日本のまんなか 水と緑と いで湯の街 渋川市



- SHIBUKAWA PUBLIC RELATIONS -



正しい歯磨きの仕方、覚えたよ!

梅雨入り後初の週末を迎えた6月7日、渋川市保健センターで「歯と口の健康週間行事」が開催されました。ブラッシング指導やフッ素塗布・洗口、クイズや体験などを通じ、歯と口の健康について楽しく学べるこのイベントに、多くの親子が参加。ブラッシング指導では歯ブラシがプレゼントされ、みんなちょっとうれしそうでした。

主な内容

特集:夏休みおでかけ情報・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	2	土砂災害から身を守る・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	6
子育て支援事業のご案内・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	8	住宅入居者募集のお知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	10







定員 30人(先着順 の人(6歳以上) 講師

岡野智子さん

対象者 市内在住·在勤·

在学

時間

午前10時~正午

☀7月23日水~8月2日水の毎週水曜日

2261)

ところ 市武道館

時から(市役所閉庁日を除く) 申込開始日 7月15日火午前9 2104) 申込方法 電話で■体育課(Ⅲ 装、室内用運動靴、タオル、飲み物 **持参するもの** 運動のできる服 参加料 500円

参加料 時間 問い合わせ先 日火(定員になり次第終了) **申込期間** 7月12日出~8月5 ともに市民会館へ にあります)に記入し参加費と 申込方法 ところ ドピアノを弾いてみませんか。 各日15人姓(先着順) 午前9時30分~午後5時 1人件30分1000円 市民会館 応募用紙(市民会館 市民会館(四四

市民会館大ホールで、 グラン

やってみよう!



内容 将棋を学び礼儀と先を読

ところ 子持公民館 時間 午前10時~正午 ●8月6日水・7日木

時から(市役所閉庁日を除く)

で参加してください

対象者 小学生 講師 鈴木泰彦さん

定員

16人(超えた場合は抽選)

時間は午前8時3分~午後5時)

申込期限 7月7日 川まで(受付

つづくより

む力を身に付けます

止になります。 ※参加者が5人未満の場合は中

参加料 無料 館へ(四27780)へ 申込方法電話か直接子持公民

教室

など)

参加料 1人2000円(保険料

定員 40人(先着順)

対象者 小・中学生とその保護者 集合場所 市役所本庁舎駐車場 ところ ならまた湖(みなかみ町

(小学4年生以下は保護者同伴)

やつ(チョコや飴など、カヌー 装、着替え、タオル、帽子、ビ 持参するもの ぬれてもよい服 の上で食べられるもの)、 ーチサンダル、昼食、水筒、

申込開始日 7月10日休午前9 2104) 申込方法 電話で■体育課(Ⅲ (水遊び希望者) 水着



親子25組・先着順

雨具 定員 参加料 その保護者(市内在住・在勤) 対象者 小学生以上の子どもと、

持参するもの 無料 飲み物、 タオル、

子の着用や通気性の良い歩きや その他熱中症予防のため、 申込期限 2114) 申込方法 電話で本環境課(国② すい服装(長ズボンが望ましい) 8月1日金まで



★8月10日日

ところ 市総合公園(集合場所は 親子で身近な自然に触れ、観察 自由広場 時間午前10時~正午(小雨決行) で環境の大切さを学びましょう。 する体験型の学習会です。親子 ネイチャーゲームを通して、

※荒天時の場合は中止。

時30分解散予定)

●8月3日田

くってみよう!



対象者 ところ

市内の小学生

10人(超えた場合は抽選

時間

午前9時3分~正午

市埋蔵文化財センター

を作ります。

●8月2日出

市埋蔵文化財センターで勾玉

時間

①午前10時

②午後2時

※8月23日出

参加料 定員

無料

午後5時(土日・祝日を除く)。 2. 10008) < ※電話の申込受付は午前9時~ 申込期限 7月2日休 で北文化財保護課(回図210 申込方法 電話またはファクス



講師

新井コー児さん(画家)

ところ 市美術館 =午後2時~5時 分~午後〇時30分 作ってみましょう。

▽Aコース=午前9時30

▽Bコース

●8月3日田・10日田

箱の中で自分の好きな世界を

火曜日を除く) ®3215)< 定員 各コース15人(先着順 の同伴が必要です。 午前10時~午後6時(休館日の 申込期間 7月19日出~30日外 申込方法 電話で市美術館(回 **参加料** 500円(材料費) ※小学2年生までは保護者など 対象者 4歳~中学生 吉村浩美さん(造形作家)ほか



講師 皆さん 器(深鉢)=1日~2日 対象者 ※完成品は後日渡します。 =2時間 ▽高さ30秒が程度の土 土の会(土器づくりの会)の 市内の小・中学生、一般

時(休館日の月曜日を除く)。 申込方法 電話で北橋歴史資料 館(回愈4094)へ 参加料 ▽粘土5*゚タッまで=無料 ※当日参加もできます。 ※受付時間は、午前9時~午後5



夏休み映画会

観覧料 隊 / ③午後5時 2261 問い合わせ先 内容 映画「ドラえもん 新のび も共通。 太の大魔境~ペコと5人の探検 ところ 市民会館 ※3歳以上は有料です。 当日券のみ 800円(おとな・こど 市民会館(四 24

※8月2日出・3日田
 午前10時~午後4時

30分~1時間 ▽手の込んだもの

制作時間 ▽小作品(土偶など)=

ところ 北橘歴史資料館

時間

広報しぶかわ

いってみよう



! 2014

と付き添いの大人一人まで無料 入館料 ラリー帳を持参した人

休館日 ▽北橘歴史資料館、

術館=火曜日 ▽徳冨蘆花記念

文学館=年中無休

城歴史資料館=月曜日

▽市美

対象者

小·中学生

全施設を回ると、記念品を贈呈!! 文学館を巡るスタンプラリー。

> アを満喫できる施設です。 ーベキュー棟があり、

10月31日金まで

森の中にバンガローや屋内バ

アウトド

料館(北橘・赤城)、徳冨蘆花記念市の4施設(市美術館)、歴史資

▼7月19日出~8月31日田

215) 各施設の窓口にも設置します。 問い合わせ先 小・中学校で配布します。 その他 ラリー帳は、 市美術館 市内の各 また、



「結」(会長・吉兼美恵子さん)

市内の小学生

う!おもしろい本を紹介するよ!!) 介)/工作など(夏休み、本を読も

子どもと本をつなぐ会

参加費 定員 午前9時~午後5時 **申込期間** 7月18日金~31日休 館(回200644)へ 申込方法 電話か直接市立図書 30人(超えた場合は抽選) 無料



~11時30分(開場は午前9時30分)。

問い合わせ先 396 **参加方法** 当日直接会場 本企画課(阻②2

参加料

無料

ほか2本(いずれも小学生向き) 首都炎上~アニメ東京大空襲~」 内容 マアニメー「君知ってる?

所在地 申込方法 済建設課(Ⅲ徑1211) 問い合わせ先子持総合支所経 もこんにゃく/まんじゅう10個各 体験種類 企画を用意しています。 1000円、おやき5個500円 (受付は利用希望日の2カ月前から) レッヂ管理棟(国32344)へ >竹細工体験=竹とんぼ300円など 親子で田舎体験してみませんか) 宿泊者を対象に、特別な体験 中郷2537-12 〉 手作り体験 = 生い 電話でメープルヴィ

★7月23日水·30日水

時間

午後1時30分~3時30分

▼8月3日日

内容アニマシオン(本で遊ぼう)

フックトーク(いろいろな本の紹

ところ 市立図書館

ンターホール(300人) ※上映時間は両日とも午前10時 ▽7月30日冰=金島ふれあいセ M=渋川公民館講堂(72人) とき・ところ(定員) マ7月23日 一メ映画上映会を開催します。 子どもたちを対象に、平和ア



【土砂災害の特色】

災害の種類	現象	土砂災害の特徴	前兆現象
土石流	土砂と水が混合して、河川、渓流などを流下する現象。山津波ともいう ※昭和22年のカスリーン台風で、赤城町深山地区で発生。	① 宛 效 价 / □ → → → → □ 标	①崖から小石がパラパ ラと落ちてくる ②崖から水が湧き出て いる ③崖に割れ目が見える
崖崩れ	斜面上の土砂や岩塊が 安定性を失って崩落す る現象。斜面崩壊の一 種	①突発的に大きな破壊 力を持つて発生するため、人命に関わる ②発生場所や発生時刻、 被害規模の正確な予測 が難しい	①川の流れが濁り、流 木が混ざり始める ②雨は降り続いている が川の水位が下がる ③山鳴りがする
地滑り	自然の緩やかな傾斜を 持つ斜面が、重力の作 用によるでは、ところに、ところに向かって移動が、 りまれた。 がも継続かって移動が いたではいとする 現象。 はいとする はいとない ないとない はいとない はいとない はいとない はいとない はいとない はいとない はいとない はいとない はいとない はいとない ないとない はいとない ないとない はいとない ないとない ない もいとない ない もいとない もいとない もいとない もいとない もい もい もい もい もい もい もい もい もい もい もい もい もい	③地質、崩壊のしやすさ、 地下水位などの条件は 場所ごとに異なり、全 ての把握は困難	①沢や井戸の水が濁る ②地割れができる ③斜面から水が噴き出す

に付けましょう。 土砂災害を理解し、対応する知識を身る人の約50款を占めます。

過去の災害 忘れてはいけない

子持地区で市が聞き取り調査を な損害を受けました。 た集中豪雨で、 昭和62年9月の子持地区を襲っ 陥没などで被害を受けました。 った風水害で、 昭和56年9月の伊香保地区を襲 石流災害が発生しました。また、 人が被害を受け、 昭和22年9月のカスリ 赤城町深山地区では、 深山地区、伊香保地区、 元の人から当時の話を 132棟610 崖崩れ、 作物にも多大 道路の

生きてられる」「家はダメになっ なるとは思ってもみなかった。 本当に助かった」という言葉でし たけど、皆が手伝ってくれた。 「早く避難したから、今こうして

きる事はどのようなことでしょ 難を逃れる」ために、私たちがで れてはいけません。「土砂災害のないためにも、過去の災害を忘 私たちは、悲しみを繰り返さ が一様に言うことは、「こんなに 聞くことができました。皆さん

【私たちにできること】

昭和22年のカスリーシ台風で被害を受けた 赤城町深山地区の様子

物の準備	最低3日間分の必要と思う備蓄食糧・飲料水
がり午順	避難所生活に必要なもの
	危険箇所の把握
	前兆現象の現れる場所の把握
心の準備	町内の避難訓練への参加
	町内連絡網の確認
	避難経路、避難場所の確認

【行政の命を守る取組み】

①多くの防災関係機関からの情報収集

②早めの住民への情報伝達

③ハザードマップの作成

④住民懇談会による地元住民による避難ルールの作成援助

⑤出前防災講座による防災意識の醸成

す。まずは、災害に対する意識 が「主体的な防災」を育んでいき そして何より大切な事は、 を変えることから始めましょう。 える力は近所の力「共助」の力で 「学ぶ姿勢」です。自発的な行動 一人では何もできません。救 自ら

行政の取り組み

財産を、 対応体制の構築を目指していま 災行政を進めています。 あらゆる災害から守るため、 牲者ゼロ」を目指し、市民の生命、 協働により、「避難が必要なとき くの防災関係機関と連携し、 平時からの市民の皆さんとの 避難する」このような災害 土砂災害だけでなく、 市における「災害時犠 防多

子育て支援についてのご案内

お気軽にご利用ください

市では、関係者・関係機関と連携して、各種「一時預かり事業」を実施しています。

利用を希望する人は、各施設に問い合わせてください。 詳しくは、本こども課(III222415)へ。



一時預かり

保護者のパート就労や急病の時、育児疲れでリフレッシュしたい時などに、お子さんを預かります。

一時預かり保育実施内容

施設名	実施日	保育時間	対象者	利用料	連絡先	所在地		
第一保育所		左 兰 O 吐 20 八			@ 0449	渋川/坂下町2103-22		
第四保育所	月~土曜日	午前8時30分		【パート就労・急病など】	@ 3759	有馬716		
第五保育所	(祝日を除く)	- (午後4時30分	1歳	▷4時間未満=1,500円	@ 3002	渋川/元町446-1		
伊香保保育所		一位在1907	. 1920	. ***	@ 2215	伊香保町伊香保335-3		
半田保育園	月~金曜日	午前8時45分 ~ ~ 午後4時30分	以上	【リフレッシュ】	@ 2864	半田1162-1		
ひばり保育園	(祝日を除く)	午前8時30分 ~ 午後4時30分	6カ月 以上	→ 4時間未満=2,000円→ 4時間以上=3,000円	II 562144	赤城町勝保沢110-6		

病児·病後児保育

急な発熱や病気の回復期で、保育所や学校に行けないお子さんを、仕事の休めない保護者に代わって預かります。

病児·病後児保育実施内容

	施設名	実施日	保育時間	対象者	利用料	連絡先	所在地		
-	北毛保健	月~金曜日	午前8時30分	市内の					
1	生活協同組合	(祝日、年末	}	1歳~	▷1日=1,500円	@ @1419	有馬1352-1		
ć	みつばち保育園	年始を除く)	午後5時	小学3年生					

利用方法:事前登録、電話予約、医師の診察を受けることが必要です

※申込用紙などは北毛病院ホームページ (http://hokumou.coop/mitubati/mitubati.html) から印刷できます。

休日保育

保護者の就労などにより、日曜日や祝日に保育が必要なお子さんを預かります。

休日保育実施内容

	施設名	実施日	保育時間	対象者	利用料	連絡先	所在地
,	パンジー保育園	日曜日、祝日 (年末年始 を除く)	午前8時	保育所に 入所(園) している 市内の児童	○1日=2,000円 (3歳児以上)○1日=3,000円 (3歳未満児)※ともに昼食は持参。	@ 95315	金井1512-1

利用方法:所定の用紙で事前登録を行い、原則として利用日の7日前までに予約

ファミリー・サポート・センター

育児援助を「受けたい人」と「行いたい人」からなる会員組織です。保育所・幼稚園等の送迎や急な残業、病気などの時にお子さんを預かります。

まかせて会員(援助会員)募集中です。

ファミリー・サポート・センター実施内容

施設名	実施日	保育時間	対象者	利用料	連絡先	所在地
し ぶ か わ ファミリー・ サポート・ セン ター	随時	随時	おおむね 生後3カ月 ~ 中学3年生	▶ 1 時間=700円~900円 ※別途交通費・食事代などが必要な場合もあります。	@ 25200	渋川/長塚町1760-1 (渋川ほっとプラザ2階)

利用方法:おねがい会員(依頼会員)の登録が必要です

申込受付時間:月~金曜日午前8時30分~午後5時(祝日、年末年始を除く)

渋川市新型インフルエンザ等対策行動計画を策定

被害を最小にん 市民の命を守るために

見は、 か 20 ②市民の生活と地域経済に及ぼす がとうございました。 のです。 発生段階別に対策を講じていくも たいと考えられてい 内や本県、 ただきました。 エンザなどが発生した時には、 ての 提出されました。 日まで行い、 する意見公募を、 なお、 響が最小となるようにする 民の生命と健康を保護する 感染拡大を可能な限り抑制 計 三画は、 詳細は、 計画策定の参考とさせてい 策定にあたり、 次の2点に重点を置き 本市への 1人(16件)の意見 貴重な意見をあり 5月1日から 、ます。 進入は避け いただいた意 計 この 三画案に

祉課窓口で閲覧できます。 保健センター)、 画および計画案への意見につ ■健康管理課(渋川 各総合支所市民

2 1

詳しくは、

|康管理課(四②13

ZZ7143

oukawa.lg.jp)でも公表しています。 新型インフルエンザとは ホ ムページ (http://www.city.sh

ませんが、 ンフルエンザが人に感染し、 ています。 インフルエンザの発生が心配され ンザウイルスがもとになった新型 激に感染が広がる恐れがあります。 たないため、 ウイルスで、 から人に感染するように変異した へ感染するウイルスは発生してい フルエンザウイルスが、 近年、 鳥や豚の間で感染していたイン 毒性が強い鳥インフル 中国や台湾などで鳥イ 現段階では、 多くの人が免疫を持 発生した場合には急 人から人 新たに人 工

ました。

エンザ等対策行動計画」を策定し 法に基づき、「渋川市新型インフ 型インフルエンザ等対策特別措

世

l界中のどこかで新型インフル

行

が国

置 新

実に実施するため、 い感染症への対策を、

玉

迅

速

かつ

『が定めた

大な影響を与える恐れのある新

くまん延し、

人の生命

や健

では、

新型インフル

エン

ず

Ŕ

感染予防を) の死者が発生しています。 、新型インフルエンザなどに備え

ります。 同じく、 洗い、 他の人にうつさないことを心掛け ましょう。 感染と接触感染です。 流行する季節性インフルエンザと エンザなどの感染症対策にもな 新型インフル うつらないことだけでなく、 うがい、 感染経路は飛沫(ひまつ) これらは季節性インフ 咳エチケットを行 エンザも 日頃から手 毎 年冬に

インフルエンザをまん延させないために

マスクを着用する

くしゃみや咳が出ている間はマスク を着用し、使用後のマスクは放置せず、 ごみ箱に捨てましょう。

マスクを着用していても、鼻の部分に 隙間があったり、あごの部分が出たりしていると、 効果がありません。鼻と口の両方を確実に覆い、正 しい方法で着用しましょう。

〈正しいマスクの着用〉





を耳にか



すぐに捨てる



口と鼻を覆ったティッシュは、すぐ にごみ箱に捨てましょう。

周囲の人からなるべく離れる



くしゃみや咳の飛沫は、1~2メー トル飛ぶと言われています。

口と鼻を覆う



周囲にかからないよう顔をそらせ、 ティッシュなどで口と鼻を覆う。

こまめに手洗い



くしゃみや咳などを押さえた手から、ドア ノブなど周囲のものにウイルスを付着させ たりしないために、インフルエンザに感染 した人もこまめな手洗いを心掛けましょう。

住宅入居者募集のお知らせ



市では、市営住宅などの入居 者を下表のとおり募集しています。入居には、それぞれ収入制 す。また、入居時の礼金や、継 す。また、入居時の礼金や、継 す。また、入居時の礼金や、継 がありません。 が受付時間は、開庁日の午前8 で付時間は、開庁日の午前8



市営住宅などの入居者募集物件一覧

市営住宅	位 置	構造	建設年度	間取り	家賃
入沢団地 4~11号棟	渋川(入沢町)3972-4 ほか	中耐(※1) 3·4階建	昭和48~52年度	3 D K (6畳、6畳、4.5畳、D K)ほか	11,900円~44,500円
大中子団地	石原2418-1	中耐(※1) 4階建	平成4.5年度	3 D K (6畳、6畳、6畳洋室、D K)	23,800円~52,200円
元町団地(※2)	渋川(元町)100-3	木造2階建	平成5年度	2DK (9畳、6畳、DK)	18,900円~56,200円
伊香保竹子団地	伊香保町伊香保 524-150	中耐(※1) 3階建	平成8年度	3 L D K (6畳、6畳、6畳洋室、L D K)	26,800円~68,200円
伊香保苗松団地	伊香保町伊香保 476番地36	木造2階建	昭和62年度	3 L D K (6畳、6畳、4.5畳、L D K)	17,400円~36,700円

定住促進住宅	位置	構造	建設年度	間取り	階 数	家賃
金島団地	金井1585番地15	中耐(※1) 5階建	平成4年度	3DK (6畳、6畳、 4.5畳、DK)	4階	19,400円~57,800円

- ※1 中耐は鉄筋コンクリート造のこと。
- ※2 元町団地は高齢者世帯のみ入居可能。

県営住宅の入居者を募集しています

県では、現在住宅に困っている人を対象に、 県営住宅の入居を募集します。

入居者資格 親族と入居を希望する人、単身 の高齢者・障害のある人など住宅に困っている 人(収入制限や単身入居資格などの条件があり ます) 募集案内配布場所申込期間中に、県住宅供給

公社、■建築住宅課などで配布します

申込期間 7月1日(火)~15日(火)

入居可能日 10月1日(水)

詳しくは、県住宅供給公社(回027-223-5811)

 \wedge

保険年金課からのお知らせ

国保税の賦課限度額が変更され、軽減の対象世帯は拡大されます

地方税法施行令の改正で、国民健康保険(国保)税の軽減と課税限度額が、下表のとおり変更になりました。税率は変わりません。

なお、国保税の納税通知書は7月中旬に郵送します。本納税課や金融機関、コンビニなどで納付してください。また、口座振替を希望する人は振替する金融機関や郵便局で手続きをしてください。 詳しくは、本保険年金課(回22429)へ。

国民健康保険(国保)税の軽減と課税限度額の変更について

1 国民健康保険税の賦課限度額の引き上げについて

	医療分	支援分	介護分	計
改正前	510,000円	140,000円	120,000円	770,000円
改正後	510,000円	160,000円	140,000円	810,000円

2 低所得者に対する国民健康保険税の軽減対象世帯の拡大について

(1) 5割軽減の拡大…現在、二人世帯以上が対象であるが、単身世帯についても対象とするとともに、軽減対象となる所得基準額を引き上げます。

(改正前)基準額33万円+24.5万円×(被保険者数-世帯主(納税義務者)) (給与収入約147万円、3人世帯) (改正後)基準額33万円+24.5万円×被保険者数 (給与収入約177万5千円、3人世帯)

(2) 2割軽減の拡大…軽減対象となる所得基準額を引き上げます。

(改正前)基準額33万円+35万円×被保険者数 (給与収入約223万円、3人世帯)

(改正後)基準額33万円+45万円×被保険者数 (給与収入約265万9千円、3人世帯)

体育課からのお知らせ

2015ぐんま冬国体応援隊(ボランティア)を募集します

平成27年1月28日(水)から2月1日(日)まで、県総合スポーツセンター伊香保リンクにおいて、第70回国民体育大会冬季大会(2015ぐんま冬国体)スケート競技会・アイスホッケー競技会が開催され、その競技会運営に協力していただけるボランティアを募集します。

国内最高峰の冬季スポーツの祭典を、一緒に成功させませんか。

業務内容

- ①案内所などにおける受付、案内業務
- ②選手、役員などに係る弁当の配布業務
- ③競技会場内およびその周辺の美化・清掃業務
- ④もてなし接待所における湯茶などの接待業務
- ⑤競技会の写真などの撮影・記録業務

|参加要件

競技会の成功に積極的かつ意欲的に取り組む心身ともに健全で、15歳以上の個人または団体。 ただし、18歳未満の人は保護者の同意が必要です

申込方法

登録申込書(第70回国民体育大会冬季大会スケート競技会・アイスホッケー競技会渋川市実行委員会事務局(■体育課内)にあります)に必要事項を記入し、郵送、ファクス、Eメールまたは直接持参により体育課(〒377-8501・石原80・圏 22132・圏 kokutai@city.shibukawa.lg.jp)へ提出してください

募集期間 12月1日(月)まで

詳しくは、体育課(四20131)へ。

農業などで共同活動を行う組織を支援

奨励金で企業を支援

対象活動 その他の者で構成される組織 れる組織または、農業者および 対象組織 活動の実施→⑤活動の記録・報告 計画の策定→③市との協定→④ 事業の流れ 業の概要は次のとおりです。 動を行う組織を支援します。 の新設・増設を計画している企業のみなさん必見! ①点検活動 農業者のみで構成さ ①組織の設立→②

多面的機能支払交付金

多面的機能の維持に係る共同活 産・水源かん養・国土保全など、 農業・農村の有する、 食料: 事

策定 泥上げなど) ⑤保全管理構想の 道などの基礎的保全活動(草刈り、 関する研修 計 画の策定 ⑥申請·年度計画·実績報 ③事務・組織運営に ④農用地・水路・農



ます。 =10アール当たり250円~ ※活動内容により金額が変わり ル当たり2000円~ たり3000円~ 交付金単価 告および各種帳票の作成事務 ▽田=10アール当 ▽畑=10アー ▽牧草地

業は5年間の継続が必要です は農振農用地に限ります 注意事項 詳しくは、 ①対象となる農用地 ■土地改良課 (**Ⅲ**

22213) \square

い賦課される固定資産税に対し 工場設置奨励金 支援しています。 奨励し、 古 |定資産税相当額を5年間 市内に立地する企業を 工場新設に伴 ①工場の新設は、 満たしている工場です 額を交付します 住する従業者のうち、 投下固定資産

雇用促進奨励金 ※限度額は年500万円。 交付します 新設した工 場 ②工場の増設は、 〇万円以上であること 償却資産の取得価格)が50 下固定資産税が3000万円以

増設部分の投

Ŏ

工場の新設と増設、

雇用促進を

市では、産業の推進を図るため、

できる工場は、次の規定基準を 奨励条件 奨励を受けることの 用された人数に10万円を乗じた の日から6カ月以上継続して雇 において新規雇用した本市に居 ※限度額は500万円、1回限り。 事業開始

その他 以上、または5人以上を従業員 ③常時雇用する従業者数が15 す。計画がある場合はご相談くだ ④市税に滞納がないこと として新規雇用すること 県の優遇措置もありま

額 (工場設置に関する土地・建物

興課(四22596) 申請・問い合わせ先

商工

振

Contraction to the Contraction to the Contraction of the Contraction o

市内に1年以上住んでいる学生で、就学の意 欲と能力を持ちながら、経済的理由によって就学 が困難な人

上であること

※他の制度による奨学金との併用が可能です。

▷高等学校など=1万円以内 ▽高等 専門学校=1万5,000円以内 ▷大学、短期大学 =3万5,000円以内

※奨学金は、4月にさかのぼって支払われま

申請用紙(■教育総務課にあり 事項を記入し、教育総務課へ

※申請用紙は、市ホームページ (http://www.city. shibukawa.lg.jp/)からも印刷できます。

期 8月1日金まで

教育総務課(回22076)

かいかいかいかいかいかいかいかいかいかいかい

渋川市環境審議会委員募集

夏の県民交通安全運動

間は、夏の県民交通安全運動期 間です。次の5つの「運動重点 心掛けましょう。 項目」を確認して、 7月11日金から20日日の10 交通安全を 日

ようにしましょう。 車の直前・直後の横断はしない 認をしっかり行い、 横断が終わるまで左右の安全確 ①子どもと高齢者の交通事故防止 道路を横断する時は、 飛び出しや 道路の

②飲酒運転の根絶

意を持つとともに、 ない・させない」という固い決 認識し、「飲酒運転を絶対にし 飲酒運転の危険性や違法性を 飲酒運 転の

> しましょう。 車には絶対に同乗しないように

スローガン/事故のない

群馬はあなたの

注意から

の徹底 ③全ての座席のシートベルトと チャイルドシートの正しい着用

よう。 ルドシートを正しく着用しまし ての席でシートベルトやチャイ ●自動車に乗車する場合は、 全

④自転車と二輪車の交通事故防止

厳守しましょう。 停止や信号などの交通ルールを 両であることを再認識し、 ●自転車は、 道路交通法上の車 一時

はやめましょう。 ジグザグ走行、 分注意し、渋滞時のすり抜けや 無理な追い越し

⑤出会い頭事故・追突事故の防止

では、不意の飛び出しなどの危 を徹底し、見通しの悪い交差点 全確認を徹底しましょう。 険を予測して、徐行や左右の安 直前で確実に停止して安全確認 時停止交差点では、停止線

による合図を行いましょう。 正しいタイミングで方向指示器 し、追突事故に遭わないために、 前車との十分な車間距離を確保 ●追突事故を起こさないために、

本市民生活課

近では速度を控え、対向車に十

二輪車は、カーブや交差点付

住み良い環境づくりのために皆さんの意見を!

します。 川市環境審議会」の委員を公募 見を直接反映させるため、「渋 市では、 環境政策に市民の意

出されます。 種団体の代表者からも委員が選 る機関で、 基本的事項について調査審議す 適な環境の保全と創造に関する この環境審議会は、 他に学識経験者や各 良好で快

9日

応募方法

用紙

(様式は問

1,

ま

任期 応募資格 関心のある20歳以上の人 場合は選考) 募集人数 5人(応募者多数 参加できる人 ▽平日の昼間に開催する会議 (年2~3回の開催を予定)に 8月10日~ ▽市内在住で環境に 平成28年8月 0

性別、連絡先を明記の上、関心 せん)に、住所、氏名、年齢、 $\frac{1}{4}$ 直接または郵送で本環境課(〒 のある環境項目についての作文 応募期限 377-8501:石原8)へ 活動など・400字以内)を添え、 (自然環境、地球環境、 詳しくは、 7月18日金(必着 環境課(四221 環境保全

赤城地区で対話集会を開催しました

市政に対する市民の意見を、市長が直接聞く機会と て開催している「対話集会」が、 5月16日に赤城総 合支所で開催されました。

今回は、赤城赤十字奉仕団や赤城地区民生委員児童 委員の11人が出席して、市長や副市長などと懇談。 参加者からは、企業誘致や雇用問題、若者の婚活支援 などについての質問や提案が出され、活発な意見交換 (本秘書広報課) が行われました。



渋川ほっと

ツ行

自分に合った運動で 誰でも楽しく健康に

ラクターという立場は好みでは 特徴的。資格が必要なインスト す。また、そのコーチスタイルも

もたちへの柔道の指導をするか部長を務める津久井彦一さん。部長を務める津久井彦一さん。っている感じかな」と話してく たわら、 務めています。 動が好きな人同士で一緒にや かを教えるというよりも 北毛華道会の副会長

多くのスポーツに携わってい す。以来40年以上、柔道 赤城村では、ほとんどの たのは20代後半の 津久井さんが体育協会に入 事に駆り出されたそうで 時。合併 を始 スポ 前 ま め 0 の競技スポーツの経験と、築いな津久井さん。これからも、長年 をやってきた」と、 いるために、「一市民一スポーツ」かして、みんなが楽しく健康で てきた人と人とのつながりを生 露しました。

伎の演目、「白波五人男」を披発案。地元の子どもたちが歌舞 舞伎舞台での選手団歓迎行事を やってきた時には、上三原田歌 誘致しました。さらに、選手団が 村に柔道の代表選手団の合宿を ピック開催時には、当時の あり、平成16年のアテネオリン 久井流とのこと 長年柔道に関わってきた縁も 赤城



津久井彦一さん (赤城町敷島・70歳)

長年スポーツ指導に関 わってきた津久井さん。 国外で柔道の指導経験 もあるそうです。

サークル仲間

り返るとさまざまなこと

感慨深そう

デッサン蕗の会

日常の喧噪から離れて静かなひと時を楽しむ



都丸京子さん **11 2 4 6 1 9 4**

人物デッサン 容 程 第1.3.4金曜日 午後2時~4時 場 所 渋川西部公民館

会員数 6人 ☆一言アピール☆

モデル(着衣)のデッサンが主 な活動内容です。あっという間 の充実した2時間。絵の巧拙に 関係なく歓迎しています。指導 することもできますので、興味・ 関心がある人は、ぜひ私たちの 活動をのぞいてみませんか。







親

渋川西部公民館「家庭教育学級」

子そろって成長するために子育てについて学ぶ

6月9日に渋川西部公民館で、「家庭教育学級」が行われました。始めに自己紹介を兼ねた遊びを行い、参加者たちはリラックスした様子で学級をスタート。その後、童歌や、ピアノに合わせた遊びに親子そろって取り組みました。途中の休憩では、講師が持ってきたカタツムリに怖がりつつも興味津々で見入る場面も。全8回となる第1回目を楽しく終えた参加者は、早くも次回が楽しみな様子でした。

講師の童歌や、絵本の 読み聞かせに聞き入る 参加者たち(右) お母 さんと遊ぶの楽しいな (左上) わぁ~かたつ むりだ(左下)



みゆきだ保育園「苗の植え替え」 ニモ負ケズ、太陽 に向かって元気に育て!

例年より早めの梅雨入りとなった6月6日、みゆきだ保育園で「ヒマワリの苗の植え替え」が行われました。ヒマワリの種は4月に園児たちが植えたもので、そく育った苗を、老ターに植え替え。園児たちは、夏にからはなが咲く替えをしました。最後でである。最近の植えをはながらいました。最近の地域の歌や踊りを披露しました。

夏のヒマワリの鑑賞会には、ど のくらい大きくなるのか楽しみ です

クの見方》

=本庁舎 ==第二庁舎

伊香保総合支所 小=小野上総合支所

赤=赤城総合支所 = 北橘総合支所 Ⅲ=電話番号

ファクス番号 とき・期間 ₩=Eメールアドレス

丽=ところ 内=内容 対=対象者 ・医師 定=定員

参加料・入場料 博=持参するもの 問=問い合わせ先 =申込・参加方法

=申込期間・開始日・期限

国数0500

市社会福祉協議会

福

祉

いる人で、次の①または②

常時おむつを使用して 市内にある住宅で生活

81,945人(男39,991人、女41,954人)

22-2111

31,740世帯

■本庁・各総合支所の電話番号

□ 伊香保総合支所 12-3155

□小野上総合支所 1 59-2111

人口と世帯/平成26年5月末現在

□本庁舎・第二庁舎

5月のうぶごえ 男の子22人、女の子20人

申請書・添付書類の提出が 認できるもの(介護保険証) 項を記入し、身体状況が確 ※前回に給付を受けた人も 本所または各支所へ提出 住地区の市社会福祉協議会 育手帳)の写しを添えて、居 身体障害者手帳、または療

院などの入院者は除きます。 ※福祉施設入所者および病 育手帳の交付を受けている ②身体障害者手帳または療

①要介護度1以上の人

に該当する人

前8時30分~午後5時15分

護監修者)

ドラマ「任侠ヘルパー」の介

中田光彦さん(テレビ

7月1日以~25日金午

124-1211

2 回。 ※給付回数は9月・2月の年 1)決定者に別途通知します) 紀付時期 9月(配付日は給 ただし、要介護度1

※市外局番は0279です。

□赤城総合支所 **四**56-2211

□北橘総合支所 圓52-2111

□子持総合支所

2の人は9月給付の年1回。 議会にあります)に必要事 申請書(市社会福祉協

> ネットワーク講演会 **高齢者等あんしん見守り**

本地域包括支援センター

1222179

方法、 分~3時30分 緒に考えてみませんか。 ネットワークについて、 高齢者虐待を未然に防ぐ 8月8日金午後1時30 発見した時の対応や

子持社会体育館サブア

待の予防と対応 地域における高齢者虐

広 告 給水栓パッキンの無料配布

■水道課(Ⅲ222119)

市では、水道週間に引 き続き7月31日まで、水 道課窓口で給水栓パッキ ンを1世帯2個まで無料 配布しています(閉庁日 を除く午前9時~午後5 時・配布済みの世帯は除 く)。なお、総合支所で は配布していません。

書と一緒に配布します) てください(一覧表は申請 会福祉協議会指定の紙おむ つの中から1種類を選択し (土・日曜日、祝日を除く) 紙おむつの種類は、社

般市民

無料

りネットワーク協力者、一

高齢者等あんしん見守

地域包括支援センター(™@ 103 電話またはファクスで

送信してください。 氏名・電話番号を記入して ※ファクスの場合は、

センターへ。 詳しくは、 7月28日月まで 地域包括支援

広告募集中

■生涯学習課Ⅲ②2500

8月28日休午後1時30

しぶかわ能

分(開場は午後1時から

催

物

〈ふれあい浴場〉 渋川老人福祉センター 渋川老人福祉センタ からのお知らせ **超**31765

(無料巡回バスの運行) 浴場の無料開放(市民のみ) 毎週日曜日

7月27日(日)

渋川老人福祉センター内

メ渋川、 駅発、 後2時センター発 福祉センター着。帰りは午 9時50分スカイテル 午前9時15分金島 10時15分渋川老人

(健康相談)

御蔭) 7月10日休午後1時30分 塚越秀男さん(渋川 渋川老人福祉センター

25 日 (月) 4日(月)、 〈8月の休館日〉 11日(月)、 18日(月)

国民年金保険料免除の申請は毎年必要です

国民年金には、所得が少なくて保険料を納める ことが困難な場合に、一定の基準により保険料が 免除される制度があります。また、30歳未満の人 には、保険料の納付が猶予される「若年者納付猶 予」制度があります。

〈保険料の免除申請〉

免除や若年者納付猶予の申請をすると、本人、 配偶者および世帯主(若年者納付猶予では世帯主 は除く)の前年の所得を基準に審査が行われ、承 認されると保険料の全部または一部が免除(若年 者納付猶予では全額が猶予)されます。

※一部免除では、所得に応じて4分の3免除(4分 の1納付)、半額免除(半額納付)、4分の1免除(4 分の3納付)になります。

〈免除の承認を受けると〉

承認を受けた期間は、将来年金を受けるために 必要な期間(受給資格期間)に算入されます。

※一部免除の承認を受けた場合は、減額になった 保険料を納めないと未納と同じ扱いになります。

〈申請は忘れずに〉

今まで全額免除や若年者納付猶予の承認を受け ていて継続申請をしていない人や、一部免除の承 認を受けていた人は、6月で承認期間が切れてい ます。引き続き免除などを希望する場合には、忘 れずに申請の手続きをしてください。

詳しくは、渋川年金事務所(囮②1607)または 本保険年金課(囮②2429)へ。

昨年の様子

狂言「附子」、仕舞「兼平」
内 観世流能楽「安達原」、 がねならかれる。 市民会館大ホール

から市民会館、 2000E 入場券を、 7月10日休 生涯学習課

ほ

לל

义

書

館

市立図書館 惟し物案内

太郎」「ねずみの嫁いり」 べないホタル」「うらしま 〈子ども映画会〉 7月12日出午後2時 参加料は無料です。 勇気あるホタルとと

0

市立図書館 いずれも会場は市立図書 **2**20644

紙芝居など ▽絵本= とした絵本の読み聞かせや 子どもとその保護者を対象 幼児、小学校低学年の

(映画鑑賞会) 萌えの子」の皆さん うひのしずく」ほか

読み手 渋川読み語りの

出:浅利慶太/劇団四季の オリジナルミュージカル) たマジョリン」(企画・演 「劇団四季 魔法をすて 7月20日旧午後2時

(萌えの子おはなし会) 7月19日出午後2時

で販売します

広告】

広告募集中

広 告

クの見方》

本=本庁舎 = 第二庁舎

伊香保総合支所 小=小野上総合支所

子持総合支所 赤=赤城総合支所

北橘総合支所 Ⅲ=電話番号

ファクス番号 M=Eメールアドレス とき・期間 || こところ 内=内容

対=対象者 講師・医師 定=定員

=参加料・入場料

問=問い合わせ先 =申込・参加方法

=申込期間・開始日・期限

5

募

集

て実施しています。

次の①~③の全てに該

アジサイの せん定ボランティ

■都市計画課Ⅲ②2073 時(小雨決行) 7月18日金午前9時 花ばさみ

る作業。主に花殻摘み 初心者でも簡単にでき 小野池あじさい公園

当日会場へ

浄化槽一 お 知 「工コ補助 らせ

金

訂正とおわび

定疾患等見舞金の支給」につ

いて、表記に誤りがありま

した。正しくは、「市役所開

庁日を除く」ではなく、「市

訂正しておわびいたしま

役所閉庁日を除く」です。

す。

一下水道課

国22120

6月15日号の9ページ [特

浄化槽「エコ補助金」事業 置者に補助金を交付する、 を個人設置型に限り延長し 合併浄化槽に切り替える設 独浄化槽やくみ取り槽から 県では今年度に限り、単

樹木の伐採のお願い **連路上に張り出している**

■土木管理課回②2117

木の伐採や枝払いをしてく られる土地の所有者は、 ます。このような状況が見 妨げになっている所があり した樹木や倒木が、 道路や歩道に枝の張り出 通行の

入口前

無料

運動のできる服装、

室

集合場所

総合公園体育

りません。 る区域内の場合は対象とな 事業の対象地域で浄化槽 区域内や、市の浄化槽設置 は農業集落排水事業の実施 浄化槽の使用を開始するもの ③平成27年3月末日までに 象地域(個人設置型)のもの ②市の浄化槽転換補助の対 合併浄化槽を設置するもの くみ取り槽を原則撤去処分し、 ①既存の単独浄化槽または 当するもの ※下水道の認可区域内また (市町村設置型)を設置す

せてください ※予算の範囲内で先着順。 下水道課まで問い合わ 1基一律10万円

スポ

時間程度を予定) 分集合(ウオーキングは1 キング教室を実施します。 を予防するために、 ||体育課 市では、 7月13日田午前9時30 生活習慣病など **1**22104 ウオー

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
- ※長期掲載割引あり。 ※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 本秘書広報課(回22182)

原因で、歩行者などに事故 を問われることがあります。 が発生した場合には、 により樹木の所有者が責任 道路に張り出した樹木が

どに十分注意してください やNTTに連絡し、立ち会 4055)または土木管理課 確保と、樹木からの転落な いのもとで行ってください 作業は、 ▽通行車両や歩行者の安全 、作業時の注意事項 電線や電話線がある所 渋川土木事務所(四 事前に東京電力㈱ \mathcal{O}

広告募集中

広 告 内用運動靴、

飲み物

運動のできる服装、

室

市内在住・在勤・在学の人

話で体育課へ申し込んでく

4人1チームとし、

電

出料1カ月1000円

飲み物

料など)、スケート靴

1カ月3000円(保 市内の幼児~成人

内用運 内で軽スポーツを行います 荒天の場合は、 当日直接会場へ 動靴 飲み物 体育館

ツトゴ ル

7月7日/月午前9時~ 敷島緑地公園マレット ーツクラブ」教室紹介

20)^. ブ小松宏和さん(囮徑01 いきいき健康スポーツクラ ■体育課 いずれも耳・固は、 **2**2104

験教室〉 〈夏のローラースケー · ト 体

8 回 正午(8月16日を除く・計 出の毎週土曜日午前9時 7月5日出~8月3日

に指導します 大会出場選手が楽しく丁寧 ローラースケート全国

後期高齢者医療制度

後期高齢者医療制 度の保険証が、8月 1日から新しく薄い

紫色になり、うぐいす色の封筒で7月中 に郵送します。古い保険証は、 8月1日 以降は使用できませんので、期限経過後 にご自身で破棄してください。

〈保険証の窓口交付〉

保険証を市役所の窓口で直接受け取り たい人は、7月10日休までに受け取りを 希望する窓口(本保険年金課または各総 合支所市民福祉課)へ連絡してください。 窓口交付開始日 7月18日金

本人であることを証明するもの(運 転免許証など)

保険年金課(四22461)

7月9日 水まで

他 連絡してください 申し込み時に靴のサイズを ト、ガードは貸し出します。 〈体幹トレーニング教室〉 スケート靴、 ヘルメツ

料など)

8月8日金、 7月11日金、 22日金午前10 18日金、

辰巳町) ーツクラブハウス(渋川) 時~11時30分 渋川いきいき健康スポ

計 7 回)

せやすい体づくりをします を引き締め、太りにくく、 ーニングを中心にお腹周り 体幹(腹筋、 市内の成人 背筋)ト

8人(先着順 1 力月 5 0 0 円 (保険

> 康・仲間づくりをします 小学生

険料など) 1カ月1000円(保 室内用運動 飲 3

市内の幼児(5・6 歳

10人(先着順

8時45分(8月15日を除 金の毎週金曜日午後了時~ ツ体験教室〉 〈夏の幼児・小学生スポ 7月11日金~8月29 室内用運動靴 ボール遊び、鬼ごつこ 渋川中学校体育館 飲み 物

「スカイテルメ渋川」休館日のお知らせ

サウナ室改修工事のため 7月28日(月~31日(木)の間休館します 7月8日(火は営業します

スカイテルメ渋川(回201126)

または三観光課(回222873)



道の駅こもち朝市 夏野菜即売会」



子経済建設課四241211

7月20日(日)午前7時~11時 盽

楽しく運動をして健

「道の駅こもち」特設テント

内 トマト、キュウリ、ナス、タマネギ、ブル・ ベリー、モモ、花などの販売

正午

(石原)

ローラースケートリンク

コマツスポーツクラブ

市民体育館

ヘルスバレー

||体育課

22104

7月13日(日午前9時~

軽スポーツ交流大会

市スポレク協会

ださい

||体育課

22104

渋川いきいき健康スポ

11 時 所

ゴルフ場 400円(入場料、

レンタル料・当日集めます)

312) ^ ルフ部・長岡さん(四6)2 市体育協会マレットゴ

平成26年7月1日号

19

揭示板

掲載希望は本秘書広報課 (**凪**②2182)へ

《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 **協**=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

平成26年度「農と食の生き生き 体験こども塾」参加者募集

問8月1日(金)午前9時~午後 1時 開東立農林大学校農村婦人の家(高崎市箕郷町西明屋1005) 内農作物の収穫、収穫野菜を使用した調理実習 対小・中学生とその保護者 〒10組(原則、保護者は1人まで・超えた場合は抽選) 費500円(材料費)

申 往復はがきに、住所、氏名(子どもと保護者両方)、子どものふりがな、学校名、学年、電話番号を記入して、県立農林大学校研修部就農支援係(〒370-3105・高崎市箕郷町西明屋1005)へ

問 県立農林大学校研修部就農支援係(**Ⅲ**027-371-3841·**Ⅲ**027-371-6968) **Ⅲ** 7月18日金必着

恵の園 納涼祭

問 7月25日(金)午後5時~8時(雨天決行) 所 社会福祉法人恵の園(渋川/明保野4418) 内 盆踊り、模擬店、各種アトラクションほか 問 社会福祉法人恵の園(Ⅲ221730・Ⅲ238147)

平成26年度ぐんま県民カレッジ 「地域の学校開放講座」

時・内 ①7月29日(火)=金属材料試験(引張試験など) ②7月31日(木)=表計算ソフトを用いたカレンダー作り ③8月1日(金)=かんたん自動車整備 ④8月4日(月)=モーターのしくみについて ※各講座とも、午前9時~午後0時50分で行います。講座は複数選択可能。

平成26年度地区別ミニ就職面接会 (北毛会場)開催

福祉・介護分野への就職希望 者などを対象に、求人事業所と の就職面接会を開催します。

問 8月3日(日)午後1時30分~ 3時30分 厨 渋川ほっとプラザ

費 無料 申 当日直接会場へ問 群馬県福祉マンパワーセン

閻 群馬県福祉マンパワーセター(**Ⅲ**027-255-6600)

無料警備講習(渋川会場) 受講者募集

時 7月31日(木)~8月11日(月)の土日を除く8日間 所 シルバー人材センター 対 55歳以上で警備業に就業意欲があり、全日程参加できる人 定 20人申県内ハローワークで申し込んでください 問 群馬県長寿社会づくり財団(1027-255-6400)期 7月23日(水)まで

業務改善助成金のご案内

この助成金は、中小企業の事業主の皆さんを支援する制度です。

助成金は、事業場内で最も低い800円未満の時間給(時間換算額)を40円以上引き上げ、就業規則の作成・改正、賃金制度の整備、労働能率の増進に資する設備・器具の導入、研修などの業務改善を実施するために要した業務改善経費の2分の1(ただし、企業全体で30人以下の事業場は4分の3)を助成する制度です(助成金の上限100万円、下限5万円)。

7月は第64回"社会を明るく する運動"の強調月間です

"社会を明るくする運動"は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築くための運動です。 重点事項①「立ち直りを支える取組についての協力の拡大」②「就労・住居等の生活基盤づくりにつながる取組の推進」統一標語「再出発を見まもり、支える社会に。」 "社会を明るくする運動"渋川

ゴスペル体験

地区推進委員会

時 毎週土曜日午後6時30分~8時30分 所 ゴスペルハウス(八木原1393) 置 無料(入会する場合は、会費月額1,000円) 問 ゴスペル星組・上原博美さん(回090-3525-0217) 他 ホームページ(http://www.g-gospel.net/hosigumi/)を参考にご覧ください

サマージャンボ宝くじとサマージャンボミニ6000万の販売開始

いずれも発売期間は7月4日 (金)~7月25日(金)、抽選日は 8月5日(火)、問い合わせは、 公益財団法人群馬県市町村振興 協会(配027-290-1350)へ。 ※収益金は、地域住民の福祉向 上のために使われます。

サマージャンボ宝くじ賞金 ▷1等 = 4億円前後賞各1億円 ▷2 等=1,000万円 ▷3等=100 万円 ▷その他=4等以下の少 額賞金あり サマージャンボミニ 6000万賞金 ▷1等=6,000万円 ▷2等=600万円 ▷3等=60 万円 ▷その他=4等以下の少 額賞金あり 保健センター(回窓1321)

支援について=

三渋川

市

<u></u>22429)

平成25年度の市の死因別



元に問い合わせてくださ 勤務先や健康保険証の発行

制

度につい

7 |

本

保

保健 病であ 危険因子(肥満、 脈硬化が深く関係 クシンドローム(メタボ)の と判定された人は、 はど飛躍的に進行します。 保 市が実施している国民健 指導を受けて早めに生 脈硬 険特定健康診査(特定 脂質異常、 ij 化 メタボやその予備 ば 発症 メタボリッ 高 喫煙)が多 しています。 [血糖 高

梗ぎ4人に1-死亡割合に 大に1-卒中などの 人の死因 その よると、 ほ 市 には動 循 環器 心筋 民の 5月1日号16 については、 て参加してください で、 のご案内」を郵

よう。 対 象者には 「特定 保



改善 を 応 援

【特定保健指導の対象はどんな人?】

保険に加入している人は、

は

医

資保保

実 指

ています。

国保以 者ごとに

外の

健 施 ※特定健診

l`特定

保

健

特定健診の受診結果で、異常が認められたメタボの危険因子の項目数で判定します。 特定保健指導の種類は、メタボの危険度により下記の2コースがあります。

特定健診 判定結果

25 以上 ※ または 男性 85㎝以上 女性 90㎝以上 ●血圧に異常

[収縮期=130mmHg以上]

特定健診の詳しい

内

広報し

ぶか・

わ

ージをご

日程と会場を確

認

送

L

ま 健

す

または [拡張期=85mmHg以上]

2血糖に異常

[空腹時血糖=100mg/dL以上] または [HbA1c(NGSP値)=5.6%以上]

③血中脂質に異常

[中性脂肪=150mg/dL以上] または [HDLコレステロール=40mg/dL未満]

4 喫煙歴がある

※ BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

危険度·中

危険度·大

メタボ予備群 〈ひと工夫コース〉 生活習慣病のリスクが 出始めています!

メタボ該当 〈しっかりコース〉 生活習慣病のリスクが 重なっています!!

特定保健指導の対象者



※医療機関への受診が勧められ る、または血圧、血糖、血中 脂質の薬剤治療を受けている などにより、対象外とさせて いただく場合もあります。

Q. 特定保健指導の参加費は無料って本当?

お金をかけずに健康度がアップするならお得よね。 病院に通うようになると家計にひびくし、今のうちに 参加しておかないと損かしら?

そうです。無料なんです!

参加費は市国民健康保険からの助成により無料! 無料で専門家からアドバイスが受けられます。

結核・胸部レントゲン検診/追加検診を7月28日に実施します

今年度まだ結核・胸部レントゲン検診を受 対 診していない40歳以上の人

7月28日(月)午前9時15分~11時15分

■渋川市保健センター

費 無料

持 結核・胸部レントゲン検診受診票(検診の申 込者には、事前に送付済みです)

渋川市保健センター(回291321)

ENJOY SPORTS!

毎月掲載/第4回

森林浴で心も体も健康に!

このシリーズは、スポーツを通じて市民の 皆さんに健康で豊かな生活を送っていただく ことを願い、情報をお知らせするものです。

心身のリフレッシュに最適なオ ススメの森林ウオークスポットについて紹介 します。

「森林浴にはこんな効果が」

果があるといわれています。 質の濃度上昇などが実証され 疲労の解消、抗がんタンパク 体への作用では、血圧の降下、 の改善など気持ちが安らぐ効 す。森林浴の心への作用とし 康をもたらしてくれることで トは、心と体にたくさんの健 ており、予防医療に大きく役 ては、ストレスの軽減、うつ 森の中を歩く最大のメリッ

立つと期待されています。 「森林セラピーとは?】

唯一、民営公園での森林セラ 所あります。 そのうちの1件 認定された場所が全国に57カ に新たに認定を受け、全国で から)です。今年の3月20日 か、市内にある「赤城自然園 的に検証したものを「森林セ フピー」と呼び、その基地に (夏の開園期間は7月11日金 これらの癒やし効果を科学

> らしい自然が広がっています。 丁寧に管理された美しく素晴 のため入場料が掛かりますが、

さんあります。森の中は涼し

市には、美しい自然がたく

く、空気も清らかで、毎日の

蒸し暑さも忘れさせてくれる

場所です。

絶景です。 224ヘクタールの広大な自 ヤマツツジが咲き誇る光景は ては新緑が非常に気持ち良く、 然公園です。春から夏にかけ ツ岳を中心に広がる、総面積 県立伊香保森林公園は、二

や野ウサギなど野生動物に出 車いすの人も気軽に森林ウオ 合えるかもしれません。 をゆっくり見ていると、リス の経験がない人や、お年寄り、 道が整備されています。登山 まなハイキングコースや散策 自然の空気を感じながら花木 - クを楽しむことができます。 伊香保森林公園は、さまざ

ませんか。 は自然のクーラーで気持ち良 複数の風穴があり、散策の後 森の中で心も体もひと休みし く涼むことができます。 この機会に街から離れて、 また、伊香保森林公園には

ピー基地となりました。民営 散策なら伊香保森林公園

この連載では、

毎月のスポーツ教室を紹介

皆さんの健康増進やリフレッ 開催する様々なスポーツ教室 シュにぜひ役立ててください 報を提供していきますので ツ教室に気軽に参加できる情 や申し込み方法など、スポー を紹介していきます。開催日 各月に市が



教室紹介 7月のスポーツイベント・

〈駅からハイキング〉

JR東日本が実施する日 帰りのハイキングイベ す。渋川駅からあじさい 公園までのコースで、自由 にまち歩きを満喫できます。 開催日:7月1日(火)~ 7日(月) 受付時間:午前9時~11時

受付場所: 渋川駅観光案内所 参加費:無料

問い合わせ先:■観光課

222873



健康の道しるべ事規載

疾患」「三叉神経痛」が挙げ C「帯状疱疹」「糖尿病」「脊椎

機関に問い合わせてから受診

困っている人は、

事前に医療

することをお勧めします。

ますが、代表的なものとし

延こす原因はたくさんあり

神経障害性疼痛」を引き

善性疼痛」になってしまう可

能性があります。

きる痛み」と定義されます。 る(傷つく)ことによって起 明らかにされてきています。 いのですが、少しずつ病態が は一体何でしょう。その詳細は、 かの原因で神経が障害され その言葉が示すように「何ら まだ分かっていないことも多 イーシャルでよく耳にします。 痛みの原因が長期にわた 「神経障害性疼痛」と 経 障害性疼痛」とは、

が無くなっても神経が傷つ り神経を刺激する状態が続 けられてしまうと、「神経障 あるいは痛みの原因 主な治療法として、「薬物療

効きにくくなり、治療に難渋 要になってきます。 障害性疼痛」に対する治療が必 することもしばしばで、「神経 みが生じるようになります。 たけでも痛い」など、多彩な痛 ように痛い」「衣類がこすれた こうなると通常の痛み止めが 焼けるように痛い」「しびれる

の痛み止めがよく効きます。 ると、「電気が走るように痛い」 い「神経障害性疼痛」へ移行す 容性疼痛)、炎症を抑える通常 れて痛みが起きるので(侵害受 ところが、神経が傷ついてしま 経末端の侵害受容器が刺激さ 障害性疼 痡 61

いう言葉をテレビなどのコ

最近「神経障害性疼痛」

最初の頃は、

麻渋 酔 川 総 科 合 医病 師院

一人ひとりの 豊かな人生のために

対応できるというわけではな

いため、「神経障害性疼痛」に

たものがあります。これらの

療法」「認知行動療法」といっ 法」「神経ブロック療法」「理学

治療法は、全ての医療機関で

女共同参画

隔月4回掲載/第2回 本市民生活課

男女平等意識の高揚と人権尊重 ~男女の人権が大切にされるまちにしましょう。

市は、渋川市男女共同参画計画後期計画の中 で、男女共同参画社会の実現を目指す目標の つとして、「男女平等意識の高揚と人権尊重」 を掲げています。

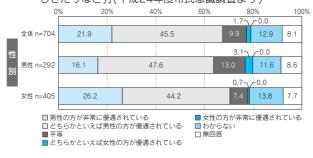
市では、この目標に基づいて男女の人権が守 られるように、制度や慣行の見直しをしたり、 人権の大切さについてお知らせをしたりしてい ます。また、DV(ドメスティック·バイオレ ンス)をはじめとする女性に対する暴力の根絶 を目指しています。

これらの取り組みをより充実させるために、 市では職員に対して、男女平等や人権尊重につ いての研修を行っています。研修を通じて職員 一人ひとりの意識を高めるとともに、男女共同 参画の考え方を市が実施するさまざまな事業に 反映させていきたいと考えています。

また、市民の皆さんに向けて、意識改革のた めの広報記事掲載や、身近なテーマでの講座な どを開催し、男女共同参画に関する意識を高め る機会を提供していきます。一人ひとりの意識 が高まることにより、男女の人権が大切にされ るまちになっていくことを目指します。

〈後期計画指標〉社会通念、慣習・しきたりに おいて男女平等であると感じている市民の割合 平成24年度:9.9%⇒平成30年度:15.0%

「社会における男女の地位について(社会通念、 しきたりなど)」(平成24年度市民意識調査より)





食の歳時記 vol.4

今回のランチョンマット



『ナスのチーズ丼』

(「骨コツ健康料理教室」使用メニュー)

Α

・だし汁…大さじ1

・みりん…大さじ1

・砂糖…大さじ1/2

・酒…大さじ1

・しょうゆ…大さじ1





伊香保地区食改推 塩野さん

食育ワンポイント

ナスはインドが原産地とい われ、千年前にはすでに日本 でも栽培されていました。群 馬県の平成24年産出荷量は 高知県、熊本県に次いで全国 第3位(農水省調べ)です。

材料(2人分)*****

- ·ナス…2本(200g)
- ・油…大さじ1
- ・溶けるスライスチーズ…2枚
- ・いりゴマ…大さじ1/2
- ·大葉…5枚
- ·かつお節…3 g
- ·ご飯…300g

- ①ナスを縦半分に切り、皮に斜め格子状の切り込み を入れ、下1cmを残し切り込みを縦に1本入れる。 大葉は2枚を残して3枚を千切りにする。
- ②油を熱したフライパンにナスを入れ、表面が薄 いキツネ色になるまで焼く。Aの調味料を加え てナスにからめながら加熱する。
- ③火を止め、半分に切った溶けるスライスチーズ をナスの縦に入れた切り込みにはさむ。
- ④器にご飯を盛ってナスを乗せ、タレをかける。 かつお節、炒りゴマをかけ、大葉を飾る。

〈1個分の栄養価〉

エネルギー・・・459kcal カルシウム…183mg

タンパク質···11.8g 塩分…1.9 q

撮影場所:河鹿橋(伊香保町)

撮影日:平成26年5月13日

撮影者:大澤恵美子さん(八木原)





【伊香保温泉河鹿橋の新緑】



市内で撮影した写真 を募集します。写真に タイトルと撮影場所、 撮影日、住所、氏名、 電話番号を明記して本 秘書広報課(〒377-850 1·石原80·**M**kouhou@ city.shibukawa.lg.jp) ^ (写真は返却しません)。 ※特定の人物を中心に 撮影しているものなど、 写真によっては掲載で

きない場合があります。

編集後記-

「歯と口の健康週間行事」の取材の時のこと。たくさん の親子が来場され、我が子の健康を思う親の気持ちに、 同じ親として共感しました。末つ子の私は、親に甘~く 育てていただき、園児の時には虫歯がたくさん・・・。我が 子にはつらい思いはさせたくありませんよね。(石)