



主な内容

- 2 沼田まつり
- 4 新ごみ処理施設
- 5 ミズノウエルネス沼田

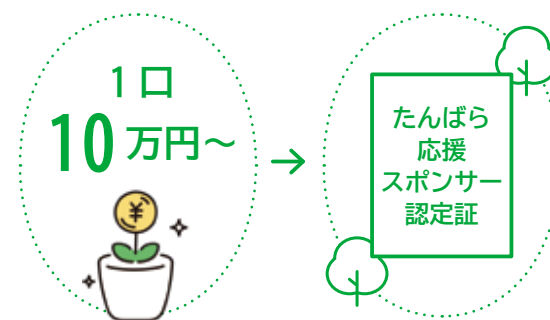
森林文化都市沼田

Vol.5 森林文化都市アクションプラン実施事業③たんばら応援スポンサー制度

玉原の豊かな生態系の保全と、子どもたちの環境教育のために
企業版ふるさと納税制度で全国から資金を集めています

④ 寄付は、1口10万円からで、たんばら応援スポンサー認定証をお渡しします。

④ 寄付額が500万円以上で、ご希望の場合は、玉原を星野市長が案内する特別プログラムを実施します。



玉原の魅力を子どもたちに説明する星野市長

市内に本社などのある企業の皆さまへ

制度により、企業版ふるさと納税の優遇制度の対象となりません。

個人の皆さまへ

寄付はありがたくいただきますが、通常の個人版ふるさと納税と異なり、**返礼品をお渡しすることができません。**

※個人版ふるさと納税での寄付を希望される場合は、各ふるさと納税のポータルサイトでの寄付時に「自然環境づくり」を選択してください（たんばら応援スポンサー認定証はお渡ししていません）

ご理解の上、寄付をしていただける場合はこちら

申込フォーム



問合 企画政策課政策推進係 ☎内線 4034



沼田市公式 HP



沼田市公式 SNS



沼田市防災アプリ「防災ぬまた」ほか
安全・安心について

沼田市役所

〒378-8501
群馬県沼田市下之町 888
☎ 0278-23-2111
FAX 0278-24-5179

沼田市の人口 7月末現在

人 口 43,043 人
男 21,089 人
女 21,954 人
世帯数 20,643 世帯

主な宣言

森林文化都市宣言
核兵器廃絶平和都市宣言
明るい選挙都市宣言
交通安全都市宣言

「みんなこの日を待っていた
来年も、この場所で」

沼田まつり 千人おどり

8/3・4・5

沼田まつり



9.15
月・祝

ミズノウエルネス沼田 利根沼田地域限定 施設開放 DAY

ミズノウエルネス沼田は、施設を無料（一部有料）で開放するスペシャルDAYを開催します。ダンスフィットネスのズンバやヨガなどのスタジオレッスンの体験をはじめ、トレーニングルームの開放やマットなどを使った子ども運動教室など、年齢を問わずに楽しめるプログラムがそろっています。この機会に、気軽に足を運んでみませんか。

申込・問合せ **ミズノウエルネス沼田 ☎ 25-3737** ※月曜休館 **1014971**
(担当 資産活用課財産管理係)

トレーニングルーム無料開放

27 種 53 台のマシンが使い放題。筋力アップから有酸素運動まで、目的に合わせて自由にトレーニング。
対象 高校生以上

卓球ルーム無料開放

ラケットとボールの貸し出しあり。友人や家族と気軽にラリーを楽しめます。1 時間交代制。
対象 年少以上

eスポーツ無料体験

大画面に映し出される映像に合わせて体を動かそう。ゲーム感覚の新感覚アクティビティです。
対象 どなたでも

スタジオレッスン体験

対象 中学生以上 定員 各レッスン先着30人 料金 1,000円で全レッスン体験可

ズンバ／9:15～10:00、13:15～14:00
ラテン音楽をはじめ、世界中の音楽に合わせたダンスフィットネス。楽しく踊って汗を流しましょう。

朝ヨガ／10:15～11:15
呼吸を整えて体をゆるめながら、体幹を鍛えましょう。一日の始まりにぴったりのリフレッシュヨガです。

格闘技系／14:15～14:45
キックボクシングなどの動きを取り入れた有酸素プログラム。ストレス発散と体力向上に効果的です。

HIITトレーニング／15:00～15:30
高強度の運動と短い休息を繰り返して脂肪を燃焼させよう。短時間で効率よく鍛えられます。



とき 9 月 15 日 (月) 午前の部：午前 9 時～正午／午後の部：午後 1 時～5 時
※最終受け付けは各部終了の 30 分前まで
ところ ミズノウエルネス沼田 (テラス沼田 7 階)
対象 利根沼田地域 (沼田市、昭和村、川場村、みなかみ町、片品村) 在住・在勤の人
その他 動きやすい服で室内用シューズ、飲み物をお持ちください

新ごみ処理施設整備基本計画（素案）説明会日程

開催日	会 場	対 象
9 月 29 日 (月)	薄根地区 コミュニティセンター	薄根地区振興協議会 および同地区区長会
9 月 30 日 (火)	薄根地区 コミュニティセンター	薄根地区在住者
10 月 3 日 (金)	テラス沼田 1 階 多目的スペース	全市民

時間 各日午後 7 時 申込 不要

施設整備基本計画（素案）に関する意見の募集

募集および閲覧期間

10 月 1 日 (水) ～ 31 日 (金) 平日午前 9 時～午後 5 時

閲覧場所

- ・利根沼田広域市町村圏振興整備組合一般廃棄物処理推進室 (利根沼田文化会館 2 階)
- ・市環境課

意見の提出方法

利根沼田広域市町村圏振興整備組合一般廃棄物処理推進室へ提出のほか、郵送、ファクス、メール

【郵送 〒378-0051 上原町 1801-2 利根沼田広域市町村圏振興整備組合一般廃棄物処理推進室 (10 月 31 日 (金) 必着)、ファクス 22-3203、メール gomikouikika@mail.oze.or.jp】

調査結果概要について

生活環境影響調査

廃棄物の処理及び清掃に関する法律に基づき、周辺環境の現況を把握し、将来の生活環境への影響を予測・評価することを目的に、昨年の秋から調査を実施しています。これまでの調査結果から本事業が及ぼす影響を予測した結果、生活環境保全上の目標との整合性が図られているとの評価でした。

地質調査

地質の基礎情報を得るため、建設候補地内でボーリング調査を実施しました。れき、砂およびシルトで構成され、特殊な地形や地質ではないため、新施設の建設に当たり支障はありませんでした。

利根沼田広域市町村圏振興整備組合は、将来にわたり安全なごみ処理を行うため、ごみ処理施設の建設を予定しています。基本計画（素案）がまとまりましたので、市民の皆さんに内容をご説明し、ご意見を募集します。説明会では、計画の概要や調査結果などについてお伝えします。

新ごみ処理施設整備基本計画（素案）に関する説明会と意見募集について

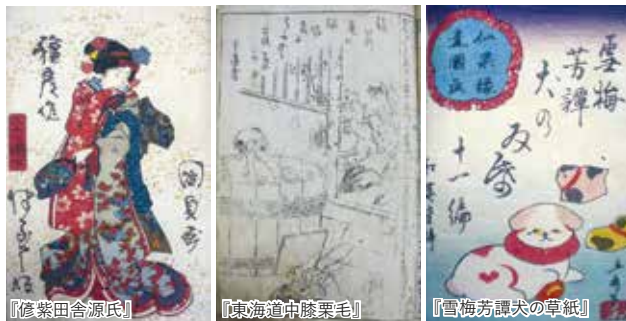
問合せ 利根沼田広域市町村圏振興整備組合一般廃棄物処理推進室 ☎ 22-3202

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

生方記念文庫企画展

1015911

江戸の本 読む・書く・刷る 江戸の出版文化をたどる



現在放送中のNHK大河ドラマ「べらぼう〜
つたじゅうさいのめめばなし 薦重栄華乃夢嘶〜」で注目を集めている薦重こと薦
屋重三郎。薦重は18世紀後半の江戸で、黄表紙や
浮世絵などを次々とヒットさせ、大衆の心をつかむ本
を世に送り出しました。

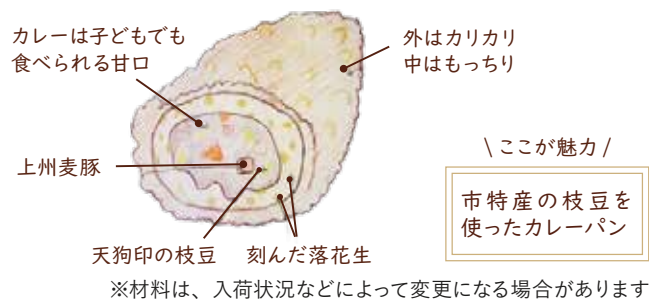
本展では、『東海道中膝栗毛』や『修紫田舎源
氏』、『解体新書』などの生方記念文庫の蔵書を展
示し、江戸時代に開花した出版文化を、読む・書く・
刷るの3つの視点で紹介します。

※外壁塗装工事のため、9月10日(水)～19日(金)は休館です

小学生のアイデアを再現してみよう

1015901

殿様パン料理教室2



昨年、沼田の新ご当地パン「殿様パン」のアイデアを
募集したところ、138作品の応募がありました。その中
で、最優秀賞に輝いた薄根小学校の桑原 さん

とき 9月20日(土) 午前9時30分～午後0時30分

ところ 保健福祉センター 講師 茂木方子さん

対象 どなたでも 定員 8人(先着順) 参加費 1,500円

申込期限 9月19日(金)

その他 教室の様子は写真や動画で撮影し、今後の殿様
パンのPR活動に使用します

申込・問合せ 都市計画課街なか対策室 ☎内線4125

とき 9月20日(土)～11月24日(月)

※休館日は水曜日、9月25日(木)、10月14日(火)、11
月4日(火)

ところ 生方記念文庫

開館時間 午前9時30分～午後5時(最終入館:午後4
時30分) 観覧料 一般110円

◆関連行事

「消しゴムはんこでブックカバー作り」

江戸のモチーフを消しゴムに彫り、和紙のブックカ
バーにスタンプします。カバーを付けたい本や手帳
がありましたらお持ちください。

とき 10月4日(土) 午後2時～4時

ところ 旧沼田貯蓄銀行

講師 小林恵美子さん(森のアトリエ造形教室主宰)

定員 10人(先着順) 参加費 1,100円(画材・桑寿園
茶舗の抹茶ラテ付き)

問合せ・申込 生方記念文庫 ☎22-3110

健康グッズで気軽にスタート

1002310

ビギナーズプログラム(秋コース)

運動を始めたい、運動したいけれ
ど機会がない人などにおすすめで、
健康グッズを使用した楽しいプログラ
ムです。初心者向けの有酸素運動や
筋力トレーニング、ストレッチで代謝
アップや筋力向上、姿勢改善などの
効果が期待できます。

とき 10月10日～12月12日の金曜日(全10回) 午後6
時15分～7時15分(受付:午後6時～6時15分)

ところ ミズノウエルネス沼田(テラス沼田7階)

※初回と最終回は開始時間前に計測を行います。早
めにお越しください

講師 ミズノウエルネス沼田運動指導員

対象 20歳以上の市民(おおむね40～50歳代まで)

定員 20人(抽選、初めての人優先) 費用 無料

申込期間 9月8日(月)～26日(金)

申込・問合せ 右記申込フォームまたは健康
課保健係 ☎内線3161



申込フォーム



暮らしを支える基礎データ インターネット回答が簡単便利

1015882

5年に一度の国勢調査にご協力ください

10月1日(水)を調査期日として、5年に一度の国
勢調査が行われます。国勢調査は、日本に住む全
ての人(外国人を含む)と世帯を対象に行われる
国の最も重要な統計調査です。調査結果は、国や
地方公共団体をはじめ、子育て支援や防災対策な
ど、私たちの身近な暮らしに幅広く活用されます。

9月中旬から調査員が皆さんの自宅を訪問し、
調査に必要な書類を配布します。インターネット
からの回答が便利で、スマートフォンからインター
ネット回答依頼書に記載のログイン用QRコードを
読み取りログインすると、簡単に回答できます。

◆◆ インターネット回答期間 ◆◆

9.20 土 ▶ 10.8 水

※調査票(紙)の回答期間は 10月1日(水)～8日(水)



問合せ 国勢調査コンタクトセンター ☎0570-02-
5901、IP電話03-6628-2258(運用期間:9月16日
(火)～11月7日(金) 午前9時～午後9時) / 総務
課行政係国勢調査担当(直通) ☎53-2866、53-
2877、53-2888(受付時間:午前8時30分～午後5
時(土・日曜日、祝日除く))

暮らしに役立つ消費者講演会

1003958

島田美由紀さんの冷蔵庫活用術

テレビ番組などで活躍中
の料理研究家で食品ロス
削減アドバイザーの島本美
由紀さんが「もうムダにしない!食品ロスが減らせる 冷
蔵庫の使い方&食品保存」
をテーマに講演します。家庭
で出番のない食品をムダに
せずに使い切る方法などを学び、日々の食生活
を見直して、お財布にも環境にも優しい賢い消費者
を目指してみませんか。

とき 10月26日(日) 午後1時30分～午後3時

ところ テラス沼田5階議場(Waltzホール)

対象 市民 定員 70人(先着順)

費用 無料 申込期限 10月20日(月)

申込・問合せ 右記申込フォームまたは

消費生活センター ☎20-1500



申込フォーム

物価高騰支援 20%戻ってくる

1010407

tengooポイントバックキャンペーン

食料品価格などの物価高騰の影
響を受けている消費者や事業者の
支援として、沼田市電子地域通貨
tengooで買い物すると20%のポイン
ト(還元上限額5,000てんぐー)を還
元するキャンペーンを実施します。



お買い物例

tengoo 利用額合計 25,000 円の場合

25,000 円× 20% = 5,000 てんぐー
(5,000 円相当分)



期間 9月1日(月)～30日(火)

対象店舗 すべてのtengoo加盟店

ポイント付与日 10月7日(火) ポイント有効期限 120日間

その他 チャージ時のプレミアムポイント付与率は通常
通り(指定販売所:1.5%、セブン銀行ATM:1.0%、銀
行口座:0%)、予算額に達し次第終了

問合せ 産業振興課産業振興係 ☎内線5003

1002380 **ごみを出すときは マナーを守りましょう**

家庭ごみ収集カレンダーや資源・ごみ分別アプリ「さんあゐる」を確認して、ごみを出しましょう。

▽指定日の午前7時から8時30分までに、決められたごみステーションに出す

▽ごみ袋に町名とステーション番号を記入する

▽多量のごみは分けて出すが直接処理施設へ

▽事業所などのごみは、ごみステーションに出せません。直接搬入が許可事業者へ

10015061 1001746 **防災情報の入手方法 複数の手段の確保を**

関東大震災が発生した9月1日(月)は「防災の日」、8月30日(土)から9月5日(金)までは「防災週間」です。災害はいつ発生するか分かりません。台風など大雨が予想される場合は、気象庁が発表



iOS

資源・ごみ分別アプリ「さんあゐる」ダウンロード



Android

問合せ 環境課廃棄物係 ☎ 内線 3074

戦後 80 年 平和への誓い

今年は戦後 80 年の節目の年です。今日の平和は、先人たちの尊い犠牲の上に築かれていることを決して忘れてはいけません。二度と悲しみの歴史を繰り返さぬよう、戦争の愚かさと平和の尊さを次世代に語り継いでいくために、先月、市が実施した平和事業の一部を紹介します。

問合せ 総務課行政係 ☎ 内線 4013



国立長崎原爆死没者追悼
平和祈念館の追悼空間

式典会場の平和祈念像



原子爆弾落下中心地碑で献花する星野市長

第 11 回平和首長会議「被爆 80 周年記念総会」
(長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典)

8/9 [長崎原爆投下の日] 長崎県長崎市

市を代表して星野市長が参列しました。戦没者を慰霊するとともに、同会議加盟都市間の連携意識を高め、平和への思いを新たにしました。

している注意報や警報、最新の気象情報を確認し、予想される被害に備えましょう。

災害発生の恐れが高まったときは、市が発令する避難に関する情報を確認し、早めの行動を心掛けましょう。

■市の情報発信ツール

ご自身のライフスタイルに合ったものを利用しましょう。

▽テレフォンサービス ☎ 050 (5805) 9390

※通話料は利用者負担

▽防災アプリ(防災ぬまた)

▽緊急告知 FM ラジオ

▽ホットメールぬまた

▽市 HP

▽X (旧ツイッター)

▽フェイスブック

▽防災行政無線

▽群馬テレビデータ放送

▽緊急速報メール

▽ヤフー! ジャパン

▽レアラート

問合せ 地域安全課防災安全係 ☎ 内線 4022

1015727 **まずはご相談を 事業承継の相談窓口**

中小企業・小規模事業者は地域を支える重要な存在ですが、後継者不在状況は深刻で、廃業の増加により、貴重な雇用や技術の喪失、地域インフラ維持への影響などが懸念されています。

■事業承継相談

群馬県事業承継・引継ぎ支援センター(公財)群馬県産業支援機構)では、親族や従業員による承継、第三者による承継(M&A)など、事業承継に関連した幅広い相談を受け付けています。

中小企業においては、後継者決定後、事業承継が完了するまでには5～10年を要するといわれており、早めの取り組みが重要です。どんなことでも構いませんので、まずはご連絡ください。

費用 無料

相談 問合せ 群馬県事業承継・引継ぎ支援センター(前橋市 亀里町884の1、群馬県産業技術センター内)

☎ 027 (265) 5040

HP 

(担当 産業振興課産業振興係 ☎ 内線 5002。取り次ぎ

もします)

土地価格などの相談会

10月は土地月間です。不動産鑑定士が、土地・建物価格や地代、家賃などの相談に応じます。

とき 10月1日(水) 午前10時～午後3時

ところ テラス沼田4階市民ロビーはるく

費用 無料

申込 不要

問合せ 群馬県不動産鑑定士協会事務局 ☎ 027 (243) 3077 (担当 都市計画課 都市施設係)

公証相談

遺言、離婚に伴う養育費、金銭の貸借、土地・建物の賃貸借、任意後見契約などのほか、公正証書に関することについて、前橋公証人合同役場の公証人が相談に応じます。

とき 9月22日(月) 午後1時～3時30分

ところ テラス沼田4階防災会議室406

費用 無料

申込期限 9月17日(水)

申込・問合せ 前橋公証人合同

役場 ☎ 027 (223) 8277 (担当 市民協働課市民相談係)

1001906 **特設行政相談所**

困ったひとりで悩まず 行政相談

9月・10月は行政相談月間です。行政相談員は、総務大臣が委嘱した民間有識者で、全国に約5千人、各市町村に1人以上が配置されています。相談員は、無報酬のボランティアとして、国や地方公共団体の行政活動全般に関する苦情や相談を受け付け、助言や関係機関に改善の申し入れなどを行っています。次のようなときは、ご相談ください。

▽どこに相談したらよいか分からない

▽役所に申請したが、手続きが進まない

▽公共施設が壊れていて危険

▽窓口には行きづらい

■特設行政相談所

とき 10月21日(火) 午後1時～3時

ところ テラス沼田4階防災会議室401

費用 無料

申込 不要

問合せ 市民協働課市民相談係 ☎ 内線 3056

戦後 80 年特別学習会

8/6 [広島原爆投下の日] テラス沼田

市内中学生を対象に、戦場カメラマンの渡部陽一さんを招いて、平和学習を行いました。

渡部さんは、「どの戦場でも子どもが犠牲となる悲しみと残虐に満ちた戦争が今なお存在している事実を知り、少しでも思いをはせることが、優しく寛容に満ちた思いやりのある平和な世界をつくる」と、熱く語りました。

生徒たちは真剣に耳を傾け、講演後は、黙とうと意見交換を行いました。

同日、渡部さんはテラス沼田で開催していた「私の八月十五日」・「原爆・戦争遺跡」パネル展などを見学されました。



新たに追加した「沖縄戦とひめゆり学徒」パネル(左)と、白沢・利根小学校に保存されている「青い目の人形」に関するパネル(右、白沢中学校の生徒が作成)



お知らせ（続々）

救急車を呼ぶか迷ったときは #7119 へ

急な病気やけがをしたときに、救急車を呼んだ方がよいか迷ったことはありませんか。10月1日（水）から、「#7119」に電話をかけると、常駐の看護師が24時間、相談に応じます。

受診の必要性や医療機関の案内、対処方法などの救急電話相談もすることが出来ます。

相談料 無料

※通話料は利用者負担
対応言語 日本語のほか8言語（ポルトガル語、スペイン語、フィリピン語、英語、ベトナム語、中国語、インドネシア語、韓国語）
相談窓口 群馬県救急安心センター事業 ☎ #7119
問合 利根沼田広域消防本部 警防課 ☎（22）3139

救急車を呼んだときにマイナ保険証の提示を求められる可能性があります

10月1日（水）からマイナ保険証（健康保険証として利用登録したマイナンバーカード）を活用した救急業務（マ

イナ救急）の実証事業が始まり、利根沼田広域消防本部では、全救急隊（6隊）が参加します。救急車を呼んだときに、傷病者のマイナ保険証の提示を求められる可能性がありますので、ご協力をお願いします。

■マイナ救急とは

救急車を呼んだときに、救急隊員が、傷病者のマイナ保険証を活用し、病歴、薬の処方歴、受診歴などを閲覧することで、傷病者の説明負担が軽減されるだけでなく、より適切な処置を行うことが出来ます。

※閲覧を拒否しても、傷病者の不利益は発生しません
問合 利根沼田広域消防本部 警防課 ☎（22）3139



説明動画 消防庁 Youtube

プールの忘れ物をお預かりしています

浮き輪、ゴーグル、衣類などプールの忘れ物をお預かりしています。心当たりのある人は、スポーツ振興課まで受け取りに来てください。

引渡場所・問合 スポーツ振興課スポーツ振興係（テラス沼田3階） ☎内線3332

1009454 9月21日（日）～30日（火） 秋の全国交通安全運動

〈年間スローガン〉
危ないよ スマホばかり見てる君
〈サブスローガン〉
イヤホンが 聞こえなくする街の音

〈交通事故死ゼロを目指す日〉
9月30日（火）
〈実施重点事項〉

■歩行者

▽信号を守り、横断歩道のある場所を横断しましょう
▽夕暮れ時以降の外出は、明るく目立つ色の服や反射材などを着用しましょう
学校・職場などでは、子どもに対して教育現場や家庭での交通安全教育を実施しましょう。また、通学路などでの見守り活動などを推進しましょう。

■運転者

▽運転者は、夕暮れ時以降は早めにライトを点灯し、ハイビームを活用しましょう
▽歩行者優先意識を徹底し、「ながらスマホ」を根絶しましょう
家庭・地域・職場では、飲酒運転根絶への取り組みを推進しましょう。また、運転者

手話言語国際デー記念 ブルーライトアップ

9月23日（火）は、手話言語国際デーです。聞こえる人と聞こえない人・聞こえにくい人が、より良く暮らせる社会になることを願い、世界各地でブルーライトアップイベントが行われ、市内においても実施します。

とき 9月22日（月）・23日（火）日没後～午後10時

ところ テラス沼田、保健福祉センター、旧土岐家住宅洋館、旧沼田貯蓄銀行その他 群馬県の写真コンテストも予定。県または群馬県聴覚障害者連盟HPへ

問合 社会福祉課障害福祉係 ☎内線3109

1008431 緑のカーテンコンテスト作品展示

地球温暖化対策としてゴーヤなどのつる性植物のカーテン作りに取り組んだ皆さんの写真を展示します。

とき 9月13日（土）～25日（木）

ところ テラス沼田4階市民ロビー ぱるく
問合 環境課環境保全係 ☎内線3075

の運転前後におけるアルコールチェックを徹底しましょう。

■自転車などの利用者

▽ヘルメットの着用に努めましょう
▽交通ルール（信号に従うこと、一時停止で停止すること

など）を守りましょう
家庭・学校・職場では、自転車事故の危険性や正しい通行方法などについて検討し、交通ルールの理解を深めましょう。

問合 地域安全課交通防犯係 ☎内線4024

1002315

9月は自殺予防月間

1人で悩みを抱え、追い込まれた気持ちになっていませんか。解決の糸口を見つけるため、まずは相談してみましょう。周囲に悩んでいる人がいたら、声を掛け、よく話を聴き、専門家につなぎ、見守っていくことが大切です。

相談窓口		電話番号など
電話	こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556
	群馬県こころの健康センター	027-263-1156
	群馬県いのちの電話	027-221-0783
	フリーダイヤル自殺予防「いのちの電話」	0120-783-556
	よりそいホットライン	0120-279-338
LINE	こころのオンライン相談@ぐんま	
	相談日時 毎日午後7時～午前0時 ※詳しくは県HPへ	
来所 ※要予約	利根沼田保健福祉事務所	23-2185
	精神科医による「こころの健康相談」	
	社会福祉課障害福祉係 精神科医による「精神保健福祉相談」	23-2111 内線 3107
問合 社会福祉課障害福祉係 ☎内線 3107		

1001739 たんばらコキアガーデンがオープン

今年も1万本のコキアが広がる絶景スポットがオープンします。

とき 9月27日（土）～10月26日（日）（予定）

ところ たんばらコキアガーデン

市議会9月定例会 開会中



たんばらコキアガーデン

入園料 中学生以上600円、小学生300円、ペット300円、未就学児無料
その他 同ガーデンから提供いただいた市民割引券を10月1日に全戸配布予定
問合 観光交流課観光推進係 ☎内線5102



会期日程

敬老祝い金

市内の高齢者で祝年を迎える人と101歳以上のの人に祝い金を贈ります。

対象・支給額 本市に引き続き1年以上居住し、住民票に記載されている人（基準日：9月1日）

年齢（生年月日）		支給額
88歳（米寿）	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生	1万円
99歳（白寿）	昭和元年4月2日～昭和2年4月1日生	3万円
100歳（紀寿）	大正14年4月2日～昭和元年4月1日	8万円
101歳以上（長寿）	大正14年4月1日以前	1万円

その他 祝い金は口座振り込みです。9月下旬に送付する申請書に記入し、同封の返信用封筒にて10月末までに返送してください

申込・問合 介護高齢課長寿支援係 ☎内線 3141

お知らせ（続々）

コミュニティ助成事業

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まいります。今年度は沼須町自主防炎会が、防災備品を整備しました。

問合せ 地域安全課防災安全係 ☎ 内線 4022



整備した防災備品

扶養親族等申告書の提出を忘れずに

老齢年金は所得として課税の対象となります。対象者には、日本年金機構から申告書が 9 月中に発送されますので、記入の上、期限までに提出してください。提出しない場合は、各種控除が受けられず、提出した場合と比べて多くの所得税が年金から差し引かれることになります。

問合せ 渋川年金事務所お客様相談室 ☎ 0279（22）1614（担当 国保年金課 1614（担当 国保年金課

医療年金係）

年金生活者支援給付金制度

公的年金などの収入や所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給される制度です。老齢・障害・遺族基礎年金を受給し、支給要件を満たしている人には、日本年金機構から請求手続きに必要な書類が 9 月初旬以降に送付されますので、記入の上、提出してください。

※市職員や日本年金機構などが、電話で家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号を聞いたたり、手数料など金銭を求めたりすることはありません

問合せ 給付金専用ダイヤル ☎ 0570（05）4092、渋川年金事務所お客様相談室 ☎ 0279（22）1614（担当 国保年金課医療年金係）

メタボ改善減る脂教室

特定健診の結果から、メタボリックシンドロームのリスクがあると判断された人に対して、管理栄養士や保健師などが、生活習慣を見直すサ

ポートを行います。

対象 健康課から通知が届いた人（9 月以降、順次発送）

費用 無料

あなたを守る HPV ワクチン接種

全国で毎年約 1 万人が診断される子宮頸がんは、ワクチン接種で防ぐことができます。

■接種・相談特設会場

とき 9 月 28 日（日）午前 11 時～午後 5 時

ところ イオンモール高崎 2 階イオンホール

対象 定期接種対象者

定員 60 人（先着順）

費用 無料



予約フォーム

申込方法 9 月 21 日（日）までに予約フォームにて申し込み

問合せ 群馬県感染症・疾病対策課感染症危機管理室予防接種係 ☎ 027（226）2615（担当 健康課予防係）

募集

生涯学習発表会

趣味のサークルなどの団体の育成、支援を目的に、発表

第 66 回史跡めぐり

明治 44 年から上越線が開通する大正 13 年まで、渋川～沼田間を走っていた利根軌道跡をマイクロバスでガイドと共に巡ります。

とき・ところ 10 月 19 日（日）午前 9 時柳町職員駐車場集合～渋川市内～沼田市内～午後 4 時帰着（予定）

講師 高山正さん（利根沼田歴史散歩の会事務局長）

対象 市内在住または在勤の人

定員 15 人（先着順）

費用 千円（昼食代。当日集金）

※キャンセルは代わりの人を見つけていただくか、後日、窓口で全額支払い

申込期間 9 月 16 日（火）～ 30 日（火）

申込・問合せ 生涯学習課市民文化推進係 ☎ 内線 3322（平日午前 8 時 30 分～午後 4 時 30 分）



申込フォーム

生涯学習講座 書道教室（後期）

初心者向けの教室です。

とき 11 月 6 日～12 月 18 日、来年 1 月 15 日の木曜日（全 8 回）午後 7 時～9 時

ところ テラス沼田 6 階会議

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 30 日（金）～ 2 月 1 日（日）

ところ ウエルプラザ（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で、社会教育団体（文化協会や体育協会など）に所属していない団体

参加費 無料

申込期間 10 月 16 日（木）～ 10 月 22 日（水）打ち合わせ会議への参加が必須（各団体 2 人まで）

申込・問合せ 生涯学習課市民文化推進係 ☎ 内線 3327



昨年度の舞台発表

環境保全の重要性を考える 秋の森林づくり

樹木の手入れ体験のほか、自然観察会、バーベキューを行います。

※全行程の参加が必須

※食材の持ち込み・アレレギー対応不可

とき 10 月 18 日（土）午前 10 時～午後 2 時 30 分（雨天中止）

ところ 市民の森、発知溪流つりセンター

室 602

対象 市内在住または在勤の人

講師 星野青龍さん

定員 15 人（先着順。初めての人優先）

費用 ▽新規 千円 ▽継続（教本を持っている人）500 円（初回集金）

持ち物 書道セット

申込開始 9 月 24 日（水）午前 8 時 30 分

申込・問合せ 生涯学習課市民文化推進係 ☎ 内線 3327

※申込事項①住所

②氏名③電話番号

④新規または継続



申込フォーム

出張 !! 学校給食試食会

学校給食への理解を深め、食育の推進を図るために開催します。沼田市の B 級グルメ「えだまメンチ」や地場産食材を取り入れたメニューです。

とき 10 月 10 日（金）午後 0 時 10 分～1 時（受付時間 午前 11 時 50 分。随時解散可能）

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

費用 282 円（中学生分量の試食代。当日集金、tengoo アプリ版使用可能、現金はお釣りのないようお願いします。9/30（火）午後 5 時以降のキャンセルは全額支払い）

定員 100 人（先着順）

申込期間 9 月 18 日（木）午前 9 時～ 30 日（火）午後 5 時

申込・問合せ 学校給食センター ☎ 25-3762（平日午前 9 時～午後 5 時）



イメージ



申込フォーム



「私の八月十五日」「原爆・戦争遺跡」パネル展

8/5-19 テラス沼田

新たに「沖縄戦とひめゆり学徒」などを加えた約120点を展示。さらに、読み上げ機器を通じて肉声による終戦の日の証言などを紹介しました。



下田市との姉妹都市交歓絵画展

8/1-5 テラス沼田

姉妹都市である静岡県下田市との親善、交流を図るため開催。両市の中学生在がそれぞれの地域の観光地などを描いた27点の作品を展示しました。



2025 年原水爆禁止国民平和行進

7/10 テラス沼田

1958年から続くこの取り組みは、今年で68回目。市民ら約40人が参加し、核兵器の廃絶などを訴えながら市内を歩き、渋川市役所へ向いました。



2025 年群馬県内非核・平和行進

7/30 テラス沼田

広島・長崎への原爆投下から80年を前に、子どもたちのため、核も戦争もない平和な未来の実現を目指し、市民らが市内を歩きました。



沼田まつり物産展

8/3-5 天狗プラザ

焼きまんじゅうやレモネード、お面の絵付けなど、空腹も、喉のかわきも、好奇心も満たす、魅力的な店が大集合し、沼田まつりを盛り上げました。



清走中ー沼田まつり編ー

8/3 テラス沼田

ごみ問題解決と沼田まつり関係人口拡大を目的に開催。18組55人が参加し、ミッションをクリアしながらゴミを拾い、ポイントを競い合いました。



夏休み学校給食センター親子見学会

7/24-25 学校給食センター

普段入ることのできない調理場内で野菜洗いや釜のかき混ぜなどを見学・体験。見学後には試食をし、食への関心や知識を高めました。



ぬまたネイチャースクール in 尾瀬

7/23-24 尾瀬ヶ原ほか

市内中学生14人が参加。尾瀬高等学校の生徒から生き物や環境保護などの説明をもらい、利根沼田の自然の大切さを学びました。



老神温泉白蛇みこし展示

8/3-5 天狗プラザ

已年にちなみ「老神温泉大蛇まつり」で子どもたちによって担がれる「白蛇みこし」が展示され、沼田まつりを見守りました。



国スポ（フェンシング競技）PR

8/3-4 天狗プラザ

令和11年の国民スポーツ大会（フェンシング）沼田開催に伴い、PRブースでは、多くの来場者がスマートフェンシング体験を楽しんでいました。



令和7年度公有施設見学会

7/29,8/8 中央消防署ほか

全30人が参加し、菌原ダムや沼田警察署、利根沼田中央消防署など、市内の主な公有施設を見学しました。各所の職員から説明を受けながら施設や業務内容を見学。施設の必要・重要性を再認識し、理解を深めました。

ぬまた歴史探訪

#230

文化財調査委員の
金井竹徳さんが
沼田の歴史をご案内

高僧の持仏 馬頭観世音菩薩

金剛院（坊新田町）

沼田城下の寺町、坊新田町

にある金剛院。永く昭和村や

上沼須町で法灯を育んだ後、

元和元年（1615）真田信

幸に百間四方の地を与えられ

現在地へ移った。古刹には歴

史にふさわしい貴重な多くの

什宝を見ることが出来る。ま

た、金剛院では二人の高僧

（名僧）を輩出している。

一人は、沼田かるたで「綾

戸を開いた江舟和尚」と詠ま

れる江舟で、もう一人は、上

沼須町出身で東京・上野の大

本山寛永寺の学頭職大僧正を

務めた実潤大僧正である。

実潤は天明元年（1781）

上沼須の石井平左衛門の三男

として生まれ、幼名は磯五

郎。9歳のときに金剛院の

覚便法印に随身、11歳で得



上沼須から寛永寺の
学頭・実潤が出たんだ



怒りの表情で邪を払い、苦しみから衆生を守る3つの顔と8本の腕を持つ馬頭観世音菩薩。頭に馬の顔を乗せ、燃えるような朱色の光背を背に立つ姿は、力強さと荘厳さを併せ持つ

沼田市立図書館

休館日 月曜日、9月23日（火）・
26日（金）、10月30日（木）
問合 図書館 ☎ 22-0550

2階特集コーナー

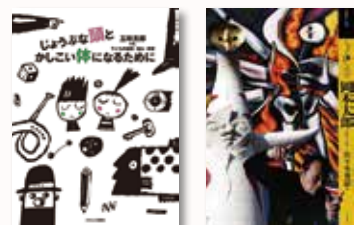
「太郎さんの大活躍！」

岡本太郎さん、五味太郎さん、葉加瀬太郎さん。古今東西で活躍する太郎さんの本を集めました。それぞれの太郎さんが見せる豊かな世界をお楽しみください。

〈一部紹介〉

『じょうぶな頭とかしこい体になるために』
五味 太郎 / 著 ブロンズ新社

『もっと知りたい岡本太郎』
佐々木 秀憲 / 著 東京美術



10月の移動図書館

本を載せたワゴン車「あかつき号」が各地を巡回します

8日（水）	10:30 ~ 10:50	利根川ダム統管理事務所	16日（木）	9:50 ~ 10:05	横塚町公民館	23日（木）	10:00 ~ 12:00	利根小学校
	11:00 ~ 11:40	群馬県利根沼田振興局		10:15 ~ 10:35	久屋原町公民館		13:30 ~ 13:45	利根地区コミュニティセンター
	13:05 ~ 14:05	升形小学校		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
	14:20 ~ 14:50	新町公民館		13:15 ~ 14:00	利南東小学校		13:45 ~ 14:15	十王公園
9日（木）	9:50 ~ 10:15	岡谷町生活改善センター	17日（金）	14:20 ~ 14:50	沼須町農事研修所	24日（金）	14:30 ~ 16:15	沼田小学校
	10:25 ~ 10:55	下発知町生活改善センター		15:05 ~ 15:35	JA 利根沼田 アシスト葬祭センター		10:30 ~ 10:50	生枝集会所
	11:05 ~ 11:35	奈良町農事研修所		13:35 ~ 14:15	愛宕老人ホーム		11:00 ~ 11:20	岩室集会所
	13:40 ~ 14:00	上発知町生活改善センター		14:30 ~ 16:15	沼田北小学校		11:30 ~ 11:45	尾合集会所
15日（水）	14:10 ~ 14:20	中発知町生活改善センター	21日（火）	11:00 ~ 11:30	保健福祉センター	28日（火）	13:15 ~ 13:45	下古語父集会所
	14:30 ~ 16:15	池田小学校		13:45 ~ 14:00	旧利南中学校運動広場		14:00 ~ 14:15	上古語父集会所
	11:00 ~ 11:15	屋形原農村婦人の家		14:30 ~ 16:15	多那小学校		14:30 ~ 16:15	白沢小学校
	13:30 ~ 13:45	上川田町住民センター		9:50 ~ 10:20	硯田町公民館	29日（水）	13:15 ~ 13:30	旧利根支所利根出張所
	13:55 ~ 14:20	川田地区コミュニティセンター	22日（水）	10:30 ~ 10:55	堀廻町構造改善センター		13:50 ~ 14:05	日影南郷集会所
	14:30 ~ 16:15	川田小学校		11:05 ~ 11:15	善桂寺町活性化センター		14:50 ~ 16:15	沼田東小学校
				13:30 ~ 14:10	町田町水田転作研修所			
				14:25 ~ 14:40	薄根地区コミュニティセンター			
				14:50 ~ 16:15	薄根小学校			

輝くぬまたの未来っ子

第64回

通う度 心も通わす月曜日

利南東小学校



下級生が安全に楽しく遊べるよう見守る6年生

利南東小学校では、人権教育の一環として、異学年交流を目的とした「朝の外遊び」を毎週月曜日に実施しています。登校後から始業までの時間、学年の枠を越えて自由に遊ぶ時間として親しまれています。

児童たちはドッジボールやサッカー、はないちもんめなどを楽しみながら元気に走り回り、学年を越えた関わりを深めています。上級生が下級生に遊具を譲ったり、転んでしまった子にそっと手を差し伸べたりしている姿も見られ、思いやりや他者理解の心が育まれています。児童たちは「朝行事の中で一番好き」「学校に来たくなる」と笑顔を見せ、月曜日の登校のいいきっかけとなっています。

コロナ禍以降、全校での活動が減る中で、同校教諭の発案により今年度から取り組んでいます。今後も継続し、豊かな人間関係づくりを目指します。



3・4年生にはドッジボールが人気



楽しいおしゃべりで笑顔がこぼれます



力を合わせゴールを目指す児童

チャレンジ手話

No.59

動画で練習しよう



問合 社会福祉課障害
福祉係 ☎ 内線 3109

こんにちは



両手を顔の前で
交差させて

両手を左右に開く

両手人さし指を向かい合わせ
軽くうなづきながら
人さし指を曲げる

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
日曜日・祝日	9：45～12：30 ※診療時間は10：00～13：00	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

- ・事前にお電話をお願いします。診察を希望する人が多い場合は、電話がつながりにくいことがあります

・感染症対策のため、ドライブスルー形式で診察を行っています

・予約状況により診療できない場合があります
- 

市HP

10月の健康ガイド

●七福クラブ（脳トレ、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	14日（火）
保健福祉センター	28日（火）
池田地区コミュニティセンター	23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	8日（水）
白沢創作館	21日（火）
利根地区コミュニティセンター	15日（水）

時間 各日 10:00～11:15(受け付けは 9:45)
対象 おおむね 60歳以上の市民(医師から運動制限がない人) 問合 地域包括支援センター☎ 22-1112

●あっぷりんカフェ（認知症カフェ）

日 時	場 所
23日（木） 9：30～11：30	保健福祉センター 3階会議室 305

内容 工作やおしゃべりをして社会交流。物忘れがある人もない人も、どなたでも参加できます
問合 地域包括支援センター☎ 22-1112

●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） 17：00～19：00 23日（木）
薄根地区 コミュニティセンター	10日（金） 9：45～11：00
川田地区 コミュニティセンター	8日（水） 9：45～11：00
利根地区 コミュニティセンター	15日（水） 9：45～11：00

問合 健康課保健係☎内線3162

●にこにこ健康チェック

日 時	場 所
1日(水) 10：00～11：30	テラス沼田3階 西テラス

内容 血圧・血管年齢・滑舌・体組成・握力測定など
問合 健康課保健係☎内線3161

10月の相談窓口

相談名	日 時	場所・問合	相談名	日 時	場所・問合
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	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
DV 相談	月～金曜日 8：30～17：15	市民協働課 ☎内線 3057	手話通訳者 設置日	14日(火)・27日(月) 10：00～12：00	社会福祉課 ☎内線 3108
ふれあい 総合相談	6日(月)・20日(月) 13：00～15：00 18日(土) 10：00～15：00	保健福祉センター ☎ 25-3267	子ども 家庭相談	月～金曜日 8：30～17：15	こども家庭センター （テラス沼田3階） ☎ 22-0874（直通）
無料法律相談 （予約制）	15日(水) 13：30～16：00 22日(水)※法の日記念 13：30～15：30	保健福祉センター ☎ 25-3267	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
休日納付相談	19日(日) 8：30～17：00	債権管理課 ☎内線3033	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
年金相談 （予約制）	2日(木)・16日(木) 10：00～12：00 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			

「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 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 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 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

健診・相談などのお知らせ

●子どもの健康診査

対 象	とき・受付時間	生年月日
4カ月児	1日（水） 13:00～13:15	令和7年 5月 1日～ 5月 31日
	21日（火） 13:00～13:15	令和7年 6月 1日～ 6月 20日
	1日（水） 13:00～13:15	令和6年 10月 21日～ 11月 22日
10カ月児	21日（火） 13:00～13:15	令和6年 11月 23日～ 12月 20日
	1日（水） 13:00～13:15	令和6年 2月 19日～ 3月 23日
1歳 6カ月児	7日（火） 13:00～13:40	令和6年 2月 19日～ 3月 23日
2歳児歯科	30日（木） 13:00～13:40	令和5年 8月 30日～ 10月 11日
3歳児	22日（水） 12:40～13:20	令和4年 4月 7日～ 5月 24日

ところ 保健福祉センター1階健康診査ホール

●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 保護者など

ところ 保健福祉センター3階和室
内容 助産師によるベビーマッサージ
定員 10組程度 申込期間 10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

「子どもたちと絵本」が出会う場所
おはなしポケット
ところ 図書館4階和室
問 合 図書館☎ 22-0550

と き	10:30～11:00	内 容
9月 6日（土）		おおがたえほん『にじいろのさかな』
9月 20日（土）		えほん『よいいどん!』
10月 4日（土）		えほん『いいからいいから 4』
10月 18日（土）		おおがたえほん『どうぞのいす』

＼元氣なちびっ子たち／



桑原 栲くん
(1歳・上原町)



石井 樹里ちゃん
(8カ月・久屋原町)

申込・問合 健康課保健係☎内線 3165・3172
健康課予防係☎内線 3170
こども課こども家庭センター☎ 22-0874

●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1階健康診査ホール
内容 身体計測、育児・栄養（離乳食の試食）・歯科
相談
持ち物 母子健康手帳、バスタオル（身体計測時に
使用）、お出かけに必要なもの

●母子健康手帳の交付

こども家庭センター
母子健康手帳の交付には事前予約が必要です。
交付期間 月～金曜日の 9:00～、10:30～
ところ こども家庭センター（テラス沼田3階10番窓口）
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

●子ども医療電話相談（#8000）

群馬県では、夜間や休日におけるお子
さんの病気への対処方法や、応急処置な
どを電話で相談できる「子ども医療電話相
談（#（シャープ）8000）」を実施しています。



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、支援やサービ
スの案内など役立つ情報が満載です。
問合 NPO法人利根沼田地域ボラ
ンティアセンター☎22-1760

