

広報 しぶかわ

SHIBUKAWA PUBLIC RELATIONS

- 主な内容 —
- 地震や風水害など自然災害への……2
準備を再確認しましょう
 - 介護予防サポーター養成講座を開催…4
 - 令和2年国勢調査を実施します……6
 - 新型コロナに関連した各種商品券……7
のお知らせ
 - クリーンボランティア活動を……7
支援します



親子で楽しむ防災講座
ボトルの水で竜巻をつくろう!

台風・豪雨の発生シーズンが到来!!

地震や風水害など自然災害への

準備を再確認しましょう

97年前に関東大震災が発生した9月1日は、地震や風水害などに対する心構えを育成する「防災の日」です。

台風や豪雨の発生する時季を迎え、自分の命と大切な人を守るために、災害についての認識を深め、災害時の情報収集手段や自然災害への準備を再確認しましょう。

詳しくは、**危機管理室**(☎2130)へ。

災害が発生したら まずは正しい情報を

災害発生時には、正しい情報に基づき、落ち着いて行動することが大切です。

市では、災害が発生した場合や発生する恐れがある場合に、住民の皆さんに避難情報などを防災行政無線でお知らせします。
また、防災行政無線以外に



8月4日、伊香保小学校体育館で避難所開設訓練が行われました。写真上は、検温の様子。写真右は、問診票記入の様子です。



災害時の情報収集方法

市公式フェイスブック



市公式ツイッター



渋川ほっとマップメール



※それぞれの2次元コードから登録してください

地震は突然やってきます

平成30年6月17日午後3時27分頃、前橋市粕川町を震源としたマグニチュード4.6の地震が発生し、本市では、最大震度5弱を観測しました。

いざというときに、慌てず行動するには、日頃から災害への心構えと備えが大切です。

〈市の補助・助成について〉

市では、地震災害などに備え、次の補助や助成を行っています。ぜひ、活用してください。

- ① 道路に面した倒壊の危険性が高い個人が所有する市内のブロック塀などの除去または改修費の一部
- ② 旧耐震基準(昭和56年以前建築のもの)で建てられた2階建て以下の木造住宅の耐震診断費用の一部
- ③ 空き家の解体や空き家住宅活用(リフォーム)費用の一部
- ①③の詳しい内容は、**建築住宅課**(☎2072)へ。
- ※①③は、予算に達し次第締め切りとなります

防災無線が聞こえない人のため 「緊急情報配信サービス」を開始

携帯電話やスマートフォンを使用していない人で、緊急情報の入手が比較的困難な高齢者などを対象に、自宅の電話やファクスに災害時緊急情報を配信するサービスを開始しました。このサービスでは、防災行政無線で放送される内容の中で、特に緊急性の高いものを配信します。

配信される情報
▽避難情報(避難勧告など)
▽国民保護情報(弾道ミサイル情報、大規模テロ情報など)

▽その他災害時の緊急情報
対象 ▽電話サービス⇨高齢者、障害のある人などの要配慮者や防災行政無線が聞き取りにくい人
▽ファクスサービス⇨聴覚に障害のある人や、電話での聞き取りが困難な人
申込方法 申請書(危機管理室または市ホームページにあります)に必要事項を記入し、郵送、ファクスまたは直接**危機管理室**(☎377-8501・石原80-246541)へ

「自らの命は自らが守る」の意識で
適切な避難行動をとりましょう

(別表) 警戒レベル別の避難行動など

警戒レベル	発表・発令元	避難情報など	避難行動など
5	市町村が発令	災害発生情報	既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう
4	市町村が発令	避難勧告、避難指示(緊急)	避難対象地域の全員に避難を促します。速やかに避難先や安全な場所に避難しましょう
3	市町村が発令	避難準備・高齢者等避難開始	高齢者など、避難に時間を要する人とその支援者は避難しましょう。その他の人は避難準備をしましょう
2	気象庁が発表	洪水注意報、大雨注意報など	災害に備え、自らの避難行動を確認しましょう
1	気象庁が発表	早期注意情報	災害への心構えを高めましょう

※警戒レベル3以上は、市町村が発令します

新型コロナウイルス感染症が収束しない中でも、災害時には、危険な場所にいる人は避難することが原則です。5段階の警戒レベル別の避難行動(別表)と「避難行動判定フロー」を確認し、適切な避難行動をとりましょう。

〈避難行動5つのポイント〉

①避難とは「難」を「避」けることです。安全な場所にいる人が避難場所に行く必要はありません。

②避難先は、小中学校・公民館だけではありません。自宅親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。

③食料・飲料・毛布のほかには、マスク・消毒液・体温計をできるだけ持参してください。

④市が指定する避難場所、避難所が変更・増設されている場合があります。災害時には、市ホームページなどで確認してください。

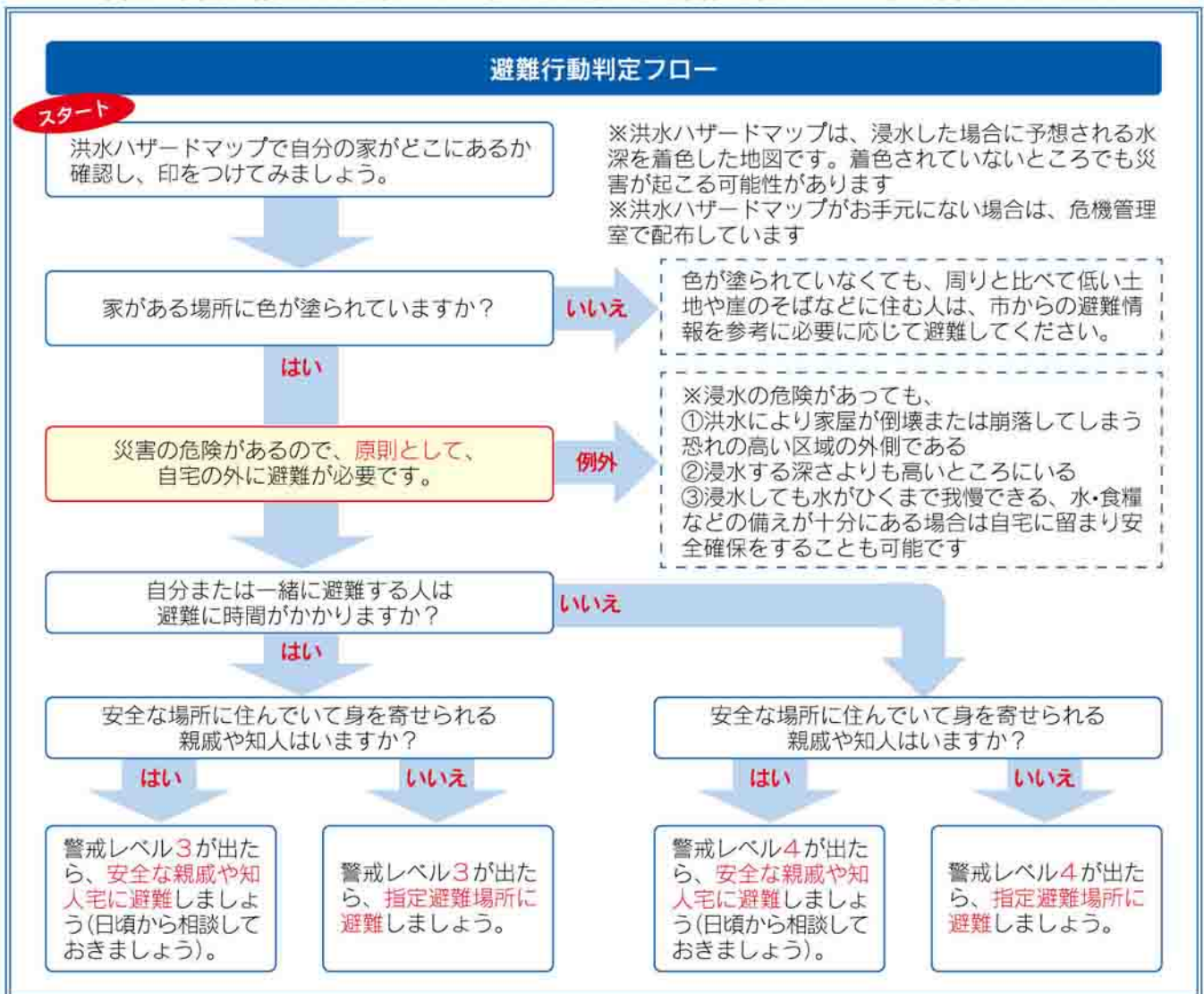
⑤豪雨時の屋外の移動は、車も含め危険です。やむを得ず車中泊をする場合は、浸水しないよう周囲の状況などを十分確認してください。

①洪水ハザードマップは、浸水した場合に予想される水深を着色した地図です。着色されていないところでも災害が起こる可能性があります。※洪水ハザードマップがお手元がない場合は、危機管理室で配布しています

色が塗られていなくても、周り比べて低い土地や崖のそばなどに住む人は、市からの避難情報を参考に必要に応じて避難してください。

※浸水の危険があっても、
①洪水により家屋が倒壊または崩落してしまう恐れの高い区域の外側である
②浸水の深さよりも高いところにいる
③浸水しても水がひくまで我慢できる、水・食糧などの備えが十分にある場合は自宅に留まり安全確保をすることも可能です

台風・豪雨に備えて「洪水ハザードマップ」と「避難行動判定フロー」を確認しましょう



健康寿命を延ばし介護予防を推進する人を募集



①



②



③



④

①教室の様子 ②密を避けて体操
③感染症対策の体温測定 ④地域の祭りで踊ったくぐん音頭

介護予防サポーターとは

介護予防サポーターとは、年を取っても、いつまでも、元気で住み慣れた場所で生活できるように、各地域で介護予防活動を行っているボランティアです。健康寿命を延ばし、介護予防を推進する大きな役割を担っています。

平成19年度から始まった活動も14年目となり、現在216人が登録しています。

地域の人たちに楽しく参加してもらうにはどうしたらよいか、公民館まで来られない人のために何ができるかなど、話し合いながら活動を進めています。

こんな活動をしています

〈市主催事業の運営協力〉

▽シニア筋力ぐんぐん教室Ⅱ高齢者の暮らしを広げるために、歩く、座る、またぐ、高い所の物を取るなどの日常生活動作に必要な筋力を鍛える体操を実施

▽ハピネスクラブⅡ脳活性化のための、笑顔になれるレクリエーション(脳トレなど)を実施

〈高齢者が元気になるための集まりの場の応援・開催〉

地域や自治会からの「もっと運動したい」「脳トレしたい」「地域の仲間と話がしたい」という声を受け、運動教室やレクリエーション教室を、高齢者が歩いて通える場所で開催しています。

〈サポーター研修の開催〉

サポーターのスキルアップを目的に、体操やレクリエーションを学び合っています。

また、介護予防への理解を深め、専門的な知識を得るため、楽しくて勉強になる専門家による講座などの研修も受けています。

〈オリジナル音頭の作成〉

シニア筋力ぐんぐん教室でおなじみの「ぐんぐん体操」を題材にして、作詞・作曲・振り付け全てオリジナルの「ぐんぐん音頭」を作成しました。教室や地域のお祭りで皆さんと踊っています。

民謡バージョンとジャズバージョン、2種類の振り付けを楽しむことができます。

〈サポーター活動の発信〉

各地域で行っている活動を介護予防サポーター自ら撮影・編集し、活動内容を紹介するPR動画を作成しま

「第8回健康寿命をのばそう！アワード」を受賞しました



介護予防サポーターと民生委員が、昨年11月に行われた、厚生労働省主催「第8回健康寿命をのばそう！アワード」で、介護予防・高齢者生活支援分野の厚生労働大臣自治体部門優秀賞を受賞しました。

これは、生活習慣病予防や介護予防、高齢者支援の啓発活動の奨励・普及を図るため、優れた取り組みを行っている企業や団体、自治体を表彰する制度です。

高齢者の身近な相談者である、民生委員と介護予防サポーターが協力して、地域に体操などをする集まりの場を立ち上げた「介護予防サポーターと民生委員が相互に影響しあい広がる地域の介護予防活動」が評価され、受賞につながりました。

教室での体操や、レクリエーションなど、実際のサポーター活動でどのようなことを行っているか、分かる動画になっています。
市の公式YouTubeに昨年度作成した動画を掲載していますので、左の2次元コードからアクセスして、ぜひ、ご覧ください。



こちらからアクセスしてください

他にも、公民館・児童館と連携して、多世代が交流できるイベントを企画・実施するなど、地域の皆さんの声を聞きながら、どんな活動の幅を拡げていっています。新型コロナウイルス感染症の影響で、予定していた活動ができない期間もありましたが、7月から感染症対策を行い、順次活動を再開しています。
しつかりと感染症対策を行い、常連さんも初めての人も、ぜひ、参加してください。一緒に健康寿命を延ばしましょう！教室に参加したい人、介護予防サポーター希望の人、どちらも大歓迎です。

(別表) 介護予防サポーター養成研修日程表

講座名	回数	とき	ところ	内容
講義・実技	1	10月9日(金)	波川ほつとラザ	開会式 介護予防全般・介護予防サポーターの役割 シニア向けの食事のポイント・低栄養の予防
	2	10月16日(金)		シニア向け筋トレのポイントと指導のコツ 感染症予防対策
	3	12月11日(金)		オーラルフレイル予防 認知症の予防・脳活性化 レクリエーション 修了証交付・閉会式
実習		10月20日(火)～12月8日(火)	各会場 シニア筋力ぐんぐん教室	各地区シニア筋力ぐんぐん教室の期間内に1回以上参加 ※第2回目に詳細を説明します

介護予防サポーターを募集します

介護予防サポーター養成研修を開講します。

地域の皆さんに喜んでもらえるやりのある活動です。活躍中のサポーターからは、「この活動にやりがいを感じる」「活動を通じて友達が増えた」「高齢者が元気になる手助けができるのが嬉しい」「自分の介護予防にもなる」など、介護予防サポーターになって良かったという、充実した声がたくさん聞かれます。あなたも介護予防サポーターになって、地域

で活躍しませんか。

講義・実技・実習の、全4回の養成講座を修了すると、「介護予防サポーター養成研修修了証」が交付され、介護予防サポーターとして活動することができます。

とき・ところ・内容 別表のとおり
対象 市内在住で介護予防に関心があり、ボランティアとして活動できる人

定員 20人(先着順)

参加料 無料

申込期間 9月8日(火)～10月6日(火)

申込み・問合せ先 電話で本介護保険課(☎2116)へ

令和2年国勢調査を実施します

インターネットや郵送での回答に協力を

令和2年10月1日を基準日として、令和2年国勢調査を実施します。国勢調査は、日本に住む全ての人・世帯を対象として5年ごとに行われます。9月中旬から10月中旬にかけて、調査員が調査書類の配布などに伺いますので、調査にご協力をお願いします。

詳しくは、[政策創造課\(☎2128\)](#)へ。

調査の目的 国内の人口・世帯の実態を把握し、各種行政施策などの基礎資料を得ることを目的に実施します

調査の対象 10月1日(木)午前0時現在で、日本国内に住んでいる全ての人と世帯が対象です。外国人も対象となります

主な調査事項 ▷世帯員に関する事項=氏名、男女の別、出生の年月、世帯主との続柄、配偶の関係、国籍など ▷世帯に関する事項=世帯の種類、世帯員の数、住居の種類、住宅の建て方

調査の流れ

調査票配布(9月中旬~下旬)

調査員が配布に伺います。新型コロナウイルス感染症の対策として、調査の説明などはインターホン越しに行い、調査書類は郵便受けやドアポストなどに入れて配布します。10月1日までに調査票が届かない場合は、政策創造課に連絡してください。

調査回答(10月7日まで)

回答方法は、インターネット回答・郵送提出・調査員へ提出の3通りあります。

※可能な限りインターネット回答または郵送提出をお願いします
(参考)前回調査における本市のインターネット回答率=34.8%

調査票提出の確認と回収(10月中旬)

10月7日までに調査に回答していない世帯に、「調査票の提出のお願い」を配布しますので、回答をお願いします。

※調査票の提出は、統計法により報告義務が定められています。また、調査に携わる全ての者に対して守秘義務が課せられており、回答内容が統計作成以外の目的に使用されることはありません

調査中の電話窓口

調査書類の不足や提出に関することなどの問合せに対応するため、以下のとおり電話窓口を設けます。

電話番号 [2128](#)

受付期間 9月7日(月)~10月23日(金)午前9時~午後5時

※調査票の記入方法など調査内容に関する質問は、配布される調査書類に記載の「国勢調査コールセンター」を活用してください



国勢調査Q & A

Q:調査基準日に自宅にいない人は、どこで調査対象になりますか?

A:既に3カ月以上自宅を離れている人または基準日を含む前後3カ月以上自宅を不在にする予定の人は、住民票の届出などに関係なく、実際に住んでいる場所で調査します。

旅行などで短期間のみ不在にしている場合は、自宅で調査します。

Q:老人ホームや病院に入院している人は、どこで調査対象になりますか?

A:老人ホームなどの社会福祉施設で暮らしている人や、病院に3カ月以上入院している人は、入所・入院する施設において調査の対象となります。

入院する期間が3カ月内の人は、自宅で調査します。

Q:調査票を調査員に見られずに提出することはできますか?

A:インターネットまたは郵送で回答した場合、調査員が見ることなく直接提出されます。

また、調査員に提出する場合、封筒にのりやテープなどで封をしてあるものは、調査員が開封することはありません。

Q:インターネット回答は、何人まで回答できますか?

A:インターネット回答は、世帯員9人まで回答できます。世帯員が10人以上の場合は、調査票に記入してください。

新型コロナウイルスに関連した各種商品券のお知らせ

しばかわ元気券

「しばかわ元気券を追加販売します」

販売期間 9月6日(日)～10月30日(金)(市役所閉庁日を除く・完売次第終了)

※9月6日(日)のみ休日販売を行います

販売場所 第二庁舎2階あじさいホール

販売時間 午前9時～午後4時

対象 市内在住の人

販売価格 1セット1万円(1000円×15枚)

※購入は1回につき5セットまで

持ち物 身分証明書 ※運転免許証や健康保険証など

市民であることを証明できるもの

その他 元気券の使用期限は令和2年11月30日(月)です

〔取扱店一覧(随時追加分)を配布します〕

「しばかわ元気券取扱店一覧」に追加したお店の一覧を次の場所で配布しています。

配布場所 第二庁舎2階あじさいホール、各行政センター

その他 市のホームページにも掲載しています



△市ホームページはこちら

詳しくは、**商工振興課** ②2596へ。

しばかわ子ども応援券

〈子ども応援券の使用期限は9月30日(水)です〉

市内の小中学生に配布した「しばかわ子ども応援券」が使用できるのは、9月30日(水)までです。



使用期限を過ぎると、券は無効になります。券をお持ちの人は、早めにご利用ください。

詳しくは、**子ども課** ④2415へ。

クリーンボランティア活動を支援します

市では、環境美化意識の高揚とボランティア活動の活性化を図ることを目的として、クリーンボランティア活動を行う人を募集し、支援しています。

活動の届出者には、清掃活動に使う用品の給付や貸

与を行い、支援します。

詳しくは、**環境政策課** ⑩22114へ。

支援する活動 市内の道路・公園その他公共の場所で、自主的かつ継続的に実施する清掃活動

支援内容 ①ごみ袋の給付

②火ばさみの貸与

対象 市内に在住・在勤・在学する人

申込方法 届出書(環境政策課または市ホームページにあります)を、環境政策課または各行政センターへ持参してください

不用となった車両を一般競争入札により売却します

不用となった乗合バス1台と消防ポンプ車2台を、一般競争入札により売却します。

入札参加希望者は、車両の状況および入札案内書(財務課または市ホームページにあります)を必ず確認の上、申し込んでください。

詳しくは、**本財務課** ⑩22150へ。

入札日 10月9日(金)午前10時

ところ 市役所西棟

対象車両 別表のとおり

車両公開場所 ▽乗合バス

Ⅱ子行政センター北側バス車庫 ▽消防ポンプ車Ⅱ

市役所本庁舎駐車場 ※申込期限まで公開しています

参加資格 本市に住居登録している人または市内に本社か営業所を置き事業活動



◀ 物品番号1



◀ 物品番号2



◀ 物品番号3

売却車両一覧

物品番号	対象車両	初年度登録年月	走行距離	乗車定員	最低売払価格
1	乗合バス(三菱ローザ)	平成11年4月	152,056km	29人	2万5,000円
2	消防ポンプ車(いすゞエルフ)	平成13年8月	8,208km	6人	27万円
3	消防ポンプ車(いすゞエルフ)	平成13年9月	11,434km	6人	26万円

※この表の最低売払価格は、消費税および地方消費税を含みません

入札保証金 免除

入札方法 申込用紙(財務課または市ホームページにあります)に必要事項を記入し、財務課へ持参 ※郵送不可

申込期限 9月18日(金)

9月10日は「下水道の日」・下水道への早期接続を

下水道施設の建設には多くの費用がかかりますが、整備後に、皆さんが接続して使用することで、初めて事業の効果を発揮します。快適な暮らし、環境の保全を実現するために、下水道への早期接続にご協力をお願いします。

詳しくは、■業務課(☎257143)へ。

水洗化率100割を 目指しています

市では「水洗化率100割」を目標に、下水道が利用できる区域内で未接続の家庭を戸別訪問して、早期の接続をお願いします。

令和元年度末の水洗化率は、市全体では83.03割です。※水洗化率とは、汚水処理施設(公共下水道、農業集落排水、コミュニティプラン)、合併浄化槽に接続可能な人口に対する、接続済み人口の割合のことです

接続工事は指定工事店で

下水道などへの接続工事は、必ず市指定工事店に依頼してください。指定工事店は、市ホームページで確認してください。

接続工事の資金を 貸し付けます

下水道などへの接続工事を行う場合、無利子の貸付制度があります。希望する

人は、必ず工着手前に業務課へ申請してください。

貸付金額 工事1件につき

48万円以内

申請先 業務課(☎257143)

浄化槽設置費用の 助成を行います

浄化槽を新設する場合は、合併浄化槽の設置が義務づけられています。単独浄化

(別表1) 合併浄化槽設置補助金額

区分	A(新設のみ)	B※
5人槽	13万8,000円以内	43万2,000円以内
6~7人槽	18万円以内	51万4,000円以内
8~10人槽	23万7,000円以内	64万8,000円以内
11~50人槽		

※区分Bは、単独処理浄化槽などを撤去または改造し、合併処理浄化槽を設置する場合です。今年度で使用開始した場合に限り、群馬県浄化槽工コ補助金10万円が加算されます



槽の新設はできません。

下水道などの区域外で合併浄化槽を設置する場合や、単独浄化槽を合併浄化槽へ切り替える場合は、補助制度があります。工着手前に業務課へ申請してください。

補助金額 別表1のとおり

申請先 業務課(☎257812)

その他 ▽予算額に到達次第、申請は締め切ります

▽申請は1月末までです

浄化槽を適正に 維持管理しましょう

浄化槽を設置した人は、浄化槽法に基づいて、定期的な保守点検や年1回以上の清掃、法定検査(11条検査)の実施が義務付けられています。

適正な管理が行われないと、汚水が川などに流れ出て、環境汚染の原因になります。浄化槽管理契約の内容や検査結果などを見直して、必要な管理が行われているか確認してください。

差し押さえた不動産を

期間入札により公売します

市では、差し押さえた不動産を入札により公売します。入札は、公売保証金を納付すれば、誰でも参加することが出来ます。

今年度は、県内各市町村が統一日程で期間入札の方法により行います。

詳しくは、☎納税課(☎222390)へ。

〈入札について〉

入札期間 11月9日(月)~20日(金)午前9時~午後5時

入札場所 納税課

※渋川市ではない物件に入札する場合は各執行機関

公売物件 別表2のとおり

必要なもの ①入札書など

一式 ②希望者に配布しますので、納税課に問い合わせ

てください

②買受適格証明書 ③登記簿

上の地目が田・畑など、農地

物件の買受希望者は、買受

適格証明書を提出する必要

があります。買受適格証明

書の交付申請については、

■農業委員会事務局(☎22920)に問い合わせください

※買受適格証明書の交付に

は申請期間の指定があり、

交付までにおおむね1カ月

かかるため、希望する人は

早めに申請してください

〈開札・売却決定について〉

開札日時 11月25日(水)午前

10時

開札場所 市役所西棟

売却決定日時 12月2日(水)

午前10時

その他 直前に公売が中止となる場合がありますので、必ず実施状況を確認の上、入札に参加してください

(別表2) 渋川市の公売物件一覧

物件番号	所在地	地目・種類	地積(m ²)	最低公売価額	公売保証金
1	半田字上中島	畑	506m ²	244万円	25万円
2	祖母島字中野	畑	322m ² 2,834m ² 46m ²	59万円	6万円
3	北橋町小室字銭神塚	畑	756m ²	53万円	6万円
4	北橋町上箱田字東銭神	畑	1,915m ²	69万円	7万円
5	赤城町上三原田字北谷戸前	田	140m ² 1,304m ²	159万円	16万円

▶終戦記念日に忠霊塔を参拝



8月15日は、先の大戦から75回目の終戦記念日でした。今年も、毎年行われている県の戦没者追悼式が、新型コロナウイルス感染症の影響で中止となってしまいました。これまで、追悼式には毎年参加していましたので、初めて

こんにちは!!
市長です

Vol.34

「戦後75年」

中止になり大変残念でした。代わりに自宅の近くにある忠霊塔に行き、参拝をしました。私のおじ2人も戦死して、ここにまつられています。

私の親の世代は、戦争のまったただ中で青春時代を過ごしました。戦後生まれの私は、父親から戦地での写真を見せられ、話を聞かされました。父親は、酒に酔うと涙を浮かべて軍歌を歌いました。母親からも軍需工場で働いていたことや、空襲警報のサイレンが鳴って逃げたことなどを聞かされました。子ども心に両親の悲しい表情が感じられました。時の経過とともに、戦争経験者は高齢化し、少なくなってきました。

「過去に目を閉ざす者は、現在にも盲目になる」とは、ヴァイツェッカー・元ドイツ連邦共和国大統領の演説の一節です。私たちが、今、やらなければならぬことは、平和な社会をつくるために、戦争の歴史を風化させることなく、後世に引き継いでいくことです。

昭和27年8月6日に設立された広島平和都市記念碑には、次の言葉が刻まれています。

「安らかに眠ってください
過ちは繰返させぬから」

参拝を終え、改めてこの誓いの言葉を深く胸に刻みました。

渋川市美術館・桑原巨守彫刻美術館(☎3215)

美術の小窓



《雷神・空間への試みⅠ》

高橋 房雄 作
2010年
高さ:44cm
技法:木版画



吸い込まれるような黒と、板目木版とは思えないほどの細かい線が特徴。雷鳴と稲妻を神格化したとされる“雷神”を抽象的に表現しています。

美術館1階ホールで展示中。

●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・前期(桑原巨守彫刻作品)	～9月6日(日)まで	200円
	常設展・後期(桑原巨守彫刻作品)	9月12日(土)～ 令和3年2月21日(日)	
企画展示室	こどもとあーと展2020	～9月6日(日)まで	無料
	渋川を愛でる美術展2020	9月19日(土)～ 10月4日(日)	

■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

●9月の休館日 1日(火)、8日(火)、15日(火)、23日(水)、29日(火)

6世紀の火山災害で厚い軽石層や泥流で不毛な平地と化した場所に、7世紀半ば、白井遺跡群や半田中原南原遺跡などの大規模集落が形成されます。住居からは、簡素な馬具や馬歯が見つかり、馬を飼育するために入植した人々が営んだ集落と考えられます。

7世紀には、渡来人の墓である積石塚が昭和村などにも現れます。彼らの技術で渋川以北へも馬の飼育が定着し、7世紀後半には、沼田でも多くの飾り馬具が見られます。群馬は、馬具を副葬する古墳が関東でも抜群に多く、多数の騎兵が育成されていたようです。

やがてヤマト王権は、東国の民の優れた武力を、東北地方の蝦夷との戦いや防人に利用するようになります。

市内でも真壁の水泉寺古墳群で鉄製壺鍔や各種の金銅製飾り馬具、木曾三社神社付近の古墳で轡3個が出土しています。



水泉寺6号古墳の鍔と金銅製馬具

古を訪ねて 30 広がる騎馬文化



あじさい ギャラリー

このコーナーでは、各地域の
公民館で活動をしている
サークルの作品を紹介します

こもち絵手紙サークル

代表 佐々木美恵子さん
(☎59-2302)

子持公民館で、第1・4火曜日に活動しています



岩田克子さん(中郷)



佐々木美恵子さん(小野子)



後藤みち江さん(中郷)



Y.IIさん(金井)



田村順子さん(中郷)



二ノ宮和子さん(吹屋)



広報クイズ&アンケート

今月のプレゼント

針塚農産 「こうじ漬・こうじ甘酒セット」を 5人にプレゼント

こだわりの自家製米麹を
使用した2品。漬物はキ
ャベツ・キュウリ・ダイコ
ン・シソの実入り。甘酒は
米麹と米だけで作られ、
やさしい甘さが特徴です。



針塚農産

渋川市中村66 ☎0120-038177
営業時間 月~土曜日=9:00~17:00

※クイズ正解者の中から抽選でプレゼントが当たります。当選者には、郵送で引換券を発送し
ます。引換券を「針塚農産」に持参し、プレゼントを交換してください(応募は1人1枚)

★広報クイズ

Q 台風や豪雨災害に備えて、〇〇ハザードマップを確認しましょう

★アンケート

- ①今月号で一番関心を持った記事を教えてください
- ②今後取り上げてほしい内容があったら教えてください
- ③広報に関するご意見をお聞かせください

★応募締切 9月23日(水)消印有効

★応募方法

広報クイズの答えを記入し、住所、氏名、年齢、アンケ
ートを記入して応募してください。

〈郵送の場合〉

〒377-8501 渋川市石原80
「広報クイズ9月号係」

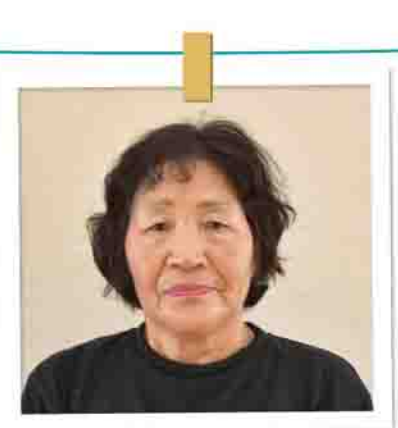
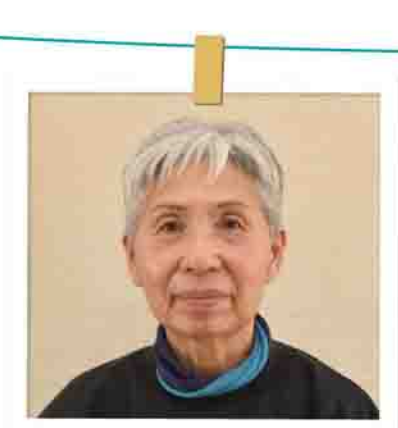
〈応募フォーム〉



〈メールの場合〉

s-oubo@city.shibukawa.gunma.jp

件名を「広報クイズ9月号係」にしてください



飯塚 貴代さん
(小野子)

私の
ふるさと紹介

北海道
札幌市

札幌市
人口:1,973,362人
(R2.7.1)
面積:1,121.26km²

札幌市は、石狩平野の南西部に位置し、人口190万人を超える北海道最大の都市です。四季がはっきりしていて、冬は都市部でも積雪が多く、夏は湿度が渋川ほど高くないので、過ごしやすいと思います。

私は、高校卒業まで札幌に住んでいました。札幌の思い出は、雪にまつわるものが多いです。「さっぽろ雪まつり」は大小さまざまな雪氷像が立ち並ぶお祭りで、小さい頃から見に行っていました。学校ではスキーやスケートの授業もあり、雪に親んでいました。大通公園も思い出深い場所です。さまざまなイベント会場になっていたのも、友達とよく行きました。

結婚を機に、夫の実家がある渋川市に住むことになりました。

渋川市に来て驚いたことは、野菜がおいしいということです。北海道の野菜に負けないくらい、味が濃いと思います。

困ったことは、交通の便の悪さです。札幌は地下鉄とバスで移動できたので、渋川は子どもの送迎が大変です。車がなくても、移動しやすくなればいいですね。

雪の大通公園

岩川 眞さん
(6年)

ぜんそくを患いながらも活躍する海外の選手に憧れて、サッカーを始めました。少年団の練習のほか、毎日自宅でも筋力や体幹を鍛えています。将来は、敵味方関係なく、相手を敬える気持ちを持つプロサッカー選手になって、観客を魅了するプレーをしたいです。

渋川っ子、将来の夢を語る!!
 今号は「渋川市立渋川南小学校」 Vol.17

私は、手すき和紙の技術を身に付け、すてきな和紙作品を伝える人になりたいです。伝統工芸のことを知り、伝統を守りたいと思ったことがきっかけです。京都で和紙工芸を学び、雑貨など親しみやすい作品に仕立てたりして、和紙の良さを皆さんに届けたいです。

森田 優奈さん
(6年)

各コーナーに掲載を希望する人を募集します!

- ★「私のふるさと紹介」
- ★「ちびっこ写真館」

上記コーナーに掲載を希望する人を募集しています。詳しくは、右記2次元コードにアクセス!



当日の様子は
こちら

頭文字Dデザインマンホールカード配布開始 2日間の特設会場に3,000人以上が来場



©S/K・2016IDL3FC



©S/K・2016IDL3FC



©S/K・2016IDL3FC

8月1日、渋川駅前広場に設置された特設会場で、頭文字Dデザインマンホールカードの配布が始まりました。配布の開始を待つ人は、午前7時過ぎに並び始め、午前9時の配布開始時には約250人の長い列ができました。会場には、デザインマンホールのレプリカや車両も展示され、多くのファンが来場しました。

夏休み土器づくり教室 焼き上がりを楽しみに



8月1日、北橘歴史資料館で夏休み土器づくり教室が開催されました。全4回開催の1回目には、計6人の親子が参加。「土の会」の皆さんが指導し、見本の鉢や土鈴を参考に粘土ひもを積み上げながら、約1時間ほどで形ができました。その後、十分に乾燥させてから野焼きし、作品が完成しました。

伊香保公民館の太極拳教室 ゆっくり動作で体を鍛える



8月7日、伊香保公民館で太極拳教室が開催されました。計3回開催の教室のうち、初日となるこの日は10人が参加し、基本の足運びに手の動きを合わせて、ゆっくりと歩く練習をしました。参加した人は「ゆっくりとした動きだけど、その分、片足に体重がかかるので、足の筋肉が鍛えられる」と話していました。

これからの都市計画と公共交通に係る住民説明会 各地区で市の考えを伝える会を開催

7月27日から8月7日にかけて、市内9カ所の会場で、これからの都市計画と公共交通に係る住民説明会が開催されました。この説明会は、都市計画マスタープランなどの計画策定にあたり、市の考え方を市民の皆さんに説明するために開催したものです。7月29日の赤城公民館では、27人が参加し、説明についての質問や要望が出されました。



感染症対策の販売方式「ドライブマルシェ」 旬の農産物400箱をドライブスルーで販売



7月18日、市役所本庁舎駐車場でドライブマルシェを開催しました。これは、新型コロナウイルスの感染対策による新たな販売方式として、ドライブスルー形式での農産物販売を行ったものです。当日は、野菜と果物の詰め合わせ2,000円相当を1,000円で販売。お金を受け取ると、係員が車のトランクや後部座席に箱を積み込む方式で販売し、用意した400箱が午前中に完売しました。



グリーンネックレスの苔玉作り教室 思い思いの飾り付けで苔玉作り



7月20日、小野上公民館でグリーンネックレスの苔玉作り教室が開催されました。玉状の葉が連なる多肉植物「グリーンネックレス」を飾りに用いたもので、参加した12人は、専用の土と水苔で作った苔玉に、グリーンネックレスを糸で巻き付けてスタンドにつるし、1時間ほどで作品を完成させました。

成人学級「渋川歴史散歩」 渋川の歴史を歩いてたどる



7月22日、渋川公民館の成人学級「渋川歴史散歩」が行われました。この日は、天候に恵まれて梅雨の晴れ間となり、参加者たちは、虚空蔵塚古墳や林徳寺の石仏、秋葉神社などを見学。講師の先生の解説に耳を傾けながら、渋川のさまざまな時代の痕跡を歩いてたどり、歴史に思いをはせていました。

北橋幼稚園の交通安全教室 安全な道路の歩き方を教わりました

7月17日、北橋幼稚園で交通安全教室が開催されました。指導をするのは、地元北橋地区内で自動車部品を製造しているクミ化成(株)関東工場の皆さん。子どもたちは、道路を歩く際の安全な場所や、横断する際の注意点などを教わり、おさらいで道を渡る時にすることを聞かれると、「右を見て、左を見て、もう一度右を見る」と答えていました。



掲載されたイベントなどは、新型コロナウイルスの影響により、中止・延期・変更する場合があります。

情報BOX

■本庁・各行政センターの電話番号

- 本庁舎・第二庁舎 ☎22-2111
- 伊香保行政センター ☎72-3155
- 小野上行政センター ☎59-2111
- 子持行政センター ☎24-1211
- ※市外局番は 赤城行政センター ☎56-2211
- 0279です 北橋行政センター ☎52-2111

■=本庁舎 □=第二庁舎



9月の防災行政無線 定期放送訓練

15日(火) 午後1時
23日(水) 午後2時
問合せ先 **☒**危機管理室
(☎22130)

敬老祝金の贈呈



お知らせ

対象 9月1日現在、市内に
居住し、住民登録がある人で、
令和2年4月1日から令和3
年3月31日までに次の年齢に
なる人

▽88歳以上1万円
▽99歳以上2万円
▽100歳以上
上2万円

※100歳到達の人は、誕生
月に別途お祝いに伺います

贈呈方法 口座振込 ※該当
が見込まれる人には、8月中
旬に通知を送付しています。
振込口座などの必要事項を記
入し、返送してください
問合せ先 **☒**本高齢者安心課(☎
22257)

徘徊高齢者等事前 登録制度

認知症等で、行方不明にな
る可能性のある高齢者等の身
体的特徴や緊急連絡先等を事
前に登録し、家族などの同意
のもと、警察署に情報提供し
ます。事前登録により、早期
発見につながり、保護された
ときの身元確認が迅速にでき
ます。徘徊の心配がある場合
は、事前登録をお勧めします。

北橋歴史資料館ミニ企画展

「江戸の百姓金策に走る
—川島村名主文書にみる村の生活—」

とき 9月17日(木)~10月18日(日)

ところ 北橋歴史資料館

内容 江戸時代の百姓の金策(借金や年
季奉公など)の様子が分かる資料の展示
入館料 大人=200円、大学生・高校生
=100円、中学生以下=無料

※下記の展示解説会参加者は入館無料

■展示解説会■

〈古文書から見る江戸の百姓の金銭事情〉

とき 9月24日(木)午前10時~11時

講師 唐澤保之さん(古文書に親しむ会)

定員 10人(抽選)

申込期限 9月13日(日)

申込み・問合せ先 電話で北橋歴史資料
館(☎24094)へ

※午前9時~午後5時(月・火曜日を除く)

登録方法 登録用紙(高齢者安
心課または市ホームページに
あります)に必要な事項を記入の
上、顔写真(L版)2枚を添え
て、居住地区の地域包括支援
センターへ
問合せ先 中央地域包括支援
センター(☒本高齢者安心課内・
☎22179)

水道事業経営戦略を 策定しました

市では、安全で安心な水道
水の安定的な供給や、法定耐
用年数を経過した水道資産の
計画的な更新などを行う指針
として、アセットマネジメント
トを含む「渋川市水道事業経営
戦略」を策定しました。
本計画は、令和2年度を開

有害鳥獣捕獲の実施

農作物に被害を及ぼす有害
鳥獣(カラスなど)の捕獲を実
施します。

とき 9月10日(木)(日の出から
日没まで)

実施地域 ▽伊香保地区全域
▽北橋地区全域

捕獲方法 銃器による
問合せ先 **☒**農林課(☎225
93)

始期とし、今後10年間の事業
方針を示したものです。
計画は、総務経営課で閲覧
できます。また、市ホームペ
ージに掲載しています。
問合せ先 **☒**総務経営課(☎22
2504)

広告募集中

【広告】

【広告】



募集

温泉施設などの
指定管理者

対象施設

- ①小野上温泉センター、小野上地域活性化センター、小野上温泉公園
 - ②交流促進センター、小野上農林漁業体験施設
- 応募資格 県内に本社、支社または営業所を有する法人
指定管理の始期 令和3年4月1日
募集要項などの配布 9月1日(火)～18日(金)の期間に、市ホ

ームページに掲載するとともに、観光課で配布します(閉庁日を除く)

応募方法 申請書に必要書類を添えて観光課へ

応募期間 9月23日(水)～30日(水)
〔施設見学会〕

希望者を対象に、対象施設の見学会を開催します。

とき 9月14日(月)

▽対象施設① 午前10時から

▽対象施設② 午前11時から

申込方法 各施設ごとに申込書(観光課または市ホームページにありますが)を観光課へ

申込期限 9月9日(水)

問合せ先 観光課(☎222873)

県民タブレット・スマートフォン入門講座

とき 10月28日(水)

▽午前の部 午前9時～正午

▽午後の部 午後1時30分～4時30分

ところ 古巻公民館

内容 タブレット初心者向けの操作体験など

※端末は貸し出します

対象 タブレット・スマートフォン未経験者・初心者

定員 各部20人(抽選)

参加料 無料

申込方法 必要事項(①件名「県民タブレット・スマートフォン入門講座申込」、②午前ま

たは午後の部、③郵便番号、④住所、⑤氏名、⑥年齢、⑦電話番号)を記入し、次のいずれかの方法で申し込んでください

▽往復はがきを政策創造課(〒377-8501・石原80)へ

※はがき1枚につき1人まで

▽ぐんま電子申請システムによる申請



▲申請画面はこちら

申込期限 10月2日(金)必着

問合せ先 政策創造課(☎22320)



市立図書館からのお知らせ

☎0644

ほん気であそぼう！秋の子ども図書館まつり！

とき 10月4日(日)午後2時から(2時間程度)

テーマ こわい！！でも見てみたい〇〇の世界
きみは何がこわい？

内容 ヘルマンハープによる読み聞かせ・ブックトーク・工作など

講師 子どもと本をつなぐ会・結の皆さん(会長・吉兼美恵子さん)

対象 小学生とその保護者

定員 親子10組(先着順)

参加料 無料

申込方法 電話または直接市立図書館へ

申込開始日 9月8日(火)

今月のおすすめ本



「人は、なぜ他人を許せないのか？」

中野 信子／著
アスコム／刊

自粛警察、不謹慎狩り、ポテトサラダ論争など、SNSを中心に吹き荒れる「誰かを許せない」感情や行き過ぎた正義感、なぜ生まれるのでしょうか。誰かを、何かを許せないと感じたとき、脳科学者の著者によるこの本を読めば、心穏やかに生きるためのヒントを得られるかもしれません。

〈今月の休館日〉

7日(月)、14日(月)、23日(水)、
24日(木)、28日(月)

【広告】

【広告】

広告募集中

外国人のための 日本語教室

とき 10月6日(令和3年3月23日の毎週火曜日・全22回(祝日、年末年始を除く))
▽昼の部 午前10時～11時30分
▽夜の部 午後7時～8時30分
ところ 中央公民館
対象 日本語を学びたい外国人
定員 各部10人
参加料 2000円(教材費別)
申込み・問合せ先 市国際交流協会事務局(本政策創造課内・☎2396)へ
その他 日本語教師のボランティアを募集しています

渡りチョウアサギマダラの マーキング体験

とき 9月22日(祝)午前9時30分～11時30分
ところ 赤城自然園(赤城町南赤城山892)
対象 市内在住・在学の小学生以上の子どもとその保護者



都市計画への 意見をお寄せください

市では、人口減少、少子高齢化、都市の拡散、交通需要の変化に対応したまちづくりを進めるため、「渋川市都市計画マスタープラン」の改定と「都市計画再編方針」の策定に取り組んでいます。

計画をより良いものにするため、改定案および方針案に対する皆さんの意見を公募します。

閲覧・募集期間 9月1日(火)～30日(水)午前8時30分～午後5時15分(閉庁日を除く)

閲覧場所 都市政策課、各行政センター、市役所第二庁舎2階西入口、市役所本庁舎市民ホール前 ※市ホームページにも掲載しています

応募方法 意見と必要事項を所定の様式(閲覧場所、市ホームページにあります)に記入し、郵送、ファクス、メールまたは直接都市政策課(〒377-8501・石原80・☎22132・✉toshi-sei@city.shibukawa.gunma.jp)へ
結果報告 ▷提出された意見に対する市の考え方を市のホームページなどに掲載します ▷意見以外の個人情報などは公表しません ▷意見に対する個別の回答はしません

問合せ先 ■都市政策課(☎22073)

定員 親子10組(先着順)

参加料 無料

持ち物 帽子、雨具、飲み物、マスク

申込開始日 9月8日(火)

申込み・問合せ先 電話で(☎環境政策課(☎2114)へ)

その他 動きやすい服装(長袖・長ズボン推奨)で参加してください。チョウの飛来が確認できない場合は、草木を利用した工作体験を行います

渋川市民スポーツ祭 バドミントン総合大会

とき 10月11日(日)午前8時30分
ところ 子持社会体育館
競技種目 ▽一般男子ダブルスABC ▽一般女子ダブルスABC ▽一般混合ダブルス

▽小学生シングルス ※出場は1人2種目以内

参加資格 市内在住・在学・在勤者または市協会登録者

参加料 ▽一般 500円

▽小・中学生、高校生 300円

申込方法 電話で市スポーツ協会バドミントン部今井謙二さん(☎090-4007-2276)またはスポーツ課へ
申込期限 9月19日(土)
問合せ先 ■スポーツ課(☎2241)

「ぐんま創業スクール」 受講生

とき ▽ベーシックコース 9月27日～10月25日の毎週日曜日 ▽ネット販売ビジネスコース 11月8日～12月6日

の毎週日曜日 ※時間は全て午前10時～午後4時

ところ 群馬県商工連会館

※新型コロナウイルスの影響により、リモート形式で開催する可能性があります

内容 創業に必要な知識と創業後の顧客獲得方法や売上アップのための極意を学びます

対象 創業を予定している人、起業に関心のある人

定員 各コース50人程度(複数コースへの申込み不可)

受講料 無料

申込方法 県商工会連合会のホームページ(<http://www.csj.or.jp>)で確認してください

問合せ先 ■商工振興課(☎2596)または群馬県商工会連合会(☎027-231-9779)

吉田芝溪・山崎石燕顕彰展

江戸末期に私塾を開き、郷土に密着した学問を弟子たちに教え、渋川郷学の祖と呼ばれる吉田芝溪と、芝溪が学んだ山崎石燕の関連資料を展示します

とき・ところ ▷9月7日(月)～24日(木)午前8時30分～午後5時15分(初日は午後0時30分から・閉庁日も開催)＝市役所本庁舎 ▷9月28日(月)～10月2日(金)午前8時30分～午後5時15分＝市役所第二庁舎
問合せ先 ■生涯学習課(☎2500)

広告募集中

〔広告〕

令和3年度採用渋川市職員を募集します

職種 一般事務(就職氷河期世代対象)、
保育士、栄養士

採用日 令和3年4月1日

採用予定人数 職種ごとに若干人

受験資格 別表1のとおり

試験日程・会場・試験内容 別表2のとおり

募集要項 人事課・各行政センターで配布
しています。また、市ホームページから
ダウンロードできます

申込方法 申込書、受験票(顔写真添付)
を提出してください ※職種によっては、
他にも提出していただくものがあります

申込期限 9月15日(火)午後5時15分(窓
口受付は土・日曜日、祝日を除く) ※郵
送の場合は、9月15日消印有効

提出・問合せ先 人事課(☎2362)

その他 詳しくは、募集要項を確認して
ください

市ホームページ



氷河期世代



保育士・栄養士

(別表1)

職種	受験資格(日本国籍を有している人で下記の職種別要件を満たす人)
一般事務 (氷河期世代)	次の①～③の要件を全て満たす人 ①昭和45年4月2日～昭和61年4月1日に生まれた人 ②平成31年4月1日以降正規雇用労働者として雇用されていない人 ③大学・短期大学・高等学校卒業生、高等学校卒業程度認定試験合格者(各学校を令和3年3月卒業見込みの人を含む)
保育士	平成2年4月2日以降に生まれた人で保育士および幼稚園教諭の資格を取得している人(取得見込みの人を含む) ※幼稚園教諭として従事する場合もあります
栄養士	昭和60年4月2日以降に生まれた人で管理栄養士の資格を取得している人(取得見込みの人を含む)

(別表2)

職種	第1次試験		第2次試験		第3次試験	
	日程・会場	試験内容	日程	試験内容	日程	試験内容
一般事務 (氷河期世代)	10月18日(日) 午前9時30分から 市役所第二庁舎	・一般教養試験 ・適性検査 ・作文	11月中旬	面接	12月中旬	面接
保育士		・一般教養試験 ・適性検査 ・作文 ・専門試験				
栄養士						



▲市長からの
メッセージ

※試験日程・会場などは変更になる場合があります

(公財)渋川市まちづくり財団 令和3年4月1日採用職員募集のお知らせ

職種 一般事務、市民会館舞台業務、遊園地業務、公
園施設管理業務、体育施設管理業務、イベント等業務

勤務先 市民会館、スカイランドパーク遊園地、公
園施設、体育施設

採用予定人数 若干人

受験資格 次の要件を全て満たす人

▷日本国籍を有する人

▷令和3年4月1日時点で満35歳未満の人

▷大学卒業生、短期大学卒業生、高等学校卒業生ま
たは高等学校卒業程度認定試験合格者(各学校の令和
3年3月卒業見込みの人を含む)

▷土・日曜日、祝日の勤務が可能な人

※その他にも条件があります

試験日時

▷第一次試験=10月25日(日)午前9時から

▷第二次試験=11月中旬を予定

試験会場 市民会館

試験科目

▷第一次試験=基礎能力試験、適性試験、作文試験

▷第二次試験=面接試験

申込方法 申込書(市民会館で配
布しているほか、市民会館のホ
ームページからダウンロードで
きます)に顔写真(6カ月以内に

撮影・縦4cm×横3cm)を添えて
提出してください(郵送可)

申込期限 10月9日(金) ※消印有効

※窓口の受け付けは、午前9時～午後5時

申込み・問合せ先 市まちづくり財団(市民会館内・〒
377-0008・渋川(上郷)2795・☎242261)へ



▲市民会館の
ホームページ

新型コロナウイルスの影響により、事業を中止・延期・変更する場合があります。また、参加の際には、体調に留意し、基本的な感染対策の実施に協力をお願いします。

就学時健康診断

令和3年度新入学児の就学時健康診断を行います

来々4月に小学校に入学するお子さんを対象に、就学時健康診断を行います。この健康診断は、入学前のお子さんが専門医師の診察を受けて、必要に応じて治療を行い、心身ともに健康な状態で入学するために実施するものです。該当者には、9月上旬に「就学時健康診断のお知らせ」などの関係書類を配布します。詳しくは、**■学校教育課(☎2121)**へ。

配布書類で健診の日時・場所などを確認の上、受診してください。該当者で書類が届かないときや健診日に受けられないときなどは、必ず学校教育課へ連絡してください。
日程 下表のとおり
受診該当者 平成26年4月2日〜27年4月1日に生まれた幼児
書類の配布方法
 ▽**渋川地区**⇨郵送または一部自治会を通じて配布
 ▽**その他の地区**⇨郵送または通っている幼稚園・保育園から配布
持ち物 就学時健康診断のお知らせ、就学時健康診断票、健康および家庭状況調査票、入学前アレルギー疾患健康調査、視力測定の間診票(調査票などは事前に必要事項を記入)、母子健康手帳、お子さんと保護者の上げき

令和3年度入学 就学時健康診断日程表

学校(会場)名	実施日	受付時間
渋川北小学校	10月13日(火)	午後0時40分～55分
渋川南小学校	10月1日(木)	午後1時15分～30分
金島小学校	10月22日(木)	午後0時35分～55分
古巻小学校	10月9日(金)	午後0時20分～50分
豊秋小学校	10月8日(木)	午後0時30分～50分
渋川西小学校	10月20日(火)	午後0時50分～1時10分
伊香保小学校	10月29日(木)	午後1時30分～50分
小野上小学校	11月5日(木)	午後2時20分～30分
中郷小学校	10月12日(月)	午後0時40分～1時
長尾小学校	10月2日(金)	午後0時45分～1時10分
三原田小学校	10月6日(火)	午後0時20分～35分
津久田小学校	10月7日(水)	午後0時40分～55分
橘小学校	10月19日(月)	午後0時50分～1時
橘北小学校	10月14日(水)	午後0時40分～50分

注意事項
 ▽感染症対策として、お子さんと保護者は、マスクの着用をお願いします
 ▽当日、発熱等の風邪症状が見られる場合や、病気などの理由により受診できない場合

は、必ず学校教育課へ連絡してください。別の日に、別会場での受診を案内します
 ▽耳あかをよく取り、体を清潔にしてください
 ▽内科検診がありますので、お子さんが脱ぎ着しやすい服装で来てください
 ▽受付時の混乱を防ぐために、保護者とお子さんは必ず一緒に受付をしてください
 ▽各会場とも駐車場が足りないため、車での来場は遠慮していただくか、乗り合わせで来てください

家族介護教室

講習と参加者間の交流で

介護者を支援します

西部地域包括支援センターでは、家庭での介護を支援するため、リフレクソロジーを取り入れた教室を開催します。
とき 9月30日(水)午後1時30分～3時(受付は午後1時から)
ところ 渋川西部公民館
内容 ▽理学療法士による講習Ⅱ「介護技術講習・演習」(このころを軽くするエクササイズ)
 ▽座談会
対象 介護している人、興味のある人
定員 15人程度
参加料 無料
持ち物 動きやすい服装
申込期限 9月28日(月)
申込み・問合せ先 西部地域包括支援センター(☎267567)へ

ぐんま妊娠SOS
 思いがけない妊娠で一人で悩んでいませんか？

県では、助産師による妊娠に特化した相談窓口を開設しています。
 妊娠しているかもしれないけれど、どうしたらよい

か分からないなど、悩みのある人は利用してください。
相談員 県助産師会の助産師
相談費用 無料 ※通話料・通信料は相談者負担です



電話で相談する

☎0276-37-5660
 火・土曜日午後7時～10時
 ※祝日・12月29日～1月3日は除く

メールで相談する

gunma-ninshin-sos.com
 24時間受付・週2回返信(原則)

ヨガの技法で心と体をほぐします

ストレス社会の現代では、知らず知らずのうちにストレスをため込んで心身の調子を崩す人が多いようです。心のコントロールはなかなか難しいものですが、体を意識的に緩めることで、緊張や不安を和らげることができるといわれています。

市では、体を動かして心を鎮めるリラクゼーション講座を開催します。

とき 9月24日(木)、10月1日(木)・8日(木)午後6時30分〜8時
(受付開始午後6時から)

※3日間で1コースです
ところ 市保健センター
講師 梅沢菜さん(健康運動指導士)
対象 心と体の健康づくりに関心のある市民
内容 リラクゼーション法の講話と体験実習。呼吸法や、ヨガの技法を取り入れ、ゆったりと体を動かしながら、自分の体、心に意識を向けて、緊張をほぐし、自分を癒やす体験をします
持ち物 飲み物、汗拭き用タオル、バスタオル、動きやすい

い服装 ※体を締め付ける下着は避けてください
定員 25人(先着順)
申込期間 9月8日(火)〜15日(火)
その他 新型コロナウイルス感染症対策を講じながらの実施になります。来所時の検温やマスクの着用など、協力をお願いいたします
申込み問合せ先 電話または直接 市保健センター(☎251321)へ



写真募集中

ヘルスマイトがオススメする 今日のレシピ vol.18 『もやしの中華サラダ』



〔1人分の栄養価〕
エネルギー96kcal、食物繊維1.9g、食塩相当量1.0g

今日のポイント

モヤシの名前は、発芽させる意味の「萌やす」に由来。豆類の種子を暗所で水に浸し、発芽・成長させたもので、「緑豆」「ブラックマツペ」「大豆」の3種類が主に流通しています。

材料(4人分)

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

【作り方】調理時間20分程度

- ①モヤシはサツと水洗いして鍋に入れ、多めの水を加えて火にかける。沸騰してから約1分茹でてザルにあげ、冷ましておく。
- ②キュウリは千切りにし、ハムは細長く切る。
- ③Aの調味料をボウルに入れて混ぜ合わせる。
- ④ミニトマト以外の材料を③のボウルに入れて混ぜ合わせる。
- ⑤④のサラダを器に盛り、食べやすい大きさに切ったミニトマトを飾る。



クックパッドでレシピ公開中



いちおし企業 めーつけた!!



市内のがんばる
企業をご紹介
- Vol.6 -

株式会社SRD生物センター



代表取締役社長
小林 賢一さん

(株)SRD生物センターは、医薬品・農薬・医療機器などの安全性試験を行っています。渋川ラボラトリーは、平成17年に開設し、現在9人が働いています。少数精鋭で、クライアントの要望に応じたオーダーメイド試験ができることが当社の強みです。渋川の恵まれた自然環境の中で、精度の高い安全性評価結果を提供し、人々の健康に貢献していきたいと考えています。



(株)SRD生物センター
渋川ラボラトリー
有馬1967-11
TEL0279-55-6851
FAX0279-55-5818



医薬品・農薬・化粧品などの、人に対する毒性を評価する試験を行っています。表だって注目されることの少ない仕事ですが、皆さんの健康を守る大事な役割として誇りを持って働いています。



増山 萌子さん
安全性研究部係長
(入社10年目)



表紙の写真

8月2日、中央公民館で親子で楽しむ防災講座が開催されました。急な雨や地震から身を守る方法を学ぶ講座に、15組41人の親子が参加。

実演コーナーでは、水力発電の仕組みの説明を受けたほか、ペットボトルの中に雲や竜巻をつくる体験もあり、参加者は、楽しみながら防災について学びました。



創立100周年を記念した人文字

令和に残したい 渋川遺産

Shibukawa Heritage

~ No.6 ~

『渋川女子高等学校』

渋川女子高等学校は、大正9年、渋川町立実科女学校として開校し、昭和23年の学制改革に伴い、現在の校名に改称されました。

本校の校訓である「道理と真理へのたしかなあゆみ」と「勤労と趣味へのゆたかないとなみ」は、これまで渋女生が培ってきた「未来に向かって努力する姿勢」と「日々の生活を大切に作る姿勢」の両立を表しています。これまで地域の方々の熱意と期待に支えられながら、26,000人を超える有為な人材を社会に送り出してきました。

今年は、記念すべき創立100周年を迎え、8月7日に同窓会の人たちと共に全校生徒で人文字をつくりました。

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



編集後記

12ページのデザインマンホールカードの取材では、早朝からの行列を見て、漫画ファンとマンホールカードコレクターの熱意に驚かされました。市公式YouTubeでは、市内のデザインマンホール探しの様子をまとめた動画も公開しています。ぜひ、動画を確認して、皆さんもデザインマンホール探しに出掛けてみてはいかがでしょうか♪(´▽`)