



どこか懐かしい農村の風景

小野上地区の高台に広がる見事な棚田の風景。9月下旬には、稲刈りや稲掛けに励む農家の皆さんの姿が見られました。「農村の風景・棚田の里」の看板のとおり、辺り一帯に漂うどこか懐かしい雰囲気。周辺の農園や野仏、温泉などにも立ち寄って、ゆったりと散策を楽しんでみてはいかがでしょうか。

主な内容

みんなで目指そう！買い物弱者ゼロ……………	2	11月・12月は市税の特別滞納整理期間……………	4
高齢者を狙った悪質商法に注意を……………	8	自然の脅威は突然に……………	12

みんなで目指そう！ 買い物弱者ゼロ



今年7月から始まった移動販売を利用した皆さん

買い物環境 アンケートの実施

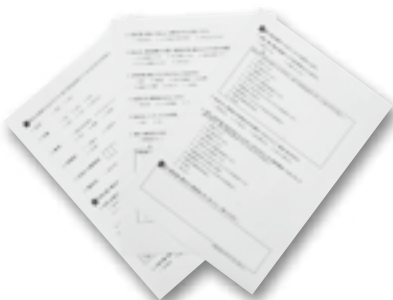
市では平成23年度、買い物弱者支援に対する市民のニーズを把握し、具体的な取り組みを検討するため、無作為に抽出した30歳以上の市民3000人を対象としたアンケート調査を実施しました。この調査から、「宅配サービス」「移動販売」「タウンバスなどのコミュニティバスによる送迎サービス」といった、買い物サービスに市民のニーズが高いことが分かりました。

また、市内の小売店約400店を対象に、宅配サービスや移動販売などへの対応の可否と「宅

本市では、少子高齢化が進む中、郊外への大型商業施設の進出を起因とする小売店の衰退や廃業により、日常生活に不可欠な食料品などの買い物に不便をきたしている地域が発生しています。また、高齢のため自動車が運転できないなどの理由により、買い物に出掛けることが困難に感じる人も多くなっていることから、早期の対策が求められています。

今回は、買い物弱者に対する利便性の向上および衰退している商業の活性化のほか、中心市街地への誘客を目的とした、市の取り組みを紹介します。

配サービス店ガイド」への掲載についてのアンケート調査も実施しました。



アンケートの結果、買い物サービスを期待する声が多く上がりました

買い物弱者対策事業の 取り組み状況

市では、買い物環境アンケート調査の結果を踏まえ、「買い物

弱者対策事業」として、これまでに次の取り組みを実施してきました。

〈買い物支援バスの運行〉

平成23年度から24年度にわたり、民間路線バスや市営タウンバスなどの運行が著しく少ない地区や、住居が点在していて周辺に商店がない地区をモデル地区に設定し、試験運行を実施しました。

運行方式 停留所を定めず無料のデマンド式(事前予約制)で、毎週日曜日の午前、午後の各1本運行

運行経路 希望者の自宅付近、中心市街地(四ツ角付近、新町五差路付近、辰巳町地内など)
モデル地区 赤城地区、古巻地区、祖母島・川島地区

〈宅配サービス店ガイドの作成配布〉

平成24年度、市内全域を対象に、日常生活用品(食品を含む)を販売している小売店を訪問・調査し、配達可能な商店・商品などを集計。このデータを基に、各地区ごとに宅配サービスが可能な商店(170店舗)と主な宅配商品を掲載した「宅配サービス店ガイド」を作成し、市内の各世帯に配布しました。

新たな取り組み
移動販売事業

市では、今年7月から「買物環境アンケート調査」において要望が多かった「移動販売」を、八木原地区と半田地区の一部で試行しています。

〈移動販売の特徴〉

この事業は、居住地区に商店がなく、食料品などの日常の買物が不便な地区に、事業に協力してくれる市内小売店の移動販売車が出向きます。

移動販売の利用者は、商品を直接選び、手に取って購入することができ、また、食料品だけでなく、利用者の要望を直接聴き、ニーズに合わせた商品を販売することができます。

〈移動販売者の公募〉

事業の実施に当たり、移動販売に協力してくれる小売店を募るため、商工会議所および商工会の協力により、会員向けの募集チラシの配布や「広報しづかわ」などで公募し、現在4店舗が定期的に販売を行っています。

〈移動販売実施場所の検討〉

移動販売を実施する場所は、自治会や民生委員児童委員などから、各地区の移動販売への要望を聞き取りながら検討します。

また、地域の集会施設、広場、私有地等、移動販売車が駐車可能な場所を探し、地権者などの協力を得た上で販売を開始します。

今後の取り組み

今後、さらなる深刻化が予想される少子高齢化社会において、「買い物弱者支援」に対する市民のニーズは多様化しています。市では、これらに対応するため、事業の充実を目指して関連各所が連携し、本市の実情と市民のニーズに合った施策を講じていく必要があります。

特に、買い物弱者に対する具体的な支援策として試行を始めた「移動販売事業」の恒常的な実施を目指す上で、大型商業施設との価格差、食品販売ロスの軽減、利用者のニーズに合わせた販売内容などを検討するほか、地域の要望を聴きながら、販売場所の拡充を目指していきます。

詳しくは、■商工振興課(☎2596)へ。

こんな取り組みをしてきました



週1回の買い物支援バスの運行



しづかわ宅配サービス店ガイドの作成



移動販売の実施

11月・12月は 市税の特別滞納整理期間です

納期の過ぎた税金の納付は早めに済ませまじょう



私たちが安心して健康な暮らしをするために、重要な役割を担っている「税」。道路の整備、教育や福祉事業の充実など、豊かなまちづくりを支えるための大切な財源です。
市では、市税滞納額の縮小と収納率向上を目指し、11月と12月の2カ月間を特別滞納整理期間として市役所全体で取り組みます。

市職員が戸別訪問

市税の納期限が過ぎても納めていない人には、督促状や催告書を送り自主的な納税を促しています。それでもまだ納税が済んでいない人のお宅に、今回、特別滞納整理員が直接訪問し、未納の市税を徴収します。

市税を滞納すると

〈延滞金の加算〉

期限内納税者との負担の公平や期限内納税の促進のため、納期限の翌日から納付の日までの日数に応じ年14・6割(1カ月を経過するまでの間は、年4・3割)の割合で延滞金が加算されます。
ただし、平成26年1月からは、14・6割が9・3割に、4・3割が3・0割に変わります。

〈差し押さえの実施〉

市では、納税について理解が得られない人や意図的に納税しない人など、納税に誠意のない滞納者に対し、地方税法に基づ

く財産(不動産・預貯金・給与・車両・動産など)調査の上、差し押さえを実施しています。なお、平成24・25年度(9月末)の差し押さえ実績は、別表1のとおりです。

【別表1】 差し押さえなどの実施状況

財産の種類	平成24年度		平成25年度(9月末現在)		
	差し押さえ(件)	換価による税収(円)	差し押さえ(件)	換価による税収(円)	
不動産	64	7,177,845	51	0	
債権	預貯金	547	25,670,809	281	14,561,516
	出資金	16	314,600	16	283,000
	所得税還付金	159	4,971,591	33	1,537,563
	生命保険	104	12,561,425	37	2,115,596
	その他	28	12,051,019	21	2,440,658
動産(自動車など)	0	0	3	1,359,638	
計	918	62,747,289	442	22,297,971	

〈公売の実施〉

差し押さえ後においても、納税がなかったり、少額の納税で滞納が解消されない等の場合は、差し押さえた不動産・動産・車両などを随時公売し、その売却代金を滞納税に充てる手続きをとります。

数字でみる市税などの滞納状況

【別表2】 収入未済額の推移 (単位：千円)

区分	H20年度	H21年度	H22年度	H23年度	H24年度	
市税	323,957	311,174	275,019	286,780	225,476	
主な内訳	市民税	124,592	106,891	72,889	81,252	74,463
	固定資産税	167,365	170,874	169,545	175,226	127,647
	軽自動車税	4,874	5,490	5,082	4,671	4,300
	都市計画税	20,429	20,714	19,691	17,743	14,519
	入湯税	6,695	7,204	7,811	7,885	4,546
国民健康保険税	277,039	320,352	301,310	296,597	267,545	
介護保険料	8,719	9,890	9,088	8,996	12,983	
後期高齢者医療保険料	2,105	2,514	1,133	1,617	1,860	

【別表3】 収納率の推移(現年度分) (単位：%)

区分	H20年度	H21年度	H22年度	H23年度	H24年度	
市税	97.34	97.30	97.55	97.47	97.89	
主な内訳	市民税	97.51	97.56	98.26	98.09	98.25
	固定資産税	96.99	96.94	96.90	96.82	97.43
	軽自動車税	97.30	97.00	97.28	97.54	97.77
	都市計画税	96.89	96.80	96.87	96.81	97.09
	入湯税	97.12	96.70	96.43	96.17	97.89
国民健康保険税	89.78	88.98	89.08	89.52	90.21	
介護保険料	99.05	99.01	99.09	99.10	99.07	
後期高齢者医療保険料	99.63	99.57	99.81	99.73	99.72	

【別表4】 財産差押状況の推移 (単位：件、千円)

区分	H20年度	H21年度	H22年度	H23年度	H24年度
差押件数	1,358	1,083	646	996	918
換価件数	1,183	766	832	920	896
換価税収額	69,385	51,548	52,229	62,198	62,747

【別表5】 公売状況の推移 (単位：件、千円)

区分	H20年度	H21年度	H22年度	H23年度	H24年度
公告件数	15	23	10	7	7
落札件数	4	13	2	2	5
売却決定額	5,344	64	12,040	5,410	7,440

〈市税等の滞納の状況は？〉

市税などの滞納状況は、景気と深く関わっています。平成20～21年度にかけてはリーマンショックにより、23年度は東日本大震災により滞納額(収入未済額)は増え、反対に収納率は落ち込みました(別表2・3参照)。その結果、財産などの差し押さえや公売の件数は増加しました(別表4・5参照)。

一方で、一部で景気が上向きはじめた昨年度(24年度)は、市の滞納解消の取り組み強化の成果も加わり、収納率が上昇し、収入未済額や差し押さえ・公売件数は減少しました。

〈滞納するとサービスが受けられない？〉

市が単独で実施している事業については、滞納がある場合、そのサービスを受けることができません(別表6参照)。申し込みの際はご注意ください。

市税などの滞納があると
【別表6】 利用できなくなる主なサービス

行政サービスなど
競争入札参加資格審査申請
小規模工事等希望者登録申請
人間ドック検診費助成(国民健康保険など)
住宅用太陽光発電システム設置費補助制度
不妊治療費助成申請
勤労者住宅建設等資金利子補給制度
省エネ化等住宅リフォーム補助金交付制度

国民健康保険税を滞納すると

保険証の有効期間が短くなったり、医療費の全額を一時負担してもらふこととなります。

介護保険料の滞納が続くと

1年以上滞納すると、介護サービス利用料が一時全額自己負担になり、2年以上続いた場合には、さかのぼって保険料を納めることができなくなり、介護サービス利用料の自己負担が1割から3割へと引き上げられます。

火曜日は午後7時まで納付できます

※納税課では、毎週火曜日(祝休日の場合は翌日)と毎月末日の平日5日間は午後7時まで、毎月最終日曜日は午前9時から午後5時まで、納税や市税の相談を行っています(各総合支所での受付は行っていません)。

納税にお困りの人は相談を

諸事情により市税の納期ごとの納付がどうしても困難な人については、相談に応じます。詳しくは、納税課 ☎23390へ。

税務課からのお知らせ

記帳・帳簿等の保存制度対象者が拡大されます

事業所得などを有する白色申告者に対する現行の記帳・帳簿等の保存制度について、平成26年1月から対象となる人が拡大されます。

それに伴い、本市では制度の概要や記帳の仕方を説明する「記帳説明会」を実施します。

※現行の記帳・帳簿等の保存制度の対象者は、白色申告者のうち、前々年分あるいは前年分の事業所得などの金額の合計額が300万円を超える人です。

対象者 事業所得、不動産所得または山林所得が発生する業務を行う全ての人

※所得税の申告の必要がない人も、記帳・帳簿等の保存制度の対象となります。

記帳する内容 売上げなどの収入金額、仕入れやその他の必要経費に関する事項を帳簿に記載します。記帳に当たっては、一つ一つの取引ごとではなく、日々の合計金額のみをまとめて記載するなど、簡易な方法で記載できます

帳簿などの保存 収入金額や必要経費を記載した帳簿のほか、取引に伴って作成した帳簿や受

け取った請求書・領収書などの書類を保存する必要があります

(別表1参照)

説明会日程 別表2参照

問い合わせ先 ▼説明会に関すること 〓 税務課(☎2211

3) ▼制度に関すること 〓 高崎

税務署(☎0271322147

11)

(別表1) 帳簿などの保存期間

保存が必要なもの		保存期間
帳簿	収入金額や必要経費を記載した帳簿(法定帳簿)	7年
	業務に関して作成した上記以外の帳簿(任意帳簿)	5年
書類	決算に関して作成した棚卸表その他の書類	5年
	業務に関して作成し、または受領した請求書、納品書、送り状、領収書などの書類	

(別表2) 説明会日程

日	時	会場
11月25日(月)	午前10時～正午	市役所本庁舎(大会議室)
	午後1時30分～3時30分	
11月26日(火)	午前10時～正午	小野上公民館(講義室)
	午後1時30分～3時30分	子持公民館(3階ホール)
11月27日(水)	午前10時～正午	赤城総合支所(第2・3会議室)
	午後1時30分～3時30分	北橋総合支所(市民ギャラリー)
11月28日(木)	午前10時～正午	伊香保公民館(講義室)
	午後1時30分～3時30分	市役所本庁舎(大会議室)

まちづくり
地域ひろく

公

益財団法人群馬県市町村振興協会では、サマージャンボ宝くじの収益金により、自治会などへのコミュニティ助成事業を行っています。

このたびは渋川地区自治会連合会では、自治会からの要望を受け、この事業による助成を受けて渋川地区内3カ所の自治会にコピー機、機、移動型音響設備を整備しました。

(本)市民生活課



また、子持地区自治会連合会では、子持地区内2カ所の自治会にエアコン2基、座卓、法被などを設置・整備しました。

(子)市民福祉課

虐待から子どもを守ろう!

【子どもを虐待から守るための5か条】

- ① 「おかしい」と感じたら迷わず連絡(通告)
- ② 「しつけのつもり」は言い訳。子どもの立場で判断
- ③ 一人で抱え込まない。あなたにできることから行動を
- ④ 親の立場より子どもの立場。子どもの命が最優先
- ⑤ 虐待はあなたの周りでも起こりえる

みんなで守ろう! こどもの笑顔(通報は匿名でもかまいません)

子どもの虐待に関する通報先

連絡先	電話番号	備考
こども課 「家庭児童相談室」	22-3443	月～金曜日 午前8時30分～ 午後5時15分 (祝日・年末年始を除く)
県中央児童相談所	027-261-1000	
児童相談所全国共通 ダイヤル	0570-064-000	
群馬県中央児童相談所 北部支所	20-1010	
こどもホットライン24 (24時間対応)	0120-783-884	フリーダイヤル
	027-263-1100	携帯電話から
渋川警察署	23-0110	※緊急を要する場合は、 110番通報してください。
こどもの悩み110番	24-8911	

11月は児童虐待防止推進月間です。児童虐待を防止するには、早期に発見し、その家族を適切に支援していくことが重要です。周りの私たちが気付くこと、知らせることで子どもを虐待から救うことができます。あなたの行動が、子どもを虐待から守るネットワークの第一歩なのです。

児童虐待は、子どもに対する重大な権利侵害です。たたく音や子どもの叫び声、不自然な泣き声が聞こえるなど、あなたの周りに「虐待を受けているのでは?」と思われる子どもがいたら、迷わず通報をしましょう。詳しくは、**本こども課** ②② 2415)へ。

気付くのはあなたと地域の心の目



市民福祉課

このたび、子持地区自治会連合会では、自治会からの要望を受け、この事業による助成を受けて子持地区内7カ所の自治会にコピー機を整備しました。

財

団法人自治総合センターでは、自治宝く



市消費生活センターからのお知らせ

高齢者を狙った悪質商法に注意しましょう!!

注文していない商品などを勝手に自宅へ送り付けられ、代金を請求される「送り付け商法」の被害が、高齢者を中心に急増しています。ケースとしては、次のような事例が多くなっています。

【事例1】

注文していない商品を代金引換で送り付けられ、仕方なく数万円を払って受け取ると、その後、同様の商品の勧誘電話が続いたり、定期購入になっている

と言われ、さらに商品を送り付けられた。

【事例2】

業者から電話で「あなたが注文した声が録音されている」などと言われ、身に覚えがないと伝えらると、「裁判になるぞ」と脅されたため、仕方なく応じてしまった。

【事例3】

商品の受け取りを断ると、業者から「キャンセルで損害を被つ

た」と言われ、損害賠償の請求をされた。

このように、身に覚えがない電話勧誘や代金引換には絶対に応じないよう注意してください。また、電話勧誘や商品の送り付けなどで不審に思った場合は、慌てずにお近くの警察や消費生活センターに、必ず相談してください。

詳しくは、市消費生活センター ☎(02)23325へ。

勤労者住宅建設等資金利子補給

借入金にかかる利子の一部を補助します

市では、勤労者が住宅建設等資金を金融機関などから借りた場合、その借入金にかかる利子の一部を一定期間(5年以内)補助します。

対象者 次の①～⑥の全てに該当する人 ①市内に住所を有し、事業主などに雇用されている勤労者 ②資金の当初借入利率が年利2割を超えていること ③借入先が、住宅金融支援機構、銀行、信用金庫、信用組合、農業協同組合、労働金庫などの法律に基づく金融機関、共済組合

であること ④融資を受けた年から5年以内であること ⑤生活の本拠とするため、市内に専用住宅を新築、増築、改築または購入した人(増築、改築は10平方メートルを超えるもの) ⑥市税を完納している者

補給金(年額) 1月現在の借入金均等に返済するものとした残額に、借入利率から2割を差し引いた利率(上限2割)を乗じて得た額を1000円未満切り捨てにした額

申請方法 所定の申請書(商工振

興課にあります)に必要な事項を記入して、☑商工振興課 ☎(02)2596へ

※申請書は、市ホームページからダウンロードできます。

申込期間 11月11日(月)～12月13日(金)

その他 既に申請している場合で、今年度の対象となる人には、12月上旬頃に申請書類を送付します。また、新築などで税務課の家屋調査を受けている人には、その調査時に書類を配付してあります

高齢年金の所得税控除のお知らせ／「扶養親族等申告書」の提出を忘れずに

高齢年金は、所得税法により「雑所得」として課税の対象となります。

所得税の控除を受けるためには、毎年10月下旬から11月上旬にかけて日本年金機構から送付される「扶養親族等申告書」に必要な事項を記入し、期限までに提出する必要があります。

この申告書を提出しないと、扶養控除などが受けられず、所得税の源泉徴収税額が多くなる場合

があります。忘れずに提出しましょう。

送付該当者 ①65歳以上で158万円以上の年金を受給している人 ②65歳未満で108万円以上の年金を受給している人

※障害年金や遺族年金は、非課税のため受給している人には送付されません。

詳しくは、ねんきんダイヤル ☎(0570)0570-05-1165・I P電話・PHSからは ☎(03)6700-1165へ。

住生活総合調査の実施について

渋川市は72世帯の人たちが対象となります

国土交通省では、12月1日、全国各地において「平成25年住生活総合調査」を行います。

この調査は、住生活基本法に基づく住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上で必要となる、基礎資料を得るための調査です。居住環境を含めた住生活全般に関する実態や居住者の意向・満足度などを総合的に調査するもので、5年ごとに実施されます。

今回は、10月に実施された住宅・土地統計調査(総務省に回答いただいた世帯の中から一部を抽出し、全国で約9万2000世帯の人たちを対象に行います。本市では、一定の抽出方法により無作為抽出した、72世帯の人たちに調査をお願いすることとなりますので、ご協力をお願いいたします。

調査期間 11月21日(木)～12月10日(火)



あなたの住環境について教えてください

※統計調査員証を持った調査員が、対象となった世帯を訪問します。

ご協力をお願いします

調査項目 ①現在お住まいの住宅およびその周りの環境評価について ②最近の住居状況の変化について ③住宅の住み替え・改善の意向について

調査方法 統計調査員が世帯を訪問し、調査票を配布・回収します

調査結果の公表 調査の結果は、全国のほか、地方ブロック別、市部・郡部別にまとめられ、公表されます。これらの結果は、インターネットで閲覧できるほか、報告書にもまとめられ、住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上での基礎資料として利用されるとともに、広く国民一般の利用にも使われます

詳しくは、**建築住宅課** 2072へ。



いつまでもお元気で／慶祝訪問を行いました

9月29日に市内在住で今年度内に99歳以上になる高齢者(大正4年3月31日以前生まれ)を対象に慶祝訪問が行われました。

市内在住の男性最高齢者は綿貫六郎さん(106歳)、女性最高齢者は村上キミさん(104歳)です。

長寿者の皆さん、健康に留意され、いつまでもお元気でいてください。

(本高齡福祉課)



渋川ほっと人

吟じます！そしてみんなに
詩吟の魅力を伝えたい



橋爪 晃平さん
(渋川/明保野・17歳)

サザンオールスターズの大ファンで一人で仙台までライブに行ってしまうほど。いつかサザンの曲も吟じてみたいそうです。

「実は、詩吟を始めてまだ1年半くらいなんです」と落ち着いた物腰で話す橋爪晃平さんは、県立渋川高等学校に通う2年生。詩吟の先生に書道も教わっているからか、とても大人びた印象です。橋爪さんと詩吟の出会いには、本人いわく「不思議な出会い」だったとか。書道を習っていた先生が詩吟をやっている、渋川の合格を先生に報告したところ、その場でお祝いにと、朱熹の「偶成」を吟じていただいたそうです。これに橋爪さんは深く感動し、すぐに詩吟の世界に足を踏み入れることになったそうです。それからは、詩吟と書道の2足のわらじを履き練習を重ね、1年が経った今年の5月に全国詩吟コンクール県大会少年の部

で優勝、8月に開催された第37回全国高等学校総合文化祭(総文祭)詩吟剣詩舞部門の群馬県代表として参加、とその才能を開花させました。「詩吟の魅力は、昔の人が作った詩が現代人にも通じる普遍性を学べることと、詩吟を通して世代を超えた人たちとつながることができるところです」と橋爪さん。総文祭では、同世代の仲間と構成吟を一緒に作り上げたことが良い経験と思い出になったそうです。これからの目標を伺うと、「詩吟をもっといろいろな人に知ってもらい、そしていつかは、詩吟という伝統をつないでいく一員になりたいです」と、心に秘めた熱い思いを語ってくれました。

きらり サークル仲間

子持社交ダンスクラブ

健康づくりに“Shall we ダンス？”



代 表 七五三木昭夫さん
☎ 4383

内 容 社交ダンス
日 程 毎週火・金曜日
午後7時30分～9時30分
場 所 子持公民館
会員数 21人

☆一言アピール☆

親睦と健康づくりをモットーに、良い雰囲気の中で一生懸命練習に取り組んでいます。子持生涯学習フェスティバルなどのイベントにも参加し、練習の成果を披露。ダンスに興味のある人は、ぜひ、踊ってみませんか。



中 「まちなか交流広場イベント2013」
中心市街地ににぎわいを！手作りイベントに市民集う

季節外れの残暑となった10月6日、「まちなか交流広場イベント2013」が
 渋川ネイブルスクエアで開催されました。“中心市街地を元気に盛り上げよう”
 を合い言葉に、落語や紙芝居、ハーモニカ・バルーンアートや「風車トリオ」の
 まちなかライブ、渋川マーケットや足湯など、さまざまな「熱い」手作りイベント
 が勢ぞろい。訪れた人は買って・食べて・見て、まちなかでのにぎわいを楽し
 んでいました。

高崎経済大学生による
 「シブめし」グランプリ。
 試食販売・投票の結果、
 「渋川ギョーザ」が見事
 グランプリに(左)



好 「スポーツの秋到来」
好・珍プレーの数々に
大盛り上がりの体育祭

スポーツの秋を迎え、各地区
 で体育祭が行われました。赤城
 地区では、10月13日に赤城総合
 運動自然公園で「赤城ふれあいス
 ポーツフェスティバル」を開催。
 老若男女が綱引きや障害物リレ
 ーなどの競技に汗を流しました。
 ムカデ競走では、5人が力を合
 わせて直線40mを疾走。好・珍プ
 レーの続出に会場から歓声と笑
 いがあふれていました。全競技
 を終え、津久田第二自治会が見
 事優勝を収めました。

5人一組でムカデ競走(上) パ
 ン食い・あめ玉探し(左下) 中
 学生競技の障害物リレー(右下)

自然の脅威は突然に……

「その時」のためにできることがあります



家庭の備えは 大丈夫ですか？

自然の力は、時として恐ろしい大災害を引き起こし、私たちの生活に大きな影響をもたらします。本市でもこれまで、地震・台風・大雨などにより大小の被害が発生しています。

市では、災害に備え、他の自治体や企業などとの協力体制づくりや備蓄品の整備を行っています。また昨年度から、地域の防災力の向上を図るために、市防災専門員による自主防災リーダー養成講座や各種防災講座の実施、自主防災組織への活動支援など、各種防災対策を進めています。

しかし、いざ災害が発生したとき、被害を最小限に抑えるためには、市民の皆さん一人ひとりが防災に関する知識や十分な備えをすることが大切です。

突然発生する地震に備えて家具の転倒防止策をとる、台風接近時には不要不急の外出を避け

るなど、いざというときのために家族で防災について話し合い、次のことを確認しておきましょう。

- ① 3日分の食料と水(1日1人3リットルが目安)の準備
- ② 停電に備え、懐中電灯・ラジオ・乾電池の準備、点検
- ③ 窓や雨戸などの補強・補修



「特別警報」 ご存じですか？

8月30日から、これまでになく危険が迫っていることをお知らせする、「特別警報」が気象庁から発表されることとなりました。「特別警報」は、警報の発表基準をはるかに超える異常な現象が予想される場合に発表されます。

えっ！まだ
登録していないの？

「渋川ほっと マップメール」

市では、災害避難情報などを携帯電話やパソコンにメールで配信する「渋川ほっとマップメール」を運用しています。メールアドレスを登録すれば誰でも受信することができます。登録は無料です。ぜひ、ご利用ください。※通信料金は、利用者の負担です。

災害情報をはじめ 6種類の情報を選べます

災害情報以外にも、日常生活に役立つ情報が選択できます。

- ① 災害・緊急情報
- ② 火災情報
- ③ 気象情報
- ④ 防災行政無線放送情報
- ⑤ 防犯・見守り情報
- ⑥ イベント情報

登録方法が 分からない場合は

お気軽にコールセンターまでお問い合わせください。

☎03-5464-7225(受付時間は平日午前9時～午後5時)
【本事務管理課】



〈特別警報が発表されたら〉

特別警報が発表されたら、ただちに身を守るために最善を尽くしてください。

最善を尽くすための心得・対応3カ条

▽その1 これまで経験したことのないような激しい豪雨や暴風など、異常な気象現象から重大な災害が起こる可能性が非常に高まっています。ただちに命を守る行動をとってください。

▽その2 周囲の状況や、市や関係機関から発表される情報に留意し、ただちに避難所へ避難するか、すでに屋外に出ることが危険な状態のときは、無理をせず家の中より安全な場所にとどまってください。

▽その3 この数十年間災害の経験がない地域でも、災害の可能性が高まっています。油断しないでください。

市では、特別警報が発表され



た場合、次の情報伝達手段を用いて、市民へ最大限の警戒を呼び掛けます。

- ① 防災行政無線による広報
- ② 渋川ほつとマップメールの配信
- ③ 市ホームページへの情報掲載
- ④ ツイッターでの情報周知

また、災害の状況により、市広報車や消防団などによる警戒広報を行います。



〈特別警報がなくても油断は禁物〉

「特別警報」が発表されないからといって安心することは禁物です。災害発生の恐れがあるときは、これまでどおり警報が発表されますので、最新の情報を収集してください。早め早めの行動をとることが大切です。

特別警報をはじめとする各種災害情報は、行政機関やさまざまなメディアを通じて伝えられます。情報収集手段の一つでも多く確保し、災害情報の収集に努めてください。(本行政課)

メールアドレスの登録手順

手順1

「空メール送信」

※ご利用の登録を行う場合は、以下のとおり「空メール」を送信してください。

※件名、本文はそのままで継続です。ご利用情報の案内メールを振り直しお送り致します。

※お名前を送信してください。

※過去に登録されたメールアドレスから検索することができます。

※お名前を送信したのに、案内メールが届かなかったら...

※ドメイン指定受信可否設定を行っている方は受信設定ドメインの指定変更を以下のURLよりお願い致します。



携帯電話で左上のQRコードを読み込むか <https://service.sugumail.com/shibukawa/>へアクセス。画面の案内に従い「空メール」を送信します

手順2

「利用登録」

※「空メール」の申込みを行います。利用規約に同意の上、下記の「配信」に同意する方を付けてください。

利用規約の承諾書

同意する

同意しない

仮登録完了のメールが届きますので、メールに記載されたURLにアクセスし、利用規約を確認後「メール配信に同意する」を押します(メールの届かない人は、迷惑メール設定を変更)

手順3

「配信項目選択」

※配信項目を選択してください。配信項目を複数選択すると、下記の配信項目を全て選択した事となります。※は入力必須項目になります。

※配信項目

- ☑ 災害・緊急情報
- ☑ 気象情報
- ☑ 防災情報
- ☑ 地理情報 (距離5以上)
- ☑ 火災情報
- ☑ 渋川地区
- ☑ 伊勢保地区
- ☑ 小野地区
- ☑ 子持地区

配信項目選択画面で、受信したい情報を選択します(「災害・緊急情報」は登録必須)

手順4

「利用情報入力」

※利用情報を入力してください。

※お名前を入力してください。

※性別

☑ 男性 ☑ 女性

利用情報確認画面で、性別を選択します

手順5

「利用情報確認」

※利用情報確認画面で、入力内容を確認し、「入力内容を確認する」を押してください。

※確認内容

- ☑ 火災情報
- ☑ 渋川地区
- ☑ 伊勢保地区

※利用情報登録完了

ご登録ありがとうございます。

登録情報確認画面で、内容を確認し、登録完了です



防災イベント情報



平成25年度「渋川市総合防災訓練」

本市に大地震が発生、大きな被害が生じた場合を想定し、情報収集や伝達、応急対策が迅速かつ的確に行えるよう、行政・防災関係機関・住民が一体となった実践的な訓練を行います。

地域のみんなで防災について考え、知ることができる機会です。お気軽にお出かけください。

とき 11月10日(日)午前9時～正午
ところ 北橋総合グラウンド(利根川河川敷)

訓練内容 〈災害想定訓練〉
・ 情報伝達訓練
・ 避難誘導訓練

・ 救出訓練

・ ボランティアアセンダー開設訓練

・ 消火訓練

・ ヘリポート開設訓練

・ 多重災害救出訓練

・ 交通路開設訓練

・ 炊き出し訓練

〈体験訓練〉

・ AED操作

・ 煙体験・消火器取扱体験

・ 災害用伝言ダイヤル体験

・ 土のう作成体験

・ 自然災害体験

〈啓発展示〉

・ 緊急車両等展示

・ 防災備品、防災パネル展示

・ 災害ボランティアパネル、災害記録などの展示

・ 住宅火災報知器普及啓発

・ 住宅耐震化普及啓発

注意事項

訓練当日は、会場周辺でヘリコプターが上空を旋回したり、消防車両などがサイレンを鳴らして走行したりします。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。なお当日、荒天または災害発生などが予想される場合は、訓練は中止となります。
(本行政課)

自主防災リーダー養成講座(初級)

災害時、自らの命を守り、大切な人を守るための知識を身に付けた「自主防災リーダー」を地域に増やすための講座です。リーダーが増えれば、地域の防災力が向上します。

防災に関心のある人なら誰でも参加できます。

とき 11月28日(木)～12月12日(木)
毎週木曜日午後7時～9時、12

月21日(土)午前9時～正午(計4回)

ところ 市役所本庁舎大会議室

内容 ①防災の基礎知識、②災害時の対処能力の向上、③避難所の運営等、④防災図上訓練、⑤防災マップ作成など

定員 30人(先着順)

申込方法 電話で本行政課(☎22

2112)へ

申込期間 11月6日(水)～25日(月)

渋川市公式ツイッター

市政や防災、観光、イベントなどの情報を、市内外の皆さんにお知らせしています。ぜひ、フォローしてください。
本秘書広報課 (☎22182)

URL

https://twitter.com/shibukawashi_jp

アカウント

@shibukawashi_jp



シリーズ 命を守る授業

毎月掲載 / 8時限目

独自の防災を！「生活防災(2)」

市消防防災対策室(☒行政課内)

この授業では、市民の皆さんに「防災」について少しでも考えてもらい、日ごろから災害に備えてもらうことで、多くの命が守られていくことを願い、情報をお知らせするものです。

8時限目の今回は、「生活防災(2)」についての授業です。 (寄稿：防災専門員・小金澤照昌)



日ごろから地域で行われる防災訓練に参加しましょう

先日の台風18号の被害は大丈夫でしたか？道路への倒木約40カ所、停電約1200棟など、本市にも大きなつめ跡を残して去りました。人的被害がなかった事は幸いでしたが、「日ごろから防災意識を持つこと」の大切さを再認識しました。

今回は、「自分の命は自分で守る」の基本である「生活防災」について、大切なことなので2回目となりますが、お話をしたいと思います。

「防災を一言で説明してください」と言われたら、あなたは何と答えますか？私は「大切な人を守る」と答えています。大切な人を守るには、自分が死んでしまつては守れません。では「死なないために」何をしなければいけないのでしょうか？それは、自分自身が「学び」「備え」「行動して」「自分で探し出し」「つかみとる」ことです。

災害に備える「防災」は、身構えて行うものではなく、普段の生活の中で行つていくものです。私は皆さんに、「生活の一部に取り入れた自分独自の防災を探し、行つて欲しい」と考えています。

〈防災を身近に考える〉

防災というと、「地震対策」「台風対策」など、大きなことを考えてしまいがちな身近に感じる事ができません。そこで、身近に感じてもらえるように2つの話をしたいと思います。

1つ目に、過去最大の人的被害を

生き抜くために私たちがすべきこと

出している災害は何だと思えますか？答えはなんと「インフルエンザ」です。皆さんも「予防の為にワクチン」(防災)、「かかったら服薬」(減災という行動を取っていませんか？インフルエンザについての知識を得て、予防や治療の行動を起こしていると思えます。「知る」ことは、大切なことです。それ以上に行動することが大切なことを忘れないでください。

2つ目は、夕食の準備です。毎日の献立、迷いますね。しかし、「食べてもらおう人が喜んでくれる献立」を考えます。「相手の為に何ができるのか」に通ずるものがありますね。自分にしかできない、その地域にしかできない「防災」があります。自分だけのオリジナル防災、まずはここから始めてみてはいかがでしょうか？

〈防災は生活の一部〉

台風の季節が過ぎたからといって安心とは言えません。まだまだ台風が発生し被害を招く恐れがあると言われています。「竜巻」「落雷」など、多くの自然災害をもたらす要因は渦巻いています。

まずは、自分の「出来ること」からはじめ、「防災」を生活の中に取り入れる行動をして欲しいと願っています。災害は「非日常的な出来事」と、とらえてしまいがちです。しかし「愛する人を守るため」一歩を踏み出す勇気を持つてください。

防災 ○× クイズ

①大地震ではテレビ、ラジオはあてにならないので、その場の人たちの声を頼りに行動する。

②家具を固定するために、重いものを上に乗せた。

(答えは、次号に掲載します)

【前回10月1日号の答え】 ①…× 災害伝言ダイヤルは「171」です。NTTの「災害用伝言板」で、毎月1日、15日に体験可能。
②…× 死因の多くは圧死です。たんす、本棚、戸棚などの下敷きになり、亡くなりました。

情報ぼっくす

《マークの見方》

本 = 本庁舎 **二** = 第二庁舎
伊 = 伊香保総合支所 **小** = 小野上総合支所
子 = 子持総合支所 **赤** = 赤城総合支所
北 = 北橋総合支所 **☎** = 電話番号
FAX = ファクス番号 **✉** = 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

募集

お正月飾りづくり教室

北文化財保護課 ☎2102
時 12月8日(日)午前9時〜
正午

所 北橋歴史資料館

内 稲わらを使ったお正月飾りづくり(お顔がくし・中シメなど)
師 今井権一郎さん(北橋町真壁)

定 15人(超えた場合は抽選)

費 無料

持 せん定ばさみ、切り出しナイフ(カッターナイフ可)、定規(30センチ)、半紙2〜3枚
申 直接電話で北橋歴史資料館(☎4094)へ
期 11月15日(金)まで

※受付は、月曜日と祝日の翌日を除く午前9時〜午後5時

しめ縄飾りづくり教室

北文化財保護課 ☎2102
時 12月1日(日)午前9時〜
正午

所 八木原北会館



みんなで挑戦してみませんか？

内 古代米の稲わらを使い、しめ縄飾りを作ります
師 八木原風俗習慣保存会の皆さん

対 市内在住・在勤の人

定 20人(超えた場合は抽選)

費 無料

申 電話で文化財保護課へ
期 11月15日(金)まで

国際理解講座

市国際交流協会事務局(本企画課内) ☎2396

今回は、フランスに焦点を当て、回国出身の講師から、フランスの文化や歴史、日本との違いについて楽しく学びます。

時 11月16日(土)午後1時〜3時(予定)

所 中央公民館

内 「Bonjour!」フランスの魅力を伝えに「▽写真やスライドでフランスの文化や歴史を学ぼう!」▽フランスの飲み物やお菓子で交流しよう!

師 ダミアン・ロブションさん(富岡市国際交流員)

定 60人(先着順)

費 無料
申 電話で市国際交流協会事務局へ
期 11月6日(水)から

花に親しむ体験教室

都市計画課 ☎2073

時 11月22日(金)午前10時〜
正午

所 市役所第二庁舎もみじテラス

対 花や緑を育てることに関心があり、寄せ植えなどを始めてみたい人
定 25人(超えた場合は抽選)

費 1000円(材料費)

申 電話で都市計画課へ
期 11月20日(水)まで

【広告】

【広告】

広告募集中

■本庁・各総合支所の電話番号

- 本庁舎・第二庁舎 ☎22-2111 □子持総合支所 ☎24-1211
- 伊香保総合支所 ☎72-3155 □赤城総合支所 ☎56-2211
- 小野上総合支所 ☎59-2111 □北橘総合支所 ☎52-2111

パワーウオーキング講習会in渋川



講師のガウダーさん(左)と講習会の様子

今年で4回目を迎えるハートヴィツヒ・ガウダーさん(競歩・オリンピック金メダリスト)によるパワーウオーキングの実技講習会を開催します。

パワーウオーキングは、ジョギングとウオーキングの中間的なスポーツで、年齢やスポーツ経験の有無を問わず始められ、健康増進に役立ちます。シェイプアップや肩こりの改善、心臓疾患の予防などの健康効果があります。

- 時** 11月23日(祝)午後3時～4時
- 所** 子持社会体育館
- 費** 無料
- 持** 運動のできる服装、上履き、飲み物
- 申** 当日会場へ
- 問** 本スポーツ・健康推進調整室(☎22241)

人口と世帯／平成25年9月末現在

- 人口 82,770人(男40,437人、女42,333人)
- 世帯 31,674世帯
- 9月のうぶごえ 男の子18人、女の子27人

スポーツ

「渋川いきいき健康スポーツクラブ」教室紹介

- 体育課** ☎22104
- いずれも**申・問**は、渋川いきいき健康スポーツクラブ 小松真弓さん(☎240120)へ。
- ＜第12回スポーツフェスティバル＞**
- 時** 11月17日(日)午前10時30分～午後3時
- 所** コマツスポーツクラブ 運動広場(石原)
- 内** ▽午前ミニ運動会(100m競走、障害物競走、)

- 宝ひろい** ▽午後11ローラースケート(初心者講習会、自由滑走、100m競走)
- 対** 市内の幼児、小・中学生
- 定** 50人(先着順)
- 費** 無料
- 申** 当日会場へ
- 他** 午前または午後のみのも参加も可。参加者全員に参加賞があります。ローラースケート、ヘルメット、ガードは希望者へ貸し出します
- ＜健康づくりダイエツト教室＞**
- 時** 11月6日(水)～27日(水)の毎週水曜日午後6時30分～8時30分
- 所** コマツスポーツクラブ ジム(渋川/辰巳町)

- 内** エアロバイク、ランニングマシンなどで健康づくりを行います
- 対** 市内の小学4年生～成人
- 定** 5人(先着順)
- 費** 1000円(保険料など)
- 持** 室内用運動靴
- ＜中高年健康づくり教室＞**
- 時** 11月6日(水)～27日(水)の毎週水曜日午前10時～正午
- 所** コマツスポーツクラブ ジム(渋川/辰巳町)
- 内** エアロバイクなどで健康づくりを行います
- 対** 市内の成人
- 定** 5人(先着順)
- 費** 1000円(保険料など)
- 持** 室内用運動靴

文学館

徳富蘆花追悼茶会

徳富蘆花記念文学館

☎2237

- 時** 11月18日(月)午前10時～午後3時
- 所** 徳富蘆花記念文学館
- 内** 静翠会の皆さんによるお茶会
- 費** 500円(和菓子付き)
- 申** 当日直接会場へ

ハッピー子育て相談室／子育ての悩みをみんなで解決してみませんか？

- 時** 12月11日(水)、平成26年1月24日(金)、2月21日(金)、3月14日(金)午前10時～正午
- 所** 渋川公民館
- 内** 少人数の座談会形式で、子育てに関する悩みを相談し、きめ細やかな指導を受けられます
- 師** 須田とみ子さん(元スクールカウンセラー)
- 対** 高校生以下のお子さんがある人(小さなお子

- さんは一緒に受講できます)
- 定** 各回8人(超えた場合は抽選・超えない場合は随時募集します)
- 費** 無料
- 申** 電話か直接中央公民館(☎24321)へ(土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時)
- 期** 11月27日(水)まで

情報ボックス

《マークの見方》

- 本 = 本庁舎 二 = 第二庁舎
- 伊 = 伊香保総合支所 小 = 小野上総合支所
- 子 = 子持総合支所 赤 = 赤城総合支所
- 北 = 北橋総合支所 電 = 電話番号
- ファ = ファクス番号 E = Eメールアドレス
- 時 = とし・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

シルバー人材センター会員入会説明会

時 11月15日(金)、12月16日(月)、平成26年1月15日(水)、2月17日(月)、3月17日(月)午後1時30分
所 子持総合支所2階会議室 **対** 市内在住の健康で働く意欲がある60歳以上の人 **持** 筆記用具 **申** 当日会場へ **問** 市シルバー人材センター事務局(☎②4688)

公民館

親子わくわくクリスマス

渋川公民館 ☎②0999



時 12月7日(土)午前10時～11時30分
所 渋川公民館(第二庁舎) シグ・ザグ(ピアノ)講師グループ)による、歌や音楽に合わせたはり絵のお芝居、手品などを楽しみます

対 幼児～小学校までの子どもとその保護者
定 70人(先着順)
費 無料
申 電話か窓口へ
期 11月28日(木)まで

催し物

市民総合文化祭
 演技部門発表会

時 生涯学習課 ☎②2500

時 11月24日(日)午後1時～4時

所 北橋ふれあいセンター(北橋公民館)ホール

内 琴、尺八、謡曲などの邦楽発表
費 無料

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 ☎③1765

〈ふれあい浴場〉

時 11月24日(日)

内 渋川老人福祉センター内浴場の無料開放(市民のみ)

〈無料巡回バスの運行〉

時 毎週日曜日

コース 午前9時15分金鳥駅発、9時50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

〈健康相談〉

時 11月14日(木)午後1時30分

所 渋川老人福祉センター 塚越秀男さん(渋川)御蔭

分 12月の休館日

2日(月)、9日(月)、16日(月)、24日(火)、25日(水)、29日(日)

31日(火)

図書館

市立図書館の催し物案内

市立図書館 ☎②0644

いずれも会場は市立図書館、参加料は無料です。直接会場へお越しください。

〈萌えの子おはなし会〉

時 11月16日(土)午後2時

内 ▽絵本「あくま」 ▽ぞうさんのふとん ▽紙芝居「たんたかたん」



〈映画鑑賞会〉

時 11月17日(日)午後2時

内 「花の誇り」(演出:吉村芳之)主演:瀬戸朝香・酒井美紀(2008年・日本映画)

〈郷土史講座〉

時 11月17日(日)午後1時30分

内 「市日文書から見る渋川市場」

師 大島史郎さん(県文化財保護指導員)

渋川警察署からのお知らせです／指名手配被疑者の検挙にご協力を

平成25年8月末現在、全国の警察から指名手配されている者は、約830人に上っています。これらの被疑者は、殺人や強盗等の凶悪事件などの事件に関して指名手配されており、再び犯行を行う恐れがあります。

警察では、特に重大な犯罪の被疑者を選定した上で、11月中に全国警

察の総力を挙げて追跡捜査を行うこととし、これら被疑者の早期検挙に取り組みます。

指名手配被疑者によく似た人を見掛けたといった情報など、ささいなことでも結構ですので、渋川警察署(☎③0110)または最寄りの交番にお知らせください。

この顔にピンときたら110番

小暮洋史



昭和44年7月31日生(現在44歳) 身長170センチ位 捜査特別報奨金対象事件

※事件の詳細などは、県警ホームページをご覧ください。

掲 示 板

掲載希望は☎秘書広報課
(☎)2182)へ

市以外のお知らせ

《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 期=申込期間・開始日・期限 他=その他

紹介者同伴婚活パーティー 参加者募集

時 12月1日(日)午後5時30分
所 アネーリ渋川(金井) 内 紹介
者に愛のキューピット役をして
もらう婚活パーティーです
対 紹介者または婚活希望者(20
~40歳代の独身者に限る)が市内
在勤の人 ※紹介者がいなくても
参加できます。 定 男女各40人
費 ▷婚活希望者=1人2,000円
▷紹介者=1人1,000円
期 11月15日(金)まで
問 渋川商工会議所(☎)21311)

蘇る心の風景2013 ~廃校での14人展~

時 11月8日(金)~10日(日)午前
9時~午後5時 所 赤城工房
(赤城町棚下・旧棚下小学校)
内 木工や絵画などの作品展示
費 無料 問 赤城工房(☎)63062)

三愛荘バザー

時 11月17日(日)午前10時~午
後2時(雨天決行) 所 三愛荘(渋
川/明保野) 内 日用雑貨品、生
鮮食品等の販売、施設利用者の
作品展示、模擬店など 問 三愛
荘(☎)21027)

近藤昌子絵手紙サークル 渋川教室合同作品展

時 11月20日(水)~28日(木)午
前9時~午後5時(土・日曜日・祝
日を除く・20日(水)は午後1時
から・28日(木)は午後1時まで)
所 市役所本庁舎1階市民ロビー
内 絵手紙の展示 出展団体 ア
イリスの会、ひまわりの会、蓼
の会、誠光荘 入場料 無料 問
橋爪千鶴さん宅(☎)26030) 他
11月22日(金)に紙芝居(午後1時
から・講師:信澤淳一さん)、紙芝
居終了後、絵手紙体験を行います

陸上自衛隊 高等工科学校生徒募集

受験資格 中学卒業(見込含む)の
15歳以上17歳未満の男子
期限 平成26年1月10日(金)まで
一次試験日 1月18日(土)
試験会場 前橋市民文化会館
問 前橋募集案内所(☎)027-233
-8960)

全国一斉「女性の人権 ホットライン」強化週間

法務省と全国人権擁護委員連
合会では、11月18日(月)から24
日(日)までを「女性の人権ホット
ライン強化週間」として、夫やパ
ートナーからの暴力やストーカー
被害などの電話相談窓口を開
設します。対応は、法務局職員
と人権擁護委員があたり、秘密
は固く守ります。

専用電話番号 0570-070-810
(全国共通) ※携帯電話からも接続
できます。ただし、PHS・IP
電話は不可。 受付時間 午前8
時30分~午後7時(11月23日、
24日は午前10時~午後5時)
問 前橋地方法務局人権擁護課
(☎)027-221-4466)

税務署からのお知らせ

いずれも、詳細は高崎税務署
(☎)027-322-4711)にお問い合わせ
ください。

〈税を考える週間〉

11月11日(月)~17日(日)は「税
を考える週間」です。「税の役割
と税務署の仕事」をテーマとして、
税の役割や国税庁のICT化・国
際化などについて紹介します。

〈年末調整説明会〉

時 11月13日(水) ①午前10時
~正午 ②午後1時30分~3時
30分 所 群馬音楽センター(高
崎市高松町28番地2)

渋川北群馬地区 学校保健会講演会

時 11月20日(水)午後2時~4時
(受付は午後1時30分から) 所 金
島ふれあいセンター 内 子どもの
行動(不登校やいじめ等)の内
面や背景の理解~児童生徒の心
の健康をサポートするために~
師 榊澤徹二さん(臨床心理士)
費 無料 問 渋川北群馬地区学
校保健会事務局(☎)2121)

ソフトエアロビ体験教室

時 11月5日(火)~26日(火)の毎
週火曜日午後8時~9時15分(計
4回) 所 市武道館 費 無料
持 運動のできる服装、上履き、
タオル、飲み物 申 当日直接会
場へ 問 市スポレク協会エアロ
ビクス愛好会大矢勝恵さん宅(☎)
27505)

民事介入暴力

一日無料相談所の開設

時・所 ▷11月8日(金)=渋川公
民館(市役所第二庁舎) ▷11月
20日(水)=高崎商工会議所特設
会場(高崎市問屋町) ※時間はい
ずれも午後2時~4時。
内 暴力団による各種被害相談な
ど 問 公益財団法人群馬県暴力
追放運動推進センター(☎)027-
254-1100)

11月は労働保険

適用促進強化期間

社員、従業員、アルバイトなど
1人でも雇用している事業主には、
労働保険(労災・雇用)の加入
が義務付けられています。まだ
加入手続きをしていない事業主
は、すぐに手続きをしてください。

問 ハローワーク渋川適用係(☎)
2636)へ

健康アップ料理教室

「野菜しっかり、塩分控えめ」で健康寿命を延ばしましょう！

市食生活改善推進員連絡協議会(食改推) 渋川地区では、家族の健康増進を目的に健康アップ料理教室を開催します。

今回は、高血圧を改善し、健康な毎日を送るために、手軽にできる減塩の工夫を紹介いたします。

血圧が高い状態(高血圧)が続くと、血管は弾力性を失って、動脈硬化につながります。血管年齢を若く保つために、ぜひ、参加してください。

時 12月5日(木)午前9時30分～午後1時(受付は午前9時から)

所 渋川ほっとプラザ

内 △栄養士による野菜の減塩効果についての講話

▽野菜を上手に取り入れた減塩のための調理実習(豆腐のつくねバーグ、大根と

焼きシイタケのサラダ、塩昆布の根菜汁、サツマ芋ブリンなど)

※献立は変更になる場合もあります。

対 市内在住・在勤で健康に

関心がある人

30人(先着順)

定 300円(材料費)

持 エプロン、三角きん、筆記用具

申 電話か直接

電話か直接 渋川保健センター(☎②1321)または各地区の食生活改善推進員へ

期 11月5日(火)～25日(月)

詳しくは、渋川保健センターへ。

関心がある人



しぶかわ健康ダイヤル24
0120-377-240



気軽に相談
してください

市民の皆さんが気軽に利用できる24時間電話健康相談サービス「しぶかわ健康ダイヤル24」を開設しています。

これは、健康、医療、介護、看護、メンタルヘルスに関する相談を、医師、保健師、看護師などの専門家が24時間年中無休で受け付けし、分かりやすくアドバイスするものです。

フリーダイヤルですので通話料は無料です。ぜひご利用いただき、皆さんの健康管理などに役立ててください。

忘れずに各種健(検)診の受診を

～休日健(検)診は11月9日(土)・10日(日)に実施します～

今年度、市が実施している特定健診など(国保特定健診、後期高齢者健診、胃がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、胃がんリスク検診)の集団健(検)診は、11月の日程で終了となります(左表参照)。各地区での実施日に受診できなかった人は、都合の良い日に受診してください。

また、平日に受診できない人のために、11月9日(土)・10日(日)に休日健(検)診を行います。希望する人は、必ず11月8日(金)までに 渋川保健センター(☎②1321)に電話で予約してください。

※受診の際には、受診シール、保険証、個人負担金などが必要です。5月中旬に郵送した受診シールと案内書でご確認ください。不明な点や受診シールを紛失した場合など、詳しくは、渋川保健センターへ。

※国保特定健診と後期高齢者健診は、11月30日(土)まで指定医療機関で受診することもできます。

※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ある人は、国保特定健診または後期高齢者健診は受診できません。

各種健(検)診
11月実施日程

日程	ところ
1日(金)	渋川保健センター
5日(火)	
6日(水)	
9日(土)※	
10日(日)※	
11日(月)	
18日(月)	
19日(火)	
20日(水)	
22日(金)	
25日(月)	
26日(火)	
27日(水)	

・受付時間は、午前8時30分～11時
※事前に予約が必要です。

♠紹介します♡

元気笑顔

介護予防講演会のお知らせ

咳・痰・息切れ 高齢者に多いあの病気かも？

咳・痰・息切れは年のせい
と思つていませんか？その
ような症状が出るCOPD
(慢性閉塞性肺疾患)という
病気が今、増加しています。
COPDはとにかく早期に
治療を開始することが大切
で、早期治療は将来の寝た
きりの予防になります。
講演会では、COPD簡
単チェックや、COPDに
欠かせない呼吸筋ストレッ
チなど知っておくと役立つ
情報をお話しします。たば
こを吸っている人や気にな
る症状がある人に特におす
すすめです。また、これから

の季節に心配な肺炎など、
肺の病気についてもお話し
ます。ぜひ、ご参加くださ
い。

時 12月4日(水)午後1時30
分～3時(受付は午後1時
から)

所 中央公民館

※駐車スペースの都合によ
り、会場へは乗り合わせで
お越しください。

演題 「あなたの咳・痰・息切
れ大丈夫？もしかしてCO
PD？」高齢者に多い肺の
病気について」
師 吉井明弘さん(西群馬病
院呼吸器科医長)

写真募集中



対 市内に在住・在勤の人
100人
申 電話で本高齢福祉課
(☎2116)へ
期 11月28日(木)まで
他 この教室は、元気ポイ
ント対象事業です。40歳以
上の参加者に、2ポイント
差し上げます。5ポイント
で市有日帰り温泉施設無料
入浴券1枚と交換できます
詳しくは、高齢福祉課へ。

こころの電話相談



こころの病気や不安・悩みをもつ人
のために、精神科医師、臨床心理士な
どが電話で相談に応じます。

時 11月17日(日) 午前10時～午後3時

※より多くの人との相談を受けるため、個々の相談時間を制限させて
もらう場合があります。

対 こころの病気や不安・悩みなどの相談のある人(本人・家族)

専用電話 ☎027-290-2920

費 無料(ただし、電話代は掛かります)

問 群馬県精神保健福祉協会事務局(県こころの健康センター内・
☎027-263-1166)

2歳未満(受付時点)の子ども
さんの写真を募集します(掲載
は1人1回のみ)。子どもさんの
氏名(ふりがな)、性別、住所、
生年月日、保護者の住所、氏名、
電話番号を明記し、子どもさん
の写真を添えて、☎秘書広報課
(〒377-8501・石原80)へ。
※提出された写真は返却しまし
せん。また、このコーナーは市ホ
ームページには掲載しません。

三者の絆づくり

10月から毎月1日号で、5回にわたり「三者の絆づくり」を連載しています。このシリーズでは、学校・家庭・地域三者連携推進事業の各地区の取り組みを2地区ずつ紹介。次代を担う子どもたちの育成に励む各地区の様子をご覧ください。

詳しくは、■学校教育課(☎2121)へ。

渋川地区／地域の人たちとの交流を通して



納涼祭での山車はやし

〈地域行事に参加して〉
 渋川中地区では、地域の人との交流や地域の環境を大切にできる子どもを育てるため、それぞれの自治会や育成会などで行われる地域行事に多くの子どもたちに参加してもらえようように、これまで取り組んできたポイントラリーに今年度も取り組んでいます。
 ポイントラリーは、ポイントカードに記載されている地域行事に参加するとポイントが付され、10ポイントが貯まった子どもに認定証を交付するものです。行事は1年を通して計画されていますが、夏休みには数多くの行事が各地域で実施されました。



地域クリーン作戦の様子

地域のひととおはやしを納涼祭で披露したり、早朝のラジオ体操後に行われたクリーン作戦で清掃活動の作業を行ったりしたことは、地域との連携を深めることができた大切な場となりました。
 行事への参加を通して、地域の人たちの温かさや地域を大切に思う思いに触れ、子どもたちは感謝の気持ちや地域を大切にすることが育っています。
 ポイントラリーは、ゲーム的要素を取り入れ、地域教育の活性化と充実を目指して行っています。今後も継続して行っていく、子どもたちの成長の一助となることを期待します。

子持地区／地域の子どもは地域で守る



安全安心パトロールの様子

〈地域の子どもは地域で守ろう〉
 子持地区では、子どもの安全安心を重点的に取り組んでいます。各学校の取り組みの一部を紹介します。
 上白井小では、登校時、地域の人にお世話になり、児童の安全確保に努めています。朝の忙しい時間にもかかわらず、児童のために協力していただいています。
 中郷小では、子持地区安全安心パトロールボランティアの皆さんに、児童の登下校を見守っていただいています。児童は、黄色いベストに親しみをもち、ボランティアの人に寄っていきます。毎日のようにパトロールを行い、声掛けをしてくださっています。



自転車教室で真剣な様子の児童たち

長尾小では、地域で自転車に乗ることを許可される4年生を対象に自転車教室を実施しました。当日は、北牧駐在所員、子持地区交通指導員、自転車安全指導員、子持地区交通安全協会の人と保護者16人に協力していただきました。
 子持中学校では、4月には北牧駐在所員さんにお世話になり交通安全教室を実施。そして、6月には渋川消防北分署の消防士さんなどに協力していただき避難訓練を実施しました。また、自転車の乗り方については地域の人などの助言も得ながら、危険な乗り方をしないように学校から指導していきたく考えています。

インフルエンザとは

洪川地区医師会
内科 医師 師

夏が終わり、次第に過ごしやすくなる季節になってきました。しかし、間もなくインフルエンザが猛威を振るう時季がやってきます。そこで、インフルエンザの危険性を理解していただくためにインフルエンザの特徴と風邪の違いを紹介します。

インフルエンザについて

風邪には200種以上の原因となるウイルスが存在します。その中で「インフルエンザウイルス」の感染により発症するものがインフルエンザです。インフルエンザウイルスは、A型・B型・C型の3つに大きく分かれています。その中で、A型やB型のウイルスには多くの変異株があり、大流行を引き起こします。流行するのはA型やB型ですが、A型の方が大規模、広範囲として短期間で流行します。

インフルエンザの特徴

風邪と違う大きな特徴を3つ挙げます。第一に、突然高

熱(38度以上)が出ることです。熱が出た場合は、早めの受診をお願いします。第二に、治るまでの期間です。風邪は一般的に2〜3日で軽快するのに対し、インフルエンザでは一週間ほど要します。そして、第三に、筋肉痛や関節痛などの全身症状が通常約5日間継続します。

インフルエンザの症状

インフルエンザウイルスや高熱により、インフルエンザ脳症や肺炎などの合併症が起ることがあります。インフルエンザ脳症を発症すると後遺症が残る場合や死亡例もあり非常に危険です。

インフルエンザでは、予防や早期の治療が重要です。手洗い・うがいの徹底と空気を乾燥させないことが予防につながります。また、ワクチン接種もお勧めします。インフルエンザが疑われる場合は、早めにかかりつけ医にご相談ください。

男女共同参画

輝く明日に向けて

隔月4回掲載/第4回

恋人や配偶者からの暴力について

～男女共同参画に関する
市民意識調査の結果から④～

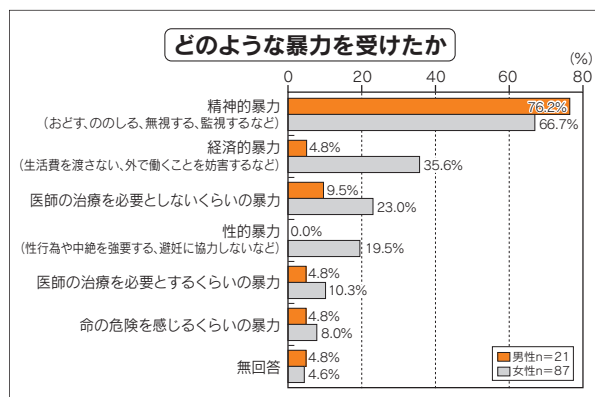
このところ、恋人や配偶者からの暴力(ドメスティック・バイオレンス、以下「DV」)が社会問題として大きく取り上げられるようになりました。

昨年度実施した「男女共同参画に関する市民意識調査」で、「これまでに恋人や配偶者から身体的・精神的・性的・経済的暴力を受けた経験の有無」には、男性は6.8%、女性は20.9%の人が「暴力を受けたことがある」と答えています。特に女性は「1、2度あった」人が12.3%、「何度もあった」人が8.6%と、私たちの身近なところにも被害者がいることがわかります。また、「どのような暴力を受けたか」には、「精神的暴力」や「経済的暴力」と答える人が多い中、「医師の治療を必要とするくらい」の暴力を受けている人もいます(右表参照)。

平成13年よりDV防止法が施行され、国や自治体では被害者の保護や、相談先の周知、予防

のための啓発に取り組んでいます。特に、被害者が問題を一人で抱え込んでしまう状況をなくすため、相談しようと思ったときに「相談できない」状態をなくし、相談から確実な支援につなげることが早急の課題となっています。

なお、11月12日から25日までは女性に対する暴力をなくす運動週間です。この機会に、「DVは人権侵害であり、れっきとした犯罪行為であること」「身近に被害者がいるかもしれないこと」を知っておいてください。(本市民生活課)



特別シリーズ

毎月掲載／第1回(全6回)

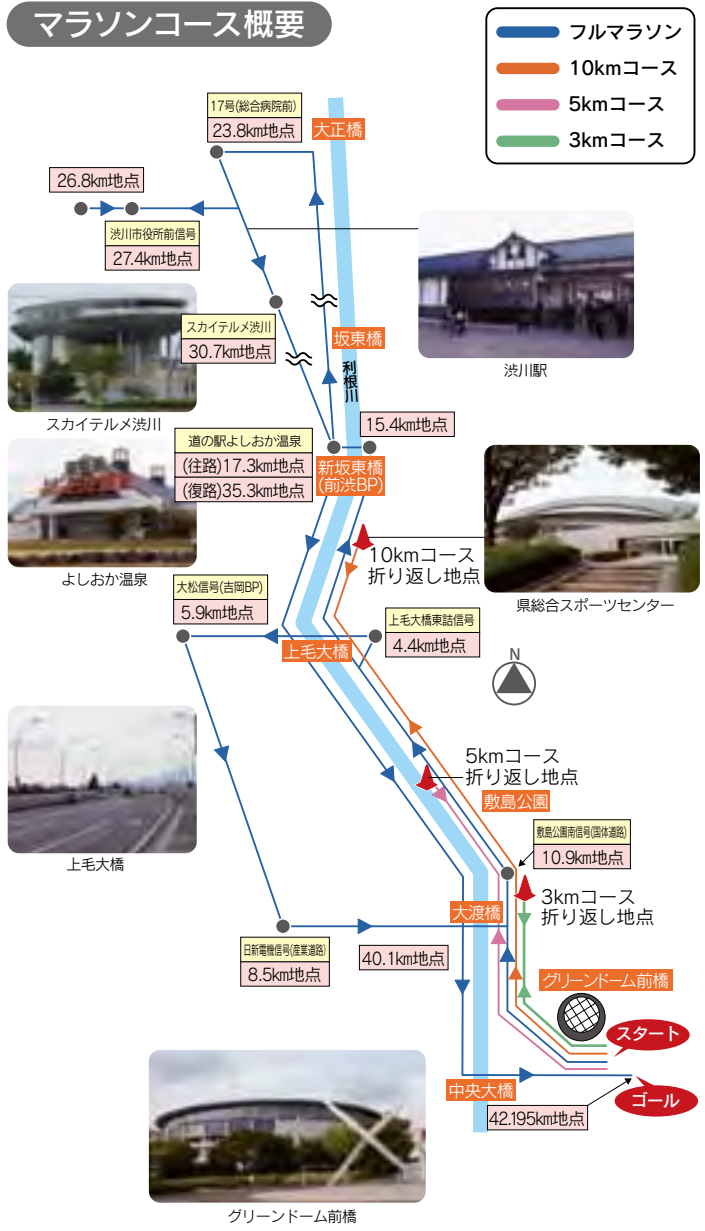
本スポーツ・健康推進
調整室(☎②2241)

マラソンジャーナル

～前橋・渋川シティマラソンへ向けて～

開催まで
あと169日

マラソンコース概要



11月6日からエントリー開始!

来年4月20日に開催される、前橋・渋川シティマラソンの一般エントリーが、11月6日(水)から始まります。

普段は車でしか通れない市内の駅前通りのど真ん中を、約2,000人のランナーがにぎやかに駆け抜ける予定。雄大な利根川とさわやかな春の風を感じることができることも、このシティマラソンの醍醐味です。

また、補給食には、渋川の名産品のイチゴも提供され、スタート・ゴール地点の前橋公園には、地元グルメの屋台も出店予定。マラソンだけでなく、地域をPRする役割も担っています。

さらに、今大会では、ゲストランナーにタレントの長谷川理恵さん、元陸上オリンピック選手の弘山晴美さんらを迎え、第1回大会にふさわしい、豪華な顔ぶれで大会を盛り上げます。

ぜひ、このマラソンでしか体験できない感動を味わってください。

詳しくは、公式HP (<http://maeshibu.jp>)へ。



10月18日に行われた記者会見の様子



編集後記

7月1日号の編集後記で「夕飯の主担当は私」という一文を何げなく記載。「よくやるね」「めだね」など、周囲から少しかだけ反響がありました。ですが、奥さんからは「私が何もしていないみたいじゃない?」の一言(汗)。誤解しないでください! 持ちつ持たれつ二人で頑張っています(中)



広報しづかわ 発行/渋川市
平成25年11月1日発行 通巻185号

〒377-8501 群馬県渋川市石原80
TEL 22-2111 FAX 24-6541

市ホームページアドレス <http://www.city.shibukawa.lg.jp/>
印刷/社会福祉法人 恵の園