



広報 **しぶかわ**

SHIBUKAWA PUBLIC RELATIONS

- スポーツ少年団の団員募集…………… 2
- 高齢者が安心して暮らせる地域に…………… 4
- 旧渋川公民館建物保存活用共同プロジェクト… 6
- 不妊治療費を助成します…………… 7



結団式で宣誓する代表児

スポーツで健康な 心と体を育てよう

スポーツ少年団の平成24年度団員を募集

スポーツ少年団は、子どもたちがグループ(団)をつくり、スポーツを中心とした活動計画を立て、定期的に活動している団体です。スポーツをする喜びを通じて、互いの友情の輪を広げ、健康な心と体を育むことを目的としています。市スポーツ少年団では、新たに団員を募集しますので、皆さん、申し込みください。

種目	団名	受付場所	備考
野球	金島コンドル	吾妻川公園	(注1) 渋川キングファイターズと古巻オリオンズは随時募集。 (注2) 津久田レッドキャップは3月の毎週土・日曜日午前9時～午後3時に受付。 (注3) 北橘イーグルスは3月の毎週水曜日午後4時～6時に受付。 (注4) 橘リトルタイガースは3月の毎週火・木曜日午後4時～6時と土曜日午前9時～午後4時に受付。 (注5) 伊香保フェニックスは3月の毎週火・木曜日午後4時～6時と土曜日午前10時～正午に受付。 (注6) 小野上サンデースは女子の入団も歓迎。
	渋川キングファイターズ(注1)	渋川北小校庭	
	渋川サウスサンズ	渋川南小校庭	
	豊秋ジュニアホークス	豊秋小校庭	
	古巻オリオンズ(注1)	古巻小校庭	
	古巻リバース	古巻小校庭	
	中郷リトル	中郷小校庭	
	長尾イースターズ	長尾小校庭	
	上白井ファイターズ	上白井小校庭	
	津久田レッドキャップ(注2)	津久田小校庭	
	横野コンドル	三原田小校庭	
	北橘イーグルス(注3)	橘北小校庭	
	橘リトルタイガース(注4)	橘小校庭	
	伊香保フェニックス(注5)	伊香保小校庭	
小野上サンデース(注6)	小野上運動公園グラウンド		
サッカー	ジーケーエフ ユナイテッド GKF.UNITED 金島ハヤブサイレブン(注1)	古巻中校庭	(注1) GKF.UNITED 金島ハヤブサイレブンと古巻サッカークラブは3月22日(木)までの毎週木曜日午後7時～9時に受付。 (注2) 小野上 F C は女子の入団も歓迎。 (注3) Calchet Jr. は3月の毎週火～金曜日午後5時～8時に受付。 (注4) ANGELO 子持支部と赤城支部は3月の毎週月・木曜日午後6時～8時に受付。 (注5) 橘少年サッカーは3月の毎週土・日曜日午前9時～10時に受付。
	渋川ジュニア 西 F C	渋川西小校庭	
	渋川ジュニア 北 F C	渋川北小校庭	
	渋川ジュニア 南 F C	渋川南小校庭	
	渋川ジュニア 豊秋 F C	豊秋小校庭	
	GKF.UNITED 古巻サッカークラブ(注1)	古巻中校庭	
	小野上 F C (注2)	小野上小校庭	
	カルチエット ジュニア Calchet Jr.(注3) ☆	カルチエットスポーツクラブ	
	アンジェロ ANGELO 子持支部(注4)	子持社会体育館	
橘少年サッカー(注5)	橘小校庭		
ANGELO 赤城支部(注4)	子持社会体育館		
剣道 ☆	渋川剣道	渋川中武道館	(注1) 金島櫻剣勇会は毎週火・金・土曜日午後7時～8時に受付。 (注2) 子持剣道クラブは3月4日(日)午前9時～午後1時に受付。 (注3) 橘剣友会講武館は3月の毎週水・金曜日午後6時～7時30分に受付。
	金島櫻剣勇会(注1)	金島小体育館	
	子持剣道クラブ(注2)	子持格技場	
	橘剣友会講武館(注3)	橘講武館	

スポーツ少年団の団員募集



少年団での経験は将来役立ちます！

浜川市スポーツ少年団
本部長 中村 勉さん

スポーツ少年団は「丈夫な心と体を育てること」を目的に、練習や試合、時には合宿などの活動を、低学年から高学年までが一緒に行う、学校生活とは一味違った集団です。団や個人の目標に向かって、仲間と一緒に鍛え合うことで、「頑張ること」「支え合うこと」の大切さを知ることができます。また、小さな目標でも、達成できたときの喜びを体験することができます。これらの経験は、大きな力となって、子どもたちの将来にきっと役立つと思います。好きな種目を選んで、みんなでスポーツを楽しみましょう。

15種目の計55団で団員募集 一斉受付日は3月4日(日)

◆一斉受付日 3月4日(日)
午前9時～10時

※団により申込日が異なる場合があります。下表で確認してください。

◆種目・受付場所 下表のとおり

◆対象者 小学1年生以上
※対象者が団により異なる場合があります。また、☆

印の付いている種目や団は、中学生も募集します。

◆入団費 4,000円(登録料・保険料を含む)

◆申込方法 入団費と申込書(各小・中学校で配布します)を持参し、各団の受付場所

所で申し込んでください

◆問い合わせ先 〇〇〇〇〇〇〇〇
(☎2104) 〇〇〇〇〇〇〇〇

種目	団名	受付場所	備考
柔道 ☆	浜川市柔道スポーツ少年団	市武道館	3月の毎週金曜日午後6時30分～8時に受付。
	子持柔道教室	子持格技場	3月の毎週火曜日午後7時～9時に受付。
	北橋柔道スポーツ少年団	北橋中体育館	毎週火・木曜日午後7時～9時に受付。
	赤城柔道スポーツ少年団	赤城スポーツセンター柔道室	3月の毎週火・木曜日午後7時30分～9時30分に受付。
	浜川中央柔道スポーツ少年団	浜川中武道館	3月の毎週火曜日午後7時～9時に受付。
空手 ☆	JKA 浜川少年団	市民体育館(夜間)	各団とも3月7日(水)、14日(水)午後7時～8時に受付。
	JKA 豊秋少年団		
	JKA 古巻少年団		
ソフトテニス	浜川ソフトテニス ☆	子持社会体育館	各団とも平成24年度小学3年生以上を募集。
	伊香保ソフトテニス	伊香保児童屋内体育館	
ラグビー ☆	浜川ラグビー	坂東橋緑地公園第2広場	3月25日(日)に受付。
スキー ☆	浜川ジュニアスキークラブ	飯塚スポーツ	随時募集。
スケート ☆	浜川スケート	総合公園スケート広場	
	S I K S C スケート	コマツスポーツクラブ	
	伊香保スピードスケート	伊香保リンク	
アイスホッケー ☆	浜川アイスホッケー少年団	伊香保リンク	
バドミントン	浜川リトルバズ	浜川南小体育館	平成24年度小学2年生以上を募集。
ミニバスケット	浜川北ミニバス	浜川北小体育館	3月3日(土)に受付。
	子持ミニバスケットボールクラブ	長尾小	3月3日(土)午前9時～正午に受付。
	K・M・B・Cミニバスクラブ	長尾小	3月の毎週火・木曜日午後6時30分～8時に受付。
	橘キッズミニバスクラブ	北橋中体育館	3月の毎週火曜日午後7時～9時に受付。
バレーボール	子持ジュニアバレークラブ	子持社会体育館	随時募集。
	赤城ラビッツ	赤城スポーツセンター	3月の毎週水曜日午後7時～9時に受付。
卓球 ☆	子持ジュニア卓球クラブ	子持社会体育館 サブアリーナ	3月6日(火)、13日(火)午後7時30分～9時に受付。 平成24年度小学5年生以上を募集。
陸上	子持少年陸上クラブ	子持中体育館	

高齢者が安心して暮らせる地域に

.....
判断能力が衰えた高齢者の権利を守る
.....

.....
成年後見制度を知っていますか？
.....

.....
高齢者にまつわるトラブル
.....

年を取るに連れて判断能力が衰えてくると、買い物や金銭管理をはじめとした日常生活上の行為が難しくなり、本人にとって多くの不利益が発生することがあります。

近年では、一人暮らしや認知症の高齢者を狙った悪質な住宅リフォーム詐欺事件や訪問販売トラブルが発生しています。そのほか、認知症の人に代わって施設入所の契約をしたときや本人の生活費に充てるために不動産を処分する必要がある場合など、さまざまな手続きに困ることがあります。また、一人暮らしなので、将来認知症になった場合に備えたいという悩みをもつ人もいます。

このようなとき、高齢者の権

利を守るために「成年後見制度」を利用すると安心です。

成年後見制度とは？

成年後見制度とは、認知症や知的障害、精神障害などが理由で、物事を判断する能力が十分ではない人(本人)について、本人の権利を守る援助者(成年後見人など)を選ぶことで、本人を法的に支援する制度です。

成年後見制度には、本人の判断能力が不十分になってから援助者を選ぶ「法定後見制度」と、あらかじめ自らが選んだ代理人と契約を結んでおく「任意後見制度」があります。そのうちの「法定後見制度」には、本人の判断能力に応じて「後見」「保佐」「補助」の3種類があります。

成年後見人の職務

成年後見人の職務を大きく分けると、「財産管理」と「身上監護」の2つがあります。

「財産管理」は、通帳の保管や入出金の管理などにより、本人のために必要な支出を計画的に行います。また、不動産などの重要な財産の管理、保存、処分などを行います。

「身上監護」は、施設入所契約や介護契約など、本人の生活や療養看護に関することを本人に代わって行います。

成年後見人と保佐人、補助人は、家庭裁判所の審判により、与えられた権限の範囲において、本人の権利を守ります。

制度利用の相談はどいへ？

成年後見制度について詳しく知りたい人、利用を考えているがどこに相談したらよいか分からない人は、お住まいの地区にある地域包括支援センターへ問い合わせてください。相談者の個人情報 は 厳格に保護されます。



この先心配な孤立する高齢者の増加

「孤立死」ゼロのまちを目指しましょう

増加する一人暮らし高齢者

核家族化の急速な進行や地域社会の環境変化から、全国的に一人暮らし高齢者が増加しています。この傾向は、本市においても同様です。現在約2、300人の一人暮らし高齢者が確認されていて、その数は、高齢者人口の1割超を占めています。

今後高齢化が進行する中で、一人暮らしや認知症の高齢者、老老介護(老人による老人の介護)などが増え、地域や社会から孤立した生活を送る高齢者が増加することが考えられます。このような孤立した生活が、近年問題となっている「孤立死」へつながることが懸念されます。

「孤立死」とは

明確な定義はありませんが、誰にもみとられることなく息を引き取り、その後相当期間放置されているような状態をいいます。

孤立死の原因はさまざまです。

一人暮らし高齢者の増加、血縁(家族、親族)・地縁(地域住民)・社縁(職場の人間関係を通じた関わり)のつながりが薄くなる「無縁社会」のまん延、貧困、格差などが挙げられます。

孤立死を防ぐために

■高齢者は…

▽家族や地域とのつながりや付き合い方を考えてみましょう。
▽地域のふれあい、交流に参加しましょう。孤立しない生活を送るよう、地域での絆づくりを心掛けましょう。

■地域では…

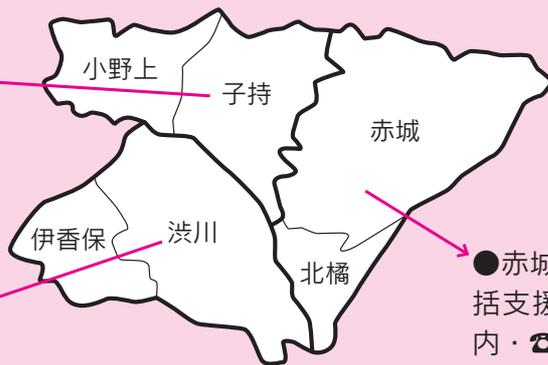
▽地域でのさりげない見守り、あいさつ、声掛けを通じ、つながりを構築しましょう。地域の高齢者を近隣にいる人たちが温かく見守ることで、高齢者が安心して暮らしていく手助けになります。

▽地域で気になる高齢者がいる場合や、介護保険サービス利用の相談など、気軽に地域包括支援センターに相談してください。

■問い合わせ先■

●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・☎⑥5445)

●渋川・伊香保地区＝地域包括支援センター(本庁舎内・☎②2179)



●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・☎②6002)

旧渋川公民館の建物保存活用共同プロジェクト



移転保存の動きがすすむ旧渋川公民館建物

渋川商工会議所と協力して建物の保存整備に取り組みます

移転後は商工会議所事務所として中心市街地のシンボルに

旧渋川公民館の建物は、四ツ角周辺土地区画整理事業に伴い、取り壊して一部保存する方針でしたが、保存を求める市民の多くの声を受けて、渋川商工会議所の事務所として、移転保存することになりました。

そのため、市では、渋川商工会議所と協力して、旧渋川公民館建物の保存活用事業に取り組みます。

建物は、渋川商工会議所に無償で譲渡した後、文化財としての価値を残したまま、移転改修

工事を行います。その後は、渋川商工会議所の事務所として使用されることで、中心市街地のシンボルとして、まちなかの活性化に向けた活用を図ります。

移転保存までの流れ

平成23年度

- ① 7月27日 渋川市重要文化財指定
- ② 9月1日 市と渋川商工会議

平成24年度以降

- ① 移転改修工事
 - ② 渋川商工会議所事務所移転
 - ③ 建物移転保存のための設計
- 所との建物無償譲渡契約および土地無償貸付契約の締結

平成26年3月事業完了予定

※無償譲渡後は、渋川商工会議所が事業の主体となります。

詳しくは、本企画課(☎22)23(96)へ。

保存整備のための募金にご協力ください

「旧渋川公民館の保存と街づくりを考える会」では、旧渋川公民館の建物を保存整備するための募金を、事務局窓口(渋川商工会議所内)または銀行振込で受け付けています。

この募金は、市へ寄附し、建物保存整備事業の財源に充てられます。

●振込口座 群馬銀行渋川支店普通預金(口座番号1889501)

●口座名義 旧渋川公民館の保存と街づくりを考える会 会長 寺島順一
詳しくは、「旧渋川公民館の保存と街づくりを考える会」事務局(渋川商工会議所内・☎25)1311)へ。

生活の建て直し相談会 / 専門家がアドバイスします ■市消費生活センター(☎2325)

市と県、および多重債務者支援団体では、借金などの返済に行き詰まった人を対象に、家計の再構築方法などについて、助言や指導をする相談会を行います。

多重債務に陥らないための、生活に見合った家計の建て直し

方法などを専門家がアドバイスします。また、必要に応じて法律の専門家を紹介します。

個人の秘密は厳守します。気軽に相談してください。

とき 2月24日(金)午後1時～5時

ところ 市役所第二庁舎2階204

会議室

定員 8人(先着順)

相談料 無料

申込方法 電話で市消費生活センターへ

その他 今回会場に来られない人には、他市の会場を紹介します

不妊治療費の助成を行っています

1年に1回の申請で通算3回まで助成します

一般不妊治療の場合最大5万円が助成されます

市では、不妊治療を受けている夫婦の経済的な負担を軽減するために、治療にかかった医療費の一部を助成しています。

助成対象となる不妊治療

①特定不妊治療(体外受精・顕微授精)を含む不妊治療 ②その他医師が認めた一般不妊治療
※特定不妊治療を含む不妊治療の場合は、まず「群馬県特定不妊治療費の助成」の申請が必要です。



妊治療費」の助成を受けてください。市では、治療に要した額から、県が助成した額の残額を助成対象とします。

助成を受けるための要件

- ・法律上の婚姻関係にあり、婚姻から1年以上経過している夫婦
- ・申請日の1年以上前から本市に住所がある夫婦
- ・医療保険加入者
- ・市税の滞納がない人

受診医療機関 指定はありません

助成内容 当該年度(4月～翌年3月まで)の治療に要する夫婦負担額の2分の1に相当する額(特

定不妊治療を含む不妊治療の助成額の上限は10万円、一般不妊治療の助成額の上限は5万円)
※助成は、1年に1回の申請で通算3回までです。

申請方法 所定の申請書(渋川保健センターにあります)に必要事項を記入し、**②**渋川保健センターへ提出

※申請には、医療機関が発行した領収書の提出が必要です。なお、先に医療費控除の確定申告を行う場合は、領収書の返却を希望することを確定申告時に伝えてください。

詳しくは、渋川保健センター

(☎251321)へ。

平成24年度の奨学生募集!



経済的な理由で就学が困難な学生を支援します

対象者 市内に1年以上住んでいる世帯の学生で、経済的理由によって就学が困難な人

※他の制度による奨学金との併用が可能です。また、一定の所得要件があります。

貸与月額 ▷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、短期大学など=3万5,000円以内

申込方法 申請用紙(教育総務課にあります)に必要事項を記入し、**①**教育総務課へ

申込期限 3月1日(木)
詳しくは、教育総務課(☎22076)へ。

北橋地区の住民センターなどにコピー機とテントを整備



公益財団法人群馬県市町村振興協会では、市町村振興宝くじ(サマージャンボ宝くじ)の交付金を財源として、自治会などの



活動に必要な設備や施設の整備に対し助成を行っています。また、(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を行っています。

このたび、北橋地区自治会連合会では、これらの助成を受け、14カ所の自治会住民センターにコピー機を購入したほか、全自治会にテントを整備しました。

(北橋総合支所市民福祉課)

平成22年度環境分析室の調査結果報告②

市内河川の水質調査結果を報告します

市では、毎年、市内河川の水質を確認する調査を行っています。平成22年度には、36河川の40地点で4回ずつ測定しました。調査では「人の健康の保護に関する環境基準」について26項目、「生活環境の保全に関する環境基準」について55項目を測定しました。

今回は、調査の結果から、市内河川の状況をお知らせします。



川から採取した水の汚染度合いを調べる職員

各基準に基づく項目の調査結果

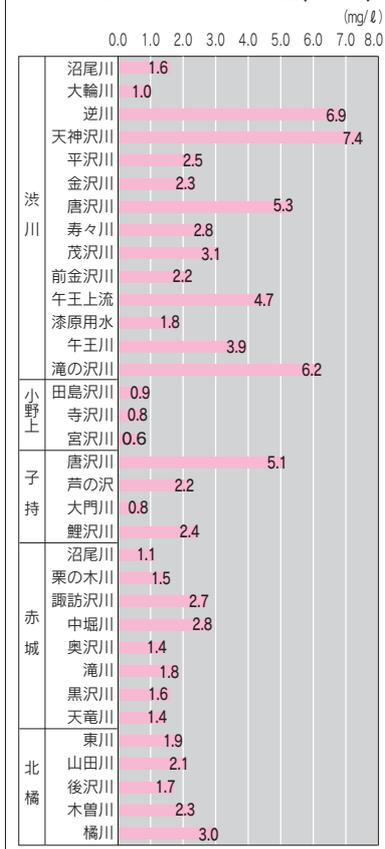
「人の健康の保護に関する環境基準」は、全ての公共用水域に適用されています。調査の結果、市内の河川はすべて基準値内でした。

「生活環境の保全に関する環境基準」は、河川などの水の利用目的に応じて、AAからE類型まで6段階に類型が指定され、AA類型が最もきれいな水とされています。また、類型ごとに5つの基準値が設定されています。

市内では、利根川と吾妻川がA類型に指定されています。調査の結果では、両河川とも大腸菌群数を除いて全て基準

守り育て未来につなぐ 私たちの環境 35

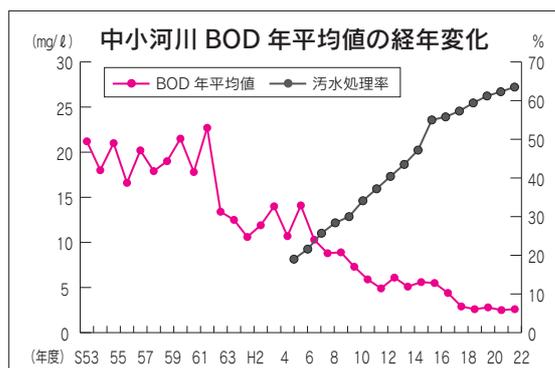
平成22年度中小河川のBOD値(年平均)



市内の中小河川 全体の水質状況

利根川と吾妻川以外の中小河川には、生活環境の保全に関する環境基準は適用されません。そのため、コイやフナが生息できるとされるC類型のBOD基準値(5ミリグラム以下)を参考に比較します。BODは、高い数値ほど水が汚れていることを示します。

調査の結果、BOD値が5ミリグラムを超えた河川は、天神沢川、逆川、滝の沢川、唐沢川(以上渋川地区)、唐沢川(子持地区)の5つでした。この状況は、前年度とほぼ同じです。下水道などの普及により、河川全体の水質の状況は、かなり改善されています。地域



別の傾向としては、数値の高かった市街地の値は低下傾向にあります。また、人口が増加している地域や下水道普及が遅れている地域は、やや高い値を示す傾向があります。
(本環境課)

平成23年度は次の事業を実施しました。

4月、「渋川市まちサポ」ホームページ (<http://machisapo-shibukawa.com/>) を開設し、市民サポーターの活動などを紹介。

9月に開催された「花と緑のぐんまづくり2011」では、来場者に湯茶の接待を行ったほか、海鮮焼き、フランクフルト、焼きそばなどを販売してイベントを盛り上げました。



「シブめし」の人気投票で盛り上がるイベント会場

— 平成23年度まちづくり市民サポーターの活動を紹介します —

10月には「まちなか交流広場イベント2011」を開催。今年、事業連携している高崎経済大学の学生と協働し、渋川の名物づくり「シブめし」グランプリを開催しました。学生が市の特産品を利用した独自の料理7品目を調理、販売。購入者が投票した結果、コンニャクとマイタケを使い、コロッケ風に揚げた「しぶコロ」がグランプリに輝きました。

12月には「まちなかイルミネーション」を開催。テーマを「ふるさと」とし、星が輝く夜空をイメージした「光のトンネル」や、童謡「ふるさと」の音符を光で型取ったほか、耳でも楽しんでもらおうと「ふるさと」の曲が誰でも演奏できるハンドベルを設置しました。

来年度も、さまざまなイベントや事業を考えていきたいと思えます。 (商工振興課)

隔月連載

毎月連載

育てよう！一人ひとりの人権意識

Vol.4

同和問題について

平成22年度に県が行った人権問題に関する県民意識調査では、「同和問題」部落差別」が人権問題としてあることを「知っている」と答えた人の割合が70・8割。「知らない」と答えた人の27・9割を大きく上回る結果となりました。しかし、この数値は、前回行った平成12年調査の結果と比べると「知っている」が9・6ポイント減少し、逆に「知らない」が10・1ポイント増加しています。

この意識調査は、県民3、



市人権尊重ポスターコンクール / 中学校の部最優秀賞作品

000人を対象に、10年ごとに実施されています。これまで行われた意識調査の結果から、若い世代ほど認知度が低くなる傾向が見られます。また、同和問題が正しく理解され、差別問題がなくなつたのであればいいのですが、差別の事象がいまだに報道で取り上げられていることも事実です。

差別問題をなくしていくには、人権問題の啓発や教育の取り組みが大切です。また、それと同時に私たち一人ひとりが人権問題に関心を寄せ、正しく理解し、日常生活の中で人権意識を習慣化し、文化として社会に定着させていくことが必要ではないでしょうか。21世紀を人権の世紀にしていきたいものです。

(寄稿：市人権教育推進協議会委員・生涯学習課)

北橘地区若妻会の「パワーストーン教室」
自分や家族に似合う世界で1つのブレスレット作り



北橘公民館で1月17日、若妻会主催の「パワーストーン教室」が行われました。参加者は、パワーストーンと呼ばれる何十種類もの天然石から、石のもつといわれる効果や色味など、好みのものを組み合わせて、ブレスレットやストラップを作成。「この色いいね」「少し小さいかな?」と自分や家族に似合う作品を作り上げ、大満足の様子でした。

思い思いの作品作りを楽しむ参加者(左) 講師と相談しながらバランスよく石を配置(右上) 完成した作品(右下)

子持公民館で「市交通指導員年頭式」開催
指導員73人が交通事故撲滅への決意を新たに

通学路での交通指導や各種イベント会場の交通整理などで活躍する市交通指導員の年頭式が1月9日、子持公民館で行われました。

会場では、市内各地区から選出された交通指導員73人が整列し、市長や渋川警察署長など多くの来賓から服装や装備品などの点検を受け、交通事故のない安全なまちを目指して士気高揚を図りました。



整列し順次点検を受ける交通指導員

熊野東交差点から新町五差路を会場に「市消防出初式」
 高まる防災意識の中で士気を一層高める消防隊482人



昨年発生した大災害の影響で防災意識が高まる中、消防隊員の士気を一層高めようと、1月8日「市消防出初式」が行われました。参加した消防隊(消防団、消防本部・消防署、女性防火クラブ)は、迫力あるパレードなどを実施。式終了後には、大勢の観客の中、市女性消防隊による軽可搬ポンプ操法の訓練展示などが行われました。

見事にそろったパレード(左) 市消防団などによる一斉放水(右上) 市女性消防隊は昨年全国大会に出場(右下)

北橋幼稚園の年中組園児と祖父母との交流会
 園児40人と祖父母15人がお正月遊びで楽しく交流

北橋幼稚園で学年ごとに行われている「祖父母交流」。1月17日には、年中組の園児の祖父母が来園して、孫たちとお正月遊びでふれあいました。園の内外に用意された11種類の遊びを、思い思いに楽しむ子どもたち。おじいちゃん、おばあちゃんと一緒に、だるま落としや福笑い、羽子板などで楽しいひとときを過ごしました。



祖父母に遊び方を教わりながら歓声を上げて楽しむ園児たち

お知らせ

狩猟期間の延長

■農林課 ☎22593

平成23年11月15日から24年3月15日(木)まで、全県で狩猟期間延長の措置がとられています。

ただし、3月1日(木)から3月15日(木)の間は、シカとイノシシのわな猟(銃器による止めさしを含む)に限ります。

散策や山仕事などで野山に入る場合には、狩猟による事故に遭わないよう注意してください。

中退共の掛け金を補助します

■商工振興課 ☎22596

市では、中小企業で働く従業員の福祉の増進と雇用の安定を図るため、国の中小企業退職金共済制度(中退共制度)に加入した事業所に、掛け金の20割を1年間補助します。忘れずに申請してください。
補助対象となる事業所 退職金共済契約を勤労者退職金共済機構と結んだ事業所
補助額 新たに加入した被共

済者(従業員)1人につき掛け金月額の20割

※適格退職年金制度からの移行者は対象となりません。

補助期間 退職金共済契約を結んだ月から12カ月

申請方法 補助金交付申請書、退職金共済掛金内訳書など

(用紙は商工振興課にあります)に記入して、商工振興課へ申請期限 2月20日(月)

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

☎221765

〈ふれあい浴場〉

とき 2月26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 2月9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)

〈3月の休館日〉
5日(月)、12日(月)、19日(月)、21日(水)、26日(月)

図書館

市立図書館の催し物案内

市立図書館 ☎220644

いずれも会場は市立図書館

参加料は無料です。

〈子ども映画会〉

とき 2月11日(祝)午後2時

内容 「シートン動物記」「ちび犬チンク」「北かぜとおひさま」「ごんぎつね」



〈萌えの子おはなし会〉

とき 2月18日(土)午後2時

内容 ▽絵本Ⅱ「月のうた」「のらと星の王様」「じいちゃんのがいひげ」 ▽紙芝居Ⅱ「おともだちごっこ」

〈映画鑑賞会〉

とき 2月19日(日)午後2時

内容 「ポー川のひかり」
(監督…エルマンノ・オルミン)
主演…ラズ・デガン/2006年・イタリア映画)

持ってますか?住民基本台帳カード・電子証明書

住民基本台帳カード(住基カード)を取得し、住基カードに電子証明書のデータを保存すると、自宅のパソコンから確定申告(e-Tax)などが行えるようになります。

〈すでに電子証明書をお持ちの方へ〉

電子証明書の有効期間は、証明書の発行日から3年間(住基カードは10年間)です。なお、平成21年より前に電子

証明書を取得した人は、有効期間が満了となります。満了後の再発行や更新(満了日の3カ月前から)ができますので、必要な人は交付の手続きを行ってください。

手数料 ▷住基カード=500円

▷電子証明書=500円

詳しくは、本市民課(☎22459)へ問い合わせてください。



- 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

掲示板 市以外のお知らせ

スポーツ

市民スキー教室

■ 体育課 ☎2104
 とき 3月3日(土)午前7時集合
 集合場所 市役所本庁舎駐車場
 ところ 湯沢中里スキー場(新潟県湯沢町)
 講師 市体育協会スキー部の皆さん



対象者 市内在住・在勤の小
 学生以上の人(小学生は保護者
 同伴)
 定員 40人(先着順)
 参加料 ▼大人12、500
 円 ▼小・中学生12、000
 円(バス代、保険料など)
 ※昼食、リフト券、スキーレ
 ンタル料は別途。
 申込方法 電話で体育課へ
 申込期限 2月15日(水)

市民家庭スポーツの日

■ 体育課 ☎2104
 2月の市民家庭スポーツの
 日(毎月第2日曜日)は、子持
 社会体育館を無料開放します。
 とき 2月12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。

公民館

渋川公民館まつり

■ 渋川公民館 ☎2099
 渋川公民館地区の皆さんと
 定期利用団体による、作品展
 と演技発表会を行います。
 内容・とき ▼作品展11月
 1日(木)～4日(日)午前9時～午
 後4時(4日(日)は午後3時まで)
 ▼演技発表会11月4日(日)午前
 10時～午後3時 ▼お茶会(呈
 茶)11月4日(日)午前11時
 ところ 渋川公民館(第二庁舎)
 入場料 無料

新入社員研修会

● とき 3月15日(木)、16日(金)午
 前9時～午後4時 ● ところ
 勤労福祉センター ● 内容
 ▼15日11開講式、講義(コミュニ
 ケーションのコツ、新社会人の
 健康管理など) ▼16日11講義
 (職場の人間関係、上手な電話

のかけ方)、研修のまとめ、閉講
 式 ● 対象者 新入社員(予
 定者含む) ● 定員 60人(先
 着順) ● 参加料 ▼会員事業
 所11人2、000円 ▼非会
 員事業所11人4、000円(資
 料代、昼食代) ● 申込期限
 3月2日(金) ● 申込・問い合
 わせ先 渋川商工会議所(☎
 21311)

県立点字図書館を ご利用ください

県立点字図書館では、点字
 図書や録音図書で、文学や歴
 史など2万1、500タイト
 ルを所蔵し、視覚に障害のあ
 る人に無料で貸し出していま
 す。
 詳しくは、県立点字図書館

スポーツ医科学講演会のご案内

とき 2月21日(火)午後7時
 ところ 北橋公民館3階講堂
 演題 「スポーツ傷害の予防
 とストレッチ」
 講師 中川和昌さん(群馬大
 学大学院准教授)
 対象者 スポーツ指導者、ス
 ポーツ愛好者、一般市民

参加料 無料
 持参するもの 動きやすい服
 装
 申込方法 電話で体育課(☎
 2104)または北橋公民館
 (☎2300)へ
 申込期限 2月13日(月)
 詳しくは、■体育課へ。

3B体操体験教室

● とき 3月7日(水)～28日(水)
 午前10時～11時40分 ● ところ
 市武道館 ● 参加料 無料
 ● 申込・問い合わせ先 糸魚
 川よね子さん(☎090-1
 200-1090)へ。

(☎027-255-6567)へ。

平成23年度骨密度検診のお知らせ

事前調査で受診を希望した人に
受診券を2月上旬に郵送します

指定された日時・会場で忘れずに受診を

骨粗しょう症とは、骨密度が低下し、骨折しやすくなる病気です。骨折は、寝たきりの原因になります。この機会に検診を受けて自分の骨密度を知り、生活習慣を見直しましょう。

昨年1月に行った「各種健康診査・各種検診希望調査」で受診を希望した人には、受診日時・会場などを記載した受診券(はがき)を2月上旬に郵送します。なお、今年の1月中に郵送し

24年度のヘルスアップ教室

「健康状態が気になる」
「運動を始めてみたい」と
思っている人は参加を



みんなで元気にウォーキング

適度な運動は、健康の保持・増進や生活習慣病予防に効果があるといわれています。

渋川保健センターでは、運動習慣を身に付けてもらうため、定期的に運動できる「ヘルスアップ教室」を開催します。コースは2種類で、両コースに参加すると、毎週2回運動することができます。

●とき 4月～平成25年3月の午後4時～5時(受付時間は午後3時30分～3時50分) ●ところ ■渋川保健センター ●コース・開催日など ①ウォーキングコース=毎週月曜日(講師は市保健師) ②リズムステップ&マットエクササイズコース=毎週水曜日(講師は外部の専門家) ※祝祭日・年末年始は除く。 ●対象者 運動を始めたいと思っている人など ※安全な教室運営のため、健康状態によっては参加を断る場合があります。 ●定員 各コース50人(超えた場合は抽選) ●参加料 無料 ●申込方法 電話で渋川保健センター(☎⑤1321)へ ●申込期限 2月29日(水)(必着) ●その他 参加の可否などについては、申込者全員に3月末までに通知します
詳しくは、渋川保健センターへ。

た「平成24年度各種健康診査・各種検診希望調査票」は、来年度の受診の申し込みですので、注意してください。
とき・ところ 下表のとおり
内容 超音波によるかかとの骨密度測定、結果説明、骨粗しょう症予防のための栄養と日常生活の話
対象者 市内在住で、今年度中(3月31日(土)まで)に30・35・40・45・50・55・60・65・70歳に

なる女性
個人負担金 500円
※生活保護世帯および市民税非課税世帯の人は無料です。該当する人は、必ず事前に■渋川保健センター(☎⑤1321)または各総合支所市民福祉課へ申請してください。
申込方法 電話か直接渋川保健センターへ
その他 会場には保育スタッフがいまので、お子さんがいる



平成23年度骨密度検診日程表

検診日	会場	受付時間
2月24日(金)	北橘保健センター	午前9時30分～11時30分
2月27日(月)	小野上保健センター	午後1時30分～2時
2月28日(火)		
2月29日(水)	渋川保健センター	午前9時～11時 午後1時～2時
3月1日(木)		
3月2日(金)	子持保健センター	
3月5日(月)	赤城保健センター	午前9時30分～11時30分
3月7日(水)	伊香保保健福祉センター	午後1時30分～2時

人も安心して受診してください
詳しくは、渋川保健センターへ。

午後1時～3時30分 ▷木・金曜日=午前8時30分～11時30分

健康の道しるべ

「白内障」について

渋川地区医師会
眼科 医師

●「白内障」は水晶体が濁る

人間の目はよくカメラに例えられますが、カメラでレンズに相当するのが水晶体です。水晶体は直径9ミリ、厚さ4ミリ程度の凸レンズの形をしています。水晶体は透明な組織で、タンパク質と水分で構成されています。正常な水晶体は透明のため、光をよく通しますが、さまざまな原因で水晶体のタンパク質が変性すると濁ってきます。この状態を「白内障」といいます。水晶体が濁ると、まぶしさやかすみといった症状が出現し、進行とともに視力低下していきます。

●原因の多くは加齢によるもの

さまざまな原因で起こりますが、最も多いのは加齢に伴う白内障(加齢性白内障)です。個人差がありますが、誰でも年齢とともに水晶体が濁ってきます。老化現象の一つなので加齢とともに多く発症します。

また、生まれたときからある先天性白内障や、若い人でも目のけがによる外傷性白内障やアトピー性皮膚炎に合併するもの、ステロイドなどの薬物による白内障、糖尿病性白内障など、年齢に関係なくみられます。

●症状は目のかすみなどさまざま

白内障は、水晶体が混濁するため視力が低下します。しかし、水晶体の濁り方は個人差があるため、自覚する症状はさまざまです。代表的な症状は、①かすんで見える、②まぶしさを感じる、③ダブって見える、④眼鏡やコンタクトレンズをつけても見えにくいなどです。

●治療法について

いったん発症し、混濁した水晶体は元の状態には戻りません。日常生活に支障のない程度であるならば、点眼薬などで白内障の進行を遅らせます。薬剤は混濁の進行

速度を遅らせるもので視力の回復はできません。まぶしさや見えにくさの自覚が強く、眼鏡などで矯正しても日常生活に不自由を感じるようならば、手術を行います。

現在の白内障手術は主に、濁った水晶体を超音波で碎き吸引する「超音波水晶体乳化吸引術」と人工のレンズを入れる「眼内レンズ挿入術」です。症例によっては水晶体を丸ごと取り出す「水晶体嚢外摘出術」を選択します。手術は局所麻酔で行われ、手術時間も技術の進歩により短縮されてきています。術後はほかの眼病がなければ視力の改善は得られますが、若いころの目に戻るわけではありません。必要に応じた眼鏡などの矯正が必要になります。

目のかすみやまぶしさなどを自覚したときは、早めに眼科を受診しましょう。

渋川総合病院

☎22-4111

診療受付時間のご案内／

産婦人科(婦人科のみ診療)

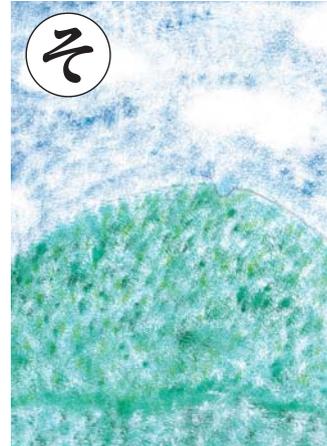
▷月～水曜日＝午前8時30分～11時30分、

郷土の魅力をひとめぐり **渋川かるた** vol.22

空の下 全部見えるよ 僕のまち

小野上地区にある十二ヶ岳(標高1201m)は、利根川支流の吾妻川左岸にあります。東南に連なる小野子山と同じ古い時代の火山で、その火口縁の一峰です。

特に晩秋から初冬の晴れた日の登山では、山頂で360度の大パノラマを楽しむことができます。見渡してみると、眼下に東吾妻町、眼前に榛名連山、東に赤城山、北から西方向には真っ白な三国連山や浅間山などの山々が。また、蛇行して南東方向地平線のかなたに消えていく雄大な坂東太郎(利根川)も望めます。



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。



【重連】

撮影場所：北橋町八崎地内
撮影日：平成23年7月3日
撮影者：大内一幸さん(渋川/明保野)

表紙の写真 1月8日、市民会館で「二十歳の力で元気にしよう!日本!」をテーマに成人式が行われました。この日出席した新成人753人は、式典や中学校区ごとの記念撮影に参加。会場では、あてやかな晴れ着姿や、旧友や恩師との再会に思わずこぼれる笑顔が輝いていました。

うぶごえ(12月生まれ)
男子 17人
女子 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24年2月1日発行 通巻143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/>