



## 威勢の良い掛け声を響かせて

9月18日～20日の3日間、伊香保石段街を中心に「伊香保まつり」が開催されました。威勢の良い掛け声と共に本みこしが伊香保神社から石段街を駆け下りると、迫力満点の担ぎっぷりに、居合わせた観光客などは圧倒された様子。本みこしが通り過ぎた後は、誰しもが熱狂と興奮の余韻に浸っているようでした。

### 主な内容

衆議院議員総選挙のお知らせ……………2  
婚活イベントのお知らせ……………5

農地の適正な管理について……………4  
特定健診が11月で終了します……………9



# 第48回 衆議院議員

# 総選挙のお知らせ

大事な投票、忘れずに!



公示日  
10月10日(火)

投票日 10/22(日)

投票時間

午前7時  
～午後6時

■投票できる人  
平成11年10月23日以前に  
生まれた人(満18歳以上)で、

**投票所の変更**  
今回の選挙では、次の投票区は、投票所が変更となります。間違えないよう、ご注意ください。

- 第8投票区(明保野会館↓渋川特別支援学校)
- 第44投票区(津久田小学校体育館↓津久田小学校玄関)
- 第45投票区(赤城公民館↓赤城行政センター)
- 第56投票区(橋北小学校体育館↓橋北小学校図工室)

■投票所  
投票所と投票区域は、別表1のとおりです。

第48回衆議院議員総選挙と最高裁判所裁判官国民審査の投票日は、10月22日(日)です。  
この選挙は、国の未来を決める大切な選挙です。有権者の皆さんは、必ず投票しましょう。  
なお、今回は投票所が変更された投票区があります。必ず投票場所を確認し、お出掛けください。

平成29年7月9日以前に本市の住民基本台帳に登録され、引き続き住んでいる人。  
〈転出した人の投票〉  
平成29年6月9日以降に他の市町村に転出した人は、本市の投票所で投票してください。

■入場券  
「投票所入場券」は、世帯ごとに封書で郵送します(5人以上の有権者がいる世帯は2通以上に分かれます)。

■点字投票  
目の不自由な人は、「点字投票」をすることが出来ます。点字氏名揭示、点字器具も用意してありますので、係員に申し出てください。

■代理投票  
体が不自由などの理由で本人が記入できない場合は、投票所で「代理投票」をすることが出来ます。各投票所の係員が、本人に確認しながら代筆しますので、投票所の受付に申し出てください。

の係員が、本人に確認しながら代筆しますので、投票所の受付に申し出てください。

投票区名	投票所	投票区域	投票区名	投票所	投票区域
第30投票区	世代間交流館	日の出、うわの、香東、コスモス、大日向	第45投票区	赤城行政センター	津久田第三、敷島、宮田
第31 "	湯中子会館	湯中子	第46 "	南雲第二集会所	南雲第一、南雲第二、南雲第三
第32 "	小野子生活改善センター	小野子東、小野子西	第47 "	みやま公会堂	みやま
第33 "	村上生活改善センター	村上東、村上西	第48 "	棚下集会所	棚下
第34 "	上組地区集会所(養神館)	上白井上組	第49 "	溝呂木構造改善センター	持柏木、溝呂木
第35 "	上白井中組自治会館	上白井中組	第50 "	勝保沢集会所	北上野、勝保沢
第36 "	子麓住民センター	子麓	第51 "	滝沢倶楽部	見立、滝沢
第37 "	後田向住民センター	上中郷(一部を除く)、下中郷の一部	第52 "	旧三原田幼稚園	上三原田、三原田、三原田団地
第38 "	中郷住民センター	下中郷(一部を除く)、上中郷の一部	第53 "	樽集会所	樽
第39 "	横堀集落センター	横堀	第54 "	栄集会所	栄
第40 "	長尾小学校体育館	河原、北牧西、北牧東	第55 "	北橋公民館	下南室、真壁東、真壁美保、真壁下
第41 "	鯉沢自治会館	鯉沢	第56 "	橋北小学校図工室	八崎第一、八崎第二、八崎第三、分郷八崎
第42 "	吹屋参集殿	吹屋、吹屋原	第57 "	北橋中学校屋内運動場	上小室、下小室、真壁上
第43 "	白井公会堂	白井	第58 "	上箱田集落センター	上南室、上箱田、赤城山
第44 "	津久田小学校玄関	津久田第一、津久田第二、津久田第四	第59 "	下箱田集落センター	箱田、下箱田

### 期日前投票のお知らせ

10月11日(水)～21日(土)  
午前8時30分～午後8時

仕事や旅行などの理由で、投票日に投票所へ行けない人は、「期日前投票」をすることができます。入場券裏面の「宣誓書」をあらかじめ記入してご持参ください。

■期日前投票投票所 別表2のとおり

■持参するもの 入場券

〈選挙区ごとに投票所が異なります  
間違えないようご注意ください!〉

今回の衆議院小選挙区選出議員選挙では、市内が2つの選挙区(群馬一区、五区)に分かれるため、それぞれ候補者が異なります。

このため、**期日前投票は、選挙区内の投票所でなければ投票できません**のでご注意ください。

(別表2) 期日前投票投票所

地区	選挙区	期日前投票所
渋川地区	群馬五区	市役所本庁舎 伊香保行政センター 小野上行政センター 子持行政センター
伊香保地区		
小野上地区		
子持地区		
赤城地区	群馬一区	赤城行政センター 北橋行政センター
北橋地区		

■不在者投票  
〈滞在先での投票〉  
仕事などで他の市町村に滞在し、投票所で投票できない人は、滞在先の市町村選挙管理委員会で投票できます。この場合、相当の期間

### 不在者投票のお知らせ

身体に一定の障害がある人は、自宅で郵便による不在者投票をすることができます。また、一定の要件により自宅での代筆による投票もできます。希望する人は、事前に市選挙管理委員会へ問い合わせてください。

### 郵便による投票

詳しくは、市選挙管理委員会事務局(本行政課内) 2112へ。

### 不在者投票のお知らせ

開票は、午後8時から子持社会体育館で行います。投票票の状況は、市ホームページでお知らせします。

### 投票票速報

また、投票所で車いすなどの介助が必要な人は、気軽に申し出てください。

### 〈病院などでの投票〉

県選挙管理委員会の指定する県内の病院などに入院、入所している人は、そこで投票できます。詳しくは、県選挙管理委員会のホームページなどをご覧ください。

候補者を知るには選挙公報をご覧ください

選挙公報は、市ホームページに掲載するとともに、投票日2日前までに新聞折込で配布します。また、市役所本庁舎、各行政センター、公民館、図書館などの施設にも備えますので、ご覧ください。

なお、新聞を購読していない人などで、郵送による配布を希望する人は、事前に市選挙管理委員会へ連絡してください。

(別表1) 投票所一覧表

投票区名	投票所	投票区域	投票区名	投票所	投票区域
第1投票区	下郷会館	大崎、下郷	第15投票区	上村住民センター	上村
第2 "	寄居町会館	東町、新町、寄居町、下之町	第16 "	りんごの里住民センター	りんごの里、川島の一部
第3 "	社会福祉センター(渋川ほっとプラザ)	南町、長塚町	第17 "	有馬会館	有馬(一部を除く)
第4 "	中央公民館	坂下町	第18 "	五輪平集落センター	有馬の一部
第5 "	並木町公会堂	並木町	第19 "	古巻公民館	八木原
第6 "	川原町会館	中之町、上之町、川原町、裏宿、上郷、藤ノ木	第20 "	喜多集落センター	半田北部
第7 "	元町会館	元町	第21 "	豊秋公民館	行幸田第一、行幸田第二
第8 "	渋川特別支援学校	明保野	第22 "	市役所	本石原、熊野町、石原田中、石原西の一部
第9 "	辰巳町会館	辰巳町	第23 "	中村会館	中村
第10 "	阿久津自治会館	阿久津、国町	第24 "	御蔭会館	御蔭
第11 "	金井南町住民センター	金井南町	第25 "	軽浜自治会館	軽浜
第12 "	金島公民館	金井本町、金井南牧	第26 "	勤労福祉センター	石原西(一部を除く)
第13 "	中川島自治会館	川島(一部を除く)	第27 "	入沢団地集会所	入沢町
第14 "	祖母島自治会館	祖母島	第28 "	新井住民センター	半田南部
			第29 "	伊香保商工会館	石段、ときわ、中央、雷之塚、水沢

※太字は投票所が変更となった投票区



## 農地の適正な管理について

皆さんのご理解とご協力をお願いします

### 遊休農地の有効利用のために

遊休農地の解消と有効利用が重要な課題となっており、市農業委員会では、農地法に基づく遊休農地の意向調査を、農地の所有者などに対して行っています。

調査では、次の3つのような方向性の中から、どのような意向を持っているのかを確認し、その意向に沿った取り組みをお願いしています。

- ① 自ら耕作するのか
- ② 農地中間管理事業（農地の借り受け、貸し付けなど）を利用するのか
- ③ 誰かに貸し付けるのか など

### 意向に反した場合は勧告の発令や特例の打ち切りも

調査した意向ごおりの取り組みが行われない場合、市農業委員会では、農地の所有者に対して、勧告を発令します。これにより、農業振興地域内の遊休農地を対象に、固定資産税などの課税評価額が引き上げられる場合があります。

また、農地の相続税の納税猶

予や生前一括贈与の特例を受けている者が、適正な農地利用を行っていない場合も、一部または全部の納税猶予が打ち切られる場合があります。



農地の適正な管理をお願いします

### 非農地判定調査の実施

周囲の山林等からの直接的な影響（土砂・日照・水等）などから、農地に還元しても継続して利用できない農地は、農地に該当するかの判断（非農地判定）を今後行っていきます。

ただし、この場合農地法第4条第1項、第5条の転用許可に付された条件に違反する場合は非農地判定の対象にはなりません。

### 農地中間管理事業を利用しましょう

農地中間管理事業を次の条件で利用すると、利用期間に応じた固定資産税が軽減されます。

- ▽条件Ⅱ平成28年度以降、農地所有者が所有する全農地（10<sup>㎡</sup>未満の自作地は対象免除）を、新たに農地中間管理機構に10年以上の期間で貸し付けたとき
- ▽軽減内容Ⅱ固定資産税を①または②の期間2分の1に軽減
- ① 10年以上15年未満の期間で貸し付けたときは3年間
- ② 15年以上の期間で貸し付けたときは5年間

### 市農業委員会の取り組みにご理解ご協力を

市農業委員会では、以上の各種施策、制度に基づき農地の有効利用を推進していきます。

農地所有者の適正管理へのご理解とご協力をお願いします。

### 問い合わせ先

市農業委員、農地利用最適化推進委員または市農業委員会事務局（☎22920）へ。

## 全国瞬時警報(Jアラート)訓練放送のお知らせ 本防災安全課(☎22130)

消防庁では、10月から全国瞬時警報システム(Jアラート)の定期訓練放送を行います。また、11月には、緊急地震速報訓練を行います。このため、市内の防災行政無線から訓練放送が流れます。

### 〈定期訓練放送〉

とき 10月25日(水)午後2時頃  
※定期訓練放送は、毎月第4水曜日午後2時頃に行います。

### 〈緊急地震速報訓練〉

とき 11月1日(水)午前10時頃  
※緊急地震速報チャイム音が鳴り、大地震を伝える放送が流れます。

市民の皆さんへの情報伝達について万全を期すためのテスト放送です。ご理解とご協力をお願いします。



## アウトドア好きの人大歓迎



## “ココロも”ほっと“に焚き火コンin赤城自然園

日常空間から少し離れた静寂の森の中…。焚き火を囲み、ホットドリンクや焼きマシユマロ

などを楽しみながらステキな出会いを求めてみませんか？  
**【とき】** 11月25日(土)午後1時～4時30分終了(予定・荒天中止)  
 ※受付は午後0時30分から

**【ところ】** 赤城自然園

**【内容】** 自己紹介&フリートークタイム、カップリングタイム

**【主催】** 市婦人会連絡協議会

**【対象者】** おおむね25歳～40歳までの独身男女

**【定員】** 24人(男女各12人)

※定員を超えた場合は市内在住の人を優先し抽選。

**【参加費】** ▽男性 ¥1000円  
 ▽女性 ¥500円

**【申込方法】** 件名「焚き火コン申込」、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入し、メールで本子ども課(☎ kodomo@city.shibukawa.gunma.jp)へ  
 ※グループで申し込む場合は、同行者の情報も記入してください。また、迷惑メール設定をしている人は、右記子ども課ドメインからメールを受信できるように設定してください。  
**【問い合わせ先】** 子ども課(☎ 2415)へ  
**【申込期限】** 11月10日(金)まで  
**【その他】** 難燃素材の暖かい服装でお越しください

## 出会い交流イベント

## ハイキングコン／ステキな出会いを見つけませんか？

夢と希望を載せた大型バスに乗り込み、ステキな出会いを見つけに出掛けませんか？

**【日時】** 11月11日(土)午前9時～午後4時終了(予定・荒天中止)  
 ※受付時間は午前8時45分から

**【集合場所】** 市役所本庁舎駐車場

**【内容】** 自己紹介(バス車内)、小野上地区の野仏や棚田を巡るハイキング、昼食、お話タイム(一

対一による3分間のトーク)、フリータイム

**【主催】** NPO法人やわら

**【対象者】** 25歳～45歳までの独身男女

**【定員】** 30人(男女各15人)

※定員を超えた場合は市内在住の人を優先し抽選。

**【参加費】** ▽男性 ¥3000円  
 ▽女性 ¥2000円

**【申込・問い合わせ先】** 件名「ハイキングコン申込」、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入し、メールでNPO法人やわら(☎ ywara1805@gmail.com)へ  
 ※迷惑メール設定をしている人は、右記ドメインからメールを受信できるように設定してください。  
**【申込期限】** 11月2日(木)まで

## 第2次渋川市地域福祉活動計画策定委員を募集します

市社会福祉協議会では、「第2次渋川市地域福祉活動計画策定委員会」の市民委員を募集します。

この委員会は、「第2次渋川市地域福祉活動計画」を平成29～30年度の2カ年で策定するのに当たり、幅広い意見を聴くために設置するもので、年間2～3回程度の会議を開催します。

**【募集人員】** 2人 **【任期】** 平成31年3月31日まで  
**【応募資格】** 市内在住の20歳以上65歳未満の人で

地域福祉に関心のある人

**【応募方法・問い合わせ先】** 任意の用紙に住所、氏名、年齢、性別、電話番号、職業、応募の動機や地域福祉についての考えを200字程度で記入し、郵送またはファクスで市社会福祉協議会総務企画課(〒377-0008・渋川(長塚町)1760-1・☎ 0500・FAX 051721)へ **【応募期限】** 11月10日(金)必着  
 ※当日消印有効。応募多数の場合は選考します。

# 情報ぼっくす

《マークの見方》

- 本=本庁舎    二=第二庁舎
- 伊=伊香保行政センター    小=小野上行政センター
- 子=子持行政センター    赤=赤城行政センター
- 北=北橋行政センター    電=電話番号
- ファ=ファクス番号    E=Eメールアドレス
- 時=とき・期間    所=ところ    内=内容
- 師=講師・医師    対=対象者    定=定員
- 費=参加料・入場料    持=持参するもの
- 申=申込・参加方法    問=問い合わせ先
- 期=申込期間・開始日・期限    他=その他

## ■本庁・各行政センターの電話番号

- 本庁舎・第二庁舎 電 22-2111
- 伊香保行政センター 電 72-3155
- 小野上行政センター 電 59-2111
- ※市外局番は0279です。
- 子持行政センター 電 24-1211
- 赤城行政センター 電 56-2211
- 北橋行政センター 電 52-2111

## お知らせ

### 住まいの耐震性は 大丈夫ですか？

#### ■建築住宅課

昨年4月に発生した熊本地震では、築年数40年を越える木造家屋の被害が多数見られました。近い将来、首都直下型地震や県内の断層による地震被害も危惧されます。

市では、木造住宅の無料耐震診断や耐震改修工事の補助を行っています。もしもの際に備え、もう一度、住まいの耐震化についてご検討ください。

問 建築住宅課(電)2072

### 野生のキノコ類は安全確認 を必ずしてください

#### ■農林課

秋になり、キノコ狩りの季節になりました。野生のキノコの中には、有毒なものもあります。知らないキノコは採ったり食べたりしないでください。

採取して食べる際には、食品の基準値である1<sup>キログラム</sup>を

当たり100ベクレルを超える放射性物質を含んだものは、食べないように注意してください。

流通・販売を目的に採取する際には、必ず放射性物質の検査を行い、基準値以下であることを確認してから出荷をしてください(出荷自粛・制限地域のものも流通・販売できません)。

また、土地所有者の許可なく採取した場合には、森林窃盗として処罰される場合があります。

なお、農林産物の放射性物質の検査結果は県のホームページなどに掲載されています。

問 渋川森林事務所(電)2763

## 催し物

### 上三原田の歌舞伎舞台 2017

#### ■文化財保護課

時 11月19日(日)午前9時～午後1時30分頃

所 上三原田の歌舞伎舞台

(赤城町上三原田269-1)  
▽舞台操作披露    ▽三



国指定重要有形民俗文化財の  
上三原田の歌舞伎舞台

原田小学校児童による口ツクソーラン・歌舞伎(白浪五人男)

費 無料

問 文化財保護課(電)2102

他 車は三原田小学校校庭または赤城南診療所跡地に駐車してください

### チャイルドゆめフェス ティバル

#### ■本子ども課

時 11月23日(祝)    ▽午前10時30分～正午    ▽午後2時～3時30分

所 市民会館大ホールほか

内 ▽パネル展示(市内の保育所(園)、幼稚園、認定こども園と子育て支援センター)の紹介    ▽コンサート

【広告】

【広告】

広告募集中



中央公民館臨時休館のお知らせ

館内定期清掃のため、次の日は臨時休館となります。窓口での受け付けもできませんので、注意してください。ご不便をお掛けしますが、よろしくをお願いします。

時 10月23日(月)午前8時30分～午後5時(夜間は通常どおり利用できます)

問 中央公民館(☎24321)

今月の納期/10月31日(火)まで

- 個人市民税・県民税【第3期】
- 国民健康保険税【第4期】
- 介護保険料【第4期】
- 後期高齢者医療保険料【第4期】

道の駅おのこ収穫感謝祭  
「ハロウィンがやってくる」

■農林課

時 10月29日(日)午前9時30分～午後3時

所 道の駅おのこ

内 ▽道の駅おのこ商品券や地元農産物が当たる大抽選会(午前9時30分～午後2時) ▽柿(平核無)の試食 ▽地元こんにやくを使用した煮込みおでんの試食 ▽上州小野上温泉太鼓の演奏 ▽乾物類などの販売

と演劇Ⅱ劇団こぐま座による「ファミリーコンサート」とぬいぐるみ人形劇「三びきのこぶた」の上演

対 市内在住の小学生以下の子どもとその保護者

費 無料(コンサートと演劇の観覧には入場整理券が必要)

へ入場整理券について

配布場所 市内各保育所(園)、幼稚園、認定こども園、市民会館、こども課、各行政センター、子育て支援総合センター

配布開始日 10月18日(水)

問 こども課(☎2415)

スポーツ

ウォーキングin伊香保

■本スポーツ課

時 10月28日(土)午前8時45分集合(午後3時終了予定・荒天中止)

集合場所 伊香保体育館駐車場

内 伊香保体育館→ロープウェイ→見晴展望台→伊香保森林公園→河鹿橋→伊香保神社→石段街→伊香保体育館

対 しぶかわスポーツクラブ個人会員(会員以外の方は事前の入会が必要です)

定 40人(定員を超えた場合は抽選)

費 無料

持 昼食、飲み物、雨具、帽子、タオル、防寒対策など

申・問 電話または直接しぶかわスポーツクラブ事務局(子持社会体育館内・☎3009)へ

期 10月23日(月)まで

※受付は、日曜日を除く午前9時から午後5時まで。

問 道の駅おのこ(☎592806)

募集

「はつぴー♡キャリアスキルアップ・セミナー」参加者募集

■本市民生活課

時 11月12日(日)午後1時30分～4時

所 波川ほっとプラザ

内 ワークショップを通して「発想力・創造力」をアップさせる参加型のセミナーです。家庭や職場、地域で活用できるスキルを身につけます。

師 安齋徹さん(県立女子大学教授)

対 県内に在住・在勤の女性30人(先着順)

費 無料

申・問 電話、ファクス、Eメールで市民生活課(☎2463・☎246541・FAX:ninseikatsu@city.shibukawa.gunma.jp)へ

期 10月20日(金)から

他 託児あり(1歳～未就学児・先着10人)

※託児は10月26日(木)までに申し込みください。また、申し込み時に、お子さんの名前、性別、年齢をお知らせください。

本紙の有料広告募集中

市内約3万1,000世帯に配布されます

規格・掲載料(1回) ▷1枠(縦4.9cm×横8.7cm)=1万5,000円

(1者につき広報紙1号当たり2枠まで)

問い合わせ先 本秘書広報課(☎2182)

広告募集中

【広告】



■本庁・各行政センターの電話番号 ※市外局番は0279です。  
 □本庁舎・第二庁舎 ☎22-2111 □子持行政センター ☎24-1211  
 □伊香保行政センター ☎72-3155 □赤城行政センター ☎56-2211  
 □小野上行政センター ☎59-2111 □北橋行政センター ☎52-2111

《マークの見方》  
**本**=本庁舎 **二**=第二庁舎  
**伊**=伊香保行政センター **小**=小野上行政センター  
**子**=子持行政センター **赤**=赤城行政センター  
**北**=北橋行政センター **☎**=電話番号  
**FAX**=ファクス番号 **E**=Eメールアドレス  
**時**=とき・期間 **所**=ところ **内**=内容  
**師**=講師・医師 **対**=対象者 **定**=定員  
**費**=参加料・入場料 **持**=持参するもの  
**申**=申込・参加方法 **問**=問い合わせ先  
**期**=申込期間・開始日・期限 **他**=その他

今回は、ニュージーランドについて、同国出身の講師から、自然や文化、日本との違いについて楽しく学びます。  
**時** 11月11日(土)午後1時30分～午後3時  
**所** 渋川公民館講義室  
**演題** New Zealand Nature and Culture  
**師** 藤本アベリーノさん(前橋市在住)  
**定** 50人(先着順)  
**費** 無料  
**申・問** 電話で市国際交流協会事務局(市民生活課内)☎22-2463へ  
**期** 10月23日(月)から



**国際理解講座**  
 市国際交流協会事務局(本市民生生活課内)



**市立図書館からのお知らせ**  
**市立図書館**  
 いずれも会場は市立図書館、参加費は無料、問い合わせ先は市立図書館☎22-0644です。  
**〈萌えの子おはなし会〉**  
**時** 11月4日(土)午後2時  
**内** ▽絵本「きつねのよめいり」二オオカミのおうさま「木の葉つかいはどこいった?」  
**読み手** 渋川読み語りの会「萌えの子」の皆さん  
**〈古本市〉**  
**時** 11月5日(日)午前9時～正午  
**内** 保存期間を過ぎた雑誌などを無料で配布します  
**配布冊数** 1人5冊以内

## 図書館

**子ども映画会**  
**時** 11月11日(土)午前11時  
**上映作品** 「七五三と子どもたち」「エリック・カールコレクシヨン」はらぺこあおむし]ほか4話  
**文学館**  
**文学サロン講演会**  
**徳富蘆花記念文学館**  
**時** 11月17日(金)午後1時30分～3時  
**所** 徳富蘆花記念文学館  
**演題** 小説「あんに込めた生きることの意味」  
**師** ドリアン助川さん(作家)  
**定** 80人(先着順)  
**費** 350円  
**申・問** 電話で徳富蘆花記念文学館☎22-2237へ  
**期** 10月18日(水)から  
 ※受付時間は午前8時30分～午後5時。



講師のドリアン助川さん

## ホームページにバナー広告を掲載しませんか

▷掲載料(1カ月) 8,000円 ▷掲載場所  
 トップページまたは渋川の観光ページ  
 ▷広告の規格 縦60ピクセル×横180ピクセル  
 ※詳しくは、市ホームページ(<http://www.city.shibukawa.lg.jp/>)でご確認ください。  
 ▷問い合わせ先 本秘書広報課☎22-2182

## 第41回県民芸術祭参加事業・県民音楽のひろば 群響渋川ニューイヤーコンサート

**時** 平成30年1月8日(祝)午後2時開演 **費** ▷一般=2,000円 ▷高校生以下=1,000円(全席自由・当日券は各300円増) ※未就学児の入場は不可。  
**他** 前売券は11月11日(土)午前9時から発売(電話予約は午後1時から) **問** 市民会館☎24-2261



指揮 大井剛史



ピアニスト 上野耕平



特定健診が11月で終了

忘れずに各種健(検)診の受診を  
休日健診も実施します

今年度、市が実施している特定健診などの集団健(検)診は、11月で終了します。まだ受診していない人は、都合の良い日に受診してください。

当日の持ち物や注意事項については、4～5月に郵送した受診シール・受診票に同封した案内通知を確認してください。

なお、受診シールなどを紛失した場合は、市保健センターへ連絡してください。

【健(検)診日程】 別表1のとおり

【実施する健(検)診】  
市保健センター

- ▽国民健康保険特定健康診査
- ▽後期高齢者健康診査
- ▽胃がん検診
- ▽大腸がん検診
- ▽前立腺がん検診
- ▽肝炎ウイルス検診
- ▽胃がんリスク検診

(別表1) 特定健診などの日程表

実施月	実施日	実施時間
10月	20日(金)、 23日(月)～27日(金)	午前8時30分 から 11時まで
11月	20日(月)、21日(火) 26日(日/休日健診) 27日(月)～29日(水)	

※国保特定健診と後期高齢者健診は、11月30日(木)までであれば指定医療機関で受診することもできます(受診できる指定医療機関については、広報しづかわ5月1日号で確認してください)。  
※国保または後期高齢者医療制度の人間ドック助成を受けた人や受ける予定の人は、国保特定健診または後期高齢者健診を受診することはできません。

自分のために年に一度は健康チェック!



病気の早期発見、メタボ予防のためには、定期的に健(検)診を受け、自分の体の状態や変化を知ることがとても大切です。  
元気に毎日を過ごすためにも、年に1度は必ず健(検)診を受け、健康をチェックしましょう。

〈休日健診を実施します〉  
平日に受診できない人のために、休日健(検)診を行います。  
希望する人は、必ず市保健センター(TEL 221321)に電話で予約してください。  
【時】 11月26日(日)午前8時30分～11時  
【所】 市保健センター  
【定】 ▽特定健診・後期高齢者健診 2000人 ▽胃がん検診 2000人  
※先着順。定員になり次第締め切ります。  
【申込期限】 11月17日(金)

11月のシニア筋力ぐんぐん教室

【時・所】 別表2のとおり

【因】 ▽高齢者の生活動作に必要な筋力や体の動きを身に付けるトレーニング(椅子を使って簡単な動作を繰り返すトレーニング)  
▽介護予防のミニ講話(会場ごとにテーマを決めて行います)

- ①理学療法士による「バランスアップで、もう、つまづかない! 転倒予防!」
- ②言語聴覚士による「口腔体操でお口達者に」
- ③管理栄養士による「まんべんなく食べて低栄養予防」
- ④保健師による「あたまもからだも元気アップ!」

【対】 おおむね65歳以上の人

【持】 動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物

【申】 当日直接会場へ

【問】 本高齢福祉課(TEL 22116)



(別表2) 11月のシニア筋力ぐんぐん教室日程

地区	日にち	会場	時間	講話
澁川	1日(水)	澁川はっとプラザ	午前9時30分～11時 (受付:午前9時15分～)	①
	16日(木)	金島ふれあいセンター		③
	21日(火)	有馬会館		④
小野上	27日(月)	小野上地域福祉センター	午後1時30分～3時 (受付:午後1時15分～)	②
子持	15日(水)	子持社会体育館	午前9時30分～11時 (受付:午前9時15分～)	②
赤城	30日(木)	赤城公民館		④



骨密度検診の追加申込のお知らせ

骨粗しょう症の予防のために  
検診を受診しましょう

市では、骨粗しょう症を予防するため、30歳から70歳までの女性に、5年に1度、検診の案内をしています。今年度の追加検診を次のとおり行いますので、まだ受けていない人はこの機会にぜひ受診してください。

**時** 11月13日(月) 16日(木) 22日(水)

**受付時間** 午前9時～11時 午後1時～2時

**所** ■市保健センター

**内** ▽超音波によるかかとの骨密度測定 ▽検診結果の見方、骨粗しょう症予防のための生活の話 ▽個別相談(必要な人のみ)

**対** 市内在住で、平成30年3月31日の時点で30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性

**個人負担金** 1000円

※市民税非課税世帯および生活保護世帯の人は、個人

負担金が免除になります。該当する人は、必ず事前に市保健センターまたは各行政センターへ申請してください。

〈骨粗しょう症とは〉

骨粗しょう症は、骨量が減少し骨がもろくなつて、骨折しやすくなる病気です。特に女性は、閉経後の数年間で女性ホルモン減少の影響により骨量がぐっと減ります。80歳以上の女性では、50～60%の人が骨粗しょう症といわれています。

骨量は、一旦減つてしまうと若いときのように戻らないので、予防が大切になります。

骨粗しょう症を予防するには

■食事■

カルシウムとカルシウムの吸収を助けるビタミンDを多く含む食品をとることが大切です。カルシウムは乳製品や大豆製品、小魚、緑黄野菜、海藻などに多く含まれています。

バランスよくしっかりと食べることを基本にし、それに加えカルシウムの摂取を意識して行いましょう。



■運動■

骨を丈夫にするために、運動も大切です。運動により体の筋肉が鍛えられると転びにくくなり、骨折の防止にもつながります。

家事で毎日こまごまと動くことでも骨を強くできます。楽しみながら、毎日続けて行いましょう。



詳しくは、市保健センター(☎251321)へ。

食改推の健康ごはん塾

健康な体づくりの基本は  
規則正しい食生活です

市食生活改善推進員連絡協議会(食改推)では、市民の健康寿命を延ばすため、食から見直す健康料理教室を開催します。

**時** 11月15日(水)午前9時30分～午後1時(受付は午前9時から)

**所** ■市保健センター調理室

**内** ▽生活習慣病が心配なあなたに知ってほしい健康的な食事のポイント ▽大丈夫?あなたの家のみそ汁(塩分測定) ▽調理実習「うす味でもおいしい食事作りのポイント」(きのこ入り豚肉丼、カボチャきんぴら、アサリのすまし汁、季節の果物などを予定)

**対** 市内在住・在勤で健康に関心がある人

**定** 15人(先着順)

**費** 400円(材料費)

**持** 自宅で作ったみそ汁の汁のみ50cc程度(よくかき混ぜたもの)、エプロン、三角きん、筆記用具

**申・問** 電話か直接市保健センター(☎251321)または各地区の食生活改善推進員へ

**期** 10月20日(金)～11月2日(木)

※受付は、土・日曜日、祝日を除く。

家族介護教室のお知らせ

■高齢福祉課

市では、在宅介護支援センターの協力で、家庭での介護を支援するための教室を開催します。

**時** 11月29日(水)午前10時～正午(受付は午前9時30分から) **所** 特別養護老人ホーム春日園(中郷2399-7) **内** ▽ラフターヨガでみ

んなで笑って元気になろう ▽ラフターヨガの後に介護の各種相談 ▽施設で出される食事の試食 **対** 市内在住・在勤で介護に関心がある人 **定** 20人程度 **費** 無料 **申・問** 渋川市在宅介護支援センター春日園(☎257507) **期** 11月28日(火)まで



《マークの見方》 時=とき・期間 所=ところ 内=内容 定=定員 申=申込方法 期=申込期限 持=持参するもの

- 行政相談(行政の仕事への意見・要望)  
 / 行政課 ④2112  
 時 ▷6日(月)=北橋行政センター  
 ▷20日(月)=渋川ほっとプラザ、小野上地域福祉センター  
 ※時間は各会場とも午後1時30分～3時30分。
- 法律相談/市社会福祉協議会  
 本 所 ④0500 小野上支所 ④2310  
 時 ▷6日(月)、20日(月)=渋川ほっとプラザ  
 ▷27日(月)=小野上地域福祉センター  
 ※時間は各会場とも午後1時30分～3時30分。  
 ※前日までに電話で予約してください。
- 登記・法律相談/市社会福祉協議会 ④0500  
 時 27日(月)午後1時30分～3時30分  
 所 渋川ほっとプラザ  
 ※前日までに電話で予約してください。
- 心配ごと相談/市社会福祉協議会 ④0500  
 時 20日(月)午後1時30分～3時30分  
 所 渋川ほっとプラザ  
 ※前日までに電話で予約してください。
- 人権相談/社会福祉課 ④2250  
 時 16日(木)午後1時～3時  
 所 渋川ほっとプラザ
- 教育相談/市教育研究所 ④8980  
 時 毎日(市役所閉庁日を除く)午前9時～午後5時  
 所 市教育研究所
- 障害福祉なんでも相談  
 / 障害福祉なんでも相談室 ④0294  
 時 毎日(日曜日、祝日は除く)午前9時～午後5時  
 所 障害福祉なんでも相談室(渋川ほっとプラザ内)
- 外国人生活相談  
 / 市国際交流協会(市民生活課内) ④2463  
 時 毎週木曜日(祝日を除く)午後1時～3時  
 所 市役所本庁舎
- 空家相談/防災安全課 ④2130  
 時 8日(水)午後1時30分～4時  
 所 市役所本庁舎  
 ※6日(月)までに電話で予約してください。
- 子育て・DV相談  
 / 家庭児童相談室(本こども課内) ④3443  
 時 毎日(市役所閉庁日を除く)午前9時～午後5時  
 所 市役所本庁舎
- こころの相談/渋川保健福祉事務所 ④4166  
 時 ▷2日(木)、16日(木)=渋川保健福祉事務所  
 ※時間は午後1時30分～3時30分。  
 ※精神科医師、保健師が対応します。  
 ※秘密厳守、電話で予約してください。
- 妊娠・子育て中の女性のこころの相談  
 / 渋川保健福祉事務所 ④4166  
 時 7日(火)午前9時30分～正午  
 所 市保健センター  
 ※周産期メンタルヘルス専門の女性医師が対応します。  
 ※秘密厳守、電話で予約してください。
- 就業援助相談/渋川すこやかプラザ ④1877  
 時 毎週水・金曜日(祝日を除く)午前9時30分～正午、  
 午後1時～3時  
 所 渋川すこやかプラザ  
 内 内職相談
- ジョブカフェ・マザーズ出張相談  
 / 商工振興課 ④2596  
 時 第3金曜日午前10時～、11時～、午後1時～、  
 2時～ ※1回45分、電話で予約してください。  
 所 渋川すこやかプラザ  
 内 子育て中の女性の就労相談など
- 労働相談/勤労福祉センター ④1154  
 時 第1・第3月曜日(祝日を除く)午後1時～4時  
 所 勤労福祉センター
- 消費生活相談/市消費生活センター ④2325  
 時 毎日(市役所閉庁日を除く)午前9時～午後4時  
 所 市消費生活センター
- 無料税務相談/税務課 ④2113  
 時・所 ▷15日(水)、16日(木)=市役所本庁舎  
 ※時間は午後1時～4時。  
 内 相続・贈与税、土地・建物を売った場合の税金に  
 ついてなど 定 5人(先着順) 申 電話で税務課  
 庶務・諸税係へ 期 10月24日(火)～11月8日(水)  
 午前8時30分～午後5時15分(市役所閉庁日を除く)
- 渋川行政県税事務所の日曜・夜間納税相談  
 / 渋川行政県税事務所 ④4050  
 <日曜窓口> 時 26日(日)午前8時30分～午後5時15分  
 <夜間窓口> 時 24日(金)、27日(月)～30日(木)午後7時  
 30分まで  
 ※会場は渋川行政県税事務所です。  
 ※開所時間中は、納税することもできます。
- 青少年テレホン・電子メール相談/青少年センター  
 ④4152 ④ youth-s@city.shibukawa.gunma.jp  
 <テレホン相談> 時 毎日(日曜日、祝日、年末年  
 始を除く)午前8時30分～午後5時、土曜日は午後  
 1時30分～5時  
 ※電話で直接相談してください。  
 <電子メール相談> 時 24時間 ※即日返信できな  
 い場合があります。あらかじめご了承ください。  
 ※土曜日は専門相談員が対応します。
- 群馬いのちの電話(自殺予防)/いのちの電話事務局  
 ④ 027-221-0783・④ 0120-783-556  
 時 毎日午前9時～午前0時、第2・第4金曜日午前  
 9時～翌日の午前9時(24時間対応)、毎月10日午前  
 8時～翌日の午前8時(24時間フリーダイヤル対応)



※市外局番は0279です。

	内科 Internal Medicine		外科 Surgery	耳鼻科 ENT	歯科 Dentistry	夜間急患診療所 内科・外科・小児科
3日(祝)	石北医院 (渋川/大崎) TEL22-1378	厚成医院 (石原) TEL22-1060	井野整形外科ハビリ内科 (吉岡町南下) TEL30-5255		石田歯科医院 (渋川/大崎) TEL25-0411	<p>所在地 渋川(長塚町) 1760-1 電話 23-8899 診療時間 午後7時～11時 診療体制 内科、外科、小児科 のいずれかの医師 が順番で担当 *病気・ケガによっては対応でき ない場合があります。</p> <p><b>夜間急患診療所</b> (渋川はっとプラザ内)</p>
5日(日)	塚越クリニック (渋川/御蔭) TEL60-7700	竹内小児科 (吉岡町大久保) TEL30-5151	渋川医療センター (白井) TEL23-1010	森医院 (石原) TEL23-8733	北橋歯科診療所 (北橋町真壁) TEL52-3762	
12日(日)	中野医院 (渋川/坂下町) TEL22-1219	佐藤医院 (吉岡町下野田) TEL54-2756	あだち整形外科 (金井) TEL30-1170	川島医院 (渋川/長塚町) TEL22-2421	平形歯科医院 (石原) TEL22-0953	
19日(日)	原沢医院 (伊香保町伊香保) TEL72-2503	入内島内科医院 (半田) TEL60-7322	大滝クリニック (吉岡町大久保) TEL30-5800	いのうえ耳鼻咽喉科医院 (有馬) TEL30-1133	石岡歯科医院 (赤城町三原田) TEL56-3535	
23日(祝)	井口医院 (金井) TEL25-1100	棟東わかばクリニック (棟東村山子田) TEL20-5531	渋川医療センター (白井) TEL23-1010		船岡歯科医院 (半田) TEL23-8211	
26日(日)	渋川中央病院 (石原) TEL25-1711	佐藤医院 (北橋町真壁) TEL52-3003	高井医院 (渋川/下之町) TEL22-0076		清水歯科医院 (吉岡町南下) TEL54-3413	

\*変更になる場合がありますので、確認のうえ受診してください。  
\*耳鼻科・歯科の診療時間は正午までです。 Please take note that the doctors for ENT and Dentistry sections will be available only until noon.

健康相談	とき	ところ	備考
心の健康相談	9日(木):①午後1時30分から ②午後2時30分から	市保健センター	※市保健センター (TEL251321)へ 要電話予約。
離乳食教室	2日(木):午前10時～11時(受付9時30分～45分)		

\*乳幼児健診などの日程については、保健カレンダーをご確認ください。

## ～Artの風 美術館だより～

渋川市美術館・桑原巨守彫刻美術館 TEL253215  
開館時間 午前10時～午後6時(入館は午後5時30分まで)

### 渋川高等学校吹奏楽部 アンサンブル・コンサート

彫刻作品に囲まれた中で、演奏を楽しめます。  
皆さんお誘い合わせのうえ、お気軽にご来館  
ください。

時 11月3日(祝)午後2時開演

所 市美術館1階常設展示室

出演 渋川高等学校吹奏楽部

費 無料(上演中は常設展観覧料も無料)

### 市美術館友の会彫刻講習会

テラコッタを用いた彫刻の講習会を開催します。  
時 11月23日(祝)、25日(土)、12月23日(祝)各  
日午後1時30分～4時30分 所 市美術館3階  
資料室 師 浦野礼三さん(彫刻家) 定 10人  
(先着順) 費 一般2,000円(友の会員1,500円・  
材料費) 申・問 電話で市美術館友の会事務局  
(市美術館内・TEL253215)へ 期 11月12日(日)まで

### イベントカレンダー 10月～11月

会場	展示内容	期間	観覧料
常設展示室	常設展 前期(桑原巨守彫刻作品)	11月5日(日)まで	200円
	常設展 後期(桑原巨守彫刻作品)	11月11日(土)から	
企画展示室	八峠操展	11月5日(日)まで	300円
市民ギャラリー	“四季折々 煌めく花たち”第3回写真展	11月9日(木)～13日(月)	無料
	渋川・北群馬・渋川特別支援学校児童生徒作品展	11月16日(木)～19日(日)	
11月の休館日	7日(火)、14日(火)、21日(火)、28日(火)		

※観覧料は、65歳以上・中学生以下は無料。

### 編集者のひとこと

日々肌寒くなってきました。市民ランナーからすると、走りやすくて嬉しい季節に。続々と各地でマラソン大会が開催される中、本市でも10月22日に「渋川伊香保温泉トレイルラン2017」が初めて開催されます。参加される皆さんは、最後の追い込みを頑張ってください!(坂)

防災無線の  
自動音声電話番号  
☎(フリーダイヤル)  
0800-800-7373

