



子持ジュニア卓球クラブ

卓球を通じてスポーツの楽しさや仲間と協力することを体験し、礼儀やマナーを身に付けることを目標に活動しています。小学生はボール遊びから始めて基本練習を、中学生は初心者から県大会、関東大会出場を目指す人まで、競技レベルに応じて練習を行っています。関心のある人はぜひ、気軽に見学にきてください。

主な内容

6月は「土砂災害防止月間」です…………… 2	平成28年度市の財政執行状況…………… 4
地区別・分野別懇談会を開催します…………… 9	歯周疾患検診のお知らせ…………… 15

土砂災害から 身を守りましょう



これからの季節は、一年のうちで最も降雨量の多い時期で、土砂災害が発生しやすくなります。土砂災害は、事前予測が難しいという破壊力が大きく、一瞬にして尊い生命や家屋などの貴重な財産を奪ってしまいます。被害を最小限にするため、一人ひとりが住んでいる地域の状況を事前に調べておくことが必要です。



ハザードマップを 活用しましょう

渋川市は、傾斜地が多いため、大雨や地震等が引き金となつて、がけ崩れや土石流、地すべりなどの土砂災害が発生しやすい地域です。

市では昨年「ハザードマップ」を作成し、各家庭に配布しました。



このマップには、危険箇所や避難所を分かりやすく表示してあるので、避難経路などを事前に確認することで災害発生時に、被害を最小限にすることができます。

いざというときに備え、もう一度お住まいの地域の状況を確認しておきましょう。

避難情報の名称が 変更になりました

平成28年8月に岩手県岩泉町で発生した台風10号による災害を踏まえて避難情報の名称が変わり、いままでの「避難準備情報」は「避難準備・高齢者等避難開始」に、また「避難指示」は「避難指示(緊急)」に変更されました(別表1)。

今後、市では、変更後の名称で避難情報を発令し、皆さんに「指定緊急避難場所」や「指定避難所」への避難を促します。

しかし、自ら「危ない」と感じた時は、市からの避難情報がなくても、すぐに危険な区域から離れる「自主避難」をすることが重要です。

自主避難する場合の 注意点

自主避難をする場合には、親

(別表1)

変更前	変更後	取るべき避難行動
避難準備情報	避難準備・高齢者等避難開始	・お年寄りの人、体の不自由な人、小さな子供がいる人など、避難に時間がかかる人とその避難を支援する人は、避難を開始してください。 ・気象情報に注意し、危険だと思ったら早めに避難をしてください。
避難勧告	避難勧告	・速やかに避難を開始してください。 ・屋外が危険な場合は、屋内の高い所に避難してください。
避難指示	避難指示(緊急)	・緊急に避難してください。 ・屋外が危険な場合は、屋内の高い所に緊急に避難してください。

※「避難勧告」については変更なし。

戚や知人宅など、安全で安心できる場所を確保してから避難をしてください。確保できない場合には、市または、居住地区の自治会長へ連絡していただければ、自治会館、公民館などを避難所として利用できます。

また、お年寄りや体の不自由な人など避難に時間がかかる人は、移動時間を考え早めに避難することが大切です。

自主避難を行う際は、毛布や

収納確保に向けた取り組み

平成28年度は 1,238件の差し押さえを行いました

市税等は、医療や福祉、教育、道路整備など、地域の行政サービスを行うための重要な財源です。このため、市では、財源の確保や税の公平な負担という観点から滞納者には、き然とした態度で臨んでいます。また、市税等の滞納をなくすために、差し押さえなどの滞納処分を強化しています。

《差し押さえと換価手続き》

差し押さえは、裁判所の強制執行手続きによらず、市の判断で行うことができるものです。預貯金、給与、生命保険、不動産などが差し押さえの対象になります。

差し押さえ後も滞納者が納税しない場合、市は差し押さえた不動産の公売や生命保険の解約などを行い、滞納税額に充てる手続き(換価手続き)をとります。

《平成28年度の差し押さえと換価手続きの状況》

平成28年度は、厳正な差し押さえを行った結果、1,238件の差し押さえを実施しました。また、過年度に差し押さえたものも含めて換価手続きを行った結果、約1億1,320万円の税収を得ることができました(別表2参照)。

(別表2) 平成28年度の差し押さえなどの実施状況

財産の種類	差し押さえ件数	換価件数	換価額	
不動産	53件	6件	6,360,680円	
債権	預貯金	937件	910件	62,014,457円
	出資金	2件	8件	116,500円
	所得税還付金	49件	37件	1,419,609円
	生命保険	139件	78件	12,625,456円
	その他	58件	490件	30,667,408円
動産(自動車など)	0件	0件	0円	
合計	1,238件	1,529件	113,204,110円	

※換価手続きを行ったものについては、過年度に差し押さえをしたものも含まれています。

これらのうち、預貯金は937件の差し押さえを執行し約6,201万円、生命保険は139件の差し押さえを執行し、約1,262万円の税収がありました。

《やむを得ず納税できないときは納税課に相談を》

指定された期限内に納税できないときは、まず本納税課に相談してください。災害、病気、破産など、やむを得ない理由があるときは、納税を猶予する場合があります。

詳しくは、本納税課(☎2390)へ。

納税は便利な口座振替を利用ください

市税などの納税には、便利な口座振替を利用ください。

詳しい申し込み方法、取り扱い可能な金融機関などについては、納税課までお問い合わせください。

問い合わせ先: 本防災安全課(☎2130)

着替え、飲食料など必要なものを持参してください。
土砂災害の多くは、建物の1階で発生しています。避難所への移動が難しいときは、近くの頑丈な建物の2階以上の場所に避難したり、家の中でより安全な場所(崖から離れた部屋や2階など)に避難するなどし、身を守りましょう。

災害情報の収集が 重要です

市では、災害が発生する恐れがある場合、防災行政無線を使って避難情報をお知らせします。

また、携帯電話等にメールを配信する「渋川ほっとマップメール」や、市公式ツイッター、市公式フェイスブックなどでも情報発信をしますので、まだ登録が済んでいない人は、この機会に、ぜひ登録してください。

【登録方法】

本事務管理課(☎2320)

または、コールセンター(☎0

570-0551783)に問い

合わせてください。

※受付時間は、平日の午前9時

から午後6時まで。

こちらから

登録できます



防災行政無線の
自動応答サービスが
フリーダイヤル(通話料無料)
になります

防災行政無線の放送内容を
確認するために利用いた
だいている「自動応答サー
ビス」が、6月1日からフ
リーダイヤル(通話料無料)
になります。防災行政無線
の放送内容を確認する際
はご利用ください。

フリーダイヤル

0800-800-7373

《土砂災害セミナーを開催》

「土砂災害防止月間」に合わせて、市民を対象とした「土砂災害セミナー」を開催します。

とき 6月11日(日)午後1時～4時

ところ ■ 渋川公民館

募集人員 70人(先着順)

参加費 無料

申し込み方法 電話で防災安全課(☎2130)へ

市の財政執行状況を公表します

問
い
合
わ
せ
先
◎
財
政
課
2
4
1
4

市では、「市財政概要の作成及び公表に関する条例」に基づき、市税などの収入状況やその使われ方、借入金(市債)などの財政状況を、年2回に分けて公表しています。今回は、前年度の平成28年4月1日から平成29年3月31日までの財政状況をお知らせします。
※金額は3月31日現在のもので、出納整理期間(4月～5月)の収入・支出を含んでいないため決算額とは異なります。

歳入 収入率90.3% 予算現額353億5,523万円
収入済額319億3,012万円



- ▷市税=固定資産税や市民税など
- ▷地方交付税=市の財政状況に応じて国から交付されるお金
- ▷国庫支出金=特定の事業を行うために国から交付されるお金
- ▷県支出金=特定の事業を行うために県から交付されるお金
- ▷繰入金=積み立てていた基金から繰り入れるお金
- ▷諸収入=利子や雑収入など
- ▷市債=国や金融機関などから借り入れるお金
- ▷その他=財産収入やその他の収入

市債の状況

市債とは、市が道路整備や公共施設の建設などを行う場合、国や金融機関から借り入れるお金のことです。市債の借り入れによって、将来世代の人たちにも費用を負担してもらうことになり、世代間の負担を公平にすることができます。

なお、平成29年3月31日現在の借入金総額は641億8,098万円、市民一人あたりでは約80万6千円になります。

借入金の使いみち	借入金残額(万円)	構成比(%)
下水道の整備	210億4,357万円	32.8%
道路・橋りょうの整備、 区画整理	66億6,939万円	10.4%
教育施設の建設	73億9,675万円	11.5%
温泉・観光施設の建設	1億8,641万円	0.3%
その他	246億9,747万円	38.5%
計	599億9,359万円	
水道事業会計	41億8,739万円	6.5%
総合計	641億8,098万円	100.0%

特別会計の執行の様子

特別会計とは、国民健康保険事業や下水道事業のように、保険料や使用料などの収入によって運営する事業の会計のことです。特定の事業にかかるお金の流れを分かりやすくするため、一般会計と区別して経理しています。

会計区分	予算額	収入済額 (収入率)	支出済額 (執行率)
国民健康保険 (事業勘定)	112億8,299万円	95億2,607万円 (84.4%)	102億8,177万円 (91.1%)
国民健康保険 (診療施設勘定)	1億3,583万円	6,964万円 (51.3%)	1億1,677万円 (86.0%)
後期高齢者医療	9億6,344万円	6億8,217万円 (70.8%)	8億8,599万円 (92.0%)
介護保険	82億983万円	66億7,921万円 (81.4%)	73億8,235万円 (89.9%)
農産物直売事業	1,890万円	1,890万円 (100.0%)	1,668万円 (88.3%)
伊香保温泉 観光施設事業	1億1,285万円	1億2,045万円 (106.7%)	8,383万円 (74.3%)
小野上温泉事業	3,512万円	1,222万円 (34.8%)	3,332万円 (94.9%)
交流促進 センター事業	717万円	0万円 (0.0%)	560万円 (78.1%)
下水道事業	23億8,875万円	11億1,030万円 (46.5%)	20億2,948万円 (84.3%)
農業集落排水事業	18億7,157万円	5億7,895万円 (30.9%)	12億7,164万円 (67.9%)
個別排水処理事業	2,834万円	491万円 (17.3%)	1,440万円 (50.8%)
船橋水道事業	3億5,408万円	2億2,712万円 (64.1%)	2億6,012万円 (73.5%)

企業会計の執行の様子

企業会計とは、市が直接経営する企業の会計で、一般会計と区別して経理しています。民間企業と同様の経理方法が適用され、事業収入で支出を賄うことを原則として運営しています。

区 分	予算額	収入または 支出済額	収入率 または 執行率		
水道事業	収益的 収支	収入	17億2,094万円	16億4,446万円	95.6%
		支出	16億2,768万円	7億3,625万円	45.2%
	資本的 収支	収入	1億8,320万円	1億4,335万円	78.2%
		支出	12億720万円	10億3,146万円	85.4%

※収益的収支=企業の経営活動に関する収支。

※資本的収支=将来の経営活動に備えて行う建設改良などに関する収支。

一般会計の執行の様子

一般会計とは、市税を主な財源としサービス全般に関する経理を行う会計

歳出 執行率76.4%

予算現額353億5,523万円

支出済額270億1,369万円



用語解説

- ▷議会費=議員の報酬や、議会運営などに使われるお金
- ▷総務費=市の全般的な事務に使われるお金
- ▷民生費=子どもや高齢者、体の不自由な人のために使われるお金
- ▷衛生費=市民の健康増進やごみの処理などに使われるお金
- ▷農林水産業費=農林水産業の振興や土地改良などに使われるお金
- ▷商工費=商工業や観光の振興などに使われるお金
- ▷土木費=道路や公園の整備、区画整理事業などに使われるお金
- ▷教育費=幼稚園、小・中学校、体育・文化活動などに使われるお金
- ▷公債費=借り入れたお金の返済に使われるお金
- ▷その他=消防費や労働費など、その他の支出

市有財産の状況

基金	財政調整基金	65億5,275万円
	減債基金	36億213万円
	特定目的基金	58億7,875万円
土地(山林含む)		1,232万5,435m ²
建物		37万1,187m ²
有価証券その他の権利		10億7,638万円

※基金とは、特定目的のために財産を維持し、資金を積み立て、又は定額の資金を運用するために、自治体が条例の定めに基づいて任意に設置した資金又は財産のことです。

財政調整基金は、市税の大幅な減収などに備えて積み立てている基金、減債基金は、将来の借入金返済に備えて積み立てている基金、特定目的基金は、福祉事業や国際交流など、用途が特定されている基金です。



市の汚水処理事業への取り組み



問い合わせ先: 下水道課 (☎2120)

市では、清潔で快適な定住環境の整備や、きれいな川を守るために、さまざまな汚水処理事業に取り組んでいます。

本年度に実施する「公共下水道事業」「農業集落排水事業」「個別排水処理事業」などの具体的な取り組みをお知らせします。

■汚水処理事業の取り組み状況

〈公共下水道事業〉

▷ 渋川地区 = 渋川、石原、金井、行幸田、有馬、半田

〈農業集落排水事業〉

▷ 赤城地区 = 宮田、持柏木

※ 舗装工事のみ。

〈個別排水処理事業〉

▷ 小野上・子持地区の集合処理区域外(公共下水道および農業集落排水事業の区域外)の区域では、市で合併浄化槽を設置し、維持管理を行う個別排水処理事業を実施しています。

〈汚水処理人口普及率〉

市では、平成30年度末の汚水処理人口普及率90%を目指して汚水処理事業を推進しています。平成28年度末現在、本市の汚水処理人口普及率は、85%です。

※ 汚水処理人口普及率は、全人口に対する下水道などが使用可能となった人の割合のこと。

■新たな供用開始区域

平成28年度の公共下水道等の整備により、新たに次の区域で下水道などが使用できるようになりました。

〈公共下水道事業〉

▷ 渋川地区 = 四ツ角西側、金井地区(笠間稻荷神社西側、軽浜団地内)、御蔭地区(渋川青翠高校西側)、有馬地区(古巻中学校周辺、有馬児童公園周辺、有馬会館周辺、北毛病院周辺)、八木原地区(JR八木原駅南側)、半田地区(南渋川自動車教習所周辺)

〈農業集落排水事業〉

▷ 赤城地区 = 狩野々地区(沼尾川親水公園北側)、宮田地区(宮田橋東側、宮田交差点周辺、宮田不



動尊西側)、持柏木地区(持柏木公民館周辺、大谷の堤周辺)

■供用開始後は早期接続を

下水道法では、公共下水道の供用が開始された場合、遅滞なく下水を公共下水道に接続しなければならないと定めています。また、くみ取り便所については3年以内に水洗便所に改造しなければならないと定めています。新たに供用開始となった区域に住んでいる人は、速やかに排水設備の設置をお願いします。

〈工事は指定工事店へ〉

排水設備の設置工事は、市の指定工事店でなければ工事ができません。工事は必ず指定工事店へ依頼してください。

〈水洗便所改造資金貸付制度〉

市では、水洗便所への改造工事費などの無利子の貸付(上限48万円)を行っています。貸付制度を希望する場合は、工事開始前に手続きが必要となりますので、下水道課へ連絡してください。

〈受益者負担金について〉

平成28年度に行った公共下水道などの整備により供用開始となった区域の土地所有者には、平成29年度から受益者負担金が賦課されます。6月上旬ごろ納付書を郵送しますので、期限内に納入してください。

第1期分納期限 6月30日(金)

平成29年度工事実施予定区域

		地区	工種	工事実施予定区域
公共下水道事業	渋川	管路工事		▷ 渋川(御蔭)地区 = 渋川青翠高校西側 ▷ 金井地区 = 笠間稻荷神社周辺・金井浄水場北側・軽浜団地内 ▷ 石原地区 = 石原西住民センター周辺・勤労福祉センター南側 ▷ 有馬地区 = 有馬西部住民センター東側・古巻中学校周辺 ▷ 行幸田地区 = 茂沢川芦田橋北側・畑ヶ中町会館北側 ▷ 半田地区 = 南渋川自動車教習所周辺
			舗装工事	▷ 金井地区 = 軽浜団地内 ▷ 有馬地区 = 有馬会館・有馬児童公園・北毛病院各周辺 ▷ 渋川(御蔭)地区 = 渋川青翠高校西側 ▷ 半田地区 = 南渋川自動車教習所周辺
農業集落排水事業	赤城	舗装工事		▷ 宮田地区 = 宮田橋東側・宮田交差点周辺・宮田不動尊西側 ▷ 持柏木地区 = 持柏木公民館北側および南側・大谷の堤周辺

※ 工事中は、交通規制などでご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。



第1回 群馬製粉株式会社 本社／工場

《こんな会社です》



代表取締役社長
山口博之さん

弊社は、地元渋川市で創業し、70年を迎えます。現在、渋川市に本社と工場、東京支店、名古屋支店と工場があり、従業員は約80人います。和菓子などの原材料となる米粉を製造し、国内トップクラスのシェアとなっています。世界水準の技術と安定した品質管理で、製品を取引先に供給しています。

《自社自慢》

- Q. 売上げ好調な製品は？
 A. 上新粉、最中粉(米粉)が国内シェア上位で、全国で多く利用されています。
 Q. 特色ある商品は？
 A. 独自の特殊粉碎方法で珈琲豆を微粉末にした粉を商品化しました。製菓だけでなく料理やカクテル等の飲み物など、幅広くご利用されています。
 Q. 今考えていることは？
 A. ユネスコ無形文化遺産に登録されました和食を知ってもらうことです。2020年東京オリンピックで、世界に誇る日本の伝統料理を多くの人に知ってもらいたいと考えています。

《自慢の製品》

「リ・ファリーヌシリーズ」
洋菓子業界に革命を起こした製菓用米粉。小麦粉(薄力粉)の代替として、弊社独自の特殊製法で製造した洋菓子用の米粉です。



《事業所概要》

当社は、昭和22年6月に渋川市に株式会社群馬粉化工所として創業しました。

米を原料とした各種の米穀粉や和菓子関連の副材料などを、全国に販売展開しています。

《問い合わせ先》

〒377-0008 渋川市渋川1183

TEL 3302

FAX 3306

URL <http://www.5783.jp/>

市のホームページで「ものづくり」を検索！………市内のものづくり企業を紹介しています

われらの!! 日本のまんなか しづかわ観光大使

第1回連載

コピーライター 一倉 宏さん



〈プロフィール〉

渋川市出身。代表作としては、「うまいんだな、これが。(サントリーモルツ)」、「きれいなおねえさんは、好きですか。(ナショナルエステ商品)」、「あなたと、コンビに。(ファミリーマート)」などがあります。また、作詞者としても活躍され、数々のアーティストの作詞を手掛けています。

● 渋川の思い出

かつて、デパートや映画館もあった渋川の商店街で生まれ育ちました。幼稚園から高校まで、なだらかな坂を登って通った。関東平野につながる扇状地の見晴らしのよい丘陵都市。それが今も「しづかわ」の魅力です。去年の墓参の際は、利根川の築も堪能しました。

● 最近の渋川にまつわる活動

市の依頼を受け、駅前の物産店「しづさん」のネーミングを行いました。いま、全国の自治体ではPR活動が盛んになっています。宮崎県的小林市や日向市など、プロモーション映像がWEBで大変話題になった成功例もあります。渋川でも何かできるといいですね。

● 渋川市民に一言

還暦を過ぎ、地元の幼なじみや高校の同級生など、連絡を取り合うようになりました。皆さんからも、全国に散った友人たちに発信してください。それをきっかけに故郷再訪、再発見の機会も生まれると思います。故郷はやはり、何ものにも代え難いものですから。

市民生活課からのお知らせ

市では、性別に関わらず、誰もが自らの意思により個性と能力を発揮して活躍することができ、市民や企



6月23日～29日は男女共同参画週間です

業へ向けた意識改革のための啓発や講座などの事業を推進しています。
「男女共同参画社会」を実現するためには、一人ひとりの取り組みが必要です。この機会に、私たちの周りのパートナーシップについて考えてみませんか。
■図書展示のお知らせ
男女共同参画週間にあわせて6月3日(土)から30日(金)まで、市

立図書館で「男女共同参画展」を開催します。
今回は、昨年度までの広報しぶかわに連載していた「男女共同参画に関するキーワード」をより分かりやすく紹介するほか、「渋川市男女共同参画計画後期計画」の概要の紹介や、関連図書の展示を行います。
詳しくは、**本市民生活課**（☎2463）へ。

平成29年度市民環境大学を開催

環境についてみんなで考えるため、「市民環境大学」を開催します。今年度は、「様々な環境問題を学び考えよう」を全体テーマとし、全5回の講座で環境問題について基礎から学びます。ぜひ、この機会に本講座を受講してください。
開催日・会場・内容 下表のとおり
対象者 市内在住・在勤・在学の全日程参加可能な人
定員 30人(先着順)
申込方法 電話で**本環境課**（☎2114）へ
申込期限 6月16日(金)

今年度のテーマは「様々な環境問題を学び考えよう」

市民環境大学開催内容

回	開催日	内容	時間	会場
第1回	6月25日(日)	タイトル 渋川市民にとっての環境問題とは	午後1時30分～3時30分	中央公民館2階講義室
		講師 群馬県立女子大教授・群馬学センター副センター長 熊倉浩靖さん		
第2回	8月20日(日)	タイトル ヒメギフチヨウ～地域の宝を守る～		
		講師 赤城姫を愛する集まり 副会長松村行栄さん		
第3回	10月22日(日)	タイトル 渋川市に生息しているほ乳類		
第4回	12月10日(日)	タイトル 群馬と地球環境	講師 群馬大学教育学部教授 西園大実さん	
		タイトル 自らはじめる環境に優しい暮らし	講師 環境カウンセラー(高崎経済大学非常勤講師) 片亀光さん	
第5回	平成30年2月4日(日)	講師 環境カウンセラー(高崎経済大学非常勤講師) 片亀光さん		

しぶせん親子収穫体験ツアー参加者募集

時間 7月8日(土)午前9時～正午(予定) ※雨天決行。荒天時は当日の午前7時までに開催の可否を決定し連絡します。
集合場所 市役所第二庁舎(バスで移動)
内容 ▷しぶせん収穫体験=しぶせんブルーベリーの収穫体験。収穫したブルーベリーの一部はお土産として持ち帰れます ▷しぶせんクイズラリー=しぶせんクイズを解きながら、ゴールを目指せ!

対象 小学生とその保護者(幼児の同伴も可)
定員 30人(定員を超えた場合は抽選)
参加費 500円(1人) **持ち物** 汚れてもよい服装、雨具、軍手 **申込・問い合わせ先** 電話またはメールで、住所、氏名、年齢、電話番号を**農林課**(☎2593・✉nourin@city.shibukawa.lg.jp)へ。
申込期間 6月12日(月)午前8時30分～19日(月)午後5時

児童手当の現況届は6月中に提出を

現在、児童手当を受給している人は、現況届を提出してください。

現況届は、受給者(保護者)の6月1日現在における児童の養育状況や、前年の所得額などを確認し、引き続き手当を支給できるか審査するためのものです。対象者には、6月上旬に現況届の用紙を郵送します。必要書類

6月以降も手当を受給するためには手続きが必要です

現在、児童手当を受給している人は、現況届を提出してください。

現況届は、受給者(保護者)の6月1日現在における児童の養育状況や、前年の所得額などを確認し、引き続き手当を支給できるか審査するためのものです。

対象者には、6月上旬に現況届の用紙を郵送します。必要書類

を添えて提出してください。届け出を行わない場合、6月以降の手当は受けられなくなりますので、注意してください。

■添付書類を確認してください
国民年金以外の年金に加入している人は、受給者本人の健康保険証の写しを提出してください。

平成29年1月2日以降に本市

提出期限 6月30日(金)

2415)

問い合わせ先 こども課(☎22)

提出先 直接本こども課または各行政センターへ

問い合わせ先 こども課(☎22)

提出先 直接本こども課または各行政センターへ

問い合わせ先 こども課(☎22)

提出先 直接本こども課または各行政センターへ

問い合わせ先 こども課(☎22)

提出先 直接本こども課または各行政センターへ

問い合わせ先 こども課(☎22)

提出先 直接本こども課または各行政センターへ

問い合わせ先 こども課(☎22)

企画課からのお知らせ

地区別懇談会および分野別懇談会を開催します

市では、「市民の皆さんが住みやすいまち」を目指して、まちづくりの目標を定める第2次渋川市総合計画の策定に取り組んでいます。策定に当たり、市民の皆さんの意見を計画に反映するため、地区別懇談会および分野別懇談会を開催します。

開催日・会場 下表のとおり

内容 第2次渋川市総合計画案などについて

対象者 市内在住・在勤の人

参加方法 当日直接会場へ(事前の申込不要)

詳しくは、**本企画課(☎22)2401**へ。

開催日程一覧

地区	開催日	会場	時間
豊秋	6月26日(月)	豊秋公民館	午後7時～9時
伊香保	6月27日(火)	伊香保公民館	
渋川	6月30日(金)	渋川公民館	
小野上	6月30日(金)	小野上公民館	
古巻	7月3日(月)	古巻公民館	
子持	7月3日(月)	子持公民館	
赤城	7月11日(火)	赤城公民館	
北橋	7月11日(火)	北橋公民館	
金島	7月12日(水)	金島公民館	

分野	開催日	会場	時間
産業	7月4日(火)	勤労福祉センター	午後7時～9時
教育・文化		渋川公民館	
コミュニティ	7月7日(金)	渋川公民館	
福祉・健康・スポーツ		勤労福祉センター	

※駐車場に限りがありますので、できるだけ乗り合わせてお越しください。

臨時福祉給付金(経済対策分)の申請はお済みですか？ 申請期限は7月3日です

消費税の引き上げに伴い、臨時福祉給付金(経済対策分)が支給されます。支給対象者(右記参照)には、3月上旬に郵送で案内してあります。

まだ申請をしていない人は、お急ぎください。

また、支給対象になると思われるが申請書が郵送されていない人は、問い合わせてください。

対象者 平成28年1月1日に本市の住民基本台帳に登録されていて、平成28年度の市・県民税が非課税の人(課税者の扶養親族となっている人を除く)

申請受付期限 平成29年7月3日(月)まで

問い合わせ先 渋川市臨時福祉給付金事務室(☎22111)

情報ばっくす

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

人口と世帯/平成29年4月末現在

- 人口 79,494人(男38,874人、女40,620人)
- 世帯 32,079世帯
- 4月のうぶごえ 男の子16人、女の子18人

お知らせ

ジヨブカフェ・マザーズ 出張相談

■商工振興課

時 毎月第3金曜日

① 午前10時～10時45分

② 午前11時～11時45分

③ 午後1時～1時45分

④ 午後2時～2時45分

所 子育て支援総合センター(渋川すこやかプラザ)1階研修室

内 キャリアカウンセラー

が仕事の探し方や就職活動の進め方などの相談を行います

対 子育て中の女性など、これから働きたいと考えている女性

定 1日4人(要予約)

費 無料

申・問 商工振興課(電)25906へ

他 お子さんを連れての相談が可能です

河川・用水路へのゴミの投げ捨て禁止について

■土地改良課

市内では、6月に田植え

のピークを迎え、本格的に稲作に取り掛かる時季となります。稲作に欠かせない水は、河川から取水した水と、群馬用水からの補給水に頼っています。これらの水は、各取水口から道路脇の用水路を経由して、田んぼへ入ります。

毎年、河川などに投げ捨てられたゴミによって、取水口や用水路に詰まりが生じるため、用水管理に大変苦慮しています。

皆さんの身近な環境に対する小さな心掛けて、きれいな水を使っておいしいお米を作ることができます。

河川や用水路へゴミを投げ捨てないよう、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

問 土地改良課(電)22213

平成28年度情報公開制度と個人情報保護制度の実施状況

■本行政課

〈情報公開制度とは〉

市が保有している行政情報について、皆さんが公開を求める権利を保障し、行政運営における公正の確保

と透明性の向上を目的とした制度です。

〈個人情報保護制度とは〉

市が保有する個人情報の取り扱い方法を定め、皆さんの個人情報を保護しています。また、自分の情報の開示などを求める権利を保障し、開かれた市政の実現を図るための制度です。

〈実施状況〉

平成28年度中の情報公開の請求件数は37件(前年度は46件)でした。個人情報開示請求は10件(前年度は8件)でした。

問 行政課(電)2112

農地の賃貸借希望者は農地中間管理事業のご利用を

■農林課

市では、(公)群馬県農業公社(農地中間管理機構)と連携して、農地中間管理事業を行っています。

農地を持っていても自分では耕作できない人、農地の借り手が見つからない人、農業経営規模を拡大したい人が借りる農地が見つからない人は、申し込んでください。

申込方法 県農業公社ホー

〔広告〕

広告募集中

〔広告〕

ムページ (http://www.gnk.o.jp) から申込書類をダウンロードするか、農林課窓口にて配置してある同書類に必要事項を記入の上、(公)群馬県農業公社または農林課窓口に持参または郵送

問 (公)群馬県農業公社(〒371-0852・前橋市総社町総社2326-2・☎027-251-1220)または農林課(〒377-8501・石原80・☎2503)

農地中間管理事業とは?
県知事から指定を受けた群馬県農業公社が、市や関係機関と連携しながら農地の集積・集約化を進めます。営利を目的としない公社が農地を仲介するので、安心して農地の貸し借りが行えます。また、公社が借り受けた農地は、契約期間満了後に確実にお返しします。

募集

**市民スポーツ祭
総合水泳大会**

本スポーツ課

この大会は、県民体育大会の選考会も兼ねています。

種別	競技種目					
	小学生			一般(男・女)		
	1・2年 (男・女)	3・4年 (男・女)	5・6年 (男・女)	中学生 (男・女)	高校生 (男・女)	
個人種目 自由形 平泳ぎ 背泳 バタフライ	25m 50m	25m 50m 100m	50m 100m			25m 50m 100m
個人メドレー	100m・200m					
メドレーリレー フリーリレー	◆学校対抗 (市内各学校選抜) 200m(4×50m)		◆自由参加 (男女別) 200m(4×50m)		◆メドレーリレー100m(4×25m) ◆フリーリレー200m(4×50m) ※一般の部は男女混合リレーです。年齢制限はありません。	

時 7月16日(日)午前8時30分
所 渋川市民プール(半田)
競技種目 左表のとおり
対 市内在住・在勤・在学の人
参加種目 一人2種目まで(リレーは含みません)
費 1種目500円(リレー種目は1種目1000円・当日集めます)
申 申込用紙(スポーツ課にあります)に必要事項を記入

北文化財保護課
お米の原生種といわれる古代米(赤米、黒米など)づくりの体験教室を行います。
時 ▽田植え 7月1日(土)
▽稲刈り 11月11日(土)
▽収穫祭 12月2日(土)
所 半田早尾神社西側水田
対 市内在住・在勤の全ての日程に参加可能な人。小学生以下のお子さんについては保護者の人も一緒に申

古代米づくり体験教室

の上、スポーツ課へ
※申込用紙は、市体育協会ホームページからもダウンロードできます。
※リレーに出場の場合は、リレーの申込用紙も一緒に提出してください。
期 6月23日(金)まで
他 当日午前8時から無料水泳教室を開催します。また、当日の競技役員補助ボランティアを募集しています
詳しくは、体育協会水泳部増村さん(☎090-0130-9917868・📧22241@docomo.ne.jp)またはスポーツ課(☎22241)へ。

時 6月8日(木)午後6時30分～8時30分
※6月以降は毎月第2木曜日に定期開催。
所 中央公民館2階講義室
主催 SESプロジェクト
後援 市国際交流協会
費 500円(1回)
申 当日直接会場へ
問 市国際交流協会事務局(市民生活課内)☎2496

渋川英語広場(Shibukawa English Square)

市国際交流協会事務局(本市民生活課内)
机を囲み、お茶菓子を食べながら英語でお喋りを楽しむ渋川英語広場を今年も開催します。「かつて学んだ英語を実際に使ってみたい」「カタコトでお喋りしてみたい」という人たちのための広場です。気軽にお越しください。
時 6月8日(木)午後6時30分～8時30分
※6月以降は毎月第2木曜日に定期開催。
所 中央公民館2階講義室
主催 SESプロジェクト
後援 市国際交流協会
費 500円(1回)
申 当日直接会場へ
問 市国際交流協会事務局(市民生活課内)☎2496

【広告】

【広告】

広告募集中

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=北構行政センター 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

今月の手話 vol.2



〈あじさい〉

【基本表現】

左手を軽く握り手の平側を下にし、その上で、すほめた右手を閉じたり開いたりしながら弧を描くように動かします

問 社会福祉課(電)2359)

主催 渋川市中心市街地ま

主 演 演奏の合間にはドリンクとブチアサートを提供します

内 懐かしの曲を生演奏と共に歌います。また、「最近の曲をみんなで歌って覚えよう♪」コーナーも人気です。

所 エッグホール(渋川駅前通り商店街)

時 6月17日(土)午後3時～5時

費 500円(飲食代)

問 まちづくり市民サポート事務局(商工振興課内) 電2596)

「渋川まちなかうたごえサロン」を開催します

催し物

小野池あじさい公園 あじさいまつりのお知らせ

■小野池あじさい公園ライトアップ(光と花の共演)

時 6月17日(土)～7月9日(日)午後7時～9時

■アジサイに関する作品の募集と展示
〈作品募集〉

作品内容 ▷俳句・短歌=アジサイについての自作作品で、未発表のもの ▷書=「アジサイ」で書体などは自由(漢字・平仮名などは問いません) ▷写真=アジサイを写したもの

応募資格 市内在住・在勤・在学の人

応募方法 俳句・短歌は短冊で、書は色紙で提出してください。写真は四ツ切り判まで。また、作品の裏に記名をしてください

提出場所 二 都市計画課 **募集期間** 6月12日(月)～30日(金) **他** 出品者にはあじさいまつり終了後、粗品を贈呈します

〈作品展示〉

時 7月6日(木)～16日(日)

所 市役所第二庁舎1階もみじサロン

〈アジサイ管理講習会〉

時 7月4日(火)午前10時～11時(雨天中止)

所 小野池あじさい公園 **内** 挿し木、せん定の実技(挿し木は持ち帰りできます)

持 花ばさみ **申** 当日直接会場へ

問 都市計画課(電)2073)

福祉

渋川老人福祉センター からのお知らせ

渋川老人福祉センター

いずれも問い合わせは渋川老人福祉センター(電)23

1765)です。

〈健康相談〉

時 6月15日(木)午後1時30分

所 渋川老人福祉センター

師 塚越秀男さん(渋川/御蔭)

〈無料巡回バスの運行〉

時 毎週日曜日

コース 午前9時10分金島

駅発、9時40分スカイテル

×渋川、10時15分渋川老人

福祉センター着。帰りは午

後2時センター発

〈第12回カラオケ発表会の

参加者募集〉

時 6月29日(木)午前10時～

午後3時

所 渋川老人福祉センター

定 80人(先着順)

費 無料

申 直接渋川老人福祉セン

有料広告募集中

「広報しぶかわ
有料広告」

- 規格・掲載料(1回)
- ▷1枠(縦4.9cm×横8.7cm)
- =1万5,000円
- ※1号につき2枠まで申請可能。
- ※長期契約割引制度あり。

「市ホームページ
バナー広告」

- 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
- ※長期契約割引制度あり。
- ※広告の規格などについてはお問い合わせください。

問い合わせ先 二 秘書広報課(電)2182)

広告募集中

〔広告〕

ターへ(順番の抽選あり)
期 6月11日(日)～18日(日)午
 前9時～午後4時
〈篆刻教室〉
 絵手紙などに添える篆書
 印を作成しませんか。

時 7月7日(金)～28日(金)の
 毎週金曜日午前9時30分～
 正午(全4回)

所 渋川老人福祉センター

師 町田義雄さん(金井)

定 10人程度

費 1500円(材料費・初
 日に集めます)

申 直接渋川老人福祉セン
 ターへ

期 6月11日(日)～25日(日)午
 前9時～午後4時

〈6月の休館日〉

5日(月)、12日(月)、19日(月)、
 26日(月)

スポーツ

健康増進ウォーキング

本スポーツ課

時 6月18日(日)午前9時30分

集合受付時間9時45分まで

※小雨決行・荒天中止。

集合場所 北橋中学校体育
 館駐車場

館駐車場

コース 北橋中学校体育館
 周辺(約4.5km・60分程度)

対 市内在住・在勤・在学の人

費 無料

持 運動のできる服装、帽
 子、雨具(小雨時)、飲み物

申 当日直接会場へ

※当日はスポーツ推進委員

2人が指導・助言を行います。

問 スポーツ課(☎2241)

初夏の健康山歩

「御岳山(東京都青梅市)」

本スポーツ課

時 6月24日(土)午前7時集合

(午後6時帰着予定・荒天中止)

内 滝本駅→御岳ヒジターセ
 ンター→武蔵御嶽神社→七代

の滝→綾広の滝→武蔵御嶽神
 社→滝本駅

集合場所 市役所本庁舎駐
 車場(交通手段・市バス)

対 市内在住・在勤・在学の人
 (小学生以上)

定 50人(定員を超えた場合
 は抽選)

費 500円(保険料・当日
 集めます)

持 昼食、水筒、雨具、帽子、
 タオル、防寒対策など

申 電話でスポーツ課(☎2241)へ

2241)へ

期 6月12日(月)～14日(水)の
 午前9時～午後5時

図書館

市立図書館の 催し物案内

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(☎0644)です。

子ども映画会

時 6月10日(土)午前11時

内 「町のねずみといなかの
 ねずみ」「リトルモンスター
 1-2」「アミーゴ・アミーゴ」
 ほか6話

〈萌えの子おはなし会〉

時 6月17日(土)午後2時

内 △絵本「ずーっとず
 っとだいきだよ」「みつけ
 てくれる?」ほか

読み手 渋川読み語りの会

「萌えの子」の皆さん

〈映画鑑賞会〉

時 6月18日(日)午後2時

上映作品 「朝市の嫁さん」
 花子とアン スピンオフス
 ペシャル(出演:吉高由里
 子、鈴木亮平、窪田正孝)
 2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)

2015年・日本)



渋川スカイランドパークの

「白い貴婦人(アナベル)」に会いに来ませんか

渋川スカイランドパークには約5,000株のアナベルが植えられ、白いじゅうたんを敷き詰めたように咲き誇ります。見頃となる6月17日(土)～7月9日(日)まで、おとなの入園料(観覧車1回乗車券付)を300円に特別割引。また、期間中はアナベルの鉢植えも販売します(数量限定)。観覧車からの大パノラマと「白い貴婦人」をお楽しみください。 ※天候不良などにより休園する場合があります。 **問** 渋川スカイランドパーク(☎01589)

広告募集中

《マークの見方》

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 開 = 申込期間・開始日・期限 他 = その他

マレットゴルフ
初心者体験講習会

時 6月～10月までの毎月第3日
 曜日午前9時～11時 所 敷島緑
 地公園マレットゴルフ場(赤城町
 敷島) 対 市内在住・在勤の人
 費 400円(コース料、用具レンタ
 ル料・当日徴収) 申・問 電話で
 市体育協会渋川支部マレットゴ
 ルフ部長・谷さん宅(☎21849)へ

音訳ボランティア養成講座

時 7月6日(木)～8月24日(木)
 の毎週木曜日午後1時30分～3
 時30分(8月10日を除く・全7
 回) 所 渋川ほっとプラザ3階
 内 音訳、録音の方法 師 朗読
 奉仕会山びこ会員 対 視覚障害
 者の福祉に理解と熱意を有する
 人で、全日程受講可能な人、ま
 た、おおむね63歳までの音訳ボ
 ランティアとして活動可能な人
 定 15人(先着順) 費 648円(テキ
 スト代) 申・問 電話で市社会福
 祉協議会(☎21112)へ 開 6月
 23日(金)まで

第15回渋川北群馬母親大会

全国各地で“生命を育み、守
 りたい”という女性たちの願い
 を引き継ぎ、渋川北群馬でも15
 回目の開催を迎えます。今年
 は劇団俳優座の女優、有馬理恵
 さんが一人芝居とお話して、命
 の大切さを語ります。

時 7月2日(日)正午受付開始～
 午後4時 所 中央公民館
 内 ▷展示 ▷オープニング=コ
 スモス保育園園児・保育士 ▷発
 言の広場=わたしにとって憲法
 は? ▷おしばいとお話し=記
 念講演「いのちをみつめて」
 師 有馬理恵さん(女優) 費 300
 円(資料代) 問 渋川北群馬母連
 猪俣友子さん(☎28446)

消火栓調査にご理解、ご協力く
ださい

渋川広域消防本部では、火災
 発生時に直ちに消火活動ができ
 るよう消火栓の調査を定期的に
 実施しています。調査によって
 はご家庭の水道水に若干の濁り
 が生じる場合がありますが、少
 しの間水を出し続けることで濁
 りは解消されます。消火栓調査
 にご理解、ご協力をお願いします。
 問 渋川広域消防本部警防課(☎25
 4192)

無料タヒチアンダンス講習会

時 7月11日(火)、18日(火)、25
 日(火)午後6時～6時50分
 所 渋川公民館 内 軽快なり
 ズムで踊るタヒチアンダンス
 対 中学生～40歳代 申・問 電話
 で小林ももかさん(☎090-9675-
 8757)へ 開 6月26日(月)～30日
 (金)

第2回緑化講座

時 7月6日(木)午前10時～正午
 所 県緑化センター(邑楽郡邑楽
 町大字中野3924-1) 内 ラズベ
 リーやブラックベリーなどの種
 類と育て方 師 住谷節子さん
 (園芸研究家) 定 60人(先着順)
 費 無料 申 電話で県緑化セン
 ター(☎0276-88-7188・89-078
 2)へ 開 6月19日(月)午前8時
 30分から

裁判所からのお知らせ

裁判所の6月の広報テーマは
 「消費者被害救済のための新たな
 制度」についてです。

関心、興味のある人はウェブ
 サイト(<http://www.courts.go.jp/saiban/wadai/index.html>)を
 ご覧ください。 問 前橋地方裁
 判所総務課(☎027-231-4275)

四正太極拳講習会

初心者にも分かりやすく指導
 します。自然に心の健康とバラ
 ンスをよくなり、ストレスの解消
 にも役立ちます。

時 6月9日(金)～30日(金)の毎
 週金曜日午後7時～9時 所 子
 持社会体育館 対 運動のできる
 服装 申・問 陳氏太極拳同好会
 渋川・深津さん(☎080-3484-4997)

第6回教育講演会
グループワーク

子どもは一人ひとり個性があ
 ります。子どもたち誰もが、より
 良い生活が送れるように、関わり
 方を話し合ってみませんか。

時 6月17日(土)午前10時～正午
 所 中央公民館 テーマ どの子
 もいきいき過ごせるように～特
 性をどう伸ばすか～ 内 樺沢徹
 二さん(臨床心理士・県スクール
 カウンセラースーパーバイザー)
 による基調講演とグループに分
 かれて話し合い・まとめ 対 テ
 マに関心がある人 費 無料
 問 柳加代子さん(☎090-3226-1
 334)へ

平成29年度群馬県介護支援専門
員実務研修受講試験

時 10月8日(日) 所 県内各大学
 など(受験票送付時に通知されま
 す) 受験資格 保健・医療・福
 祉分野で原則5年以上かつ900日
 以上の実務経験がある人

試験案内配布場所 渋川保健福祉
 事務所、本高齢福祉課または各
 行政センター 申・問 所定の出
 願用紙を郵送で県社会福祉協議
 会福祉人材課(〒371-0843・前橋
 市新前橋町13-12・☎027-280-41
 07)へ ※簡易書留による郵送の
 み。 開 6月23日(金)まで

歯周疾患検診委託歯科医院(診療所)一覧

医療機関名	住所	電話番号
あかぎ歯科医院	赤城町津久田	20-6522
いづか歯科医院	八木原	22-0808
石岡歯科医院	赤城町三原田	56-3535
石北歯科医院	渋川(御蔭)	22-0235
石田歯科医院	渋川(大崎)	25-0411
小野上歯科診療所	村上	59-2493
北橋歯科診療所	北橋町真壁	52-3762
K歯科医院	金井	22-2331
小林歯科医院	渋川(寄居町)	22-0773
こぶな歯科医院	渋川(藤ノ木)	22-4939
さいとう歯科医院	北牧	53-5454
佐鳥歯科クリニック	渋川(下ノ町)	22-0069
しまむら歯科医院	八木原	20-1182
関歯科医院	吹屋	25-0530
高橋歯科クリニック	行幸田	24-8211
田村歯科医院	渋川(南町)	22-0942
永井歯科医院	赤城町上三原田	56-8854
平形歯科医院	石原	22-0953
平形内科歯科医院	石原	22-2233
ふくしま歯科医院	金井	22-0154
福田歯科医院	渋川(元町)	23-6677
船岡歯科医院	半田	23-8211
ほしかわ歯科医院	石原	24-8835
星野歯科クリニック	行幸田	22-0232
三剛歯科医院	伊香保町伊香保	72-3430
宮下歯科医院	渋川(坂下町)	24-1939
宮下デンタルクリニック	中郷	53-4701
山川歯科医院	渋川(新町)	22-0260
山崎歯科医院	渋川(元町)	25-1184
山下歯科医院	渋川(坂下町)	22-0648
吉岡歯科クリニック	行幸田	24-8289
エース歯科	吉岡町大久保	55-1181
駒奇歯科クリニック	吉岡町大久保	30-5500
さくら歯科	吉岡町大久保	30-6333
佐藤歯科医院	吉岡町下野田	54-8330
清水歯科医院	吉岡町南下	54-3413
たぎざわ歯科医院	吉岡町大久保	55-6480
明治歯科診療所	吉岡町上野田	25-8101
スマイル歯科クリニック	吉岡町大久保	30-5033
たけうち歯科医院	吉岡町下野田	25-7700
真下歯科クリニック	榛東村新井	54-1366
あおば歯科医院	榛東村新井	25-8820

歯周疾患検診のお知らせ

対象の年齢になる人はぜひ！
歯と口腔の健康のために受診しましょう

市では、高齢期における健康維持と、歯の喪失を予防することを目的とした歯周疾患検診を、(一)渋川北群馬歯科医師会に委託して実施しています。歯周疾患検診は、歯こうなどの付着状況や歯周の炎症を診査します。

今年1月に行った「健康診査等調査票」により、歯周疾患検診の受診を希望した人に受診票を郵送しました。新たに受診を希望する人は、電話または直接市保健センター(☎)1321へ申し込んでください。この機会に、ぜひ受診しましょう。

70歳に到達する人
委託歯科医院 左表のとおり
個人負担金 1000円
※生活保護世帯および市民税非課税世帯は無料になります。事前に市保健センターまたは各行政センターに申し出てください。
検診期間 平成30年1月31日(水)まで



介護予防講演会のお知らせ

～スリーA方式であなたも家族も認知症予防!～



笑って、頭も
気持ちも
スツキリ!

この講演会では、講話に加え、認知症予防(記憶力改善など)に効果を上げている「スリーA方式」を実際に体験します。市の介護予防教室などで取り入れ、多くの方が元気になっているこの方法を、あなたも体感してみませんか?

☎ 6月30日(金)午後1時30分～3時30分(受付は午後1時から) 所 渋川市社会福祉センター(渋川ほっとプラザ)大会議室 因 認知症にならない

未来にむけて～物忘れが気になりだした時、大切な家族を守るために今できること～ 師 増田末知子さん(高齢者リフレッシュセンタースリーA所長)
因 市内在住・在勤の人 定 100人(定員になり次第締め切り) 期 6月23日(金)まで 申・問 本 高齢福祉課(☎)22116

体験者の声

- ・思い出すのが早くなった
- ・外へ出ることが楽しくなった
- ・明るく積極的になり改善を実感!
- ・元気になって仕事を始められた

スリーA方式って何?

講師の増田さんが考案。心を癒やす関わりを通して脳活性化ゲームを行い、効果を上げるのが特徴。名前の由来は「明るく・頭を使って・諦めない」の頭文字から。



広報しぶかわ 発行/渋川市
平成29年6月1日発行 通巻271号

〒377-8501 群馬県渋川市石原80
TEL 0279-2111 FAX 0279-36541

市ホームページアドレス <http://www.city.shibukawa.lg.jp/>
印刷/ジャーナル印刷株式会社



食の歳時記 vol.37

今日のランチョンマット

基本は毎食「主食+主菜+副菜」です



『レタスのカップサラダ』

〈親子のワクワク料理教室使用メニュー〉



材料(2人分)

- レタス…小2枚
 - 干しヒジキ…大さじ1
 - タマネギ…小1/4個
 - 枝豆…30g
 - ツナ(缶詰・ノンオイル)…40g
- A
- マヨネーズ…大さじ1
 - レモン汁…小さじ1/2
 - ホールコーン(缶詰)…20g
 - ミニトマト…4個

作り方 調理時間15分程度

- ①レタスは葉の部分カップ型の器になるように切る。
- ②レタスの茎はざく切りにして使う。
- ③干しヒジキはお湯で戻し、ザルに揚げて水気をよく切る。
- ④タマネギはみじん切りにし、キッチンペーパーで包んで絞る。
- ⑤枝豆は、塩をひとつまみ入れて熱湯でゆでる。
- ⑥②～⑤と汁気を切ったツナ、コーンを全部あわせてAで調味する。
- ⑦レタスの器に盛りつけ、食べやすい大きさに切ったミニトマトを飾る。

〈1人分の栄養価〉

エネルギー94kcal、食物繊維2.0g、食塩相当量0.3g
〈今より4gの減塩で、食塩摂取は1日8gに!〉



今月の
食生活改善推進員さん

食育ワンポイント

【ぐんま元気(GENKI)の5か条】

- G** げんき(元気)に動いて
ぐっすり睡眠(運動・休養)



ナマケモノも運動はほどき5におく取れる
～健康寿命の延伸県民運動～



5/2 伊香保石段街で「しぶかわ花フェスタ
セレモニー」が開催されました。

5/13 小野上公民館で「子ども陶芸教室
(1回目)」が開催されました。



フォトレポート

編集者のひとこと

6月を代表する花といえば、市の花「紫陽花」。一般的には土壌の酸性度で花の色が変わる…といわれますが、梅雨空を明るく見せるためではと思うほど、多彩で美しい花色です。市には多くの見所がありますので、しばらくは街中を藍や淡紫、白色に染めてくれそうです。(久)

防災無線の
自動音声電話番号
☎ 221122

