



広報 **しぶかわ**

SHIBUKAWA PUBLIC RELATIONS

特集：合併後5年間を振り返る…………… 2
 特別滞納整理のお知らせ…………… 6
 「花と食と観光を結ぶフォーラム」を開催します… 7
 老齢年金の所得税控除のお知らせ…………… 8

特集

合併後5年間を振り返る

合併後の本市の取り組みや 成果をお知らせします

平成18年2月20日の渋川市、伊香保町、小野上村、子持村、赤城村、北橋村の6市町村合併による新「渋川市」誕生から5年がたちました。

市町村合併に当たり、合併市町村の建設を総合的かつ効果的に推進し、住民福祉の向上などを目的に策定された「渋川市新市建設計画」。本計画の計画期間は、平成18年度から平成27年度までの10年間としています。平成22年度で計画期間を折り返しましたので、合併から5年間の取り組み状況などをお知らせします。



合併した年度に生まれた北橋幼稚園年長組の園児たち

「やすらぎとふれあいに満ちた。ほっと。なまち」を目指して…



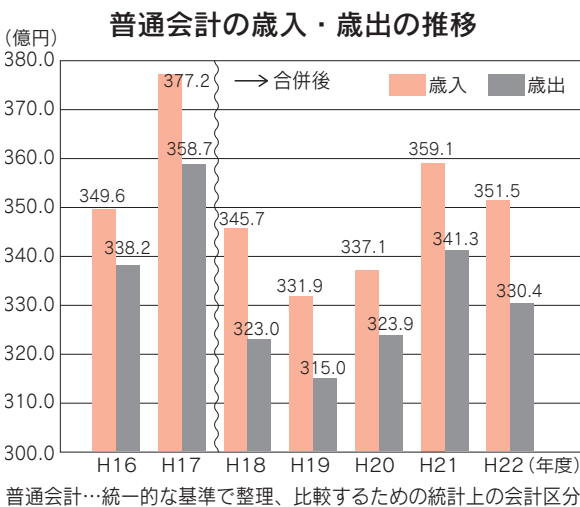
合併後の財政状況はどうなっているの？



■支出は7億9千万円の減少

平成22年度の普通会計の歳入合計は、約351億5千万円で、合併前の平成16年度と比べると約1億9千万円の増加となっています。

国から地方への税源移譲により地方税は若干増加し、地方交付税も増加しましたが、地方譲与税、各交付金などは減少しました。



また、歳出合計は約330億4千万円で平成16年度と比べると約7億9千万円の減少となっています。

性質別では、人件費、公債費(借入金の返済)は減少しましたが、少子高齢化対策などにより扶助費(支援にかかる費用)が増加しました。

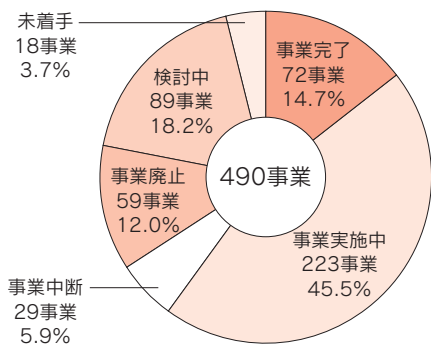
目的別では、総務費(市の事務管理、庁舎管理、交通安全対策、防災、選挙など)が減少し、民生費(障害者福祉、高齢者福祉、児童福祉、保育所の管理運営、生活保護、福祉医療など)が増加しました。

■健全な財政運営の継続

普通会計の主要な財政指標(市区町村の財政状況を分析するためのさまざまな分析指数の総称)を平成22年度と平成16年度で比べると、数値が向上し、健全な財政運営を継続していることを示しています。

しかし、市行政を取り巻く財政状況は、今後ますます厳しくなることが見込まれ、引き続き経費の無駄をなくし、行財政改革に取り組む必要があります。

新市建設計画に位置付けられた事業の進捗状況



新市建設計画に位置付けられた事業は、「渋川市総合計画」に継承され、合併後に新たに位置付けられた事業と併せて実施しています。

新市建設計画に位置付けられていた事業は490事業で、そのうち約6割の295事業が完了、または実施中です。なお、合併後に完了した事業は50事業あり、その分野別の内訳は、道路・交通・都市基盤整備分野10事業、生活環境分野6事業、健康・福祉分野8事業、教育・文化・スポーツ分野11事業、産業分野13事業、コミュニティ・市

主要事業は総合計画に引き継ぎ順調に進捗よく

合併前では、自宅の近くにあるにも利用料金が高く設定されていた他の旧市町村の文化・スポーツ施設などが、合併により、市民だれもが低料金で利用できるようになりました。また、戸籍や住民票・印鑑証明などの手続きが、本庁・各総合支所などの窓口でもできるようになり、利便性が向上しました。

施設や窓口サービスの利便性が向上

合併前は、環境美化推進協議会補助金、公共的団体の統合などとなっています。

合併前の旧6市町村では、さまざまな住民サービスや事業が実施されていました。旧市町村間でサービスの基準などについて協力し合って調整してきましたが、合併に当たり調整が必要とされた項目(2、605項目)のうち457項目については、合併後に調整することになっていました。合併後の調整もおおむね順調に進み、現在は14項目を残すだけとなっています。主な項目は、環境美化推進協議会補助金、公共的団体の統合などとなっています。

未調整項目はおおむね調整済み

民参加分野1事業、行財政運営1事業となっています。

**新市のまちづくりに
合併特例事業債を活用**



平成22年4月8日にオープンしたあかぎ診療所

合併した市町村に認められた有利な地方債(借入金)である「合併特例事業債」は、平成22年度まで約21億5千万円の活用を図ってきました。

その内訳は、消防防災事業4件、幼稚園建設事業3件、小学校耐震補強事業5件、中学校耐震補強事業5件、公民館建設事業2件、その他の事業4件の21件となっています。

**合併補助金の活用により
まちづくりが進展**

合併後の新しいまちづくりに関する需要の増加に対応するため、国からの財政支援である「合併補助金」の平成22年度ま

での交付額は約5億7千万円で、分野別の活用内訳は次のとおりです。

道路橋りょう分野5件、消防防災分野5件、学校教育分野4件、生涯学習分野2件、市民生活分野4件、保健福祉分野3件、システム改修分野3件、庁舎等整備分野6件、その他の分野4件の計33件となっています。

**職員人件費は
4億7千万円の削減**

平成22年度と平成16年度で比べると、スケールメリット(合併により自治体の規模を大きくすることで得られる効果)を生かして、人件費を約9億1千万円削減することができました。

削減の内訳は、職員分が約4億7千万円、議会議員分が約2億1千万円、特別職分が約1億8千万円、行政委員分などが約5千万円です。

一般職員数は50人の削減

一般職員のうち、渋川総合病院を除いた平成23年4月1日の職員数は838人で、合併前の平成17年4月1日と比べると50人削減しました。

このほかに、特別職・議会議

員・行政委員などは、旧6市町村にそれぞれ同じ目的で設置されていた組織の統廃合や見直しなどにより、平成16年度の約1,430人から約470人削減しました。

なお、一般職員は第2次定員管理適正化計画を定めて、職員数のさらなる削減を計画的に進めています。

**行政改革の推進と
民間活力を導入**

新市として効率的・効果的な事務事業を推進するため、市で定めた第1次行政改革大綱により、平成18年度から平成21年度までの4年間で、人件費や地方債の繰上償還などにより約4億8千万円の経費の削減ができました。

未利用市有財産の売却や不動産公売などで約5千万円の収入も確保できました。

また、指定管理者制度(公の施設管理に、民間の運営手法や創意工夫を活用し、サービスの向上と効率的な管理運営を図ることを目的に設けられた制度)を導入し、民間事業者の活力を広く活用して、市民サービスの向上と経費削減を図っています。



小野上地区/整備が進む
小野上総合支所・小野上公民館



子持地区/移転統合整備
されたこもち幼稚園



赤城地区/改築整備された
市消防団第25分団の詰所



北橋地区/改築整備された
北橋幼稚園

知っていますか？

市の花・木・鳥

本市の一体感を醸成し、市民が自然に親しむ象徴となる市の花・木・鳥を平成21年度に制定しました。

■市の花「あじさい」

市内では、小野池あじさい公園や渋川市総合公園など多くの公共施設に植栽され、その育成に市民のボランティア活動もかかわっています。また、花びらが仲良く集まって咲く姿が、合併して一つになった市のイメージに合っています。



また、花びらが仲良く集まって咲く姿が、合併して一つになった市のイメージに合っています。

■市の木「もみじ」

初夏の新緑と秋の紅葉との色の対比が素晴らしく、葉の色の移り変わりに四季を感じさせ、本市が豊かな自然に恵まれていることを実感させてくれます。また、人の形に似たモミジの葉が、手と手を取り合っ



■市の鳥「ほととぎす」

花鳥風月の鳥を代表するといわれる夏の渡り鳥で、市内に生息し、その美しい鳴き声が、自然の豊かさと雄大さを表します。明治の文豪徳富蘆花が、小説「不如帰」の舞台として伊香保を登場させ、伊香保温泉の名が全国に広がるきっかけとなりました。



伊香保石段下広場で開催されたMM(まんなか・まんじゅう)-1フェスティバル

合併した旧市町村の各地区がお互いに活発に行き来ができるように、広域幹線道路の整備促進と新たな橋の整備を進めています。なお、赤城町敷島地区と中郷地区を結ぶ橋の整備については、合併特例事業債を活用して平成26年度までの完成を目指します。

長引く景気の低迷に加え、政治や経済面で先行きが見えない状況が続くなど、本市をとりまく状況は厳しいものがあります。さらに国全体が人口減少、少子高齢化に移行しつつある中で、本市も10年後には約1万人程度の人口減少が見込まれ、少子高齢化の一層の進行が予測されます。

このため、子どもの成長に合った支援策を拡充し、保育所や幼稚園、小・中学校の施設整備などに積極的に取り組み、本市に住みたい、住み続けたいと思う人の増加を目指します。

今後、徹底した行財政改革を推進し、将来にわたり持続可能な健全財政を構築し、将来像の実現に向けて、3つの重点プロジェクトを中心に、さまざまな事業に取り組んでいきます。詳しくは、**本企画課(☎222401)**へ。

本市では、「やすらぎとふれあいに満ちた」ほっと「なまち」を将来像に設定し、次の3つの重点プロジェクトを掲げ、まちづくりを進めています。

① 観光ネットワークの創出
伊香保温泉を本市の観光拠点に位置付け、温泉街の整備や観光客が利用しやすい環境づくりを進めることにより、一層の活性化を図ります。

目指す将来像の実現に向けて

② 中心市街地の活性化
JR渋川駅から四ツ角周辺のエリアを中心市街地とし、この中心市街地での買い物などがしやすく、本市の魅力を高める、活気あるまちの拠点づくりを進めます。

③ 道路・橋りょう整備の推進
合併した旧市町村の各地区が

合併後にはどのような施設整備などが行われたの？



渋川地区／第二庁舎1階に移転整備された渋川保健センターと渋川公民館



伊香保地区／延伸整備された伊香保石段街

特別滞納整理のお知らせ

納期の過ぎた税金の納付はお早めに

11・12月は

市税の特別滞納整理期間です

税は、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ます。道路や橋の整備、教育や福祉の充実など、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

市税を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へは、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、

完納までの日数に応じ、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。

〈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などに対し、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22・23年度(9月末現在)の差し押さえ実績は、別表1のとおりです。

さらに、国民健康保険税や介護保険料を滞納すると、次のような措置が別途講じられます。

国民健康保険税を滞納すると

保険証の有効期間が短い「短期保険証」や、病院などの窓口で医療費の全額を一時負担する「国民健康保険被保険者資格証明書」が保険証の代わり発行されることとなります。

介護保険料の滞納が続くと

1年以上滞納すると、介護サービスを利用した際に支払う利用料が一時全額自己負担になります。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。

平日延長窓口のご案内

納税課では、毎週火曜日(祝日)の場合は、翌日)と毎月末の平日5日間は、午後7時まで、また、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受け付けています。なお、火曜日の延長窓口以外は、本庁舎北側の通入口を利用してください。

納税にお困りの人は

災害や盗難、本人や家族の病気、事業の廃止や休止などの事情により、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、**本納税課**(☎222390)へ。

別表1 差し押さえなどの実施状況

財産の種類	平成22年度		平成23年度(9月末現在)		合計		
	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)	差し押さえ(件)	換価による税収(円)	
不動産	8	512万9,300	6	0	14	512万9,300	
債権	預貯金	550	2,750万7,967	254	1,262万4,116	804	4,013万2,083
	出資金	16	47万6,500	8	15万9,000	24	63万5,500
	所得税還付金	22	767万146	184	513万9,095	206	1,280万9,241
	生命保険	21	276万3,457	13	224万5,393	34	500万8,850
	その他	29	868万2,410	9	524万	38	1,392万2,410
動産(自動車など)	0	0	0	0	0	0	
計	646	5,222万9,780	474	2,540万7,604	1,120	7,763万7,384	

「花と食と観光を結ぶフォーラム」を開催します

花と食と観光を結ぶための 講演や事例発表を行います

花と食と観光を結ぶフォーラム実行委員会では、花や食を活用したまちづくりを進め、交流人口の増加や観光ネットワークの構築につなげていくことを目的に「花と食と観光を結ぶフォーラム」を開催します。

とき 11月29日(火)午後1時～7時30分

ところ 市民会館

内容・会場 ▷第1部＝ミニコンサート(大ホール) ▷第2部＝講演会、事例発表(大ホール)
▷第3部＝食の交流会(小ホール)

※詳しい日程などは、別表2のとおり。

対象者 だれでも参加できます

※第1部または第2部のみの参加もできますが、第3部の参加は、第2部の参加者に限ります。

定員 ▷第1部、第2部＝800人 ▷第3部＝200人(先着順)

参加料 ▷第1部、第2部＝無料 ▷第3部＝一人2,000円(当日集めます)

申込方法 参加希望者全員の氏名、性別および代表者の電話番号、住所を郵送またはファックスで「花と緑の推進室(〒377-8501・石原80・☎②2219・FAX②2132)へ

※受付後、代表者に受付票を郵送します。当日は、必ず受付表と参加料を持参してください。

申込期限 11月15日(火) ※当日消印有効。

詳しくは、花と食と観光を結ぶフォーラム実行委員会(花と緑の推進室内)へ。



多くの来場者でにぎわう「花と食のまちなか広場」



森永一衣さん



小泉武夫さん



塚本こなみさん



神山正久さん



宮崎信雄さん

別表2		「花と食と観光を結ぶフォーラム」日程	
時	間	内 容	備 考
第1部	午後1時～ 1時45分	「花と緑のぐんまづくり 2011in渋川」 開催記念ミニコンサート	出演：森永一衣さん (日本のまんなか しぶかわ観光大使・ソプラノ歌手)
第2部	午後2時10分～ 3時20分	講演会	講師：小泉武夫さん(東京農業大学名誉教授) 演題：「郷土食の魅力、食で地域の活性化を!!」
	午後3時30分～ 5時10分	事例発表	①塚本こなみさん(足利フラワーパーク園長) テーマ：「感動をお渡しするために!!」 ②神山正久さん(小江戸川越「いも膳」店主) テーマ：「地元食材の活用によるまちの活性化について」 ③宮崎信雄さん(ぐんま総合情報センター所長) テーマ：「東京への情報発信とマスコミの活用について」
第3部	午後5時30分～ 7時30分	「地元食材を活用した食の 交流会」	地元食材を活用した多彩な料理を味わいながら参加者の交流を図ります(お楽しみ抽選会もあります)

公民館大会・市民教養講座のご案内

11月23日(祝)
市民会館で開催します



【第1部 公民館大会】

時間 午後1時30分から
内容 式典・功労者表彰

【第2部 市民教養講座】

時間 午後2時30分～4時
演題 「わたしから“ありがとう”」

講師 中島啓江さん(オペラ歌手)

入場料 無料(要入場整理券)

入場整理券配布場所 各公民館、**本**市民課案内、各総合支所市民福祉課、市民会館

入場整理券配布期限 11月18日(金)

※整理券配布場所の閉庁、休館日は除く。

【ロボコン操作体験】

時間 午前9時30分～11時

ところ 市民会館小ホール

内容 群馬工業高等専門学校、小山工業高等専門学校(栃木県)の生徒らによる手作りロボットのデモンストレーションと親子で楽しむ操作体験

対象者 主に小学校高学年以上の子ども
詳しくは、中央公民館(☎24321)へ。



老齢年金の所得税控除のお知らせ



老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。支払われる年金から各種の控除を行い、残りの額から

該当者には申告書などが郵送されます

「扶養親族等申告書」の提出を忘れずに

所得税が差し引かれる仕組みと なっています。

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、必要事項を記入して、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、公的年金控除の額も定率(年金の支給額の25%)となり、税金が多く徴収されてしまう場合があります。

す。忘れずに提出しましょう。

送付該当者 ①65歳以上で15

8万円以上の年金を受けている人 ②65歳未満で108万円以上の年金を受けている人

※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(☎0570-05-1165・IP電話・PHSからは☎03-6700-1165)へ。

(本保険年金課)

虐待から子どもを守ろう!

見すごすな
幼い子どものSOS

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です。

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得る

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

宝くじによる地域づくり

渋川地区と赤城地区の自治会で山車やテントを整備

(財)自治総合センターでは、自治宝くじの収益金により、地域の健全な発展や宝くじの普及を目的に、自治会などのコミュニティー事業に対して助成事業を行っています。

このたび、渋川地区金井南町自治会と赤城地区22自治会では、このコミュニティー助成事業により、それぞれ次の備品を整備しました。(本)市民生活課・赤城総合支所市民福祉課)



赤城地区の22自治会で整備されたテント



渋川地区金井南町自治会で新調された山車

市戦没者追悼式を開催

先の大戦における戦没者を追悼するとともに、恒久平和を祈念するため、無宗教献花方式による式典を行います。また、式典終了後は、小学生平和推進啓発作文コンクール入選者の朗読を行います。

とき 11月17日(木)午後1時

ところ 市民会館大ホール

対象者 戦没者の遺族、一般の人、作文朗読者の関係者

詳しくは、(本)社会福祉課(☎2115)へ。

駅からハイキングの参加者を募集します



JR小野上温泉駅から始まるハイキングです

小野上温泉駅から始まる2つの散策コース

申し込みは11月16日までに駅からハイキング事務局へ

「駅からハイキング」は、JR東日本が実施する日帰りのハイキングイベントです。

1 おのがみ三山と榛名連峰を満喫する小野上ウォーク
期日 11月19日(土)

コース JR小野上温泉駅を出発し、東吾妻町の直売所や箱島湧水などを巡ります(全長約15キロ)

2 秋の野仏・棚田・農園めぐり
期日 11月20日(日)

コース JR小野上温泉駅を出発し、小野上地区の里山を巡ります(全長約10キロ)

※JR東日本のホームページ(<https://www.jreast.co.jp>)からも申し込みできます。

受付時間 午前9時～11時

※電話での受付は、午前10時～午後5時まで(土・日曜日、祝日を除く)。

集合場所 JR小野上温泉駅前

※観光課での申込受付はできません。

定員 300人(先着順)

申込期限 11月16日(水)

参加料 無料

詳しくは、(本)観光課(☎2873)へ。

子どもの虐待に関する通報先

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

みんなで守ろう！子どもの笑顔(通報は匿名でもかまいません)

「けているのでは？」と思われる子どもがいたら、迷わず通報しましょう。

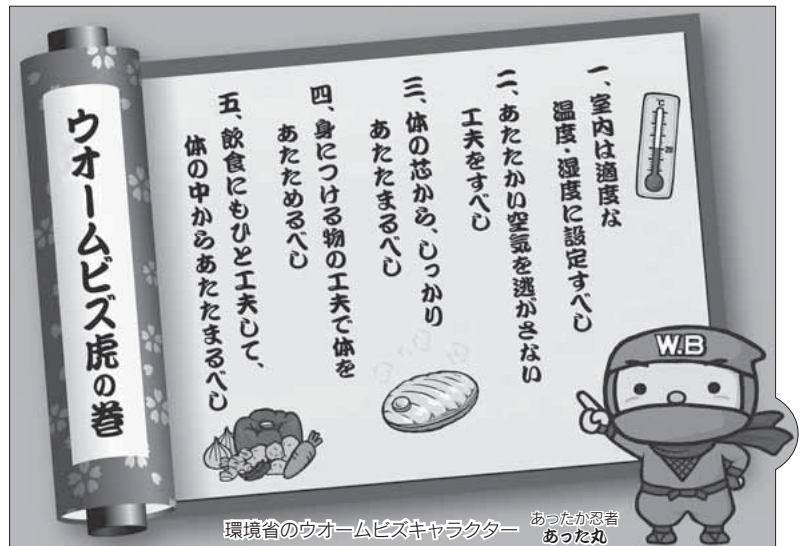
詳しくは、(本)こども課(☎22415)へ。

家庭でもウォームビズを実践しましょう

「衣・食・住」も工夫次第で地球温暖化防止

環境省では、冬の地球温暖化対策の一つとして11月1日～3月31日までを「ウォームビズ」期間とし、暖房時の室温を20℃設定で、心地良く過ごすことのできるライフスタイルを推進しています。

今年は、東日本大震災の影響による節電はもちろん、エネルギー全般の使い方を見直し家庭や職場で楽しくできる「ウォームビズ」を提案しています。



ウォームビズとは？

ウォームビズは、暖房に必要なエネルギーの使用量を減らすことなどで、二酸化炭素の発生量を削減し、地球温暖化を防止することを目的としています。

環境省では、冬期、「寒いときには着る、過度に暖房機器に頼らない」という原点に立ち返り、暖房の設定温度が20℃でも快適な生活様式を呼び掛けています。

はじめよう

「うちエコ！」ライフ「うちエコ！」とは、衣食住を通じて「家の中」でできる地球温暖化対策です。

守り育て未来につなぐ 私たちの環境 32

「うちエコ！」は、身近なことから気軽に始められるため、

簡単なことから一つ実践すること、自分にも地球にも確実に役立つこととなります。

①衣の「うちエコ！」

ウォームビズは、ビジネスシーンだけのものではありません。家の中でも身に付けるものを工夫して、暖かさを保ちましょう。

☆外気に触れやすい首や手首、足首を、マフラーや厚手の靴下などで温めましょう

☆フリースや遠赤外線効果のある素材など、保温性の高い衣服を選び、体をしっかり温めましょう

②食の「うちエコ！」

食も工夫次第で「うちエコ！」になります。冬の食事は、体の中から温まる食材を使ったり、調理方法を工夫してみましょう。

☆根菜、香辛料などを温める食材を食べましょう

☆鍋を火にかけるときは、鍋底から炎がはみ出ないように気を付けましょう

☆買い物には、マイバッグを持参し、簡易包装の商品を選

ぶよう心掛けましょう

③住の「うちエコ！」

家電製品の選び方や使い方、住宅設備に注目すると、知らぬ間に節約できたり、家事が楽になることで、時間や家計にゆとりが生まれます。そして、気持ちにゆとりができることで、毎日を楽しく過ごすことができます。

☆家電製品を買い替える際は、省エネ性能に注意しましょう

☆エアコンのフィルターは定期的に掃除し、暖房効率を上げましょう

今年の冬から早速実践！

「ウォームビズ」や「うちエコ！」を実践すると、過度な暖房に頼らなくても、日々の生活を快適に過ごすことができます。

私たちの日常生活を少し工夫することで、家庭の中から二酸化炭素排出量の削減につなげていきましょう。

(本環境課)

男性と女性が力を合わせて考えていかなければならない分野に「防災」があります。今年3月に発生した東日本大震災では、男女共同参画の視点からも多くの問題が浮上しました。

被災地の避難所では、当初、女性用の更衣室がないために女性が布団の中で周囲を気にしながら着替えたり、授乳室がないために子



男女共同参画で災害対策にも女性目線を

どもに母乳を与えられなかったり、女性用の下着を干すことができないなどの問題がありました。

これは、防災や災害対応の中で、子育てや介護への配慮がされていない、生活者としての視点が反映されていないことが背景にあるといわれています。防災についての話し合いや、避難所の運営に、地域の女性が参画して

いないということです。

地域には、男性も女性も暮らしています。いざというときに、お互いが助け合えるまちであるには、平時から互いに尊重し合い、地域の一員として認め合うことから始まります。男性だけでなく、女性の視点でも地域の防災を考え直してやる必要があります。

(本市民生活課)

隔月連載

毎月連載

育てよう！一人ひとりの人権意識

Vol.1

インターネットによる人権侵害の防止

このシリーズでは、お互いの人権が尊重される社会を目指して人権感覚を養うことを目的に、人権問題を取り上げ、考えてもらう機会を提供します。

第1回目は、解決すべき人権問題として県が提案している11の重要課題の中から、インターネットに関する問題を取り上げます。

近年、インターネットの普及とその技術は、著しく



進化しています。そのため私たちは、情報の収集と自らの情報発信が容易にできるようになりました。しかし、その利便性の反面、フィッシング詐欺や有害情報のはんらん、差別的な書き込みなど、インターネットを悪用した事件が頻繁に発生する社会でもあります。中でも、心ない差別的な書き込みは、インターネットの特性により、瞬時に情報が無法に広がるため、人の心を傷付けてしまいます。これは、現代社会が抱える深刻な人権問題の一つといえるでしょう。

このようなインターネットによる人権侵害を防止するには、一人ひとりのモラルや意識の向上が必要不可欠だと思われま

す。(市人権教育推進協議会委員・生涯学習課)

中心市街地まちづくり市民サポーターによる「まちなか交流広場イベント」
 観客も一緒に楽しむバルーン遊びや「シブめし」グランプリ



“まちサポ”の「花と緑のぐんまづくり」特別イベントが、10月1日に渋川ネイブルスクエアで行われました。各種コーナーが設けられる中、バルーン遊びは、来場者と一緒に風船の花束を作って大盛況。また、高崎経済大生が考えた渋川の新名物「シブめし」7品の販売と人気投票が行われ「しぶコロ」がグランプリに輝きました。

みんなで風船をつなげて大きな花束に(左)シブめしグランプリを受賞した大学生(右上)と「しぶコロ」(右下)

子持ふれあい公園で市消防団の秋季点検
 “家庭の防火リーダー”女性消防隊がポンプ操法を披露

市消防団の秋季点検が10月2日、子持ふれあい公園で開催されました。この日出動した280人の団員は、市長から姿勢・服装点検を受けたほか、小隊訓練、ラッパ吹奏訓練などを実施。また、市女性消防隊による軽可搬ポンプ操法も披露されました。同隊は、10月19日に横浜市で開催された全国女性消防操法大会に本県代表として出場しました。



軽可搬ポンプを使用し、迅速かつ的確な操法を披露する女性消防隊員

子持地区で「第46回子持地区市民体育祭」開催 子持地区の約2,300人が13種目の競技に挑む



10月9日に子持中学校の校庭で行われた「子持地区市民体育祭」。13自治会が15に分かれて構成したチームのほか、幼稚園、小・中学生などが参加し、思い切り体を動かしました。13種目行われた競技中、全チームが競った綱引きでは、試合が終わると真剣な表情も一転。「もう力が入らない」と、参加者に笑顔がこぼれました。

白熱するチーム対抗綱引き(左) 「いち、に」と声を掛け合い進む百足競争(右上) 選手の奮闘に大きな声援(右下)

橘北小学校の5年生が「稲刈り・脱穀体験」 自分で植えた稲の成長と貴重な体験に大満足の児童たち

10月11日に橘北小学校で開催された「稲刈り・脱穀体験」。6月に田植えをした5年生の児童たちが、たわわに実った稲を鎌を使って手作業で刈りました。その後、千把扱きや足踏み脱穀機を使い脱穀にも挑戦。「慣れない作業で少し疲れた」と言いながらも、自分で植えた稲の成長と貴重な体験に大満足の様子でした。



稲刈りに熱中(左)、踏ん張りをきかせて脱穀体験(右)



第6回 やすらぎとふれあいに満ちた “ほっと”なまちフェスティバル

11 / 12^土

～ダンスステージやヒーローショー、体験教室も盛りだくさんの楽しい1日!～

しづかわ農業フェアと工業技術振興展、消費生活展を同時に開催する「やすらぎとふれあいに満ちた“ほっと”なまちフェスティバル」。

今年は、格闘技を取り入れたダンスで人気のある「虎舞士」が、ダンスステージを行います。また、群馬が生んだヒーロー「超速戦士G-FIVEショー」や華やかで楽しい「ちんどんショー」、美人の湯として知られる小野上温泉の足湯、パトカーや白バイの展示、会場内5カ所を回るスタンプラリー参加者に賞品が当たる抽選会など、楽しいイベント盛りだくさん。ぜひ、お越しくください。

●とき 11月12日(土)午前9時～午後2時(雨天決行)

●ところ 市民会館

●その他 当日は、市民会館駐車場の混雑が予想されます。送迎用のマイクロバスを運行しますので、市役所本庁舎または第二庁舎の駐車場を利用してください

しづかわ農業フェア

渋川地区の農産物や農業を知ってもらい、農業者と消費者の交流を深め、農業の健全な発展を目指して、さまざまな催しを行います。

●主な催し物 農畜産物の販売、地場産農産物の試食、バター作り体験、丸太切り体験、竹細工体験、ミニ牧場ほか

●問い合わせ先 農林課(☎②2593)

工業技術振興展

市内企業の高い技術力や品質管理能力、製品開発力により生産された製品・加工品を展示します。躍進する本市工業の技術をご覧ください。

●催し物案内

内容	開始時間	会場
「虎舞士」ダンスステージ	午前11時	小ホール
華やかで楽しいちんどんショー	午前11時30分	
超速戦士G-FIVEショー	正午	
リフォームファッションショー	午後1時	

※スタンプラリーは、午前9時30分～10時30分と午後0時30分～1時30分の2回実施します。

●主な催し物 市内企業の製品の展示、1社1技術企業コーナー、無料包丁とき(家庭用を1人2本まで)、左官体験教室(「光る泥団子作り」と「珪藻土塗手形作り」・それぞれ先着30人・参加料100円)

●問い合わせ先 商工振興課(☎②2596)

消費生活展

暮らしの工夫と賢い消費者をテーマに、暮らしに役立つさまざまなコーナーを設けます。

●主な催し物 暮らしの会によるリフォーム作品の展示とファッションショー、その他協賛団体による相談、展示、販売など

●問い合わせ先 消費生活センター(☎②2325)

お知らせ

ご利用ください
「季節資金」

■商工振興課 ☎②2596

市では、市内の中小企業者を対象に「中小企業季節資金」の融資を実施します。

融資限度額 1,000万円以内

融資利率 1・8割以内

※信用保証付は1・6割以内。

融資期間 6カ月以内

融資対象者 市内に店舗、工場または事業所があり1年以上継続して同一事業を営んでいる市税を滞納していない中小企業者

申込窓口 取扱金融機関(市内の銀行・信用金庫・信用組合)
融資取扱期限 平成24年3月30日(金)(金融機関の休業日を除く)

徳富蘆花追悼茶会

徳富蘆花記念文学館

☎⑦2237

とき 11月18日(金)午前10時～午後3時

ところ 徳富蘆花記念文学館

内容 静翠会の皆さんによるお茶会

参加料 500円(和菓子付き)

参加方法 当日、直接徳富蘆花記念文学館へ

花記念文学館へ

11月15日から
狩猟が解禁になります

■農林課 ☎②2593

11月15日(火)から来年2月15日(水)までの間、狩猟が解禁になります。※シカとイノシシは、来年2月28日(火)まで。わな猟と銃器による止めさしは、3月15日(木)まで可。

この期間中に山などに入る場合は、十分に注意し、目立つ服装で狩猟者に注意を促すようにしてください。

また、解禁日から約1週間と、休日には、多くの狩猟者が狩りをしますので、特に、注意してください。

なお、狩猟者が、人、家畜、建物はもちろんのこと、農作物に被害を与えることも法律で固く禁じられています。このような違反があった場合は、すぐに、最寄りの交番または渋川警察署(☎③0110)へ連絡してください。

市民総合文化祭
演技部門発表会

■生涯学習課 ☎②2500

入場は、いずれも無料です。

〈歌舞伎発表会〉

とき 11月13日(日)午前10時30分～午後4時

ところ 市民会館大ホール

内容 市内4座による歌舞伎の発表

〈ダンス発表会〉

とき 11月20日(日)午後0時30分～4時30分

ところ 市民会館小ホール

内容 タンゴ、ルンバ、ワルツなど社交ダンスの発表

〈邦楽発表会〉

とき 11月27日(日)午後1時～4時

ところ 北橋公民館ホール

内容 琴、尺八、三味線、謡曲など邦楽の発表



日々の練習の成果を見に来ませんか？

募集

お正月飾りづくり教室

文化財保護課 ☎②2102



手作りの本格お正月飾りで新年を

とき 12月11日(日)午前9時～正午

ところ 北橋歴史資料館

内容 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)

講師 今井権一郎さん(北橋町真壁)

定員 15人超えた場合は抽選

参加料 無料

持参するもの せん定ばさみ、切り出しナイフ(カッターナイフ可)、半紙2～3枚

申込方法 電話か直接北橋歴史資料館(☎②4094)へ

申込期限 11月27日(日)

※受付は、月曜日と祝日の翌日を除く午前9時～午後5時。

国際理解講座「想像以上！
南アフリカ共和国」

本市国際交流協会事務局(企
画課内) ☎223396



イタリア文化を楽しく学んだ昨年度の講座の様子

今回は、2010年にファイ
FAワールドカップが開催さ
れた南アフリカ共和国につい
て、同国出身の講師を招き、日
本文化との違いを楽しく学び
ます。

とき 11月27日(日)午後2時
4時(予定)

ところ 二 渋川公民館

内容 ▽南アフリカ共和国の
歴史・文化・生活について
▽南アフリカソーセージと
ルイボス茶で交流
※ブブゼラ(楽器)も登場しま
す。

講師 ナヤラン・ムードリー

さん(市ALT)
定員 50人超えた場合は抽選
参加料 無料

申込方法 電話で市国際交流
協会事務局へ

申込期限 11月17日(木)

日本のまなかしがわ
彩発見フォトコンテスト作品

二 観光課 ☎22873

市観光協会では、市内の魅
力ある観光資源を広く宣伝す
るとともに、隠れた観光資源
を再発見するため、フォトコ
ンテストを開催しています。

対象作品 市内の四季折々の
自然景観・祭事・文化財・観
光施設など、観光宣伝にふさ
わしい写真(1年以内に撮影
した未発表作品に限る)

写真の大きさ カラープリン
ト四つ切サイズ(デジタル可
・銀写真に限る)

応募点数 制限なし
賞 賞状および賞金(会長賞
5万円ほか)または賞品

※賞は平成24年2月下旬に発
表します。また、入賞作品は、
展示会で披露するほか、観光
協会作成の観光ポスターやパ
ンフレットなどに掲載されま
す。

応募方法 作品の裏面に応募

群馬県写真材料商組合市内加盟店

店名	住所	電話番号
モトキカメラ総合館	石原204-1	25-1488
加藤カメラ店	渋川(辰巳町)1819-5	22-3045
オバタ写真材料店	渋川(坂下町)2110	22-3877
アート写真	渋川(坂下町)852-13	22-1470

- 票(観光課および左表の市内
組合加盟店にあります)を添
付して、観光課または群馬県
写真材料商組合加盟店に持参
※観光課に提出の場合は、市
役所閉庁日を除く。
- 応募期限 平成24年1月31日
(火)(必着)
- 二 応募の注意
- ①入賞作品の著作権は主催者
に属します。
 - ②人物を撮影した作品は、被
写体本人の承諾を得た作品の
みとします。
 - ③入賞作品は、原版(ネガ・ポ
ジ・デジタルデータなど)を期
日までに提出してください。
 - ④選外作品は、提出場所を経
由して返却します。

本紙の有料広告募集中

市内約3万1,000世帯に配布されます

規格・掲載料(1回) ▷A区画(縦4.9cm×横
8.7cm)=1万5,000円 ▷B区画(縦4.9cm×横
17.7cm)=3万円

問い合わせ先 本 広報情報課(☎22320)

広告募集中

各総合支所の電話番号

- 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 □ 北橋総合支所 ☎52-2111
- 子持総合支所 ☎24-1211

図書館

ひょうたん作品展

市立図書館 ☎②0644
 とき 11月9日(水)～23日(祝)午
 前9時～午後6時(土・日・曜
 日、祝日は午後5時まで・月
 曜日は休館)
 ところ 市立図書館
 内容 吉原章次さん(川島)が
 制作したひょうたん作品の展示

子ども映画会

市立図書館 ☎②0644
 とき 11月12日(土)午後2時
 ところ 市立図書館
 内容 「にゃー」「ぶたくん
 と100ぴきのおおかみ」

レーメンの音楽隊「七五三
 と子どもたち」
 参加料 無料

萌えの子おはなし会

市立図書館 ☎②0644
 とき 11月19日(土)午後2時
 ところ 市立図書館
 内容 ▽絵本「イモムシか
 いぎ」やまでらのかんのん
 さま「あいつとももたち」
 ▽紙芝居「ちからたろう」
 参加料 無料

映画鑑賞会

市立図書館 ☎②0644
 とき 11月20日(日)午後2時
 ところ 市立図書館
 内容 「クラブパート」間の魔

福祉

法学校「(監督・マルコ・
 クロイツパイントナー)主
 演・デヴィッド・クロス」2
 008年・ドイツ映画)
 参加料 無料

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〉

とき 11月27日(日)
 内容 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〉

とき 毎週日曜日
 コース 午前9時15分金島駅
 発、9時50分スカイテルメ渋
 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〉

とき 11月10日(木)午後1時30
 分

ところ 渋川老人福祉センター
 医師 塚越秀男さん(渋川/御
 蔭)

〈12月の休館日〉

5日(月)、12日(月)、19日(月)、24
 日(土)、26日(月)、29日(木)、30日
 (金)、31日(土)

「グラフしぶかわ」の裏表紙に広告をのせませんか?

本広報情報課 ☎②2320

- 市では、市町村合併からの5年間で市が取り組んできた事業の成果と現在の市の姿を紹介する冊子「グラフしぶかわ」を製作しています。この冊子は、来年3月に7,000部発行し、市内全戸に回覧した後で、希望者に差し上げる予定です。
- 今回、グラフ誌の裏表紙に掲載する有料広告を募集します。
- 掲載位置 「グラフしぶかわ」裏表紙
- 規格 A4版(縦29.7cm×横21cm)のカラー刷り
- 募集対象 市内に事業所があり、市税を滞納して

- いない個人または法人など
- ※掲載できる広告には要件があります。
- 募集区画 1区画(超えた場合は抽選)
- 掲載料 30万円
- 申込方法 「渋川市グラフ誌広告掲載申請書」(広報情報課にあります)に必要事項を記入し、郵送または持参で広報情報課(〒377-8501・石原80)へ
- ※申請書は市ホームページ(<http://www.city.shibukawa.gunma.jp/>)から印刷できます。
- 申込期限 11月30日(水)(必着)

◆ 紹介します ◆
元気笑顔

スポーツ

市民家庭スポーツの日

■ 体育課 ☎22104

11月の市民家庭スポーツの日(毎月第2日曜日)は、市民体育館を無料開放します。

とき 11月13日(日)午前10時～午後3時

※当日は、体育指導委員2人が、利用者の要望により、指導や助言を行います。

「いきいき健康スポーツクラブ」からのお知らせ

■ 体育課 ☎22104

「コーディネーショントレーニング教室」

とき 11月8日(火)～12月16日(金)の毎週火・金曜日午後7時

30分～8時30分(計12回・初回は午後6時～8時)

ところ 洪川中学校体育館ほか

内容 運動能力向上トレーニング。初回と最後に体力測定を行います

対象者 市内の小学4年生

定員 30人(先着順)

参加料 3,000円(保険料など)

持参するもの 室内用運動靴、タオル、飲み物、筆記用具

申込・問い合わせ先 しぶかわコーディネーショントレーニング実践研究会(☎252928)

「11月のトップアスリート巡回指導スポーツ教室」

オリンピック、Jリーグなどで活躍したトップアスリートによるスポーツ教室を開催

します。

いずれも申込・問い合わせは、洪川いきいき健康スポーツクラブ小松真弓さん(☎240120)へ。

△ **ローラースケート&アイススケート体験教室**

とき 11月5日(土)、12日(土)、19日(土)、26日(土)午前9時～11時

ところ ▽ローラースケート

⇨コマツスポーツクラブローラーリンク(石原) ▽アイススケート⇨県総合スポーツセンター伊香保リンク

対象者 市内の小学生～成人

定員 10人(先着順)

参加料 1カ月2,000円(保険料など)

その他 ローラースケートまたはアイススケートのみの参加も可能です

△ **レスリング体験教室**

とき 11月7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)午後7時～9時

ところ 洪川中学校武道館

対象者 市内の小学生～成人

定員 10人(先着順)

参加料 1カ月3,000円(保険料など)

持参するもの 運動のできる服装

△ **サッカー体験教室**

とき 11月4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)午後7時～9時

ところ 洪川北中学校グラウンド

対象者 市内の小学生～成人

定員 10人(先着順)

参加料 1カ月3,000円(保険料など)

持参するもの 運動のできる服装

写真募集中

案内
「税を考える週間」

11月11日(金)～17日(木)は「税を考える週間」です。今年度は「税の役割と税務署の仕事」をテーマにして、税の役割や適正で公平な課税と徴収の実現に向けた国税庁、国税局および税務署の取り組みなどについて紹介します。また、eTaxの利用促進に向けた情報も提供していきます。

●問い合わせ先 高崎税務署
(☎027-322-4711)

募集
陸上自衛隊
高等工科学校学生

●受験資格 中学卒業(見込含む)の15歳以上17歳未満の男子
●受付期限 平成24年1月6日(金)
●一次試験日 1月14日(土)
●問い合わせ先 前橋募集案内所(☎027-233-8960)

案内
紹介者同伴
婚活パーティー

●とき 11月27日(日)午後5時30分～
●ところ アネーリ 渋川(金井)
●内容 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

●参加資格 紹介者または婚活希望者(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。
●定員 男女各20人
●参加料 一人2,000円(紹介者、婚活希望者同額)
●申込期限 11月15日(火)
●問い合わせ先 渋川商工会議所(☎25-1311)

演講
渋川北群馬地区
学校保健会講演会

●とき 11月30日(水)午後2時～4時
●ところ 金島ふれあいセンター
●内容 学校における安全教育と危機管理について
●講師 矢崎良明さん(全国学校安全教育研究会会長)
●入場料 無料
●問い合わせ先 渋川北群馬地区学校保健会事務局(☎22-2121)

案内
西群馬病院第9回
市民公開セミナー

●期日 11月26日(土)
●ところ アネーリ 渋川(金井)
●内容
・時間 ▽がん無料相談会、健康測定など(午後1時30分

～)▽セミナー(午後3時～)

●放射線の基礎知識(都丸好孝さん・医学物理士)、がん相談支援センターについて(山田尚子さん・ソーシャルワーカー)
●参加料 無料
●参加方法 直接会場へ
●問い合わせ先 西群馬病院(☎23-3030)

講習
ぐんま高次脳機能障害
リハビリテーション講習会

●とき 11月27日(日)午後0時30分～4時30分
●ところ 県庁28階AB室
●対象者 一般市民、関連専門職の人
●定員 200人(先着順)
●参加料 無料
●申込方法 問い合わせてください
●問い合わせ先 NPO法人ノースサイド(☎080-3419-16233・FAX027-260-1294)

講習
パワーウォーキング
講習会 in 渋川

パワーウォーキングは、ジョギングとウォーキングの中間的なスポーツです。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。講師のハートヴィッチ

・ガウダーさん(競歩の五輪金メダリスト)が、自身の体験談を交えて実技講習を行います。

●とき 11月23日(祝)午後2時～3時30分
●ところ 子持社会体育館
●参加料 無料
●持参するもの 運動のできる服装、上履き
●参加方法 当日会場へ
●問い合わせ先 北関東循環器病院(☎027-1232-7111)

催し
三愛荘バザー

●とき 11月20日(日)午前10時～午後2時(雨天決行)
●ところ 三愛荘(渋川/明保野)
●内容 日用雑貨品、食料品等の販売、施設利用者の作品展示、模擬店など
●問い合わせ先 三愛荘(☎22-1027)

案内
蘇る心の風景2011
～廃校での13人展～

●とき 11月11日(金)～13日(日) 午前9時～午後5時
●ところ 赤城工房(赤城町棚下・旧棚下小学校)
●内容 木工や絵画などの作品展示
●入場料 無料
●問い合わせ先 赤城工房(☎3062)

特定健診などの受診のご案内

**集団での受診日は11月中旬に16日間
最終日は29日の火曜日です**

休日健(検)診を最終週の土・日曜日に実施



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)の集団健(検)診は、11月の日程で終了となります(別表1参照)。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、26日(土)と27日(日)に休

若年者の健康確認に／わかば健康診査

**11月26日(土)と27日(日)に休日健診を実施
希望者は渋川保健センターに予約を**

対象は20歳～39歳の人です

毎月1回実施している「わかば健康診査」。11月以降の日程は、別表2のとおりです。

なお、11月は、特定健診などと合わせて、休日健診を2日間

実施します。わかば健康診査をまだ受診していない人で、平日に受診できない人は、ぜひ、休日健診日に受診してください。
※休日健診を受けるには、事前

休日健(検)診を行います。休日健(検)診は、事前予約が必要です。受診を希望する人は、**■渋川保健センター(☎251321)**に電話で予約してください。
※65歳以上の国保特定健診と後期高齢者健診は、11月30日(水)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

日 程	と ころ
1日(火)	■渋川保健センター
4日(金)	
7日(月)	
8日(火)	
9日(水)	
10日(木)	
11日(金)	
14日(月)	
18日(金)	
21日(月)	
22日(火)	
24日(木)	
26日(土)※	
27日(日)※	
28日(月)	
29日(火)	

※要予約。

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。
詳しくは、5月下旬から9月上旬の間に郵送した受診票と案内書で確認してください。
※受診時には、受診票、保険証、個人負担金などが必要です。受診票を紛失した場合は、渋川保健センターへ連絡してください。
(本保険年金課)

に電話予約が必要です。

と ころ

■渋川保健センター

内 容 問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査(脂質)
※血液検査は医師の指示により、肝機能、糖代謝、貧血検査も実施します。

対 象 者 20歳～39歳の人(昭和47年4月1日～平成4年3月31日生まれ)

持 参 する 物 わかば健康診査受診票、個人負担金500円、健康手帳(持っている人)

期 日	受診時間
11月26日(土)	午前9時30分～11時 ※要予約。
11月27日(日)	
11月29日(火)	午後1時30分～3時
12月19日(月)	午前9時30分～11時
1月26日(木)	
2月22日(水)	
3月22日(木)	

予 約 方 法 電話で渋川保健センター(☎251321)へ
そ の 他 新たにわかば健康診査の受診を希望する人は、渋川保健センターへ連絡してください

未就業の看護職や 介護職などの人へ

～働きながらの就業研修～



群馬県医師会では、現在未就業の看護・介護の有資格者などを対象にした「地域人材育成のための就業体験事業」の参加者を募集しています。医療機関や介護施設などで働きながら、3カ月間の研修を受けませんか？

◆研修期間 平成24年3月までのうちの3カ月間

◆研修(勤務)場所 県内の医師会に登録された研修受入施設および看護学校

◆内容 申し込んだ医療機関等で勤務しながら、看護学校などで研修を受けてもらいます

※研修期間中は給与が支給されます。また、研修終了後は、研修受入医療機関で勤務することも可能です。

◆対象者 ▷未就業の看護職員(看護師、准看護師)

▷未就業の介護職員(介護福祉士、介護員、看護助手)

▷東日本大震災の被災者

※介護職は、無資格・未経験でも可。

◆問い合わせ先 群馬県医師会(☎027-231-5311)または
渋川地区医師会(☎②1181)

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。

内臓脂肪の蓄積による肥満に加えて、高血圧、高血糖、高脂血症のうち、2つ以上該当しているとメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)と判定されます。メタボリックシンドロームは、動脈硬化を進行させ、脳卒中や心疾患を発症する危険性を高めます。

メタボリックシンドロームを予防し、健康な毎日を送るために、食生活を見直してみませんか。

とき 12月1日(木)午前9時30分～午後1時(午前9時受付開始)

ところ 渋川ほっとプラザ

内容 メタボリックシンドロームを予防する食生活の話、調理実習(イワシの酢煮、里芋のコロッケ、小松菜と油揚げの煮びたし、鮭入りかす汁、かぼちゃのマフィンなど)

※献立は変更になる場合があります。

対象者 市内在住・在勤で健康に関心がある人

定員 30人(先着順)

参加料 300円(材料費)

持参するもの エプロン、三角きん、筆記用具

申込方法 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

申込期間 11月7日(月)～18日(金)



作って食べてメタボ対策を

食改推の『健康アップ料理教室』

ご家庭の献立に健康料理を取り入れて
メタボリックシンドロームにサヨナラ

定員は30人/申し込みは11月18日までに

こころの病気や不安・悩みの電話相談

仕事などで平日に相談ができない人のために、精神科医師、精神保健福祉士などが電話相談に応じます。

●とき 11月20日(日)午前10時～午後3時 ●対象者 こころの病気などについて相談のある人(本人または家族) ●相談方

法 専用電話(☎027-290-2920)へ ※より多くの人々の相談を受けるため、個々の相談時間を制限させていただく場合があります。 ●相談料 無料(ただし、電話代は掛かります) ●問い合わせ先 群馬県精神保健福祉協会事務局(☎027-263-1166)

認知症について考えよう

認知症の人との接し方や介護する際の心構え

困ったときは相談窓口へ電話を



相手を尊重しましょう

認知症の人は、自分が認知症であることを理解していないことが多いようです。また、認知症の初期には、正常な状態と認知症の症状が混在して現れます。そのため、ほかの人から行動を制限されたり、言動を注意されたりすると、自尊心を傷つけられたと感じます。

認知症の人と接するときは、相手が間違った行動をしても、否定や訂正をするのではなく、本人の自尊心を傷つけないように心掛けることが大切です。

個別に考えてサポートを

認知機能に衰えが出た人も、普通の人と同様に、希望や不安はそれぞれ異なります。

認知症の人が、その人らしく過ごせるようにするには、本人にどんなサポートがあればいいのかを

個別に考えることが必要です。生い立ちや生活スタイル、家族関係、性格など、その人のこれまでの人生や価値観を理解して、尊重していくような対応を心掛けましょう。

認知症の人は、仕事や健康などの喪失感が大きくなっていることがあります。言葉や態度で気持ちを表に出せない人もいます。その人の感情に寄り添い、安心感と信頼感を築くことで、認知症の進行をくい止められることもあります。

介護者は問題を抱えない

認知症の人を介護する際に大切なことは、介護者が一人きりで問題を抱えないことです。家族や親族、近隣の人などに、認知症の症状や日常生活の介助の状態を的確に伝えて、周囲の人からの援助を受けられる環境づくりをしてください。

認知症について正しい理解をもち、認知症の人を見守る人が増え

ることで、安心して生活できる地域がつくられていきます。

気軽に認知症の相談を

認知症の対応で悩んでいた、困ったことがあるときは、市の地域包括支援センターや認知症コールセンターなどへ相談してください。

《問い合わせ先》

▷ 渋川・伊香保地区＝地域包括支援センター(本庁舎内・☎2179)

▷ 小野上・子持地区＝北部地域包括支援センター(子持総合支所内・☎5445)

▷ 赤城・北橘地区＝東部地域包括支援センター(赤城総合支所内・☎6002)

▷ 群馬県認知症コールセンター(☎027-269-4432)

▷ 認知症疾患医療センター(田中病院内・☎55560)

11月11日は『介護の日』です ≡「いい日いい日」で明るい地域社会を≡

高齢化が進むことで、介護に関する課題は多様化しています。

こうした中、多くの人に介護を身近なものとしてとらえ、かかわってもらうことが必要となっています。

厚生労働省では、高齢者や障害のある人などへの介護について、国民への啓発を重点的に実

施するための日として「11月11日」を『介護の日』としました。これは、国民が介護についての理解と認識を深め、介護サービス利用者とその家族、介護従事者などを支援し、これらの人たちを取り巻く地域社会における支え合いや交流を促進するために定めたものです。

「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう」を念頭に、「いい日、いい日」に向けた覚えやすく、親しみやすい語呂合わせとなっています。

この機会に介護について考えてみませんか。

詳しくは、**本**高齢福祉課(☎2116)へ。

健康の道しるべ

防げる事故から
子どもを守りましょう

健康管理課

子どもの成長は、日々目覚ましいものがあります。その反面、親が予想しないような行動から不慮の事故が起こってしまいます。子どもに起こりやすい事故を、子どもの成長に合わせて理解し、事故を未然に防ぎましょう。

1 月齢によって多い事故

(1) 0カ月～12カ月ごろ

寝返りや、ハイハイをするようになると、行動範囲が広がります。ベットの落ち差のあるところからの転落や、掴んだものを口に持っていくことによる誤飲を起しやすくなります。また、テーブルの上の物に手を伸ばして熱い汁物をこぼしてやけどをしたり、危険なことが分からず包丁などに触ってけがをすることもあります。

(2) 1歳～2歳ごろ

歩いたり、走ったりできるよう

になり、行動範囲がさらに広がります。この時期は、転落や転倒で体の打撲や傷が絶えなくなり、また、好奇心から、ポットや炊飯器などの熱いものに手を伸ばし、やけどをすることがあります。

(3) 3歳～5歳ごろ

体とこのころの発達が目覚ましくなる時期です。行動範囲はより広く、好奇心はさらに旺盛になり、さまざまな危険にさらされます。ベランダの柵や公園の遊具からの転落事故や、花火で遊んでいるときのやけど、道路に飛び出して交通事故に遭う心配がでてきます。

2 不慮の事故からの予防

周囲の大人は、子どもが事故に遭わないように、子どもの行動に気を配り、安全に生活できる環境を整えましょう。

① 転落予防…柵の設置や安全ベル

トを活用する。

② やけど予防…ポットはお湯が出ないように口ックをかける。アイロンや熱い食べ物、飲み物は、子どもの手の届くところに置かない。テーブルクロスの上に熱い食べ物類を置かない。

③ 誤飲予防…たばこや化粧品、医薬品のほか、ボタンや小さな部品類は、子どもの手の届くところに置かない。

④ 窒息予防…子どもが食べる食品の性質を知り、飲み込んだときの大きさに気を付ける。

⑤ おぼれ予防…浴槽や洗濯機の水は溜めておかない。子どもが登れる所に踏み台などを置かない。

⑥ 外傷予防…刃物は、子どもの手の届くところに置かない。車や家の扉を開け閉めするときは、子どもの手が挟まらないように気を付ける。

郷土の魅力をひとめぐり **渋川かるた** vol.19

駅伝は 競ってつなぎ ゴールまで

今年で61回目を迎える社団法人渋川青年会議所主催の「日本のまんなか渋川駅伝大会」は、半世紀を超える伝統ある大会です。昭和の合併前から始まり、そのころは北群馬駅伝大会として開催。参加チームは、地域の代表として当時の北群馬郡の町村対抗から出発しました。そして参加者の幅は県や全国、さらにはイタリアのフォーリーニョ市と、世界にまで拡大。また、大会をきっかけに同市と本市は、姉妹都市として結ばれました。

なお、今年の大会は、11月23日(祝)に開催されます。



しぶかわ
フォト

このコーナーでは、皆さんが撮影した季節感のある風景や催し物などの写真(特定の人物を中心にしているものは除く)を掲載します。写真1枚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広報情報課(〒377-8501・石原80・☎kouhou@city.shibukawa.gunma.jp)へ。



【田に咲くヒガンバナ】

撮影場所：北橋町八崎地内

撮影日：平成23年10月2日

撮影者：田子達野さん(北橋町分郷八崎)

表紙の写真 10月8日に開催された中村保育園の「運動会」。“探検”をテーマにして、おばけ退治の玉入れや怪獣島から舟で動物を助け出す競争など、冒険に置き換えられた種目に挑む園児たち。ときには保護者も参加して、「たからのちず」に描かれた宝箱を目指してがんばりました。

うぶごえ(9月生まれ)

男の子 29人
女の子 18人



広報しぶかわ 発行/渋川市

〒377-8501 群馬県渋川市石原80 TEL 22-2111 FAX 24-6541
平成23年11月1日発行 通巻137号 印刷/朝日印刷工業株式会社
市ホームページアドレス <http://www.city.shibukawa.gunma.jp/>