9
令和8年 2026
No.985

Numata
広報ぬまた

沸き踊る 沼田まつり

大天狗面、27年ぶり「ひげ」新調

クラウドファンディングにより修繕費用を募り、大天狗面の一つ（写真手前。沼田まつり期間以外は天狗プラザに安置）の「ひげ」を修繕しました。

主な内容

2 沼田市物価高騰対策事業
3 ミズノウエルネス沼田
4 フレイルチェック会

森林文化都市沼田

ぬまたんち

おしえて!! みんなの地域づくり

榛名町・清水町・薄根町

問合 市民協働課協働推進係☎内線3052

R7.4.18 「下町地域づくり協議会」を設立

榛名町・清水町・薄根町の3町は、下町をより良い地域にしていくための活動団体として「下町地域づくり協議会」を設立しました。まずは3町が連携し、できることから始めることで、**住民同士の顔が見える地域を目指しています**。

協議会設立総会の様子

R7.5.7 「沼田市地域づくりパートナー協定」の締結

R7.10.19 活動拠点「したまちぽけっと」がオープン！

下町の地域づくりの拠点として「したまちぽけっと（清水町、元弘文堂書店）」がオープンしました。愛称は公募により決定し、ロゴマークは下町の高校生4人により作成されました。

ロゴマーク

したまちぽけっとオープンイベントの様子

最近はこんな活動をしています

したまちイルミネーション

R7.12.7～R8.1.17 沼田駅周辺

3町の交流を目的に、沼田駅周辺をイルミネーションで彩る「したまちイルミネーション」を実施しました。設置・撤去作業には、3町から多くの人にご参加いただき、心温まるイルミネーションとなりました。

今冬も実施します！
皆さまのお越しをお待ちしています

したまち桜ちょうちん

R8.3.29～4.26 下町第一児童公園

下町の桜スポット「下町第一児童公園」にちょうちんを付け、夜桜を楽しめるようにしました。

したまち大學（だいがく）

したまちぽけっと（清水町）

「したまち大學」と称して、月に一回程度、さまざまな講座を実施しています。

情報発信

月に一度、「したまち新聞」を発行しているほか、公式LINEでも配信しています。

下町地域づくり協議会
公式LINEはこちら！

私たちの協議会は「下町を元気に！」の合言葉の下、自主的に立ち上がった団体です。子どもからお年寄り、昔からいる人から新しく住み始めた人まで、集い、つながり、下町で楽しく暮らしていけるよう活動をしていきます。

会長 西田俊太郎

沼田市役所
〒378-8501群馬県沼田市下之町888
☎0278-23-2111 FAX 0278-24-5179
開庁時間 平日の午前8時30分
～午後5時15分

市HP

沼田市の人口（7月末現在）

人口	42,176人
男性	20,731人
女性	21,445人
世帯	20,558世帯

主な宣言

沼田市民憲章
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

広報ぬまた9月号 令和8年9月1日発行 発行／沼田市 編集／秘書課 印刷／㈲コトブキ印刷

1018065

ミズノウエルネス沼田 利根沼田地域限定 施設開放DAY

トレーニング室

27種53台のマシンが使い放題。当日会員登録でInBody測定が無料。

対象　高校生以上

9/21（月）祝日　午前9時～正午、午後1時～7時
※最終入場は各部終了30分前

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）在住または在勤の人
費用　無料（ミズノなわとび教室は有料）
持ち物　上履き、飲み物など
その他　動きやすい服装
申込　不要（ミズノなわとび教室は必要）
問合・申込　ミズノウエルネス沼田（テラス沼田7階）
☎25-3737（月曜休館）
（担当　資産活用課財産管理係）

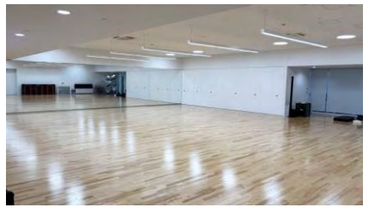
卓球無料開放

※ラケット、
　ボールの貸し出しあり
※1時間交替制

eスポーツ体験会

高得点を目指して何度でも遊べます！

ゲーム　太鼓の達人、
　ぷよぷよ™テトリス®2



スタジオプログラム

無料で参加し放題！
※ストレッチポール®以外は映像レッスン

9:20 スタイルアップヨガ（40分）
10:10 ヒート（運動強度：弱。10分）
10:40 ダンスダイエット（10分）
11:00 初級エアロ（30分）
13:30 ストレッチポール®deエクササイズ（1時間）
　講師　岩﨑ひかりさん
　（ミズノスポーツサービス㈱）
　定員　25人（先着）
14:50 ピラティス入門編（30分）
15:30 背骨ストレッチ（30分）
16:15 インナーシェイプヨガ（1時間）

ミズノなわとび教室

レベル別の教室でいろいろな技に挑戦！
※なわとびの貸し出しあり

■初級
連続の前まわしとび習得を目指します
時間　9:30～10:15
対象　年少～小学1年生（目安）
■ステップアップ
後ろまわしとび、交差とび、二重とびなど難しい技にチャレンジします
時間　10:30～11:15
対象　小学1年～4年生（目安）
費用　各教室千円
申込　必要

全市民対象

沼田市物価高騰対策事業
この事業は、国の「重点支援地方交付金」を活用しています

物価高騰の影響を受けている全市民を対象として、電子地域通貨tengoo（てんぐー）加盟店で利用できる

tengoo使い切りカード（5千円分）を配布します

原寸大のイメージ

!注意！　表面のQRコードは、支払いと、アプリ移行に使用します。インターネットなどに掲載すると他人にスマートフォンなどで読み取られてしまう恐れがあります。

対象　8月1日時点で、本市の住民基本台帳に登録されている人

配布方法　10月ごろから対象世帯ごとに簡易書留にて順次配布します
※全世帯に郵送するため、届くまで時間がかかる場合がありますのでご了承ください

配布数　対象者1人につき、5千円分のtengoo使い切りカード1枚

有効期限　来年2月28日（日）
※お早めにお使いください

Q　tengooとは何ですか？
A　市内のtengoo加盟店のみで利用できる電子マネーのことです。1てんぐー＝1円で利用することができます。

Q　tengooはどこのお店で使えますか？
A　市内のtengoo加盟店で使えます。アプリは全ての加盟店で使えますが、カードは一部の加盟店でのみ使うことができます。カードが使える加盟店は、カードと一緒に同封する「加盟店一覧」をご確認ください。

Q　tengoo使い切りカードはお釣りが出ますか？
A　お釣りは出ませんが、残高がなくなるまで繰り返し使えます。加盟店によっては、現金と併用して利用することも可能です。詳しくは、加盟店で決済前にお問い合わせください。

Q　配布されたtengoo使い切りカードはどうやって使えますか？
A　カードのまま使う方法と、スマートフォンアプリに移行して使う方法があります。詳しくは、カードと一緒に同封する「tengoo使い切りカードの利用方法」をご確認ください。

Q　なぜtengooでの配布なのですか？
A　市内のみで利用可能な電子地域通貨tengooを活用することで、食料品などの物価高騰による家計の負担を軽減するほか、市内経済の消費の下支えなどの効果も期待しています。

Q　tengoo使い切りカードの有効期限が過ぎたらどうなりますか？
A　有効期限が過ぎたてんぐーは利用できません。換金もできません。今回配布するtengoo使い切りカードは来年2月28日までが有効期限となります。

本事業に関する問合
沼田市物価高騰対策事業コールセンター☎0570-007-456
受付　10月1日（木）～12月28日（月）午前8時30分～午後5時15分
※土・日曜日、祝日を除く

tengoo利用方法の問合
企画政策課DX推進室
☎内線4032

市HP

1015006

60・70歳代の皆さんへ

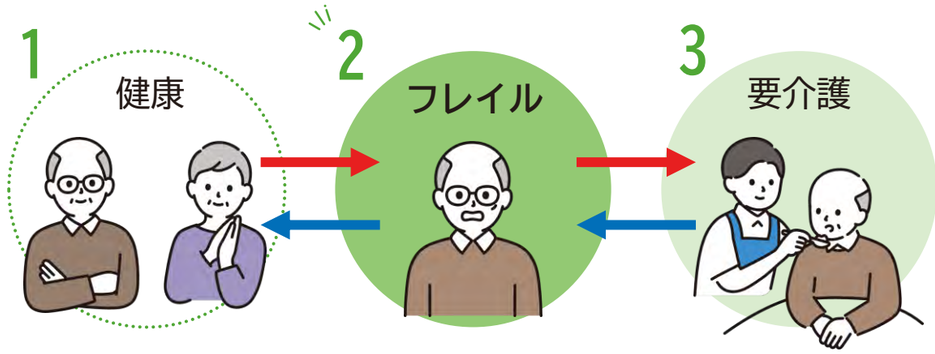
フレイルチェック会のお誘い

フレイル って何だろう？

問合　地域包括支援センター☎22-1112

「フレイル」とは、加齢とともに、心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が弱くなった状態のことで、健康と要介護の間の段階です。「疲れやすくなった」「外出の機会が以前より減った」といった変化はフレイルのサインかもしれません。フレイルの兆候に早めに気付き、正しく対策することで、健康な状態に戻ることができます。

国や県、市では、健康寿命の延伸に向け、フレイル予防に関する施策を打ち立てています。



フレイルの状態だと、こんなリスクがあります

- 転びやすくなる
- 筋力や体力が低下する
- 外出や人とのつながりが減る
- 食事の量や栄養が不足する
- 気分が落ち込み、意欲が低下する

65歳を迎えると増加し、75歳では顕著に増加します

まだまだ元気、働き盛りと思っていませんか？体力や筋力、食事や外出、人とのつながりは、気付かないうちに変化することがあります。

フレイルになると、健常な人に比べて、5年後の死亡・入院・施設入所、歩行や食事などの生活機能低下のリスクが高くなることが全国の調査でも示されています。

フレイルは、将来の健康状態を左右する重要なサインです。

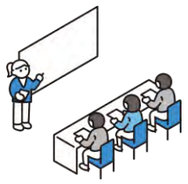
元気な今こそチェックして予防しましょう！

出典：東京都健康長寿医療センター「日本人高齢者全体のフレイル割合は8.7%：全国規模の訪問調査から判明」

フレイルチェック会

簡単な測定や質問を通して、今の自分の状態が分かります。結果を知ることは、これからも自分らしく過ごすための第一歩です。最近健康が気になっている人だけでなく元気に働いている人も、ぜひご参加ください。

フレイル講義



体力測定

予防体操

日程	会場
10月 1日(木)	白沢創作館
10月 6日(火)	保健福祉センター
10月28日(水)	池田地区コミュニティセンター
11月 4日(水)	薄根地区コミュニティセンター
12月 2日(水)	川田地区コミュニティセンター
12月23日(水)	利根地区コミュニティセンター
来年1月15日(金)	利南地区コミュニティセンター

フレイルチェック会

時間　午前10時～正午(受け付け　9時45分)
対象　おおむね65歳以上の市民(65歳未満、80歳以上の人も参加できます)
講師　フレイルサポーター(市民ボランティア)、フレイルトレーナー(理学療法士)
定員　各日程30人(先着)
費用　無料
持ち物　飲み物、池田・薄根・川田地区コミュニティセンターのみ上履き
その他　素足で体力測定ができる服装(体組成を測定するため)
申込方法　各日程の1週間前までに地域包括支援センター☎22-1112
または来所(保健福祉センター2階)

＼みんなで予防しよう！／

フレイルサポーターの皆さん

東京大学高齢社会総合研究機構　飯島勝矢教授からのメッセージ

昨年12月11日、市役所を訪れた飯島勝矢教授(写真左)

フレイルは早めに気付き、適切に取り組めば改善できます。

フレイルチェックで自分の状態を知り、生活を少し見直すことが、これからの元気につながります。

一人一人が元気でいきいきと暮らせる沼田市を、みんなで作っていきましょう。

防災情報の入手

1001746

関東大震災が発生した9月1日は防災の日、8月30日から9月5日までは防災週間です。

災害は、いつ、どこで発生するか分かりません。自分の身は自分で守ることが大切です。この機会に、日頃の備えや災害時の命を守る行動について、家族みんなで考えましょう。

正確な情報の入手を

気象庁が発表する注意報・警報などの防災気象情報や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

- 防災ぬまた(アプリ)
- ホッとメールぬまた
- X(旧Twitter)
- Facebook
- 緊急告知FMラジオ
- 防災行政無線
- テレフォンサービス
- 群馬テレビデータ放送
- 緊急速報メール
- 市HP

詳しくは市HPをご覧ください

問合　地域安全課防災安全係☎内線4022

ごみを出すときはマナーを守りましょう

1002380

- 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
- 多量のごみは分けて出すか直接処理施設(有料)へ
- 事業所などのごみは、直接搬入または許可業者へ

家庭ごみ収集カレンダー、ごみ分別アプリ「さんあ～る」を基に、ごみを出しましょう。

ごみ分別アプリ さんあ～る　App Store　Google Play

問合　環境課廃棄物係☎内線3074

市民活動センターの開所時間・日を試行変更します

1000015

適切なセンター運営や変更による問題点などの把握を目的として、10月1日(木)から、開所時間・開所日を試行的に下記のとおり変更します。

曜日	9月まで	10月から
平日	午前9時～午後7時	**午前9時～午後5時**
土曜日	午前9時～午後7時	**閉所(お休み)**

- ☑ 10月から、コピー機、印刷機などの利用は、平日の午前9時から午後4時30分までのみとなります
- ☑ コミュニティテラス会議室と音楽スタジオの利用は、これまでと変更ありません

問合　市民活動センター☎22-8444

CAP(キャップ)プログラム(おとなワークショップ)参加者募集

～子どもへの暴力防止、まず大人のあなたから～

CAPとはChild Assault Prevention(子どもへの暴力防止)の頭文字をとった略称です。子どもたちに3つの権利があることを伝え、あらゆる暴力から自分の身を守るために何ができるか、ロールプレイを交えながら考えます。嫌なこと、怖いことがあったとき、その気持ちを「大人に話してね」と、子どもたちに伝えています。

おとなワークショップでは、子どもが大切な自分を守るために、子どもの周りにいる大人は何ができるのか、参加体験型形式で学びます。

とき　9月25日(金)午前10時～正午
ところ　テラス沼田4階防災会議室401・402
講師　CAPぐんまCAPスペシャリスト
対象　市内在住または在勤の人
定員　30人(先着)
費用　無料
申込方法　9月18日(金)までに申込フォームまたは電話

申込フォーム

申込・問合　こども課こども相談係☎内線3121

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

浄水場更新事業実施に向けての検討と方針について

これまでの経過と資金計画の検証に至る背景

現在、本市では、老朽化した沼田浄水場の更新を進めていますが、昨今の経済情勢や景気動向に伴う建設資材の高騰により、浄水場更新事業費全体が上昇しています。

さらに、基本設計の完成に伴い、詳細な仕様や導入する機器などが決定したことから、今年5月に、県に対して国庫補助金についての協議を行った結果、実質的な補助金は全体事業費に対し、少額に留まることが判明しました。事業費については、基本計画の解体を含む87億円から、基本設計では114億円へと膨らんでいます。このように、事業費全体が上昇している状況であるため、浄水場と導送水管の発注支援業務の実施に向け、改めて資金計画の検証を行いました。

現在の沼田浄水場の様子

検証結果

基本設計に基づく資金計画において、実質的な国庫補助金の算入率が少額に留まることや、一般会計からの繰入金などを含めた企業債の償還計画についてシミュレーションを実施した結果、①近年の物価高騰に伴う事業費の著しい増加、②企業債利率の大幅な上昇、③当初想定していた国庫補助金の減少という3つのマイナス要因が重なることにより、このまま事業を継続した場合、令和18年度ごろに資金ショートを引き起こし、企業債の償還が極めて困難になる恐れが高いことが明らかとなりました。

① 近年の物価高騰に伴う事業費の著しい増加
② 企業債利率の大幅な上昇
③ 当初想定していた国庫補助金の減少

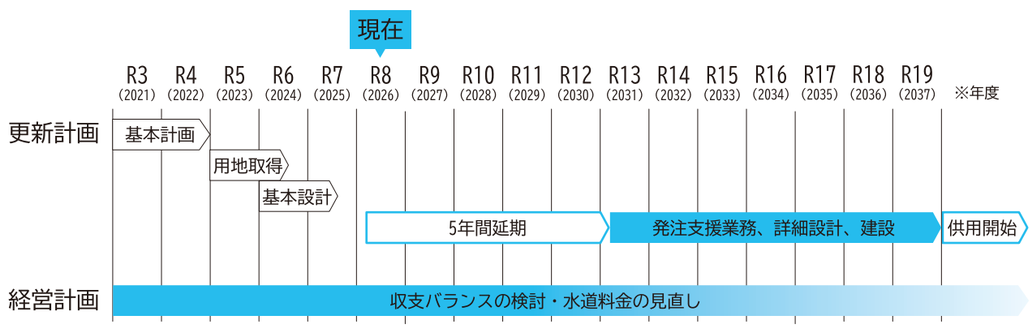
▶ 令和18年度ごろに資金ショートを引き起こし企業債の償還が極めて困難になる恐れ

今後の方針と対応策

この厳しい財政見通しを踏まえ、今後は水道料金の改定などにより内部留保金を確保し、資金計画を再構築する必要があります。現時点においては、来年4月からの料金改定は決まっていますが、さらなる料金改定の検討も避けられない状況であり、財源確保に向けた時間的猶予を確保する観点から、発注支援業務の着手を5年間延期することが現実的な対応であると判断しました。

浄水場更新事業は、水道水の安全・安定供給を担保する上で避けて通ることのできない極めて重要な事業であるため、今後は物価や金利の動向、さらには財政状況を注視し、経営健全化に向けた具体的な水道料金改定などのシミュレーションを進めながら、適切に進める必要があります。

併せて、老朽化が著しい既存浄水場の中期的な修繕計画を策定し、更新事業の着手時期に至るまで施設機能を維持できるよう、慎重に運転・維持管理に取り組んでまいりますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



問合　上下水道整備課浄水係☎内線7531、上下水道経営課経営係☎内線4128

第3回スポーツフェスタぬまた

市民の体力向上、健康保持増進のため気軽にスポーツに親しむことができる機会づくり、市民相互の親睦、交流を図ることを目的に実施します。
すてきな賞品を用意して、皆さんのお越しをお待ちしています。

とき　10月11日(日)午前9時～午後4時
ところ　ZACROSアリーナぬまた
申込　当日自由参加
参加費　無料
問合　NPO法人沼田市スポーツ協会
☎24-9444

観覧自由

開会式(競技優秀者表彰を含む)
支部モルック交流大会
支部輪投げ交流大会

どなたでもお気軽にご参加ください

各種スポーツ体験など　新体力テスト

午前の部
① エアロビクス
② スマイルボウリング
③ 2Fランニングコース一般開放

午後の部
① スマートフェンシング
② マジックナインサッカー
③ ストラックアウト
④ バスケフリースローコンテスト
⑤ 輪投げ
⑥ モルック

終日
① eスポーツ
② トレーニングルーム・ランニングマシン一般開放

スマートフェンシング

モルック

eスポーツ

生方記念文庫第42回企画展　「 埴輪(はにわ)に魅了されて － 生方誠(せい)収集品 － 」　1018055

収集品の一つ

埴輪に魅了された生方誠は、その素朴で豊かな造形に惹かれ、埴輪の収集を続けました。本展では、誠が収集した埴輪を中心に紹介します。併せて、生方たつゑが、誠の収集埴輪や前橋市の総社古墳群を題材に詠んだ短歌を紹介します。

とき　9月18日(金)～11月16日(月)
午前9時30分～午後5時
休館日　水曜日(9月23日、10月28日を除く)、9月24日(木)・25日(金)・29日(火)、10月13日(火)・29日(木)、11月5日(木)
入館料　大人110円、中学生以下無料
ところ・問合　生方記念文庫☎22-3110

ギャラリートーク
(埋蔵文化財調査センター職員による展示解説)

とき　10月3日(土)午後2時～3時
ところ　生方記念文庫2階展示室
参加費　無料(別途入館料が必要)
申込　当日自由参加

埴輪の3Dモデリング体験
(埋蔵文化財調査センター職員による説明)

スマートフォンで埴輪を撮影し、簡単に立体的な画像作りを体験できます。立体的に見たいものがあればお持ちください(20㎝以上のもの)。
とき　10月17日(土)午後2時～3時
ところ　生方記念文庫2階展示室
参加費　無料(別途入館料が必要)
申込　当日自由参加
持ち物　スマートフォン
※事前に、無料アプリ「Scaniverse」をスマートフォンにダウンロードしてください。通信費などは参加者負担

アプリのダウンロード

[臨時休館のお知らせ]
企画展の展示替えのため休館します。
9月15日(火)・17日(木)、11月17日(火)・19日(木)

姉妹都市提携60周年記念　第5回

未来へつなぐ60年の絆

覚書締結式

姉妹都市提携60周年を記念し下田市民号が来訪

静岡県下田市から、松木正一郎市長、中村敦議長ほか22人の下田市民号が、沼田まつりの開催に合わせ沼田市を訪れ、8月3日と4日の2日間にわたり記念事業に参加されました。

次の10年へ、さらなる交流

3日の歓迎交流会のほか、4日には利南運動公園の芝生多目的広場で記念植樹式典が行われ、下田市から寄贈された桜「白浜伊古奈(しらはまいこな)」を植樹しました。今年5月に下田市を訪問した際には、沼田市から平和の象徴である「陽光桜」を寄贈し、植樹しており、両市に姉妹都市提携60周年を記念した桜が植えられたことになりました。式典で両市長は、これまでの交流を次世代へと引き継ぎ、さらに発展させていくと決意を新たにしました。

また、同日、テラス沼田で行われた覚書締結式では、両市長による覚書への署名のほか下田市から記念品として盾の贈呈が行われ、これまで各分野で築き上げてきた両市の友好関係を末永く続けていくことを確認しました。

問合　秘書課秘書係☎内線4003

利南運動公園にて記念植樹

「白浜伊古奈」の前で記念撮影

姉妹都市提携60周年記念植樹式
両市の市長、議長、観光協会長が植樹を行いました。

沼田市学校給食センター　第３弾

問合　学校給食センター☎ 25-3762

沼田市学校給食センターでは『安全・安心で温かいおいしい学校給食を提供すること』や、学校給食を通して子どもたちの『学びの機会』を創設し、地域の食を知り郷土愛を育むなど、学校や家庭・地域と連携しながら食育の推進を図ることを最重要事項および目的として、調理・配送業務の委託先㈱東洋食品と共に取り組んでいます。

今回は、「アレルギーなどの対応」についてご紹介します。

7月1日現在
96人のアレルギー対応をしています
原因食材は**100種類以上**です

アレルギー調理室内の様子

アレルギーなどに対応するための専用調理室を設置しています

学校給食は、必要な栄養を摂るだけでなく、「食の大切さ」や「食事の楽しさ」などを学ぶための役割も担っています。

学校給食センターでは、食物アレルギーや服薬による食品の制限、宗教上の禁食などがある児童生徒にも、できる限り他の児童生徒と同じように給食を楽しんでもらえるよう、アレルギーなどに対応する専用の調理室を設置し、専門の調理員が対応食を調理しています。

アレルギーなどの対応食を提供するには？

群馬県教育委員会が作成した「学校給食における食物アレルギー対応マニュアル」に基づき、保護者・学校・学校給食センターの栄養士が面談を行い、医師の診断に基づいた対応を共有します。毎日個々に対応献立を作成し、事故などが起こらないよう、何重にもチェックを重ねた対応を行っています。

除去食

原因食材を除いて調理し提供します。

例：アーモンドが原因の場合

通常の給食
アーモンドサラダ

↓

対応食（除去食）
アーモンドを抜いたサラダ

代替食

別の料理を提供します。

例：リンゴが原因の場合

通常の給食
リンゴ

↓

対応食（代替食）
ブドウゼリー

弁当対応

学校給食センターで対応食の提供ができない場合は、自宅から弁当を持参していただきます。

現在、汁物と学校給食センターで調理を行っていない、パン・麺類については、対応食の提供を行っていません。

対応食が届くまで

❶ 献立を作成・確認

一人一人の原因食材に合わせて、対応する献立を作成し、学校・家庭でも確認しています。

❷ 専用調理室で調理

アレルギー調理室で専門の調理員が調理します。

❸ 複数人でチェック

学校名、学年・組、氏名、献立名、対応食名を記載したラベル付き密閉袋に入れ、間違えのないよう複数人で確認し、配送します。

❹ 学校へ配送

献立によっては、保温容器を使用しています。

アレルギーなどの対応については、学校給食センターの人員や設備などを総合的に判断し、可能な限り対応食を提供することとしていますが、どんな場合でも、**全ての児童生徒が「喜んで」「楽しんで」「興味を持って」学校給食を食べてもらえるよう、今後も努力していきます。**

お知らせ

緑のカーテンコンテスト作品展示

1008431

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12日(土)～24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

ふれ福フェスタ2026

館内と前庭を目いっぱい使って開催するふれあいイベントです。いつもご利用の人も、初めての人も、世代を超えてご参加ください。

▽ステージ発表(フォークソング、ハーモニカ、バンド演奏ほか)
▽作品展示(絵画、彫刻、書道、陶芸、押し花、切り絵など)
▽クラフト、ワークショップ
▽福祉販売
▽お茶体験
▽本の配布、読み聞かせ

とき　10月3日(土)・4日(日)午前10時～午後4時
ところ　ふれあい福祉センター
費用　無料
※入浴は別途入館料が必要
申込　当日自由参加
問合　ふれあい福祉センター☎(23)3497

ファミリー・サポート・センター

1002246

子育ての手伝いをしてほしい人(お願い会員)と、手伝いができる人(まかせて会員)が、お互いに援助活動を行う会員組織です。

■こんなときに利用できます

▽保育施設の保育開始前・終了後の預かりや送迎
▽学校や児童クラブ終了後の預かり
▽冠婚葬祭や他の子どもの学校行事、買い物などの外出時の預かりなど

利用時間・料金／報酬(1時間当たり)

時間	平日	土・日曜日、祝日(年末年始含む)
午前7時～午後7時	700円	800円
上記以外の時間	800円	900円

※申請により、ひとり親家庭の助成あり
※交通費、ミルク代などは利用者負担

対象(両方の登録可)
▽お願い会員　利根沼田地区に在住または在勤で生後3カ月から小学6年生までの子どもがいる人
▽まかせて会員　利根沼田地区に在住または在勤の人
申込方法　ファミリーサポートセンター設置の入会申込書に顔写真2枚を添えて提出
※説明会や講習会への参加が必須
申込・問合　ファミリーサポートセンター(岡谷町1077の2)☎(22)2447(担当　こども課子育て支援係)

病児保育室「くるみ」のご案内

子どもの急な発熱や病気などで保育園や学校を休ませなければならないときに、専任の保育士と看護師が預かります。病児・病後児いずれも利用できます。お子さんの症状に合わせた保育・看護を行い、安全・安心にお預かりします。

利用時間
▽平日　午前8時～午後5時30分
▽土曜日　午前8時～午後1時
ところ　病児保育室くるみ(沼須町910の1)
※利根中央病院敷地内どんぐり保育園隣接
対象　市内在住または在勤の人の生後6カ月～小学6年生の子ども
定員　4人
費用(日額)
▽市内在住の人　2千円
▽市内在勤の人　3千円
利用方法　事前に利用登録の上、電話またはHPで予約
申込・問合　病児保育室くるみ☎(25)8133(担当　こども課保育係)

HP

市民プールの忘れ物をお預かりしています

浮き輪、ゴーグル、衣類など市民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、スポーツ振興課に電話でご確認の上、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

令和8年度市政懇談会を開催しました

市内各地域で開催し、計122人が参加しました。市長が次の項目について説明し、参加した皆さんと懇談しました。

① 令和8年度当初予算の概要
② 森林文化都市アクションプラン

懇談の主な内容(詳しくは、市HPに掲載)

【質問】森林文化都市アクションプランについて
【回答】森林文化都市アクションプランは、ある意味で、環境政策の一つでもあると考えています。環境政策をまちづくりに取り入れることで、沼田市ならではの付加価値を生み出していければと思います。

【質問】パブリックコメント制度について
【回答】パブリックコメントに寄せられるご意見の数は、確かに少ないと感じています。分かりやすくパブリックコメント制度の紹介をするなど配慮をしていきたいと思います。

問合　秘書課広報広聴係☎内線4007　1017792

空間放射線量測定結果（8/6測定　単位：ﾏｲｸﾛｼｰﾍﾞﾙﾄ/時間　地表100ｾﾝﾁで測定）　**問合**　環境課環境保全係☎内線3072
■テラス沼田0.06　■各地区ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ：利南0.04、池田0.04、薄根0.06、川田0.04、白沢0.04、利根0.05　1002608

お知らせ（続き）

10月は土地月間 土地価格などの無料相談会

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(木)午前10時～午後3時
ところ テラス沼田4階市民ロビーぱるく
費用 無料
申込 当日自由参加
問合 群馬県不動産鑑定士協会☎027(243)3077(担当　都市計画課都市施設係)

～困ったら ひとりで 悩まず 行政相談～ 特設行政相談所

1001906

9月・10月は行政相談月間です。日々の暮らしの中で、行政機関や特殊法人の業務に関することで、どこに相談したらいいか分からないことや、苦情や意見、要望はありませんか。総務大臣から委嘱されている行政相談委員がお話しを伺います。秘密は固く守られます。

■**特設行政相談所**
とき 10月20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

■**常設の相談窓口**
群馬行政監視行政相談センター「きくみみ群馬」☎0570(090)110では、常時電話相談を受け付けています。
問合 市民協働課市民相談係☎内線3056

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28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24日(木)
申込・問合 前橋公証人合同役場☎027(223)8277(担当　市民協働課市民相談係)

手話言語国際デー記念 ブルーライトアップ

9月23日(水)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(火)～24日(木)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しています。詳しくは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3108

スマホを活用した119番映像通報システムLive 119運用開始

10月から、119番通報者と消防指令センターが映像で災害現場の状況を共有できる通報システムの運用を開始します。言葉だけのやり取りでは状況把握が難しい場合、通報者へ映像送信の協力依頼と操作手順を案内します。

問合 利根沼田広域消防本部☎(22)0119

たかさき消防共同指令センター

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13年4月2日～昭和14年4月1日	1万円
99歳（白寿）	昭和2年4月2日～昭和3年4月1日	3万円
100歳（紀寿）	大正15年4月2日～昭和2年4月1日	8万円
101歳以上（長寿）	大正15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

沼田市役所☎23-2111　**開庁時間** 平日の午前8時30分～午後5時15分　［ 情報ステーション ］

野生動物にご注意を

クマ、イノシシなどの野生動物が頻繁に出没しています。野生動物を引き寄せないようご協力をお願いします。

①野生動物に餌を与えないでください②人家周辺にごみを放置しないでください③農地の収穫残さは放置せず、適正に処理してください④収獲済みの農作物は、野生動物の手が届かない場所で管理してください⑤ごみステーションへのごみ出しはルールを守ってください⑥バーベキューなどの生ごみは持ち帰ってください⑦お墓のお供え物は持ち帰ってください⑧野生動物による農作物被害があったら通報してください

問合 農林課有害鳥獣対策センター☎内線7850

宝くじ 公式サイト限定宝くじ クイックワン発売中

1012287

インターネット専用宝くじ「クイックワン」が発売されています。宝くじの収益金は公共事業などに役立てられますので、ぜひ宝くじ公式サイト(https://www.takarakuji-official.jp/)でお求めください。

問合 (公財)群馬県市町村振興協会☎027(290)1350(担当　市民協働課協働推進係)

9月21日(月)～30日(水) 秋の全国交通安全運動

1009454

交通ルールを守り、交通事故のない明るい社会づくりに努めましょう。

■**交通事故死ゼロを目指す日**　9月30日(水)

☑歩行者は、反射材を着用しましょう。信号を守り、横断歩道のある場所を横断しましょう
☑横断歩道は歩行者優先です。運転者は、近くに人がいないか確認しましょう。**生活道路の法定速度が時速30kmになりました。**規制速度を守り、速度を抑えて歩行者への思いやり運転をしましょう
☑自動車の運転者は、夕方は早めにライトを点灯し、ハイビームを活用しましょう。「ながらスマホ」や飲酒運転は絶対にしてはいけません
☑自転車などの運転者は、夕方や夜間のほか、昼間もライトを点灯し、周囲に自分の存在を知らせましょう。交通ルール(信号を守ること、一時停止で停止することなど)を守りましょう。ヘルメットを着用し、適切な保険に加入しましょう。歩道は歩行者優先です。速度を落とさず避けるのではなく、徐行や停止による安全確保をしましょう
☑家庭・地域・職場では、自転車事故の怖さや交通ルールを守ることの大切さについて話し合いましょう

問合 地域安全課交通防犯係☎内線4024

市議会9月定例会開会中

会期日程は、市議会HPまたは群馬テレビのデータ放送でご確認ください。会議の様子は、傍聴またはインターネットでご覧いただけます。

問合 議会事務局☎内線5102

会期日程

9月は自殺予防月間

1002315

1人で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。**問合**　社会福祉課障害福祉係☎内線3107

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 精神科医による「こころの健康相談」	23-2185
	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

お知らせ（続き）

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、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　渋川年金事務所お客様相談室☎0279(22)1614（担当　市民課医療年金係）

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、提出してください。

問合　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　市民課医療年金係）

群馬県再生資源物の屋外保管等の規制に関する条例が施行

10月1日(木)に、「群馬県再生資源物の屋外保管等の規制に関する条例」が施行されます。

次の全てに該当する再生資源物を取り扱う事業者は、営業に当たり群馬県知事の許可が必要となりますので、県への届け出などをしてください。

①使用を終了し、収集された「金属」、「プラスチック」または「それらを含む混合物」である再生資源物を取り扱っている

②100㎡を超える事業場において、屋外で再生資源物の保管・破砕などを行っている

③油圧ショベルやフォークリフトなどの積上げ機械を使用している

■違反した場合

最大2年以下の拘禁刑または100万円以下の罰金が科され、法人に対しても両罰規定の適用があります。

※既存事業者については、来年3月31日(水)までの経過措置期間内に届け出を行うことで、条例施行日に許可を受けたものとみなす「みなし許可」の措置があります

■住民や事業者の皆さんへ

不適正に再生資源物を取り扱う事業者に対して物品を引き渡さず、市町村が行う資源回収の利用や適正処理事業者に引き渡してください。

問合　群馬県庁廃棄物・リサイクル課☎027(226)2824（担当　環境課廃棄物係）

詳細・県HP

事業承継をお考え、お悩みがある人はお気軽にご相談ください

中小企業や小規模事業者の皆さんは、雇用や技術の担い手として地域を支える重要な存在です。

しかし、近年では深刻な後継者不足によって廃業を選択せざるをえない事業所が増加しています。事業の廃業は技術や雇用の喪失だけでなく、地域経済やインフラにも大きな影響を及ぼすことがあります。

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、親族内承継、従業員承継、第三者承継（M&A）など、事業承継に関連した幅広い相談に無料で対応しています。事業承継は早めに準備を始めることで選択肢が広がります。「何から始めたらいいかわからない」「後継者が決まっていない」など、どんなことでも構いません。お気軽にご連絡ください。

相談料　無料

相談・問合　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（担当　産業振興課産業振興係☎内線5002。取り次ぎもします）

複十字シール運動にご協力ください

1011358

結核や肺がん、その他の胸部疾患をなくし、健康で明るい社会をつくるため全国的に展開されている募金活動を実施します。

皆さんから寄せられた募金は、病気に対する知識の啓発と予防意識の高揚を図るとともに、結核がまん延している開発途上国への援助などに使われます。

■募金箱

設置期限　9月18日(金)

設置場所・問合　健康課予防係（テラス沼田3階）☎内線3170

がん検診受診状況のアンケート

1017682

今年度から、職場などでのがん検診の受診状況について毎年確認することになりました。受診シールを使用せず、がん検診（人間ドックなど）を受診した人は市で確認ができませんので、二次元コードからアンケートにご協力ください。

※詳しくは5月に青色封筒で送付した冊子「検診等のお知らせ」をご覧ください

問合　健康課予防係☎3168

アンケートフォーム

メタボ改善減る脂（ヘルシー）い教室

1002313

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、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

申込期限　来年3月31日(水)

申込・問合　健康課保健係☎内線3162

第25期農業委員などの紹介

農業委員 15人

役員

地区	氏名	町名
会長	富沢誠司	高橋場町
会長職務代理者	遠藤由理子	栄町

委員

氏名	町名
富沢誠司	高橋場町
阿左見正博	沼須町
桑原泰雄	横塚町
遠藤由理子	栄町
大河原広行	奈良町
阿部純子	中発知町
松井孝夫	善桂寺町
大竹克巳	上川田町
南けい子	白沢町生枝
角田隆	白沢町尾合
池田修一	白沢町上古語父
星野真	利根町追貝
吉野洋次	利根町平川
山嵜三男	利根町多那
小林由喜子	利根町多那

農地利用最適化推進委員 30人

地区	担当地区	氏名
沼田	全域	堤博昭
利南	戸鹿野町、新町、沼須町、上沼須町、栄町	桒原正美
	下久屋町、上久屋町	倉品和正
	久屋原町、横塚町	川田実
池田	佐山町	増田智
	上発知町	斎藤良司
	中発知町、発知新田町	増田文勇
	下発知町、岡谷町	松井隆
	奈良町、秋塚町	石田久米幸
薄根	下沼田町、白岩町、硯田町	西山則行
	恩田町、井土上町	宇津野泰章
	宇楚井町、原町、堀廻町	林欣平
	大釜町、善桂寺町、石墨町	生方利男
	戸神町、町田町	牛口肇
川田	上川田町	金井信壽
	下川田町（宮塚・滝・平井・内宿）	飯塚要一
	下川田町（前宿・前原・田中・入沢・横子・旭・大竹）、今井町	茂木登喜男
	屋形原町、岩本町	生方大助
白沢	高平	樋口浩一
	生枝・岩室	中村祐介
	尾合・平出	小林淳
	上古語父	大津陽一郎
	下古語父	椎原元気
利根	追貝	髙草木靖
	平川	井上昌一
	大楊・高戸谷	星野啓
	老神・大原・園原	新井佳次
	穴原・小松・柿平・日向南郷・日影南郷・青木・砂川	小林幸恵
	根利	小田原進
	輪組・二本松・多那	吉野福一

任期満了に伴う公募の結果、上記の皆さんが新たに任命・委嘱され、農業委員会総会（選挙会）の結果、富沢誠司さんが会長に選出されました。

任期　7月20日～令和11年7月19日（3年間）　**問合**　農業委員会事務局☎内線5018・5019

募集

生涯学習発表会の参加団体

1012627

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2月5日(金)～7日(日)
ところ　利根沼田文化会館
対象　市内で活動しているサークルなどで、社会教育団体(文化協会やスポーツ協会など)に所属していない
参加費　無料
申込期限　10月14日(水)
※10月21日(水)午前10時からの打ち合わせ会議に必ず出席(各団体2人まで)
申込・問合　生涯学習課市民文化推進係☎内線3327

昨年度の展示会場の様子

慢性腎臓病　県民公開講座

成人の5人に1人がかかっていると言われる慢性腎臓病(CKD)は、対策できることもたくさんあります。腎臓の大切さについて一緒に考えてみませんか。

とき　9月26日(土)
ところ　利根沼田文化会館大ホール
■第一部(相談・体験コーナー)午前10時～午後1時
　専門職による食事や健康の相談、血圧測定など、気軽に体験できます！
■第二部(講演会)午後1時30分～午後4時30分
　専門医が慢性腎臓病や糖尿病、食事療法のコツなどについて分かりやすくお話しします。
その他　駐車場に限りがあるため乗り合わせをお願いします
申込　当日自由参加
問合　群馬県庁健康長寿社会づくり推進課☎027(226)2604(担当健康課保健係)

ペットマナー教室

1012279

犬が、周囲の人と良好な関係を築いて幸せに過ごせるように、人間社会で暮らしていくためのマナーを学びます。

とき　10月3日(土)午前10時～正午
ところ　沼田公園グラウンド南側(雨天時はテントを張って実施)
対象　市内に登録がある犬と飼い主
講師　狩野誠さん(けあかんぱにー)
定員　10組(先着順)
費用　無料
申込期限　9月23日(水)
申込・問合　環境課環境保全係☎内線3072

申込フォーム

市有地を一般競争入札により売り払います

参加には、事前の参加申込が必要です。

入札予定日　11月16日(月)
会場　テラス沼田4階防災会議室406
土地の概要　市営住宅十三割団地敷地内の1筆(桜町字十三割)
案内書・参加申込書　建築住宅課(テラス沼田4階)で配布。市HPからもダウンロードできます
参加申込方法　9月14日(月)から10月30日(金)までに窓口へ持参
申込・問合　建築住宅課住宅係☎内線4113

公用車に広告を掲載しませんか

1015238

街中を走る動く広告塔として高い宣伝効果が期待できます。詳しくは、市HPをご覧ください。

掲載期間　10月1日(木)～来年3月31日(水)(更新可)
掲載場所　左右後部側面ドア(2面／1台)
掲載方法　ラッピング用フィルム(縦35センチ×横50センチ程度)
※作成費用は掲載者負担
募集台数　2台程度(先着順。1台から受け付け)
掲載料　1台3千円／月
申込方法　9月10日(木)から窓口またはメール(kanzai@city.numata.lg.jp)
申込・問合　資産活用課FM推進係☎内線4042

掲載場所のイメージ

出張!!学校給食試食会

1014976

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。当日は、本市の地場産食材を多く取り入れた学校給食を提供します。

昨年度の献立

とき　10月9日(金)午後12時10分～1時
　(受け付け　午前11時50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)
費用　343円(中学生分量の試食代。お釣りのないようにお願いします。申込期限後のキャンセルは全額お支払いいただきます)
申込方法　9月15日(火)午前9時から10月2日(金)午後5時までに、申込フォームまたは電話(平日の午前9時～午後5時)
申込・問合　学校給食センター☎25-3762

申込フォーム

生涯学習講座 英会話教室

1012311

初級か中級のいずれかを選んでください。

■初級
とき　10月7日～12月9日の水曜日(全10回)午後7時～9時
ところ　テラス沼田6階会議室601
講師　GREGORY(グレゴリー)さん
■中級
とき　10月15日～12月17日の木曜日(全10回)午後7時～9時
ところ　テラス沼田6階会議室602
講師　ADRIAN(エドリアン)さん
■共通
対象　市内在住または在勤の人
定員　各級15人(先着)
費用　無料
申込開始　9月15日(火)
申込・問合　生涯学習課市民文化推進係☎内線3327

申込フォーム 初級　申込フォーム 中級

沼田ピクニックインスタグラムフォトコンテスト

1012290

リンゴの木の下でピクニックが楽しめる市内リンゴ園7園で撮影した写真を募集します。入選者には豪華賞品を贈呈。詳しくは市HPをご覧ください。

応募方法　キャプションに、①#沼田ピクニック、#応募する部門をつける②@numatapicnicをメンションまたは#来園した園名をつけて投稿
※①～③の全てを満たさないと応募完了となりません
応募期間　9月5日(土)～11月29日(日)
問合　農林課農業振興係☎内線5017

昨年度の最優秀賞作品

第67回史跡めぐり

1012281

今から10年前にNHKテレビ「ブラタモリ」で本市が紹介されました。その時と同じコースをマイクロバスで巡ります。

とき　10月17日(土)午前8時30分柳町職員駐車場集合、午後4時30分解散予定
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)
費用　1700円(昼食代。当日集金。お釣りのないようにお願いします。キャンセルは代わりの人を見つけていただくか後日費用を窓口へ持参)
申込方法　9月14日(月)から30日(水)までに申込フォームまたは電話(平日の午前8時30分～午後4時30分)
申込・問合　生涯学習課市民文化推進係☎内線3322

申込フォーム

ワークショップ 森のおくりもの

1018044

木の実やドライフラワーを使ったワークショップを開催します。

とき　9月27日(日)
①午前10時～11時30分
②午後1時30分～3時
ところ　旧生方家住宅(沼田公園内)
講師　倉品美穂さん(kumi and kukka(ツキハナチャ))
対象　どなたでも(小学生未満は保護者同伴)
定員　各回8人(先着)
費用　千円(別途観覧料が必要(大人110円、中学生以下無料))
申込開始　9月3日(木)午前9時
申込・問合　旧生方家住宅(23)4766

申込フォーム

個人向け 普通救命講習会

心肺蘇生法とAED(自動体外式除細動器)の使用方法を学びます。受講者には講習修了証を交付します。

とき　10月11日(日)午前9時～正午(受付時間　午前8時30分)
ところ　利根沼田広域東消防署(利根町平川1269)
定員　10人(先着順)
費用　無料
申込開始　9月10日(木)
申込・問合　中央消防署☎(24)1734、東消防署☎(56)2300、西消防署☎(64)0002、北消防署☎(72)4349

沼田市観光ガイド養成講座 ～あなたが伝える魅力ある戦国時代の沼田城～

沼田は関東と越後を結ぶ要衝として栄え、五層の天守閣を持つ沼田城がありました。大河ドラマ「真田丸」の放映を機に歴史ファンが多く沼田を訪れており、観光ガイドの需要が続いています。本講座では、沼田城の歴史を中心に学び、ボランティアガイドとして活躍できる人材を育成します。
共に郷土の魅力を伝え、地域を盛り上げていきませんか。

とき・ところ
10月15日(木)午後1時30分～4時
・保健福祉センター3階304で座学1時間
・沼田公園で研修1時間
定員　10人(先着)
受講料　無料
申込方法　10月6日(火)までに沼田市観光ガイド協会へ電話(25-8555)、メール(info@numata.kankou.jp)またはファクス(25-8556)
問合　沼田市観光ガイド協会☎25-8555(担当　観光交流課観光推進係)

ガイド中の様子

募集（続き）

市営住宅 東下原団地の入居者

1009865

■**東下原団地**（栄町21の1）
募集戸数　B棟1階1戸
構造　RC造中耐4階建て
※エレベーターなし
改修年度　令和2年度
※建設は昭和52年度
部屋の構成　2LDK（洋室2部屋）
家賃　1万6300円～3万2千円
申込資格（収入制限あり）
▽現に住宅に困窮している人
▽市税を滞納していない人
▽申込者または同居しようとする親族が暴力団員でない人
▽単身者入居可（制限あり）
その他
▽敷金3カ月（入居時の家賃で算定）
▽駐車場1台当たり2千円／月
▽ペット不可
▽升形小学校・沼田南中学校区
募集案内・申込用紙
窓口配布、市HP掲載
入居可能日　10月末
申込期限　9月24日（木）
抽選日　9月25日（金）
申込・問合　建築住宅課住宅係☎内線4113

スポーツ

障害者スポーツ大会

障がいのある人が、スポーツを通じて交流を深め、健康維持や増進を図るとともに、余暇活動の場を提供するために開催します。
ボッチャ、玉入れ、パン食い競争、輪投げ、eスポーツ（太鼓の達人）を、スタンプラリー方式で実施します。

とき　10月3日（土）午前9時～正午
ところ　テラス沼田1階多目的スペース・防災広場
対象　市内在住の障がいのある人（身体・知的・精神）とその家族
※介助が必要な人、小学生未満の人は、ご家族などの同伴をお願いします。同伴者も一緒に楽しむことができます
定員　50人（先着）
参加費　無料
申込期限　9月18日（金）午後5時
申込・問合　社会福祉課障害福祉係☎内線3113

利南｜大人のスイーツ講座　1017936

とき　10月5日［さつま芋みたらし風ケーキ］、11月9日［ミニパルミエ］、12月7日［レモンケーキ］、1月18日［くり饅頭］、2月1日［生チョコロールケーキ］の月曜日（各回）午後1時30分～4時　**講師**　石垣恵美さん
定員　8人（全回受講者優先）
費用　各回1,800円
申込期限　9月24日（木）
※キャンセルは1週間前まで。第1回のキャンセル不可。メニューは変更になる場合があります
申込フォーム

コミセンで生きがいづくり 地域で学ぼう楽しもう

（記載なしは次のとおり）
対象　市内在住または在勤の人
費用　記載なしは無料、当日集金
申込（先着順）・場所　各地区コミュニティセンター
利南☎22-2066　池田☎23-9851
薄根☎22-3160　川田☎22-2009

利南｜思い出を残して楽しく暮らす！ 片づけ実践講座 ～おしゃべりしながら、みんなで楽しく体験ワーク～　1017980

とき　10月22日［目からウロコの整理収納の基本］・29日［場所別ジャンル別の片づけ方紹介］の木曜日（全2回）午前10時～11時30分
講師　栃原久仁子さん（整理収納アドバイザー）
定員　12人
申込期限　9月30日（水）
申込フォーム

利南｜モダンカリグラフィー講座　1017971

とき　10月13日［基礎レッスン］・27日［ハロウィンカード作り］、11月10日［仕上げのレッスン］の火曜日（全3回）午前10時～正午
講師　吉野美貴子さん
定員　8人
費用　2,800円（ペンホルダー・ニブ・インク持参の人は700円）
申込期限　9月28日（月）
申込フォーム

作品例

利南｜はじめての花文字講座 ～ことばのちからは素敵な感動の世界～　1017938

とき　10月19日［基礎編・筆の使い方］・26日［応用編・作品づくり］の月曜日（全2回）午後1時30分～3時
講師　金井富士夫さん
定員　16人（新規優先）
持ち物　筆ペン（極細）
申込期限　9月28日（月）
申込フォーム

作品例

池田｜災害時の食事を考えよう ～防災ポリ袋クッキング～　1014835

とき　9月28日（月）、10月7日（水）（全2回）午前10時～11時30分
ところ　保健福祉センター3階調理実習室
講師　尾上治子さん（防災士）
定員　15人
費用　500円
申込期限　9月15日（火）

申込フォーム

第34回市民グラウンド・ゴルフ大会

とき　10月22日（木）午前9時開会
※予備日　10月23日（金）
ところ　運動公園陸上競技場
参加資格　市民（学生、生徒、児童を除く）
種目　一般男子、一般女子
競技方法　個人戦（24ホール）
参加費　無料
申込方法　10月9日（金）までに所定の申込用紙をZACROSアリーナぬまた（平日の午前8時30分～午後5時）または白沢・利根地区コミュニティセンター
※用具がない人は申し込み時にご連絡ください
問合　NPO法人沼田市スポーツ協会☎（24）9444

第38回市民バドミントン大会

とき　10月18日（日）午前9時開会
ところ　ZACROSアリーナぬまた
参加資格　ペアのうちいずれかが市内在住、在勤または在学の高校生以上の人
種目　ダブルス▽一般男子（混合含む）、一般女子、初心者男子（混合含む）、初心者女子、シニア男子（65歳以上・混合含む）、シニア女子（60歳以上）
※リーグ、トーナメント方式
申込方法　9月25日（金）までに所定の申込用紙をZACROSアリーナぬまた（平日の午前8時30分～午後5時）または白沢・利根地区コミュニティセンター
問合　NPO法人沼田市スポーツ協会☎（24）9444

篤志（敬称略）

■**社会福祉事業へ**
▽美翔会（榛名町）→5万円、タオル100本▽前橋たばこ販売協同組合沼田支部（戸鹿野町）→靴下37足、タオル28本

超簡単しらたきサラダでこんにゃく消費拡大♪

作り方　あく抜き不要のしらたき（原材料・群馬県産こんにゃく粉）を水洗いし、食べやすい長さに切って、お好みのドレッシングをかけて完成！
問合　利根沼田農業事務所農畜産課企画調整係☎23-0188
（担当　農林課農業振興係）

薄根｜絵手紙講座　1018036

とき　10月15日・29日、11月19日の木曜日（全3回）午前10時～正午
講師　霜垣ユミ子さん（絵手紙協会公認講師）
定員　15人
費用　1,500円（材料費。新規は別途約3,500円（画材セット）必要）
持ち物　画材セット
申込期限　9月30日（水）
※10/1以降はキャンセル料発生の場合あり

先生の作品

薄根｜竹灯籠づくり講座　1018049

初心者大歓迎！
竹を加工して竹灯籠を一緒に作りましょう!!
とき　10月8日（木）午後1時30分～3時30分
講師　薄根地域ふるさと創生推進協議会
定員　15人
その他　作業できる服装
申込期限　10月1日（木）

イメージ写真

川田｜歴史講座　1018043

とき　10月6日・20日の火曜日（全2回）午後1時～3時30分
内容　10月 6日…幻の沼田ダム その残した影響
10月20日…利根川を渡る橋
講師　高山正さん
定員　15人
申込期限　10月5日（月）

下川田町の風景

川田｜～あなただけの宇宙を描きましょう～ 宇宙のART講座　1018057

絵が苦手でも大丈夫、手を動かすだけでOK！
とき　10月8日（木）午後1時30分～3時30分
講師　大西康子さん（Yaco Arts Tokyo）
定員　20人　**費用**　3千円
持ち物　作品（直径20cmのパネル）を持ち帰る袋、エプロン
申込期限　9月25日（金）

参考作品

川田｜～アクリル絵の具で素敵な小物を作ろう～ トールペインティング講座　1018054

とき　10月13日・27日、11月10日・24日、12月1日・15日、来年1月12日・26日、2月2日・16日の火曜日（全10回）午前9時30分～11時30分
講師　生方弘美さん　**定員**　15人
費用　実費（材料費）
持ち物　筆（当日購入可能）、筆洗用バケツ（紙パック可）、布巾
申込期限　9月24日（木）

昨年の作品

川田｜～ジュートバッグを自分好みにリメイク～ デコパージュ講座　1018056

デコパージュとはペーパーナプキンを切り貼りしてさまざまなアイテムをおしゃれにリメイクするものです。
とき　10月13日（火）午後1時～3時30分
講師　渋谷千里さん
定員　20人　**費用**　1,400円
持ち物　はさみ、手を拭くタオル
申込期限　9月25日（金）

作品例

フィリピンの中学生とオンラインで交流

7/7～10　市内全中学校

市内中学3年生全員が英語の授業で、フィリピンの中学生とオンラインで交流し、自分や学校、日本や沼田市のことなどを伝え合いました。

ぬまたネイチャースクール in 尾瀬

7/22・23　尾瀬ヶ原ほか

市内中学生15人が参加。尾瀬高等学校の生徒から動植物や環境保護活動などの説明を受け、利根沼田の自然の大切さを学びました。

Summer Story Time

7/29　図書館

夏休み中に児童が英語に親しむ機会として、ALTが絵本の読み聞かせや会話活動をしました。32人が参加し、楽しい時間を過ごしました。

2026年非核平和行進

7/30　テラス沼田

核も戦争もない平和な未来の実現を目指し、市民らが市内を行進。市から、事前に提出されていた要請書の回答を手渡しました。

日独スポーツ青少年同時交流でドイツスポーツユーゲントの柔道グループが来沼

7/30～8/3　テラス沼田ほか

この交流は、日独両国のスポーツ少年団のリーダー100人が互いに相手国を訪問し、ホームステイを行いながら、スポーツ交流や視察研修などのプログラムに参加するものです。訪問を受けて星野市長は「滞在中はスポーツ交流だけでなく、日本の文化や沼田市の魅力にも触れ、楽しんで」と激励しました。

公有施設見学会

7/29、8/7　中央消防署ほか

薗原ダムや沼田警察署、利根沼田中央消防署などを見学しました。各所の職員から説明を受け、施設の必要・重要性を再認識しました。

「原爆・戦争遺跡」「私の八月十五日」パネル展

8/7～18　テラス沼田

白沢中学校の生徒による平和学習のまとめを含む約120点を展示。音声再生機器を使い、著名人が語る「終戦の日」の証言などを紹介しました。

沼田まつり

8/3～5　中央公民館跡地ほか

天狗みこしや神社みこしの勇壮な渡御、きらびやかなまんど、老若男女が一体となった千人おどりをはじめ、さまざまな行事が繰り広げられ、伝統と魅力が詰まった3日間となりました。今年は、協賛企業を紹介するためのLEDビジョンをメイン会場に設置する新たな取り組みも実施されました。

ぬまた歴史探訪 #242

文化財調査委員の金井竹徳さんが沼田の歴史をご案内

宿跡に残る 温情な渡世人の墓

－沼須町阿弥陀堂跡（銀杏の木）－

歩行を基本として籠や馬が交通手段であった時代、交通や交易の拠点は宿場で、そこには多様な歴史や文化が色濃く残される。慶安4年（1615）真田氏により開かれた宿、沼須に興味深い人物の墓がある。

幕末から明治初期に街道筋を仕切り、北毛の大親分と言われた沼須の「阿左見福馬」のもので「銀杏の木」と呼ばれる共同墓地に静かに眠っている。当時の出来事を記した「阿左見日記」（阿左見九兵衛著）に、有名な侠客大前田栄五郎と福馬の親交があった印か、栄五郎の亡くなった日と戒名が記され、地元の学校の保護係にも名が見られる。地元の人たちの語り継ぐ人物像も、大親分だが、地域で慕われた人物であったとのことである。

沼須町にある「銀杏の木共同墓地」の中でも一際大きなお墓。地域の繁栄を今も見守る

台座の左右には40名以上の名前と地名が刻まれており、地域で慕われた人柄を見ることができる

宿場で慕われた大親分のお墓です

明治17年（1884）、行年77才「清雲院福翁栄寿居士」。3年後の三回忌に侠客の兄弟分と思われる吾妻郡五反田の村上嘉四郎と小野上村の小野為平、越後國の観音寺新之助、他2名が弔問に来たことも同日記に書かれている。

大きな笠付の墓石に、福馬と妻「つま」夫婦の戒名、そして2名の兄弟分の名が正面下に、台座の部分にはイチシロ、カミコイデ、アラマキなど地名入りの子分衆の名前が40名以上刻まれている。

地域の安穏や平安を願った大親分、地域の繁栄を今も見守る。

輝くぬまたの未来っ子 第76回

溶接技術で全国に挑む

利根実業高校

「第10回全国選抜高校生溶接技術競技会in新居浜」に出場した大川莉玖さん（右）と阿部奏さん（左）

創生工学科機械コース3年の阿部奏さんと大川莉玖さんが、7月31日・8月1日に愛媛県で行われる「第10回全国選抜高校生溶接技術競技会in新居浜」に関東甲信越代表として出場しました。

大会では、厚さ9㎜の鋼板2枚を突き合わせて溶接し、仕上がりの美しさや放射線透過試験などで技術を競います。大会を前に、2人は週4回、放課後に約2時間半の練習を重ね、作業中の姿勢などを見直しながら技術を磨いてきました。阿部さんは「上位入賞を目指したい」、大川さんは「2人そろって入賞できるよう頑張りたい」と意気込みました。担当の齋藤智教諭は「これまでの選手以上に上達が早く、技術力も高い。悔いのないよう力を出し切ってほしい」と期待を寄せていました。

同コースでは、ものづくりを通して機械の役割や技術を学び、地域や企業との連携、各種大会への出場など実践的な学習に取り組み、社会で求められる知識と技能を身に付けています。

火花を散らしながら真剣に溶接する大川さん

下準備も仕上がりに影響します

溶接前の鋼板をヤスリにかける阿部さん

チャレンジ手話 No. 71

動画で練習しよう

Youtube

問合　社会福祉課障害福祉係☎内線3108

くだもの

1

両手の5指を軽く折り曲げて上に向け

2

上下させながら体の外側へ動かします

図書館 information

休館日　月曜日、9月22日（火）・23日（水）・30日（水）、10月30日（金）

問合　図書館☎22-0550

2階特集コーナー

すてきな秋がやってくる！本のシルバーウィーク

今年のシルバーウィークは、なんと11年ぶりの大型連休！そこで、シルバー・銀が印象的な本や、敬老の日・秋分の日にちなんだ本を集めました。

［一部紹介］

シルバー保育園サンバ！
中澤 日菜子/著
小学館

本格あんこが作れる本
大須賀 麻由美/著
世界文化社

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

7日（水）
10:30-10:50 下町第一児童公園
11:00-11:40 利根沼田振興局
13:05-14:05 升形小学校
14:20-14:50 新町公民館

8日（木）
11:00-11:15 屋形原農村婦人の家
13:30-13:45 上川田町住民センター
13:55-14:20 川田地区ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ
14:30-16:15 川田小学校

14日（水）
11:00-11:30 保健福祉センター
13:35-14:15 愛宕老人ホーム
14:30-16:15 沼田北小学校

15日（木）
9:50-10:05 横塚町公民館
10:15-10:35 久屋原町公民館
10:45-11:20 上久屋町多目的集会所
13:15-14:00 利南東小学校

16日（金）
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
13:40-14:00 上発知町生活改善センター
14:10-14:20 中発知町生活改善センター
14:30-16:15 池田小学校

20日（火）
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
11:05-11:15 善桂寺町活性化センター
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

21日（水）
9:45-10:00 多那婦人の家
10:15-10:30 旧利根支所利根出張所
10:50-11:00 日影南郷集会所
13:20-13:50 沼須町農事研修所
14:05-14:30 利南地区ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ
14:50-16:15 沼田東小学校

22日（木）
13:45-14:15 十王公園
14:30-16:15 沼田小学校

23日（金）
10:30-10:50 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
14:00-14:15 上古語父集会所
14:30-16:15 白沢小学校

27日（火）
10:00-12:00 利根小学校
13:30-13:45 利根地区ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ
14:00-14:20 老神地区集会所

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～土曜日の10:00～15:00(祝日除く)
場所・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～金曜日の9:00～14:00(祝日除く)
場所・問合　沼田幼稚園☎090-3009-2856

子ども広場
開館日　月～土曜日の9:30～16:00(祝日除く、状況に応じて変更になる場合あり)
場所・問合　子ども広場(テラス沼田6階)
☎080-5505-7161

すこやか育児相談

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

内容　身体計測、育児・栄養・歯科相談、離乳食試食会
場所　保健福祉センター1階健康診査ホール
持ち物　母子健康手帳、バスタオル(身体計測時に使用)、お出掛けに必要なもの
申込・問合　健康課保健係☎内線3165・3172

母子健康手帳の交付

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
持ち物　医療機関発行の妊娠届出書、マイナンバーカードまたは通知カード(通知カードは運転免許証など顔写真付き証明書も必要)
※妊娠届出書を職場などへ提出する場合は、事前にコピーを済ませてください
その他　妊娠・出産関連の諸制度の説明がありますので時間に余裕を持ってお越しください
申請・問合　こども家庭センター☎22-0871(テラス沼田3階10番窓口)

おはなしポケット

とき	内容
10月 3日(土)	紙芝居『ねずみのよめいり』
10月17日(土)	えほん『おばけマンション』

時間　10:30-11:00
場所・問合　図書館4階和室
☎22-0550

子どもの健康診査

対象	生年月日	とき・受付
4カ月児	令和8年 5月16日～6月20日	21日(水) 13:00-13:15
10カ月児	令和7年11月21日～12月20日	21日(水) 13:40-14:00
1歳6カ月児	令和7年 2月19日～4月 6日	16日(金) 13:00-13:40
2歳児歯科	令和6年 9月 9日～10月20日	22日(木) 13:00-13:40
3歳児	令和5年 5月 4日～6月19日	28日(水) 12:40-13:20

場所　保健福祉センター1階健康診査ホール
申込・問合　健康課保健係☎内線3165・3172

ベビーマッサージ

とき・受付時間	対象
26日(月) 13:45-14:00	乳児(生後2カ月ごろから)と保護者など

内容　助産師によるベビーマッサージ
場所　保健福祉センター3階和室
定員　10組(先着順)
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
申込開始　10月1日(木)
申込・問合　こども家庭センター
☎22-0871

申込フォーム

子ども医療電話相談☎#8000

県では、夜間や休日における子どもの病気への対処方法や応急処置などの電話相談を行っています。

市HP

沼田子育てネット

子育て情報に役立つイベントや支援サービスなどを紹介しています。
問合　NPO法人利根沼田地域ボランティアセンター☎22-0550

元気なちびっ子たち

広報ぬまたでは、市内在住で就学前のお子さんを写真で紹介します。
申込　申込フォーム
その他　申し込み後の写真の提出方法など、詳細は市HPをご確認ください
問合　秘書課広報広聴係☎内線4007

市HP

保育料、上下水道料金（9月分）、下水道受益者負(分)担金（2期）　**納期限**　9月30日(水)

利根沼田医師会「休日夜間急患診療所」

曜日	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

・事前に電話をしてください。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
・予約状況により診察できない場合があります

市HP

七福クラブ

日にち	場所
13日(火)	テラス沼田1階多目的スペース
27日(火)	保健福祉センター
9日(金)	池田地区コミュニティセンター
22日(木)	薄根地区コミュニティセンター※
14日(水)	川田地区コミュニティセンター※
20日(火)	白沢創作館※
21日(水)	利根地区コミュニティセンター

内容　福老体操、脳トレなど
時間　10:00-11:15(受け付け9:45)
対象　運動制限のないおおむね60歳以上の市民
その他　※印の3カ所は、栄養士などの栄養講話と個別相談、それ以外の4カ所は歯科衛生士の口腔講話と個別相談を開催
問合　地域包括支援センター☎22-1112

スマートウエルネス活動量計データ読み込み

日時	場所
平日　9:00-17:00	健康課
14日(水) 9:45-11:00	池田地区コミュニティセンター
22日(木) 9:45-11:00	薄根地区コミュニティセンター
21日(水) 9:45-11:00	利根地区コミュニティセンター

問合　健康課保健係☎内線3164

あっぷりんカフェ(認知症カフェ)

日時	場所
22日(木) 9:30-11:30	保健福祉センター3階会議室305

問合　地域包括支援センター☎22-1112

にこにこ健康チェック

日時	場所
16日(金)10:00-11:30	保健福祉センター

内容　血圧・体組成測定など
問合　健康課保健係☎内線3161

相談

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
DV相談	月～金曜日 8:30-17:15	市民協働課(配偶者暴力相談支援センター)☎25-3990
休日納付相談	18日(日) 8:30-17:00	債権管理課☎内線3034
年金相談(予約制)	1日(木)・15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
障害者就業生活支援相談	月～金曜日(祝日は除く) 8:30-12:00 13:00-17:30	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(火)・19日(月) 10:00-12:00	社会福祉課☎内線3108
こども家庭相談	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
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(y-soudan@city.numata.lg.jp)
ふれあい総合相談	5日(月)・19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)	21日(水) 13:30-16:00	
	法の日記念 28日(水) 13:30-15:30	

固定資産税・都市計画税、国保税、後期高齢保険料、介護保険料（3期）　**納期限**　9月30日(水)