

広報 しぶかわ

SHIBUKAWA PUBLIC RELATIONS

主な内容

安全で快適な施設に………2
リニューアルしています

群馬DCキャンペーン………4
ウェルカムサポーター

吾妻線アクションプログラム……5

一人ひとりがごみを減らす……10
意識を持ちましょう



ドキドキの正解発表
「○×クイズ」の答えは…

安全で快適な使いやすい施設に リニューアルしています



改修工事完了後の大ホールイメージ図

現在、淡川市民会館は、耐震補強と老朽化した部分のリニューアル工事を行っています。より快適で使いやすい施設にするため、市民の皆さんからいただいたアンケートのご意見を反映し、工事を進めています。また改修後は、さまざまな記念イベントを予定しています。

詳しくは、本新政策課(☎257014)へ。

皆さんからの意見を反映させた
工事を行います

耐震補強と老朽化した部分のリニューアル工事の概要については、今年度の広報しぶかわ8月1日号でお知らせをしました。

また、その際、施設を利用する皆さんからのご意見をお伺いするため、アンケートを行うこともお伝えしました。

8月1日から1カ月間、市役所、各公民館、図書館、市ホームページなどでアンケートを行った結果、機能面の充実や利便性の向上、環境負荷

アンケートでいただいた意見

- ・楽屋が古くて汚い。使いやすくしてほしい
- ・汚れていて薄暗い。天井、床、内装をきれいにしてほしい
- ・防犯カメラを付けるなど、警備の面をしっかりしてほしい
- ・音響の良いホールにしてほしい
- ・どこにいてもトイレの臭気が漂ってきて不快
- ・清潔感がない
- ・チケット購入や予約の際に、事務所は1階が便利。総合案内だけでも良いので、1階に配置をしてほしい
- ・外観的な面だけでなく、地震などへの対応をきちんとしてほしい
- ・車いす用のトイレを設置してほしい
- ・内装は、高齢化を見据え、椅子などを見直してほしい
- ・駐車場が詰め込み状態になり、出るのに困る事がある
- ・大きなケヤキの木は残して欲しい
- ・階段が多すぎる

他



いただいた
ご意見を
反映
しました

ご意見を反映した内容

- ・楽屋、楽屋前廊下、更衣室、楽屋便所、浴室、主催者事務所などの床、壁、天井を全て改修
- ・楽屋、楽屋便所の衛生器具の改修
- ・楽屋、楽屋廊下の空調設備改修
- ・シャワー室の改修
- ・舞台、ロビーなどに防犯カメラを設置
- ・環境への負荷を少なくするため、可能な場所は全てLED照明とする
- ・誘導灯もLEDに交換
- ・Wi-Fiの設置
- ・非常用発電機、消防設備、高架水槽の更新
- ・ボイラーの改修
- ・メイン駐車場の改修
- ・大ホールに親子席を設置
- ・大ホールのピンスポットライトを増設
- ・管理事務所を1階に移転することに伴う、内装、空調、監視カメラ、火災報知器などの改修

他

市民会館大ホールの座席

新しい座席の見本案を展示し 皆さんのご意見を伺います

市民会館大ホールの座席について、新しい座席の布地の色や素材が異なる2つの案を市役所本庁舎に展示し、市民の皆さんのご意見をお聴きします。

実際に座っていただき、座り心地を確かめていただくこともできます。

たくさんの皆さんからのご意見をお待ちしています。

実施期間 3月1日(金)～25日(月)午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く) ※火曜日は延長窓口を実施しているため午後7時まで

展示場所 市役所本庁舎1階市民ロビー



改修工事により使いやすく 快適な施設になります

現在実施している改修工事により、市民会館は安全で快適な施設に生まれ変わります。トイレの洋式化、照明のLED化、Wi-Fiの設置など時代のニーズにあった、使いやすい、質の高いサービスを提供できる施設となります。改修後は、市民の皆さんの

の少ない施設への改修など、さまざまなご意見が寄せられました。

これらの中で、改修期間中に工事が可能で、必要性のあるものについて、実施予定の改修工事と併せて行うこととしました。

発表の場としてご活用いただくほか、音響設備などの充実によりコンサートや音楽会、その他大きなイベント・会議などの誘致が可能となります。改修後の催しとして、現在、国際的に活躍する奏者を招いた太鼓パフォーマンズや本市出身のなまじ家による落語などの記念イベントを企画しています。また、森高千里コンサート、成人式、群馬交響楽団ニューイヤークンサート、NHK「新・BS日本のうた」公開収録などの実施も予定されています。

休館中は皆さんにご迷惑をおかけしますが、改修後はさまざまなイベントが行われますので、ぜひご期待ください。

イベントなどを積極的に誘致するため 渋川市MICE(マيس)委員会を設立しました

豊かな自然や観光資源、交通利便性をアピールしてさまざまな集客イベントを誘致しようと、市では「渋川市MICE(マيس)委員会」を設置しました。

MICE(マيس)とは、企業などの会議(Meeting)、企業などの行う報奨・研修旅行(Incentive Travel)、国際機関・団体、学会などが行う国際会議(Convention)、展示会・見本市、イベント(Exhibition/Event)の頭文字のことで、多くの集客交流が見込めるビジネスイベントの総称です。

委員会は、観光やまちづくり、交通関係者13人で構成され、昨年12月20日の初会合ではイベント誘致について活発な意見と情報が交わされました。

現在リニューアル工事を行っている市民会館をはじめ、昨年にリニューアルした総合公園陸上競技場や駅前プラザ、民間の観光施設、観光の核であり多くの人の宿泊が可能な伊香保温泉など、さまざまな魅力と交通の利便性を複合的に組み合わせ、市への誘客を積極的に行っていきます。

詳しくは、本新政策課(☎7014)へ。





群馬ディステーションキャンペーンプレキャンペーン

観光でまちを元気に盛り上げるため 「ぐんまウェルカムサポーターズ」に登録しましょう

ディステーションキャンペーンとは

JRグループ6社と地方公共団体・市民・企業などが一体となって取り組む、大型の観光キャンペーンで、毎年全国各地で開催されています。

ディステーションとは、「目的地・行き先」を意味する言葉で、ディステーションキャンペーンは「DC(ディスターシー)」と略して呼ばれています。

2020年4月から6月にかけて、春DCが群馬県で開催されることが決定しました。2020年は、「東京オリンピック・パラリンピック」が開催されます。「東京駅から1時間でアクセスできる観光地」として、広く国内外に群馬県や渋川市をPRする大きなチャンスです。

ブレDCイベントとして

「ぐんまウェルカムサポーターズ」を募集

来年のDCを盛り上げるため、DCと同じ時期の今年4月から6月にかけてプレキャンペーンを行います。これを「ブレDC」と呼んでいます。

ブレDCの取り組みとして、訪れた人をおもてなしの心で歓迎し、群馬県の魅力を積極的に発信する「ぐんまウェルカムサポーターズ」の登録者を募集します。

「ぐんまウェルカムサポーターズ」への登録方法

5つのアクションのうち、1つ以上の実行を約束し、登録していただいた人に、ぐんまちゃんがデザインされた缶バッジまたはピンバッジのどちらか(写真)をお渡しします。皆さん、バッジを付けて、積極的に群馬県、渋川市を宣伝しましょう！

〈登録できる人・費用〉

5つのアクションのうち1つ以上の実行が約束でき、群馬県のPRに協力してくれる人であれば、どなたでも登録できます。

企業や団体単位で登録することもできます。登録費用は、無料です。

〈登録するには〉

ググっとぐんま公式サイト内の特設ページ
(<https://welcome-gunma.jp>)から申し込んでください

ウェルカムぐんま

検索

※窓口でも、申し込むことができます。市観光課へお越しください

問い合わせ先

★市観光課(☎22873)

★ググっとぐんま観光宣伝推進協議会DC推進局(県観光物産課内)

☎027(226)3373

5つのアクションお・も・て・な・し

地域おこし協力隊 福田崇人さんに
教えてもらいましょう!!

お

大きな声で
「ようこそぐんまへ！」



も

もてなす
気持ちを大切に



て

手を振って
笑顔でご挨拶



な

なんでも聞いてね
ぐんまのこと！



し

知ってもらおう
ぐんまの魅力！



登録すると缶バッジかピンバッジがもらえます

缶
バ
ッ
ジ



ピ
ン
バ
ッ
ジ

吾妻線の将来のため鉄道を利用しよう

市をはじめとする吾妻線沿線の関係市町村が協力し、県が鉄道路線緊急対策「JR吾妻線利用促進アクションプログラム」を策定しました。

これは、鉄道利用者の減少により、吾妻線の存続が危ぶまれることから、路線維持のため、一人ひとりができることを一緒に考えていこうというものです。このままでは吾妻線がどうなってしまうのか、私たちはどうするべきなのか、もう一度考えてみましょう。

詳しくは、交通政策課(☎2264)へ。

アクションプログラムとは

JR吾妻線利用促進アクションプログラムは、平成30年3月に策定された「群馬県交通まちづくり戦略」に基づき、吾妻線をもっと利用してもらうための取り組みです。

県と渋川市、吾妻郡の沿線6市町村が一体となり、



皆さんに「アクション(行動)」をお願いするものです。

吾妻線は皆さんにとってどんな存在ですか

県が行ったバーソントリッパ調査(人の動きを把握するための調査)によると、渋川市、吾妻郡に住む7割の人は、一年間に一度も鉄道を利用していないことが分かりました。

しかし、通学時の交通手段としては6割以上の人が吾妻線を利用しているといった結果が出ています。

また、吾妻線は、ほかの路線よりも、定期的な通院の利用が多く、特に65歳以上では、約半数が月1回以上利用しています。

このように、学生や高齢者などで車での移動が困難な人にとっては、吾妻線は生活をする上で大切な移動手段となっているのです。

吾妻線存続のために鉄道を利用しましょう

吾妻線の日あたりの乗車人数は、平成29年度約3千人で、10年前に比べ約2割減少しています。また、20年後にはさらに約3割減少すると推計されており、このままでは吾妻線の存続が維持できないことも考えられます。廃線となった場合、通学、観光客の移動などに、大きな影響が生じます。

アクションプログラムでは、一年間一度も鉄道を利用しない人の割合を、現状の66%から5年後に56%にする目標を立てています。

一人ひとりが、「駐車場の心配をしなくていいから鉄道で買い物に出掛けてみよう」など、小さな「アクション」を起こして、目標達成に向けて一緒に行動していきましょう。

災害時の物資などの輸送について 県トラック協会と協定を結びました

市と県トラック協会渋川支部(今成克之支部長)は、2月14日に、「災害時における物資等の輸送に関する協定」を締結しました。

この協定により、地震や風水害などの災害発生時などに、支援物資の受け取りや配布への協力をいただけることになりました。

市では、今後も市民の皆さんの安全・安心を守るため、災害発生時に必要な応急復旧活動や人的・物的支援を確保するための応援協定の



締結を進めていきます。詳しくは、本防災安全課(☎22130)へ。

県広報コンクール写真部門で 市広報紙が一席に入賞しました

平成31年群馬県広報コンクールの「写真部門」において、「広報しづかわ」8月1日号の表紙写真が一席となりました。

市では今後も、市民の皆さんに、親しまれる広報紙づくりを進めていきますので、ご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

なお、今回受賞した写真



は、平成31年全国広報コンクールへ推薦されました。詳しくは、本新政策課(☎22182)へ。

週間シティプロモーションご当地サタデー ケーブルテレビで 全国に渋川市をPRします

番組MCの
八木亜希子さん



ご当地サタデーは、ケーブルテレビJ:COMの番組で、市長が出演し生放送でスタジオから地域の情報を広く発信する番組です。放送日当日は、東京スカイツリー内のスタジオで、市長が司会の八木亜希子さんとともに、渋川市の魅力や観光情報などを生放送で全国にPRします。

なお、ケーブルテレビの契約をしていない世帯でも、「ど・ろーかる」のアプリ(下記のQRコードを読み取ってください)で見ることができますので、ぜひご覧ください。

放送日 3月16日(土)午後2時～2時30分
視聴方法 スマホアプリ「ど・ろーかる」内の「TV」ボタンから「ご当地サタデー」タブを選んでください

放送内容の配信期間

▷3月16日(土)=生

放送を同時配信

▷3月18日(月)～4

月18日(木)=アーカイブ配信

詳しくは、**本**新政策課(☎2182)へ。



「ど・ろーかる」アプリ

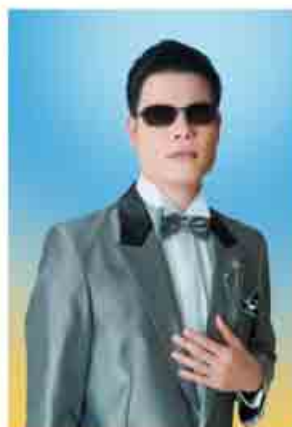
市では、各種計画の策定にあたり市民意見公募を行いました。
市民意見公募の実施結果は、下表のとおりです。
また、市民意見公募の結果については、次のとおり閲覧を行います。
閲覧期間 3月1日(金)～4月1日(月)
閲覧場所 △市役所本庁舎市民ホール △第二庁舎2階入口(④の計画を除く)
▽各計画の策定を行っている所管課 △各行政センター※市ホームページにも掲載しています

今回いただいたご意見を参考に、内容の検討を行い、より良い計画策定を進めていきます。

なお、詳細については、各計画の策定を行っている所管課へお問い合わせください。

意見公募の件名	意見の有無	各計画の所管課(問合せ先)
① 第2次 渋川市環境基本計画(案)	有 (1人・3件)	本 環境課 (☎2114)
② 第2次 渋川市男女共同参画計画(案)		本 市民協働推進課 (☎2463)
③ 渋川市地域福祉計画中間見直し(案)		本 社会福祉課 (☎2250)
④ 第2次渋川市中心市街地活性化プラン(案)	無	本 商工振興課 (☎2596)
⑤ 史跡瀧沢石器時代遺跡整備基本計画(案)		本 文化財保護課 (☎2102)

各種計画の市民意見公募の実施結果をお知らせします



しぶかわ観光大使を紹介⑧

しみず ひろまさ
清水博正さん

Tourism
ambassador

〈プロフィール〉

渋川市出身の演歌歌手。2007年に16歳でNHK「のど自慢」グランドチャンピオンを受賞。同年にデビュー。魂ゆさぶる天性の歌声と前向きな姿勢が多くの人を勇気づけ、新聞・ニュース番組でも取り上げられている。生まれながらの音感と耳の良さで演歌のレパートリーは300曲を超え、力強い作品を歌い続けている。

●渋川市の思い出

僕は、渋川市(旧子持村)に生まれ、渋川市で幼少期を過ごしてきました。豊かな自然、緑に囲まれた環境が、清水博正という一人の人間を作ってくれたような気がします。そんな中でも、市には伊香保温泉や小野上温泉など、良い温泉がたくさんあり、そこで歌ったことが一番の思い出です。

●最近のPR活動

全国のステージで、『観光大使』の話をしています。香川県では一人の女性が「私、伊香保温泉に行きたくなった、今度行ってみるね」と声を掛けてくれました。僕のオリジナル曲『伊香保の女よ』でも、伊香保・渋川をPRできているのではと思っています。

●渋川市民の皆さんへ

今年でデビュー12年目を迎えます。これまでに、渋川市民会館では何度もコンサートをさせていただき、そのたびに市民の皆さんにお世話になりました。渋川市で生まれなかったら、温泉に出会わなかったら、僕の歌人生はなかったかもしれないと思うと、市には感謝してもしきれません。これからも観光大使として『やすらぎとふれあいに満ちた“ほっと”なまち』を宣伝したいと思います。



1月19日、市武道館で行われた
競技大会であいさつ

「つる舞う形のく群馬県」
お正月に、「上毛かるた競
技大会」がありました。
市内の小・中学生が、個人戦、
団体戦で白熱した戦いを繰り
広げました。
私も小学生の時に、出場し
たことがあります。「㊦」力あ
わせる「二百萬」の読み札は、「力
あわせる百六十萬」でした。
渋川の絵札は、二枚ありま
した。一つは「㊩伊香保温泉
日本の名湯」、もう一つは「㊨
理想の電化に電源群馬」。
ところが、昭和43年に、絵
札が描き変えられ、㊨の絵札

こんにちは!!

市長です

Vol.16

「上毛かるた」



昭和22年～42年に
発行した絵札
許諾第30-02082号



昭和43年以降
発行されている絵札
許諾第30-02082号

は佐久発電所から当時建設中
の下久保ダム（現在建設中の
八ッ場ダムかと思いましたが）
に変わりました。子どもの頃、
目に焼き付いていたサージタ
ンクの絵がなくなってしまう
たのは、残念です。
佐久発電所は、昭和3年に
浅野総一郎によって完成した、
当時東洋一の発電所です。最
大出力7万7千キロワット、年間
約14万世帯分の発電能力があ
ります。完成の前年に亡くな
った、妻「サク」さんの名前を
付けたと言われています。
総一郎の没後、その子ども
たちは発電所の電力をもとに、
次々と工場を建て、工業都市
渋川の礎を築きました。
絵札は変わりましたが、電
源群馬発祥の地渋川の目印で
ある佐久発電所のサージタン
クは、市民の誇りです。総一
郎の大きな夢を形に、「産業
都市渋川」をつくっていき
たいと思います。

渋川市美術館・桑原巨守彫刻美術館(回)3215

美術の小窓



《Fur Coat》

桑原巨守作
1980年制作
素材：ブロンズ

羽織りものを着て、
少しうつむき加減で
立っています。
出番を待つ踊り子…
表現者としての緊張
感を映した作品です。

●イベントカレンダー

会場	展示内容	期日	観覧料
常設展示室	常設展・後期	5/12(日)まで	200円
市民 ギャラリー	姉妹都市児童作品展 2019	3/4(月)まで ※観覧日は午後3時まで	無料
企画 展示室	小林裕児展 「森と家族の物語」	3/9(土)～5/12(日)	300円

■開館時間 午前10時～午後6時(入館は午後5時30分まで)
※観覧料は、65歳以上・中学生以下は無料

●3月の休館日 5日(火)、12日(火)、19日(火)、26日(火)

信濃の影響下に独自の文化を守って
きた群馬の弥生社会も、3世紀に入ると、
と、東海や畿内など他地域の土器や人
が流入してきて激動の時代を迎え、古
墳時代に突入します。畿内を中心とする
ヤマト王権が成立し、有力者を高い
墳丘をもつ古墳に葬るようになり、県
南部の平野部でも大型の前方後円墳が
造られるようになります。

しかし、渋川市では前方後円墳は造
られず、弥生時代以来の低い墳丘の
方形周溝墓が主体でした。

唯一、有馬や八木原の水田地帯を見
下ろす丘陵の上、行幸田山遺跡で4世
紀後半代の古墳2基が築かれます。1
基は一辺20mの方形の古墳で銅鐙や鉄
剣などが出土、もう1基は古墳の形や
規模は不明ですが、小型の国産鏡が副
葬されていました。この地を統率する
政治勢力が出現してきた証しです。



行幸田山A区1号墳の銅鐙とD区1号墳の鏡

古を訪ねて 前期の古墳(3世紀後半～4世紀代)

渋川西小学校「昔の暮らし体験学習」 大変だった昔の人たちの暮らしを体験

2月7日、渋川西小学校3年生31人が、北橋歴史資料館で、「昔の暮らし体験学習」を行いました。

炭火アイロン、石臼、かまどなど、今では見掛けることのない昔の道具を実際に使い、当時の生活を体験。意外と重い道具や時間のかかる大変さに驚きながらも、昔の暮らしを楽しみました。



北橋公民館「飾り巻き寿司教室」 彩り豊かな飾り寿司が完成



2月6日、北橋公民館で「飾り巻き寿司教室」が行われました。この日は、春のおもてなしにぴったりなきれいなサクラと、今年の干支のイノシシの飾り巻き寿司づくりに挑戦。

具材を巻いた海苔巻きに包丁を入れると、きれいな模様が現れ、皆さんからは笑顔があふれました。

渋川幼稚園、第四保育所園児の凧揚げ 冬空に高々と上がる凧に大喜び



1月24日、有馬グラウンドで渋川幼稚園と第四保育所が合同で凧揚げを行いました。

冷たい北風にも負けず、自分たちで作った色とりどりの凧を手にも、元気よくグラウンドを駆け回る子どもたち。凧に乗って高く揚がった凧が、冬晴れの空を鮮やかに彩りました。



NPO法人・市民活動団体パネル展 団体ごとに趣向を凝らしたパネル展示を見学

2月1日からの1か月間、市内で活動するNPO法人や市民団体の活動を紹介するパネル展が、市役所第二庁舎で開催されました。

訪れた人たちは、団体ごとに工夫を凝らしきれいに装飾されたパネルなどを興味深そうに見学し、各団体で行っているさまざまな活動に感心していました。

市国際交流協会「新年パーティー」

餅つきやかると取りなど日本の正月に触れる

1月26日、市国際交流協会の「新年パーティー」が渋川公民館で行われました。これは日本の正月行事を体験してもらいながら、市内外に在住する外国人との親睦を深めることを目的に実施しているもので、この日はさまざまな国の人たち約90人が参加し、餅つきやかると取りなどに挑戦し、楽しいひとときを過ごしました。



ファカタネ市の奨学生が表敬訪問 渋川の印象などを日本語で交流



本市と友好都市協定を結んでいる、ニュージーランド・ファカタネ市の奨学生エイダン・ドナルドさんが市長を表敬訪問しました。自国と真逆の真冬の寒さに驚きながらも、昨日入った温泉が気に入ったようで「とても気持ちよかった」と日本語で答え、渋川の印象などを市長と語りました。

新年の恒例行事「初市」 小正月飾りや縁起物などを販売



1月12日、恒例の「初市」が、渋川郵便局前の中心市街地で行われました。

たるまや招き猫、小正月飾りなどが販売され、今年一年の無病息災を祈る人たちが縁起物を買求めています。値切り交渉の威勢の良い声もきかれ、冷たい風の吹く中、夜遅くまでにぎわいました。



三原田小学校「校内縄跳び大会」

クラスで団結し練習の成果を発揮

1月31日、大勢の保護者が見守る中「校内縄跳び大会」が三原田小学校で開催されました。

長縄跳びでは、各クラスが団結して「5分間に何人跳べたか」の記録に挑戦。日頃の練習の成果とチームワークを発揮し、どの児童も寒さを感じさせない程真剣な表情で、精一杯頑張っていました。

混ぜればごみ 分ければ資源

一人ひとりがごみを減らす 意識を持ちましょう



3月、4月は引っ越しや新生活への準備などの片付けで、ごみが多く排出されます。

市のごみの排出量は県や国の平均よりも多く、ごみの処理には多くの費用がかかっています。

ごみを減らすためには、一人ひとりが少しずつでも生活を見直し、ごみ減量に向けた意識を持つことが大切です。

詳しくは、**環境課(☎2114)**

県全国平均よりも多い 市のごみの排出量

市内の家庭や事業所から排出されたごみの総量は、3万4431tで、市民1人1日当たりに換算すると約1175gになります。(別表1)
これは、県の平均(1005g)より約15%も多く、県内35市町村の中では5番目に多い数字となっています。

また、全国の平均(925g)と比較しても約21%と更に多く、これは、全国的にも非常に多くのごみを出している市であるということになります。このことから、一人ひとりがごみの減量に向けて取り組んでいく必要があることが分かります。

ごみ減量のための 市の取り組み

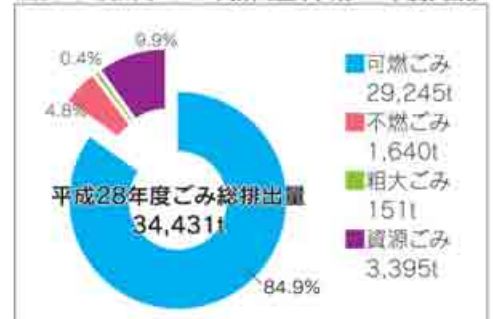
市では、ごみの減量を進めるため、さまざまな取り組みを行っています。

ごみは、分別することで再資源化(リサイクル)し、新たなものとして利用できるものが多くあります。

資源ごみの集団回収を行う 団体に報奨金を支給

新聞紙、段ボール、金属類など再資源化できるごみを回

(別表1) 渋川市のごみ排出量(平成28年度実績)



収する団体に対し、回収量に応じ報奨金を支給しています。昨年度は、自治会や育成会など145団体が資源ごみの集団回収を行いました。

資源ごみ回収団体の 新規登録を受け付け



資源ごみを回収し報奨金を受け取るには、あらかじめ市に登録する必要があります。

市では、平成31年度の新規登録団体を募集しています。詳しくは、環境課へ問い合わせてください。

気付いてつなげる、資源の循環

バイオマスの活用に 取り組みましょう



バイオマスとは

「バイオマス」とは、生物資源(bio)の量(mass)を表す概念で、「動植物から生まれた、再利用可能な有機性の資源」のことです。

主に、木材、海草、生ごみ、紙、家畜排せつ物や下水汚泥などを指します。

石油や石炭など一度利用すると再生が困難な「化石資源」と違い、バイオマスは太陽エネルギーを使って水と二酸化炭素から生物が生成するエネルギーのため、資源が枯渇するなどの心配もなく、持続的に再生可能な資源であることが大きな特徴です。

身近にある再生可能な 資源を活用しよう

私たちの日常生活の中

(別表2) 拠点回収を行っている回収品目・場所

回収品目	回収場所
小型家電製品	本庁舎、第二庁舎、各行政センター、中央・金島・西部・豊秋・古巻公民館
蛍光灯	本庁舎、第二庁舎、各行政センター、中央・金島・西部・豊秋・古巻・伊香保・小野上・子持・赤城・北橋公民館
廃食用油	本庁舎、第二庁舎、各行政センター、中央・金島・西部・豊秋・古巻・伊香保・小野上・子持・赤城・北橋公民館、ENEOS淡川矢の店利根白石(株)、ENEOS有馬SS大豊商事(有)

小型家電製品廃食用油廃蛍光灯を回収

再資源化を目的に、小型家電製品、食用油、蛍光灯の拠点回収を行っています。回収場所は、別表2のとおりです。なお、回収対象となるのは家庭ごみのみです。事業所などで使用していたものは回収しませんので、適正な処分をお願いします。

〈小型家電製品〉

家電製品のうち、家電4品目(テレビ、冷蔵庫、エアコン、洗濯機・乾燥機)を除く家電製品の回収を行っています。プラスチックや金属類、レアメ

タルなど、種類ごとにリサイクルされます。昨年度は26%が回収されました。

回収することが出来る小型家電の例 パソコン、プリンター、ファンヒーター、扇風機、掃除機、ミシン、炊飯器、電子レンジ、電子ピアノなど

〈廃食用油〉

使用済みの食用油は、ベクトボトルに入れ回収拠点のコンテナボックスに入れてください。バイオディーゼル燃料の原材料や発電施設の燃料としてリサイクルされます。

〈廃蛍光灯〉

使用済みの蛍光灯は、割れないように新聞紙などに包み、回収ボックスに入れてください。ガラスや金属類の原材料としてリサイクルされます。

食品ロスを減らして身近なところからごみ減量!!

「食品ロス」とは、食べられるのに捨てられてしまう食品をいいます。食品ロスを削減することで、食品廃棄物の発生を減らしていくことができます。家庭から出る生ごみを減らすためには、この食品ロスを少なくすることがとても大事です。



ポイント1

賞味期限を正しく知ろう

賞味期限は「おいしく食べることができる目安」で、過ぎても食べることができるわけではありません。すぐに捨てずに、自分で食べられるか判断することも大切です。



ポイント2

必要な食材は必要なときに必要なだけ

国の食品ロスの統計調査では、約20%が冷蔵庫に入れたまま消費期限切れになったものです。必要な食品を必要なときに必要な量だけ買うようにしましょう。



ポイント3

「3キリ」運動を实践しましょう

3キリとは「使いきり」「食べきり」「水切り」のことです。食材を無駄にしないで使い切る。料理を残さず食べきる。生ごみを捨てる時は水を切る。それぞれ少しずつ気を付けてみましょう。

(別表3) 生ごみ処理機などの購入補助金

補助対象製品	補助額	上限額	補助対象(1世帯)
生ごみ堆肥化処理容器(コンポスト)	購入価格の1/2	3,000円	2基まで
微生物による処理容器(EM菌処理容器)		2,000円	・2基まで ・微生物菌は2袋まで
電動式生ごみ処理機(堆肥化を目的とするものに限る)		3万円	1基
枝葉破砕機		1万円	1台

生ごみ処理機などの購入に補助金を交付

家庭から出る生ごみや自宅の庭木の剪定枝などを減らす

ため、処理機などを購入した人に、補助金を交付しています。補助対象、補助額などは、別表3のとおりです。

3月中に来年度の「ごみカレンダー」を配布します

来年度の「ごみカレンダー」を、3月中に各家庭に配布します。可燃・不燃ごみの回収曜日や、粗大ごみの回収日だけでなく、ごみの分別方法や回収できないものなども記載してありますので、ぜひ一読ください。



排出される生ごみや廃食用油、紙類なども、再生可能資源です。しかし、その多くはまだまだ活用されていないのが現状です。「生ごみを堆肥化する」「廃食用油を拠点場所まで回収する」「資源ごみの回収を行う」といった身近な取り組みにより、再生可能な資源をごみにしないようにしましょう。

未活用の廃棄物をバイオマスとして利用することは、地域の活性化や地球温暖化の防止、廃棄物の減少につながり、持続可能な循環型社会の形成に大きく貢献します。

環境に優しい社会の実現へ向け、私たち一人ひとりが自主的、積極的にバイオマスへの理解を深め、活用に取り組んでいきましょう。

情報BOX

■本庁・各行政センターの電話番号

- ☐ 本庁舎・第二庁舎 022-2111
- ☐ 伊香保行政センター 0272-3155
- ☐ 小野上行政センター 0259-2111
- ☐ 子持行政センター 024-1211
- ※市外局番は 0279です
- ☐ 赤城行政センター 0256-2211
- ☐ 北構行政センター 0252-2111



**3月の防災行政無線
定期放送訓練**
15日(金)午後1時頃
27日(水)午後2時頃
問合せ先 防災安全課
(0222)2130



催し物

「渋川まちなかイルミネーション フォトコンテスト」作品展

■商工振興課

とき・ところ ▽3月1日(金)～
15日(金)午前8時30分～午後5
時15分Ⅱ市役所第二庁舎2階
あじさいサロン ▽3月18日
(月)～25日(月)午前10時～午後4
時Ⅱエッグホール(渋川駅前通
り商店街内) ※1日は午前10
時から、15日・25日は午後3時
まで、市役所閉庁時を除く
内容 コンテストに応募され
た作品全60点の展示

問合せ先 商工振興課(0222)2
596 または、渋川まちなか
イルミネーション実行委員会
(渋川駅前通り商店街振興組
合・0238)8066

渋川まちなか駅前ライブ

■商工振興課

とき 3月17日(日)午後2時～
4時

ところ 渋川駅前広場

内容 音楽ライブ(風車プラザ
ーズ、trap&カラオケキッ
ズ、あじさいウクレレサーク
ル)、ココアの無料配布

参加料 無料

角田柳作顕彰展

～アメリカにおける日本学の父～

とき ①3月11日(月)～
22日(金) ②3月25日(月)
～29日(金) ※①②ともに
午前8時30分～午後5時
15分(①の初日は正午か
ら)、市役所閉庁日を除く
ところ ①市役所本庁舎
1階市民ホール ②市役
所第二庁舎2階あじさい
サロン



角田柳作先生

内容 渋川市出身で、アメリカのコロンビア大
学で40年にわたって日本学を教え、今日のアメ
リカにおける日本研究のもとを開いた角田柳作
先生の遺品や写真などを展示

その他 3月11日(月)正午から、市民ホールで
開催セレモニーを行います

問合せ先 生涯学習課(0222)2500



お知らせ

新しい「ぐーちよきパスポート」を 配布します

■子ども課

対象 ▽18歳以下の子どもが
いる家庭 ▽妊娠中の人がい
る家庭

内容 平成31年3月31日(日)で
有効期限を迎える「ぐーちよ
きパスポート」に代わり、新し
いカードを配布

問合せ先 中心市街地まちづ
くり市民サポーター事務局(商
工振興課内・0222)2596

配布方法

▽保育所(園)、幼
稚園、小・中・高校に通う人Ⅱ
学校などで配布 ▽妊娠中の
人は、母子手帳を持参し、健
康管理課で配布 ▽前記以外
の人Ⅱ子どもの年齢が分かる
もの(健康保険証など)を持参
し、子ども課または各行政
センターで配布

有効期限 平成36年3月31日

その他 最新の協賛店舗は「ぐ
ーちよきパスポート」ホーム
ページ(<http://smilelife.pref.gunma.jp/pc/passport/>)に掲
載しています

問合せ先 子ども課(0222)24
15

【広告】

【広告】

広告募集中

市民課窓口の混雑にご理解ください

■市民課

市民課の窓口は、3月末から4月初めにかけて大変混雑します。特に、月曜日や休日明けの開庁日は混雑が予想されますので、待ち時間が長くなりますが、ご理解をお願いします。

なお、各種手続きは、各行政センターでも行うことができます。また、住民票や印鑑登録証明書などの証明発行は、渋川駅前証明サービスコーナーでも行っていますので、ぜひご利用ください。

平成31年度固定資産課税台帳の縦覧・閲覧の実施

とき ①縦覧＝4月1日(月)～5月7日(火)
②閲覧＝4月1日(月)から ※午前8時30分から午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)
ところ 税務課、各行政センター
手数料 ①無料 ②300円(①の期間中は無料)
持ち物 本人を確認するための証明書(運転免許証など)

その他 ①縦覧とは＝平成31年度固定資産税に係る土地・家屋について、自己の資産の価格が適正かどうか、市内のほかの物件と比較することができる制度 ②閲覧とは＝自己の資産の価格、課税標準額などを確認できる制度
※各制度を利用できる人は、別表2のとおり
問合せ先 本税務課(☎22189)へ

(別表2)

縦覧・閲覧する人	①縦覧	②閲覧
納税義務者、納税義務者と同居の親族	○	○
納税者ではない納税義務者(免税点未満の納税義務者など)	×	○
納税管理人・相続人	△(※1)	△(※1)
借地人・借家人、固定資産税の処分をする権利がある総務省令で定めの人	×	△(※2)
納税義務者などから委任を受けた人	△(※3)	△(※3)

※1 相続人代表者以外の人には、相続関係を証明する書類が必要です
※2 権利関係を証明する書類が必要です
※3 委任状が必要です

軽自動車などの廃車・名義変更手続きはお早めに

■本税務課

軽自動車税は、4月1日現在に登録されている軽自動車やバイクなどの所有者(場合により使用者)に課税されます。

使用していなくても、廃車や名義変更の手続きをしないと、課税されてしまいます。廃車や名義変更の手続きをしていない人は、必ず行つ

問合せ先 市民課(☎22459)または、渋川駅前証明サービスコーナー(☎240022)

(別表1)

軽自動車などの種類	問合せ先
125cc以下のバイク(原動機付自転車)および小型特殊自動車	税務課(☎22113)
125ccを越えるバイク(軽二輪および二輪小型自動車)	関東運輸局群馬運輸支局(☎050-5540-2021)
四輪の軽自動車	軽自動車検査協会群馬事務所(☎050-3816-3109)

てください。
手続き期限 3月29日(金)
手続き・問合せ先 別表1のとおり



スポーツ

武道フェスティバル

■本スポーツ課

とき 3月24日(日)午前9時
ところ 市武道館

内容 ▽空手道・剣道・弓道・少林寺拳法・武術太極拳の演武会 ▽武術太極拳・弓道の体験教室

問合せ先 スポーツ課(☎2241)または、武道フェスティバル事務局・石橋さん宅(☎0296)



募集

放課後児童指導員の募集

■本こども課

市内の放課後児童クラブ(学童保育クラブ)において、入所児童に対して生活・学習・遊びの指導などを行う指導員を募集します。

勤務場所 市内放課後児童クラブ

申込み・問合せ先 こども課(☎2415)へ

※子育て支援総合センターの子育てコンシェルジュを経由し、職員を募集しているクラブの情報を提供します

〔広告〕

〔広告〕

広告募集中



市立図書館からのお知らせ

☎0644

子ども映画会

とき 9日(土)午前11時から
内容 「楽しいムーミン一家 ムーミン谷の春」ほか

萌えの子おなはし会

とき ①16日(土)午後2時から
②4月6日(土)午後2時から
内容 ①「おじいちゃんのふしぎなピアノ」ほか
②「かえるのおうじさま」ほか

映画鑑賞会

とき 17日(日)午後2時から
内容 「陽光桜」(2016年/日本)

今|月|の|お|す|す|め|本|



「紙つなげ! 彼らが本の紙を造っている 再生・日本製紙石巻工場」
佐々涼子/著
早川書房/刊

8年前の3月11日、津波に飲み込まれ、壊滅した日本製紙石巻工場。この工場の機械が停止する時は、日本の出版が倒れる時と言われていました。にも関わらず、震災直後から今日まで、私たちが上質な紙製の本を手にとることができた理由を丹念に取材した、心震えるノンフィクションです。

〈今月の休館日〉

4日(月)、11日(月)、18日(月)、
25日(月)、28日(木)、4月1日(月)

北橋歴史資料館友の会講演会

☎文化財保護課

とき 3月16日(土)午前10時～11時30分

ところ 北橋歴史資料館

演題 渋川の石の文化財「石の神さま」

講師 角田尚士さん(日本石仏協会理事)

定員 30人(先着順)

参加料 無料

申込期間 3月6日(水)～14日(木)

申込み・問合せ先 電話で北橋

歴史資料館(☎024094)へ

※受付は午前9時～午後4時

30分(月・火曜日の休館日を除く)

公民館

遺言と相続のはなし

渋川東部公民館

とき 3月25日(月)午後1時30分～3時

ところ 中央公民館

内容 ▽遺言書作成の必要性

▽相続手続きの流れ ▽相続

法改正のポイントなど

講師 県金融広報アドバイザー

定員 20人(定員を超えた場

合は抽選)

参加料 無料

申込期限 3月14日(木)まで

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

いずれも問い合わせは、老

人福祉センター(☎231765)

〈無料巡回バスの運行〉

とき 毎週日曜日

コース 午前9時15分前原団

地発、9時40分スカイテルメ

渋川、10時15分センター着。

帰りは午後2時センター発(逆

コース)

申込み・問合せ先 渋川東部
公民館(☎224321)へ

〈ひだまり健康教室〉

とき 3月14日(木)午後1時30分～2時30分

内容 簡単な運動

講師 市介護予防サポーター

持ち物 タオル、飲み物

〈ふれあい浴場〉

とき 3月24日(日)

入場料 無料(市民のみ)

〈3月の休館日〉

4日(月)、11日(月)、18日(月)、22

日(金)、25日(月)

〈老人福祉センターをご利用

ください〉

センターはどなたでも利用

でき、個室、マッサージ機な

どが無料で使用できます。団

体(5人以上)は送迎を行います

【広告】

【広告】

広告募集中

春のお出掛け情報



提案型市民協働事業

2019春休み子育てフェスティバル

申し込み・問合せ先

しぶかわ広域子育てネットあしたば

(☎090-9375-9388)

※市民協働推進課(☎2463)

子育て中の保護者だけでなく、地域のさまざまな人たちが出会える場をつくることにより、地域での子育て支援の輪を広げるため、春休み期間を利用して下記のイベントを開催します。

ところ 群馬パース大学福祉専門学校(旧渋川総合病院跡)

イベントスケジュール・内容 下表のとおり

と き		内 容	
3月23日(土)	午後1時～4時	▷遊びコーナー お手玉・あやとり・折り紙 など昔の遊びのコーナー	※ドラムサークル 午後1時30分から(先着60人)
24日(日)	午前10時～午後4時	▷世界の子どもの本展 2018 200冊以上展示。直接手に取って読めます	※親子コンサート 午前11時から(先着60組) ※「世界の子どもの本」講演会 午後1時30分から(先着60人)
25日(月)～28日(木)		おはなし広場 絵本の読み聞かせ・紙芝居・パネルシアター	
29日(金)	午前10時～正午	▷チャレンジクイズラリー	午前の部 11時から 午後の部 2時から

※印のイベントは、申し込みが必要です



渋川スカイランドパーク春のイベント

☆リニューアルオープン

とき 3月16日(土)

内容 ▷3Dアドベンチャーツアーズ ▷氷の館アラスカランド

☆開園記念日特別割引

とき 3月26日(火)

内容 ▷当日入園無料 ▷1DAYパスおとな1,500円、こども・シニア1,000円

☆ゴールデンウィーク特別企画

とき ①4月27日(土)～30日(火) ②5月1日(水)～6日(休)

内容 ①観覧車はなまる、列車るんるん号、メリーゴーランド無料開放 ②1DAYパスを購入した先着100組に次回から使える1DAYパス招待券プレゼント(1組につき1枚)

☆パフォーマンスショー

各日2回公演(午前11時15分、午後2時15分)

※観覧無料

■4月のスケジュール

▷28日(日)パフォーマー Yu-ki

▷29日(祝)パフォーマー たっくん

■5月のスケジュール

▷3日(祝)バルーンパフォーマー さくら

▷4日(祝)ジャグリングアーティスト ミヤム

▷5日(祝)大道芸人 Mr.Dai

☆ビンゴゲーム大会

とき パフォーマンスショー開催日午後1時20分から(荒天時中止)

参加料 300円(カード代、参加賞あり)

☆☆☆ 営業のご案内 ☆☆☆

開園時間 午前9時～午後5時

入園料(観覧車1回乗車券付き) おとな500円、こども300円

1DAYパス おとな2,000円、こども・シニア1,500円

問合せ先 渋川スカイランドパーク(☎21589)

渋川駅前プラザをご利用ください

～土・日・曜日も営業しています～

☆証明サービスコーナー (☎240022)

住民票などの証明を発行できます!

【営業日時】午前10時30分～午後7時
(火曜定休)

☆渋川地区名産品センター (☎2423)

渋川地区の名産品を販売!

【営業日時】午前9時～午後7時
(年中無休)

【ところ】JR渋川駅前北側



広告募集中

【広告】

楽しみながら健康寿命を伸ばそう

介護予防活動の 輪が広がっています

高齢化が進む現代社会では、健康で自立した生活ができる期間(健康寿命)を、いかに長く保つかということが課題となっています。

この課題に対応するため、市では、介護予防活動を推進・支援しています。今回は、支援の内容や市内で行われている活動の様子などを紹介します。

詳しくは、☎高齢福祉課(☎2116)へ。



介護予防活動が目指すもの

介護予防とは、「高齢者が介護を必要とする状態にならないようにすること、介護が必要になってからは、その状態を維持し、悪化させないようにすること」です。

具体的には、運動機能、認知機能、栄養、口腔機能等の向上(改善)を図る体操や脳トレなどのレクリエーションを行うことを、介護予防活動といっています。

このような活動は、さまざまな身体機能を高め、病気の発生を抑止・軽減させると同時に、引きこもりがちな高齢者が自宅から出ること、社会との関わりを持つ機会となり、人とのつながりや生きがいの発見など、生活の質を向上させる効果もあります。

市では、心身ともに健康で、自分らしく生き生きと過ごせる長寿社会を目指し、介護予防活動を推進・支援しています。

介護予防を行うグループを応援します

介護予防活動は、継続して行うことで効果が現れやすくなりますが、「継続する」ということは、なかなか難しいものです。

しかし、友達や近所の人などのおしゃべりを楽しむ時間の一部に介護予防活動を取り入れれば、継続することは簡単です。

このことから、市では、初めての人でも安心して介護予防活動に取り組んでいただけるよう、活動の環境づくりを支援しています。

ぜひ、皆さん誘い合って、グループで介護予防活動をしませんか。

支援内容▷活動内容の相談 ▷講師の派遣
▷活動継続の支援など ※専門の研修を修了した介護予防サポーターも活動支援を行います

その他 所定の要件を満たした場合に、補助金が交付される制度もあります。詳しくは、高齢福祉課へお問い合わせください



「大股歩き」で認知症予防！
(下箱田シニア筋力体操クラブ)



スポーツ吹き矢もやっています！
(三原田K Yステーション)

私たち

毎週

介護予防活動やってます！



市内各所で、週1回活動しているグループの皆さんに、介護予防活動の感想などをお聞きしました



認知症予防の学習です
(伊香保健康交流サロン)



病気やけがをしなくなりました
(五輪平ストレッチ教室)



体操で身体の動きが良くなりました！
(軽浜介護予防体操教室の会)

介護予防活動 一緒に始めませんか？



家から出て 体操をしましょう

三原田KYステーション
後藤 三千代さん
(赤城町三原田)

この活動が始まった3年前から参加しています。持病が少しでも良くなればと思い続けてきましたが、疲れにくい体になり、自信ができました。仲間とおしゃべりも楽しみの1つです。皆さんも家から出て、体操やおしゃべりを楽しみましょう。



毎週欠かさず 参加しています

くまちゃんサロン
小野澤 富士雄さん
(石原)

このサロンが始まったときから参加しています。毎週参加していたら体の動きが良くなり、趣味のゴルフにも良い影響が出ているんですよ。

自治会に協力してもらったり、男性が参加すると、活動が長続きすると思います。



「自分の健康は自分で 守る」が合言葉

軽浜介護予防教室の会
茂木 光江さん
(金井)

教室が開催される木曜日をいつも楽しみにしています。近所の人と会場へ歩いて行くのも楽しい時間です。筋力が付いたり、皆さんとお話することで元気になります。

大勢の人に参加してもらい、一緒に楽しみたいと思っています。

～介護予防活動を始めまでの流れ～ 簡単！3つのステップ(一例です)

STEP 1

一緒に活動を行う 仲間を集める

友達、近所の人など、介護予防活動と一緒にやる60歳以上の人を5人以上集めましょう

ポイント

自治会や地域の民生委員、老人クラブの皆さんに相談して、人を集めたグループもあります

STEP 2

活動内容を決める

1回の活動時間は90分程度。
90分のうち、30分以上、下記の①～③の活動を行いましょう
①介護予防に効果がある体操やトレーニング
②認知機能向上トレーニング(脳トレ)
③健康や栄養に関する学習

ポイント

▷活動内容はグループによってさまざまです。仲間と話し合っ
て決めるのも楽しいですよ！
▷体操や学習は、専門の市職員が講師となったり、介護予防サポーターがお手伝いするので安心です

STEP 3

開催日と会場を決める

グループの仲間が集まりやすい日、会場を決めましょう

ポイント

▷曜日を決めて毎週行くと、忘れにくい上、効果もアップします！
▷会場は公民館や地域の集会所、自宅でも大丈夫です

補助金が必要な団体は市に申請してください

さあ介護予防活動を スタート!!

この例に限らず、不安に思うことなどは、高齢福祉課にご相談ください。



体も頭も心もスッキリ！
(伊香保介護予防サポーター体操教室)



いすは補助金で買いました
(くまちゃんサロン)



今年から始めました！体操でますます元気に
(上組お遊者クラブ)

季節の変わり目です 体調管理に 気を付けましょう

春が近づく3月。気候は少しずつ暖かくなってきますが、気温の変化で体調を崩しやすく、花粉症に悩まされる時期です。

また、新年度から新生活を迎える人は、ストレスも抱えやすくなります。

暖かい春を万全の体調で迎えるために、日々の健康管理には気を付けましょう。

詳しくは、市保健センター(☎1321)へ。

花粉症

症状を悪化させないため飛散情報の
チェックや花粉症対策を行いましょう

〈症状を悪化させないため早めの予防・治療を〉

発症や症状の悪化を防ぐためには、日ごろから「睡眠をよくとる」「規則正しい生活習慣を身に付ける」「適度な運動をする」など、正常な免疫機能を保つことが大切と言われています。

また、鼻などの粘膜を正常に保つため、風邪を引かない、タバコや過度の飲酒を控えることも心掛けましょう。

毎年花粉症の症状が出ている人は、予防的に抗ヒスタミン薬などの服用も効果的なので、医師と相談し自分に合った治療を選びましょう。

〈飛散時期は体に侵入する花粉をいかに少なくするかがポイントです〉

飛散シーズンのこの時期は、体に侵入する花粉をいかに少なくするかが重要なポイントです。体内への侵入を少なくすることで、症状の軽減や発症を防ぐ効果があります。

外出するときは、マスク、メガネ、帽子を着用し、綿、ポリエステルなど花粉の付着しにくい衣類を選びましょう。また帰宅時も、衣類についた花粉を払い、うがい、洗顔などで花粉の侵入を少しでも防ぎましょう。



環境省の花粉情報サイトで
飛散情報がチェックできます

花粉の飛散情報は、環境省のホームページで確認することができます。

リアルタイムの状況も、「花粉観測システム(愛称:はなこさん)」で情報提供していますので、ぜひチェックしてみてください



3月は自殺対策強化月間

一人で悩まず
相談をしましょう

国内では2万人超、県内でも約400人が、毎年自殺で命を失っており、大きな社会問題となっています。

自殺の原因は、健康問題、生活や経済問題、家庭問題、職場や学校での人間関係についての悩みなど多岐にわたっています。こうしたさまざまな要因が絡み合った結果、「死にたい」という気持ちに至る、追い込まれた末の死と言われています。

自殺の原因や動機になるような悩みがある、よく眠れないなどの症状が少しでもある人は、ぜひ専門機関へ早めに相談しましょう。

〈周囲で心当たりのある人に気付いたら〉

自殺を予防するために、家族や仲間の変化に敏感になり、心の悩みを抱えている人が周りに発するサインに気付くようにしましょう。「手を差し伸べ、話を聴くこと」は、絶望感を減らすための重要なステップです。

また、本人の置かれている状況や気落ちを理解してくれる家族、友人、上司などキーパーソンとなる人への協力を求めるほか、早めに専門の相談機関や医療機関へ相談するよう促すことも大切です。温かく見守り、家庭や職場での体や心の負担を減らすよう配慮しましょう。



心の悩み相談窓口

■こころの健康相談統一ダイヤル(自殺予防の電話相談)

☎0570-064-556

■群馬いのちの電話

☎027-221-0783

そのほか、メールSNSなどでも相談を受け付けています。

詳しくは、厚生労働省のホームページで確認してください



ちびっこ写真館

写真募集中

★未就学児までのお子さんの写真を募集します。お子さんの氏名(ふりがな)、性別、住所、生年月日、保護者の氏名、電話番号を明記し、写真(メールで応募する場合は5MB以下の写真データ)を添えて、**本**新政策課(〒377-8501・石原80-**本**c-promo@city.shibukawa.gunma.jp)へ。
※このコーナーは市ホームページには掲載しません

4月のシニア筋力くぐぐぐ教室

とき・ところ 下表のとおり

対象 おおむね65歳以上の入

内容 ▷生活動作に必要な筋力や体の動きを身に付ける10の筋力トレーニング(いすを使

って簡単な動作を繰り返すトレーニング)

▷介護予防サポーターの「あたまもこころもスッキリ! 楽しく脳活性化レクリエーション」

参加方法 当日直接会場へ

持ち物 動きやすい服装、飲み物、室内用運動靴

問合せ先 **本**高齢福祉課(**本**22116)



と き		と ころ
5日(金)	午前9時30分 ～ 11時	伊香保公民館
8日(月)		中央公民館
9日(火)		子持公民館
11日(木)		豊秋公民館
16日(火)		古巻公民館
22日(月)		西部公民館
23日(火)		北橋行政センター

ヘルスメイトのおすすめ健康おやつレシピ

『ごぼうサブレ』

作り方 (調理時間20分程度/焼き・冷まし時間は含まず)

- ①オーブンは170℃に温めておく。
- ②洗ったゴボウを皮ごとすりおろす(水にさらさない)。
- ③②とその他の材料を混ぜ、粉っぽさがなくなるまでこねる。
- ④平らな台の上にオーブンシートを敷き、生地をのせて厚さ8mm程度の長方形に伸ばす。
- ⑤16等分になるように④に切れ目を入れる。
- ⑥天板にオーブンシートごと⑤のをのせ、オーブンで15～20分程度焼く。
- ⑦焼き上がった生地を冷まし、切れ目で折る。

※ゴボウをニンジンに、ピュアココアをいりゴマ(白)に変え、④で伸ばす厚さを3mm程度の薄さにすると、にんじんクラッカーになります(写真奥)



〔ごぼうサブレ2枚分の栄養価〕
エネルギー162kcal、食物繊維2.1g、食塩相当量0.3g

材 料
(16枚分)

- ゴボウ…100g
- ホットケーキミックス…200g
- サラダ油…大さじ4
- ピュアココア…大さじ3

みんなの 学び舎

Vol.12

渋川市立津久田小学校



津久田小学校は明治7年に鳩杖小学校として開校しました。145年の歴史を誇ります。近年では、棚下小学校や南雲小学校と統合し、広い学区を持つ学校となりました。長い歴史のなかでは、アメリカで「日本学の父」と呼ばれる角田柳作先生ほか、優れた人材を輩出しています。児童は田植え、こんにやく作り、津久田人形、ヒメギフチョウ保護活動などを通して地域の自然や文化に触れています。

●所在地 渋川市赤城町津久田1905

●児童数 146人(平成31年2月1日現在)

【学校の一押しスポット】

「学校花だん」

津久田小学校のスローガン「花とえがおと元気いっぱい」の津久田小」をめざして整備された学校花だんでは、花作りを通して上級生と下級生の心のふれあいが育まれています。

・渋川のこんなところが好き・

敷島駅が近くにあり、よく電車を使って家族や友達と一緒に遊びにいきます。春になると赤城神社の桜がすごくきれいで、好きな音楽を聴きながら散歩するのが好きです。

また、今年開催された赤城まつりは、すごく楽しかったです。



岡田 紗帆さん
(6年)



前田 颯くん
(6年)

学校の校庭で、友達と一緒に遊ぶのが好きです。広い校庭で、サッカーや野球など、いろいろな遊びをして楽しいです。

4月からは、中学生になります。今からドキドキしていますが、野球部に入部して、頑張りたいと思います。

表紙の写真



1月31日、古巻小学校で豆まき集会が行われました。

全学年が体育館に集まり、ステージ上でユニーク

な寸劇が披露された後、「招きたい福・追いたい鬼」をクラスごとに発表。節分の由来や豆まきなどについての「〇×クイズ」では、全問正解を目指し、ステージ上の答えの発表を真剣な表情で見守っていました。

編集後記

「春」は気温も暖かくなり、生活しやすい季節です。しかし、私は花粉症で、毎年悩まされる季節でもあります。皆さんはいかがですか？

今回の広報では、花粉症を取り上げました。症状を悪化させないための方法や対策もありますので、ぜひご覧ください。私も花粉症対策をしっかりと、取材など頑張りたいと思います。(水)

渋川 今昔

—HISTORY—
No.12

「新町バス停」



明治23年、上毛馬車鉄道が前橋と渋川間に鉄道馬車を開通。同43年に鉄道馬車が電車になり、新町に待合所が建築されました。その後、電車の運営は「東京電灯会社」「東武」へと変わりましたが、昭和49年に解体されるまでの間、待合所兼事務所として使用されていました。跡地は、現在、渋川新町バス停となり、バス路線の結接する交通の要所となっています。

防災無線の自動音声電話番号

☎ 0800-800-7373

ほっとマップメールで
市の情報を配信



「マチイロ」で
広報しづかわを配信

