

前橋の人口: 33万6,219人  
男: 16万4,612人  
女: 17万1,607人  
世帯数: 14万9,944世帯  
11月末日現在

## すくすく大きく育ってほしいから

正解のない子育て。

分からないことが多いのは当たり前です。

どんなことでも、話してください。

保健センター職員が

あなたの子育てをサポートします。





# 職員一丸となって支援します

## 子育てワンストップ総合窓口



子育て支援課 子育て施設課職員

妊娠の届け出は、どうしたらいいの？出産後に手伝ってくれる人がいない。イライラして、子どもにあたってしまう。入園を考えているけど、どうしたらいいの…？

妊娠中や子育て中は、不安なことや大変なことがつきもの。前橋保健センター2階では、まさに子育て世代包括支援センターを設置。妊娠の届け出から保育施設の入所申請などの各種手続き、子どもの健康や発達に関する相談など、子育てに関する申請や相談をワンストップで受け付けています。

誰に相談すればいいのかわからない。そんな悩みも一人で悩まず、相談をしてください。

子育て支援課

☎027・220・5703

子育て施設課

☎027・220・5705



## 一人一人の悩みに親身に寄り添います

申請や相談は事業を担当している職員が直接受け付けます。事務職員の他、保健師、助産師、管理栄養士、歯科衛生士、作業療法士、保育士、心理士、家庭相談員、児童福祉ケースワーカー、母子父子自立支援員が相談に乗ります。

また、保育コンシェルジュや母子保健コーディネーターも配置し、専門的な知識で相談者をサポートします。

### こんな申請ができます

- 妊娠届
- 産後ヘルパー・産後ケアサービス申請
- 不妊・不育症治療費助成申請
- 未熟児養育医療給付申請
- 保育所・園、認定こども園入所申請
- 児童手当申請・児童扶養手当申請など

### こんな相談ができます

- 妊娠や出産、産後のこと
- 子どもの健康や発達
- 離乳食や子どもの食事、栄養
- 子どもの歯や<sup>こうくう</sup>口腔ケア
- 保育所・園、認定こども園のこと
- 一人親支援
- 地域で気になる子どもやその家族のことなど



子育て支援課  
茂木 まどか

子育て施設課  
萩原 未羽



### ひよこクラスへ参加した 堀越 愛子さん・心琴ちゃん親子

Q教室を知ったきっかけは？

A 子育ての仲間づくりや必要な知識を学ぶ、ベビープログラムへの参加や助産師の家庭訪問の際に知りました。

Q参加した感想は？

A 家にいると気がめいってしまいそうになることもあるので、誰かと話ができるのがいいです。よねお子どもの外出の練習にもなります。

生後2〜3カ月の第一子がいる母親を対象とした、情報交換や仲間づくりができる交流会、ひよこクラス。親子の触れ合い遊びや事故予防策などの紹介も行います。

**初めて子育てをする  
母親同士の交流会も実施**

また、成長の節目ごとに実施している健康診査で子どもの発達・発育を一緒に見守ります。健康のことや発達に不安があれば、個別相談も受け付け。気軽に相談してください。

妊娠期から子育て期まで、切れ目ない支援を行うワンストップ総合窓口。素朴な疑問から誰に相談したらいいかわからないような悩みまで、子育てのことなら何でも相談してください。専門の職員とさまざまな支援策であなただけの子育てをサポートします。

また、成長の節目ごとに実施している健康診査で子どもの発達・発育を一緒に見守ります。健康のことや発達に不安があれば、個別相談も受け付け。気軽に相談してください。







スポーツで平和促進を支援

## 南スーダン選手のキャンプを開始

関 スポーツ課 ☎027-898-6005

南スーダン陸上競技選手が11月14日、本市に来橋。東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けた長期キャンプが始まりました。

南スーダンは2011年にスーダンから独立してできた世界で一番新しい国。難民・国内避難民が400万人以上いるといわれ、不安定な情勢が続いています。JICA南スーダン事務所は同国の支援策の一つとして、スポーツを通じた平和促進を掲げています。そこで本市では、南スーダンの選手に練習環境を提供するため、長期間のトレーニングを受け入れ、南スーダンの平和促進を支援します。

選手滞在期間は8月までの9カ月間を予定。選手たちは木曜と日曜以外の13時から16時まで、王山運動場で練習。市民通訳ボランティアや市内陸上競技の指導者と共に練習します。

今後は選手たちと市民の交流機会を予定。選手への温かい声援をお願いします。

### 南スーダンはこんな国

首都 ジュバ

面積 64万km<sup>2</sup>(日本の約1.7倍)

人口 1,258万人

言語 英語(公用語)、アラビア語、その他部族語多数

日本との時差 マイナス6時間



### ふるさと納税で選手を応援

選手の滞在費をクラウドファンディング型ふるさと納税で募集中です。ご協力をお願いします。

関 未来の芽創造課 ☎027-898-6641



詳しくはこちらから



ふるさと納税はこちらから



### 滞在中の選手とコーチ

左から  
クティヤン・マイケル・マチーク・ティンさん  
(パラリンピック100m選手)  
グエム・アブラハム・マジュック・マテットさん  
(1500m選手)  
オミロク・ジョセフ・レンシオ・トビアさん  
(コーチ)  
モリス・ルシア・ウィリアム・カルロさん  
(100m選手)  
アクーン・ジョセフ・アクーン・アクーンさん  
(400mハードル選手)





## プロの躍動を間近で リーグ昇格に向け熱い声援を

☎ 未来の芽創造課 ☎027-898-6513

群馬クレインサンダーズでは初となる本市冠試合、「[MAEBASHI PRIDE マッチ」を開催。群馬クレインサンダーズ支援・連携プロジェクトに集まったふるさと納税を活用して開催します。当日は選手のサイン入りグッズなどを、選手から観客席へ投げ入れるプレゼント企画も実施。Bリーグ昇格に向けて、熱い声援をお願いします。

**日時** 11月4日(土)17時・5日(日)13時  
**会場** Ⅱヤマト市民体育館前橋

### ふるさと納税でチームを応援

本市ではふるさと納税で地元プロスポーツクラブを応援。群馬クレインサンダーズへの支援プロジェクトもあります。本市在住者に返礼品の提供はありませんが、ふるさと納税の使い道の選択ができます。詳しくは本市ホームページをご覧ください。



### ● 子どもを特別シートへ招待

冠試合開催の一環として、子どもたちを1階の特別シートに無料招待します。市内小中学生に配布されているプレイヤーズパスを持参した子どもを対象に、各日先着50人を招待。プロバスケットボール選手の迫力を間近で感じられます。受け付けは1月4日(土)14時から、5日(日)10時から、会場の入場ゲートで行います。観覧席は受付後に案内します。

市内の小中学生にはプレイヤーズパスを配布しました。今シーズンのホーム戦で使用可能。2階自由席で無料観戦できます。

公式  
ホームページ



| 今後のホーム戦開催日 |            |          |            |
|------------|------------|----------|------------|
| 期日         | 対戦相手       | 期日       | 対戦相手       |
| 12月30日(月)  | 香川ファイブアローズ | 2月8日(土)  | 茨城ロボッツ     |
| 12月31日(火)  | 香川ファイブアローズ | 2月9日(日)  | 茨城ロボッツ     |
| 1月2日(木)    | 青森ワッツ      | 2月28日(金) | 青森ワッツ      |
| 1月4日(土)    | 熊本ヴォルターズ   | 2月29日(土) | 青森ワッツ      |
| 1月5日(日)    | 熊本ヴォルターズ   | 3月11日(水) | 福島ファイヤーボンズ |
| 1月25日(土)   | バンビシャス奈良   | 3月28日(土) | 山形ワイヴァンズ   |
| 1月26日(日)   | バンビシャス奈良   | 3月29日(日) | 山形ワイヴァンズ   |

会場など詳しくは、群馬クレインサンダーズのホームページをご覧ください。

必要な手続きはお早めに

## 各施設の年末年始休業日の確認を

年末の市役所や各支所の業務は12月27日(金)まで。年始は1月6日(月)から平常どおりの業務になります。その他の主な施設の休業日は下表のとおりです。

### 図 各施設へ

#### ● パスポートセンター

12月27日(金)16時30分まで、1月5日(日)9時から開始します。な

お、1月5日(日)は受け取りのみです。

#### ● 図 パスポートセンター

☎027・898・6124

#### ● 斎場

火葬業務は1月1日(水)から3日(金)まで休みです。死亡届の受領や埋火葬許可証の発行業務は12月28日(土)から1月5日(日)までの期間も行っています(受け付けは9時から17時15分まで)。

#### ● 図 斎場

☎027・224・2777

#### ● 各種証明書のコンビニ交付サービス

12月29日(日)から1月3日(金)まで休止します。

#### ● 図 市民課

☎027・898・6107

### 主な施設の年末年始休業日

| 施設名             | 休業期間                                       | 施設名              | 休業期間                                    |
|-----------------|--------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------|
| こども図書館          | 12月23日(月)～1月4日(土)                          | みやぎふれあいの郷        | 12月27日(金)～1月5日(日)                       |
| プレイルーム          | 12月29日(日)～1月3日(金)                          | 障害者教養文化体育施設      | 12月28日(土)～1月4日(土)                       |
| 親子元気ルーム         |                                            | 総社歴史資料館          |                                         |
| 市民活動支援センター      |                                            | 粕川歴史民俗資料館        |                                         |
| 証明サービスコーナー      |                                            | アーツ前橋            |                                         |
| 中央公民館           |                                            | 前橋総合運動公園         | 12月29日(日)～1月3日(金)<br>※コミュニティプールは6日(月)まで |
| 地区公民館(15館)      | 12月28日(土)～1月3日(金)                          | 大渡温水プール          | 12月29日(日)～1月5日(日)                       |
| 第一コミュニティセンター    |                                            | 大渡体育館            | 休場中                                     |
| 第二コミュニティセンター    |                                            | 大野工業大胡総合運動公園     | 12月29日(日)～1月3日(金)                       |
| 第三コミュニティセンター    |                                            | 大渡トレーニングセンター     |                                         |
| 第四コミュニティセンター    |                                            | 六供温水プール          |                                         |
| 第五コミュニティセンター    |                                            | ヤマト市民体育館前橋       |                                         |
| 総合福祉会館          |                                            | 防災の星野日古体育館       |                                         |
| 児童館             | 12月29日(日)～1月3日(金)                          | Gスポーツ大胡体育館       |                                         |
| プチャレ日吉          |                                            | 宮城体育館            |                                         |
| プチャレ朝倉          |                                            | 粕川スポーツ施設管理事務所    |                                         |
| プチャレ大友          |                                            | コーエィ前橋フットボールセンター |                                         |
| プチャレ下小出         |                                            | 昌賢学園まえばしホール      |                                         |
| プチャレ粕川          |                                            | 大胡シャンテマルエホール     |                                         |
| ファミリー・サポート・センター | 12月31日(火)                                  | 前橋文学館            |                                         |
| 敷島公園門倉テクノばら園    |                                            | 朔太郎記念館           |                                         |
| ヤマダグリーンドーム前橋    |                                            | 臨江閣              |                                         |
| 貸館業務            |                                            | 児童文化センター         |                                         |
| 車券発売            |                                            | 赤城少年自然の家         |                                         |
| しきしま            | 12月28日(土)～1月4日(土)                          | おおさる山乃家          | 12月28日(土)～1月5日(日)                       |
| 老人福祉センター        | 12月28日(土)～1月5日(日)                          | 総合教育プラザ          |                                         |
| ひろせ             |                                            | 教育相談業務           |                                         |
| おおとも            |                                            | 第二証明サービスコーナー     |                                         |
| かすかわ            |                                            | 水道局              | 12月23日(月)～1月4日(土)                       |
| ふじみ             |                                            | 市立図書館            |                                         |
| シルバー人材センター      | 業務内容により異なります。同館(☎027-231-3211)へ問い合わせてください。 | 図書館分館            |                                         |
| 消費生活センター        |                                            | 日本キャンパック大室公園民家園  |                                         |
| 男女共同参画センター      |                                            | あいのやまの湯          |                                         |
| 市保健所            |                                            | 粕川温泉元氣ランド        | 休業なし                                    |
| 前橋保健センター        |                                            | 富士見温泉見晴らしの湯ふれあい館 |                                         |
| ジョブセンターまえばし     | 12月28日(土)～1月1日(火)                          |                  |                                         |





ごみはしっかりと  
分別しましょう

## ごみカレンダーどおりに収集 年末年始のごみ出しは計画的に

☎ 027-898-6272

西部清掃事務所  
主任自動車運転技士・小林一幸 嘱託員・都丸潔

| ごみ処理施設の年末年始休業日 |                                        |                                    |
|----------------|----------------------------------------|------------------------------------|
| ごみ種別           | 施設名                                    | 休業期間                               |
| 可燃ごみ           | 亀泉清掃工場<br>☎027-269-1783                | 12月28日(土)・29日(日)・<br>1月1日(火)～5日(日) |
|                | 大胡クリーンセンター<br>※草木類は除く<br>☎027-283-4924 |                                    |
| 不燃・粗大ごみ        | 荻窪清掃工場<br>☎027-269-0621                |                                    |
|                | 富士見クリーンステーション<br>☎027-230-5300         |                                    |

※受付時間は8時30分から11時45分と13時から16時30分まで(12月31日(火)は16時まで)。また、家庭ごみ200kg以下は無料、200kgを超えた部分は10kgにつき180円かかります。事業ごみは搬入場所が地区によって異なります。各施設に問い合わせから搬入してください。

年末年始も家庭用資源・ごみ収集カレンダーのとおり収集します。1月1日(水)から5日(日)までは全市域で収集を休みます。

● **家庭ごみの自己搬入**  
年末年始のごみ処理施設の休業期間は左表のとおりです。ごみの種別に応じて搬入先が決まっています。必ず事前に連絡してから持ち込んでください。

- **リサイクル庫(紙・衣類など)**  
各施設の休業期間中は利用できません。けやきウォーク前橋(文京町二丁目)と南消防署は年末年始も利用できます。
- **廃食用油回収ボックス**  
各施設の休業期間中は利用できません。
- **使用済小型家電回収ボックス**  
各施設の休業期間中は利用できません。ベイシア電器前橋モーター店(上泉町)・前橋みなみモーター店(鶴光路町)・ガーデン前橋(小屋原町)は年末年始も利用できます。ベイシア前橋ふじみモーター店(富士見町原之郷)は、1月1日(水)は利用できません。また、パソコンは宅配便の無料回収が利用できます。詳しくはリネットジャパンのウェブサイトをご覧ください。
- **犬・猫などの死体の収集依頼**  
12月28日(土)から1月5日(日)までは、市役所当直(☎027・24・1111)へ連絡してください。ペットは有料です。



## 夜間急病診療所は年末年始の午前も診療

☎ 027-243-5111

夜間急病診療所は通常の夜間診療(20時～24時)以外に、12月29日(日)から1月3日(金)までは午前中(9時～12時)も診療を行います。診療科目は内科と小児科。受診時は、健康保険証(中学生以下の人などは福祉医療費受給資格者証も持参)とお薬手帳、現金を用意してください。



早め早めの対策を

## 大雪への備えを万全に

防災危機管理課

☎027・898・5935

降雪の予報が出たときは、気象情報を小まめに確認し、大雪の見込みがあるときは不要不急の外出を控えてください。やむを得ず外出する場合に備え、スノーシューや自動車用のチェーン、雪用タイヤなどを準備しておきましょう。また、雪かき用の角型スコップ、食料品、日用品、医薬品、懐中電灯、飲料水、カセットコンロ、停電しても使用できる暖房器具などを用意しておくとう安心です。



### ● 外出時にけがをしないために

残雪や凍結路面を避け、滑りにくい靴でゆっくり歩いてください。転倒に備え、両手を自由に使えるようにしておきましょう。また、降雪日から数日は自転車やオートバイの利用を控えましょう。建物から雪が落ちてくることも。足元だけでなく頭上にも十分注意してください。

### ● 大雪情報

市では大雪情報を早期から発信。大雪警報・注意報、除雪や道路の通行止め状況を本市ホームページやまちの安全ひろメール、まちの安全ツイッターなどで発信します。



まちの安全ひろメールの登録はここから  
空メールを送信



まちの安全ツイッター

旅行者はウイルス持ち込みに注意

## CSF発生防止にご協力を

農政課

☎027・898・6705

県内で野生イノシシのCSF（豚コレラ）の感染が確認されています。消毒ポイントの設置やワクチンの予防接種、野生動物侵入防止の防護柵を設置するなど対策を進めています。また、中国や韓国、ベトナムなどではASF（アフリカ豚コレラ）が発生しています。旅行者はウイルスを持ち込まないように、次の点に注意してください。

### ● 旅行先

① 野生動物に触れない。触った場合は石けんなどでよく洗う ② 畜舎などへ立ち入らない。

### ● 渡航先から帰国するとき

① 家畜の伝染病が確認されている国や地域から、肉や肉製品は持ち込まない ② 畜産農家などに滞在していた場合は、動物検疫所に立ち寄り ③ 消毒マットで念入り

に靴底を消毒する。

### ● 消毒にご協力を

市有施設などに消毒マットが設置してある場合は、積極的に利用してください。また、市内4カ所に車両消毒ポイントを設け、消毒薬の動力噴霧器を用意しています。市内養豚場を訪問する場合はタイヤハウス周りを中心に消毒してください。設置場所や利用時間など詳しくは、本市ホームページをご覧ください。



消毒ポイントについて  
詳しくはこちらから





## 01 本市の新たな風物詩 太陽の鐘で年越しの鐘つき

☎ 未来の芽創造課 ☎027-898-6513

広瀬川河畔緑地の太陽の鐘で、年越しの鐘つきを行います。鐘つきを希望する人は、当日会場へ直接お越しください。当日の問い合わせは市役所当直(☎027-224-1111)へ。

また、当日の運営ボランティアを募集します。12月24日(火)までに未来の芽創造課へ電話で申し込んでください。詳しくは本市ホームページをご覧ください。



日時=12月31日(火)23時30分～1月1日(水)0時30分

## 03 来年度保育関係施設の 二次募集を実施します

☎ 子育て施設課 ☎027-220-5705

来年度の保育関係施設入所の二次募集を実施。募集する保育関係施設については、問い合わせるか本市ホームページをご覧ください。入所決定は2月中旬頃。希望した施設に入れない場合もあります。

**申込書の配布**=各保育関係施設、前橋保健センター内子育て施設課、大胡・宮城・粕川・富士見支所で

**申し込み**=1月6日(月)～15日(水)に申込書に記入し、申込者の身分証明書と父母・児童のマイナンバーが分かる物を持参し、第一希望の保育関係施設へ直接

## 02 駅伝日本一を懸けた戦い 選手に大きな声援を

☎ 県スポーツ振興課 ☎027-226-2081

ニューイヤースタート駅伝を開催。日本のトップアスリートが集結し、熱い戦いを繰り広げます。犬などを連れての観戦には十分注意し、大きな声援をお願いします。また、市役所駐車場ではキッチンカーが出店、第2中継所(公田町)ではころとんの出演やtonton汁の無料配布を実施します。

日時=1月1日(水)9時15分



## 04 作業員は身分証明書を携帯 テレビ受信対策工事を実施中です

☎ 700MHzテレビ受信障害対策コールセンター ☎0120-700-012

携帯電話事業者が新しい電波700MHz帯を使うのに伴い、一部地域のテレビ映像に影響が出る恐れがあります。この影響を防止する工事を、必要な家庭に訪問して実施。費用を請求することはありません。



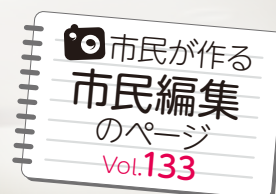
影響が出る可能性がある地区にはお知らせを配布しています

# その思い フードバンクまえばしへ

フードバンク。聞いたことはあるけれど、実際どんな活動をしているの?と疑問を抱く人も多いのではないのでしょうか。そこで、今回は前橋市のフードバンク事業を紹介します。

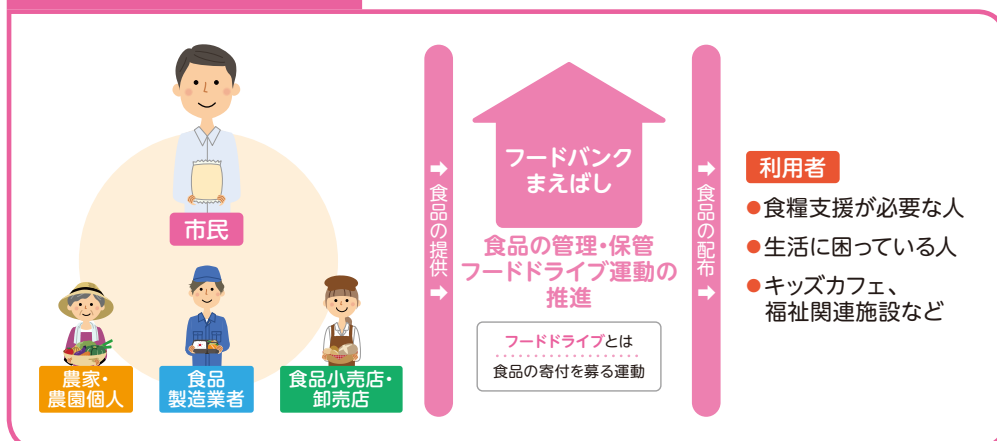
**担当** 千葉友理香、安済茜、吉田綾野

**問** 社会福祉課 ☎027-898-5845



フードバンクまえばし  
ホームページはこちらから

## フードバンクのイメージ図



前橋市では、平成29年からフードバンク事業を開始しています。まだ食べられるにもかかわらず処分されてしまう食品などを個人や企業から寄付してもらい、さまざまな事情により食糧を必要とする生活困窮者へ配布しています。



### 寄付を受け付けている食品

- 主食になるもの(米・乾麺・小麦粉など)
- インスタント食品(ラーメンなど)
- 飲料(ジュース・コーヒーなど)
- 乾物(のり・わかめなど)
- 食用油(オリーブ油・ごま油・サラダ油など)
- 保存食品(缶詰・瓶詰など)
- レトルト食品(カレー・スープなど)
- ギフトパック(お歳暮・お中元など)
- 調味料各種(しょうゆ・砂糖・塩など)

### 注意事項

- 1 賞味期限記載のもの(1カ月以上あるもの)
- 2 常温保存可能なもの
- 3 未開封のもの
- 4 破損していないもの
- 5 米は2年以内のもの

フードバンクまえばしでは、平成29年度は354世帯、昨年度は461世帯に支援を行いました。支援を必要とする世帯は年々増加。そのため、多くの食品が必要となり、食品の確保が課題となっています。



米や缶詰、菓子などさまざまな食品を利用者のニーズに合わせて配布しています。



そこで、イベントを通じた寄付啓発活動などを行い、フードバンク事業の推進に取り組んでいます。例えば、ザスパクサツ群馬の試合会場にブースを設け、食品の寄付を募るフードドライブ運動を実施。寄付をしてくれた人に、オリジナルグッズをプレゼントするなど、さまざまな方法でフードバンクをPRしています。

また、フードバンクまえばしでは個人への食糧支援にとどまらず、各地域の団体が開催するイベントにも食糧を提供しています。夏休みには小学生を対象としたキッズカフェにも提供し、子どもの居場所づくりに貢献。多くの子どもたちが訪れました。この活動は一人親世帯が増加している中で、孤食を防ぐきっかけになってほしいという思いも込められています。フードバンクの活動で地域の人々や企業、さまざまな団体が結びつき、助け合い、地域全体へ支援の輪が広がっています。

食品の寄付は、フードバンクまえばしの他、前橋中央郵便局と前橋東郵便局、大胡郵便局、大渡温水プール、総合運動公園でも受け付けています。余った食品や贈答品などを提供するという小さな協力で困っている人の力になることができます。

家庭に余った食品があれば、ぜひフードバンクまえばしへ協力をお願いします。

### 編集後記

家庭で余っている食品があれば寄付をして、少しでも役に立てればと思います。



安済

食品ロス問題や食糧支援にとどまらず地域社会の発展にも貢献していると感じました。



吉田

あまりお菓子を食べることができない子どもにもお菓子をあげられる、素敵な活動だと思いました。



千葉

ワカモノ記者  
SNSも見てください!



Instagram



フェイスブック

いきいき  
まえばし人

通訳ボランティア

松村文雄さん・71歳

岩神町一丁目

## 一端でも平和促進に貢献したい

南スーダン選手の練習時、日本人コーチとの意思疎通を助けるため、通訳ボランティアが橋渡し役を担う。松村さんはその1人として活動している。

「昔からボランティアなどで海外に行っていました。最初は36歳の時、JICA青年海外協力隊として、ケニアのエルドレット市役所に勤めました」

建築士の経験を生かし、現地では学校や病院などの設計・施工指導を行った。

「56歳で会社を早期退職して、愛知万博に携わったり、シニアボランティアとしてケニアやガーナ、セネガルに



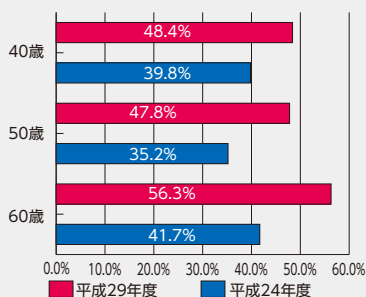
行ったりしました。海外では心細い思いもありましたが、現地の人たちが温かく接してくれて救われましたね」

退職するまでの50年、前橋から離れていた。この穴を埋めるために市内のさまざまな活動に参加。その中で、南スーダン選手の受け入れについて知ったという。

「スポーツを通じて南スーダンの平和を目指す考えに感銘を受けました。アフリカでの経験を生かして、一端でも貢献できたらうれしいです」

オリンピック・パラリンピックの開会式で、選手たちが胸を張って行進する姿を夢見て、松村さんの歩みは続く。

歯周病が進行している人の割合



出典 前橋市成人歯科健康診査  
歯周病が進行している人の割合は、全ての年代で増加傾向です。

市の健康増進計画健康まえばし21に基づき、健康づくりの重点課題を紹介するこのコーナー。今回のテーマは「歯周病対策」です。本市では、歯周病が進行している人の割合が増加傾向にあります。歯周病は歯が抜けてしまう原因の第一位。いつまでも自分の歯でおいしく食べるために、歯周病を防ぐポイントを一緒に考えていきましょう。

## カラダにいいこと

プラスワン  
+1

Vol.5 歯周病対策

歯健康増進課  
☎ 027-220-5783



健康まえばし21



高崎市と連携して噛むカムレシピコンテストを開催。野菜がたくさん取れて噛み応えのある料理レシピをホームページにも掲載しています。



また、歯周病対策には、定期的な歯科健診も必要。半年に一回は健診を受け、歯の健康を保ちましょう。

歯周病の原因は、歯垢（しせき）です。毎日歯を磨いているから大丈夫、と思っている人も注意が必要。歯ブラシだけでは歯垢は6割しか落ちません。そこで、デンタルフロスや歯間ブラシなどの歯間清掃用具を使用してみてくださ。歯磨き後の使用で、残りの4割を落とすことができます。

口の健康には、口腔機能（こうくう）の維持と向上も重要です。噛み応えのある食事を取り入れましょう。ゆっくりよく噛んで食べること、満腹感が得られ、食べ過ぎを防止。糖の吸収も緩やかになります。一口30回を目標によく噛んで食べましょう。



デンタルフロスは、両方の歯それぞれに沿わせ、ゆっくり動かし汚れをかき出します。



## クローズアップ CLOSE UP

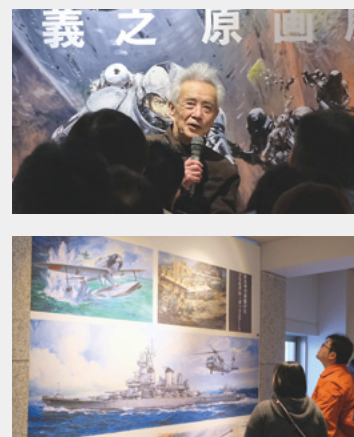
### 上泉城跡で歴史を伝承

11月24日に、前橋生まれの剣聖、上泉伊勢守信綱を称えた新陰流流祖祭を開催しました。日本刀を作る刀剣鍛錬の実演では、見学者も炎を感じながら工程を体験。また、演武の披露ではコロンビアのパラリンピック選手も見学。前橋の文化を感じていました。



### 魅了し続ける絵に迫る

12月1日、本市出身の挿絵作家・高荷義之さんが前橋文学館で「ドラマチックな重鋼!! 高荷義之原画展」のギャラリートークを開催。市外や海外からも多くのファンが参加しました。トークでは作品制作の背景や描き方に迫る場面も。原画展は1月13日(月)まで開催しています。



### 澄んだ歌声議場に響く

第4回定例会の初日である11月28日に、議場コンサートを開催。大胡東小おおぞら合唱団の50人が歌声を披露しました。初めての議場に子どもたちは緊張の面持ち。しかし、おおぞらという名前のおり爽やかな歌声を響かせ、傍聴者から大きな拍手が送られました。

# くらしの情報

## お知らせ

### 中央公民館の利用調整会議

中央公民館の4月から7月までの部屋利用調整会議を行います。希望する団体の代表者は、左表の日時に同館へ直接お越しください。調整会議終了後は、同館で随時受け付けます。

同館

027・210・2199

| 中央公民館 部屋利用調整会議 |                    |        |                                   |
|----------------|--------------------|--------|-----------------------------------|
| 期日             | 部屋名・利用日            | 会場（5階） | 開始時間                              |
| 1月24日(金)       | 料理実習室・会食室<br>和室・茶室 | 501学習室 |                                   |
| 1月27日(月)       | 日曜                 | 501学習室 | ・料理実習室、会食室は9時<br>・和室、茶室は10時       |
|                | 月曜                 | 502学習室 | ・ホールは9時<br>・学習室は10時               |
| 1月28日(火)       | 火曜                 |        | ・アトリエは13時                         |
| 1月29日(水)       | 水曜                 | 501学習室 | ・スタジオ（夜間）は14時<br>・スタジオ（午前、午後）は15時 |
| 1月30日(木)       | 木曜                 |        |                                   |
| 1月31日(金)       | 金曜                 | 501学習室 |                                   |
|                | 土曜                 | 502学習室 |                                   |

### ○ パスポート窓口が臨時休業に

1月12日(日)は機器メンテナンスなどのためパスポート受け取り窓口を休業し、代わりに13日(月)の9時から16時30分まで開設します。

同 パスポートセンター

027・898・6124

### ○ 休日証明発行臨時休業します

1月12日(日)は機器メンテナンスなどのため、スロ×元氣21まえばし（前橋プラザ元氣21）証明サービスコーナーを臨時休業します。

同 コーナー

027・210・2279

### ○ 亀泉と大胡の清掃工場を閉場

亀泉清掃工場と大胡クリーンセンターは、3月31日(火)で閉場します。4月以降、可燃ごみの搬入は六供清掃工場へ。長さ50センチ以内、太さ4センチ以下の枝木類のみ荻窪清掃工場でも受け入れます。搬入の際は持ち込む工場に事前連絡してください。

□ 窓業務時間

本庁・支所・市民サービスセンター  
スロ×元氣21まえばし証明サービスコーナー

8時30分～17時15分  
10時～19時

### 宣誓書が追加に 入場券デザインが変わります

2月の前橋市長選挙・前橋市議会議員補欠選挙から投票所入場券のデザインを変更予定。入場券の下段に宣誓書を追加します。期日前投票を利用する人は、事前に宣誓書に記入して持参してください。また、ハガキは四つ折りに変更。1通に含まれる入場券の枚数は、これまでどおり4人分までです。

同 選挙管理委員会事務局  
027-898-6742

前橋市長選挙・前橋市議会議員補欠選挙 投票所入場券

|                                    |                                                           |         |
|------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------|
| 投票区                                | 氏名                                                        | 投票番号    |
| 氏名                                 |                                                           |         |
| 投票所                                | 投票番号                                                      |         |
| 期日前投票宣誓書 令和2年 2月 日                 |                                                           |         |
| 選挙の日以下の事由に該当する見込みであり、事実であることを誓います。 |                                                           |         |
| 氏名                                 | 期・大・中・小                                                   | 年 月 日 生 |
| 住所                                 | 前橋市                                                       |         |
| 事由                                 | 1 仕事、学業、地域行事に従事 2 投票、旅行、レジャー<br>3 病氣、付加、出席等で多忙困難 4 天災、悪天候 |         |

費用Ⅱ（家庭ごみ）200キログラム

以上は超えた分10キログラムごとに180円（事業系ごみ）10キログラムごとに180円

同 六供清掃工場

027・224・0130

荻窪清掃工場

027・269・0621

清掃施設課

027・223・5300

### ○ 水道管の防寒対策は早めに

水道管は早めの防寒対策で破裂やひび割れを防ぎましょう。凍らせないために水道管や蛇口に毛布・布などの保温材を巻き付け、ひもやテープで押さえま

す。また、布や発泡スチロールなどを詰めたビニール袋をメーターボックスに入れることも有効。検針できるようにメーターの上面は空けておいてください。破裂して水が噴出したらメーターボックス内の止水栓を閉めて、破裂した部分に布やテープを巻き応急処置を。最寄りの指定給水装置工事事業者へ修理を依頼してください。凍って水が出ないときは自然に溶けるのを待つが、タオルをかぶせてゆっくりとぬるま湯をかけます。熱湯を直接かけると水道管が破裂する危険があります。

同 水道整備課

027・898・3033



## 市長コラム Mayor's Column

「子どもは社会の宝物」です。前橋市の子育て支援の充実は全国に自慢できるものです。それでもその「宝物」が、本当に守れているのでしょうか？いじめ、虐待、不登校は、前橋にもあります。施設や制度では救えない問題が心の中にあるのです。

先日、民生委員・児童委員さんの委嘱状伝達式場で、私は委員の皆さんにお願いしました。「社会の暗闇を、皆さんの善意の光で照らしてください。」と。

そして私たち市民も、一人ひとりが正義の気持ちで社会を支えていきましょう。

暮らすまち ささえ合うまち このまちを  
小さき光 集め照らさん



山本 龍

### ○高額療養費の負担軽減制度

8月1日からの1年間でかかった外来の自己負担額を個人単位で合算し、年間上限額（14万4,000円）を超えた金額を支給します。対象は7月31日現在で、高額療養費の自己負担額の所得区分が一般か低所得者（住民税非課税世帯）の70歳から74歳までの人。ただし、月ごとの高額療養費を受ける場合には、その支給額を除きます。対象者には12月中旬以降に通知を

郵送。国保以外に加入している人は、それぞれの医療保険に問い合わせてください。

☎ 国民健康保険課

☎ 027・898・6249

### ○国保税などは税控除の対象に

今年納付した国民健康保険（国保）税や後期高齢者医療保険料、介護保険料は、税の申告で社会保険料控除の対象になります。各納付額は領収書や1月中旬に送付する口座振替済通知

書で確認を。年金引き去りの人は、日本年金機構などから送付される源泉徴収票で確認できます。また、納付確認書の請求も可能。詳しくは問い合わせてください。

☎ 国保税の納付については収納課

☎ 027・898・6226

☎ 国保税の課税内容については国民健康保険課

☎ 027・898・6250

☎ 後期高齢者医療保険料については国民健康保険課

☎ 027・898・5955

☎ 介護保険料については介護保険課

☎ 027・898・6159

### ○竹木粉碎機レンタルに補助

市内で伐採・剪定した枝や竹を粉碎する竹木粉碎機の、レンタル費用の3分の2を補助します。対象経費や補助上限額など詳しくは問い合わせください。

対象ⅡNPOや

ボランティア団

体、自治会、市

内在住の人

☎ 赤城森林事

務所

☎ 027・28

5・4116へ

### 撮影にご協力をお願いします

市では、広報まえばしやホームページ、フェイスブックなどに掲載する写真と動画の撮影をしています。紺地に「広報まえばし」と書かれた腕章を着けた職員を見かけたら、ご協力をお願いします。

☎ 市政発信課

☎ 027-898-6642

### ○不妊や不育症の治療費助成

不妊治療や不育症治療に取り組む夫婦を対象に、治療費の一部を助成します。期限までに申請できない場合は、必ず事前に子育て支援課へ連絡を。詳しくは本市ホームページをご覧ください。

申請期限Ⅱ（一般不妊治療費）

3月31日（特定不妊治療費）

治療が終了した月の3カ月後の

末日（不育症治療費）一治療期

間が終了した月の6カ月後の末日

☎ 前橋保健センター内子育て支

援課（☎ 027・220・57

03）へ直接

## お知らせ

### ○ 小型特殊自動車は申告を

取得した車両が小型特殊自動車に該当する場合は、公道を運行しない車両でも軽自動車税の申告（標識の交付）が必要です。

**車種・サイズ／最高速度**Ⅱ（農耕作業用自動車）制限なし／時速35<sup>キロメートル</sup>未満（その他の特殊自動車）長さ4.7<sup>メートル</sup>以下×幅1.7<sup>メートル</sup>以下×高さ2.8<sup>メートル</sup>以下／時速15<sup>キロメートル</sup>以下

**用意する物**Ⅱ販売店で購入した場合は販売証明書。個人から譲り受けた場合は譲渡証明書（旧所有者の住所・氏名と押印・車名・型式・排気量・車台番号の記載がある物）と車台番号が分かる物（廃車証明書や押し刷りなど）。登録者の印鑑（法人の場合は代表者印）

**申告場所**Ⅱ市役所市民税課、各支所で

**国市民税課**

☎027・898・5842

### ○ 農林業センサスにご協力を

2月1日（土）期日で全国一斉に農林業センサスを実施。この調

査は、今後の農林業政策に役立てるために5年ごとに実施しています。1月から調査員が訪問。ご協力をお願いします。調査の内容は統計以外の目的には一切使用しません。

**国情報政策課**

☎027・898・6518

### ○ おもちゃを無料で修理

おもちゃを無料で修理する、おもちゃの病院を実施します。

**日時**Ⅱ①12月22日（日）②28日（土）、10時～12時

**会場**Ⅱ①は第二コミュニティセンター（前橋保健センター内）

②はプチチャレ粕川児童館

**国ボランティアセンター**

☎027・232・3848

### ○ 危険物取扱者の資格取得

危険物取扱者試験を実施します。

**日時**Ⅱ2月16日（日）9時

**会場**Ⅱ共愛学園高（小屋原町）

など県内2カ所

**費用**Ⅱ（乙種）4,600円（丙種）3,700円

**申**1月10日（金）～24日（金）に消防局

予防課（☎027・220・4

509）へ直接

### ○ ひきこもり相談窓口活用して

本市にはひきこもりに関する相談窓口があります。ひきこもりは誰にでも起こり得るもの。悩みや苦しみを抱え込む前に、気軽に相談してください。

**国保健予防課**

☎027・220・5787

### 催し

### ○ 自衛隊の仕事を紹介します

陸・海・空自衛隊職業フェスタを開催。現役自衛官による相談会を実施します。また、職業紹介のパネルも展示します。

**期日**Ⅱ（フェスタ）1月4日（土）（パネル展示）12月23日（月）～1月4日（土）

**会場**Ⅱ中央公民館

**国自衛隊前橋募集案内所**

☎027・233・8960

### ○ 絵本や人形劇で男女共同学が

男女共同参画セミナー「親子で人形劇を観よう！」を開催。お話の会もこもこによる絵本の読み聞かせや人形劇で、男女共同参画を考えます。

**日時**Ⅱ1月25日（土）10時30分～12時



**会場**Ⅱ総合福祉会館

**対象**Ⅱ市内在住の幼児・小学生と保護者、先着40組

**申**12月19日（木）から男女共同参画センター

☎027・898・6517へ

### ○ 上電で楽しむ東京散策

上電で行く前橋市民号を開催。東京スカイツリー・天望デッキ搭乘、築地場外市場や浜離宮、浅草の散策、隅田川クルーズなどが楽しめます。寿司昼食と夕軽食の2食付です。

**集合日時**Ⅱ1月18日（土）7時5分

**集合場所**Ⅱ上毛電鉄中央前橋駅（城東町三丁目）

**対象**Ⅱ一般、先着40人

**費用**Ⅱ18歳以上1万3,600円、12歳～17歳1万2,600円、4歳～11歳1万500円

**申**12月19日（木）9時から上毛電鉄

☎027・231・3597へ



○ 前橋こども図書館

☎027・230・8833

● しおり・クリスマスカードをつくっておう！

日時 12月22日(日)14時～16時

内容 群馬医療福祉大の学生によるクリスマスカードやしおり作りのワークショップ

● 新春おたのしみ会

① 冬の昔話・民話のおはなし会

日時 11月5日(日)11時～12時

内容 11月にちなんだ昔話・民話の語り、絵本の読み聞かせなど

② 紙芝居ライブ

日時 11月5日(日)14時～15時

内容 11ギターを使った紙芝居ライブ

③ リレーおはなし会

日時 11月6日(月)へたこさんのおはなしや 11時～12時へ駒形読み聞かせの会 14時～15時

内容 11絵本・大型絵本の読み聞かせ、紙芝居、人形劇、パネルシアターなど

○ 冬の城跡を巡って楽しもう

粕川歴史民俗資料館の秋期企画展関連イベント「前橋の城跡をめぐる」を開催。大胡城跡、膳城跡、前橋城跡をバスと徒歩で巡ります。

日時 11月26日(日)9時～15時

対象 11一般、24人(抽選)

11月11日(土)(必着)までにハガキで。住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入し、〒371・0853 総社町三丁目11・



4・文化財保護課(☎027・280・6511)へ

○ 児童文化センター

☎027・224・2548

● 県こどもエコクラブ交流会

県内のエコクラブや緑の少年団が集合し、活動発表や壁新聞の展示を行います。

日時 11月11日(土)13時～15時40分

● こども公園環境教室「土の中の生き物を観察しよう」

日時 11月12日(日)13時～15時

対象 11親子、先着30人

11児童文化センターへ直接

● わくわく教室

教室名・日時 11へ①ゴムの力で飛ばし口ケットを作ろう 11月18日(土)9時30分～11時30分 ②からくりおもちゃを作ろう 11月25日(土)13時～16時 ③和太鼓を演奏してみよう! 2月1日(土)9時～12時

対象 11市内在住・在学中 ①は年

長 11小2、20人 ②は小3～小6の親子、20組 ③は小1～中2、20人(各抽選)

費用 11②は500円

11①②は11月7日(火)③は11月17日(金)(各必着)までに往復ハガキで。住所・氏名(ふりがな)・

学校名・学年・電話番号・保護

者氏名・参加希望の教室名を記入し、〒371・0013 西片貝町五丁目8・児童文化センター「わくわく教室各係」へ

恭次郎の詩の世界を歌にして

萩原恭次郎の詩を曲にのせて歌うトリビュート演奏会、「恭次郎を歌う」を開催します。

日時 11月5日(日)15時

対象 11一般、先着100人

出演 世田谷ピンポンズさん(ギター)、carry音さん(ギター)、小此木生死さん(ギター)、柳澤尚子さん(ソプラノ)、萩原朔美文学館長(朗読)など

11前橋文学館 ☎027-235-8011へ



○ 総合教育プラザ

☎027・230・9094

名作映画劇場を開催します。

日時 11月7日(火)・27日(月)、14時

対象 11一般、先着各112人

内容 11「汚れなき悪戯」(パブリート・カルボ主演)

11当日同館へ直接



## 募集

### ○子育ての支援計画案に意見を

第二期前橋市子ども・子育て支援事業計画案について、パブリックコメント（意見募集）を実施。寄せられた意見は、本市の考え方と併せて各閲覧場所でご表します。

期日 12月16日（月）～1月14日（火）  
（土日曜・祝日を除く）

閲覧場所・意見書式の配布 前橋保健センター内子育て施設課、市役所情報公開コーナー、ヘビメタ元気21まえばし（前橋プラザ元気21）内にぎわい商業課、各支所・市民サービスセンターで。本市ホームページにも掲載します  
意見書式の提出 11月14日（火）までに所定の用紙に記入し、各閲覧場所へ直接。または〒371-0014 朝日町三丁目36-17・前橋保健センター内子育て施設課（☎027・220・570



5）へ郵送かファクス（027・243・6474）、☒ [hoken@city.maebashi.gunma.jp](mailto:hoken@city.maebashi.gunma.jp) で

### ○非常勤職員を募集します

来年度の非常勤職員を募集。書類選考と作文、面接を行います。申し込み時に作文と勤務条件について聞き取りをします。所要時間は約1時間、先着順ではありません。また、事務・技能労務職の臨時職員も併せて募集。時給は930円です。詳しくは当日説明します。

募集職種・人数 ①事務職 10人 ②司書 1人 ③技能労務職 10人 ④社会教育主事 同等の経験者 1人 ⑤保健師 若干名 ⑥看護師 若干名 ⑦障害者手帳保有者 若干名  
報酬 ①④と⑦は月額15万500円 ⑤⑥は月額16万3,700円、期末手当1・45カ月分（予定）

⑧ 1月18日（土）・19日（日）、9時～16時（12時～13時を除く）に本人が履歴書（写真貼付）、筆記用具を持参して市役所11階南会議室へ直接  
問 職員課  
☎ 027・898・6507

### ○非常勤の保育士を募集

市内16カ所の公立保育所のいづれかに勤務する非常勤保育士を募集。土曜日の半日勤務と開所時間に合わせた早番・遅番のローテーション勤務があります。詳しくは本市ホームページをご覧ください。

対象 16保育士資格がある人、16人程度（選考）  
任用期間 4月1日（水）～令和3年3月31日（水）  
勤務時間 週37時間30分  
報酬 月額16万9,700円、期末手当1・45カ月分（予定）  
⑧ 1月9日（木）までに履歴書（写真貼付）と保育士証の写しを添えて、前橋保健センター内子育て施設課（☎027・220・5706）へ直接。または簡易書留郵便で。後日面接で採用を決定

### ○学校の嘱託用務技士を募集

市立小・中・特別支援学校・前橋高校に勤務する嘱託用務技士を募集します。学校の維持修繕や市庁舎との連絡用務などを行います。

対象 普通自動車運転免許を持



## 寄付

● 星野総合商事 福祉避難所の災害時備蓄物品を防災のために

ち体力がある人、15人程度（選考）  
任用期間 4月1日（水）～令和3年3月31日（水）  
勤務時間 1日6時間  
報酬 月額15万500円、期末手当1・45カ月分（予定）  
⑧ 1月6日（月）～10日（金）に履歴書（写真貼付）を持参し、市役所学校教育課（☎027・898・5812）へ直接。または簡易書留郵便で。後日面接で採用を決定

### ○工科大の有期雇用職員を募集

来年度の前橋工科大の有期雇用職員を募集します。詳しくは同大事務局で配付する募集案内が同大ホームページをご覧ください。

募集職種・人数 ①事務職員 4人（障害者区分1人（各選考））  
問 同大  
☎ 027・265・7351





スポーツ

○ ヤマト市民体育館前橋

☎ 027・265・0900

● アロマフィットネス

日時 11月15日～3月18日の水曜10回、13時30分～14時30分

対象 中学生以下を除く、40人（抽選）

費用 4,200円

● 24式太極拳後半

日時 11月15日～3月18日の水曜10回、13時30分～15時

対象 中学生以下を除く、40人

プロスポーツ試合情報



群馬クレインサンダーズ

会場はヤマト市民体育館前橋

12月30日(月)17:00・

31日(火)13:00

vs. 香川ファイブアローズ

1月2日(木)13:00

vs. 青森ワッツ

1月4日(土)17:00・

5日(日)13:00

vs. 熊本ヴォルターズ

(抽選)

費用 4,200円

● ズンバ

日時 11月16日～3月19日の木曜10回、19時～20時

対象 中学生以下を除く、40人（抽選）

費用 4,200円

※ 以上の3つは12月27日(金)（必着）までに往復ハガキで。教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒371・0816上佐鳥町460・7・ヤマト市民体育館前橋へ



講座・教室

○ 怒鳴らない子育てを学びます

怒鳴ったり叩いたりせずに子どもを育てる方法を学ぶ、ほめて育てるコミュニケーション・トレーニング（ほめトレ）を開催。詳しくは県の結婚・子育てポータルサイトをご覧ください。



日時 11月21日～2月18日の火曜3回 ① 1月23日～2月20日の木曜3回、10時～12時

会場 前橋保健センター

対象 2歳～小6の親、先着各5人

申 12月23日(月)～1月10日(金)に子

育て支援課

☎ 027・220・5702へ

○ 聴覚障害者向けAED講習

本市在住の聴覚障害者を対象に、日常生活で役立つ訓練講座「AEDで助かる命」を実施します。手話通訳があります。

日時 11月19日(日)13時30分～15時

会場 総合福祉会館

※ 当日会場へ直接

岡市聴覚障害者福祉協会・飯島さん

ファクス 027・243・4378

○ 音声文字化することを体験

要約筆記の体験教室を開催。音声情報を速く、正しく、読みやすく文字にして聴覚障害者に伝えることを学びます。

日時 2月1日(土)14時～16時30分

会場 総合福祉会館

対象 市内在住・在勤・在学の中学生以上で要約筆記を学んだことがない人、40人（抽選）

申 1月17日(金)



までにハガキで。住所・氏名（ふりがな）・電話番号を記入し、〒371・0014朝日町三丁目36・17・市保健所内障害福祉課「要約筆記体験教室受付係」(☎ 027・220・5711)へ

○ 成年後見制度を学びませんか

「楽しく学べる 成年後見笑百科」を実施。判断能力が不十分になった際に本人の意思決定支援をする成年後見制度を、分かりやすく説明します。

日時 11月25日(土)13時30分～16時

会場 総合福祉会館

対象 一般、先着300人

申 1月17日(金)までに社会福祉協議会

☎ 027・237・1261へ

○ みやぎふれあいの郷

健康体操教室「やさしいヨガ」を開催します。

日時 11月10日～3月27日の第二・第四金曜、10時30分～11時30分

対象 一般、先着各20人

用意する物 体育館履き、ヨガマット

申 各開催日に同館へ直接

## ○ 家族でひきこもりを考える

ひきこもりの若者の家族の教室を開催。ひきこもりの状態を家族が理解し、本人への家族の対応について考えます。

日時 11月9日(木)13時30分～15時30分

会場 前橋保健センター

対象 市内在住でおおむね18歳～40歳のひきこもりの人の家族、先着20人

申 1月8日(水)までに保健予防課  
027・220・5787へ

## ○ 介護予防活動にポイント付与

介護予防活動ポイントの登録研修会を開催します。

日時 11月10日(金)13時30分  
会場 総合福祉会館



申 ボランティアセンター

027・232・3848へ

## 税

## ○ 12月の納税

● 固定資産税・都市計画税第4期・国民健康保険税第6期 12月25日(水)まで

## 事業者向け

## ○ 創業スクールで夢を応援

創業スクールを開催します。創業のノウハウなどを専門家から学べます。

日時 11月21日～2月18日の火曜4回、18時30分～21時

会場 創業センター

対象 市内で起業を目指す人が開業後5年以内の人、先着20人  
申 1月17日(金)までに前橋商工会議所

027・234・5115へ

## ○ 研修など人材育成費用を補助

社外研修など人材育成の費用を一部補助します。

対象 市内に事業所がある中小企業者

対象経費・補助率 11本年中に講

習や資格取得が終わり、企業が支払った受講料や資格試験受験料(本市主催のものは対象外)や講師謝礼、会場使用料の2分の1以内。小規模企業者は3分の2(上限7万円)

申請書の配布 市役所産業政策課で。本市ホームページからダウンロードもできます

申 1月6日(月)～31日(金)に同課  
027・898・6983へ

## ○ 女性起業家のための交流会

女性の起業を応援するため、まえばし女子会を開催。ブランディング入門講座やコミュニケーション講座、アロマ体験などを行う他、参加者同士の懇親会も行います。

日時 11月18日(土)13時30分～18時

会場 創業センター

対象 11起業に興味がある女性か女性経営者など、先着30人  
費用 1,000円

申 同センター  
027・289・9666へ

## ○ 国際見本市出展費を補助

国際見本市などの展示会に出展した場合、出展費を一部補助

します。

対象 市内に主たる事業所がある中小企業者や中小企業団体

対象経費・補助率 11本年中に開催された見本市などの出展小間料、装飾費の3分の1

補助上限 11上限20万円。なお、出展企業数1001社以上の大規模展示会出展時には5万円を補助上限額に加算できます

申請書の配布 市役所産業政策課で。本市ホームページからダウンロードもできます

申 1月6日(月)～31日(金)に同課  
027・898・6983へ

## ○ キャリアデザインを考えます

キャリアアカウンセラー・桑田真理子さんを講師に、自分や職場の将来のためにキャリアデザインを考えるセミナーを開催します。

日時 11月22日(水)13時30分～15時30分

会場 11スロ×元気21まえばし(前橋プラザ元気21)

対象 11管理職候補か管理職の女性など、先着25人

申 本市ホームページで  
027・898・6985





## ○ごみカレンダーの広告を募集

来年度上半期（4月～9月）の家庭用資源・ごみ収集カレンダーの広告を募集します。詳しくは問い合わせるか、本市ホームページをご覧ください。

対象 企業や団体など（抽選）

掲載スペース 縦40ミリ×横65ミリ、24枠

費用 11枠3万円

申 1月17日（金）までに申込書に記入し、市役所ごみ減量課（☎027・898・6272）へ直接

## ○水道局車両の広告を募集

水道局の公用車に掲載する、企業などの広告を募集します。申込書など、詳しくは本市ホームページをご覧ください。

掲載スペース 軽貨物自動車の両側面ドアと後部ドア、20台  
掲載期間 4月1日（水）～令和3年3月31日（水）



費用 11台月額3,000円

申 2月28日（金）までに申込書に記入し、申込者の事業概要が分かる物と広告原稿案を添えて、水道局経営企画課（☎027・898・3017）へ直接

## ○水道局封筒の広告を募集

水道料金口座振替依頼書などの送付で使用する封筒の広告を募集します。

掲載スペース 裏面の縦100ミリ×横180ミリ

発行部数 約3万部

掲載期間 3月1日（日）から封筒が終了するまで

費用 4万4,000円

申 12月27日（金）までに申込書に記入し、広告デザインを添えて、〒371-0035 岩神町三丁目13-15 水道局経営企画課（☎027・898・3012）へ

## ○水道局だよりの広告を募集

水道局だよりに掲載する、企業などの広告を募集。本紙5月1日号から3カ月おきに4回、折り込んで毎戸配布します。

掲載スペース 裏表紙の縦45ミリ×横85ミリ、2枠

発行部数 14万7,650部  
費用 11号1枠3万円

申 各号発行日の1カ月前までに郵送で、申込書に記入し、広告原案を添えて、〒371-0035 岩神町三丁目13-15 水道局経営企画課（☎027・898・3017）へ



その他の情報

● 休日当番動物病院案内  
図録案内

☎027・283・8333



健康

## ○今からはじめる男の料理

「からだにおいしい食講座」男性限定料理のきほんを開催。管理栄養士の講話や調理実習で、健康的な食事を学びます。託児希望者は問い合わせください。

日時 1月23日（水）9時30分～13時30分

会場 前橋保健センター

対象 市内在住・在勤の男性、



先着30人  
費用 400円

申 12月23日（月）～1月15日（水）に健康増進課

☎027・220・5783へ

## ○最新のたばこ事情学ぶ講座

市民健康講座「たばこの正しい知識」を開催。話題の受動喫煙から最新の禁煙治療まで、医師が分かりやすく説明します。

日時 1月30日（水）13時30分

会場 前橋保健センター

対象 一般、先着50人

講師 二えんどう内科クリニック院長・遠藤克明さん

申 1月23日（水）までに健康増進課

☎027・220・5784へ

## ○自分に合った方法で禁煙

禁煙チャレンジ塾を開催します。呼吸一酸化炭素と尿中ニコチン代謝物の濃度を測定。保健師との面接を行い、禁煙開始から3カ月間支援します。

日時 1月15日（水）・16日（木）、9時～16時

会場 前橋保健センター

申 1月10日（金）までに健康増進課  
☎027・220・5784へ



# 休日当番医

診療時間は9時～18時。費用は休日の初診料金。

目的は、急な病気やけがなどの診療治療で、処方日数は1日～数日です。

HP  
市医師会



|           | 小児科                                           |                                                  | 内 科                                             |                                             | 外 科                                       |                                                 | 婦人科                                                    | 耳鼻科                                                  |                                                      | 眼科                                                                |
|-----------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 12月15日(日) | 石倉町こどもクリニック<br>(児)<br>石倉町五丁目<br>☎027-253-6600 |                                                  | あづまクリニック<br>(内)<br>六供町<br>☎027-220-1220         | うめだ内科クリニック<br>(内児)<br>鶴光路町<br>☎027-212-0678 | 若宮内科<br>(内児)<br>日吉町四丁目<br>☎027-234-6001   | ももかわ整形外科クリニック<br>(整)<br>荒牧町一丁目<br>☎027-233-8515 | 中嶋医院<br>(外)<br>小屋原町<br>☎027-266-1601                   | セントラルレディースクリニック<br>(婦)<br>高崎市東町<br>☎027-326-7711     | 耳鼻咽喉科<br>長谷川医院<br>(耳鼻)<br>高崎市片岡町二丁目<br>☎027-323-4196 | 下之城眼科クリニック<br>(眼)<br>高崎市下之城町<br>☎027-386-4149                     |
| 12月22日(日) | 小児科しもだクリニック<br>(児)<br>六供町<br>☎027-220-1221    |                                                  | 江木町クリニック<br>(内)<br>江木町<br>☎027-263-1101         | 上武呼吸器科内科病院<br>(内)<br>田口町<br>☎027-232-5000   | 木村内科医院<br>(内)<br>箱田町<br>☎027-253-8883     | 小坂橋医院<br>(外)<br>上泉町<br>☎027-261-2122            | こばやし医院<br>(外内)<br>広瀬町二丁目<br>☎027-263-2535              | さくらクリニック<br>(産婦)<br>上佐鳥町<br>☎027-212-2434            | 新前橋耳鼻咽喉科医院<br>(耳鼻)<br>古市町一丁目<br>☎027-253-6170        | かめい眼科<br>(眼)<br>城東町一丁目<br>☎027-260-1200                           |
| 12月29日(日) | 須田こどもクリニック<br>(児)<br>後閑町<br>☎027-265-6777     | ベル小児科クリニック<br>(児)<br>川原町二丁目<br>☎027-289-2580     | 吉野医院<br>(内)<br>三俣町二丁目<br>☎027-232-3333          | わかば病院<br>(内)<br>新前橋町<br>☎027-255-5252       | 木村医院<br>(内)<br>平和町二丁目<br>☎027-231-3070    | 掛川医院<br>(外内)<br>総社町二丁目<br>☎027-251-0415         | 山本整形外科医院<br>(整)<br>西片貝町一丁目<br>☎027-232-3069            | こすもレディースクリニック<br>(婦)<br>高崎市旭町<br>☎027-330-2215       | たかさき耳鼻咽喉科<br>(耳鼻)<br>高崎市上大類町<br>☎027-352-3341        | 丸山眼科医院<br>(眼)<br>高崎市片岡町二丁目<br>☎027-322-7178                       |
| 12月30日(月) | 栗林小児科医院<br>(児)<br>平和町二丁目<br>☎027-231-7114     | 吉田小児科医院<br>(児)<br>箱田町<br>☎027-253-7733           | 総社町内科<br>深沢医院<br>(内)<br>総社町三丁目<br>☎027-252-1333 | 田中内科クリニック<br>(内)<br>日吉町一丁目<br>☎027-231-3001 | 加藤クリニック<br>(泌内)<br>南町三丁目<br>☎027-210-6700 | 内田外科医院<br>(外)<br>西片貝町二丁目<br>☎027-224-5061       | 堺堀整形外科医院<br>(整)<br>富士見町時沢<br>☎027-260-5125             | マザーズクリニック<br>TAMURA<br>(産婦)<br>小屋原町<br>☎027-266-8803 | 竹越耳鼻咽喉科医院<br>(耳鼻)<br>住吉町一丁目<br>☎027-231-3658         | 前橋中央眼科<br>(眼)<br>下小出町二丁目<br>☎027-210-1116                         |
| 12月31日(火) | 中嶋小児科医院<br>(児)<br>江木町<br>☎027-261-9299        | すぐた医院ゆう子キッズクリニック<br>(児)<br>光が丘町<br>☎027-251-5622 | もてぎ内科医院<br>(内)<br>上増田町<br>☎027-266-5671         | 富沢医院<br>(内)<br>江田町<br>☎027-251-5414         | 紀内科医院<br>(内)<br>住吉町一丁目<br>☎027-235-5080   | 狩野脳神経外科医院<br>(脳外)<br>上泉町<br>☎027-269-5454       | リハビリ整形外科<br>みなみクリニック<br>(整)<br>川原町一丁目<br>☎027-210-3737 | 高崎市夜間休日急病診療所<br>(婦)<br>高崎市高松町<br>☎027-381-6119       | いとう耳鼻咽喉科<br>(耳鼻)<br>朝倉町<br>☎027-287-4707             | 大山眼科<br>(眼)<br>高崎市柴崎町<br>☎027-353-5473<br>高崎市浜川町<br>☎027-343-7796 |

※12月15日・29日・31日の婦人科は12時まで。13時～18時は産科婦人科館出張佐藤病院(高崎市若松町 ☎027-322-2243)で診療。

|         |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                       |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 夜間・救急など | 夜間急病診療所 ☎027-243-5111<br>朝日町四丁目9-5 内科と小児科 20時～24時<br>※日曜・祝日、年末年始(12月29日～1月3日)の9時～12時も診察。<br>救急病院案内(24時間体制) ☎027-221-0099<br>※メモの用意をしてから連絡してください。<br>こども医療電話相談 #8000 月～土曜＝18時～翌8時、<br>日曜・祝日＝8時～翌8時<br>※IP電話・ダイヤル回線からはつながりません。携帯電話からかけてください。 | 歯科<br>歯科医師会休日診療所 ☎027-237-3685<br>岩神町二丁目19-9<br>日曜・祝日、10時～12時・13時～15時                 |
|         |                                                                                                                                                                                                                                            | 薬局<br>市薬剤師会会営薬局 ☎027-223-8400<br>紅雲町一丁目2-15<br>日曜、9時30分～16時<br>※祝日は最寄りの薬局に問い合わせてください。 |

## 接骨院・整骨院の休日当番

|           |                                |                           |
|-----------|--------------------------------|---------------------------|
| 12月15日(日) | 岡本接骨院(天川大島町三丁目) ☎027-224-7873  | 斉藤接骨院(田口町) ☎027-234-9580  |
| 12月22日(日) | せきぐち接骨院(西片貝町五丁目) ☎027-226-6202 | 風香整骨院(光が丘町) ☎027-280-6178 |
| 12月29日(日) | 一貫堂接骨院(住吉町二丁目) ☎027-231-8215   | 真塩接骨院(朝倉町) ☎027-265-2494  |
| 12月30日(月) | 下沖町つばさ接骨院(下沖町) ☎027-233-1925   | 細野接骨院(駒形町) ☎027-267-7002  |
| 12月31日(火) | こいで接骨院(下小出町二丁目) ☎027-226-5547  | 北沢接骨院(幸塚町) ☎027-234-5600  |



## 広告

広告内容に関する質問などについては、広告スポンサーに直接お問い合わせください。

**フォークリフト技能講習**  
**好評受付中!** **GFC**

**前橋自動車教習所内**  
**ぐんまフォークリフトセンター**

前橋市関根町二丁目1番地18  
TEL.027-289-9988

自営業・フリーランスのみなさんに、  
ゆとりのある人生を。

今にゆとり 老後にゆとり

国民年金にゆとりをプラス。自分で入る公的な個人年金。  
**全国国民年金基金**

60歳以上65歳未満の方や海外居住されている方で、国民年金に任意加入されている方も国民年金基金に加入できます。※非居住者が支払った基金は、所得控除対象外です。

資料請求・ご相談・お問い合わせは  
お気軽に今すぐこちらへ!

全国国民年金基金群馬支部  
0120-65-4192 (平日 9:00~17:00)  
〒371-0023 前橋市本町1-4-4 FAX 027-223-6779

**おかげさまで創業20年。**  
**群馬県施工実績 No.1**

住まいの塗装・省エネ塗装のプロ集団  
**外壁塗装のミヤケン**

全メーカーの最新商品が見て触って比べて選べる  
**ミヤケンリフォーム**

相談・診断・見積 すべて無料です! 0120-286-440

**ビルに輝きを与え続ける**  
**太平ビルサービス**

**太平ビルサービス株式会社 前橋支店**

〒371-0024 前橋市表町二丁目2番6号 前橋ファーストビルディング8F  
TEL: 027-212-2320 <http://www.taihei-bs.co.jp/>

**マルエ公式アプリ配信スタート!**  
かんたんな会員登録するだけで! 限定クーポンやチラシ情報をゲット!

おトクなチラシ情報 うれしい限定クーポン お時間節約処方せん送信 かんたん管理お薬手帳 情報満載SNS連携 お役立ちお知らせ配信

ウェルカムクーポン アプリダウンロードでお好きな商品1品 **10% OFF**

**年金のお受取りはJA前橋市へ!**

新規ご契約 プレゼント **Aコープ商品券 1,000円分プレゼント!**

※お一人様一枚限り。公的年金、農業者年金、農林年金のご指定が対象です。

・・・笑顔と信頼広げよう「ありがとう」の気持ち!・・・

**JA前橋市** 〒379-2161 前橋市富田町 2400-1  
☎027-261-3000 <http://www.jagunma.net/maebashi/>

**建物解体工事**

木造住宅・鉄骨建物・倉庫工場事務所 **見積無料**

ご一報次第参上致します。

○丁寧な仕事で喜ばれております ○一般の価格より安くできます ○建築業者様の問合せも歓迎です

総合建設業 群馬県知事許可(般-13)第19860号  
027-251-0045 **平成土地建物株式会社**  
090-4818-4206 前橋市大友町2丁目5番地4号  
FAX 027-255-5857

**ご好評につき第2弾**

お取り扱い期間 **2019年12/2(月)~2020年3/27(金)**

新本店オープン記念 **定期預金 0.5%** (税引後0.398%)  
お預入期間 **3年** 年利 (非組合員 0.4% (税引後0.318%))

●お預入金額/1契約50万円以上 ●お預入できる方/個人及び法人のお客さま  
●募集金額/400億円 ●本商品は預金保険制度の対象であり、同制度の範囲内で保護されます。●店頭で説明書をご用意しております。詳しくは窓口までお問い合わせください。

ともに羽ばたこう未来へ 前橋支店 ☎(027) 252-2301  
横浜幸銀信用組合 〒371-0844 群馬県前橋市古市町1-5-4

**広報まえばしがアプリで多言語対応します。**

広報まえばしがスマートフォンやタブレット端末の無料アプリ(カタボケ)で閲覧できます。  
対応言語は日本語、英語、中国語(繁体・简体)、韓国語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語です。

問 市政発信課 ☎ 027-898-6642

**広報まえばしに広告を掲載しませんか?**

左から特別広告、通常広告、一面広告の掲載枠があります。

空き状況や価格などはホームページをご覧ください

問 市政発信課 ☎ 027-898-5847



## 前橋のまちかどから

## 礒島町：生涯学習の成果を発表



礒島町で11月23・24日に、生涯学習発表会を開催しました。「礒島町は町内の生涯学習活動が盛ん。元気な高齢者が多く、健康寿命が長いのが自慢です」と今井自治会長。その言葉どおり、作品展示では日頃の活動が伺える完成度の高い作品の数々が展示されました。また、以前は養蚕を行っていた施設を活用しダンスやカラオケを披露。パワフルなステージ発表となりました。



## 元気まえばしっ子

GENKI MAEBASHI KIDS

2歳になる子を紹介しています



こはる  
渡辺 小春ちゃん  
文京町一丁目



ゆうま  
細野 悠真ちゃん  
元総社町



なつ  
木村 菜津ちゃん  
上大島町



しゅうせい  
齋藤 柊青ちゃん  
池端町



ちゅう  
小野澤 ゆずちゃん  
元総社町



たいよう  
柳井 太陽ちゃん  
富士見町米野

☺ 平成30年4月2日～平成30年8月1日生まれの子の募集記事は、1月1日号に掲載予定です。☺

## 編集後記



気が付けば、今年もうすぐ終わり。本紙もこれが今年最後の号です。そして、第2期ワカモノ記者のページも、取材は今回が最後でした。このコーナーでは、会議でそれぞれが取材したい場所などを提案し取材先を決定しています。具体的

にどんな活動をしているの?と気になるけれど一人では訪ねにくい。そんな場所にも訪れることができます。来年には第3期のワカモノ記者を募集予定です。まだまだ知らない市内の活動を、来年も一緒に探っていきたいと思います。(須藤)

# 年末ジャンボ

# 10億円

1等 7億円×23本・前後賞各1億5,000万円  
2等 1,000万円×69本  
年末ラッキー賞 2万円×46,000本  
(23ユニットの場合 ※1ユニット2,000万円)

# 年末ジャンボミニ

# 5,000万円

1等 3,000万円×72本・前後賞各1,000万円  
2等 100万円×1,800本  
(18ユニットの場合 ※1ユニット1,000万円)

2種類同時発売! 各1枚300円

発売期間 11/20(水)→12/21(土)

株式会社イーエルエム  
前橋支店

〒371-0023 前橋市本町2-2-12  
前橋本町スクエアビル  
TEL: 027-235-2231

チャンスセンター売り場  
サイト  
<https://takarakujichance.jp/kanto/gunma/>



広告内容に関する質問については、広告スポンサーに直接問い合わせてください。