合開園式**  
石田ぶどう園（奈良町）



9/5

**沼田市りんご組合統一開園式**  
滝沢りんご園（白沢町上古語父）



招待された利南幼稚園児たちがフルーツ狩りを楽しみました。



8/25

**自主防災会へ発電機などを無償貸与**  
上原町地内

災害時の非常用電源確保などのために平成 29 年度から毎年 10 団体程度へ順次貸与しています。今回で 90 団体のうち 73 団体への配備ができました。



9/11

**利根沼田理容組合が清掃ボランティア**  
JR 沼田駅周辺

理容オーナーでつくる全国理容連合会の「理容ボランティアの日」に合わせ、組合員 15 人が JR 沼田駅周辺の草刈りやごみ拾いを行いました。



9/12

**第 50 回利根沼田地区福祉パレード**  
テラス沼田 4 階庁議室

福祉作業所の皆さんが、福祉向上の願いを星野市長らに伝え、くりのみ学園で育てた花と障害福祉サービス事業所ぴっころで作った記念品を贈呈しました。



9/12

**沼田市ぶどう組合品評会**  
テラス沼田 1 階多目的スペース

組合員 33 人が出品した 37 点を県普及指導員が審査し、金賞 4 点などを選定しました。市内観光ブドウ園は例年 10 月中旬まで開園しています。





# 第11回沼田花火大会

9月9日(土)、運動公園にて開催されました。今年はコロナ禍以前にあった無料観覧スペースが開放されたほか、物産展などが開催され、飲食をしながら交流を楽しむ皆さんの姿が見られました。

打ち上げの様子  
Youtube







打ち上げ前に家族だんらんを楽しむテーブル席の一家





## お知らせ

### 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3004

### 1013586 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。

物件(売却区分番号/所在地

### ／地目など)

▼沼田市1(土地)／白沢町平出/宅地337.02㎡

▼沼田市12(土地付き建物)／清水町/宅地938.84㎡

附属建物(1居宅\*37.26㎡、8居宅\*20.67㎡)

※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

**公売保証金受け付け期間** 11月1日(水)～17日(金)

**入札期間** 11月6日(月)～17日(金) までの午前9時～午後5時

**開札日時** 11月22日(水) 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 収納管理係 ☎ 内線3033

### ストップ！不正軽油

軽油に灯油などを混ぜ、「軽油」として販売や使用することは悪質な脱税行為です。「安い燃料を買ったらエンジンの調子が悪くなった」など、不正軽油と思われる情報がありましたらお知らせください。

**問合せ** 不正軽油100番

(前橋行政県税事務所県税課 軽油広域調査係) ☎ 027・231・2801

### 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「火災と紛らわしい煙又は火災を発生する恐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、最大限配慮してください。

**問合せ** 利根沼田環境森林事務所 ☎ 22・4481、環境課環境保全係 ☎ 内線3072

### 1011223 入札参加資格審査申請の受け付け

市が発注する建設工事などの入札参加を希望する事業者は、入札参加資格申請をしてください。

**申請の種類・期間**  
▼物品の製造・販売・購入、

役務の提供など 10月2日(月)～31日(火)

▼建設コンサルタントなど委託業務 12月6日(水)～22日(金)

▼建設工事 来年1月5日(金)～30日(火)

**有効期間** 令和6年4月1日～令和8年3月31日(2年間)

**申請方法** ぐんま電子入札システムポータルサイト(https://portal.g-cals.e-gunma.jp/portal/)から電子申請

**問合せ** 契約検査課契約係 ☎ 内線4051

### 上之町金刀比羅通り線 改良工事が完了

中心市街地土地区画整理事業による上之町金刀比羅通り線の改良工事が完了し、9月1日(金)から相互通行が可能になりました。

**問合せ** 都市計画課街なか対策室 ☎ 内線4125



### 県営住宅10月定期募集

**申込期限** 10月15日(日)

**問合せ** 県住宅供給公社

☎ 027・223・5811

広告



## 消防団の点検

消防団員は仕事を持ちながら火災予防活動や教育訓練活動を行い、火災や風水害が発生したときには災害活動を行うなど、市民の安全・安心を守るため、幅広い活動に取り組んでいます。消防団点検では、消防団員と消防車両が集合し、姿勢や服装、機械器具やラッパ隊の点検、部隊訓練などの日頃の訓練成果を披露します。

とき 10月15日(日) 午前11時

ところ 沼田公園グラウンド

問合せ 地域安全課防災安全係 ☎内線4021



## 秋の市内一斉清掃・道路愛護運動

道路、河川に放置されたごみ、道路にはみ出した植木・障害物などは、環境美化を妨げ、子どもや障がいのある人などの通行の支障となり、交通事故の原因ともなります。美しい環境と安全な道路交

通を守るために「秋の市内一斉清掃」「秋の道路愛護運動」を実施します。皆さんのご協力をお願いします。

とき 10月15日(日) 雨天決行

※白沢・利根町は別日程で実施  
問合せ

■市内一斉清掃 各町の区長・環境保健支部長、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

■白沢町 各区長、白沢支所生活係 ☎内線7829

■利根町 各区長、利根支所地域係 ☎内線7921

## 1009601 空き家適正管理のお願い

近隣住民や通行人に悪影響を与える空き家が増えていきます。空き家は個人の財産で所有者や相続人、管理者に責任があり、適正に管理されていれば問題ありませんが、空き家が原因で被害が発生した場合所有権などに損害賠償責任が発生する場合があります。換気や通気、草庭木の剪定、郵便物の整理、傷みの補修など、定期的な管理を行い健全に維持しましょう。また、空き家の隣近所にお住まいの人や区長、班長に管理者の連

絡先を伝えておき、連絡が取れるようにしておきましょう。空き家の売買や賃貸を検討している場合は、不動産業者などに相談しましょう。

問合せ 建築住宅課営繕住宅係 ☎内線4113

## 都市計画用途地域の縦覧

### ●決定案の縦覧

とき 10月16日(月) 30日(月) 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日を除く)

ところ 都市計画課

●内容 沼田都市計画用途地域の変更(横塚工場適地南地区の決定)案

■意見書の提出 都市計画法第17条の規定により、縦覧期間中に案に対する意見書を提出

申込み・問合せ 都市計画課 計画係 ☎内線4121

## 沼田市農業まつり

新鮮な農畜産物の販売やプレゼント、抽選会などの楽しいイベントを開催します。

とき 10月14日(土) 午前9時～午後3時

ところ 利根沼田農業協同組

合本店および駐車場

問合せ 農林課農業振興係 ☎内線5016または利根沼田農協沼田支店 ☎23・5145

## 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5011

## 1007077 森林の立木伐採には届け出を

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0.5ヘクタールを超える太陽光発電設備の設置を目的とする開発行為の場合、県へ林地開発許可が必要となりました

問合せ 農林課森林整備係 ☎内線5011

広告



**1013676**  
**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26日(木)～11月2日(木)  
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

**1005809**  
**ぬまた市産業展示即売会**

市内の地場産品や物産品などの展示即売会を開催します。巨大焼きまんじゅうや巨大こんにやくの切り分けプレゼントなど、各種イベントを行います。

とき 10月7日(土)、8日(日) 午前10時～午後4時  
※8日は午後3時まで  
ところ 沼田公園グラウンド  
問合せ 産業振興課商工振興係 ☎内線5005

**1005988**  
**中退共制度(中小企業退職金共済制度)の利用を**

**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  
**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/貸付額(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、貸付期間の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(木)  
※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

**1013451**  
**令和6年 二十歳を祝う会**

とき 令和6年1月7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15年4月2日～平成16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** 12月22日(金)  
**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3321



**1010369**  
**社会教育団体文化活動補助金**

社会教育団体を応援します  
**対象団体** 市内に拠点を置く社会教育団体

**対象経費** 利根沼田文化会館大ホール・小ホールの使用料、付属設備使用料、冷暖房料  
**助成額** 対象経費の4分の1に相当する額  
**申請方法** 使用した日から2カ月以内に申請書と使用料の領収書の写しを生涯学習課へ提出  
**その他** 使用料の一部を助成する制度の期間が延長されました  
**問合せ** 生涯学習課市民文化推進室 ☎内線3327

**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

**土地家屋調査士 無料相談会**

土地の境界や分筆、測量に関すること、建物の新増築などに伴う登記に関する相談に応じます。

とき 10月25日(水) 午後1時30分～4時  
ところ テラス沼田6階601会議室  
**費用** 無料(予約不要)  
**問合せ** 群馬土地家屋調査士会沼田支部 ☎24・1084

**職業訓練(ハローワーク) 説明会を開催**

ハローワークでは、職業訓練に興味がある人を対象に、説明会を開催します。  
とき 10月17日(火)、11月21日(火)、12月19日(火)の各日午後2時～4時  
ところ ハローワーク沼田  
**その他** 支給要件を満たせば、月10万円の生活支援の給付金を受けながら、無料の職業訓練も受講できます。LINEで職業訓練のほか、面接会などの情報も配信中です  
**LINE ID** @pwr8555w  
**問合せ** ハローワーク沼田 ☎22・8609

**募集**

**1000015**  
**第15回市民活動実践講座 情報発信に役立つ写真撮影撮りためた写真から選ぼう**



## 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24日(火)

※6月と12月に利用権設定告示

申込み 地元農地利用最適化推進委員、農業委員、農業委員会事務局

### 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、5019

とすると、コレ!といった写真がない: : : そんな経験はありませんか。たくさんの写真を扱ってきた編集長の視点から、活動PRに使いやすい写真やスマートフォンでの撮影にあたってのポイントやコツを学びます。

とき 11月18日(土) 午後2時~4時(受付1時45分)

ところ テラス沼田6階コミュニティテラス会議室601


内容 市民活動に役立つ「スマホでできる伝わる写真の撮り方」~活動の情報発信に効果的な写真撮影のコツを学ぶ~

講師 関東新聞販売(株)おちあいしんぶん マイタウンた

にがわ編集長 西山政之さん  
定員 10人(先着順)  
費用 無料

申込方法 窓口、電話、ファクスまたは申し込みフォーム

申込み・問合せ 市民活動センター ☎22・8444、ファクス25・3028

申し込みフォーム 

1012953 超・超初心者シニア向けスマートフォン教室

基本操作、文字入力、カメラの使い方、てんぐーの使い方などを学びます。

とき 11月15日~29日の水曜日(全3回) 午前10時~11時

ところ ウェルプラザ(保健

福祉センター) 3階306  
講師 Next Generation  
ion職員、市職員  
対象 市内在住、在勤の人  
定員 12人  
費用 無料

持ち物 スマートフォン、筆記用具

申込期間 10月18日(水)~11月1日(水)

申込み・問合せ 生涯学習課市民文化推進室 ☎内線3327

ウォーキング講習会

体力に合わせた班に分かれ、歩き方のコツを学びながら沼田公園を歩きます。紅葉を満喫しながら、楽しく体を動かして心と体をリフレッシュしませんか。

とき 10月27日(金) 午前10時~正午(9時40分受付)

ところ 沼田公園グラウンド(駐車場を兼ねる)

※雨天時はZACROSSアリーナぬまたで歩き方などの講習

講師 健康運動指導士 斉藤智子さんほか

定員 100人



費用 無料

申込み 各地区保健推進員または健康課保健係

申込期限 10月20日(金)

持ち物 レジヤースhirt(横になってストレッチします)

※雨天の場合は、他に上履き、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

問合せ 健康課保健係 ☎内線3165

1012627 団体活動発表会

趣味のサークルなどの団体の育成、支援を目的に、発表会を開催します。日頃の成果を披露してみませんか。

とき 来年1月26日(金)~28日(日)


ところ ウェルプラザ(保健福祉センター)

対象 市内で活動しているサークルなど(文化協会や体育協会など、社会教育団体所属は対象外)

費用 無料

申込期限 10月18日(水)

申込み・問合せ 生涯学習課市民文化推進室 ☎内線3327

団体活動発表会 

広告



**1013590**  
親と子の食育教室  
秋のおいしいメニュー

食事は心と体の栄養で、健康な体をつくるには毎日の食事が大切です。親子で料理を楽しく作っておいしく食べましょう。バンダナなどのプレセントもあります。

とき 11月11日(土) 午前10時～午後1時(9時45分受付)

ところ 保健福祉センター3階 栄養指導調理実習室・研修室

講師 食生活改善推進員

対象 市内在住の小学生と保護者(子ども一人につき保護者一人)

定員 10組(先着順)

費用 保護者600円、子ども300円

申込期間 10月10日(火)～31日(火)

持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線3167

**1013677**  
はじめての筆ペン教室

筆ペンで文字を書くコツを学びましょう。

とき 11月21日・28日、12月5日の火曜日 午後7時～9時

ところ ウエルプラザ(保健福祉センター)3階306会議室

講師 小池龍実さん

対象 中学生以上で市内在住、在勤または在学の人

定員 15人(先着順)

費用 無料

申込期間 10月19日(木)～11月6日(月)

持ち物 筆ペン(中字、ペン先が筆のようになっていているもの。小筆も可)

申込み・問合せ 生涯学習課市民文化推進室 ☎内線3327または申し込みフォーム

**大正和服体験第2弾**

大正風の和服を着て散歩してみませんか。市内をお得に巡れる「食べあるき買物チケット」、「大正ロマンぬまたステッカー」のプレゼントや、当日に限り、「旧土岐家住宅洋館」の観覧料が無料になる特典があります。商店街では、大正ロマンをイメージした限定飲食メニューの提供や、散策風景の写真撮影なども行います。

とき 10月1日(日)～来年1月31日(水)



ところ 中心市街地

費用 2千円

申込期限 来年1月28日(日)

申込方法 対応店舗に、電話で直接予約してください

対応店舗 京呉服みはし ☎24・3384または中島屋呉服店 ☎22・2005

問合せ 市観光協会 ☎25・8555 (担当 都市計画課 街なか対策室 ☎内線4122)

**災害ボランティア養成講習会**

多発する災害に備え、支援活動ができるボランティアになってみませんか。

とき 10月26日(木) 午後1時30分～4時

ところ 保健福祉センター

内容 講義「災害時の命の守り方・避難所生活・ボランティアについて」

定員 25人

受講料 無料

申込み・問合せ 10月20日(金)までに社会福祉協議会 ☎25・3267



**福祉**

**1001915**  
精神保健福祉相談

眠れない、落ち着かない、仕事に手に着かない、不登校、ひきこもり、認知障害、薬物中毒、アルコール依存、うつなどでお困りの人は、お気軽にご相談ください。相談は精神科医師が応じます。

相談料 無料(予約制)

※自宅に訪問して相談に応じることができません

問合せ 社会福祉課障害福祉係 ☎内線3107

相談日

とき	ところ
10月11日(水) 13:30～16:00	テラス沼田4階 防災会議室 (または家庭訪問)
11月9日(木) 13:45～16:00	
12月13日(水) 13:30～16:00	
1月11日(木) 14:00～16:00	
2月14日(水) 13:30～16:00	
3月14日(木) 14:00～16:00	

広告





## 目指そう ゼロカーボンシティぬまた

環境省では、2050年カーボンニュートラルおよび2030年度削減目標の実現に向けて、国民・消費者の行動変容、ライフスタイル変革を強力に後押しするため、新しい国民運動「デコ活」を展開中です。デコ活とは、二酸化炭素(CO2)を減らす(DE)脱炭素(Decarbonization)と、環境に良いエコ(Eco)を含む「デコ」と活動・生活を組み合わせた新しい言葉です。暮らしが豊かになり、脱炭素などに貢献していくものは、すべてデコ活アクションです。一人一人できることから始めてみてください。



＼デコ活アクション まずはここから！／

### 電気も省エネ 断熱住宅

～電気代をおさえる断熱省エネ住宅に住む～

### こだわる楽しさ エコグッズ

～LED・省エネ家電などを選ぶ～

### 感謝の心 食べ残しゼロ

～食品の食べ切り、食材の使い切り～

### つながるオフィス テレワーク

～どこでもつながれば、そこが仕事場に～

環境省特設サイトでは、デコ活アクションに関連した補助制度の情報なども掲載されていますので、ぜひ、ご活用ください。



問合せ 環境課環境政策係 ☎内線3071



**社会福祉事業へ**  
▽第一生命労働組合群馬支部(前橋市表町) ↓タオル 324本  
**企業版ふるさと納税**  
▽社会保険労務士法人富岡労働管理事務所(代表社員 富岡政明) ↓100万円

## 篤志

(敬称略)

### 身体障害者巡回相談

とき 11月1日(水) 午前10時～正午  
ところ テラス沼田 4階防災会議室 405  
※重度の障がいなどで会場に來られない人は、自宅に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 10月20日(金)  
持ち物 身体障害者手帳、使  
用している補装具など

### 赤い羽根共同募金 歳末たすけあい募金

申込み・問合せ 社会福祉課  
障害福祉係 ☎内線3108  
10月1日から共同募金運動が全国一斉に始まります。  
皆さんから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 ☎253267  
赤い羽根共同募金



赤い羽根共同募金

1009398

### スマートウエルネスぬまた ポイント対象事業 集まれスポーツ広場

とき 10月21日(土) 午前9時30分～正午  
ところ ZACROSアリーナぬまた  
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3332

### 第53回沼田市民体育大会(対戦結果)

競技種目	第1位	第2位	第3位
バスケットボール	北部	川田	利南 奥部
バレーボール(一般男子)	池田	北部	東部
バレーボール(一般女子)	利根	白沢	
バレーボール(ミセス)	北部	池田	白沢
卓球	薄根	西部	北部
野球	北部	川田	薄根 西部
剣道	白沢	利南	川田
柔道	利南	北部	池田
ソフトテニス	薄根	北部	東部
ソフトボール(一般男子)	利根	利南	東部 白沢
サッカー	利南	薄根	東部
バドミントン	利南	東部	池田
テニス	薄根	川田	利南
ゲートボール	利南	池田	川田
グラウンド・ゴルフ	利南	白沢	池田

※オープン種目(フェンシング、弓道)

問合せ スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎内線3332



# 子ども

## 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。  
**問合せ** 子ども課保育係 ☎ 内線3126

### 【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

## 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、養育して下さる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** 10月12日(木)・テラス沼田4階404・405  
**防災会議室** / 10月19日(木)・渋川市役所第2庁舎202・203会議室 / 10月25日(水)・吉岡町保健センター(吉岡町役場隣)  
**※** 全日午後1時~4時  
**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** 群馬県北部児童相談所 ☎ 0279・20・1010

## スポーツ

1013671

**第55回利根沼田勤労者卓球大会**

**とき** 10月29日(日) 午前9時開会  
**ところ** ZACROSアリーナぬまた  
**対象** 市内、利根郡内に在住または在勤の人  
**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  
**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。総当たり戦  
**参加費** 無料  
**申込期限** 10月13日(金)  
**申込み・問合せ** 産業振興課 商工振興係 ☎ 内線5005

1009470 **第52回ミセスバレーボール大会**

**とき** 11月19日(日) 午前8時30分開会  
**ところ** ZACROSアリーナぬまた  
**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** 10月31日(火)までに、所定の用紙でZACROSアリーナぬまたへ(白沢・利根地区コミュニティセンター経由も可)  
**その他** 11月6日(月)午後7時から開催する代表者会議に必ずご出席ください  
**問合せ** NPO法人沼田市スポーツ協会(ZACROSアリーナぬまた内) ☎ 24・9444

1009428 **第31回市民グラウンド・ゴルフ大会**

**とき** 10月29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13日(金)までに、所定の用紙でZACROSアリーナぬまたへ(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

1009473 **第64回利根・沼田ロードレース大会**

**とき** 11月23日(木) 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/ファミリィ(小学3年生以下の子どもと保護者)・小学生(男女)の部(4年生以上)  
 ▽4.5kmコース/中学生(男女)・一般(男女)・一般40才以上(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(金)までに、所定の用紙でZACROSアリーナぬまたへ(白沢・利根地区コミュニティセンター経由も可)  
**問合せ** NPO法人沼田市スポーツ協会(ZACROSアリーナぬまた内) ☎ 24・9444





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 川田 ☎ 22-2009  
池田 ☎ 23-9851 白沢 ☎ 53-2291  
薄根 ☎ 22-3160 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

## 利南 大人のスイーツ講座

1013649

とき・内容 11月1日(アップルパイ)、12月6日(キャラメルクッキーサンド)、1月17日(バナナロールスコーン)、2月7日(抹茶しぐれ)、3月6日(きんつば)の水曜日(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1,500円程度(教材費)

申込期限 10月20日(金)

その他 全回受講できる人を優先。キャンセルは開催日の1週間前まで(第1回目のキャンセル不可)

申込みフォーム



## 池田 木の実のリース講座

1013678

とき 10月31日(火) 午後1時30分～3時

講師 戸丸泉さん

定員 8人

費用 2,000円(教材費)

申込期限 10月20日(金)

その他 材料費に伴うキャンセル料が発生する場合あり



申込みフォーム



## 川田 「新しい」地域・まちづくり パン粘土講座

1013637

とき 11月14日(火) 午後1時30分～3時30分

内容 パン粘土でミニチュアのパン細工を作ります

講師 村山由美子さん

定員 10人

費用 1,000円(教材費)

持ち物 作品を持ち帰る入れ物

申込期限 10月20日(金)



イメージ写真

## 川田 「新しい」地域・まちづくり 絵手紙講座

1013629

とき 11月16日・30日、12月14日、1月11日・25日の木曜日(全5回) 午前9時30分～11時30分

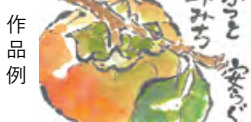
内容 ヘタでいい!ヘタがいい!気持ちのこもった絵手紙を描いてみませんか?

講師 霜垣ユミ子さん

定員 14人

費用 無料

申込期限 10月27日(金)



作品例

## 白沢 心と体のバランスを整えましょう ヨガ体験講座

1011220

とき 11月8日～12月13日の水曜日(全6回) 午前10時～11時30分

講師 尾崎奈巳恵さん

定員 10人

費用 無料

持ち物 ヨガマット

申込み 10月27日(金)

## 利南 庭の広さに関わらず、春まで楽しめます ハンギングバスケット講座

1013650

とき 11月16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(教材費)

申込期限 10月23日(月)

その他 キャンセルは11月2日(木)まで

イメージ写真



申込みフォーム



## 池田 クリスマスにもピッタリなフィンランドの伝統的な装飾品 ヒンメリ講座

1013679

とき 11月6日(月) 午後1時30分～3時

講師 中島理絵さん

定員 8人

費用 2,000円(教材費)

申込期限 10月23日(月)

その他 材料費に伴うキャンセル料が発生する場合あり



申込みフォーム



## 川田 「新しい」地域・まちづくり レザークラフト講座

1013638

とき 11月30日(木) 午後1時30分～3時30分

講師 酒井伸一さん(手作り革工房「はろはろ」)

定員 10人

費用 男性用4,800円・女性用4,000円(教材費)

持ち物 はさみ、カッター、かなづち、目打(持っている人)

申込期限 11月10日(金)

その他 レザーのベルトを男性用は35mm、女性用は25mmの幅で作ります。申し込み時にどちらかお選びください。また、ベルトをお持ちになるか、サイズをあらかじめ測ってきてください。



## 薄根 天然素材のオシャレなリースで華やかなクリスマス クリスマスリースづくり講座

1013642

とき 11月28日(火) 午後1時30分～3時30分

講師 星野学さん(隴月)

定員 15人

費用 2,000円(教材費)

持ち物 薄手の手袋、ハサミ、汚れても良い服装

申込期限 11月14日(火)

その他 11月15日(水)日以降は、材料費に伴うキャンセル料が発生する場合あり

イメージ写真



## 利根 伝統工芸で雅な時間を つまみ細工講座

1011231

とき 11月8日・22日、12月6日・20日の水曜日(全4回) 午後2時～4時

ところ 利根保健福祉センター

講師 木村正子さん

定員 10人

費用 各回1,000円(教材費)

申込期限 10月23日(月)





# ぬまた歴史探訪

#207

文化財調査委員の  
金井竹徳さんが  
沼田の歴史をご案内

親孝行の伝説

強清水の滝

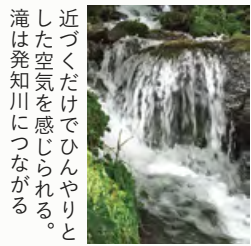
— 上発知町 —

小尾瀬と呼ばれ、四季の移ろいごとにさまざまな姿を見せる玉原高原。沼田を代表する観光地で、自然の美しさに多くの人が魅了され訪れる。

「強清水の滝」は玉原高原への道沿いにある、豊かな清流が流れ落ちる滝で、ある伝説を持つ。

伝説は「昔、発知の里に親孝行の者があった。母親が病に伏し、食物も喉を通らず『みず、みず』と水ばかり求めた。息子は母を助きたい一心で迦葉山へ祈願に日参した。七日目に中峰尊より『透門より北へ二里、右手山中よりゴウゴウと湧き出る清水あり、これをくみて与えよ』の

色に輝く。



近づくだけでひんやりとした空気を感じられる。滝は発知川につながる。



滝の水  
冷たさ痛し  
母思う

お告げがあった。喜んだ息子はすぐに清水に向かい、水を含んで帰り母親に飲ませたところ、たちどころに全快したという。これを伝え聞いた近郷から、水をくむ人の行列ができた」というのである。

強清水は、あまりの水量と冷たさに思わず「強い」といったことから名付いたといわれ、親孝行の言い伝えから「養老の滝」の別名もある。伝説の滝は今、紅葉の中、秋色に輝く。

## 沼田市立図書館

### 新刊の紹介



『イラストで見るゴーストの歴史』

アダム・オールサッチ・ボードマン/著 マール社  
恐怖と魅力で世界各国に伝説や観光スポットなどを残す幽霊の歴史や、題材とされた創作物をイラストで解説。



『美しい実験図鑑』

さとう かよこ / 著 新星出版社

炎の色を操る実験、のびる鉱物の錬金術。小中学生向けに、34個の美しい実験の手順を写真で解説する。

休館日 月曜日、10月27日(金)、11月3日(金)・23日(木)・29日(水)・30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 (水)	10:30 ~ 10:50	利根川ダム統合管理事務所	8日 (水)	13:35 ~ 14:15	愛宕老人ホーム	14日 (火)	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
	13:15 ~ 14:05	升形小学校					14:30 ~ 16:15	多那小学校
	14:20 ~ 14:50	新町公民館						
2日 (木)	9:50 ~ 10:15	岡谷町生活改善センター	9日 (木)	9:50 ~ 10:05	横塚町公民館	15日 (水)	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
	13:35 ~ 13:55	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
7日 (火)	14:05 ~ 14:20	中発知町生活改善センター	10日 (金)	14:20 ~ 14:50	沼須町農事研修所	16日 (木)	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		9:50 ~ 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 ~ 11:20	善桂寺町活性化センター	17日 (金)	13:15 ~ 13:45	下古語父集会所
	14:30 ~ 16:15	川田小学校		11:30 ~ 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		13:15 ~ 13:30	旧利根支所利根出張所
						21日 (火)	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定者

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・安全でおい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**

**抽選5人**

**(有)果実庭のリンゴジュース2本**

1,200円相当

**応募** 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

**対象** 市内在住、年度内に1回も当選していない人

**引換** (有)果実庭にて11月末まで

**締切** 10月25日(水)必着

**宛先** 〒378-8501 沼田市下之町888  
**問合せ** 秘書課広報広聴係 ☎内線 4008

桃」を大切に育てています。提携牧場の完熟堆肥を混ぜ込み、除草剤の使用は最小限、収穫量が減るリスクを負ってでも、おいしさのために樹上で完熟にこだわります。50年通い続けるお客さんがいることから人気がかがえます。今後は、アップルパイをはじめ、新商品や他社との共同メニュー開発にも一層、力を入りたいと語りました。

国内外で修行した二代目の桑原裕和さんは、スタッフと共に、「リンゴ・サクランボ・桃」を大切に育てています。

**(有)果実庭** - 横塚町 -  
**代表** 桑原裕和さん  
次の世代へつなごたい



5月にリニューアルした開放的な売店とカフェ。広々としたキッズスペースもあります。

**(有)果実庭**  
フルーツ狩りのほか、桃スムージーやアップルパイなども販売しています  
**場所** 横塚町1302-1 ☎24-1322  
**営業** 6月上旬~12月上旬  
8:30~17:00頃

詳しい情報 [HP](#) [Instagram](#)

ぬまたの旬をクッキング No.36 **しゅわしゅわ♡淡雪のアップルドロップかん** 沼田市の名産リンゴのシーズン到来。秋の味覚を満喫して



## 沼田市地域おこし協力隊だより NO.36

**山本 潤太郎** / 移住促進事業に従事  
- アクセスの良さからも移住を後押ししたい -

**問合せ** 観光交流課交流推進係 ☎内線 5031

沼田市地域おこし協力隊

沼田市に移住して早いもので半年が過ぎました。移ろう季節を味覚と嗅覚で堪能し、近頃はトウモロコシの甘さに驚かされました。最近では、移住相談を受けるときに各所へのアクセスの良さもお伝えしています。沼田市は、中心市街地から30分でキャンプ場やスキー場、新鮮な野菜や果実を取りそろえる直売所に行くことができる上に、東京へは2時間で行くことができるからです。移住は人生の転換期ともいえる重大な決断であり、人によって悩みはさまざまです。移住を後押しする一つとして、「アクセスの良さ」という点からも、沼田に魅力を感じてもらえるように、積極的にPRします。



移住の体験ができるトライアルハウス(久屋原町)にて、移住コンシェルジュの真下さんとともに、利用者へのヒアリングを行ったときの様子

## チャレンジ手話 No.36 山登り



甲を上に向けた手で山の形を描く



2指を下に向け、指を交互に出して斜め上へ進める



動画で練習しよう  
会話編も収録



**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



米山小春ちゃん(2歳)  
岳くん(9カ月)  
【薄根町】

●子どもの健康診査

対象	とき・受付時間	生年月日
4カ月児	22日(水) 14:00～14:30	令和5年 7月 1日～ 7月22日
10カ月児	22日(水) 12:45～13:15	令和5年 1月 1日～ 1月24日
1歳 6カ月児	28日(火) 13:00～13:45	令和4年 4月 1日～ 4月28日
2歳児歯科	8日(水) 13:00～13:45	令和3年 8月27日～ 10月 8日
3歳児	16日(木) 12:40～13:20	令和2年 6月14日～ 7月15日

ところ 保健福祉センター

●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んでください。

交付期間 月～金曜日の9時～、10時30分～

ところ 健康課保健係(テラス沼田3階)

持ち物 医療機関発行の「妊娠届出書」、個人番号カードまたは通知カード

※妊娠届出書を職場などに提出する場合は、事前にコピーを済ませてください

その他 妊娠、出産に関連する諸制度の説明を行いますので、時間に余裕を持ってお越しください

●ベビーマッサージ

とき・受付時間	対象
27日(月) 13:45～14:00	乳児(生後2カ月ごろから)と母

ところ 保健福祉センター

内容 助産師によるベビーマッサージ

定員 10組(先着順)

申込期間 11月1日(水)～15日(水)

持ち物 防水シート、バスタオル、フェイスタオル、お出掛けに必要なもの、飲み物

●すこやか育児相談

とき	対象
10日(金) 9:30～11:00	0歳～就学するまでの子と保護者

ところ 保健福祉センター

内容 身体計測、希望にて育児・栄養・歯科・母乳相談

持ち物 母子健康手帳、バスタオル(身体計測時に使用)、その他お出掛けに必要なもの

●マタニティセミナー

とき・受付時間	対象
6日(月)	初めての出産を迎える妊婦で、1・2月ごろ出産予定の人
18日(土)	

ところ 保健福祉センター

定員 10人(先着順、両日参加できる人優先)

申込期間 10月23日(月)～27日(金)

全ての申込み・問合せ 健康課保健係 ☎ 内線 3166・3167

「子どもたちと絵本」が出会う場所 とき 10:30～11:00

おはなしぽけっと ところ・問合せ 図書館 ☎ 22-0550

とき	内容
10月 7日(土)	えほん『りんごのまほう』
10月21日(土)	えほん『さんまいのおふだ』
11月 4日(土)	えほん『11ぴきのねこ ころんこ』
11月18日(土)	えほん『ワタナベさん』

※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





## 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

### ●七福クラブ(筋トレ、福老体操など)

場所	日にち
テラス沼田1階多目的スペース	13日(月)
利南地区コミュニティセンター	22日(水)
池田地区コミュニティセンター	16日(木)
薄根地区コミュニティセンター	10日(金)
川田地区コミュニティセンター	14日(火)
白沢創作館	28日(火)
利根保健福祉センター	24日(金)

実施時間 各日10:00～11:00(受付9:45～)

対象 おおむね60歳以上の市民

申込期限 各会場開催日の7日前まで

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線3168

### ●あっぷりんカフェ(認知症カフェ)

日時	場所
16日(木) 9:30～11:30	テラス沼田4階 防災会議室403

内容 認知症に関する相談や季節に合わせた工作も実施。どなたでも利用できます

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

### ●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)	7日(火) 28日(火) 17:00～19:00
利南地区 コミュニティセンター	22日(水) 9:45～10:45
池田地区 コミュニティセンター	16日(木) 9:45～10:45
白沢創作館	28日(火) 9:45～10:45

問合せ 健康課保健係 ☎内線3166

### ●古希バースデイ講座(介護予防の講話・体操・相談)

日時	場所
27日(月) 10:00～11:30	テラス沼田1階 多目的スペース

対象 昭和28年11月2日～12月1日生まれ

問合せ 健康課保健係 ☎内線3168/国保年金課  
国保係 ☎内線3134

### ●市民献血(対象年齢:16歳～69歳)

日時	場所
10日(金) 10:00～11:45 13:00～16:00	テラス沼田1階 多目的スペース

※65歳以上の人は、60歳～64歳までの間に献血経験がある場合に限りです

問合せ 健康課予防係 ☎内線3170

## 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3057
ふれあい総合相談	6日(月)・20日(月) 13:00～15:00	保健福祉センター ☎25-3267
無料法律相談(予約制)	15日(水) 13:30～16:00	保健福祉センター ☎25-3267
休日納付相談	19日(日) 8:30～17:00	債権管理課 ☎内線3034
年金相談	2日(木)・16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
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	13日(月)・27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



# ふれあいマス釣り大会

池田中学校



高齢者に積極的に話し掛け、昼食を楽しむ生徒たち

池田中学校の2、3年生の30人が、9月15日、池田地区在住の1人暮らし高齢者と身体に障がいを持つ人たちと一緒に、マス釣りを楽しみました。

生徒はそれぞれお年寄りなどに付いて、餌付けや釣りをサポートしました。魚が餌を口にし、竿が引張られると、一気に魚を釣り上げ大きな歓声が上がりました。昼食は、釣ったばかりのマスや炭火で焼き、肉や野菜のバーベキューや焼きそばなどを食べながら、終始和やかな雰囲気を楽しみました。石田冬花<sup>ふゆか</sup>さん（2年）は、「地域の人たちと交流を深めることができ、貴重な経験になりました」と笑顔で話しました。市社会福祉協議会池田支部の主催で行われ、今回で29回目。コロナ禍の影響で4年ぶりの実施。

## 編集後記

市民体育大会の撮影で市内を回りました。大会当日は相変わらずの猛暑でしたが、支部を代表して参加する選手の表情からは、気温に負けないほどの熱さを感じました。令和11年の国民スポーツ大会フェンシング競技は、本市で開催されます。今回撮影した選手が、6年後のその舞台上で活躍する姿を思い描きながら、撮ってきた写真を見返しました。（生方）

## 今月の表紙



沼田東小学校を会場に行われた市民体育大会フェンシングの部。小学生低学年から一般の部までクラス分けして行われ、にぎやかで白熱した競技が繰り広げられました。



沼田市公式ホームページ  
[www.city.numata.gunma.jp](http://www.city.numata.gunma.jp)



沼田市情報配信サービス「ホッとメールぬまた」  
<https://plus.sugumail.com/usr/numata/home>



行政情報アプリ「マチイロ」  
[www.machihiro.town](http://www.machihiro.town)



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



沼田市公式 Facebook  
いいね!沼田市



沼田市公式 LINE  
@numata.city



沼田市公式 Twitter  
NumatacityPR



沼田市公式 Twitter (防災情報)  
numata\_bousai



沼田市公式 Instagram  
numata.city



沼田市公式 Instagram (観光情報)  
numata\_trip