

前橋の人口: 33万5,933人
男: 16万4,492人
女: 17万1,441人
世帯数: 14万9,905世帯
1月末日現在

もうすぐ ひな祭り

宮城地区などで
育てられる桃の花。
この時季は
出荷作業で大忙しです。
女の子の健やかな
成長を願い、
心を込めて
作業します。



知ってほしい、 たばこのこと

あなたのために、
大切な人のために

病気になりやすい、受動喫煙はよくない
などと、さまざまところで話題になる「た
ばこ」のこと。4月からは、受動喫煙防止対
策が強化されます。この機会にもう一度、
たばこのリスクを知っておきませんか。

☎ 健康増進課 ☎027-220-5784

大切な、あなたへ。

たばこは体に悪いという話は
もう聞き飽きたかもしれませ
ん。

でも、あなたには

たばこのせいで病気になってほ
しくない。
健康に長生きしてほしい！

だからもう一度、考えてみて
ください。
たばこのこと。

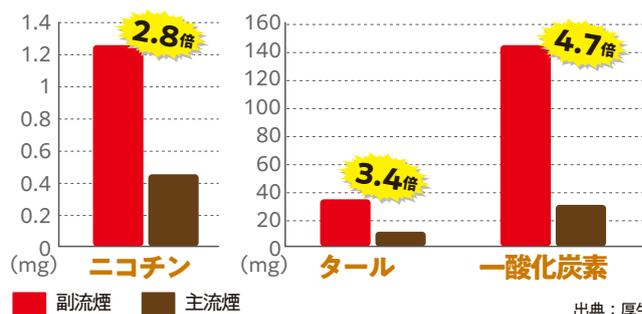
もう一度伝えたい たばこのリスク

皆さんが知っているのとおり、た
ばこの煙の中には健康に害がある
物質がたくさん。化学物質は約5、
300種類、発がん性物質は約70
種類も含まれています。

有名なものにたばこへの依存性
を高めるニコチンや、がんの原因
となるタール、酸素不足につなが
る一酸化炭素があります。実はそ
の他にも、殺虫剤に含まれるもの
や、ライター燃料に含まれるよう
な物質まで入っているのです。
これらの有害物質は血液をととし
て全身に。がんや脳卒中、心筋梗
塞などの病気を引き起こす原因に
なります。

また、せきやたん、息切れの症
状が出ている人は、単に年齢のせ
いではないかもしれません。慢性
閉塞性肺疾患（COPD）の可能
性があります。平成29年のこの病
気による死者数は約1万8、5
00人。穴だらけになり壊れてし
まった肺は元に戻ることはなく、
たばこを吸い続ける限り症状は悪
化してしまいます。

フィルター付き紙巻タバコ1本あたりの発生量



出典：厚生労働省

たばこを吸っていないのに… 受動喫煙の怖さ知っていますか

本人がたばこを吸っていないか
も、他の人が吸ったたばこの煙や
吐き出す煙を吸い込んでしまう受
動喫煙。近年、この受動喫煙が問
題に。喫煙者が直接吸い込む主流
煙よりも、たばこの先から出る副
流煙に多くの有害物質が含まれて
いるためです（右図のとおり）。



受動喫煙によって肺がんや脳卒中などの病気になったり、妊娠・出産に影響を及ぼしたりします。特に子どもは健康被害を受けやすく、中耳炎やぜんそく、乳幼児突然死症候群などを引き起こす一因に。日本では、年間1万5,000人が受動喫煙で亡くなっているといわれています。

また、使用者が増えていく加熱式たばこにもリスクがあります。副流煙は出ませんが、吸っている人の口から吐き出される霧やミストには、ニコチンや発がん性物質が含まれています。

今こそ禁煙の時！

一緒にチャレンジしませんか

たばこを吸う本人にも、その周りの人にも、影響を及ぼしてしまいうたばこ。

「吸わない方がいいのは分かっているけれど、なかなかやめられない…」

「今さらやめてももう遅いんじゃないか」

そんなことはありません。たばこをやめた直後から、さまざまなリスクがなくなります。また、禁煙が続かないのは意志が弱いからではありません。たばこの中のニコチンが、たばこをやめにくくしているのです。

ニコチン依存の程度によって、一人一人に適した禁煙方法があります。前橋保健センター内健康増進課では、保健師があなたに合った禁煙方法を紹介。一緒に禁煙にチャレンジします。気軽に相談してください。

マナーからルールへ 禁煙エリアが広がります

たばこを吸わない人を受動喫煙から守るため、健康増進法が改正に。4月1日から全面施行されます。昨年7月から敷地内禁煙になった学校や病院などに加え、飲食店やオフィスなども原則屋内禁煙になります(*)。違反した事業者は罰則が科せられることがあります。

たばこを吸う人も吸わない人も、新しい法律を遵守し、社会全体で望まない受動喫煙をなくしていきましょう。

4月から変わることその1

喫煙エリアには標識を掲示



喫煙設備のある店や施設には標識が掲示され、喫煙エリアがすぐに分かるようになります。

4月から変わることその2

20歳未満は立ち入り禁止に



20歳未満の人は、喫煙を目的としない場合でも、喫煙エリアへの立ち入りはできません。たばこが吸える店舗での飲食や、アルバイトで働く場合も同様です。

※経過措置により引き続き喫煙できる飲食店もあります

山本市長が再選

4年間の市政運営を担います

☎ 選挙管理委員会事務局 ☎027-898-6742
市政発信課 ☎027-898-6642

任期満了に伴う市長選挙と、市議会での欠員補充のための市議会議員補欠選挙が2月9日に行われました。開票は市立前橋高体育館で行われ、即日開票の結果、山本氏が再選。これから4年間、市政運営を担います。任期は令和6年2月27日(火)までです。

翌日行われた当選証書付与式では、選挙管理委員会・三橋委員長から当選証書が手渡されました。得票結果などは下表のとおりです。



さまざまな考え方を否定せず、取り入れながら市民全体の暮らしを支えることが私の役割です。その姿勢こそ信頼を生むものです。各地で市民から託された夢を実現していきます。

何をするにしても財源には限界があります。政策の実現のために、「やりくり」をすることが大事です。例えば、清掃工場の在り方に関しても、市民の皆さんのごみを減らす努力によって長持ちさせることができるはずです。

「やりくり」こそ「生きやすい前橋」をつくるために大事なことです。「やりくり」とは、市民の協力をいただきながら無理や無駄をなくすことです。そのためには市政への信頼が最も必要です。

さあ、一緒に、健康長寿と生きがい、高齢者や障害のある人の便利な移動手段、若者を呼び戻す産業と雇用、子育ての安心、文化・スポーツ・歴史の誇りなど、未来の宝を磨いていきましょう。私はその先頭に立ちます。

山本 龍

投票率	
市長選挙	
当日有権者数	277,549人
投票した人	119,787人
投票率	43.16パーセント
市議会議員補欠選挙 当日有権者数は同上	
投票した人	119,579人
投票率	43.08パーセント

市長選挙の投票結果(敬称略)				
当	4万9,565票	山本 龍	60歳	無所属
	3万9,439票	岩上 憲司	47歳	無所属
	1万2,564票	中島 資浩	48歳	無所属
	9,428票	店橋 世津子	58歳	無所属
	7,597票	佐田 玄一郎	67歳	無所属
	277票	海老根 篤	72歳	無所属

市議会議員補欠選挙の投票結果(敬称略)				
当	23,652	入澤 繭子	45歳	無所属
当	23,027	小岩井 僚太	26歳	無所属
当	22,115	林 倫史	34歳	無所属
	17,374	吉田 直弘	41歳	日本共産党
	9,918	遠山 真大	57歳	無所属
	8,218	前田 みか子	48歳	NHKから国民を守る党

防災マップで指定避難所の場所を確認しましょう。

家庭では最低でも3日分の水や食糧の備蓄を行いましょう。



防災アドバイザー 蛭川 勝美 都丸 典昭

今まさに起きるかも… 地震への備え入念に

固 防災危機管理課 ☎027・898・5935

3月11日(水)で東日本大震災発生から9年が経過。本市でも、地震はいつか必ず発生すると考えてください。市内に最も大きな被害をもたらすとされる深谷断層帯の活断層型地震では、震度5弱から6強の揺れが想定されています。想定される地震を知り、正しく恐れ、減災対策をしましょう。

地震が起きたらまずは「姿勢を低く」、「頭を守り」、「動かない」という3ステップの安全確保行動をとってください。



防災危機管理課長 川田 信也

時の行動をあらかじめ確認しておきましょう。連絡方法や集合場所、避難場所を相談しておくことが大切です。

● 災害発生日に合わせ試験放送

東日本大震災が発生した3月11日(水)の10時から、防災ラジオを緊急起動させて試験放送を行います。実際の災害と間違わないように注意してください。また、同日14時46分からは犠牲者追悼のサイレンが防災行政無線から流れます。

● 情報収集はひろメールで

登録制のメールで気象情報や災害情報を配信しています。左記二次元コードを読み取るか、touroku.maebashi-city@raidenn.ktaiwork.jpに空メールを送信して登録できます。



● 被害を減らすためのポイント

自宅や職場では、家具の固定や建物の耐震化などが命を守るための重要な対策の一つです。また、大地震の時には電気や水道が遮断されてしまうことを考え、最低3日分の食料と飲料水、携帯トイレ、必要があれば薬やミルクなども備えましょう。指定避難所には災害備蓄がありますが、この備蓄量が十分とは限りません。一人一人が自分と家族を守る分の防災備蓄を整えておくことが大切です。そして、家族や身近な人と非常

ジェネリック医薬品への疑問に答えます

固 国民健康保険課 ☎027-898-6249

Q ジェネリック医薬品とは

A 新薬(先発医薬品)と同等の効き目や安全性をもつ、安価な薬です。

Q なぜ安いのか?

A 特許が切れた後に発売されるので、薬の開発にかかる莫大な研究費用と時間が抑えられるからです。

Q 効き目も副作用も同じ?

A 飲みやすさを考えた改良によって大きさや色、味、添加物などは違う場合がありますが、新薬と同じ有効

成分を同じ量含有し、効き目は同等です。副作用は新薬、ジェネリック医薬品に関係なく起こる可能性があります。不安な場合は、医師や薬剤師に相談してください。

Q 全ての薬にジェネリック医薬品が存在するの?

A まだジェネリック医薬品が出ていない薬もあります。また、医薬品の取り扱いは医療機関や薬局によって異なります。必ずしもジェネリック医薬品の取り扱いがあるとは限らないため、注意が必要です。

駒形小PTAの取り組みが 文部科学大臣表彰を受賞

☎ 学校教育課 ☎027-898-5865

キャリア学習プログラムを行う駒形小PTAが、「第13回キャリア教育優良教育委員会、学校及びPTA団体等文部科学大臣表彰」を受賞しました。

3年前から駒形小で行われているこのプログラムは、6年生の児童が数人ずつの班に分かれて地域の企業を取材。仕事内容や働くことの意義などについて学ぶことを目的としています。この活動はPTAが主体となり、企業への協力依頼やプログラムの企画運営を実施。地域の企業と学校をつなぎ、子どもたちの職業理解や地域理解を深めています。



引っ越しなどの時季に合わせて 休日に臨時窓口を開設します

☎ 各窓口

3月28日(土)と29日(日)、4月4日(土)と5日(日)に下表のとおり臨時窓口を開設。転入・転出などの住民異動手続きの他、国民健康保険、児童手当などの手続きができます。

開設時間=8時30分~17時15分

開設日	開設窓口 問い合わせ	取り扱い業務
3月28日・ 29日・ 4月4日・ 5日	市民課 ☎027-898-6106	住民異動・戸籍の受け付け(※1)、印鑑登録申請の受け付け、国民年金資格届の受け付け、住民票の写し・印鑑登録証明書・戸籍謄抄本などの交付、国民年金に関する相談、マイナンバーカードの交付など
	国民健康保険課 ☎027-898-6250	国民健康保険証の再交付、国民健康保険資格の受け付け、高額療養費支給申請、減額認定証交付申請などの受け付け、後期高齢者医療の届け出、保険料納付の手続き、子ども医療費などの福祉医療費の申請手続きなど
	子育て支援課 (市役所2階児童手当窓口) ☎027-224-1111 (内線3277)	児童手当、児童扶養手当受給手続きなど
3月29日・ 4月5日	学校教育課 ☎027-898-5812	小中学校の転校手続きなど(※2)

※1 一部の届け出は取り扱いできない場合があります。事前に問い合わせてください。

※2 学校へは月曜日以後に書類を提出してください。

新型コロナウイルス 帰国者・接触者相談センターを開設

☎ 帰国者・接触者相談センター

☎027-220-1151 (平日8時30分から17時15分まで)

上記センター開設時間外で緊急の場合は市役所当直

☎027-224-1111

新型コロナウイルスの相談を受け付けるコールセンターを、市保健所内に開設しました。開設時間は平日の8時30分から17時15分までです。相談は厚生労働省(☎0120-565653)でも受け付けています。同省の電話相談は9時から21時までで、土日曜・祝日も実施しています。

感染症予防には咳エチケットや石けんを使った手洗い、うがいなど予防対策をお願いします。

正しい手の洗い方



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらと手の甲をよくこすります。



指先と爪の間を念入りこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いし、最後に手首も洗います。

歴史残る城南地区で
伝統芸能と能楽がコラボ

固文化国際課
☎027・898・6992

伝統芸能の保存・継承のため、伝統芸能と能楽を組み合わせた演能形式のイベントを開催。東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開閉会式演出で総合総括を務める、野村萬斎さんが狂言に出演します。申し込みは3月9日(月)から4月10日(金)までにハガキで。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。
期日 5月16日(土)



下平 克宏さん



野村 萬斎さん



狂言「蚊相撲」

● 産泰神社太々神楽

時間 14時～15時

会場 産泰神社(下大屋町)

対象 一般、100人(抽選)

内容 産泰神社太々神楽、舞囃子

「絵馬」

出演 下平克宏さん他

● 二之宮式三番叟・新能まつり

時間 16時30分～20時

会場 二宮赤城神社

対象 一般、400人(抽選)

内容 二之宮式三番叟、狂言「蚊相撲」、能「鶉飼」

出演 野村萬斎さん、下平克宏さん他

さん他

引越し大名・前橋藩主
松平家の歴史に迫ります

固文化国際課
☎027・898・6992

江戸時代に前橋を治めた前橋四公の一つである前橋藩主・松平大和守家の功績を発信するため、前橋藩主松平大和守家顕彰祭を開催します。松平家の家宝・天下三名槍「御手杵の槍」の展示や映画「引越し大名!」の原作者による講演会も行います。
期日 4月26日(日)

● 前橋ゆかりの刀剣展

松平家の家宝「式部正宗」(復刻)の初お披露目や、本市ゆかりの刀剣類の展示、刀匠の銘切り実演を実施します。

時間 9時～16時

会場 群馬会館(大手町二丁目)

● 前橋四公教養講座

映画「超高速!参勤交代」などで知られる脚本家の土橋章宏さんが、「引越し大名!松平大和守家」と題して講演会を行います。

時間 10時30分～11時30分

会場 群馬会館(大手町二丁目)

● 武者行列の参加者募集

歴史衣装を着て、前橋東照宮から前橋公園まで行進します。

対象 高校生以上で体力に自信がある人、先着20人

申し込み 3月25日(水)までに文化国際課へ

時間 10時30分～11時30分



会場 群馬会館(大手町二丁目)

対象 一般、400人

申し込み 4月20日(月)までに文化国際課へ

● 武者行列の鉄砲隊演武

松平家ゆかりの鉄砲隊が行進。前橋城跡で、鷹匠放鷹術や火縄銃などの演武を披露します。

時間 14時～15時30分

会場 前橋東照宮、前橋公園

出演 前橋藩火縄銃鉄砲隊、上州猛禽会、前橋華龍太鼓

● 前橋城うまいもの市

前橋公園に飲食などの露店が出店します。

時間 11時～15時

会場 前橋公園

● 武者行列の参加者募集

歴史衣装を着て、前橋東照宮から前橋公園まで行進します。

対象 高校生以上で体力に自信がある人、先着20人

申し込み 3月25日(水)までに文化国際課へ

時間 10時30分～11時30分

会場 群馬会館(大手町二丁目)

● 武者行列の参加者募集

歴史衣装を着て、前橋東照宮から前橋公園まで行進します。

対象 高校生以上で体力に自信がある人、先着20人

申し込み 3月25日(水)までに文化国際課へ

04 赤城の魅力 自転車で再発見

☎ 赤城自然塾 ☎027-212-2611

赤城山周辺を自転車で周遊する「AKAGI サイクルスタンプラリー」を開催します。参加には専用サイトでスマートフォン登録が必要。スタンプポイントに設置した二次元コードを読み込み、獲得したスタンプ数に応じて特典交換と景品応募ができます。詳しくは赤城山プロモーションサイト、AkagiTripをご覧ください。

期日=3月1日(日)~5月31日(日)



05 3月12日(木)は世界腎臓デー 予防の相談も受け付けています

☎ 健康増進課 ☎027-220-5708

3月12日(木)は世界腎臓デー。成人の約8人に1人が発症し、新たな国民病といわれている腎臓病。糖尿病などの生活習慣病との関連が深く、誰もがかかる可能性のある病気ですが、初期症状がほとんど無く、軽症でも心筋梗塞や脳卒中へとつながる可能性があります。病気が進行すると、人工透析などの治療が必要となることも。群馬県は、人口10万人対の2017年糖尿病性腎症による新規透析導入患者数が全国で最下位です。早期発見のために年に一度は健康診査を受け、体の状態を確認することが大切です。市では、保健師や管理栄養士、歯科衛生士による健康相談を随時実施。気軽に相談してください。

06 オリジナル曲からカバー曲まで あたたかくやさしい歌声届けます

☎ 昌賢学園まえばしホール ☎027-221-4321

三浦祐太郎「Live Tour 2020 “Blooming Hearts”」を開催します。

日時=6月6日(土)15時

会場=昌賢学園まえばしホール

費用=全席指定5,500円

申し込み=3月14日(土)から同館ホームページで(15日(日)からは同館窓口でも販売)



三浦 祐太郎さん



三遊亭 円楽さん



三遊亭 竜楽さん

01 観光大使が伝える 前橋の魅力発信落語会

📍 昌賢学園まえばしホール ☎027-221-4321

群馬デスティネーションキャンペーンを記念して落語会を開催。まえばし観光大使の三遊亭円楽さんと三遊亭竜楽さん、本市出身の立川がじらさんらが、笑いをとおして前橋の魅力を発信します。

日時=5月17日(日)14時

会場=昌賢学園まえばしホール

費用=3,000円

申し込み=同館へ

03 マンドリンの音色響かせて 朔太郎音楽祭出演者を募集

📍 前橋文学館 ☎027-235-8011



10月18日(日)に昌賢学園まえばしホールで朔太郎音楽祭を開催。出演者を募集します。指揮は音楽監督の青山忠さんで、青山涼作曲「オリエントの航路」などを

02 家族や友人と 赤城山でタスキをつなごう

📍 まちづくり公社 ☎027-289-4764

赤城山の自然を舞台に、リレー形式でタスキをつなぐトレイルリレーマラソンを開催。アフターパーティーなどのイベントもあります。

日時=5月23日(土)12時20分

会場=赤城青少年交流の家(富士見町赤城山)

費用=一般3,500円、中学生以下2,000円

申し込み=4月30日(木)までに大会公式ホームページで



演奏します。対象は既に楽団に所属しているか、個人レッスンを受けていて楽器(マンドリンやマンダラなど)や譜面台を準備でき、全てのレッスンに参加し、当日演奏会に出演できる大学生以上の人、先着30人です。練習はK'BIX元気21まえばし(前橋プラザ元気21)などで、7月12日(日)・9月12日(土)・13日(日)・20日(日)・21日(月)・10月3日(土)・11日(日)・17日(土)に行います。申込書は市役所文化国際課、中央公民館、前橋文学館、昌賢学園まえばしホールで配布。前橋文学館ホームページからダウンロードもできます。

申し込み=4月18日(土)までに郵送で。申込書に記入し、〒371-0022千代田町三丁目12-10・前橋文学館へ

いきいき
まえばし人

花の展覧会で最高賞を受賞

吉原 一夫さん・43歳

堀越町



日本一のバラを育てる熱意

国内最大規模の花の展覧会「関東東海花の展覧会」で、吉原さんのバラが最高賞の農林水産大臣賞に輝いた。

「受賞した品種はマンゴリーバとって、名前のとおりマンゴーのような鮮やかなオレンジ色が特徴です。昨年春から植え始めた新しい品種で、前例がないので品種が持つ特性が分からなく、試行錯誤の日々でした。今までの経験を生かしながらの手探り状態でしたね」

それでも美しく育て上げられたのは、吉原さんのバラへの熱意があつてこそ。「天気や気温といった条件は毎日変化します。バラの様

子をじっくり見て、液肥をあげたり、ハウス内の温度を調節したりして、丁寧に向き合うことを心掛けています」

栽培したバラは都内の市場などに週3回出荷。花屋を通じて、消費者の手に渡る。

「組合員8人が異なる品種を栽培して、組合としては約60品種出荷しています。バラの用途は結婚式やパーティ、葬儀などさまざま。消費者のニーズに応えられるような体制を取っています」

「組合員同士、いいところをまねし合っています。レベルを高め合いながら、全国からもっと選ばれるバラを作り続けたいですね」

COOL CHOICE

eco 活!

まえばし
クールチョイス通信

最終回

固環境政策課
☎ 027-898-6292

フードマイレージとは?



食料の輸入量×輸送距離で求められる指標です。

輸入品など、遠く離れた地域で生産された食品は輸送にエネルギーがかかります。

地産地消の食材は、新鮮なだけでなく、環境への負荷が少ないという特徴もあります。

地球温暖化防止のため、環境にやさしい行動や製品を賢く選ぶ「クールチョイス」。このコーナーでは、いつもの生活をエコに、お得に変えるヒントをお届けします。最終回のテーマは「キッチンでできるエコ」。毎日の食料選びや調理での取り組みを紹介します。

地元で採れた旬の食材を味わう地産地消は、実は環境にも優しい取り組み。輸入品は安価で賢く省エネ、時短をしながら、地元の旬の食材を楽しみましょう。

ですが、輸送や栽培に多くのエネルギーが消費されています。調理での省エネには、炒める、ゆでるといった加熱の時間を減らすことが最も大切。食材はできるだけ薄く、細かく切ること、火のとおりが早くなります。電子レンジを活用した下ごしらえも手軽で便利。葉物野菜の場合は、少量の水と塩を加えて耐熱容器に入れてラップを。500ワットで30秒ほど加熱するだけでゆで上がります。鍋でゆでるよりも節水になり、調理時間も大幅に短縮。年間で1,000円以上の光熱費を節約でき、野菜の栄養が損なわれにくいのもポイントです。ジャガイモやニンジンもあらかじめレンジで火をとおしておくことで、煮崩れを防止できます。

クローズアップ CLOSE UP

アートからまちを知る

アーツ前橋の企画展「前橋の美術2020 - トナリのビジュツ」。この関連イベントとして街なか展示ツアーを実施。アーティストによる案内で6カ所の館外展示を鑑賞。美術をとおしてまちを知るツアーとなりました。企画展は3月15日(日)まで開催しています。



十人十色の妖怪が誕生

2月15日にこども図書館のイベント、妖怪のお面作りを開催しました。講師は絵本作家の野村たかあきさん。自由な発想で、と子どもたちに呼び掛けました。段ボールや空き箱、絵の具などを使って思い思いにお面を作成。十人十色、さまざまな色形のお面が完成しました。



野鳥観察会で自然満喫

嶺公園で2月16日、野鳥観察会を開催しました。老若男女50人が参加し、4つの班に分かれて散策。約2時間かけて園内を一周しながら野鳥を探し歩きました。会の最後には各班で見つけた野鳥の種類を報告し合う「鳥合わせ」を実施。この日は36種類の野鳥が確認できました。

くらしの情報



お知らせ

マイキーDの設定を支援

来年度に国が実施するマイナポイントに必要な、マイキーDの設定支援を実施中。各会場での実施日程は左表のとおりです。設定にはマイナンバーカードと4桁の暗証番号が必要です。

FMぐんまラジオ公開生放送イベント

FMぐんままで放送中の「教えて！マイナポイント」。申し込みや利用方法、設定した人の声などを紹介するこの番組の公開生放送イベントを行います。会場ではマイキーD設定支援も

マイキーID設定支援日程	
会場	期日
大胡支所	3月2日(月)～6日(金)・16日(月)～19日(木)・30日(月)・31日(火)、9時～17時
富士見支所	3月9日(月)～13日(金)・23日(月)～27日(金)、9時～17時
ガーデン前橋	3月1日(日)・7日(土)～15日(日)・20日(金)～22日(日)・28日(土)・29日(日)、10時～18時
市役所1階特設窓口	平日・3月28日(土)・29日(日)、9時～17時

を行います。設定支援と公開生放送について、詳しくは本

市マイナポイント特設ページをご覧ください。



日時 3月14日(土)10時～17時

会場 ガーデン前橋(小屋原町)

未来の芽創造課

☎027・898・6427

病児・病後児保育施設を開設

4月1日(水)から大胡第2こども園(堀越町)敷地内に、病児・病後児保育施設、大胡チャイルドサポートが開設します。利用には事前の予約が必要です。詳しくは子育て施設課(☎027・220・5706)に

問い合わせるか、本市ホームページをご覧ください。

費用 2,000円(生活保護

被保護世帯は無料。住民税非課

税世帯は補助制度あり)

☎大胡チャイルドサポート

☎027・212・1551へ

お彼岸の墓参りにバスを増発

3月17日(火)から23日(月)まで、嶺公園行きの臨時バスを運行。

□ 業務時間

本庁・支所・市民サービスセンター
※B×2元気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

嶺公園行き臨時バス時刻表(増発のみ)

運行日	3月17日(火)～23日(月)	土曜・祝日				
		通過予定時刻				
行き先	停留所					
嶺公園	前橋駅	7:10	9:00	11:10	13:25	15:19
	坂下	7:12	9:02	11:12	13:27	15:21
	中央駅	7:13	9:03	11:13	13:28	15:22
	県民会館前	7:15	9:05	11:15	13:30	15:24
	附属小前	7:16	9:06	11:16	13:31	15:25
	若宮十字路	7:18	9:08	11:18	13:33	15:27
	県営住宅前	7:22	9:12	11:22	13:37	15:31
	小神明三叉路	7:24	9:14	11:24	13:39	15:33
	勝沢十字路	7:26	9:16	11:26	13:41	15:35
	嶺公民館前	7:29	9:19	11:29	13:44	15:38
前橋駅	嶺公園管理事務所	7:34	9:24	11:34	13:49	15:43
	嶺公園	7:40	9:30	11:40	13:55	15:49
	嶺公園	8:15	10:05	12:00	14:05	15:55
	中央駅	8:36	10:26	12:21	14:26	16:16
	前橋駅	8:45	10:35	12:30	14:35	16:25

*料金はJR前橋駅北口から嶺公園まで、片道560円です。

直接

教育委員会事務局総務課

☎027・898・5802

献血にご協力ください

献血へのご協力をお願いします。血液検査の結果郵送や景品プレゼントもあります。

日時 3月5日(木)～31日(火)、10時～13時・14時～17時30分

会場 前橋献血ルーム(南町三丁目)

☎同館

☎0120・805・871

教育委員会3月定例会傍聴

教育委員会定例会の傍聴ができます。

日時 3月17日(火)15時

会場 市役所11階南会議室

対象 一般、先着10人

☎当日14時30分～50分に会場へ

○農地変更は申し出が必要ですよ

農用地区域内の農地を、住宅や露天駐車場などに使用するため同区域から除外を希望する所有者は、事前相談してから申し出てください。要件や書類など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。

対象区域 市内の市街化調整区域（農用地区域外の農地を除く）と大胡・宮城・粕川・富士見地区の農用地区域

用意する物 除外要件説明書、土地利用計画書、土地登記事項証明書、公図、印鑑など

申 4月1日(水)～20日(月)に市役

市政ラジオ番組

M-wave. 84.5MHz

○まえばし情報ステーション

5分番組

旬な前橋をお伝えします。

[月～金] 7:54

再放送は17:54

○10分番組

健康、子育て、環境、観光、文化・芸術、生涯学習など、さまざまなジャンルの番組を10分間でお届けします。

[毎週木土曜] 9:49

再放送は木曜18:20

土曜13:49

所農政課 (☎027・898・6702) へ直接

○壊れたおもちゃを修理します

おもちゃの病院を実施します。

日時 ①3月8日(日) ②15日(日) ③

17日(火) ④21日(土)、10時～12時

会場 ①は南橋市民サービスセンター ②は総合福祉会館 ③は城

南支所 ④は宮城公民館

☎027・232・3848

☎027・232・3848

○総合福祉会館の予約受付会

7月から9月までの、総合福祉会館と第四コミュニティセン

ターの施設利用予約受付会を開

催。予約受付会の翌日からは電

話と窓口で予約を受け付けます。

受付日時 4月8日(水)8時30分～

55分

受付会場 総合福祉会館

☎027・237・0101

☎027・237・0101

17時に同館

○リサイクル庫の設置場所変更

分別した紙や衣類などを搬出できるリサイクル庫を、4月1

日(水)から新たに六供清掃工場に設置します。亀

泉清掃工場と大胡クリ

ーンセンター

のリサイ

クル庫は、各工場閉場に伴い、

閉鎖します。

☎027・898・6272

☎027・898・6272

☎027・898・6272

☎027・898・6272

○引っ越しごみは計画的に

3月は引っ越しに伴う違反ご

みが多く排出され、地域住民の

迷惑となっています。ごみ出し

ルールを守って気持ちよく新生

活をスタートしましょう。

●ごみ集積場所へ排出

分別して、家庭用資源・ごみ

収集カレンダーの日程どおり集

積場所に出しましょう。1回に出せるごみの量は20kgまでです。

●清掃工場へ自己搬入

粗大ごみや、一度に大量のご

みを処分する場合は、ごみ集積

場所には出せません。分別して

直接清掃工場へ搬入してください。

●ごみの種類によって、搬入

先の清掃工場が下表のとおり異



ごみ種別	施設名	
	3月31日(火)まで	4月1日(水)から
可燃	亀泉清掃工場 (亀泉町265) ☎027-269-1783 大胡クリーンセンター (堀越町610) ☎027-283-4924	六供清掃工場 (六供町1536) ☎027-224-0130
	荻窪清掃工場 (荻窪町677) ☎027-269-0621 富士見クリーンステーション (富士見町石井1873-2) ☎027-230-5300	
不燃・粗大		

※搬入の際は、必ず工場へ事前に連絡してください。
 ※受付時間は、8時30分から11時45分まで、13時から16時30分まで
 ※家庭ごみ200kg以下は無料、200kgを超えた部分は有料 (10kgにつき180円)

●家電4品目の処分方法

テレビや冷蔵庫(冷凍庫)、洗濯機(衣類乾燥機)、エアコン

などは市で取り扱いません。販売店

などに依頼するか、郵便局でリ

サイクル券を購入し、県内5カ

所にある指定引取場所に持ち込

んでください。

☎027・898・6272

☎027・898・6272

☎027・898・6272

○ 市民の茶席

気軽に参加できる市民の茶席を開催します。

日時 3月25日(水)10時～15時

会場 中央公民館3階ホワイエ

固前橋茶道会・今井宗睦さん

☎027・232・1314

○ 自然に触れる一日を

グリーンバス「巨樹・古木巡りツアー」を開催。西毛コースと利根沼田コースがあります。

日時 4月12日(日)8時45分～17時

集合場所 県前橋合同庁舎(上

細井町)

対象 市内在住の16歳以上、各

40人(抽選)

費用 各2,000円

申 3月18日(水)(必着)までに往

復ハガキで(1組2人まで。1

組1通)。住所・氏名・年齢(参



加者全員)・電話番号・希望コ

ースを記入し、〒371・08

54大渡町一丁目10・7・県緑

化推進委員会「巨樹・古木巡り

ツアー参加申し込み係」(☎0

27・280・6257)へ

○ 前橋けいりん

期日 本場 3月14日(土)～16日

(月)〈場外〉3月1日(日)・5日(木)

8日(日)・10日(火)～15日(日)・20

日(金)～22日(日)・26日(木)～29日(日)

固公営事業課

☎027・231・4508

○ ふれあい体験教室

三味線教室を開催します。

日時 4月11日～25日の土曜3

回、13時～14時

会場 第三コ

ミュニティセ

ンター(総合

教育プラザ

内)

対象 10歳以

上、先着10人

費用 1,000円

申 3月25日

(水)(必着)ま



高崎だよ 高崎り

箕郷と榛名で約22万本の梅楽しむ

東日本一を誇る梅の産地・高崎。榛名梅林では5つの散策コースや馬車から観梅を満喫できます。箕郷梅林の展望台では一面に広がる梅花の眺望を楽しめます。各会場では梅を味わえるイベントもあります。

● 榛名の梅祭り

日時 3月15日(日)9時30分～15時30分

会場 榛名文化会館(高崎市上里見町)

駐車料金 マイクロ・大型バス1,000円、普通車300円、バイク100円

固 榛名支所産業観光課 ☎027-374-5111

● みさと梅まつり(3月下旬まで)

会場 善地梅林広場(高崎市箕郷町善地)、みさと梅公園(高崎市箕郷町富岡)

固 箕郷支所産業課 ☎027-371-5111



○ みやぎふれあいの郷

☎027・283・8633

「アコースティックバンド・

でんきくんライブ」を開催します。

日時 3月27日(金)12時

申 当日同館へ直接

○ 赤城少年自然の家

☎027・287・8227

「若草キャンプin赤城山」を

開催。詳しくは同館ホームページ

をご覧ください。

期日 3月28日(土)～30日

(月)(2泊3日)

対象 小1～中3、先着24人

費用 1万1,620円

申 同館へ



○親子で一緒に楽しい演奏会

消防音楽隊定期演奏会を開催。子ども向けのイベントも実施します。

日時 3月14日(土)13時30分～15時30分

会場 2F×元氣21まえばし(前橋プラザ元氣21)

申 当日会場へ直接

問 消防局総務課

☎027・220・4503

○前橋中の名店が一堂に

本市最大級の商店街イベント、オールまえばしにぎわい市を開催。各店自慢の逸品や銘菓を販売する他、物産まつりや市役所現場ではたらく人たち展も同時開催します。

日時 3月8日(日)10時～16時

会場 2F×ヤマダグリーンロード前橋
問 市商店街連合会

☎027・234・5655

○壁なくみんなでスポーツを

ユニバーサルスポーツフェスティバルin前橋を開催。ユニバーサルスポーツとは、障害の有無や年齢、国籍、性別を問わず

誰もが楽しめるスポーツのこと。風船バレーやボッチャ、卓球バレーを行います。車いすの用意などが必要な場合は事前にご相談してください。

日時 3月7日(土)13時～16時

会場 市立前橋特別支援学校

申 当日会場へ直接

問 JICA東京

☎03・3485・7109

○前橋子ども図書館

☎027・230・8833

●絵本の読み聞かせイベント
イベント名・日時 ①おはなしの会 3月28日を除く毎週土曜、13時30分～14時 ②ブックスタート 絵本引き換え&おはなし会 毎週土曜、13時～15時 ③

たこさんのおはなしや 3月26日を除く毎週木曜、11時30分～12時 ④赤ちゃん絵本のおはなし会 3月20日(金)13時30分～14時30分 ⑤はじめて絵本のおはなし会 3月22日(日)11時～12時

対象 ②はブックスタート絵本引き換え対象の赤ちゃんと保護者 ④⑤は1歳児までと保護者

●新小学一年生おはなし会「一年生になるんだもん！」

日時 3月14日(土)11時～12時

内容 絵本の読み聞かせや紙芝居、パネルシアター、手遊びなど

出演 萌えぎの会

日時 3月12日(木)13時30分～15時

○市立図書館

☎027・224・4311

テーマに沿って本を紹介し、参加者同士で語り合うおしゃべりプロを開催。本の紹介者とギャラリイ(観覧者)を募集します。テーマは「邦楽」。紹介者はテーマから連想する本を1冊持参してください。紹介時間は5分です。

日時 3月12日(木)13時30分～15時

対象 一般(本の紹介者)先着10人(ギャラリイ)先着20人

申 同館へ

○前橋テルサ
☎027・231・3211

●Spring Concert「ユタカラジェンヌ バロックオーケストラとの響演」

出演は、初代前橋市長・下村善太郎の子孫で元宝塚歌劇団の真丘奈央さんと市川哲郎さん(コントラバス)、松本花菜さん(ヴァイオリン)、高崎玲梨さん(フルート)、奈波和美さん(ファゴット)、石川絢子さん(ピ

アノ)です。

日時 3月15日(日)14時

費用 一般3,000円、高校生以下1,500円(当日は300円増し)



真丘 奈央さん

●第6回群馬バロックオーケストラ演奏会

日時 3月27日(金)19時

費用 一般3,000円、高校生以下1,000円

申 以上の2つは同館へ

○児童文化センター

☎027・224・2548

●3月のプラネタリウム

日時 平日 ①15時30分(土曜・祝日・春休み期間中の平日) ②10時30分 ③11時30分 ④13時30分 ⑤15時30分

内容 ①の火木曜と②④は星座のお話「消えた北斗七星」①の水金曜と③⑤は天文学シリーズ「太陽系クイズ大会」

その他 3月15日(日)10時・11時

台の一般投影は中止します

催し

○グリーンドームで楽しい週末

こどもの国in前橋S.E.R.O.Z.を開催。子ども向けのイベントやアトラクションがグリーンドームに大集合します。

日時 3月15日(日)10時10分～16時
会場 ヤマダグリーンドーム前橋
園公営事業課
☎027・231・4508

○前橋シネマハウス

☎027・212・9127
ス・B・X元気21まえばし(前橋プラザ元気21) 別館内、前橋シネマハウスの3月の上映作品は次のとおり。詳しくは同館ホームページをご覧ください。


上映作品 Ⅱ 「羅小黑戦記」、「家族を想う時」、「だれもが愛しいチャンピオン」、「ソン・ランの響き」、「ロング・ショット」、「だ



募集

○嶺公園墓地の意見募集

嶺公園樹林墓地制度のパブリックコメント(意見募集)を実施

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公表します。

期日 4月7日(火)～30日(土) (土日曜・祝日を除く)

閲覧場所・意見書の配布 Ⅱ 市役所情報公開コーナー、市保健所内衛生検査課、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

意見書の提出 Ⅱ 4月30日(木)までに所定の用紙に記入し、各閲覧場所へ直接。または市役所公園緑地課(☎027・898・6842)へ郵送がアクセス(027・243・3512)、✉kenryokuti@city.mabashi.gunma.jp



スポーツ

○ヤマト市民体育館前橋

☎027・265・0900

下表のとおり小学生卓球や初心者太極拳など各種教室を開催します。

対象 Ⅱ 中学生以下を除く(卓球は小学生、小学生室内サッカーは小1・小2。各抽選)

☎3月15日(日)(必着)までに往復ハガキで(1人1通)。教室名・住所・氏名・年齢(学年)・電話番号を記入し、〒371・

ヤマト市民体育館前橋 各種教室

教室名	曜日・時間	定員	費用
小学生卓球	4月8日～6月10日の水曜8回、19時～21時	20人	各1,700円
小学生室内サッカー	4月8日～6月24日の水曜の8回、17時～18時	30人	
のびのびストレッチ	4月8日～6月24日の水曜10回、10時～11時10分	40人	各4,200円
アロマフィットネス	4月8日～6月24日の水曜10回、13時30分～14時30分	40人	
初心者太極拳	4月9日～6月25日の木曜10回、10時～11時30分	60人	

大渡温水プール・トレーニングセンター 各種教室

教室名	曜日・時間	定員
ヨガ	①4月7日～6月23日の火曜10回②4月8日～7月1日の水曜10回③4月11日～6月13日の土曜10回、10時30分～12時④4月10日～6月12日の金曜10回、13時30分～15時	各40人
太極拳	4月7日～6月23日の火曜10回①13時30分～15時②18時30分～20時	各30人
フラダンス	4月8日～7月1日の水曜10回、13時30分～15時	各30人
ジャズヒップホップダンス	4月8日～7月1日の水曜10回、19時～20時	
コアダンス	4月10日～6月12日の金曜10回、10時30分～11時30分	
ピラティス	4月10日～6月26日の金曜10回、19時～20時	各40人
エアロビクス	4月13日～6月22日の月曜10回、10時30分～11時30分	
ベリーダンス	4月13日～6月22日の月曜10回、19時～20時	女性初心者、30人

0816上佐鳥町460・7・ヤマト市民体育館前橋へ

○大渡温水プール・トレーニングセンター☎027・253・7811

右下表のとおり各種教室を開催します。

対象 Ⅱ 中学生以下を除く(各抽選)費用 Ⅱ 各2,200円と施設使

用料

☎3月15日(日)(必着)までに往復ハガキで(各コース1人1通。ヨガは①～④のいずれか)。教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入し、〒371・0854大渡町二丁目3・11・大渡温水プール・トレーニングセンターへ

○六供温水プール

☎027・243・1308

各種教室を開催します。費用は各2,200円と施設使用料(アロマフィットネスヨガは4,200円、キッズダンスは2,100円)です。

●温水フィットネス

日時①4月7日～6月2日の火曜8回②4月8日～6月10日の水曜8回、10時30分～11時30分
対象Ⅱ中学生以下を除く、各30人(抽選)

●初級者水泳

日時Ⅱ4月8日～6月10日の水曜8回、11時40分～12時50分
対象Ⅱ中学生以下を除く初級者、25人(抽選)

●アロマフィットネスヨガ

日時Ⅱ①4月8日～6月24日の水曜10回②4月10日～6月19日の金曜10回③4月11日～6月20日の土曜10回、19時～20時
対象Ⅱ中学生以下を除く、各50人



人(抽選)

●プールサイドヨガ

日時Ⅱ4月9日～6月11日の木曜8回、10時30分～11時30分
対象Ⅱ中学生以下を除く、30人(抽選)

●アクアピクス

日時Ⅱ4月10日～6月5日の金曜8回、10時30分～11時30分
対象Ⅱ中学生以下を除く、30人(抽選)

●キッズダンス

日時Ⅱ4月10日～6月5日の金曜8回、16時30分～17時30分
対象Ⅱ小1～小3、30人(抽選)

☎以上の6つは3月15日(日)(各必着)までに往復ハガキで(各コース1人1通)。教室名・曜日・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒371・0804六供町1068・六供温水プールへ

○前橋総合運動公園

☎027・268・1911

●各種教室

教室名などⅡ表1のとおり
対象Ⅱ中学生以下を除く(テニスは19歳以上、小学生陸上は小学生。各抽選)

費用Ⅱ各3,200円(アクアピクスは2,200円と施設使用料、テニスは3,700円、

表1 前橋総合運動公園 各種教室

教室名	曜日・時間	定員
テニス	①4月4日～5月9日の土曜6回、10時～12時	各60人
	②4月8日～5月27日の水曜6回、10時～12時	
エアロピクス	①4月8日～6月24日の水曜10回、10時30分～11時30分	各40人
	②4月8日～6月24日の水曜10回、18時45分～19時45分	
	③4月17日～6月19日の金曜10回、10時30分～11時30分	
やさしいヨガ	4月9日～6月18日の木曜10回、10時20分～11時50分	60人
太極拳	4月9日～6月18日の木曜10回、①14時30分～16時②18時30分～20時	各40人
小学生陸上	4月11日～25日の土曜3回、9時～11時	100人
ヨガ	4月13日～6月22日の月曜10回、①10時20分～11時50分②12時20分～13時50分	各60人
ピラティス	4月13日～6月22日の月曜10回、18時30分～20時	40人
健康温水プール浴	4月16日～6月11日の木曜8回、10時45分～11時45分	30人
アクアピクス	4月27日～6月22日の月曜8回、10時45分～11時45分	30人

表2 前橋総合運動公園 水泳教室

コース	曜日・時間	定員	
初級	年長～小2	月水木金曜のいずれか、15時40分～16時40分	各40人
	小学生	月水木金曜のいずれか、17時～18時10分	各50人
	一般	月水金曜のいずれか、14時～15時10分	各30人
	レディース	水曜、14時～15時10分	
	一般	金曜、12時30分～13時40分	各15人
中級	一般	水曜、12時30分～13時40分	



小学生陸上は400円)
●水泳教室

日時Ⅱ4月13日(月)～6月17日(水)の各コース8回
コース・時間などⅡ表2のとおり

対象Ⅱ(初級)クロールで25分泳げない人(中級)クロールで25分泳げる人
費用Ⅱ一般2,200円、小学生以下1,100円と施設使用料

☎以上の2つは3月15日(日)(各必着)までに往復ハガキで(各コース1人1通。ヨガはどちらか)。教室名・コース・曜日・時間・住所・氏名・学校(新学年)・年齢・電話番号を記入し、〒379・2107荒町437・2・前橋総合運動公園へ



講座・教室

○ 語学学び国際交流の懸け橋に

左表のとおり5カ国語講座を開催。海外交流や国際親善のボランティア活動に生かしてみませんか。なお、英語の申し込みは、いずれか1講座のみで、他言語との重複は可能です。

5カ国語講座			
講座クラス名	日時	会場	
英語初級火曜	4月14日～12月15日の火曜30回	中央公民館 19時～20時30分	
英語初級金曜	4月17日～12月25日の金曜30回		
英語中級	4月15日～12月9日の水曜30回		
中国語中級	4月14日～12月15日の火曜30回		
ハングル初級	4月14日～12月15日の火曜30回		
ハングル中級	4月16日～12月10日の木曜30回		
イタリア語初級	4月17日～来年1月29日の金曜30回		
中国語初級	4月16日～12月10日の木曜30回		第三コミュニティセンター (総合教育プラザ内)
イタリア語中級	4月14日～12月15日の火曜30回		中央公民館
スペイン語初級	4月16日～12月10日の木曜30回		18時30分～20時 総合福祉会館
スペイン語中級	4月15日～12月9日の水曜30回		

対象 Ⅱ 一般、各30人(抽選)

費用 Ⅱ 各1万3,000円と年会費2,000円(教材費別途)

申 3月12日(木)(必着)までに往復ハガキで(1講座1通)。講座名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記入し、〒371-0023本町一丁目5-2・国際交流協会(☎027-243-7788)へ

○ 手話を学び社会に役立てて

手話ボランティアを養成する講座を開催します。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。



コース・日時 Ⅱ (入門) 5月8日～10月23日の金曜23回 ① 13時30分～15時30分 ② 19時～21時(基礎) 5月8日～12月11日の金曜30回 ③ 13時30分～15時30分 ④ 19時～21時



健康寿命を延ばすために 体力測定でフレイルを予防

フレイル予防のための体力測定を開催します。フレイルとは、健康な状態から介護が必要になるまでの間の段階のこと。専門知識を持ったスタッフが、体力測定と健康アンケートを実施。フレイル予防に効果的な運動や生活習慣についてのアドバイスをします。

日時 = 3月24日(火)13時30分～15時30分

会場 = しきしま老人福祉センター

対象 = 市内在住で医師から運動制限をされていない65歳以上の人、20人(抽選)

申 3月13日(金)までに長寿包括ケア課

☎027-898-6133へ

会場 Ⅱ 総合福祉会館

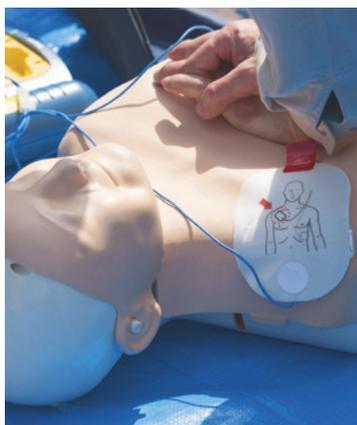
対象 Ⅱ 市内在住・在勤・在学中 ① ② は手話初心者、各40人 ③ ④ は入門コース修了者、各25人(各抽選)

費用 Ⅱ ① ② は3,300円

申 3月31日(火)までにハガキで。希望コース・時間・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(☎027-220-5711)へ

○ 家族を救える救命講習会

普通救命講習会を開催。胸骨圧迫や人工呼吸、AED(自動



体外式除細動器)の取り扱い、止血法、気道異物除去法などを学びます。

日時 Ⅱ 3月21日(土)9時～12時

会場 Ⅱ 北消防署

対象 Ⅱ 市内在住か在勤の中学生以上、先着20人

申 3月7日(土)から同署 ☎027-231-0119へ

老人福祉センター 65歳未満は要入場料（ふじみは60歳未満）

しきしま ☎027-233-2121

● 介護保険講座「高齢者が受けられるサービスについて」

日時＝3月19日(木)13時～14時

☎ 3月12日(木)から同館へ

ひろせ ☎027-261-0880

● 世代間交流行事「孫と楽しむスマイルポウリング教室」

日時＝3月30日(月)10時～12時

対象＝小学生以上、先着20人

用意する物＝体育館履き、飲み物、汗拭きタオル

☎ 3月16日(月)から同館へ

おおとも ☎027-252-3077

● 前橋素人落語協会「おおとも寄席」

日時＝3月7日(土)12時～13時

かすかわ ☎027-285-3801

● 一日教室「群馬中央病院・認知症について学ぼう」

日時＝3月18日(木)13時30分～14時30分

対象＝どなたでも、先着20人
用意する物＝筆記用具

☎ 3月6日(金)から同館へ

ふじみ ☎027-288-6113

● 一日教室「春の寄せ植え教室」

日時＝3月26日(木)13時30分～15時

対象＝どなたでも、先着20人
用意する物＝ビニール手袋、持ち帰り用袋

費用＝1,000円

☎ 3月4日(水)から同館へ

他にもイベントがたくさん。詳しくは各館へ問い合わせてください。

○ 生活習慣の見直しで介護予防

元気プラス＋講座を開催します。簡単にできる運動や食生活、口腔ケアなどを学び、介護予防のための生活習慣を身に付けます。

日時＝4月～6月の第2・第4水曜6回、13時30分～15時30分

会場＝おおとも老人福祉センター
対象＝市内在住で医師から運動制限をされていない65歳以上の

○ 前橋テルサ

☎027・231・3943

フィットネス&カルチャースクール講座を開催します。詳しくは問い合わせてください。
講座名・期日＝「へスマホ・タブレット講座」はじめての一步！

人、20人（抽選）

☎ 3月25日(水)までに長寿包括ケア課

☎027・898・6133へ



税

○ 資産の価格など確認を

3月12日(木)へパソコン講座「パワーポイントでポスターを作ろう！」
3月27日(金)
費用＝各2,200円
☎ 同館へ

土地や家屋の価格等縦覧帳簿の縦覧と固定資産課税台帳の閲覧を行います。なお、土地・家屋の評価額などは、4月中旬に発送する納税通知書に同封する課税明細書でも確認できます。

価格等縦覧帳簿の縦覧は、固定資産税の納税者が本人の土地・家屋と他の土地・家屋との評価額を比較し、評価額が適正か判断するために行うものです。土地・家屋それぞれの価格等縦覧帳簿を無料で縦覧できます。固定資産課税台帳の閲覧は、納税義務者が課税台帳に登録さ

れた本人の土地・家屋などの資産を確認するために行うものです。納税義務者などは期間中無料で閲覧できます。また、借地・借家人は、その対象資産に関する部分のみ有料で閲覧できます。

期日＝4月1日(水)～30日(土)日曜・祝日を除く

会場＝市役所資産税課、大胡・宮城・粕川・富士見支所

対象＝価格等縦覧帳簿の縦覧
納税者、納税者同一世帯の親族、納税管理人、納税者から委任を受けた人などへ固定資産課税台帳の閲覧
納税義務者、納税義務者同一世帯の親族、納税管理人、納税義務者などから委任を受けた人、借地・借家人など

用意する物＝運転免許証など本人を確認できる物、代理人は委任状、借地・借家人は賃貸借契約書など有償の権利関係が分かる書類。請求書は本市ホームページからダウンロードもできます

標準宅地の価格の閲覧

標準宅地の位置や価格を記載した書面を、4月1日(水)から無料で閲覧できます。

固定資産税課

☎027・898・6216



健康手帳

グレープフルーツと薬の飲み合わせ

グレープフルーツは薬の効き目に影響を与える場合があります。果実やジュースなどの摂取には注意が必要です。果皮や果肉にはフラノクマリン類という成分が含まれています。この成分は服用した薬を分解する酵素の働きを抑え、血液中の薬の濃度を増やして効き目を強めてしまいます。この影響を受けやすい代表的な薬にカルシウム

拮抗薬と呼ばれる血圧の薬が挙げられます。フラノクマリン類はブタンなど、類似の柑橘類にも含まれていますが、温州みかんには含まれていません。また、花粉症などでも使われるアレルギー治療薬の一部は、ジュース中の成分により効き目が弱まる可能性があります。グレープフルーツの摂取による薬への影響は、薬の種類や飲む人の体質により強弱があります。飲み合わせに不安のある人は主治医や薬剤師に相談してください。

前橋市薬剤師会 齋藤 哲也

時30分〜21時
医師が直接相談。3月12日(木)19時

直接相談タイム(歯科) 歯科

接種(土日曜)「鉄分」について考える

(TCH)(金曜)子どもの予防

(木曜)かみしめ・食いしばり

のあなたへ(水曜)妊婦と旅行

の健康(火曜)入れ歯をご利用

曜日・内容(月曜)睡眠と肌

二次元コードから健康

相談と過去の健康情報の

検索ができます。

健康

健康テレホンサービス

027-234-4970

健康

健康

健康

第3日曜日は納税相談窓口を開設します

平日に来庁できない人のために、納税相談窓口を開設します。

日時 = 3月15日(日) 8時30分〜16時

会場 = 市役所収納課

同課

027-898-6226

3月の各種無料相談

相談名・問い合わせ	日時	会場	相談名・問い合わせ	日時	会場
法律相談 027-898-6100	火曜13時〜16時(前週の木曜14時〜月曜17時まで) ※相談は年度内に1人1回	市役所市民相談室	公証相談 027-898-6100	3月9日(月)13時〜15時	市役所 市民相談室
			司法書士、土地家屋調査士相談 027-898-6100	3月13日(金)13時〜16時	
			行政書士相談 027-898-6100	4月6日(月)13時〜16時	
行政相談 027-898-6100	3月10日(火)13時〜15時	かすかわ老人福祉センター	人権相談 027-898-6100	3月27日(金)13時〜16時	市保健所 総合福祉会館 市役所 外国人相談窓口
	3月12日(木)13時〜15時	大胡支所	精神科医によるこころの相談 027-220-5787	3月11日(水)・25日(火) 13時30分〜15時(各予約制)	
	3月13日(金)13時〜15時	上川淵市民サービスセンター	心配ごと相談 027-237-5006	月曜〜金曜、13時〜16時	
	3月18日(水)13時〜15時	宮城支所	外国人相談 (英語・中国語・ポルトガル語・スペイン語) 027-243-7788	月曜13時〜17時、 木曜9時〜13時	
	3月18日(水)13時〜16時	市役所市民相談室			
	3月27日(金)13時〜15時	南橋市民サービスセンター			
	4月1日(水)13時〜15時	富士見公民館			
4月3日(金)13時〜15時	東市民サービスセンター				

※市民相談(027-898-6100)は8時30分〜17時15分、家庭児童相談(027-223-4148)、母子・父子相談(027-220-5701)、DV相談(027-898-6524)、男女共同参画相談(027-898-6520)、就学に向けての相談(027-210-1234)、消費生活・多重債務相談(027-230-1755)は平日の9時〜17時。教育・青少年相談(027-230-9090)は平日の9時〜19時、土曜は9時〜17時。自殺予防「群馬いのちの電話」(027-221-0783)は9時〜24時。みんなの人権110番(0570-003-110)は平日の8時30分〜17時15分。

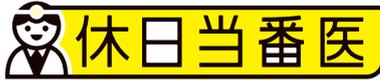
人権標語

東中3年
原澤葵さん

考えよう

相手の気持ち

自分の言葉



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
3月1日(日)	石倉町こどもクリニック (児) 石倉町五丁目 ☎027-253-6600	佐治内科医院 (内児) 端気町 ☎027-264-3500	江沢医院 (内) 柏川町女渕 ☎027-285-6777	富沢内科医院 (内) 石倉町二丁目 ☎027-251-4779	あべクリニック (整) 富士見町原之郷 ☎027-288-9511	込谷クリニック (外) 岩神町四丁目 ☎027-231-0366	いとうレディースクリニック (産婦) 朝倉町 ☎027-290-3531	町井耳鼻咽喉科 (耳鼻) 文京町二丁目 ☎027-221-2551	羽鳥眼科 (眼) 天川町 ☎027-243-3711
3月8日(日)	鈴木小児科医院 (児内) 後関町 ☎027-263-2967	永島内科医院 (内) 三俣町二丁目 ☎027-232-6435	長崎医院 (内) 住吉町二丁目 ☎027-231-3274	老年病研究所 附属病院 (内) 大友町三丁目 ☎027-253-3311	中村外科医院 (外) 文京町一丁目 ☎027-221-3951	せき整形外科クリニック (整) 三河町一丁目 ☎027-226-6631	*高崎市夜間休日急病診療所 (婦) 高崎市高松町 ☎027-381-6119	耳鼻咽喉科 古川雅子診療室 (耳鼻) 高崎市八島町 ☎027-322-1415	たかはし眼科クリニック (眼) 高崎市西島町 ☎027-350-7077
3月15日(日)	栗林小児科医院 (児) 平和町二丁目 ☎027-231-7114	山王タウンクリニック (内) 山王町一丁目 ☎027-267-1130	吉松医院 (内) 柏川町新屋 ☎027-285-2273	堺堀内科循環器科医院 (内) 若宮町一丁目 ☎027-231-8056	高柳胃腸科外科 (外) 荻窪町 ☎027-269-8880	鳥羽整形外科クリニック (整外) 紅雲町二丁目 ☎027-223-7700	小沢医院 (産婦) 樋越町 ☎027-283-2009	小原沢耳鼻咽喉科医院 (耳鼻) 青柳町 ☎027-232-6314	高橋眼科医院 (眼) 元総社町 ☎027-252-8078
3月20日(金)	小児科しもだクリニック (児) 六供町 ☎027-220-1221	すがの内科医院 (内) 総社町植野 ☎027-256-8121	二子山クリニック (内) 朝倉町一丁目 ☎027-263-1331	萩原内科医院 (内) 荒子町 ☎027-268-1415	田中外科内科医院 (外) 下小出町三丁目 ☎027-231-0555	ささき整形外科 (整) 富士見町小暮 ☎027-288-2006	*セントラルレディースクリニック (婦) 高崎市東町 ☎027-326-7711	たかさき耳鼻咽喉科 (耳鼻) 高崎市上大類町 ☎027-352-3341	まゆづみ眼科医院 (眼) 高崎市日高町 ☎027-388-8461
3月22日(日)	ふかさわ小児科医院 (児) 大友町一丁目 ☎027-256-7117	おない医院 (内) 樋越町 ☎027-283-5755	うい内科クリニック (内) 駒形町 ☎027-226-5566	はしづめ診療所文京町 (内) 文京町二丁目 ☎027-220-5720	金古医院 (外内) 日吉町三丁目 ☎027-233-1131	馬場整形外科クリニック (整) 石倉町二丁目 ☎027-212-3625	さくらクリニック (産婦) 上佐鳥町 ☎027-212-2434	いいつか耳鼻咽喉科 (耳鼻) 樋越町 ☎027-280-2111	しみず眼科クリニック (眼) 樋越町 ☎027-230-4611

※ 3月8日・20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 朝日町四丁目9-5 内科と小児科 20時～24時 ※日曜・祝日の9時～12時も診察。 救急病院案内(24時間体制) ☎027-221-0099 ※メモの用意をしてから連絡してください。 子ども医療電話相談 #8000 月～土曜＝18時～翌8時、 日曜・祝日＝8時～翌8時 ※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 歯科医師会休日診療所 ☎027-237-3685 岩神町二丁目19-9 日曜・祝日、10時～12時・13時～15時
	薬局 市薬剤師会会営薬局 ☎027-223-8400 紅雲町一丁目2-15 日曜、9時30分～16時 ※祝日は最寄りの薬局にお問い合わせください。	

接骨院・整骨院の休日当番	
3月1日(日)	松岡接骨院(住吉町二丁目) ☎027-231-1683
3月8日(日)	あさひな接骨院(関根町三丁目) ☎027-260-1234
3月15日(日)	あおばら接骨院(亀里町) ☎027-225-2662
3月20日(金)	さかにし鍼灸接骨院(下沖町) ☎027-233-1881
3月22日(日)	いしい接骨院(三河町二丁目) ☎027-243-5512
3月1日(日)	夏目接骨院(荻窪町) ☎027-269-8269
3月8日(日)	佐藤接骨院(鳥取町) ☎027-269-5895
3月15日(日)	こだいら接骨院(古市町) ☎027-253-8216
3月20日(金)	いのうえ接骨院(朝倉町二丁目) ☎027-261-2855
3月22日(日)	はら接骨院(小相木町) ☎027-251-1150

休日当番医は 21 ページに掲載しています。

グループホーム(2ユニット)
小規模多機能居宅介護

グループホーム小規模多機能居宅介護
芳賀のうさぎ

2020年 前橋市立芳賀中学校前
3月OPEN

ご利用申し込み
受付中

生き活きと過ごす喜びに、あふれる笑顔

1F 小規模多機能居宅介護(登録定員29名)

ご自宅での生活に不安を感じたとき、通い「デイサービス」・訪問「ヘルパー」・泊り「ショートステイ」を、その方の状態や望む生活に合わせてご利用が可能です。馴染みある専門スタッフが24時間365日、我が家の安心した暮らしを支えます。要支援1・2 要介護1～5の方がご利用できます

2F-3F グループホーム(定員18名)

介護を必要とされる認知症高齢者の方を対象に、落ち着いた環境の中で喜びのある生活と、入浴や排せつ、食事などの日常生活の必要となる支援を行います。料理や掃除、買い物などスタッフと役割を持ちながら、専門のスタッフが24時間365日その人らしさを大切に生活ケアしていきます。要支援2 要介護1～5の方がご利用できます。



— 内覧会実施のお知らせ —

実施日時 10:00-16:00
3月6日(金) 7日(土) 8日(日)

ご挨拶

このたび、芳賀地区で初めての小規模多機能型居宅介護と高齢者グループホーム「芳賀のうさぎ」を開設いたします。ひとり暮らしの方や介護を必要とされる方、また日々の生活などに困難を感じておられる方に、買い物や移動・食事などの支援を通じて、地域の皆様に必要とされる施設を目指しており、通い(デイサービス)や訪問(ヘルパー)、泊り(ショートステイ)など、お困りごとに応じてご利用いただける施設を予定しております。

株式会社 榊の会
芳賀のうさぎ
開設準備室

〒371-0054 群馬県前橋市下細井町187-5 リアンB

027-226-5805
HP <https://www.kashinokai-usagi.jp>



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問い合わせてください。

フェアウェイ・リニューアル OPEN!
 年会員メンバー入会と更新時に
 スペシャルポイントプレゼント中19/30迄

関根ゴルフクラブ
Sekine Golf Club
 前橋市関根町2-2-11 TEL:027-232-5336



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/>

シルバー人材センター 会員募集!

自分の知識や特技、経験を生かしながら、仲間たちと楽しく働き、地域社会へ貢献しませんか。

公益社団法人 **前橋市シルバー人材センター**
 TEL 027-254-5022 前橋市元総社町2-20-6

空き家でお困りになっていませんか?

売却しても売れないしね... 解体したら税金が上がるし... 困ったなあ... リフォーム費用が高すぎる! リフォームして貸すのは面倒... 他にもあれやこれや...

まずはお気軽にご相談ください。

買います 空き家住宅 ※諸条件あり

皆様の悩みを解決致します!

0120-12-7436

一般社団法人 群馬県住宅建設連合会
 群馬県前橋市元総社町1-225-1
 TEL027-289-5443 fax.027-289-5444

建設業許可番号/群馬県知事 許可(般-27)第23556号 宅建業免許番号/群馬県知事(1)第7344号 群馬県ロイヤルセンター 2017-100502

最短婚活で結婚

今すぐ資料請求、縁結び会参加!

年間成婚実績100組目標 市民特典あり
 確実個人紹介 自宅でも自由選考可

市民婚活サポート無料相談会 予約不要
 毎週土・日開催!!

※ご両親様からの相談・出張相談・レクチャーも受付中

良縁アクティヴ 最新情報をチェック!!

☎0120-52-2508 E-mail:maebashi@ryouen-actv.jp
 前橋市新前橋町18-29 Kビル2F ☎11:00~20:00 水・木
 URL:https://ryoen-active.com/

3/8(日)14:00~ 40~50代縁結び会(前橋)
 3/22(日)14:00~ 60歳~縁結び会(前橋)



(株) 荒牧

一般・産業廃棄物 収集運搬・資源回収

〈お気軽にご相談ください〉 ☎(027)234-1825

見積無料

前橋市国領町 2-2-19
 前橋市許可第 62号
 群馬県許可第 01000019984 他

不動産のコンシェルジュ山口不動産です!

査定総数 **1,795件** H23.10~ R2.1末

不動産無料査定実施中!
 藤岡店も営業しております。

● NISCO公認相続コンサルタント在籍 ● 前橋市空家利活用センター登録済み
 ● 宅地建物取引主任士在籍 ● ブログ更新中!自社HP「山口不動産 前橋」

山口不動産 群馬県知事(10) 第2930号 前橋市天川大島町42-1
 TEL 027-225-2103

ご不要な車、バイク即日現金買取ります!

■買取参考価格(リサイクル券込み)

軽自動車	¥8,000~
普通自動車	¥12,000~
原付(125cc以下)	¥1,000~
オートバイ(125cc以上)	¥3,000~

低年式車でもOK!
 事故車でもOK!
 車検切れでもOK!
 不動車でもOK!

0円以上での買取保障致します。
 引取り、廃車料金一切頂きません。

エンジンが付いている物なら何でも買取致します。
まずはお電話下さい!!

HIRAYAMA Works 店舗 050-5881-8473
 〒371-0005 群馬県前橋市堀之下町471 携帯 080-4856-5881

健康保険で、自宅や施設で、訪問リハビリマッサージ

こんなお悩みはございませんか

- 足・腰が痛く、あまり歩けない...
- 手足が麻痺し、拘縮がある...
- 車椅子の利用が多く、足が浮腫む...
- 寝たきりのため、筋力が衰えてきた...

無料お試し 体験実施中!

対象:自力で歩行が困難な方
 お身体が不自由な方(脳麻痺・関節拘縮・筋萎縮)

ご存知ですか? 「健康保険適用」自己負担0~3割!!

ケイロウ 前橋ステーション フリーダイヤル
 前橋市日吉町2-13-8 ☎0120-971-022

見学会開催

3月7日(土)
 9:30~12:00

ご予約いただいた方
魚沼産コシヒカリ 2kg進呈

小さいお葬式専門
花てらす前橋南

TEL 0120-900-857
 前橋市亀里町411-1





前橋のまちかどから

総社町新田：地元の歴史触れる祭り



総社町新田では2月11日に熊谷稲荷神社で初午祭を開催。この神社は、宝永時代に困窮に苦しんだ農民が江戸へ直訴に行く途中、武蔵国熊谷の稲荷神社で加護を祈り、勝訴したことが由来でその名が付けられたといわれています。初午祭では祈願をした後、絵馬に願いをしたためたり赤飯を食べたり、改めて地域の歴史に触れる行事として今年も多くの地域住民が訪れました。



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



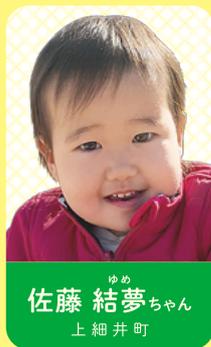
えいた 柳澤 栄太ちゃん
元総社町



きよか 梅澤 清香ちゃん
小屋原町



あつと 小澤 篤人ちゃん
茂木町



ゆめ 佐藤 結夢ちゃん
上細井町



けんた 木場 健太ちゃん
三俣町二丁目



もあ 松本 萌暖ちゃん
駒形町

☺ 平成30年8月2日～平成30年12月1日生まれの子の募集記事は、本紙5月1日号に掲載予定です。☺

編集後記



4月から全面施行される健康増進法。20歳未満の人がたばこの吸えるお店で飲食できなくなるのは影響が大きいと感じます。私の身の回りにも喫煙者はいます。一番身近なのは父。ひどい量を吸うわけではないですが、体のことを考えて

禁煙してほしいものです。2ページの手紙は、父へのメッセージでもあったり…。表紙は宮城地区で桃の花を栽培する小堀さん。ひな祭りの飾りとして、この時季はたくさん出荷するそうです。春の訪れが近づいてきましたね。(下田)

ただいま活動中!



木の芽吟社

約50年前から続く歴史ある俳句クラブです。伊藤涼志さんを講師に、60代～70代のメンバーが、公民館の周辺を歩きながら自然に触れ、思い思いの句を詠みます。そのあとに句会を行い、評価し合います。俳句は語彙力の向上が期待でき、身の周りにある自然の小さな変化に気付ける、お金のかからない趣味です。ぜひ気軽に見学しに来てください。



活動日時／毎月第二木曜9時30分
活動場所／富士見公民館
会員数／13人
代表者／長岡 由紀枝さん
連絡先／080-4406-6552

