

10
令和8年 2026
No. 986

Numata

広報ぬまた

見逃せない
一瞬の真剣勝負

市民スポーツ大会(フェンシング)の様子です。
15ページ「フォトさんぽ」でご紹介しています。

主な内容

- 2 予防接種・定期接種の費用助成
- 3 市指定プラスチック製容器の分別
- 4 沼田市消防団点検

森林文化都市沼田



おしえて!!

みんなの地域づくり

利南地区

問合 利南地区コミュニティセンター
☎22-2066

住みやすく、魅力ある地域を目指しています

利南地区では、利南地区振興協議会が中心となり、地区内の現状や課題の把握に努めています。住みやすく、魅力ある地域を創造し、明るい未来を実感できる地域づくりを推進しています。



締結式の様子



協定書に署名をする
峯川前会長(左)と星野市長(右)

地域づくりパートナー 協定締結式 3/25

市と利南地区振興協議会は、「地域づくりの推進に関するパートナー協定」を締結しました。



「となみらいネットワーク」活躍中です！

「となみらいネットワーク」は、10年後も持続可能な利南地区を目指し、自由な発想で気兼ねなく意見を交換する会として、令和4年度に設立し、若者・女性を中心に活動しています。

今年度は、市とパートナー協定を締結した同協議会と共に地域づくりを推進するため、組織を見直し、活動の強化を図っています。

昨年度の取り組み

地域課題などについての話し合いを全6回行った他、地域活性化イベント「笑顔と未来をつなぐ地域の輪」を沼田東中学校で開催し、多くの人にご来場いただきました。盆踊り大会、バルーンアートのプレゼント、ビンゴ大会などで大いに盛り上がりしました。



盆踊り大会



ビンゴ大会



地域活性化イベント「つながる地域の輪」開催決定！



沼田東中学校の文化祭に合わせて開催します。さまざまなイベントをご用意してお待ちしています。ぜひご来場ください♪

とき 11月1日(日)午後1時
ところ 沼田東中学校

内容 キッチンカー、盆踊り、ビンゴ大会、福(お菓子)まき大会、沼田東中学校吹奏楽部の演奏など

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(8月末現在)

人口 42,140人
男性 20,714人
女性 21,426人
世帯 20,575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

利根町以外にお住まいの皆さんへ

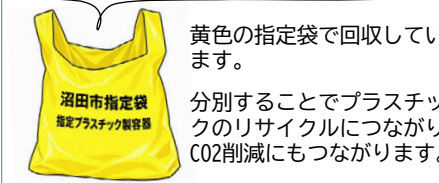
1002388

市指定プラスチック製容器の分別 - 入れてはいけないものが混ざっていませんか -

市指定プラスチック製容器とは



商品を入れたり包んだりしていたプラスチック製の容器や包装です



入れてはいけないもの



金属製品、汚れたものは絶対に入れないで！

電池やはさみが混入すると
処理機の故障や火災につながる恐れがあります
こんなにも多い！リサイクル工場から返品された1年分の金属製品



はさみ、注射器
刃や先端をケースに入れるか新聞紙などで保護し、燃やせないごみへ

乾電池、ボタン電池など
透明な袋に入れて、資源の日にコンテナ横へ
スマートフォン（リチウムイオン電池内蔵）
環境課窓口または使用済み小型家電回収ボックスへ

食品など汚れが付いた容器が混入すると、
周囲のものまで汚染され、まとめて廃棄となります

ペットボトルは中を水洗いして、
資源の日に専用のコンテナへ
※ラベルとキャップは指定プラスチックへ
問合せ 環境課廃棄物係 ☎内線3074

狩猟免許試験の案内 - 地域の野生鳥獣被害を減らすために取得しませんか -

第一種銃猟・第二種銃猟免許

とき 12月5日(土)
会場 群馬県庁29階
手数料 5,200円
※すでに別の狩猟免許を持っている人は3,900円
申込期間
①仮申込 10月16日(金)～23日(金)午後5時
②本申込 10月28日(水)～11月13日(金)午後5時
申込・問合せ 利根沼田環境森林事務所 ☎22-4481



わな猟免許

とき 来年1月7日(木)
会場 利根沼田振興局
手数料 5,200円
※すでに別の狩猟免許を持っている人は3,900円
申込期間
①仮申込 11月10日(火)～17日(火)午後5時
②本申込 11月20日(金)～12月9日(水)午後5時
申込・問合せ 利根沼田環境森林事務所 ☎22-4481

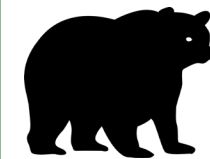


銃猟免許受験者向け事前講習会

とき 11月28日(土) ※参加は任意です
費用 無料
申込期限 11月13日(金)
申込・問合せ 群馬県猟友会 ☎027-280-6226

市の捕獲活動に参加できる人には、
免許取得経費の補助金制度があります
農林課有害鳥獣対策センター ☎内線7850へ
お問い合わせください

狩猟免許を取らなくても、みんなで対策できること



- ⚠ 野生動物に餌を与えない
- 🏠 人家周辺にごみを放置しない
- 🗑️ ごみステーションへの
ごみ出しはルールを守る
- 🪦 お墓のお供え物は持ち帰る
- 🌱 農地の収穫残さは放置せず、適正に処理する
- 🍅 収穫済みの農作物は、野生動物の手が届かない場所に管理する

インフルエンザ予防接種・
新型コロナワクチン定期接種費用を助成します



インフルエンザや新型コロナの予防接種は、発症した際の悪化を防止する効果が期待できます。
対象となる人には、定期接種や市の独自助成制度があります。対象外の人でも、全額自己負担で任意接種ができます。

問合せ 健康課予防係 ☎内線3163

毎年接種しましょう

ワクチンは、その年の流行を予測して製造されているため、十分な免疫を保つためには、毎年接種を受けることが大切です。

計画的な接種がおすすめです

接種後約2週間で効果が表れ、約5～6カ月持続します。流行シーズンに備えて計画的に受けましょう。

インフルエンザ予防接種 1001890

1～3月にかけて流行します。12月中旬ごろまでに接種しましょう

区分	市独自助成(小児)	市独自助成(重症化予防)	定期接種(法定予防接種)	
対象者	生後6カ月～中学3年生	妊婦	心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障がいがある60歳～64歳(厚生労働省令該当)	65歳以上 ※10/1以降に65歳になる人は、右のフォームまたは健康課へ電話で事前連絡し、予診票の交付を受けてください
		心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能の障がいにより身体障害者手帳1級を所持する高校1年生～59歳		
接種方法	医療機関へ事前連絡 ※医療機関で助成金交付申請書兼予診票を記入	右のフォームまたは健康課窓口で事前申請	右のフォームまたは健康課窓口・電話で事前申請	医療機関へ事前連絡 ※医療機関で定期接種予診票を記入
持ち物	①母子手帳 ②マイナ保険証など	①予診票(白色) ②マイナ保険証など	①予診票(青色) ②マイナ保険証など	①受診シール ②マイナ保険証など
助成額 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	1,200円自己負担 ※生活保護世帯は負担なし	1,200円自己負担 ※生活保護世帯は負担なし
接種期間	10月1日(木)～来年1月31日(日) ※期間内に1人1回、期間外での接種は助成対象外			
場所	利根沼田地域の医療機関 ※市が委託した医療機関			
お知らせ	75歳以上を対象とした高用量インフルエンザワクチンは、製造販売者による供給が見込めないことを理由として、厚生労働省から、今年度の定期接種の取り扱いを見送る旨の通知がありました。ついては、今年度のインフルエンザの定期接種は、標準量インフルエンザワクチンのみを使用することとなります。			

新型コロナワクチン定期接種 1014101

近年の傾向として、冬と夏に1回ずつ、年2回流行しています

区分	定期接種(法定予防接種)	
対象者	心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障がいがある60歳～64歳(厚生労働省令該当)	65歳以上 ※10/1以降に65歳になる人は、右のフォームまたは健康課へ電話で事前連絡し、予診票の交付を受けてください
接種方法	右のフォームまたは健康課窓口・電話で事前申請	医療機関へ事前連絡 ※医療機関で定期接種予診票を記入
持ち物	①予診票(黄色) ②マイナ保険証など	①受診シール ②マイナ保険証など
助成額 接種費用	5,000円自己負担 ※生活保護世帯は負担なし	
接種期間	10月1日(木)～来年3月31日(水) ※期間内に1人1回、期間外での接種は助成対象外	
場所	利根沼田地域の医療機関 ※市が委託した医療機関	

特定健診と人間ドック

1002300 1002306 1002307

自分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えます。まずは特定健診や人間ドックを受診し、自分の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。

特定健診受診の有無と1人当たりの生活習慣病等医療費

受診者	9,143円
未受診者	38,683円

出典：KDBシステム(令和7年度)

未受診者の1人当たり医療費は、受診者より29,540円も高い！

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
※本年度人間ドック受診者は対象外
受診期限 12月31日(木)
問合 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(ヘルシー)教室」への参加をお知らせしています。
問合 健康課保健係☎内線3162

人間ドック費用の一部を助成しています

国民健康保険と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、申請期限までに必ず申請してください。
助成対象 人間ドック(日帰り、1泊2日)、基本健診項目を含む脳ドック
※今年度に特定健診または後期高齢者健診を受診した人は対象外
※年度内、助成対象の人間ドックの種類を問わず1回限り
助成額 国民健康保険加入者は検診費用の3分の2(上限2万5千円)、後期高齢者医療保険加入者は2万円
受診期限 来年3月31日(水) ※受診後の申請は対象外
申請方法 12月28日(月)までに、申込フォーム、郵送(様式は市HP掲載)またはマイナ保険証か資格確認書(受診者全員分)を持参し、市民課国保係、白沢・利根地区コミュニティセンター生活係へ
問合 市民課国保係☎内線3134



申込フォーム

第73回沼田市文化祭 - 第50回県民芸術祭協賛 -

1006034

オープニングセレモニー

とき 10月30日(金)午前9時30分 **場所** 利根沼田文化会館小ホール

作品展示・イベント

とき 10月30日(金)～11月1日(日)午前10時～午後4時(11/1は15:30まで)

場所・内容

■利根沼田文化会館

▶1階…読み聞かせ(10/31の10:30-12:00、13:00-15:00)

▶3階…将棋(10/30・31)、短歌、川柳、絵手紙、展示(自然)、香席(10/30)

▶4階…書道・美術

▶大ホール…ステージ発表

10/31 上州沼田天狗の里面友会、谷間のゆりフラシスターズ、上州沼田祝い隊

-同時開催-
伝統芸能発表会

二荒太鼓、沼田祇園囃子保存会連合会

11/1 沼田つくしの会、蕨の絆、大洞流沼田吟詠会

-同時開催-
伝統芸能発表会

日本舞踊アカデミー、沼須人形芝居あけぼの座

▶大ホールホワイエ…盆栽(沼田盆栽楽会)

■保健福祉センター

▶1階…盆栽(沼田盆栽愛好会)、華道

▶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、宗偏流、静風流、和空会裏千家)



将棋



ステージ発表の様子

その他の催し

第70回市民音楽祭

11/3(火)10:00
利根沼田文化会館大ホール

第101回邦楽舞踊発表会

10/18(日)12:30-17:00
利根沼田文化会館大ホール

第56回利根沼田菊花大会

10/27(火)-11/10(火)9:00-16:00
沼田公園グラウンド

歴史散歩(利根沼田歴史散歩の会)

11/3(火)9:00-12:00
昭和村、当日自由参加

こがようこさん講演会(読み聞かせの会)

11/21(土)11:00-11:45おはなし会

14:00-15:30講演会

図書館4階

第56回白沢町文化祭

11/1(日)・2(月)
白沢地区コミュニティセンター別館

第50回利根町文化祭

11/7(土)・8(日)
利根地区コミュニティセンター

施設無料公開

10月30日(金)～11月1日(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、旧土岐家住宅洋館、旧沼田貯蓄銀行、旧日本基督教団沼田教会記念会堂、旧久米家住宅洋館

問合 生涯学習課市民文化推進係☎内線3327

ぬまた未来共創会議 Vol.9

1012213

「ネイチャーポジティブ」って何だろう？

図ネイチャーポジティブとは、SDGsに次ぐ重要なキーワードとして世界中で注目されている「自然の減少を食い止め、豊かな状態へ回復させること」を目指す取り組みです

市域の約8割を占める豊かな森と美しい川に恵まれた私たちのまち、ぬまた。

自然と調和した新しいビジネスや、子どもたちが自然と触れ合う環境づくりなど、グループワークを通じて「自然とともに豊かになるぬまたの未来」のアイデアを自由に描いていきます。

とき 11月5日(木)午後6時30分～8時30分

場所 テラス沼田4階防災会議室401～403

対象 市内在住、在勤または在学の人

定員 20人(先着) **費用** 無料

申込方法 11月2日(月)までに、申込

フォームまたは窓口で配布の申込書を提出

提出

テーマは 市HP公開の提案フォームまたは窓口で配布の提案書を提出

申込・問合 企画政策課政策推進係☎内線4034



群馬県民の日に、図書館で開催します。

お気に入りのぬいぐるみと一緒におはなし会に参加し、ぬいぐるみを図書館にお泊りさせてみませんか。「夜の図書館」をぬいぐるみが探索する様子を公式SNSで発信します。

お迎えのときにも、お楽しみを用意しています。

とき 10月28日(水)午後2時 集合
29日(木)午後1時 お迎え

場所 図書館3階おはなしの部屋

対象 市内在住の3歳から小学4年生と保護者

定員 ぬいぐるみ7体(1家庭につき1体。先着)

費用 無料

申込方法 10月6日(火)から申込フォーム



1008437

申込フォーム

問合 図書館☎22-0550

沼田市消防団点検

消防団員はそれぞれの仕事を持ちながら、火災予防活動や教育・訓練活動に取り組んでいます。火災や風水害などが発生した際には、地域の消防・防災活動に従事し、市民の生命と財産を守るため、幅広い活動を行っています。

消防団点検では、消防団員と消防車両が一堂に会し、ラッパ隊の点検をはじめ、ポンプ操法訓練や部隊訓練など、日頃の訓練の成果を披露します。消防団員の規律ある活動を、ぜひご覧ください。



とき 10月18日(日)午後1時
場所 沼田公園グラウンド
※荒天時は沼田北小学校屋内運動場

問合 地域安全課防災安全係☎内線4021

歴史資料館第31回企画展
昭和100年記念 沼田の昭和時代

目まぐるしく変化した昭和時代。沼田でも、昭和期を通じて街並みや人々の生活様式などが大きく変わっていきました。上越線の開通、昭和の大合併、東京オリンピックなどの歴史的な出来事から、市井や農村の人々の営みまで、あらゆる角度で昭和の沼田を振り返ります。昭和元年から100年が経過したこの機会に、沼田の昭和時代をご覧ください。

とき 10月24日(土)～12月20日(日)

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 毎週水曜日(10月28日を除く)、10月

29日(木)、11月5日(木)・24日(火)

講師 歴史資料館学芸員

観覧料 220円(中学生以下無料)

※10月28日(水)・30日(金)～11月1日(日)は無料

ギャラリートーク

とき 10月24日(土)午前11時～(30分程度)

定員 10人(先着)

費用 無料(別途観覧料が必要)

申込 当日午前10時30分から窓口にて受け付け

1018129 1018130

問合 歴史資料館☎23-7565

登録型本人通知制度を
実施しています 1002176

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、事前に登録した人に交付の事実を通知する制度です。この制度により、不正請求や不正取得による個人の権利侵害を防止し、不正請求の早期発見が可能となります。

制度を利用するには、登録が必要です。詳しくは、お問い合わせいただくか市HPをご覧ください。

※裁判・訴訟手続・債権管理などに係る第三者への交付は該当になりません

対象 本市に住民登録しているまたは本籍がある人（過半にあつた人も含む）

申請方法 官公署発行の顔写真付き身分証明書を持参の上、事前登録申込書（窓口で配布、市HP掲載）を窓口へ提出

登録の有効期限 3年（引き続き利用する場合は、再登録が必要）

申請・問合せ 市民課市民窓口係 ☎内線3003

沼田市骨髓移植ドナー支援事業

骨髓を提供するには、健康診断、骨髓採取などのための通院、入院が必要です。

野焼きは違法行為です

廃棄物を屋外で焼却すること（野焼き）は、法令により原則禁止されています。ドラム缶や穴を掘ってごみを焼却することも同様の行為です。

ただし、法律で一部認められている例外があります。

主な例外

✓ どんど焼きなどの地域の慣習として行う行事に伴うもの

✓ キャンプファイヤーなどの学校教育や社会教育活動に伴うもの

✓ 農林業や漁業のために、やむを得ず行われる軽微なもの（煙の量や臭い等が近所の迷惑にならない程度の焼却）

※例外であっても、周辺の生活環境に支障が生じないように、最大限配慮しなければいけません

注意 消防署への「火災とまぎらわしい煙又は火災を発生す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

問合せ 利根沼田環境森林事務所 ☎（つ）234481、環境課環境保全係 ☎内線3075

骨髓または末梢血管細胞を提供した人の経済的負担を軽減します。

助成対象 次の全てに該当する人

① 骨髓などの提供を行った日において市内に住所を有する

② ドナー休暇制度を設けている企業または団体に属さない

③ 他の自治体などが実施する同種同額の助成金などを受けていない

④ 市税などに滞納がない

⑤ 沼田市暴力団排除条例に規定する暴力団員等でない

助成額 骨髓などの提供に係る通院または入院に要した日数に2万円を乗じて得た額とし、1回の骨髓提供について14万円を上限

申請・問合せ 健康課予防係 ☎内線3170

国民年金保険料の
育児免除制度が始まります

育児期間中の経済的な給付に相当する支援措置が、10月から始まります。免除期間中も、保険料を全額納付した場合と同じように将来の年金額に反映されます。詳しくは日本年金機構HPをご覧ください。

対象 次の全てに該当する人（所得要件なし）

① 10月1日以降、1歳にな

園庭開放と育児相談

子育て家庭の応援団として、各保育施設で行っています。
※園の使用状況により、利用をお断りする場合があります
実施日時 各園へお気軽にお問い合わせください

園庭開放	育児相談
各施設の敷地内で、保護者の責任の下、親子に遊んでもらう場を提供します	育児、生活習慣、その他子育てに関する悩みなどの相談を受け付けます

施設名	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

(担当 こども課保育係)



るまでの子（法律上の親子関係がある実子・養子、特別養子縁組の監護期間にある子、養子縁組里親に委託している要保護児童）を養育する国民年金第1号被保険者の実父母・養父母（父母両方で受けられます）、②子と身分（親子）関係が継続している

③子と同一住所
免除される額 月額1万7920円（令和8年度）

対象期間 原則、子が1歳になる誕生日の前月まで

申請方法 マイナンバーカードを使ってマイナポータルから電子申請または紙の届け書を年金事務所または市民課医療年金係へ提出

問合せ 渋川年金事務所国民年金課 ☎0279(25)1607（担当 市民課医療年金係）

お知らせ

秋の市内一斉清掃・道路愛護運動

美しい環境と安全な道路交通を守るために実施します。皆さんに回収いただきたい「ごみ・草など」は環境課、「市が管理する道路などで生じた土砂」は建設課で回収しますので、分別にご協力ください。

※国・県道で生じたごみや土砂などの回収は、道路管理者にお問い合わせください

とき 10月18日(日)

※利根町は別日程で実施

問合せ

▽市内一斉清掃 各町の区長・環境保健支部長または環境課廃棄物係 ☎内線3073

▽道路愛護運動 建設課管理係 ☎内線4103

▽白沢町 各区長または白沢地区コミュニティセンター

▽地域係 ☎内線7836

▽利根町 各区長または利根地区コミュニティセンター

▽地域係 ☎内線7911

森林の届け出が必要です

森林の立木伐採 1007077

新たに森林の土地の所有者になった人 1007267

無届けで伐採した場合などには、森林法違反となり、伐採の中止・造林を命じることがあります。

対象の森林 地域森林計画の対象となっている森林

届出者 森林所有者（伐採業者などが立木を買い受けて伐採する場合は業者と連名）

届出期間 伐採を行う90日～30日前

※令和5年4月から、0.5%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

提出・問合せ 農林課森林整備係 ☎内線5011

沼田都市計画「ごみ焼却場（利根沼田ごみ処理施設）の都市計画案の縦覧」

縦覧期間 10月27日（火）～11月11日（水）

縦覧場所 都市計画課意見書の提出 都市計画法

第17条の規定により、縦覧期間中に案への意見書を提出することが出来ます。様式は市HPまたは窓口で配布。必要事項を記入の上、都市計画課へ提出

問合せ 都市計画課計画係 ☎内線4121



空間放射線量測定結果（9/4測定 単位：マイクロヘルツ/時間 地表100センチで測定） 問合せ 環境課環境保全係 ☎内線3072

■テラス沼田0.05 ■各地区コミュニティセンター：利南0.04、池田0.04、薄根0.05、川田0.04、白沢0.05、利根0.05 1002608

沼田市ずかん
「沼田の風景画展」
1015990

沼田の風景をテーマとし、市内小中学生が描いた絵画「沼田の風景画」の入選作品30点を展示します。
とき 10月27日(火)～11月4日(水)
場所 テラス沼田4階市民ロビー
問い合わせ 農林課農業振興係☎内線5017

沼田市農業まつり
新鮮な農畜産物の販売や各種プレゼント、抽選会などの楽しいイベントを用意してお待ちしています。
とき 10月17日(土)午前8時45分～午後3時
場所 利根沼田農業協同組合本店・駐車場
申込 当日自由参加
問合せ 利根沼田農協沼田支店☎(23)5145または農林課農業振興係☎内線5016

**市職員が
家屋調査を行います**
新築や増築した家屋の固定資産税の評価額を算定します。家屋の全部、または一部を取り壊した場合や他の用途に変更した場合も対

本の帯の展示
1008437

10月27日から11月9日の秋の読書週間に合わせて、今年度に入納した本の「帯」を展示します。帯の中から、読みたい本を見つけてみてください。
とき 10月27日(火)～11月26日(木)
場所 図書館2階一般閲覧室・3階児童閲覧室
問合せ 図書館☎(22)0550

**旧生方家住宅で
絵本の読み聞かせ**
1018310

子どもも大人も大歓迎。国指定重要文化財の中で、自然の風を感じながらのんびりデジタルデトックスしませんか。
内容 絵本「すこいはたきのまき」他。職員による旧生方家住宅の解説も行います。
とき 10月10日(土)①午前10時30分②午後1時30分
場所 旧生方家住宅上店(畳の間)
費用 無料(別途観覧料が必要。大人110円、中学生以下無料)
申込 当日自由参加
問合せ 旧生方家住宅☎(23)4766

**新しい周波数帯の電波を
携帯電話用として利用する
に当たり、市内の一部地域
でテレビの映像に乱れが出る
恐れがあります。対象地
域には案内チラシが配布さ
れます。**
問合せ (一社)700MHz利用推進協会コールセン
ター☎0120(700)012
または050(3786)0700(午前9時～午後10時)担当 企画政策課DX推進室

**赤い羽根共同募金
歳末たすけあい募金**
10月1日から全国一斉に始まります。お寄せいただいた大切な募金は、地域の子どもたち・高齢者・障がいのある人などを支援する活動や、誰もが立ち寄れる集いの場づくり・福祉施設や災害など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

目指そうゼロカーボンシティぬまた 1012533

毎日の食事に小さな工夫を

まずは買い物の心掛け

買い物へ行く前に、冷蔵庫の中をチェック。買い過ぎを防止しましょう。

すぐ食べる食材は、商品棚の手前にある、販売期限の迫った食材を積極的に選んで、食品ロス削減を。

料理をするときの工夫

お湯を沸かすときは、水から沸かすよりも、エネルギー効率が高い給湯器のお湯を使うとお得です。

野菜の下ごしらえは電子レンジで。煮込み料理はチンをしてから鍋に入れると、煮崩れも少なく短時間で内側まで火が通ります。

締めは「3キリ」

食材は消費期限に注意して「使いキリ」。冷蔵庫の中の整理整頓も大事です。

料理は残さず「食ベキリ」。余ったら冷凍保存も活用しましょう。

生ごみは捨てる前に「水キリ」。生ごみは8割が水分なので、量を大きく減らせます。悪臭の防止にもなります。

問合せ 環境課環境政策係☎内線3071

お知らせ (続き)
令和9年沼田市二十歳を祝う会
1013451

とき 来年1月10日(日)午後1時30分(受付開始 午後0時30分)
会場 利根沼田文化会館大ホール
対象 平成18年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた人
▽申し込みが不要 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 今年8月2日以降に本市に住民登録の届け出を提出した人または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
その他 案内状は、11月上旬から送付予定。当日、発熱や咳など風邪の症状のある人は参加を控えてください。
い
申込期限 12月11日(金)※12月12日(土)以降は当日受け付け
申込・問合せ 生涯学習課社会教育係☎内線3321

沼田市民会館
1015990

子どもも大人も大歓迎。
国指定重要文化財の中で、自然の風を感じながらのんびりデジタルデトックスしませんか。
内容 絵本「すこいはたきのまき」他。職員による旧生方家住宅の解説も行います。
とき 10月10日(土)①午前10時30分②午後1時30分
場所 旧生方家住宅上店(畳の間)
費用 無料(別途観覧料が必要。大人110円、中学生以下無料)
申込 当日自由参加
問合せ 旧生方家住宅☎(23)4766

**旧生方家住宅で
絵本の読み聞かせ**
1018310

子どもも大人も大歓迎。国指定重要文化財の中で、自然の風を感じながらのんびりデジタルデトックスしませんか。
内容 絵本「すこいはたきのまき」他。職員による旧生方家住宅の解説も行います。
とき 10月10日(土)①午前10時30分②午後1時30分
場所 旧生方家住宅上店(畳の間)
費用 無料(別途観覧料が必要。大人110円、中学生以下無料)
申込 当日自由参加
問合せ 旧生方家住宅☎(23)4766

大正ロマンエリアハロウィンイベント 1018106

ハロウィン装飾
大正ロマンエリアの文化財施設がハロウィン仕様に変身します。フотスポットもあります。
とき 11月1日(日)までの午前9時30分～午後5時(最終入館：午後4時30分)
場所 旧土岐家住宅洋館、旧沼田貯蓄銀行、旧日本基督教団沼田教会記念会堂、旧久米家住宅洋館
休館日 毎週水曜日(10月28日を除く)、10月13日(火)・29日(木)

ワークショップ
折り紙でかぼちゃのランタンを作ろう
とき 10月24日(土)午後1時30分～5時
場所 旧日本基督教団沼田教会記念会堂
費用 無料 申込 当日自由参加

夜間特別開館
とき 10月24日(土)午前9時30分～午後7時(最終入館：午後6時30分)
場所 旧土岐家住宅洋館
観覧料 110円(中学生以下無料)※仮装した人は無料!

**ハロウィンジャンボは
県内の宝くじ売り場で**
1010316

賞金は、1等・前後賞合わせて4億円、ハロウィンジャンボミニは1等・前後賞合わせて4千万円です。

収益金は、市町村のまちづくりに使われます。
発売期限 10月16日(金)
抽せん日 10月26日(月)
問合せ (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)

募集

季節を彩る
お菓子作り教室

1011097

おいしいお菓子を作って
季節を楽しみませんか。
とき・内容 ①11月16日、
②12月7日の月曜日(各回)
午後1時30分～3時30分



①りんごのガトーショコラ
②ほかにクリスマスのお菓子

①りんごのガトーショコラ
②ほかにクリスマスのお菓子

場所 保健福祉センター
3階栄養指導調理実習室
講師 高橋智春さん
対象 市内在住または在勤
の人
定員 各回12人(先着)
費用 実費(材料費)
持ち物 エプロン、三角巾、
筆記用具、持ち帰り用の食
品保存容器など
申込開始 10月16日(金)
申込・問合せ
生涯学習課
市民文化推進係
☎内線3327

申込フォーム

読書を楽しむ会

「月曜日の抹茶カフェ」
(青山美智子著、宝島社)を
テキストに感想や意見を交
換します。講師の解説を交
え、作品の世界をより深く
知り、自分だけでは気付け
なかつた視点や新しい発見
を楽しむことができます。



表紙
(紹介)一杯の抹茶
から始まる、東京
と京都をつなぐ12
カ月の心癒やされる
物語

とき 11月7日(土)午後2
時(受け付け 午後1時30
分)

場所 図書館4階視聴覚室
講師 箕輪明さん(元群馬
県立高崎東高校長)
対象 どなたでも
定員 20人(先着順)
申込方法
電話、図書館力
ウンターまたは
申込フォーム
申込・問合せ 図書館☎(2
2)0550
200550

市営住宅
谷地端第2団地の入居者
1009868

■谷地端第2団地(高橋場
町2114の1)
募集戸数 A棟1階1戸
構造 RC高層耐火6階建て
建築年度 平成4年度

クラフト手芸教室

クラフトテープを使って
季節を彩る作品を作ります。
とき・内容 ①11月18日
(水)、②12月2日・9日の
水曜日(各回)午後1時30分
～3時30分



①星形のクリスマス
マスリース
②しめ縄風
お正月飾り

①星形のクリスマス
マスリース
②しめ縄風
お正月飾り

場所 テラス沼田6階会議
室601
講師 鈴木富子さん
対象 市内在住または在勤
の人
定員 各回15人(先着)
費用 ①600円、②1
00円
申込開始 10月19日(月)
申込・問合せ
生涯学習課
市民文化推進係
☎内線3327

申込フォーム

マメクラ編み教室

マメクラ編みを学んで普
段使いのバッグを作ります。
とき 11月17日～12月1日
の火曜日(全3回)午後6時
30分～8時30分

①11月17日
②12月1日
③12月8日

部屋の構成 2DK(洋室
と和室)
家賃 1万7千円～3万3
500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
その他
▽敷金3カ月(入居時の家
賃で算定)
▽駐車場1台分のみ(3千
円/月)
▽ペット不可
▽沼田北小学校・沼田中学
校区
募集案内・申込用紙 窓口
で配布 市HPに掲載
入居可能日 11月末ごろ
申込期限 10月20日(火)
抽選日 10月21日(水)
申込・問合せ 建築住宅課住
宅係☎内線4113
奨学資金貸付制度の
奨学生
1002106

来年度の奨学資金貸付制
度の奨学生を募集します。
対象 市内に居住する世帯
にある人で、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
①高校など 5人程度、2
万円以内/月額

ミズノスポーツ塾
(マット&鉄棒)

マット運動はきれいな前
回りを、鉄棒は逆上がりを出
来ようにならなことを目標に
行います。その他のチャレン
ジもOK!
とき 10月24日(土)①マッ
ト 午前10時～10時45分、
②鉄棒 午前10時45分～11
時30分
場所 ミズノウエルネス沼
田(テラス沼田7階)
対象 年少小学3年生
講師 岩崎ひかりさん(ミ
ズノスポーツサービス(株))
定員 各コース15人(先着)
費用 各コース千円、両
コース1500円



作品例
申込フォーム

②短大・大学 10人程度、
5万円以内/月額
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(月)
その他 ふるさとこめまた未
来創造奨学金(給付)と併
願・併用できます
申込・問合せ 学校教育課学
務係☎内線3316
暮らしの便利帳への広告

市では、各種手続きに関
する行政情報や地域情報を
掲載した「暮らしの便利
帳」を来年3月に発行する
予定です。本事業は、(株)サ
イネックスと官民協働によ
り行うもので、地域事業者
の広告掲載により発行しま
す。趣旨をご理解いただき
(株)サイネックスが各事業所
を訪問の際は、ご協力をお
願いします。
申込期限 10月30日(金)
申込・問合せ (株)サイネッ
クス☎027(353)839
1(担当 秘書課広報聴係)

綱渡り・放水など
消防レスキュー体験会

とき 11月1日(日)午前10
時～正午
場所 利根沼田広域中央消
防署(高橋場町)

ウォーキング講習会
(沼田市保健推進員会・沼田市共催)

「歩き方のコツ」も学びながら、
体力に合わせて歩きます。紅葉の
中、ウォーキングの基礎を学びな
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30日(金)午前10時～正午
(受け付け：午前9時40分)
場所 運動公園集合
※雨天時はZACROSアリーナぬまたで歩き方などの講習
講師 斉藤智子さん、山崎尚子さん(健康運動指導士)
対象 市民
定員 100人(先着) 費用 無料
持ち物 タオル、飲み物、帽子、スマートウエ
ルネスぬまたポイントカード(持っている人)
※雨天時は上履きと下足入れも持参
申込方法 10月22日(木)までに各地区保健推進
員、申込フォームまたは健康課窓口
問合せ 健康課保健係☎内線3161


申込フォーム

令和9年度
沼田准看護学校生徒


放水体験の様子

対象 利根沼田在住の小学
生以下の子どもと保護者
定員 100人(先着)
申込期間 10月17日(土)～
19日(月)午前9時～午後5
時
申込・問合せ 中央消防署☎
(24)1734

令和9年度
沼田准看護学校生徒

試験日
▽第1回10月31日(土)
▽第2回来年1月23日(土)
試験会場 沼田准看護学校
募集人員 24人
修業年限 2年間
願書 学校事務室で配布
(平日午前9時～午後5時)
問合せ 沼田准看護学校入試
担当係☎(23)2053
(担当 健康課予防係)

地域をつなぐバスを利用しませんか

市内を走るバスは、大切な公共交通で
す。利用して、未来につなぎましょう。
1013093
1014044
1013027

■うれしいポイント

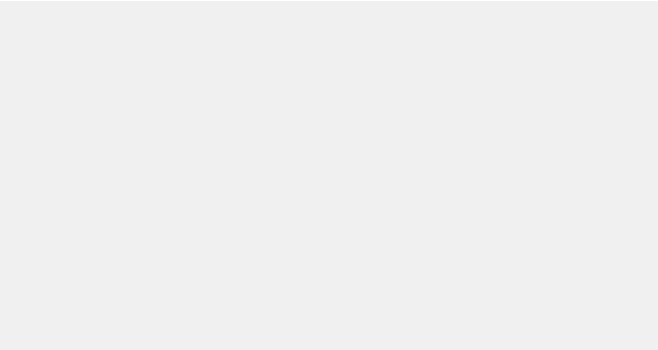
✓バス停まで歩いて手軽な運動に！
✓1人当たりのCO2排出量が少なく、環境に優しい！
✓市内在住の高齢者や高校生への運賃支援事
業あり！

■パンフレット配布
市内を運行する鉄道・バスを網羅した時刻
表、デマンドバスの乗り方ガイドマップなど
を企画政策課や各地区コミュニティセンター
などで配布しています

■アップル号の回数券販売
沼田駅と前橋方面(県庁前・群大病院など)
を乗り換え無しでつなぐ高速バス「アップル
号」の回数券を企画政策課で販売しています
問合せ (バスについて)企画政策課政策推進係
☎内線4033、(高齢者バス利用助成について)
介護高齢課長寿支援係☎内線3141

申込方法 10月23日(金)ま
でに窓口(電話予約可)
持ち物 上履き、飲み物
その他 動きやすい服装
申込・問合せ ミズノウエル
ネス沼田☎(25)3737
(月曜休館)(担当 資産活
用課財産管理係)


ミズノスポーツ塾の様子



11

広報ぬまた 2026.10

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

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

10



試合の様子



申込フォーム

第58回利根沼田
勤労者卓球大会
1013671

とき 10月25日(日)午前9時開会
場所 ZACROSアリーナ
参加資格 利根沼田管内の事業所や商店会などに勤務する人
チーム編成 1チーム男子4人と女子2人で編成
※同一事業所からの参加チーム数の制限無し
競技方法 1セット11本の5セットマッチによるチーム対抗総当たり戦(①男子シングルス②女子シングルス③男女混合ダブルス④男子シングルス⑤男子シングルス(の順)
※各種別とも男子から女子への変更可
参加費 無料
申込方法 10月9日(金)までに申込フォームまたは所定の申込用紙を提出
申込・問合せ 産業振興課 商工振興係 ☎内線5005

第67回利根沼田
ロードレース大会

とき 11月23日(月)午前8時30分開会
コース 白沢地区コミュニティセンター・スター・ゴール(白沢コース)
参加資格 利根沼田地区在住、在勤または在学の人
種目
■1・3 kmコース
▽ファミリートの部(小学生3年生以下と保護者)
▽小学生男子の部(4年生以上)
▽小学生女子の部(4年生以上)
■4・5 kmコース
▽中学生男子、女子の部
▽一般男子、女子の部
▽40才以上の部(男女)(11月23日現在)
申込方法 11月6日(金)までに所定の申込用紙をZACROSアリーナまたはハ(平日の午前8時30分～午後5時。白沢・利根地区コミュニティセンター経由可)
問合せ NPO法人沼田市スポーツ協会 ☎(24)94444

篤志(敬称略)

■社会福祉事業へ
▽大河原千枝子(奈良町)↓
アクリルたわし90個▽貳石會(下久屋町)↓10万円

薄根 | グローイングフラワーハーバリウム講座
幻想的な光と花が織りなす実用的でおしゃれなクリスマスインテリア作りです。
とき 11月5日(木)午後1時30分～3時30分
講師 中嶋幸代さん(ハーバリウム認定講師)
定員 10人 費用 2,500円(材料費)
持ち物 エプロン、はさみ
その他 汚れてもよい服装
申込期限 10月23日(金)
1018095



作品例

薄根 | 聖夜と春を彩る球根ツリー寄せ植え講座
芽吹く球根ツリーの成長を楽しめます。
とき 11月12日(木)午後1時30分～3時30分
講師 星野学さん(臈月)
定員 15人 費用 2,500円(材料費)
持ち物 薄手の手袋、持ち帰り用の袋
その他 汚れてもよい服装
申込期限 10月29日(木)
※10/30以降はキャンセル料が発生する場合あり
1018096



作品例

川田 | ～雪の結晶のような星型オーナメントを作る～
ストロースター講座
麦わら(ストロー)を使って作る、雪の結晶のような星型のオーナメントです。
とき 11月17日(火)午後1時30分～3時30分
講師 中島理恵さん 定員 10人
費用 千円 持ち物 はさみ
申込期限 10月23日(金)
1018116



作品例

川田 | ～可愛らしくほのぼのとした灯りがともる～
和紙で作るランプシェード講座
基となる型は、和紙のこよりで手作りしてあります。その上に手でちぎった和紙を貼ります。
とき 11月24日(火)午後1時30分～3時30分
講師 小野俊郎さん(たくみの里和紙の家)
定員 10人 費用 2千円
持ち物 エプロン
申込期限 10月30日(金)
1018128



作品例

白沢 | そば打ち初心者講座 1011083
粉の練り方から包丁での切り方まで、一から自分で打ってみましょう。
とき 12月1日～22日の火曜日(全4回)午後2時～4時(12/1は午前9時～午後2時)
場所 白沢創作館調理室
講師 椎原一三さん
定員 6人(新規優先)
費用 1,700円程度
申込期間 10月13日(火)～30日(金)



講座の様子

白沢 | そば打ちレベルアップ講座 1018307
もっとおいしく、もっときれいに打ちたい経験者向けです。腕前と一緒に高めませんか？
とき 11月26日(木)午前9時～午後2時、12月10日(木)午後6時～8時、12月24日(木)午後2～4時(全3回)
場所 白沢創作館調理室
講師 椎原一三さん
定員 8人 費用 1,700円程度
申込期間 10月13日(火)～30日(金)

相談日時

R8	10月19日(月)	午後1時30分～5時
	11月12日(木)	午後1時45分～5時
R9	12月9日(水)	午後1時30分～5時
	1月14日(木)	午後2時～5時
	2月15日(月)	午後1時30分～5時
	3月11日(木)	午後2時～5時

場所 テラス沼田相談室
対象 市民
定員 各回2人(先着)
費用 無料
申込方法 電話
申込・問合せ 社会福祉課 障害福祉係 ☎内線3107

精神
保健福祉相談
1001915

「眠れない」「イライラして落ち着かない」「仕事に手が着かない」「ひきこもり」「認知症」「アルコール依存」「うつ」などでお困りの人、お気軽にご相談ください。相談は精神科医が担当します。

第55回ミセス
バレーボール大会

とき 11月29日(日)午前8時30分開会
場所 ZACROSアリーナ
参加資格 市内在住の既婚女性(25歳以上の未婚は可)
チーム編成 選手6～12人、監督・コーチ・マネージャー各1人
試合方法 9人制トーナメント

スポーツ

身体障害者
巡回相談

整形外科の医師が補装具の要否判定などの相談に応じます。重度の障がいなどで会場に來られない人の自宅に訪問することもできます。
とき 11月4日(水)午前10時～正午
場所 テラス沼田4階防災会議室401
相談料 無料
持ち物 身体障害者手帳、現在使用している補装具
申込期限 10月20日(火)
申込・問合せ 社会福祉課 障害福祉係 ☎内線3107

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 白沢☎53-2111 利根☎56-2111

利南 | ハングングバスケット講座 1018074
庭の広さに関わらず春まで楽しめます。
とき 11月24日(火)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、ハングングバスケットマスター)
定員 8人 費用 4千円
※バスケット持参は3,700円
バスケット・スポンジ持参は3,200円
申込期限 10月29日(木)
※キャンセルは11/6まで



申込フォーム



イメージ

池田 | クリスマスシーズンに向けた寄せ植え講座
クリスマスシーズンに向けて、お部屋が明るく華やかになる寄せ植えと飾り付けをしませんか？
とき 11月11日(水)午後1時30分～3時
講師 星野学さん(臈月)
定員 15人 費用 2,500円
申込期限 10月28日(水)
1014835



申込フォーム



作品例

利南 | ①モルタルの鉢づくりと多肉植物の寄せ植え
&②ブッタナッツのクリスマスアレンジ講座
とき ①11月4日(水) ②12月11日(金)午後1時30分～3時30分
講師 小林こずえさん(kozumos)
定員 各回8人
費用 ①2,500円 ②2千円
申込期限 10月21日(水)
1018062



①イメージ ②イメージ



①申込フォーム

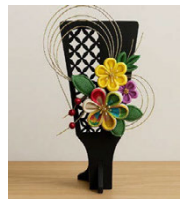


②申込フォーム

利根 | つまみ細工講座 1015029
日本の伝統工芸を体験してみませんか。
とき 11月10日・24日、12月8日・22日の火曜日(全4回)午後2時～4時
講師 木村正子さん
定員 10人
費用 各回1,500円
申込期限 10月23日(金)



申込フォーム



作品例



第56回市民スポーツ大会

8/23～ ZACROSアリーナぬまた他

市内各会場で行われた本大会では、フェンシングをはじめとする16競技19種目で熱戦が繰り広げられました。選手らは日頃の練習の成果を存分に発揮。心身共にリフレッシュすると同時に、スポーツを通じて、世代を超えた温かい交流の輪が広がりました。



招待された利根実業高校の生徒

沼田市ぶどう組合開園式

8/28 ゆたかぶどう園

同組合によると、今年は一日の気温差があり適度に雨も降ったため、粒が大きく甘いブドウに仕上がっているとのこと。



第53回利根沼田地区福祉パレード

9/8 テラス沼田

知的障がい者への理解を深め、福祉向上と充実を図るための記念行事です。障害者就労支援施設で育てた花の鉢植えや記念品が贈呈されました。



第14回沼田花火大会

9/12 運動公園

秋の夜空を彩るドローンと約1万発の花火、音楽の融合による大迫力の演出が観客を魅了し、会場は歓声と拍手、感動に包まれました。今年は、「KIRIN 晴れ風 ACTION」に選ばれ、「キリンビール晴れ風」の売り上げの一部が本大会に貢献されています。物産展も開催され、多くの人でにぎわいました。

姉妹都市提携60周年記念

静岡県下田市

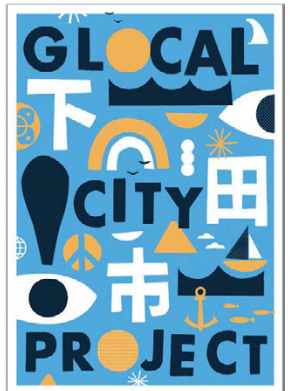
第6回
(最終回)

今、下田市で一番アツい事業

世界を知る。下田を学ぶ。未来を創る。
「下田市グローバルCITYプロジェクト」

連載最終回の今月号は、輝く未来の下田市をつくる主要事業について、下田市の担当者が紹介します。
問合 秘書課秘書係 ☎内線4003

下田市は、世界（グローバル）と地域（ローカル）の両方に目を向け、人を育て、みんなで未来のまちをつくる「下田市グローバルCITYプロジェクト」に取り組んでいます。



世界を知る。

世界とつながってきた歴史がある

ペリー率いる米国・黒船艦隊の来航から開港場となり、下田は、さまざまな国や人との交流を重ねてきました。黒船祭や姉妹都市交流など、国際交流の歴史は今も受け継がれています。



黒船祭
(公式パレード)



姉妹都市ニューポート市
交流中学生派遣事業

下田を学ぶ。

世界に伝えていきたい下田の魅力

澄んだ青い海や豊かな自然、歴史ある街並み、温泉、食、地域の仕事など、下田には世界に伝えていきたい魅力が数多くあります。



美しい9つの海水浴場
しらほまおはま
(白浜大浜海水浴場)



下田市歴史的風致形成建造物
(土藤商店)

未来を創る。

地域の課題をみんなで考えていく

人口減少、産業の担い手不足、空き家、環境問題など、地域の課題は1つの立場だけで解決できるものではありません。市民、学校、企業、行政、市外・海外の人が力を合わせる必要があります。



「つながる下田」事業
(高校生と社会人との連携)



ビーチクリーン
(アップサイクルプロジェクト)



海浜回収ペットボトルアップサイクルプロジェクトにより商品開発した下田市グッズ

これからも、両市の絆を大切に、未来へつなげていきましょう。

ぬまた歴史探訪

#243

文化財調査委員の
金井竹徳さんが
沼田の歴史をご案内

幼子を見守る 西院の地蔵菩薩

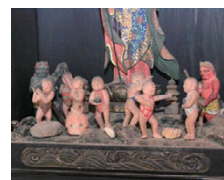
白沢町高平 雲谷寺

大地の恵みを表すと言われる地蔵菩薩。「お地蔵さん」と親しまれ多くの役割を担いその信仰は幅広い。中でも子どもへの導きは深い。

「西院河原地蔵和讃」は親不孝の子を悲しく讃歌する。早世した幼子が、冥府への旅の途中「賽の河原」で父母恋しさに石を積みながら回向し泣き伏す場面、地獄の鬼がそこへ現れ邪魔をする。西院の地蔵が立ち、幼子を衣の裾にかき入れて、錫杖の柄に取り付け、慈愛の眼差しで見守るという説話。



賽の河原を模した像群。鬼に苦しめられる子らを、地蔵菩薩が慈悲深く見守り救う場面



泣き伏し、石を運ぶ悲しげな幼子たちを、金棒を手にした赤鬼や青鬼が苦しめている

賽の河原で幼子を救う地蔵菩薩です



新刊の紹介

めくるめく絶滅の物語

イ・ジョンモ/著 金重明/訳
NHK出版

「わたしたちは地球でずっと生きつづけることができるのでしょうか？」

AI、恐竜、三葉虫…時代をさかのぼり、地球の絶滅史をたどります。



地図でわかる!国旗の由来ずかん

西村まさゆき/著 北向ハナウタ/著 タラジロウ/絵
ほるぷ出版

「ヨーロッパには三色国旗の国が多い」「三日月はイスラム地域の国旗に多い」などなど、地図と共に、さまざまな国旗の由来や特徴が紹介されています。



図書館 information

休館日 月曜日、10月30日(金)、11月3日(火)、27日(金)～29日(日)
問合 図書館 ☎22-0550

11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

5日(木)

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

6日(金)

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

10日(火)

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

11日(水)

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

12日(木)

9:50-10:15 岡谷町生活改善センター
10:25-10:55 下発知町生活改善センター
11:05-11:35 奈良町農事研修所
13:40-14:00 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

13日(金)

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

17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

18日(水)

13:45-14:15 十王公園
14:30-16:15 沼田小学校

19日(木)

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

26日(木)

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

輝くぬまたの未来つ子

第77回

商業で開く地域活性化

利根商業高校



昨年開催された「駅からハイキング」参加者の皆さんと

地域に根差す商業高校である同校では、生徒の気付きや思考を深めることで、問題解決能力を育て、自ら考え行動する力を身に付けるため、「課題研究」を2・3年時に取り入れています。同校に入学して身に付けた商業の知識や経験を生かし、生徒一人一人が自分の考えに対し課題を立て、その仮説を検証します。

例えば、プログラミングに課題を見いだし、アプリ開発に取り組む生徒や、地元企業と共同して、新商品の開発に取り組む生徒など、活動はさまざまです。

地域の魅力を創生することを課題とするグループでは、JR東日本と連携を図り、「駅からハイキング」に取り組んでいます。電車に乗って訪れた観光客に、どのような地域の魅力を伝えれば満足していたのかを念頭に、地元の名産や名所を紹介します。11月には生徒がガイド役となって、訪れた参加者を案内するイベントも行っており、今年も開催する予定です。



「武尊神社」の案内をする様子



本番に向けて準備を重ねる様子



商品開発のために試作品を作る生徒

チャレンジ手話

No. 72

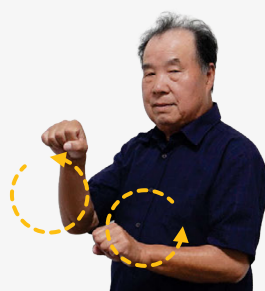
動画で練習しよう



問合 社会福祉課障
害福祉係 ☎内線3108

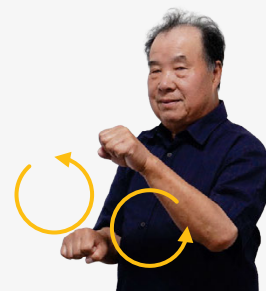
自転車

1



両手をグーにして上下に置いたら

2



垂直方向にクルクルと交互に円を描いて回します



沼田利根医師会「休日夜間急患診療所」

とき	場所・問合せ
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☎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
- ・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（福老体操、脳トレなど）

とき	場所
10日(火)	テラス沼田1階多目的スペース
24日(火)	保健福祉センター
13日(金)	池田地区コミュニティセンター
26日(木)	薄根地区コミュニティセンター
11日(水)	川田地区コミュニティセンター
17日(火)	白沢創作館
18日(水)	利根地区コミュニティセンター

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

問合せ 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

とき	場所
平日 9:00-17:00	健康課
24日(火) 9:45-11:00	保健福祉センター
13日(金) 9:45-11:00	池田地区コミュニティセンター
17日(火) 9:45-11:00	白沢創作館

問合せ 健康課保健係☎内線3164

にこにこ健康チェック（血圧、体組成測定など）

とき	場所
19日(木)10:00-11:30	ベイシア沼田モール店

問合せ 健康課保健係☎内線3161

さわやか健康相談

とき	場所
10月 5日(月)	穴原生活改善センター
10月15日(木)	根利集会所
10月19日(月)	平川集落センター
10月27日(火)	大原集会所

時間 14:00-15:30

内容 健診結果の見方、各種測定（血圧、体組成、握力）、食事相談、塩分測定など

問合せ 健康課保健係☎内線3161

あっぱりんカフェ（認知症カフェ）

とき	場所
26日(木) 9:30-11:30	保健福祉センター

問合せ 地域包括支援センター☎22-1112

市民献血

とき	場所
27日(金) 10:00-11:45 13:00-16:00	テラス沼田1階 多目的スペース

問合せ 健康課予防係☎内線3170

相談

相談名	とき	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 (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	15日(日) 8:30-17:00	債権管理課 ☎内線3034
年金相談 (予約制)	5日(木)・ 19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 8:30-12:00 13:00-17:30	障害者就業・生 活支援センタ コスモス (テラス沼田6階) ☎25-4400
手話通訳者 設置日	9日(月)・ 24日(火) 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 (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 (テラス沼田3階) ☎23-5411 ✉y-soudan@city. numata.lg.jp
ふれあい 総合相談	2日(月)・ 16日(月) 13:00-15:00	保健福祉センタ ☎25-3267
無料法律相談 (予約制)	18日(水) 13:30-16:00	

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。
※祝日除く。開館日は変更になる場合あり

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
場所・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～金曜日の9:00～14:00
場所・問合せ 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
場所・問合せ 子ども広場(テラス沼田6階)
☎080-5505-7161

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 6月21日～ 7月20日	25日(水) 13:00-13:15
10カ月児	令和7年12月21日～ 令和8年 1月25日	25日(水) 13:40-14:00
1歳6カ月児	令和7年 4月 7日～ 5月 1日	6日(金) 13:00-13:40
2歳児歯科 3歳児	11月はお休みです	

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

すこやか育児相談

とき・受付	対象
13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・皮膚・母乳相談
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・問合せ 健康課保健係☎内線3165・3172

おはなしポケット

とき	内容・場所
7日(土) 10:30-11:00	えほん 『おふくさんのおふくわけ』 図書館4階和室
21日(土) 11:00-11:45	絵本作家こがようこさんの おはなし会 図書館4階視聴覚室

問合せ ☎22-0550

元気なちびっ子たち



玉腰 空楽くん(2歳) 玉腰 怜渚くん(1歳)

玉腰 萌々花ちゃん(4カ月)
(上原町)

助産師によるベビーマッサージ

とき・受付	対象
30日(月) 13:45-14:00	乳児(生後2カ月ごろから)と 保護者など

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 11月2日(月)
申込・問合せ こども家庭センター
☎内線3167



申込フォーム

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・問合せ こども家庭センター☎内線3167

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。
問合せ NPO法人利根沼田地域ボランティ
アセンター☎22-1760

