



中学生らしい活発な意見が続出

8月7日に市議会議場で「子ども議会」が開催されました。これは、市内10校の中学校から各2人の中学生が出席し、市議会の議員体験をするもの。中学生の視点から、市に対する質問を元気よく発表しました。市幹部の答弁を真剣な表情で聞き入る様は本物の議員さながら。最後に市長と熱い握手を交わして、議場を後にしました。

主な内容

しぶかわ環境まつり開催のお知らせ…………… 2
不動産合同公売を実施します…………… 6

9月10日は「下水道の日」…………… 4
就学時健康診断のお知らせ…………… 15



群馬県のマスコット「くんまちゃん」許諾第27-110660号

第3回しぶかわ環境まつりを開催します

問い合わせ先：本環境課(TEL 22114)

市では、Reduce(発生抑制)、Reuse(再使用)、Recycle(再資源化)の3つの「R」をテーマに、環境まつりを開催します。

とき 9月13日(日)午前9時～午後2時

ところ 市役所本庁舎駐車場ほか
※雨天の場合は、「立木を守るコーナー」「処理困難物の特別回収コーナー」「小型家電回収コーナー」を正午まで行います。

駐車場 市役所第二庁舎(乗り合わせや公共交通機関のご利用を願います)

■環境意識を高めるコーナー
〈渋川工業高校自動車研究部の電気自動車展示コーナー〉

渋川工業高校自動車研究部の皆さんが自作した省エネカーを展示します。

〈エコカーの展示コーナー〉
太陽光パネルと足こぎペダルで発電し、動力を補助するエコカーを展示します。

〈環境に優しいバス展示コーナー〉
市内を走っている小型ノンストップバスを展示し、バスカードを使った運賃の支払い方法の体験ができます。

〈再生可能燃料を使用したペレットストーブ展示コーナー〉
間伐材や製材端材などで作られた木質ペレットを燃料とするストーブを展示します。

〈地球温暖化防止コーナー〉
群馬県地球温暖化防止活動推進委員による温暖化防止パネルの展示を行います。

〈人力発電コーナー〉
自転車型発電機で発電し「かき氷」をつくり、電気の大切さを体験してみましよう。

〈グリーンカーテン啓発コーナー〉
渋川広域ものづくり協議会による取り組み紹介やグリーンカーテンの写真を展示します。また、アンケートに回答した人には菜の花の種を差し上げます。

さらに、お子様にはヨーヨーの当たるスピードくじを行います。

〈ごみと遊ぼうコーナー〉
北群馬再生資源加工協同組合では、小学生以下の子どもを対象に、紙容器などを利用したゲームを通じ、資源の大切さを体験できるコーナーを実施します。

参加者には、おもちゃや文具を差し上げます。

■発生抑制のコーナー
〈マイバッグの普及推進コーナー〉
「連合婦人会」がクイズ正解者にマイバッグを進呈します。また、環境にやさしい洗剤「えひめAI-2」を差し上げます。

■再使用のコーナー
〈おもちゃの病院〉
壊れてしまったおもちゃを無料で修理します(電子ゲーム機は対象外)。市役所本庁舎市民ホールで開院します。

〈フリーマーケット〉
20区画が出店します。

〈古本コーナー〉
資源ごみ回収で集められたマンガや絵本などから再使用できるものを集めました。1冊10円



■発生抑制のコーナー
〈マイバッグの普及推進コーナー〉
「連合婦人会」がクイズ正解者にマイバッグを進呈します。また、環境にやさしい洗剤「えひめAI-2」を差し上げます。

■再使用のコーナー
〈おもちゃの病院〉
壊れてしまったおもちゃを無料で修理します(電子ゲーム機は対象外)。市役所本庁舎市民ホールで開院します。

〈フリーマーケット〉
20区画が出店します。

〈古本コーナー〉
資源ごみ回収で集められたマンガや絵本などから再使用できるものを集めました。1冊10円

資源ごみ回収で集められたマンガや絵本などから再使用できるものを集めました。1冊10円



去年の様子



おもちゃの病院



ヨーヨー釣り

マーケット

スタンプラリー=抽選会

各コーナーを巡り、スタンプを集めると、すてきな賞品が当たる抽選会を実施します。

開始時間 午前10時30分

賞品 枝葉破砕機・自転車・コンポスト・EM容器・空き缶つぶし機など

※参加の際には、10円以上の募金のご協力をお願いします。

※フリーマーケットのスタンプは本部で押します。



パネルで取り組み紹介



自転車ご発電



フリー

以上の募金をお願いします。
※読んだ後、不用となった本は、地域の資源ごみ回収へ。

〈不用品和服回収と再利用と古着リサイクル品の販売コーナー〉

「浜川市くらしの会」が、家庭内に眠っている和服などを無料で回収し、再利用する人へ譲ります。古着をリサイクルしたアークセサリー品の販売も行います。

■再資源化のコーナー

〈立木を守るコーナー〉

約50本の牛乳パックは樹齢25年の樹木1本に相当します。60本の樹木を守ることを目標に、1本の牛乳パック(約30枚)をトイレットペーパー3個と交換します(一人6本18個まで・1万個が終わり次第終了)。交換できるのは、個人のみ。交換は午前9時からです。

〈小型家電回収コーナー〉

家電4品目(テレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコン)以外の小型家電を無料回収します。

家電製品・おもちゃ(電気・電池を利用するもの)を持参してください。

■注意事項

①電池は必ず抜いてください
②こたつはヒーター部分のみ回収(木枠は回収できません)
③パソコン(付属品を含む)、携帯電話なども回収します

〈処理困難物の特別回収コーナー〉

▽廃タイヤ(ホイール付可)・1本の処理費用(小銭でお願いします)

①18インチまで 1150円
②24インチ(含4WD) 2800円

③大型自動車用 5000円
④バイク(小) 30円・(大) 70円

⑤自転車用 20円
⑥一輪車用 100円
⑦農機具用 14インチまで 500円

⑧農機具用 15〜18インチ 800円
⑨ホイール・タイヤチェーン 無料

▽老朽化消火器(20型まで) 処分料1本1000円で回収します(安全のため、搬入時には衝撃を与えない・倒さない・レバーを握らないようにしてください)。

▽廃家電4品目(テレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコン)
リサイクル料金(製品により異なります)と1台1000円の運搬料により回収します。

リサイクル料金の目安
▽テレビ 1836円
▽冷蔵庫 3672円
▽洗濯機・衣類乾燥機 2484円
▽エアコン 1404円

※料金は、リサイクル券センターホームページで確認できます。
▽廃バッテリー
家庭で不用となったバッテリーを無料で回収します。

〈実演コーナー〉

枝葉破砕機(ガーデンシユレツダー)の操作とEM菌を使ったボカシ(肥料)作りを実演します。実演は午前10時から。見学者にはボカシを差し上げます。

〈分別収集とリサイクルコーナー〉

ペットボトルの回収、リサイクルの状況をパネル展示し、生ごみの水分量の減らし方を紹介します。また、クイズ正解者にはくじ引きで粗品を差し上げます。

〈蛍光管リサイクルコーナー〉

廃蛍光管のリサイクルの流れをパネル展示します。また、廃蛍光管や水銀体温計(血圧計)を回収します。持参者には粗品を差し上げます。

■来場者へお願い

①各コーナーで用意している粗品は、数に限りがあります。

②処理困難物の特別回収は、業者の人はご遠慮ください。

③小型家電回収および処理困難物の特別回収場所は、2ページの会場案内図をご覧ください。なお、回収場所へは車での搬入が可能です。搬入後の駐車場は、第二庁舎を利用してください。

④残暑が予想されます。水分補給や帽子の着用など体調管理には十分注意してください(無料で冷たい麦茶を本部に用意します)。

9月10日は「下水道の日」

きれいな水を使うことは、
きれいな水を還すこと

水は、川や海に流れ、蒸発し雲を作り、雨雪を降らせて、また川や海に戻り、絶えず循環しています。

昨年6月には、水は生命の源で国民共通の貴重な財産であり、将来にわたって健全な水環境を享受できるように「水循環基本法」が施行されました。

市では、私たちが生活や生産で使った水(汚水)によって発生する悪臭や害虫、河川汚濁などを防止し、快適な暮らしや水環境の保全に寄与する「下水道」「農業集落排水処理施設」などの汚水処理施設の整備や維持管理を積極的に推進しています。

「きれいな水を使うことは、きれいな水を還すこと」を合い言葉に、みんなで渋川の清らかな水辺を守り育み、次世代へも引き継げるよう取り組みましょう。

水洗化率100%を目指して

〈水洗化促進事業〉

下水道施設建設には多くの費用が掛かります。整備した後に皆さんが接続し、使用していただいて初めて事業効果を発揮するものです。

市では「水洗化率100%」を目標に、下水道などの区域内で

トイレの水洗化は

3年以内!!



未接続の人を対象に個別訪問により早期接続を推進する「水洗化促進事業」を実施しています。

下水道法では、下水道の供用開始区域内の家庭などでは、供用開始日から3年以内に水洗トイレへの改造(切替)を、また下水道への接続(排水設備の設置)についても遅滞なくと定められています。

快適な暮らしと身近な水環境を守ることを実現するために下水道などへの早期接続をお願いします。

※平成26年度末現在の水洗化率は、公共下水道76.98%、農業集落排水施設81.10%、本市全体では81.98%です。

水洗化率とは 汚水処理施設(下水道、農業集落排水施設、コミュニティプラント、合併浄化槽)に接続可能な人口に占める接続済人口割合です

浄化槽について

〈単独浄化槽と合併浄化槽〉

浄化槽には、単独浄化槽と合併浄化槽があります。

「単独浄化槽」は、トイレのし尿のみをきれいにするため、台所や洗濯などの汚水はそのまま川などに流れ出てしまいます。

「合併浄化槽」は、下水道と同様すべての汚水をきれいにしますが、設置者個人による適正な維持管理が必要です(市設置型の浄化槽を除く)。

浄化槽法では、下水道などの区域外で浄化槽を新設する場合は合併浄化槽の設置が義務付けられています。

また、単独浄化槽を使用している人は、合併浄化槽への切替をお願いします。

なお、個人で合併浄化槽を設置する場合は、次の補助制度がありますので活用してください。

〈合併浄化槽設置補助金制度〉

補助対象者 下水道などの区域外の専用住宅で50人槽以内の合併浄化槽を設置する人

補助金額

下表のとおり
※予算額に到達次第、申請受け付けは締め切ります。また、工事開始前に必ず■下水道課へ申請してください。

合併浄化槽設置補助金制度

区 分	A(新設のみ)	B※
5人槽	19万8,000円以内	43万2,000円以内
6～7人槽	25万6,000円以内	51万4,000円以内
8～10人槽	34万円以内	64万8,000円以内
11～50人槽		

※区分B＝単独処理浄化槽などを撤去または改造し、合併処理浄化槽を設置する場合。区分Bの場合、本年度使用開始した場合に限り、群馬県浄化槽工コ補助金10万円が上表金額に加算されます。

〈適正な維持管理〉

下水道や農業集落排水などは、市が適正な維持管理を行うため、汚水が流れ出てしまうことはありません。

しかし、浄化槽は、個人で維持管理を行うため、適正な管理が行われないと、汚水が川などに流れ出てしまいます。

〈浄化槽の管理内容の確認〉

浄化槽管理者(設置者)には、

浄化槽法に基づき次の①～③が義務付けられています。

- ① 定期的な保守点検
- ② 年1回以上の清掃(汚泥の引き抜き)
- ③ 法定検査

▽法7条(新設状況検査) ▽法11条(使用管理状況検査)

浄化槽管理契約の内容や検査結果などを見直して、必要な管理がすべて適正に行われているか確認してください。

工事は指定工事店で

下水道などへの接続工事は、市が認めた指定工事店に依頼し

てください。

市のホームページには、指定工事店一覧が掲載されていますので確認してください。

水洗便所改造資金貸付

下水道などへ水洗便所改造工事を行う場合、1件につき48万円以内(ただし、工事精算額の範囲内)の無利子の貸付制度があります。

借入希望の場合は、必ず工事開始前に下水道課へ申請してください。

詳しくは、下水道課(☎2120)へ。

〈下水道の豆知識〉

Q なぜ下水道の日は9月10日なの？

A 下水道の大きな役割のひとつとして、「雨水の排除」という役割があります。

1年を通して、短い時間に多くの雨が降るのは、8月～10月の台風シーズン。中でも9月10日は立春から数えて220日目にあたり、昔は大きな台風が来る日とされていました。大雨に備える特別な日のひとつだったのです。

この台風シーズン中の特別な日が下水道の「雨水の排除」という役割となじみがあるということで、9月10日が「下水道の日」と決められました。

不動産合同公売を実施します

渋川市の公売物件

No.	所在地	地目・種類	地積床面積(m ²)	最低公売価額	公売保証金
1	渋川市石原字北原	畑	825m ²	29万円	3万円
2	渋川市村上字榎平	田	860m ²	22万円	3万円
3	渋川市村上字榎平	畑	605m ²	19万円	2万円
4	渋川市中郷	田	985m ²	148万円	15万円
5	渋川市中郷字西組	畑	840m ²	39万円	4万円
6	渋川市渋川字折原	宅地	計 912.34m ² (一部特1/15)	190万円	19万円
7	渋川市八木原字西原	宅地	215.03m ²	197万円	20万円
8	渋川市行幸田字辻	宅地	345.00m ²	145万円	15万円
9	渋川市北牧字諏訪平	宅地	512.39m ²	185万円	19万円
10	渋川市有馬字神戸	山林 居宅	地積 204m ² 床面積計 79.86m ²	280万円	28万円
11	渋川市祖母島字後谷戸	宅地 居宅	地積 588.58m ² 床面積計 124.62m ²	369万円	37万円

【他市町村等の問い合わせ先】

- ▷ 前橋市＝収納課収納第四係
(TEL027-898-6230)
- ▷ 伊勢崎市＝滞納整理課(TEL0270-27-2725)
- ▷ 榛東村＝税務課(TEL642211)
- ▷ 吉岡町＝財務課税務室(TEL262238)
- ▷ 玉村町＝税務課収税室(TEL0270-64-7704)
- ▷ 前橋行政県税事務所＝県税課収納第一係
(TEL027-234-1800)
- ▷ 伊勢崎行政県税事務所＝県税課収納第一係
(TEL0270-24-4350)

入札日時 11月26日(木)午後2時～2時20分(受付は、午後1時から)

ところ 県地域防災センター(県前橋合同庁舎敷地内・前橋市上細井町)

公売物件 左表のとおり

持参するもの 公売保証金(左表参照)、印鑑など

※登記簿上の地目が「畑」など農地物件の買受希望者は、公売当日に「買受適格証明書」を提出する必要があります。買受適格証明書の交付申請には、申請期間の指定があり、申請から交付までにおおむね1カ月掛かります。買受適格証明書についての問い

合わせは、市農業委員会事務局(TEL22920)へ。

売却決定日時 12月3日(木)午前10時

その他 公売は、直前に中止する場合があります。必ず実施状況を確認してから入札に参加してください

詳しくは、本納税課特別収納推進室(TEL2390)へ。なお、他市町村等の物件などについては、県または各市町村担当に問い合わせるか、当該機関のホームページをご覧ください。

市では、差し押さえた不動産を、入札により公売します。入札は、公売保証金を納付すればだれでも参加することができます。今回は、市単独ではなく、県と中部地区の市町村合同で行います。

入札により宅地や畑など11件を売却します

赤城・小野上地区で対話集会を開催

市政に対する市民の意見を、市長が直接聞く機会として開催している「対話集会」が、5月20日に赤城行政センター、7月15日に小野上行政センターで開催されました。

赤城地区では、赤城地区更生保護女性会から10人が出席して、参加者からは市政相談員や、渋川医療

センターなどについて質問が出されました。小野上地区では、小野上地区グランドゴルフ部などの各団体から12人が出席し、高齢者の交通手段や中学校の統廃合についての質問や提案が出され、両地区とも活発な意見交換が行われました。

(本秘書広報課)

マイナンバー制度

やむを得ない理由で住所地で通知カードを受け取れない人へ

やむを得ない理由により住民票の住所地でマイナンバーの通知カードを受け取ることができ



マイナちゃん

ない次の人は、住民票のある市区町村に居所情報登録申請をしてください。

- 申請が必要な人**
 - ▽東日本大震災による被災者で住所地以外の居所に避難されている人
 - ▽DV、ストーカー行為等、児童虐待などの被害者で住所地以外の居所に移動されている人
 - ▽一人暮らしで、長期間、医療機関・施設に入院・入所されている人
- 申請方法** 所定の申請書(市ホームページまたは総務省ホームページからダウンロードできます)に記入の上、①申請者の本人確

認書類、②居所に居住していることを証する書類(公共料金の領収書、入院・入所を証明する書類など)を添付し、持参または郵送で住民票のある市区町村へ

- 問い合わせ先** 本市民課 ☎222 459
- 申請期限** 9月25日(金)(必着)
- マイナンバーコールセンター**
 - ▽日本語 ☎057012010178
 - ▽外国語 ☎057012010291
- 受付時間** 午前9時30分～午後5時30分(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

植樹寄付金を募集

「渋川医療センター」「白井の桜樹寄付金募集

平成28年4月に「独立行政法人国立病院機構渋川医療センター」が誕生しますが、新病院を桜あふれる憩いの病院とするため、桜の植樹寄付金を募集します。

口数100口募集)
寄付金の方法 西群馬病院ホームページ(<http://www.hosp.go.jp/~waguma/>)から白井の桜樹寄付金申込書をダウンロードし、必要事項を記入の上、郵送、ファクスまたはメールで申し込んでください。その後、西群馬病院から振込依頼書を送付しますので、金融機関で寄付金の振り

込みをお願いします。
なお、振込手数料はご負担願います
申込・問い合わせ先 独立行政法人国立病院機構西群馬病院事務部管理課「白井の桜樹寄付金担当」☎37718511・金井2854 ☎233030 ☎2740 nishigun@hosp.go.jp
受付期限 平成28年3月31日(木)

交通死亡事故連続発生

本市におきまして、本年1月から5月までは交通死亡事故ゼロで推移してきましたが、6月以降交通死亡事故が連続的に発生しており、3人もの尊い命が交通事故の犠牲となりました(8月24日現在)。

交通ルールを遵守し、「優しさ」と「思いやり」のある運転を心掛け、悲惨な交通事故をなくしまし

よう。

▷交通ルールを遵守するのはもちろんのこと、交通状況に応じた安全な運転を心掛けましょう。

▷「避けるだろう、止まるだろう」の「だろう」運転ではなく、「人が出てくるかもしれない」の「かもしれない」運転を心掛けましょう。

(本市民生活課)

渋川ほっと人

陸上競技を通して人生を豊かに大きく成長して欲しい

「子どもたちが健康で、スポーツを好きになってくれたらいいと思って始めたんだよね」と健康的な笑顔で話す栗原英行さん。昭和51年に予少年陸上クラブを創設し、長年務めた代表を2年ほど前に後任に託し、現在は総監督として毎週水曜日の夜にグラウンドに立ちます。

自身ももちろん陸上競技者で、若い頃は国体選抜になったほど。1964年の東京オリンピック聖火リレーでは、聖火ランナーとして聖火をつなぐ大役を果たしました。また、現在も競技を続けており、都合が合えば「マスターズ陸上競技選手権」にも出場しているそうです。

指導者としての思い出は、中学1年生の教え子が県大会に出



栗原英行さん
(中郷・69歳)

最近では高齢者でも無理なく楽しめるパワーウオーキングの指導も行う栗原さん。興味のある人は八高久夫さん宅(☎033301)へ連絡を。

場した時のこと。その子は2位になったのですが、スパイクを履いていなかったため、悔しい思いをしたそうです。そこで栗原さんが自身のスパイクを渡したところ、県大会で優勝。その後、全国大会でも一位になったそうです。

「走ることはスポーツの基本だから大切だけど、実は運動前のストレッチ運動が最も重要。子どもたちの長い人生に役立つから、しっかりと教えているんだよね」と栗原さん。今後の夢を伺うと「2020年の東京オリンピックで再び聖火ランナーとして走れたらいいね。教え子が本大会に出場したら最高だろうね」と、とても古希を目前に控えた方とは思えない、若々しい口調で語ってくれました。

健康プランしぶかわ21の推進

4回掲載／第2回
■健康管理課

1年に1回は特定健康診査を受け、健康チェックをしましょう

特定健康診査は、40～74歳の市国民健康保険加入者を対象に、メタボリックシンドローム(メタボ)を中心とした生活習慣病の発見を目的として行っています。メタボや生活習慣病を放置すると、心臓病・脳卒中・糖尿病の合併症など生命に関わる重大な事態を招き、寝たきりの生活やまひなど、日常生活に支障をきたす危険性があります。

「具合の悪いところがないから」、「仕事が忙しいから」、「お金が掛かるから」などの理由で健診を受けないのは、将来の健康を考えると得策ではありません。自覚症状がないことが生活習慣病の特徴で、自覚症状が出たときには既に重症であることも少なくありません。定期的に健診を受けることで、病気の早期発見・早期治療につながり、医療費を抑えることができます。

市では、特定健康診査を受けた人の割合が60%になることを目標としています。しかし、平成25年度特定健診受診率は43.5%でした。健診結果(集団)では、受診者5,525人のうち、血圧の異常は43.2%の人に、脂質の異常は58.2%の人に、血糖値の異常は34.2%の人にみられました。年代別にみると、血圧・血糖値の異常は50代を皮切りに異常が認められる割合が年々増加しています。脂質の異常は40歳代から50%以上の人に認められました。健診を受けなければ、このような体の異変に気付くことはできません。

1年に1回はぜひ、特定健康診査を受け、体の異常にいち早く気付き、生活習慣病の予防・改善に努めましょう。



- 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

人口と世帯/平成27年7月末現在

- 人口 81,102人(男39,631人、女41,471人)
- 世帯 31,912世帯
- 7月のうぶごえ 男の子23人、女の子20人

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



お知らせ

成人式該当者の調査

生涯学習課

市では、成人式を平成28年1月10日(日)に市民会館で行います。それに伴い、成人式の該当者の調査を行います。

この調査は、就学・就職などで市外に転出している成人式該当者に対し、地元渋川市の成人式の案内状を送付するために行うものです。家族や知り合いで市外へ転出している該当者がいる場合は、連絡してください。

調査該当者 平成7年4月2日から8年4月1日生ま

時 9月25日(金)～11月13日(金)の毎週金曜日(10月9日を除く・全7回) ▼1部 午前10時～10時45分 ▼2部 午前11時～11時45分

所 渋川公民館(第二庁舎) 「リズム」や「音楽」を楽しむながら、集中力や協調性などを身に付けます

師 大島律子さん、松村友江さん

対 平成24年4月2日～25年4月1日生まれの幼児と



募 集

親と子のリトミック教室

渋川公民館

この人の生涯学習課 ☎2250

バーベキュー交流会

国際交流協会事務局(本企画課内)

時 10月3日(土)午前10時30分～午後2時終了予定(受付は午前10時から・小雨決行)

所 市総合公園内バーベキュー場

定 80人(先着順)

費 ▼一般(高校生以上) 800円(協会員は500円) ▼外国人 500円 ▼小・中学生 300円

申・問 電話で市国際交流協会事務局(企画課内) ☎2396へ

期 9月3日(木)～17日(木)



その保護者

定 各部25組(定員を超えた場合は抽選)

費 無料

持 上履き、飲み物

申・問 電話か直接渋川公民館 ☎20999へ

期 9月17日(木)まで

【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=北橋行政センター **TEL**=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

■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 TEL 22-2111
- 子持行政センター TEL 24-1211
- 伊香保行政センター TEL 72-3155
- 赤城行政センター TEL 56-2211
- 小野上行政センター TEL 59-2111
- 北橋行政センター TEL 52-2111

スポーツ

健康増進ウォーキング

■体育課

時 9月20日(日)午前9時30分集合(1周約3^分・1時間程度を予定・荒天の場合は中止)

集合場所 赤城スポーツセンター入り口前(のぼり旗が目印)

対 市内在住・在勤・在学の人
費 無料

持 運動のできる服装(小雨時は雨具など)、飲み物

申 当日直接会場へ

問 体育課(TEL 2104)
他 当日はスポーツ推進委員2人が指導・助言を行います

水中健康づくり教室 in ユートピア

■体育課

時 9月28日(月)～11月6日(金)の毎週月・金曜日午前10時30分～正午(10月12日・16日を除く・全10回)

所 ユートピア赤城

内 インストラクターによる水中でのストレッチやウ

師 オーキングなど
 小林由美子さん

対 市内在住・在勤の人
定 25人(先着順)

費 1000円
 ※入館料通常2000円のところ1000円になります。

申・問 電話で体育課(TEL 2104)へ

期 9月8日(火)午前9時から(市役所閉庁時を除く)

少年スケート教室

■体育課

時 10月3日(土)、4日(日)、11日(日)、17日(土)、18日(日)午後5時～7時(全5回)

所 県総合スポーツセンターアイスアリーナ(前橋市関根町)

対 市内の小学1～6年生
定 80人(先着順)

費 1000円(保険料など)
持 動きやすい服装(長袖、長ズボン)、手袋(必ず5本指の手袋を使用してください)、帽子

申・問 電話で体育課(TEL 2104)へ

期 9月15日(火)午前9時から(市役所閉庁時を除く)

他 貸しスケート靴は、1回300円です

親子空手道教室

■体育課

時 10月1日(木)～29日(木)の毎週木曜日午後3時～5時(全5回)

所 市武道館

師 水沢淳さん(日本体育協会上級指導員・渋川空友館館長)

対 市内在住・在勤・在園児(4～6歳)の児童と保護者

定 10組(先着順)
費 幼児・保護者各500円

持 動きやすい服装、室内用運動靴、雑巾、飲み物

申・問 電話で体育課(TEL 2104)へ
期 9月15日(火)午前9時から

福祉

渋川老人福祉センターからのお知らせ

所 渋川老人福祉センター

時 10月6日(火)午前10時～正午

内 歌謡教室

有害鳥獣捕獲の実施

農作物に被害を及ぼす有害鳥獣(カラス・ドバト・キジバト)の捕獲を実施します。

時 9月16日(水)～18日(金)の日の出から日没まで

捕獲地域 伊香保町全域

捕獲方法 銃器による

問 農林課(TEL 2593)

広告募集中

〔広告〕

課題曲 命咲かせて
師 三田たみ子さん(北橋町
小室)

定 15人(先着順)
申・問 電話または直接
川老人福祉センター(☎23
1765)へ

期 9月17日(木)~30日(水)午
前9時~午後4時



〈9月の休館日〉
7日(月)、14日(月)、24日(木)~
26日(土)、28日(月)、29日(火)

**9月は知的障害者
福祉月間です**

本社会福祉課

9月15日(火)に、知的障害者福祉月間に併せて、福祉パレードが実施されます。

このパレードは知的障害者に対する理解を深め、教育の推進ならびに福祉の向上と充実のために行います。

当日は、関係者が渋川市役所、吉岡町役場、榛東村役場およびショッピングセンターなどを訪問して、メ

**国民年金保険料の
免除・猶予の申請は毎年必要です**

国民年金には、所得が少なく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ます。また、学生以外の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について納付義務が免除されます。

一部免除の制度は、所得に応じて4分の3免除(4分の1納付)、半額免除(2分の1納付)、4分の1免除(4分の3納付)になります。

なお、申請は2年1カ月前の分までさかのぼることができます。

〈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)には算入されますが、将来受ける年金額は、保険料を全額納付したときに比べ少なくなります。

また、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、継続審査を希望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(☎21607)または本保険年金課(☎2429)へ。

図書館

**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、参加料無料、問い合わせ先は、市立図書館(☎220644)へ。

ツッセージの伝達や啓発活動を行います。

問 実行委員会事務局(渋川市手をつなぐ育成会・☎30294)または社会福祉課(☎220509)

〈子ども映画会〉

時 9月12日(土)午後2時

内 「ぎすだらけのりんご」

「MOTTA IN A I」も

つたいない」

〈萌えの子おはなし会〉

時 9月19日(土)午後2時

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

マ絵本「しようほううじどつしやじぶた」「おやすみなさいフランス」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 9月20日(日)午後2時

内 「エクレール お菓子放浪記」(監督:近藤明男)主演 吉井一肇・早織・2011年・日本映画)



〈休館のお知らせ〉

図書蔵書点検や施設内清掃などのため、次のとおり休館します。

時 9月24日(木)~10月2日(金)

他 休館中の図書資料などの返却は、玄関横の返却口(図書・紙芝居用)と返却ボスト(視聴覚資料用)へ

日帰り温泉施設/9月の定休日変更のお知らせ

ばんどうの湯と小野上温泉センターの9月の定休日を下記のとおり変更します。皆様のご理解とご協力をお願いします。

施設名	定休日(変更後)	備考
北橋温泉ばんどうの湯	9月29日(火)	22日(祝)は営業します
小野上温泉センター	9月8日(火) 9月9日(水)	18日(金)は営業します

問 北橋温泉ばんどうの湯(☎1126)・小野上温泉センター(☎2611)・観光課(☎2873)

「子ども議会」開催

～中学生が堂々と熱弁～

8月7日に市議会議場で開催された「子ども議会」。会議は市議会の一般質問の形式で行われ、市内10中学校19人の子ども議員が熱弁を奮いました。



議長を務めた
齋藤 匡さん

子ども議会の議長を務めるという貴重な体験を通して、たくさんのことを学びたいと思い立候補しました。この経験から、将来渋川市の活性化に貢献できるような仕事に就きたいと思いました。また、今後はこの経験を活かし、学校での行事などに役立てたいです。

正・副議長にインタビュー

子ども議会の副議長は、なかなか務められないので、勇気を出して立候補しました。とても緊張しましたが、リハーサルを行ってから臨んだので、最後までスムーズに進行ができ、緊張を克服することができました。この経験は、今後緊張する場面で役立つと思います。



副議長を務めた
齋藤 茉奈さん



①緊張した面持ちで質問する子ども議員 ②子ども議員の質問に、熱心に答弁する市長 ③元氣よく再質問する子ども議員

掲 示 板

市以外のお知らせ

掲載希望は本秘書広報課
(☎2182)へ

第10回渋川地域 子育てフェスティバル

時 9月5日(土)午前10時～午後3時 **所** 渋川スカイランドパーク **内** ジャンボしゃぼん玉体験、ポチッと君体操、バルーンアートなど **申** 当日直接会場へ **問** しぶかわ広域子育てネットあしたば事務局(☎090-9375-9388) **他** 当日入場料は終日無料

二ホンウナギの生態調査を実施

調査期間 8月～12月(数回の調査を予定) **調査場所** 利根川水系中・上流域 **問** 東京大学大気海洋研究所生物海洋学分野研究室(☎04-7136-6278)

第28回渋川駅前通り歩行者天国 参加者募集

時 10月18日(日)午前10時～午後3時30分 **所** 渋川駅前通り **募集内容** ▷イベント(歌、踊り、演奏など)への参加者募集 ▷フリーマーケット出店者募集(出店料1,000円・先着順) **問** 渋川駅前通り商店街振興組合(☎238066)

マザー・テレサ展

開催日・時 ▷9月21日(祝)=午後2時～6時 ▷22日(祝)=午前10時～午後5時 ▷23日(祝)=午前10時～午後2時 **所** 市民会館 **問** しぶかわ広域子育てネットあしたば(☎090-9375-9388)

渋川広域消防本部からのお知らせ

現在、119番通報は渋川広域消防本部で受け付けていますが、10月1日からは高崎市等広域消防局に設置される「たかさき消防共同指令センター」で受け付けます。また、「火災テレホンサービス」の電話番号が「☎0180-99-2226」に変更されます。

9月11日は「警察相談の日」です

警察への相談、要望、問い合わせなどは、「☎#9110」または「☎027-224-8080」へ。交通事故、不審者の目撃などの緊急通報は、迷わず110番！

9月はがん制圧月間

レディース検診(女性のためのがん検診デー)を行います

休日に1回の来所で、最大4つのがん検診を受けられるチャンスです。がん検診を受診して、早期発見治療につなげましょう。

時 9月27日(日)
所 ■市保健センター
受付時間 受診できる検診
▽午前9時～11時 子宮頸がん検診、乳がん検診、大腸がん検診

陽がん検診、胃がん検診
▽午後1時～2時 子宮頸がん検診、乳がん検診、大腸がん検診

注 いずれも年齢は平成28年3月31日現在 ▽子宮頸がん検診 20歳以上の偶数年齢の人 ▽乳がん検診 40歳以上の偶数年齢の人
▽大腸がん胃がん検診 40

男性の健康料理教室

地域の仲間と料理の腕を磨いて男子力アップ!

市食生活改善推進員連絡協議会(食改推)では、男性の食の自立を支援する料理教室を開催します。

時・所 申込期間 下表のとおり
内 栄養バランスのうまいとり方の話と調理実習(メニューは各日で違います)

対 市内在住・在勤の男性
定 各日20人(先着順)
費 400円(材料費)
持 エプロン、三角きん、筆記用具

申込方法 電話か直接 ■市保健センター(☎1321)または各地区の食生活改善推進員へ

男性の健康料理教室日程表

開催日	時間	場所	申込期間	
			申込開始	申込締切
9月25日(金)	午前9時30分	子持公民館別館	9月3日(木)	9月15日(火)
9月29日(火)	午後1時頃 (受付:午前9時～)	岩川ほっとプラザ		10月8日(木)
10月15日(木)		赤城公民館		



歳以上の女性の人
受診方法 各検診により受診者数の制限があります
申・問 電話か直接市保健センター(☎1321)へ
期 9月18日(金)まで
注意事項 各検診ごとに受診の際の注意事項や受診できない状態などがあります

みんなで防ごう高齢者虐待/小さなサインを見逃さないで!

高齢者に対する虐待は、どこの家庭でも起こり得る身近な問題です。昨年度、渋川市では14件の相談がありました。虐待を受けている高齢者は「虐待をする家族をかばいたい」「他人には知られたくない」といった思いから、虐待の発見が遅れてしまうことも少なくありません。周囲の人が虐待につながる小さなサインに気付くことが大切です。

〈虐待を早期発見するためのサイン〉

●高齢者の様子

▷高齢者の身体に不自然な傷、アザ、やけどの跡がある ▷極端におびえたり、無気力・投げやりな態度が見られる ▷部屋や衣服が汚れたままで、身体から異臭がする ▷顔色が悪く、やせてきた。また空腹を訴えている ▷お金がない、お金を自由につかえないと訴えている ▷最近、姿を見掛けなくなった

●家族の様子

▷家族が適切な介護の仕方や、認知症への対応方法がわからずに悩んでいたり、高齢者の悪口を言っている ▷家族が高齢者に必要な医療や介護サービスの利用を拒否している ▷家の中から高齢者を大声で怒鳴る声や大きな物音が聞こえる
〈気付いたら迷わずに相談しましょう〉

高齢者虐待で悩んでいる人、虐待や虐待の疑いに気付いた人は、迷わず地域包括支援センターへご相談ください。相談者・通報者の個人情報には厳格に保護されます。

問い合わせ先 ▷本地域包括支援センター(担当地区:渋川・伊香保)=☎2179 ▷子北部地域包括支援センター(担当地区:小野上・子持)=☎5445 ▷赤東部地域包括支援センター(担当地区:赤城・北橋)=☎6002

介護予防サポーター大募集

あなたの笑顔で地域を元気に
ぜひ挑戦してください！

「最近歩くのが大変そうなお年寄りが多いな…。足腰が悪いのかなぞう心配に思うことはありませんか。介護予防サポーターは、「みんな元気に最後まで地域で生活できるようにサポーターしたい」という情熱を持つ人たちの集まりで、地域でも期待されています。もちろん、サポーター自身も元気でいられること間違いなし！

「こんな活動をしています」
「ボランティア」

①市主催の筋力向上教室「シニア筋力ぐんぐん教室」や、認知症予防教室「ハピネスクラブ」などの協力をしています。「ぐんぐん教室」は、サポーターが主になって進め、地区に合ったレクリエーションなどを行います。「ハピネスクラブ」は、笑いが絶えず、楽しいレクリエーションを学ぶ機会にもなり、サポーター自身も元気でいら



地域の人たちとふれあう介護予防サポーター

れて大変お得です。参加した人からは「楽しかった！」と大評判で、サポーターとしてのやりがいもぐんぐんアップ！
②地域の人から「もっと運動したい！脳トレしたい！仲間と話がしたい！」と強い希望があり、サポーターが創意工夫協力して、自主的に運動やレクリエーションの教室を開催しています。近所の人が集まって、とても和やかです。
また、各団体からの熱望

に比べ、サロンや老人クラブの会合などで運動やレクリエーションを行い、地域の元気を支えています。
〔研修〕

スキルアップを目的としたサポーター限定のとおつておきな研修を行います。
あなたも初級中級研修を受けて、サポーターの仲間入りをお願いします。

初級研修

〔介護予防入門講座〕

日時 10月9日(金)午後1時30分～4時30分
場所 市役所本庁舎大会議室

内容 「介護予防のススメ、介護予防ってどんなこと？」「防ごう、認知症①」「シニアでもできる！筋トレ①」「お口のケアのこと」「シニアに多い栄養失調って？」など
対象 市内在住で介護予防に関心のある人
定員 40人
申込方法 電話で本高齢福祉課(☎2116)へ
申込期限 9月30日(水)
中級研修

〔介護予防レベルアップ講座〕
日時 10月16日(金)～30日(金)の毎週金曜日午後1時30分～4時30分(全3回)

〔初級研修〕



熱心に体操のコツを伝える介護予防サポーター

場所 市役所本庁舎大会議室
参加資格 初級研修を修了し、中級研修修了後に、地域でボランティアとして活動できる人
内容 「シニアでもできる！筋トレ②」「お口のケアをやってみよう！」「食事のバランスチェック」「シニアの食事のポイントは？」「防ごう、認知症②」「地域で広がる、介護予防サポーター」など
定員 40人
申込方法 初級研修時にご案内します
その他 初級および中級研修の合計4回をすべて修了した人には、「介護予防サポーター修了証」が交付され、介護予防のボランティアとして活躍できます
詳しくは、高齢福祉課へ。

がんになったら…緩和ケアでできること

あなたや家族ががんになったら…。本人や家族が希望する場所で、身体的、精神的、その他さまざまな苦痛を和らげながら暮らしていける地域づくりを皆さんで知り、そして考えてみませんか？

時 10月10日(土)午後1時30分～3時30分

所 中央公民館 ①講演会＝「もっと知ろう、がん緩和ケア」 ②シンポジウム＝「私たちにでき

ること」 ①＝小林剛さん(西群馬病院緩和ケア科医長) ②＝棚橋美文さん(渋川総合病院副院長) ③ どなたでも ④ 300人程度(乗り合わせや公共交通機関の利用をお願いします) ⑤ 無料 ⑥ 電話または直接中央公民館(☎24321)へ ※受付は、日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時。 ⑦ 10月1日(木)まで



「就学時健康診断のお知らせ」などの関係書類を配布します。書類の配布方法は、渋川地区は郵送または一部自治会を通じて配布し、その他の地区は、お子さんが通っている幼稚園・保育園を通して配布します。配布された書類で健診の日時場所などを確認の上、受診して

市教育委員会では、来年4月に小学校に入学するお子さんを対象に、就学時健康診断を行います。この健康診断は、入学前のお子さんが専門医師の診察を受けて、必要に応じて治療を行い、心身ともに健康な状態で入学するために実施するものです。

就学時健康診断のお知らせ 入学前に健康確認！ 必ず受診しましょう！

平成28年度就学時健康診断日程表

学校名	会場名	実施日(10月)	受付時間(午後)
渋川北小学校	渋川北小学校	1日(木)	0:40~1:00
渋川南小学校	渋川南小学校	7日(水)	0:40~0:55
金島小学校	金島小学校	21日(水)	0:35~0:55
古巻小学校	古巻小学校	9日(金)	0:30~1:00
豊秋小学校	豊秋小学校	7日(水)	0:40~1:00
渋川西小学校	渋川西小学校	13日(火)	0:50~1:10
伊香保小学校	伊香保小学校	15日(木)	1:30~2:00
小野上小学校	小野上小学校	8日(木)	2:20~2:25
中郷小学校	中郷小学校	2日(金)	0:50~1:10
長尾小学校	長尾小学校		0:50~1:10
三原田小学校	三原田小学校	6日(火)	0:35~0:55
刀川小学校			
津久田小学校			
南雲小学校			
橘小学校	橘小学校	5日(月)	0:50~1:00
橘北小学校	橘北小学校	14日(水)	0:50~1:00

※学校名は平成27年9月1日現在のものです。

持参するもの 就学時健康
幼児
対象者 平成21年4月2日
〜22年4月1日に生まれた
健診日程 左表のとおり
課(☎2121)へ連絡し
てください。

診断のお知らせ、就学時健康診断票、健康および家庭状況調査票、入学前アレルギー疾患健康調査、視力測定の問題票(調査票などは、事前に必要事項を記入してください)、母子健康手帳、お子さんと保護者の上はき
【注意事項】①耳あかをよくとり、体を清潔にしてください。②健康診断には

心身ともに健康な状態で、小学校生活をスタートさせましょう！



内科健診がありますので、お子さんが着脱のしやすい服装でお越しください
③受付時の混乱を防ぐために、保護者とお子さんは必ず一緒に受付をしてください
④各会場とも駐車場が足りないため、車での来場はご遠慮いただくか、乗り合わせでお越しください。詳しくは、学校教育課へ。

家族介護教室を開催/高齢者向け住宅について

市では、在宅介護支援センターの協力により、老後の住まいに関する教室を開催します。高齢者向け住宅と介護施設の違いなどを、具体的にお話します。

時 9月15日(火)午後1時30分~2時30分(受付は午後1時から) 所 特別養護老人ホーム永光荘

(半田785-5) 因 高齢者向け施設の種類・特徴について 所 在宅介護支援センター永光荘相談員
定 介護をしている人、介護に興味がある人
定 20人程度 費 無料 申・問 渋川市在宅介護支援センター永光荘(☎21401) 開 9月14日(月)まで



食の歳時記 vol.18

今回のランチョンマット

副菜

基本は毎食「主食+主菜+副菜」です



赤城・北橋地区食改推の皆さん

食育ワンポイント

1日の野菜摂取目標量350gは、生野菜なら両手で3杯分です。生野菜や熱を加えた野菜などを組み合わせると、栄養のバランスもさらに良くなります。

《野菜、もう1皿70gプラス作戦》実施中です！

『もやし中華サラダ』

〈「男性の健康料理教室」使用メニュー〉

材料(2人分)

- ・モヤシ… 1/2袋(100g)
 - ・キュウリ… 中1/2本
 - ・ハム… 2枚
 - ・ミニトマト… 4個
- A
- ・しょうゆ… 大さじ1
 - ・酢… 大さじ1
 - ・砂糖… 小さじ1/2
 - ・ごま油… 大さじ1/2
 - ・こしょう… 少々

作り方 調理時間20分程度

- ①モヤシはさっと茹で、水で洗って冷まし、水気を切る。
- ②キュウリは千切りにし、ハムは細長く切る。
- ③Aをボールに入れ、よく混ぜる。
- ④モヤシ、キュウリ、ハムを③の中に入れ、良く混ぜ合わせる。
- ⑤ミニトマトは半分に切って飾る。

〈1人分の栄養価〉

エネルギー96kcal、食物繊維1.9g、塩分1.0g

〈この料理で食べられる野菜の量は1人75g〉



8/8 赤城公民館で「サイエンスマジック」が行われました。

7/21 頭考クラブで「古巻子ども陶芸教室」が行われました。



フォトレポート

編集者のひとこと

もう9月。しかしまだまだ暑い日が続きますね。夏休みやお盆休みは満喫しましたか？私は今年の夏の目標を元気に楽しく海を満喫！とし、ボディボードを片手に海へ。気が付くと、海を出た頃には頭、顔、腕がひりひりに。かなり日焼けしていました。一夏の苦い思い出です。(田)

防災無線の
自動音声電話番号
☎ 1122

