

おいでよ白銀の世界 赤城山雪まつり

問い合わせは 観光課 ☎ 210-2189

冬の赤城山の風物詩・赤城山雪まつりを開催。ワカサギゲームフィッシング体験（釣ったワカサギは持ち帰りできません）や大自然の中を赤城マイスターが案内するスノーシュー体験ツアーのほか、雪上での富士見かるた大会や宝探しゲームなど、楽しいイベントが盛りだくさん。身も心も温まるあかぎ汁の無料配布も行います。白銀の世界で、冬の赤城山を目いっぱい満喫しよう。
日時＝2月9日(土)午前8時～午後2時45分
会場＝赤城公園ビジターセンター（富士見町赤城山）、赤城大沼など



ワカサギ何匹釣れるかな



親子で楽しめるスノーシュー



宝物を探し出そう

前橋市民号で行く 早春の鎌倉・横浜

早春の鎌倉・横浜へ行く貸し切り電車「前橋市民号」を運行します。フリーコース以外は、地元観光ガイドが案内します。
日時＝3月9日(土)・10日(日)・16日(土)、午前6時30分

集合場所＝JR前橋駅
コース・行程など＝下表のとおり
定員＝各日とも先着360人
申し込み＝2月5日(火)午前10時からびゅうプラザ前橋駅へ

問い合わせは びゅうプラザ前橋駅 ☎ 224-2260

| 前橋市民号コース | | | |
|--------------------------------|------------------------------|--------|--------|
| コース | 行程 | 費用 | |
| | | 一般 | 小学生以下 |
| 報国寺（ファミリー向き） | 鎌倉駅→報国寺→旧華頂宮邸→杉本寺→荏柄天神→鶴岡八幡宮 | 7,000円 | 4,400円 |
| 新田義貞ゆかりの地（ファミリー向き） | 鎌倉駅→本覚寺→妙本寺→東勝寺跡→宝戒寺→鶴岡八幡宮 | 7,100円 | 4,700円 |
| 瑞泉寺（ファミリー向き） | 鎌倉駅→瑞泉寺→鎌倉宮→荏柄天神→鶴岡八幡宮 | 7,200円 | 4,800円 |
| 鎌倉大仏（健脚向き・帰りに江ノ島電鉄を使えばファミリー向き） | 鎌倉駅（江ノ島電鉄）→稲村ヶ崎→長谷寺→高德院 | 6,900円 | 4,300円 |
| 鎌倉フリー | 自由行動 | 6,200円 | 4,100円 |
| 横浜フリー | 自由行動 | 5,100円 | 3,200円 |

確定申告会場は 前橋プラザ元気21です

問い合わせは 前橋税務署 ☎ 224-4371
(自動音声案内で「0」を選択)

2月13日(水)から3月15日(金)まで、前橋プラザ元気21に所得税・消費税・贈与税の確定申告会場を開設します。受付時間は午前9時から午後4時まで。申告書の配付や受け付け、申告・納付相談を行います。土日曜は休みですが、2月24日(日)と3月3日(日)は日曜相談を実施します。

なお、期間中は前橋税務署での申告相談は行いません。

年金受給者に 源泉徴収票を送付

問い合わせは 前橋年金事務所 ☎ 231-1709

老齢年金を受給している人に、「公的年金等の源泉徴収票」を送付します。年金の他に収入があるなどの理由で確定申告をする際、この源泉徴収票が必要になります。1月31日(木)までに届かない場合や紛失した場合は、前橋年金事務所再発行の手続きをしてください。障害年金や遺族年金は非課税のため、源泉徴収票の送付はありません。

インフルエンザやノロウイルスが流行しています 丁寧な手洗いで予防しよう

インフルエンザやノロウイルスなどが大流行しています。ことしは特に、ノロウイルスの遺伝子変異が確認され、流行をみせた平成18年に次ぐ勢いで患者数が増加しています。正しい予防策を行い、感染症から身を守りましょう。
万一、体調不良を感じたときは、早めに医療機関で診察を受けてください。



問い合わせは 衛生検査課 ☎ 220-5779

インフルエンザ 潜伏期間：1～4日

インフルエンザは突然の発熱と全身の倦怠感、頭痛、せき、のどの痛み、鼻水、筋肉痛などの症状が現れます。風邪と似ていますが、全身に強い症状が出るのが特徴です。

高齢者や小さな子どもは、気管支炎や肺炎などを併発し、重症化することもあるため、特に注意が必要です。

■予防と対策

- 手洗いとうがいで防御
小まめな手洗いと外出後のうがいが効果的です。また、できるだけ人混みに近付かないようにしましょう。
- 免疫力低下を防ぐ
バランスの取れた食事栄養を取るようするとともに、十分な睡眠を心掛けましょう。
- マスクでせきエチケット
せきやくしゃみをする時、ウイルスは2～3m先まで飛ぶといわれています。せきやくしゃみが出る人は「せきエチケット」を心掛けましょう。
(せきエチケット)
・せきやくしゃみをするときは、ハンカチなどで口と鼻を押さえ、周囲の人から顔を背ける
・マスクをする

ノロウイルス 潜伏期間：1～2日

ノロウイルスは感染力の強いウイルスで、主に便や嘔吐物に触れた手指に付着したウイルスが口に入ることで感染します。吐き気や急激な嘔吐、下痢、腹痛などの症状が現れます。

人が集まる場所や家庭内で感染することが多いのが特徴で、食品や食器などを介して食中毒が起きることがあります。また、症状が治まってからも、しばらくは便と一緒にウイルスが排出され続けますので、注意してください。

■予防と対策

- 手洗いの徹底
アルコールによる消毒は効果がありません。外出後やトイレの後、調理前、食事前などは石けんをつけて手首まで丁寧に手を洗い、ウイルスを流し取りましょう。
- 食品は加熱して
食品はよく加熱しましょう。85℃以上で1分以上の加熱が目安です。野菜や果物などを生で食べる場合はよく洗ってください。
- 便や嘔吐物の処理
便や嘔吐物の中には大量のウイルスが存在しています。処理する際は細心の注意を払ってください。(下図のとおり)

●嘔吐物の処理方法

- 1 使い捨ての布などで外側から内側に、静かに拭き取る。
- 2 使用した物は、すぐにビニール袋の中に。
- 3 汚染された場所は、市販の家庭用塩素系漂白剤50mlに水を加えて3ℓにした液体で消毒。
- 4 10分程度放置したら水ぶきをしましょう。

作業はマスクとビニール手袋、使い捨てエプロンを用意して

※手指などの消毒には、家庭用塩素系漂白剤は絶対に使用しないでください。