広報まえばし令和7年7月号テキストデータ

2025.7

--------------------------------------------------

いつでもきてね

まってるよ

地域のこどもたちの遊び場、児童館。

雨の日も暑い日も、いつでも遊べるみんなの居場所。

今日はどこに行こうかな…と思ったら、

さあ、児童館に行ってみよう。

--------------------------------------------------

p02

--------------------------------------------------

大切なおしらせ

熱中症にならないために

問合せ＝健康増進課　TEL０２７‐２２０‐５７８４

　厳しい暑さの夏。本市は６月に、すでに35℃を超える猛暑日を記録しています。今夏も気温が高い予測です。７月は気温も湿度も高いため、屋外だけでなく屋内での熱中症にも注意しましょう。

・熱中症を予防しましょう

　熱中症は誰でもなる可能性があり、重症の場合は命に関わることもあります。熱中症対策に取り組んで予防しましょう。

（1）喉がかわく前に水分補給。大量に汗をかいたら塩分補給

（2）昼夜問わずエアコンなどで温度調整

（3）すだれなどで日差しを和らげるなど工夫する

（4）涼しい服装、外出時には日傘や帽子、冷却グッズを活用する

（5）高齢者やこどもに気をかける

・熱中症警戒アラート

　熱中症の危険性が極めて高いと予想される時には「熱中症警戒アラート」が発表されます。アラートが発表されたら外出はできるだけ控え、屋外やエアコンなどが設置されていない屋内の運動は中止や延期をするなど、命を守るための予防行動を取ってください。

・熱中症になってしまったら

　熱中症の疑いがある時は、すぐに体を冷やしましょう。呼びかけに応えない、自分で水分が取れないなど重症の場合は迷わず救急車を呼んでください。

（1）風通しのよい日陰やクーラーが効いている室内など、涼しい場所へ移動

（2）ボタンやベルトを外し、衣服をゆるめる

（3）首や脇の下、太ももの付け根などを冷やす

（4）意識があり、水分を自分で取れる場合は、冷たいスポーツドリンクなどを飲ませる

--------------------------------------------------

賢く涼もうクールシェア

問合せ＝環境政策課　TEL０２７‐８９８‐６２９２

　クールシェアとは、暑い夏の日、各家庭で冷房をつけるのではなく、冷房の効いた公共施設や商業施設などを利用して、涼しい場所をみんなでシェアする取り組みです。家庭でのエアコン使用を減らしつつ、涼しさを確保できます。環境や家計、健康にもやさしいクールシェアで熱中症対策をしましょう。

日時＝10月31日（金）まで

--------------------------------------------------

p03

--------------------------------------------------

輪貫は前橋市の市章です

広報まえばし　2025年7月号

--------------------------------------------------

最新情報は本市ホームページなどで確認してください。

4 特　集

みんなの居場所

児童館に集まれ～！

７ こども基本条例の素案ができました

9 日常生活を便利に

マイナンバーカード

12 納税通知書を郵送

国民健康保険税（国保税）

14 油断禁物！

水辺の事故に備えて

16 ＨＥＡＤＬＩＮＥ

18 いきいきまえばし人・

あぐりチャンネル

19 クローズアップ

20 くらしの情報

20 お知らせ 24 催し

26 募集 27 スポーツ

29 講座・教室 30 事業者向け

32 子育て世代 34 シニア世代

35 健康 38 休日当番医

--------------------------------------------------

今月のお知らせ

本市の人口（5月末日現在）

人口：32万8,184人（-166）

世帯数：15万8,017世帯（+30）

※（ ）内は前月比を表しています。

--------------------------------------------------

今月の納税

問合せ＝収納課　TEL０２７-８９８-５８５７

固定資産税・都市計画税２期、国民健康保険税１期＝７月31日（木）まで

・夜間・日曜納税相談窓口

７月８日（火）　17時～19時30分

７月27日（日）　９時～12時

場所＝市役所収納課

※中止の場合は二次元コードのホームページでお知らせします。

--------------------------------------------------

今月の表紙

　今月の特集は児童館。平日16時過ぎの児童館には幼稚園や保育所、小学校から帰ったこどもたちが遊ぶ姿がありました。雨が降っていても気温が高くても、いつでも楽しめる児童館に遊びに来てください。

--------------------------------------------------

取材ノート

　赤城白樺牧場の「秘密の絶景ツアー」に参加。満開のツツジと新緑が美しく、普段見ることができない景色に感動しました。赤城山は市街地よりも10度ほど気温が低いそう。暑い季節のお出かけ先に赤城山はいかがですか。（生方）

--------------------------------------------------

p04

--------------------------------------------------

予約不要

みんなの居場所

無料

児童館に集まれ～！

問合せ＝こども施設課　TEL０２７-２２０-５７０６

　児童館は地域のこどもたちの遊び場として誰でも無料で利用できる施設。おもちゃや遊具、絵本などがあったり、季節に合わせた遊びや制作などの行事を開催したりしています。

　この特集では市内の児童館について紹介。近くの児童館の扉を開けてみませんか。

遊戯室

児童館にはおもちゃがたくさん。職員手作りのおもちゃもあります。

トランポリンや卓球などで体を動かして遊ぼう！

いろんなイベント開催中

卓球教室

しゃぼん玉あそび

　各児童館のイベント情報は毎月のおたよりでお知らせ。二次元コードのホームページでも確認できます。

図書コーナー

その場で読んでも借りて帰って家で読んでもＯＫ。

※児童館によっておもちゃや遊具の内容は変わります。

--------------------------------------------------

p05

--------------------------------------------------

児童館は市内に７カ所

日時＝月～土曜、10時～17時（日曜・祝日・12月29日～１月３日は休館）

子育て家庭支援の拠点

　地域子育て支援センター事業を実施。主に３歳未満の親子が遊んだり、子育てについて相談したりできます。

日時＝月～金曜、10時～14時

場所＝日吉・朝倉・大友・下小出児童館

--------------------------------------------------

（1）日吉児童館

（K'BIXまえばし福祉会館内）

日吉町二丁目17-10

TEL　027-233-5122

（2）グローバルキッズパーク

児童館あさくら（朝倉児童館）

朝倉町170-3

TEL　027-265-1955

（4）グローバルキッズパーク児童館

しもこいで（下小出児童館）

下小出町二丁目15

TEL　027-233-2622

（3）グローバルキッズパーク児童館

おおども（大友児童館）

大友町一丁目８

TEL　027-251-1337

（6）ふじみじどうかん

富士見町小暮814

TEL　027-288-2898

（5）かすかわ児童館・高橋建築設計

事務所げんき館（粕川児童館）

粕川町込皆戸526

TEL　027-285-4000

（7）じどうかんアリス

富士見町原之郷1758

TEL　027-288-6736

--------------------------------------------------

利用者の声

はるとくん・ゆりこさん

（城東町）

　近くの公園で会ったパパが児童館を教えてくれてから、５回以上利用しています。４月に前橋に引っ越してきたため知り合いが少ないのですが、同じくらいの年齢のこどもと関わる機会になっていて嬉しいです。また、暑いときや雨が降っているときの遊び場として利用できるのもありがたいです。

さわちゃん・さとしさん・さくくん

（上小出町）

　児童館をよく利用しています。こども同士の触れ合いがあったり、順番を守るなどのルールを学べたりと、こどもにとっていい影響があると思います。また、広い空間でこどもの面倒を見ることで親にも心の余裕が生まれるので、親にとっても過ごしやすい環境です。

--------------------------------------------------

児童館に行ってみよう

01受付

予約はいりません。

無料で利用できます。

02いっぱい遊ぶ

未就学のこどもは保護者の付き添いが必要です。

03さようなら！また来てね！

受付で帰ることを伝えてください。

--------------------------------------------------

p06

--------------------------------------------------

市民と小川市長が直接意見交換！

タウンミーティングを開催しました

問合せ＝市民協働課　TEL０２７‐８９８‐６６４４

　今年度第１回タウンミーティング「前橋のより良い未来をいっしょに考えよう」を５月23日・24日に開催。多くの市民が参加し、活発な意見交換が行われました。ここでは、参加者から寄せられた質問の一部と市長の回答を紹介します。

動画はこちら

Q　上下水道の事故が心配です。整備方針を教えてください。

A　事故を受けて大きな水道管の点検を実施した結果、崩落や陥没は確認されませんでした。点検と並行し、老朽箇所から順次更新を進めています。また、ＡＩを活用した漏水点検も全国に先駆けて導入しています。

Q　外国人との交流やイベント、構想があれば教えてください。

A　本市は台湾と歴史的につながりが深いため、台湾との交流を増やしたいと考えています。また、交流を深めるため、台湾フェアや台湾のらんたん祭りなどを開催しています。

Q　若い世代の意見を聞くことや市政参加が大事。若い世代が最後までやり遂げるような事業はありますか。

A　こどもたちが自らのアイデアを実践する「こどもアイデアまちづくりプロジェクト」や、こども基本条例の前文を考えるワークショップなどを開催しています。

--------------------------------------------------

タウンミーティング参加者の声

前向きな意見が聞けて良かったです

Q1＝参加したきっかけを教えてください。

A1＝小学生のこどもに配布されているタブレットに配信された案内を見て参加しました。今回で３回目です。

Q2＝参加して良かった点を教えてください。

A2＝幅広い世代の人が参加し、皆さんが自分の気持ちや未来を見据えて前向きな意見を発言していると感じられたことです。

Q3＝小川市長に期待することを教えてください。

A3＝子育て施策や少子化対策に力を入れて欲しいです。また、バスをはじめとした公共交通の利便性向上とその良さを広く周知してほしいです。

--------------------------------------------------

小川あきらの市長コラム

--------------------------------------------------

　５月に開催したタウンミーティングでは、たくさんの方にご参加いただき、ありがとうございました。高校生や聴覚障害者などからさまざまな意見や提案を聞き、有意義な時間にすることができました。さらに、こども基本条例前文検討ワークショップでは、高校生の皆さんに条例に盛り込む文章を考えてもらいました。市民参加のまちづくりが広がっていることは、とても心強く感じています。今後も市民の皆さんと一緒に、課題を共有したり、解決策を考えたり、計画や条例を作成する機会を増やしていきたいと思います。

　さて、今月は夏のイベント盛りだくさん！「前橋七夕まつり」は昭和26年から続く夏の風物詩。手作り感あふれる個性豊かな七夕飾りが魅力です。また、大胡祇園まつりの勇壮な暴れ獅子も必見です。ぜひ、お出かけください。

--------------------------------------------------

p07

--------------------------------------------------

パブリックコメント（意見募集）を実施します

こども基本条例の素案ができました

問合せ＝こども政策課　TEL０２７‐２１２‐０８８３

　「こどもの笑顔があふれるまち前橋」の実現に向けて、こども基本条例の素案がまとまりました。この素案について、パブリックコメント（意見募集）を実施します。皆さんの意見を聞かせてください。

検討の経過

　市長を本部長とした「こどものまち前橋推進本部」をはじめ、各分野の専門家や子育て当事者などで構成された「こどものまち前橋有識者会議」、市内の大学生による「こどものまち前橋若者会議」を設置し、多様な視点から議論を重ねてきました。

　また、こども向けワークショップや高校生・子育て当事者を対象としたタウンミーティングなどを通じて、啓発活動を実施するとともに、こどもや若者の声を丁寧に聴いてきました。

　さらに、前橋特別支援学校を訪問し、こどもと関わる先生からの意見を聴いたり、教育支援教室に通うこどもを対象としたアンケートをしたりと、声を聴かれにくいこどもにも配慮した取り組みも実施しました。

どんな条例か

　こどもは社会を元気にする原動力。未来を担う大切な存在です。こどもが安心して健やかに成長できるように、こどもの権利をしっかりと守るまちづくりが必要です。そこで素案は、こどもの権利を保障するための理念的な条例とし、（1）総則（目的、基本理念など）、（2）こどもの権利（大切にするこどもの権利）、（3）役割（市や大人などの役割）、（4）普及推進（こどもの意見聴取、こどもの権利の普及）で構成し、誰にでも分かりやすく、親しみやすい表現でまとめました。

　また、条例を制定する理由などを説明する前文を設け、文案は、ワークショップでこどもたちと一緒に考えて作った文章も盛り込みました。

--------------------------------------------------

私たちが条例の前文を考えました

--------------------------------------------------

意見を聞いて広がる考え

市立前橋高

本間 智大 さん

　市役所の方が丁寧にサポートしてくれたため、リラックスして意見を出せました。自分にはない発想を知ることができ、人の考えを聞く面白さを実感しました。

--------------------------------------------------

地域を知りより良くしたい

前橋育英高

久保田 ゆず さん

　地域のことを知り、より良くしたいという思いから参加しました。初めは緊張しましたが、他の参加者と交流を深め、さまざまな意見に触れることができ、良い経験になりました。

--------------------------------------------------

伝えるために言葉を工夫

県立前橋高

石森 亘 さん

　勉強で法律を学ぶことはありますが、作る側の視点は新鮮でした。こどもたちを含め幅広い世代の人たちに伝わる表現を意識し、言葉の使い方などを工夫しました。

--------------------------------------------------

皆さんの意見を聞かせてください

　こども基本条例の素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公表します。

日時＝７月15日（火）～８月29日（金）（土日曜・祝日を除く）

閲覧場所・意見書の配布＝保健センター内こども政策課、市役所情報公開コーナー、各支所・市民サービスセンター・公民館・コミュニティセンターで。本市ホームページにも掲載します。

意見書の提出＝８月29日（金）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・保健センターこども政策課（TEL０２７‐２１２‐０８８３）へ郵送か（FAX＝０２７‐２４３‐６４７４）、メール＝kodomoseisaku@city.maebashi.gunma.jp、電子申請で

--------------------------------------------------

p08

--------------------------------------------------

前橋七夕まつり

７月11日（金）～13日（日）

問合せ＝七夕まつり実施委員会事務局　TEL０２７‐２８９‐５５６５

　前橋の夏の風物詩、七夕まつりを開催。期間中は中心市街地の一部を車両通行止めします。詳しくは二次元コードのホームページをご覧ください。

中心部エリア（中心商店街）

・七夕飾りの鑑賞・露店の出店

日時＝７月11日（金）～13日（日）

中央イベント広場

・カラオケステージ・ワークショップ

日時＝７月12日（土）・13日（日）、12時～19時

・七夕短冊飾り台の設置

日時＝７月11日（金）～13日（日）

広瀬川河畔緑地エリア（諏訪橋～久留万橋）

・マルシェ・ワークショップ・太陽の鐘つき・七夕ライブ

日時＝７月12日（土）・13日（日）、16時～20時

馬場川通りエリア

・馬場川灯籠・紺屋町チョークアート・七夕ＤＪ・夕涼み映画祭

日時＝７月12日（土）12時～20時・13日（日）10時～20時

--------------------------------------------------

ゆかたレンタル・着付け（事前予約制）

日時＝７月12日（土）・13日（日）、９時30分～17時30分（返却は21時30分まで）

場所＝中央公民館５階茶室

費用＝〈レンタル・着付け〉３、８５０円〈着付けのみ〉２、７５０円〈親子・カップル〉６、６００円（２人１組）

申込み＝二次元コードの申し込みフォームで

こども広場

日時＝７月12日（土）９時30分～15時

場所＝前橋プラザ元気21内こども図書館横

・各種ワークショップ〈台湾ランタンの絵付け体験〉

対象＝一般、先着50個

費用＝５００円

申込み＝二次元コードの申し込みフォームで

ＴＶアニメ「前橋ウィッチーズ」の舞台を巡るマップを配布

　まつり期間中は同まつり開催本部でも配布します。その他の取り組みも展開中。詳しくは本紙15ページか二次元コードのホームページをご覧ください。

マイバスの路線変更

　まつり期間中、銀座通りの通行は国道50号へ迂回運行します。時間延長はありません。

前橋文学館が観覧無料

日時＝７月11日（金）～13日（日）

TEL０２７‐２３５‐８０１１

--------------------------------------------------

p09

--------------------------------------------------

日常生活を便利に

マイナンバーカード

問合せ＝市民課　TEL０２７‐８９８‐６１０１

　マイナンバーカードはマイナンバーを証明するだけでなく、本人確認書類としても利用できます。また、市役所に行かなくても各種行政手続きができたり、マイナポータルアプリを活用したりすることで受けられるサービスが広がります。

--------------------------------------------------

マイナンバーカード・マイナポータルでできること

マイナンバーカード

・コンビニ証明交付

問合せ＝市民課　TEL０２７‐８９８‐６１１４

　課税（非課税）証明については市民税課

　TEL０２７‐８９８‐６２０２

　コンビニなどで住民票や印鑑証明などを市役所窓口より250円安い100円で取得できます。

・マイタク（でまんど相乗タクシー）（要登録）

問合せ＝交通政策課　TEL０２７‐８９８‐５８４４

　市内タクシーを利用するときに運賃の一部を支援します。

・めぶくＩＤ（要登録）

問合せ＝めぶくＩＤについてはmy電子証明書サポートセンター

　TEL０１２０‐０５９‐７４５（平日11時～18時）

　めぶくＰａｙについてはコールセンター

　TEL０５０‐３３１５‐９９１１（平日９時～17時）

　デジタル個人認証「めぶくＩＤ」を使ってめぶくＰａｙなどのサービスが受けられます。

マイナポータルアプリ

　政府が運営する行政手続きの窓口アプリ。子育てや介護をはじめとする行政手続きのワンストップ化や政府からのお知らせを確認できます。

・行政手続き

問合せ＝転出届については市民課　TEL０２７‐８９８‐６１０６

　パスポートについては市民課　TEL０２７‐８９８‐６１２４

　ぴったりサービスについては

　こども支援課　TEL０２７‐２２０‐５７０１

　介護保険課　TEL０２７‐８９８‐６１５９

　自宅や外出先でもスマホなどで転出届やパスポートの申請、e-Taxを利用した確定申告ができます。また、「ぴったりサービス」の利用で児童手当や介護保険関連の一部手続きも可能です。

・健康保険証情報（要登録）

・公金受取口座

　医療機関での手続きや児童手当、給付金などの受け取りがスムーズにできます。

・マイナ救急（実証事業）

問合せ＝救急課　TEL０２７‐２２０‐４５１３

　マイナ保険証を活用して過去の受診歴や薬剤情報などを把握し、円滑に医療機関へ搬送します。

・マイナ免許証（要登録）

　住所変更ワンストップサービスや運転免許更新時のオンライン講習などが利用できます。

マイナンバーカード・マイナポータル

・子育てアプリ「OYACOPlus」（要登録）

問合せ＝情報政策課　TEL０２７‐８９８‐５８８３

　育児記録や写真を家族でシェアできるほか、こどもの定期検診・予防接種と連携し、自動で記録を反映。育児の記録やスケジュール管理が便利になります。

--------------------------------------------------

・休日窓口利用して

　平日来庁することが難しい人のため、休日・平日延長窓口を開設。カード作成の申請・マイタクの手続きはできません。また、平日窓口も含めて時間帯での予約も可能。二次元コードから予約してください。

日時＝〈休日窓口〉７月６日（日）・27日（日）、８時30分～12時〈平日延長窓口〉７月８日（火）・22日（火）、19時まで（混雑状況により受付時間内でも締め切る場合があります）

持ち物＝〈受け取り〉マイナンバーカード交付通知書、通知書に記載の本人確認書類〈電子証明書や暗証番号手続きなど〉マイナンバーカード

・届いたら早めの手続きを

　有効期限の約３カ月前に通知を送付します。カードの有効期限はカード作成から10回目（18歳未満の人は５回目）の誕生日、電子証明書の有効期限はカード作成から５回目の誕生日まで。外国籍の人は、原則、在留期間の満了日と同一です。

--------------------------------------------------

p10

--------------------------------------------------

前橋空襲から80年

８月５日は「まえばし平和祈念の日」

問合せ＝共生社会推進課　TEL０２７‐８９８‐６５１７

　昭和20年８月５日の前橋空襲による犠牲者を追悼し、市民一人一人が恒久的な平和を祈る機会とするため、８月５日を「まえばし平和祈念の日」と定めました。このことをきっかけに平和について考えましょう。

--------------------------------------------------

平和への祈りを込めて

前橋空襲一斉慰霊

問合せ＝文化国際課　TEL０２７‐８９８‐６９９２

　市街地の８割が焦土と化し、600人近くもの尊い命が奪われた前橋空襲。被害の大きかった中心市街地の神社や教会と市内全域の寺院が、８月５日（火）16時50分から犠牲者の供養と平和への祈りを込め、鐘と太鼓を鳴らします。

・前橋空襲一斉慰霊

　前橋学市民学芸員による前橋空襲の解説や施設代表者の講話などを実施します。

日時＝同日16時～17時

場所＝前橋八幡宮（本町二丁目）、正幸寺（三河町一丁目）、長昌寺（紅雲町一丁目）、橋林寺（住吉町一丁目）、前橋カトリック教会（大手町二丁目）、前橋ハリストス正教会（千代田町一丁目）

・紙芝居「前橋空襲と奥野とめ子さん」

　前橋空襲にまつわる紙芝居を前橋学市民学芸員が実演。鑑賞者には先着でアイスをプレゼントします。

日時＝同日10時～11時30分

場所＝昌賢学園まえばしホール１階ロビー

申込み＝以上の２つは当日会場へ

・前橋空襲を語り継ぐ場バスツアー

　中心市街地に残る前橋空襲に関連する場所をガイドします。終了後は一斉慰霊に参加します。

日時＝同日13時～15時10分

コース＝前橋空襲と復興資料館～前橋空襲爆撃照準点（千代田町二丁目）～教徳寺親子地蔵（城東町二丁目）～前橋空襲追悼碑（住吉町二丁目）

対象＝一般、先着20人

申込み＝７月７日（月）～31日（木）に文化国際課へ

--------------------------------------------------

対象者へ通知を発送

定額減税補足給付金を支給

問合せ＝不足額給付コールセンター　TEL０２７‐２１２‐７３１１

　定額減税補足給付金（不足額給付金）とは、昨年度に実施した定額減税しきれない人への調整給付の支給額に不足が生じる場合に追加で給付するものです。

・７月下旬から給付を開始

　対象者へ７月から順次通知を発送し、７月下旬から給付を開始します。なお、昨年中に本市に転入した人などは、８月以降に通知を発送。対象者で通知が届かない人は申請が必要な場合があります。詳しくは問い合わせてください。

・不足額給付Ⅰ

対象＝昨年実施した調整給付の算定で、令和５年分所得税額（令和６年分推計所得税額）で算定したことなどにより、令和６年分所得税と定額減税の実績額が確定した後、本来給付すべき所要額と調整給付額との間で差額が生じた人

【例】

・令和５年中の所得に比べ令和６年中所得が減少したことにより、令和６年分所得税額が少なくなった人

・令和６年中にこどもの出生などで扶養親族が増加し定額減税額が多くなった人

給付額＝本来の所要額と調整給付額との差額を1万円単位に切り上げて支給

・不足額給付Ⅱ

対象＝本人や扶養親族として定額減税の対象外（令和６年分所得税と令和６年度住民税所得割が発生していない）で令和６年中に支給した低所得者世帯向け給付金の対象世帯の世帯主・世帯員でない人など

【例】

・青色か白色事業専従者

・合計所得金額が48万円超の人

給付額＝原則１人４万円（昨年１月１日に国外に住んでいた人などは３万円）

--------------------------------------------------

p11

--------------------------------------------------

文学館で

戦争を考える

問合せ＝前橋文学館　TEL０２７‐２３５‐８０１１

　戦後80年の節目となる今年、「前橋空襲資料展ー語り継ぐあの日の記憶、前橋にも空襲があった。」を開催。前橋空襲を題材に作られた紙芝居の原画や関連資料を展示します。

日時＝７月19日（土）～８月31日（日）９時～17時（入館は16時30分まで）

・関連プログラム

　紙芝居朗読と講話「前橋くうしゅう　わたしの八月五日」

日時＝８月２日（土）10時～11時

出演＝〈朗読〉鈴木みどりさん〈講話〉原田恒弘さん

申込み＝当日会場へ直接

--------------------------------------------------

ブックデザインがテーマ

「『猫町』を包む」を開催

問合せ＝前橋文学館　TEL０２７‐２３５‐８０１１

　萩原朔太郎の短編小説『猫町』の刊行90周年を記念し、ブックデザインがテーマの展覧会「『猫町』を包む」を開催します。朔太郎の『猫町』と、現代のブックデザイナーによる50作品以上の『猫町』装丁作品を紹介します。

場所＝同館３階オープンギャラリー

日時＝９月７日（日）まで

・ワークショップや朗読会

（1）「えっ!?本がこんなにちっちゃいニャ！～豆本を作るワークショップ」

　県立女子大准教授・奥西麻由子さんを講師に同大の学生と豆本を作ります。

日時＝７月12日（土）10時・13時30分

対象＝小学生以上（小学生は保護者同伴）、先着各20人

費用＝５００円

（2）『猫町』を読む　河崎早春×萩原朔美

　俳優・朗読家の河崎早春さんと同館特別館長が『猫町』の奇妙で幻想的なストーリーを朗読します。

日時＝７月26日（土）14時

対象＝一般、先着80人

費用＝７００円

申込み＝以上の２つは前橋文学館へ

--------------------------------------------------

夏休みはアーツ前橋へ

展示やイベント楽しんで

問合せ＝アーツ前橋　TEL０２７‐２３０‐１１４４

　新収蔵作品展では、過去３年間に収蔵した作品を公開。地下ギャラリーのコレクション＋では、当館所蔵作品を中心とした、女性アーティストを特集展示。これらに白井ゆみ枝さんと津野青嵐さんが参加します。

日時＝７月19日（土）～８月26日（火）

費用＝新収蔵作品展は無料。コレクション＋は一般500円、学生・65歳以上・団体（10人以上）300円、高校生以下無料

・関連イベント

（1）学芸員によるギャラリートーク

日時＝７月26日（土）・８月16日（土）、14時～15時

申込み＝当日同館へ直接

（2）おしゃべりアートデイズ

日時＝８月９日（土）14時

対象＝一般、５人程度

（3）版画ワークショップ

日時＝８月11日（月）13時30分

講師＝道又蒼彩さん

対象＝小学生以上、先着10人

申込み＝（2）（3）は、７月１日（火）から二次元コードのホームページで

・あーつひろば

　アートを鑑賞したり工作を楽しんだり、こどもも大人も参加できるイベントプログラムです。

日時＝８月２日（土）13時～16時

申込み＝当日同館交流スペースへ直接

--------------------------------------------------

p12

--------------------------------------------------

納税通知書を郵送

国民健康保険税（国保税）

問合せ＝国民健康保険課　TEL０２７‐８９８‐６２５０（24時間自動応答）

　国保税納税通知書を７月中旬に郵送。国保税の課税は世帯単位で、納税義務者は世帯主です。世帯主が国保に加入していなくても、世帯に一人でも国保に加入している被保険者がいる場合は、世帯主宛てに納税通知書を郵送します。

・令和７年度の税率について

　下表のとおり保険税率を改正しました。

・納税通知書の様式を変更

　全国統一のシステムが導入されたことに伴い、納税通知書の様式を変更しました。

・口座振替が便利です

　納付方法は納付書か口座振替、年金からの天引きがあります。納付書が同封されていた人は期限までに納付してください。納付を忘れないために口座振替が便利です。通帳と届出印を用意して金融機関で申し込んでください。キャッシュカードを使ったペイジー口座振替受付サービスも利用できます。

・国保税の軽減制度

〈非自発的失業者の軽減〉離職日時点で65歳未満の人が会社の倒産や解雇などの理由で離職後、失業手当を受給する場合、申告により前年給与所得を減額して計算します。

〈産前産後期間の軽減〉出産月前後４カ月（多胎の場合は６カ月）分が軽減されます。昨年１月分以降の軽減期間が対象です。

--------------------------------------------------

令和７年度国保税の税率と金額

区分＝基礎課税額（医療給付費分）※１　所得割

税率と金額＝7.0%

区分＝基礎課税額（医療給付費分）※１　均等割

税率と金額＝２万9,000円

区分＝基礎課税額（医療給付費分）※１　平等割

税率と金額＝１万9,400円

区分＝基礎課税額（医療給付費分）※１　課税限度額

税率と金額＝66万円

区分＝後期高齢者支援金等課税額※２　所得割

税率と金額＝3.1%

区分＝後期高齢者支援金等課税額※２　均等割

税率と金額＝１万2,600円

区分＝後期高齢者支援金等課税額※２　平等割

税率と金額＝8,400円

区分＝後期高齢者支援金等課税額※２　課税限度額

税率と金額＝26万円

区分＝介護納付金課税額（40歳～64歳）　所得割

税率と金額＝2.5%

区分＝介護納付金課税額（40歳～64歳）　均等割

税率と金額＝１万2,200円

区分＝介護納付金課税額（40歳～64歳）　平等割

税率と金額＝6,200円

区分＝介護納付金課税額（40歳～64歳）　課税限度額

税率と金額＝17万円

※１　課税限度額が65万円から66万円に引き上げられました

※２　課税限度額が24万円から26万円に引き上げられました

--------------------------------------------------

８月からは

今までの保険証が使えなくなります

問合せ＝国民健康保険課　TEL０２７‐８９８‐６２５０（24時間自動応答）

　国民健康保険証の有効期限は７月31日（木）。８月１日（金）以降はマイナ保険証か資格確認書を医療機関や薬局で提示してください。マイナ保険証がある人には資格情報のお知らせを、マイナ保険証がない人には資格確認書を、７月下旬までに世帯主宛てに送付。資格情報のお知らせは70歳から74歳までの人へは毎年送付します。70歳未満で、すでに交付されている人は、資格情報に変更がない限り送付しません。なお、資格情報のお知らせのみでは受診できません。マイナ保険証を提示してください。

　国保税を特別な理由がなく１年以上滞納している世帯には、負担割合10割と記載した資格確認書か資格情報のお知らせを送付。その場合は医療機関の窓口でいったん医療費を全額支払ってください。後日、市役所国民健康保険課で保険給付分の受給申請をしてください。

--------------------------------------------------

p13

--------------------------------------------------

決定通知書を郵送

後期高齢者医療保険料

問合せ＝国民健康保険課　TEL０２７‐８９８‐５９５５（24時間自動応答）

　後期高齢者医療保険料額決定通知書を７月中旬に発送します。対象は75歳以上の人と、一定の障害があり認定を受けた65歳から74歳までの人です。

　納付方法は、年金から差し引かれる特別徴収と納付書や口座振替などで納める普通徴収があります。納付書が同封されていた人は、納期限までに納めてください。国保税を口座振替していた人でも、新たに口座振替の申し込みが必要です。また、特別徴収から口座振替へ変更する場合も手続きが必要です。

　本年度は所得割率が10.07％、均等割額は４万9,100円、賦課限度額は80万円です。保険料額は、決定通知書や同封物を確認してください。

--------------------------------------------------

８月から使用する

後期高齢者医療資格確認書を郵送

問合せ＝国民健康保険課　TEL０２７‐８９８‐６２５３（24時間自動応答）

　８月１日（金）以降に医療機関などを受診する際に使用する後期高齢者医療資格確認書を郵送します。現在使用している保険証・資格確認書の有効期限は７月31日（木）まで。新しい資格確認書は７月中に郵送します。資格確認書が届かない場合は、７月23日（水）以降に本人確認ができる物を持参し、市役所国民健康保険課か各支所、上川淵・桂萱・元総社・南橘・東市民サービスセンターに届け出てください。自己負担割合は、１割、２割、３割の３区分です。住民税の課税所得や世帯状況で判定します。詳しくは資格確認書の同封物を確認してください。

--------------------------------------------------

65歳以上の人に

介護保険料の通知書を郵送

問合せ＝介護保険課　TEL０２７‐８９８‐６１５８

　65歳以上の人を対象に本年度の介護保険料決定通知書と納付書を７月中旬に郵送します。本年度から全ての被保険者に対して封書で送付。保険料は、本人の前年の所得金額などと４月１日時点の世帯員の市民税課税状況に応じて決まります。納付方法は年金から差し引く特別徴収と、納付書や口座振替で支払う普通徴収があります。老齢基礎年金などの年間受給額が18万円以上の人は特別徴収です。

・保険税（料）の減免制度

問合せ＝国民健康保険税については国民健康保険課

　TEL０２７‐８９８‐６２５０

　後期高齢者医療保険料については国民健康保険課

　TEL０２７‐８９８‐５９５５

　介護保険料については介護保険課

　TEL０２７‐８９８‐６１５８

　収監や災害などの特別な事情で収入が著しく減少し、納付できないときは、申請により減免を受けられる場合があります。詳しくは問い合わせてください。

--------------------------------------------------

通知ハガキで確認

戸籍の氏名にフリガナを記載

問合せ＝法務省コールセンター　TEL０５７０‐０５‐０３１０

　５月26日から戸籍の記載事項に氏名のフリガナが追加されました。本籍地の市区町村から送付される通知ハガキのフリガナを必ず確認してください。本市に本籍がある人へは、８月頃に通知ハガキを発送します。

〈Ｑ＆Ａ〉

Ｑ　手続きは必要ですか。

Ａ　フリガナに間違いがない場合は届け出不要です。

　　間違いがある場合は必ず届け出をしてください。

Ｑ　どのように手続きをすればよいですか。

Ａ　次のいずれかの方法で手続きをしてください。

　　・届書様式を使用して最寄りの市区町村窓口で届出する

　　・本籍地市区町村に郵送で届け出する

　　・マイナポータルで届け出する

※戸籍の状態によってはマイナポータルでの届け出ができない場合もあります。

--------------------------------------------------

p14

--------------------------------------------------

油断禁物！

水辺の事故に備えて

問合せ＝中央消防署　TEL０２７‐２２０‐４５２３

　水遊びをする機会が増えるこれからの季節。安全に楽しむために、次のことに注意してください。

・ライフジャケットを着用して

　水辺の事故に遭遇した場合、ライフジャケットを着用していると生存率が90％に高まり、着用の有無が生死を分ける要因となっています。「これぐらいの深さなら大丈夫」と安易に考えず、大人もこどももライフジャケットを正しく着用し、水辺を安全に楽しんでください。

・溺れそうになったら「背浮き」で浮いて待って

（1）両腕を頭上で広げて伸ばす

（2）顎を上げ、お腹を突き出して体を反らせる

（3）浮力があるため、衣類や靴は着用したまま

・溺れている人を見つけたら

・近くの人に助けを求めて、119番通報

・近くにある浮く物を渡す

・「背浮きで、ういてまて」と励まし続ける

・水辺の安全教育とライフジャケット着用の重要性

　毎年、夏のレジャーシーズンになるとニュースなどで目にする悲しい水難事故。水辺で安全に遊ぶには、正しい知識と装備が必要です。本市では、消防隊員を中心とした水難事故予防自主研究グループを立ち上げ、令和３年から小中学校などの外部講師として、ライフジャケットを活用した水辺の安全教育に取り組んでいます。川や海での事故だけでなく、洪水（水災害）などの防災面でもライフジャケットを着用して避難することが、大切な命を守るために重要です。水辺の安全知識を身に付けるとともに、装備の準備もしてください。

水に入って助けに行くことは、

絶対にやめてください。

自分も巻き込まれる可能性があります。

--------------------------------------------------

p15

--------------------------------------------------

前橋が舞台のアニメ

前橋ウィッチーズ

情報発信中！

問合せ＝前橋観光コンベンション協会　TEL０２７‐２３５‐２２１１

　前橋ウィッチーズを活用したキャンペーンなどを実施しています。関連情報を観光情報サイト・前橋まるごとガイド内のＴＶアニメ「前橋ウィッチーズ」特設ページで随時更新中。作品の舞台を巡るマップも前橋観光コンベンション協会窓口のほか、ＪＲ前橋駅観光案内所や道の駅まえばし赤城観光案内所などで配布中です。

--------------------------------------------------

上電でラッピング車両が走ります

問合せ＝交通政策課　TEL０２７‐８９８‐６３０２

　前橋ウィッチーズのメインキャストの５人、赤城ユイナ・三俣チョコ・上泉マイ・新里アズ・北原キョウカの名字は、上毛電鉄の駅名からつけられています。そんなゆかりのある上電で、７月７日（月）から前橋ウィッチーズのラッピング車両を運行します。

--------------------------------------------------

楽しく学んで家族に広めて

園児が食品ロスを学ぶ

講座開催

問合せ＝ごみ政策課　TEL０２７‐８９８‐６２７２

　５月30日に六供保育所、６月４日に赤城育心こども園で環境講座「ラジアスと食品ロスを学ぼう！」を開催。食品ロス啓発動画の放映やごみ減量マスコット・ラジアスの塗り絵を実施しました。参加した園児にはお菓子と交換できるオリジナル通貨・ラジアス紙幣をプレゼント。ごみ政策課職員が駄菓子屋の店員になり、好きなお菓子と交換しました。

　園児から保護者へと環境問題への意識を広げ、家族全体で環境に優しい生活を実践してもらうことが目的。10月以降も市内保育施設で同講座を開催予定です。

--------------------------------------------------

p16

--------------------------------------------------

荒ぶる獅子で厄払い

地域に根づく大胡祇園まつり

問合せ＝大胡祇園まつり実行委員会事務局　TEL０８０-３３６９-９９７５

　大胡祇園まつりを開催。７月27日（日）には暴れ獅子が町内を練り歩きます。

日時＝７月26日（土）16時～21時・27日（日）16時～22時

場所＝ＪＡ前橋市大胡支所（大胡町）など

--------------------------------------------------

前橋花火大会の車での来場は

駐車場付き観覧席の購入を

問合せ＝前橋花火大会実施委員会事務局　TEL０２７-２３５-２２１１

　超ワイドスターマインや七色に変化する虹色の花火などを打ち上げます。有料観覧席は全て事前購入制。車で来場する場合は、駐車場付き観覧席を購入してください。詳しくは公式ホームページをご覧ください。

日時＝８月９日（土）（打ち上げは19時10分～20時10分）

打上場所＝利根川河畔（大渡橋南北河川緑地）

--------------------------------------------------

紙利用券で

マイタク利用可能に

問合せ＝交通政策課　TEL０２７-８９８-５８４４

　移動困難者を対象にタクシー運賃を補助するマイタク制度。マイナンバーカードを持っていない人に限り紙利用券で利用できます。希望する人は手続きをしてください。代理人による申請もできます。

場所＝市役所１階マイタク登録窓口

持ち物＝申請者の身分証明書、要件確認書類

利用回数＝年間40回

利用期間＝来年３月31日（火）まで

--------------------------------------------------

マイバスとデマンドバス

10月１日（水）から運賃改定

問合せ＝交通政策課　TEL０２７-８９８-６３０２

　循環バス「マイバス」の運賃を１回100円から180円に改定。富士見・芳賀地区を運行する「るんるんバス」と大胡・宮城・粕川地区を運行する「ふるさとバス」の運賃は１回210円から300円に改定します。各種割引制度は継続して実施。運賃の支払いはＩＣカードが便利です。ＪＲ前橋駅構内前橋駅バス案内所で地域連携ＩＣカード「nolbé」を購入できます。

※「nolbé」は県バス事業協同組合の登録商標です

--------------------------------------------------

庶民のための教育機関

寺子屋を紹介する企画展

問合せ＝教育支援課　TEL０２７-２３０-９０９４

　教育資料館企画展「まえばしの寺子屋」を開催。江戸時代、市内に多数あった寺子屋を紹介します。

日時＝７月22日（火）～９月30日（火）（９月の土日曜・祝日は休館）、９時～16時30分

場所＝総合教育プラザ

--------------------------------------------------

夏休みにIKEAで

親子で楽しめるマーケット

問合せ＝にぎわい商業課　TEL０２７-２１０-２１８８

　IKEA前橋との包括連携事業として、夏休みにマーケットを開催。農産物直売所「味菜」による前橋産野菜の販売のほか、移動販売事業者によるみかんや昆虫販売など、こどもが楽しめる出店もあります。

日時＝７月26日（土）10時～13時

場所＝IKEA前橋・ユニクロ前橋南インター店（亀里町）

--------------------------------------------------

p17

--------------------------------------------------

クリエイティブシティ構想

国際コンペのシンポジウムを開催

問合せ＝県都市整備課　TEL０２７-２２６-３８４０

「県庁～前橋駅都市空間デザイン国際コンペ」の最優秀作品に関するプレゼンやパネルディスカッションを実施します。

日時＝８月23日（土）14時～16時

場所＝中央公民館３階ホール

登壇者＝早稲田大教授・佐々木葉さん、筑波大名誉教授・石田東生さん、ジンズホールディングス代表取締役ＣＥＯ・田中仁さんほか

申込み＝７月31日（木）17時までに二次元コードのホームページで

--------------------------------------------------

みんなで考える

次世代にも暮らしやすいまちづくり

問合せ＝都市計画課　TEL０２７-８９８-６９４３

　人口減少・高齢化をはじめとした都市課題に対応した今後のまちづくりについて考える対話型説明会を開催。自由に来場でき、その場で質問も可能です。

日時＝７月６日（日）10時～15時

場所＝ベイシア前橋みなみモール店（新堀町）

日時＝７月12日（土）

場所＝前橋プラザ元気21 ２階連絡通路

日時＝７月13日（日）

場所＝フォレストモール新前橋催事スペース（古市町）

日時＝７月19日（土）

場所＝ＪＡ前橋市産直ゆうあい館（富田町）

日時＝７月26日（土）

場所＝道の駅まえばし赤城

--------------------------------------------------

夏本番

市民プールがオープン

問合せ＝市民プール　TEL０２７-２３４-９２１１

　上細井町の市民プールは、７月19日（土）から今季の利用を開始します。

日時＝７月19日（土）～８月31日（日）、９時～18時

費用＝一般200円、中学生以下50円

--------------------------------------------------

らんたんや灯ろう流し

涼しい赤城山で楽しんで

問合せ＝赤城山夏まつり実行委員会　TEL０８０-４４３０-０６４８

　赤城山らんたん祭りを開催。大沼湖畔に絵付けしたらんたんを展示するほか、灯ろう流しや台湾グルメ、体験イベントを実施します。また、赤城神社では８月９日（土）に小笠原教場奉納弓術を披露します。

日時＝８月２日（土）12時～20時〈らんたん点灯〉18時～21時

場所＝赤城大沼湖畔

--------------------------------------------------

こどもたちのアイデア

公開プレゼンで事業化

問合せ＝市民協働課　TEL０２７-２１０-２１９６

　こどもたちから募集した「こんな前橋になったらいいな！」というアイデアの公開審査を実施。こどもも審査委員を務め、採択となった事業はこどもたちが自分たちの手で実践します。

日時＝７月12日（土）10時

場所＝中央公民館３階ホワイエ

--------------------------------------------------

プールで安心

ＳＵＰやカヌーを体験

問合せ＝OUTDOOR CLUB　TEL０９０-３９００-６４５９

　ＳＵＰ体験会を開催。カヌー体験もできます。

日時＝７月５日（土）～８月30日（土）の計18回

場所＝市民プール

対象＝水に慣れている３歳～70歳

費用＝3,000円とプール利用料

申込み＝二次元コードのホームページで

--------------------------------------------------

p18

--------------------------------------------------

いきいきまえばし人

--------------------------------------------------

セキネ洋傘店店主

関根 健一さん・82歳

千代田町三丁目

着物の記憶を日傘に込めて

　弁天通り商店街に店を構える明治37年創業のセキネ洋傘店。四代目の関根健一さんは、20歳で家業を継ぎ、傘作りの道を歩んできた。傘の修理や着物を再利用した日傘作りを手がけ、全国から「思い出の着物を日傘にしてほしい」という依頼が届く。

　今から約20年前、「装飾用の傘を作ってほしい」という声に応え、着物から傘を仕立てたことが着物を再利用した日傘作りの始まりだった。

　「雨傘にするには縫い目が不向きだけど、日傘なら問題ない。思いのほか良くできました」

　日傘作りの全ての工程は関根さんの手仕事。着物の柄や風合いを生かしながら、傘の骨組みに合わせて裁断・縫製していく。反物の両端にあたる着物の「耳」の部分は、傘布の縁に活用。縫い目が伸縮しないと美しい形にならないため、下糸を使わない専用のミシンで一針一針縫い合わせる。

　「一番のこだわりは形。着物は一点ものだから、失敗は許されない。常に真剣勝負です」と関根さん。理想の形に仕上がらなければ、完成後でも骨組みから外して縫い直すという。

　現在、関根さんの下で傘作りを学ぶ女性がいる。専用のミシンは国内にほとんどなく、関根さんが店で縫い方を指導する。

　「店を継いでもらうつもりはないけど、技術は残していけたら」

　大切な思いとともに、手仕事の技は確かに引き継がれていく。

--------------------------------------------------

あぐりチャンネル

channel 24

桜井畜産

問合せ＝農政課　TEL027-898-5841

　今回は柏倉町で肉用牛を肥育している桜井畜産を紹介します。

　農業経営の改善や地域農業の振興・活性化に対して優れた功績を挙げた農業者を表彰する全国優良経営体表彰。その経営改善部門で桜井畜産が最高賞の農林水産大臣賞を受賞しました。

　今回大きく評価されたのは経営の効率化。代表の桜井克真さんは、約１，２００頭の肉用牛肥育に加え家畜商として年間３，５００頭もの牛の運搬も担っています。多くのことをこなす時間を捻出するために常に業務改善を進めてきました。

　従業員全員が効率よく働けるよう、牛舎に簡単なマニュアルを掲示し、道具なども全て保管場所を決めて整理整頓を徹底。また、６舎ある牛舎を効率よく管理するため、朝の作業後ミーティングを実施。担当者間の共有を大切にしています。

　牛の肥育方法もひと工夫。自社農場に合う血統牛を同じ月齢でまとめて購入し、牛舎ごとに月齢を分けて肥育・出荷しています。その結果、飼料の配合や量を同じにできるなど、無駄の少ない適切な肥育が実現。牛の出入りがないため、疫病にかかる危険性を減らすこともできます。通常、平均26カ月齢で出荷するところ、同社では24カ月齢以内に完了。出荷回転率が上がり、生産コストも抑えられています。

　「いい方法があればやってみる、無駄なことはやめていく、それをとにかく繰り返してきました」と桜井さん。肥育部会の仲間と密に情報共有し切磋琢磨しながら、本市の畜産を盛り上げています。今後も改善を繰り返し、肉用牛の質の高さと効率的な経営を追求していきます。

　桜井さんが属する肥育部会の牛肉は、「上州牛まえばし」としてＪＡファーマーズ市内各店で購入できます。

--------------------------------------------------

p19

--------------------------------------------------

クローズアップ

CLOSE UP

--------------------------------------------------

石破首相が本市を視察

　６月７日に石破茂首相が馬場川通りや中央通り商店街などを訪れ、本市の官民連携によるまちづくりを視察しました。太陽の鐘やアーツ前橋などを見学後、市長などを含めて意見交換を実施。本市の民間や行政、市民による取り組みが高く評価されました。

--------------------------------------------------

ツツジの花が赤城彩る

　６月上旬から中旬にかけて赤城山のレンゲツツジが満開に。開花時期に合わせて、普段は入れない白樺牧場を地元ガイドが案内する「秘密の絶景ツアー」が開催されました。また、白樺牧場では10月末まで羊を放牧。草を食む羊の愛らしい姿を見ることができます。

--------------------------------------------------

アジサイまつり盛況に

　６月１日から30日まで、環境システム荻窪公園で「ホタル・あじさいフェア」を開催。15日には、地元「扇の会」による八木節や産直「味菜」の野菜即売会などを実施し、多くの人でにぎわいました。なお、現在休館中のあいのやまの湯は、今年秋頃の営業再開を予定しています。

--------------------------------------------------

p20

--------------------------------------------------

くらしの情報

詳しくは本市ホームページをご覧ください。

--------------------------------------------------

窓口

業務時間

本庁・支所・市民サービスセンター　９時～17時

前橋プラザ元気21証明サービスコーナー　10時30分～19時

--------------------------------------------------

お知らせ

--------------------------------------------------

避難行動に不安がある人を支援

--------------------------------------------------

　避難行動要支援者制度は、高齢者や障害者、難病の人など、災害時に自力で避難することが難しい人を支援するための制度です。市が登録者の個人情報をまとめ、自治会や消防、警察、社会福祉協議会、民生委員などに提供。地域の助け合いによる避難支援の充実を図ります。支援を希望する人は登録が必要です。詳しくは問い合わせてください。

問合せ＝防災危機管理課

TEL０２７‐８９８‐５９３５

--------------------------------------------------

夏の県民交通安全運動を実施

--------------------------------------------------

　７月11日（金）から20日（日）まで、夏の県民交通安全運動を実施。重点項目はこどもと高齢者の交通事故防止、自転車などの交通安全意識の向上と交通事故防止です。交通ルールやマナーを守り、交通事故を防ぎましょう。11日（金）には道の駅まえばし赤城で交通安全の啓発や県警音楽隊のコンサートを実施します。

問合せ＝共生社会推進課

TEL０２７‐８９８‐６２６２

--------------------------------------------------

めぶくＰａｙサポート窓口

--------------------------------------------------

　めぶくＩＤの発行やアプリの操作方法などを対面でサポートします。

・常設窓口

日時＝平日10時～16時

場所＝前橋商工会議所（日吉町一丁目）

申込み＝めぶくＰａｙコールセンター

TEL０５０‐３３１５‐９９１１（平日９時～17時）へ

・出張窓口

日時＝（1）７月１日（火）（2）11日（金）（3）17日（木）（4）26日（土）（5）８月１日（金）、13時30分～15時30分

場所＝（1）は南橘市民サービスセンター（2）は富士見公民館（3）は中央公民館32研修室（4）は永明市民サービスセンター（5）は富士見公民館

--------------------------------------------------

国民年金保険料の免除申請

--------------------------------------------------

　本年度の国民年金保険料は、月額１万７，５１０円です。低所得や失業などにより保険料の納付が難しい場合、納付の免除や猶予制度があります。納付期限から２年以内ならさかのぼって申請できます。なお、これまで保険料の免除や猶予の承認を受けている人でも、改めて本年度の免除申請が必要な場合があります。年金事務所や市役所市民課、各支所で申請してください。

対象＝〈免除申請〉本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下〈納付猶予申請〉50歳未満で、本人や配偶者それぞれの前年所得が一定額以下〈学生納付特例申請〉学生（学生証か在学証明書が必要）で本人の前年所得が一定額以下（いずれも失業（雇用保険被保険者離職票などが必要）による減収などがあった人は、特例申請が可能）

問合せ＝市民課

TEL０２７‐８９８‐６２５４

--------------------------------------------------

スマホ操作などの疑問を相談

--------------------------------------------------

　インターネットやスマホ操作の疑問点などを相談できるデジタルよろず相談所を開設。事前申し込みは不要です。市民有志のボランティア・まえばしデジタルサポーターが教えます。

日時・場所＝右表のとおり

・広げようデジタルの助け合い

　サポーターは随時募集中。興味がある人に向けて養成講座を開催します。

日時＝７月15日（火）14時～16時30分

場所＝中央公民館５０３学習室

対象＝デジタルに関するボランティアや地域貢献に興味のある人、先着20人

申込み＝７月14日（月）までに二次元コードの申し込みフォームで

問合せ＝教育支援協会北関東

TEL０２７‐２２６‐６７３１

--------------------------------------------------

デジタルよろず相談所開設日

場所＝南橘市民サービスセンター

日時＝７月１日（火）・８日（火）・15日（火）・22日（火）･29日（火）　10時～12時

場所＝東市民サービスセンター

日時＝７月２日（水）・９日（水）・16日（水）・23日（水）･30日（水）　10時～12時

場所＝中央公民館

日時＝７月３日（木）・10日（木）・17日（木）・24日（木）・31日（木）　10時～12時

場所＝富士見公民館

日時＝７月４日（金）・11日（金）・18日（金）・25日（金）・８月４日（月）　10時～12時

場所＝永明市民サービスセンター

日時＝７月５日（土）・12日（土）・19日（土）・26日（土）・８月２日（土）　10時～12時

場所＝大胡公民館

日時＝７月８日（火）・15日（火）　10時～12時

場所＝下川淵市民サービスセンター

日時＝７月11日（金）・18日（金）・25日（金）　10時～12時

--------------------------------------------------

p21

--------------------------------------------------

セカンドキャリアの就農を支援

--------------------------------------------------

　定年などで新規就農し販売農家を目指す人を対象に、農機具などの購入費用の一部を補助します。なお、予算額に達し次第終了します。対象など詳しくは問い合わせてください。

補助額＝購入費の10分の３以内（上限50万円）

対象＝過去３年度以内に61歳～69歳で開業届を提出した人など

申込み＝８月１日（金）～来年２月27日（金）に農政課

TEL０２７‐８９８‐６７０８へ

--------------------------------------------------

高齢農家の農機具購入支援

--------------------------------------------------

　対象機械などは、耕うん機などの管理機、防除機、草刈機、税込み２万円以上のアシストスーツです。いずれも販売品目に使用するものに限ります。本事業は予算額に達し次第終了します。なお、過去３年度以内に本事業を利用した人、セカンドキャリア就農支援事業を実施している人は対象外です。詳しくは問い合わせてください。

補助額＝購入費の２分の１以内（上限８万円）

対象＝確定申告などで農業収入を確認でき前年合計所得が２００万円以下で認定農業者でない70歳以上の農業者

申込み＝８月１日（金）～29日（金）に農政課

TEL０２７‐８９８‐６７０８へ

--------------------------------------------------

狩猟免許取得を支援

--------------------------------------------------

　本市在住の農業者などを対象に、狩猟免許の受験費用や市内猟友会の加入費を補助します。試験や事前講習会など詳しくは県渋川森林事務所に問い合わせるか、県ホームページをご覧ください。

補助金額＝〈わな猟免許〉上限１万２００円〈銃猟免許〉上限８万円〈市内猟友会への新規加入〉上限２万円

問合せ＝試験については県渋川森林事務所

TEL０２７９‐２２‐２７６３

補助金については農政課

TEL０２７‐２２５‐７１０５

--------------------------------------------------

介護保険負担割合証を送付

--------------------------------------------------

　要支援・要介護認定を受けている人や総合事業の対象者に、介護保険負担割合証（紫色）を７月中旬に郵送。８月以降に介護サービスなどを利用するときは、介護保険の被保険者証と一緒にこの負担割合証を事業所へ提示してください。

問合せ＝介護保険課

TEL０２７‐８９８‐３１２９

--------------------------------------------------

不動産表示登記無料相談会

--------------------------------------------------

　土地家屋調査士が土地の分筆や境界、登記など不動産に関する相談に答えます。

日時＝７月27日（日）10時～17時

場所＝群馬土地家屋調査士会館（鶴光路町）

申込み＝７月22日（火）までに群馬土地家屋調査士会

TEL０２７‐２８８‐００３３へ

--------------------------------------------------

市町村振興宝くじが販売開始

--------------------------------------------------

　７月11日（金）から８月11日（月）まで市町村振興宝くじ（サマージャンボ宝くじ・サマージャンボミニ）が発売されます。サマージャンボ宝くじの賞金は、１等・前後賞合わせて７億円。収益金は市町村のまちづくりなどに使われます。購入は二次元コードの宝くじ公式サイトからもできます。

問合せ＝県市町村振興協会

TEL０２７‐２９０‐１３５０

--------------------------------------------------

インターネット中継で定例市議会を視聴

--------------------------------------------------

　第３回定例市議会の日程は右表のとおりです。インターネットで生中継します。スマホやタブレット端末などからも視聴できます。詳しくは市議会ホームページをご覧ください。

問合せ＝議会事務局

TEL027-898-5923

--------------------------------------------------

定例市議会日程

日時＝９月２日（火）13時

会議名＝本会議

日時＝９月９日（火）10時

会議名＝本会議（総括質問）

日時＝９月10日（水）10時

会議名＝本会議（総括質問）

日時＝９月16日（火）10時

会議名＝教育福祉常任委員会（議案審査）

日時＝９月17日（水）10時

会議名＝市民経済常任委員会（議案審査）

日時＝９月18日（木）10時

会議名＝建設水道常任委員会（議案審査）

日時＝９月19日（金）10時

会議名＝総務常任委員会（議案審査）

日時＝９月26日（金）13時

会議名＝本会議

--------------------------------------------------

p22

--------------------------------------------------

給水管の漏水は修理を

--------------------------------------------------

　給水管１次側（水道メーターより道路側）で発生した自然漏水（故意や過失ではない、通常の使用で発生した漏水）に限り水道局が修理します。私有地内は宅地内修繕依頼書の説明に沿って協議。掘削などを伴う工事や私有地内での解体工事などで折損した場合は該当しません。

問合せ＝水道整備課

TEL０２７‐８９８‐３０３４

--------------------------------------------------

休日の水道局指定給水装置工事事業者

期日＝７月６日（日）

事業者名＝坂田設備（五代町）TEL027-226-5675

期日＝７月６日（日）

事業者名＝大澤設備工業（横沢町）TEL027-283-5123

期日＝７月13日（日）

事業者名＝赤城管設（小坂子町）TEL027-269-0144

期日＝７月13日（日）

事業者名＝下田農機具店（富士見町時沢）TEL027-288-2070

期日＝７月20日（日）

事業者名＝優希設備工業（朝倉町）TEL027-226-5195

期日＝７月20日（日）

事業者名＝志村工業（滝窪町）TEL027-283-5370

期日＝７月21日（月）

事業者名＝青柳管工土木（東片貝町）TEL027-223-6741

期日＝７月21日（月）

事業者名＝小林設備（富士見町時沢）TEL027-288-2755

期日＝７月27日（日）

事業者名＝福島工業（総社町高井）TEL027-251-6672

期日＝７月27日（日）

事業者名＝石橋工業（樋越町）TEL027-280-2108

--------------------------------------------------

職員採用説明会を開催

--------------------------------------------------

　技能労務職５職種の職員が集まり、職種別に仕事紹介をします。

日時＝７月18日（金）15時30分～17時

場所＝議会庁舎

対象＝本年度の本市職員採用試験（技能労務職）を受験予定か検討している人

申込み＝７月２日（水）９時～16日（水）17時に二次元コードのホームページで

問合せ＝職員課

TEL０２７‐８９８‐６５０３

--------------------------------------------------

リフォーム工事補助を追加募集

--------------------------------------------------

　市内の施工業者に依頼する個人住宅のリフォーム工事費用の補助の申し込みを追加で受け付けます。

対象＝次の全ての条件を満たす住宅、先着１００件。（1）着工前（2）築20年以上経過している（3）所有者か家族が居住（住民登録）している（4）市内業者が実施する税抜き15万円以上の工事（5）市税の滞納をしていない（6）過去に住宅リフォーム補助を受けていない

補助額＝工事費の３分の１（上限８万円）

資料の配布＝市役所建築住宅課で。本市ホームページからダウンロードもできます

申込み＝８月１日（金）～二次元コードの申し込みフォームで

問合せ＝建築住宅課

TEL０２７‐８９８‐６８３３

--------------------------------------------------

住吉第一団地入居で家財費補助

--------------------------------------------------

　特別市営住宅の住吉第一団地に新規入居する世帯に家財購入費を補助。入居には要件があります。詳しくは問い合わせてください。

所在地＝住吉町一丁目14番３

構造＝鉄骨鉄筋コンクリート造10階建

設備＝エレベーター、ユニットバス、洗面化粧台、給湯器、エアコン２台、温水洗浄便座、モニター付きインターホン

家賃＝〈Ａタイプ（３ＤＫ）〉５万６００円

・補助内容

対象＝本年度中に入居する世帯、先着５世帯

補助額＝上限８万円

問合せ＝建築住宅課

TEL０２７‐８９８‐６８３３

--------------------------------------------------

消費者の豆知識

--------------------------------------------------

カード会社名で届いたメール

質問＝利用しているクレジットカード会社名で「セキュリティを強化します。」というメールが届きました。メールにはＵＲＬが書かれていて、具体的な内容は書かれていません。カード会社からのメールか偽メールか分かりません。

回答＝最近のフィッシング詐欺は巧妙になっていて、メールを見ただけでは判断することができません。届いたメールのＵＲＬから確認や手続きをしないでください。正規サイトや公式アプリから確認しましょう。また、慌てて検索し、上位に表示されたサイトに連絡したら別のサイトだったという相談もあります。日頃から正規サイトのＵＲＬをブックマークしておくなどの対策を講じておきましょう。

問合せ＝消費生活センター

TEL０２７-８９８-１７５５

--------------------------------------------------

p23

--------------------------------------------------

福祉医療費受給資格者証を送付

--------------------------------------------------

　福祉医療費受給資格者証の有効期限が７月31日（木）までの人で引き続き受給資格がある人に、新しい受給資格者証を郵送します。

・重度心身・高齢重度障害者

　所得制限の基準を満たす人に新しい受給資格者証を郵送。なお、所得判定ができない人には７月上旬に通知を送付します。

・ひとり親家庭等福祉医療

　所得制限などの資格対象要件を引き続き満たしている場合、更新手続きを省略し自動で新しい受給資格者証を郵送。所得の申告がない人や婚姻状況などの確認が必要な人には７月上旬に通知を送付します。

・申請で医療費助成

　市内在住で次のいずれかに該当する人は、医療費の助成を受けられます。（1）高校生世代までのこども（2）ひとり親家庭の人（所得制限あり）（3）重度の障害者（身体障害者手帳１級・２級、障害年金１級相当、療育手帳Ａ判定、知的指数35以下、特別児童扶養手当１級（所得制限あり））（2）（3）の所得制限基準額は８月１日（金）から左上表のとおり改定します。

問合せ＝国民健康保険課

TEL０２７‐２５７‐０６８０

--------------------------------------------------

改定後の所得制限基準額など

扶養親族などの数＝０人

所得制限基準額＝366万1,000円

収入額の目安＝約525万2,000円

扶養親族などの数＝１人

所得制限基準額＝404万1,000円

収入額の目安＝約572万8,000円

扶養親族などの数＝２人

所得制限基準額＝442万1,000円

収入額の目安＝約620万4,000円

扶養親族などの数＝３人

所得制限基準額＝480万1,000円

収入額の目安＝約666万8,000円

--------------------------------------------------

嶺公園の市営墓地を販売

--------------------------------------------------

　嶺公園に小区画墓地を新規造成。販売方法など詳しくは本市ホームページをご覧ください。

対象＝市内在住で遺骨を所持している人など

販売区画数・使用料＝洋型（２・３平方㍍）60区画・20万円と特別徴収金11万３，０００円

申込み＝７月15日（火）から公園緑地課

TEL０２７‐８９８‐６８４５へ

--------------------------------------------------

防火設備の定期検査報告を

--------------------------------------------------

　大勢の人が利用する特殊建築物は、その状態を定期的に調査する必要があります。次に該当する防火設備が設置されている建築物の所有者か管理者は、資格のある専門家に検査を依頼し、定期検査報告書を11月28日（金）までに市役所建築指導課へ提出してください。

対象＝（1）定期調査報告を要する建築物に設けられた防火設備（2）定期調査報告を要しない建築物のうち、病院、診療所か就寝用福祉施設（就寝の用に供する部分の床面積の合計が２００平方㍍以上）

問合せ＝建築指導課

TEL０２７‐８９８‐６７５４

--------------------------------------------------

農振計画変更案を縦覧

--------------------------------------------------

　農業振興地域整備計画を変更。市街化編入に伴う計画の変更案を縦覧します。変更案は本市ホームページにも掲載します。

日時＝〈縦覧・意見書の提出〉８月中旬～10月上旬〈異議申し出〉10月中旬～10月下旬（土日曜・祝日を除く）

場所＝市役所農政課

問合せ＝同課

TEL０２７‐８９８‐６７０２

--------------------------------------------------

セミを通じて季節を感じて

--------------------------------------------------

　「みぢかな季節かんじ隊」は、市民参加型の自然観察プログラム。７月からは、セミの調査を実施します。市内で観察したセミの種類や様子を、申し込みフォームか郵送で報告してください。調査票は市役所環境政策課や各支所・市民サービスセンターで配布しています。

申込み＝10月14日（火）までに申し込みフォームか、市役所環境政策課（TEL０２７‐８９８‐６２９２）へ郵送で

--------------------------------------------------

都市計画の変更案を縦覧

--------------------------------------------------

変更内容＝（1）県央広域都市計画県都市計画区域の整備、開発及び保全の方針の変更（2）亀里北地区・力丸工業団地西地区・三俣駅東地区を市街化調整区域から市街化区域へ変更（3）同３地区の用途地域を決定（4）亀里地区地区計画の変更・力丸工業団地西地区地区計画の決定

日時＝７月15日（火）～29日（火）（土日曜・祝日を除く）

縦覧場所＝（1）（2）は県庁都市計画課（大手町一丁目）、県合同庁舎前橋土木事務所（上細井町）、市役所都市計画課（3）（4）は市役所都市計画課

意見書の提出＝変更案に意見のある人は７月29日（火）までに、住所・氏名・意見を意見書に記入し、（1）（2）は県庁都市計画課（3）（4）は市役所都市計画課へ直接

問合せ＝市都市計画課

TEL０２７‐８９８‐６９４３

--------------------------------------------------

p24

--------------------------------------------------

はたちのつどい開催日時決定

--------------------------------------------------

　はたちのつどいを開催。11月上旬に対象者へ案内状を送付します。市外に転出した人は、11月以降に本市ホームページから参加を申し込んでください。

日時＝来年１月11日（日）11時30分～12時40分

場所＝日本トーターグリーンドーム前橋

対象＝市内在住で平成17年４月２日～平成18年４月１日生まれの人

問合せ＝生涯学習課

TEL０２７‐２１２‐４０３３

--------------------------------------------------

安全週間に合わせライトアップ

--------------------------------------------------

　労働災害のない安全な職場づくりを啓発するため、日本トーターグリーンドーム前橋と臨江閣を緑色にライトアップします。

日時＝７月７日（月）まで

問合せ＝群馬労働局

TEL０２７‐８９６‐４７３６

--------------------------------------------------

若者のための合同企業説明会

--------------------------------------------------

　若者を対象に合同企業説明会を開催。対面18社、オンライン４社が参加予定です。

日時＝７月11日（金）13時～15時45分

場所＝〈対面〉日本トーターグリーンドーム前橋〈オンライン〉Zoom

対象＝来年卒業予定の新卒、既卒３年以内の人、おおむね40歳代前半の人

申込み＝二次元コードのホームページで

問合せ＝ジョブセンターまえばし

TEL０２７‐２５２‐０５００

--------------------------------------------------

区画整理審議会委員の補選

--------------------------------------------------

　千代田町三丁目土地区画整理審議会委員に欠員が生じたため、委員の補欠選挙を実施します。

日時＝10月19日（日）

選挙される委員＝１人

選挙人名簿の縦覧と異議の申し出＝８月８日（金）～21日（木）に市役所区画整理課で

立候補届の受け付け＝９月２日（火）～11日（木）に同課へ直接

・選挙人名簿の登録手続き

対象・期限・提出書類＝〈（1）未登記の借地権がある〉７月30日（水）までに借地権の申告〈（2）共有の借地権がある〉８月21日（木）までに代表者選任通知〈（3）借地権者が死亡している土地の相続人〉８月21日（木）までに相続の届け出と相続人代表者選任通知

問合せ＝同課

TEL０２７‐８９８‐６９１２

--------------------------------------------------

教育委員会定例会の傍聴

--------------------------------------------------

日時＝７月15日（火）14時30分

場所＝市役所11階北会議室

対象＝一般、先着10人

申込み＝当日14時～14時20分に会場へ直接

問合せ＝教育委員会事務局総務課

TEL０２７‐８９８‐５８０２

--------------------------------------------------

催し

--------------------------------------------------

みんなが元気になる映画会

--------------------------------------------------

　誰もが自分らしく生きることを考える映画会を開催。映画「サンセット・サンライズ」を上映します。

日時＝８月23日（土）13時30分～16時

場所＝K'BIXまえばし福祉会館

対象＝市内在住・在勤・在学の人、先着１００人

申込み＝７月31日（木）までに二次元コードの申し込みフォームで

問合せ＝共生社会推進課

TEL０２７‐８９８‐６５１７

--------------------------------------------------

高崎だより

--------------------------------------------------

光とアートの展覧会

　高崎市美術館（高崎市八島町）で見て、さわって、参加する企画展「光のラビリンス」を開催。７組の作家の作品12点を展示。色とりどりの光と影が織りなす不思議な世界を体験できます。

日時＝７月12日（土）～９月21日（日）（月曜休館（祝日は開館し翌日休館））、10時～18時（金曜は20時まで、入館は閉館の30分前まで）

費用＝一般600円、学生300円、65歳以上・中学生以下無料

問合せ＝同館

TEL027-324-6125

--------------------------------------------------

p25

--------------------------------------------------

夜の結婚式場で縁活交流会

--------------------------------------------------

　独立型大聖堂のある結婚式場で、軽食やスイーツを食べながら参加者の交流を深めます。

日時＝７月25日（金）19時15分～21時15分

場所＝アメイジンググレイス前橋（小相木町）

対象＝20歳代～おおむね30歳代の独身者、男女各10人（抽選）

費用＝男性４，５００円、女性２，５００円

申込み＝７月21日（月）までに二次元コードの申し込みフォームで

問合せ＝前橋の地域若者会議middle縁活プロジェクトチーム・池田さん

TEL０９０‐９８２２‐０２９１

--------------------------------------------------

市民の茶席

--------------------------------------------------

日時＝７月15日（火）10時～15時

場所＝中央公民館３階ホワイエ

講師＝前橋茶道会・中島初仙さん

費用＝５００円（小学生以下は３００円）

問合せ＝中央公民館

TEL０２７‐２１０‐２１９９

--------------------------------------------------

市内のパンが集まるマルシェ

--------------------------------------------------

　本市とカインズの包括連携協定事業として、市内のパン屋が出店するパンマルシェ「くみまち パンマルシェ」を開催。障害福祉事業所の利用者が作るパンも販売します。

日時＝７月19日（土）10時～16時（なくなり次第終了）

場所＝カインズ 前橋青柳店（青柳町）

問合せ＝障害福祉課

TEL０２７‐２２０‐５７１３

--------------------------------------------------

前橋けいりん

--------------------------------------------------

日時＝〈本場〉７月２日（水）～４日（金）〈場外〉７月１日（火）～６日（日）・10日（木）～23日（水）・26日（土）～28日（月）・31日（木）

問合せ＝公営事業課

TEL０２７‐２３５‐２０００

--------------------------------------------------

市立図書館

TEL０２７‐２２４‐４３１１

--------------------------------------------------

・映画上映会「なつやすみ映画大作戦!!」

日時・対象＝左表のとおり

場所＝同館３階視聴覚室

申込み＝当日、各上映開始30分前から同館へ直接

--------------------------------------------------

映画上映会「なつやすみ映画大作戦‼」

日時＝７月25日（金）10時～10時50分

タイトル＝「忍たま乱太郎withコズミックフロント☆NEXT　土星の段・宇宙の果ての段」

定員（先着）＝親子、50人

日時＝７月25日（金）13時30分～15時20分

タイトル＝「マリッジカウンセラー」

定員（先着）＝一般、50人

日時＝８月７日（木）10時～10時45分

タイトル＝「一つの花」「サヨナラみどりが池～飛べ！凧グライダー‼」

定員（先着）＝親子、50人

日時＝８月７日（木）13時30分～14時55分

タイトル＝「風が吹くとき」

定員（先着）＝一般、50人

--------------------------------------------------

練習の成果を披露するコンサート

　東京農大二高吹奏楽部と、サマーキャンプ参加者の中学生とのジョイントコンサートを開催します。

日時＝８月11日（月）15時

場所＝昌賢学園まえばしホール

対象＝小学生以上

費用＝500円

持ち物＝〈市民先行販売〉住所のわかるもの

申込み＝〈市民先行販売〉７月７日（月）～20日（日）

〈一般〉７月21日（月）～８月３日（日）に同館（TEL027-221-4321）へ直接

--------------------------------------------------

前橋シネマハウス支配人のおすすめ作品

『35年目のラブレター』（公開期間＝７月26日（土）～８月15日（金））

　笑福亭鶴瓶さん演じる夫は戦時中に貧困のため教育を受けられず、字の読み書きができません。自分の名前すら書けない彼は、愛する妻と一緒にいたい一心で秘密を打ち明けられずにいましたが、すぐに秘密が露見してしまいます。そんな彼に彼女は「今日から私があなたの手になる」とどんな時も寄り添い支えてくれます。そして彼は定年退職後に支えてくれた妻にラブレターを書くために夜間中学校に通い始めます。実話がもとになった作品のため、映画的なドラマティックな脚本というより実際にあった温かい夫婦の物語。二人のようにいつまでも互いの足りない部分を助け合いながら毎日を過ごすことが理想だなと温かい涙がこぼれ、すがすがしい気持ちになれる作品です。（支配人・日沼 大樹）

７月の上映作品

『「桐島です」』『Flow』ほか

詳しくは同館ホームページをご覧ください。

問合せ＝TEL０２７‐２１２‐９１２７（火曜休館）

--------------------------------------------------

p26

--------------------------------------------------

大室古墳群を巡り歴史を学ぶ

--------------------------------------------------

　古墳の語り部が、大室古墳群を案内します。歩きやすい服装で参加してください。

日時＝７月12日（土）９時30分～11時

場所＝日本キャンパック大室公園民家園

問合せ＝文化財保護課

TEL０２７‐２８０‐６５１１

--------------------------------------------------

中央公民館

TEL０２７‐２１０‐２１９９

--------------------------------------------------

　中央公民館で活動中の自主学習グループが学習見学会を開催。ダンスや音楽、百人一首、書道、英会話、パソコンなどの教室を見学、体験できます。活動日時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。

日時＝７月31日（木）まで

場所＝同館

対象＝市内在住の人

--------------------------------------------------

まえばし人形劇フェスタ楽しんで

　市内を中心に人形劇や大道芸、腹話術などの活動をしている人たちによる、まえばし人形劇フェスタを開催。こどもから大人まで、どなたでも観覧できます。ホワイエでは絵本の読み聞かせや人形劇体験コーナーもあります。

日時＝８月２日（土）（1）10時30分～12時（2）13時30分～15時

場所＝中央公民館３階ホール・ホワイエ

問合せ＝前橋こども図書館

TEL027-230-8833

--------------------------------------------------

募集

--------------------------------------------------

食育推進にあなたの声を

--------------------------------------------------

　食育を考える食育推進会議の委員を募集します。

任期＝９月１日（月）～令和９年８月31日（火）

対象＝次のすべてを満たす人、３人（選考）。（1）市内在住で20歳以上（2）他に本市の審議会などの委員をしていない（3）年２回程度平日昼間の会議に出席できる

申込み＝７月22日（火）までにメールで。住所・氏名・年齢・性別・電話番号・メールアドレス・食育についての考えを４００字程度にまとめ、健康増進課メール＝kenkouzousin@city.maebashi.gunma.jpへ

問合せ＝同課

TEL０２７‐２２０‐５７８３

--------------------------------------------------

介護認定調査員を募集

--------------------------------------------------

　介護保険の要介護認定の調査をする調査員を募集します。

対象＝次の全てを満たす人（選考）。（1）介護支援専門員の資格を持っているか、保健師、看護師、社会福祉士、介護福祉士のいずれかの資格を持ち実務経験がある（2）月に20件程度の調査が可能（3）自家用車で調査に行ける（4）調査員用タブレット端末で調査票作成が可能（5）調査員を長く続けられる

報酬＝１件当たり５，０００円

申込み＝７月14日（月）までに履歴書（写真貼付）に資格証明書の写しを添えて、市役所介護保険課（TEL０２７‐８９８‐６１３７）へ直接

--------------------------------------------------

ねんりんピック参加者募集

--------------------------------------------------

　ぐんまねんりんピック２０２５の参加者を募集。参加できる種目は一人一種目までです。

日時＝10月30日（木）〈荒天時予備日〉11月６日（木）

場所＝ＡＬＳＯＫぐんま総合スポーツセンター（関根町）ほか

募集種目＝〈団体〉ゲートボール、卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、グラウンド・ゴルフ、ソフトバレーボール、ペタンク、なぎなた、太極拳〈個人〉剣道、弓道、マラソン（５㌔㍍、10㌔㍍）、水泳、囲碁、将棋、健康マージャン

対象＝県内在住で昭和42年４月１日以前（マラソン、ソフトバレーボール、なぎなたは昭和50年４月１日以前）生まれの人

申込み＝７月16日（水）～８月６日（水）に長寿包括ケア課

TEL０２７‐８９８‐６１３４へ

問合せ＝県長寿社会づくり財団

TEL０２７‐２５５‐６５１１

--------------------------------------------------

自衛官などを募集

--------------------------------------------------

　自衛官などの採用試験を実施します。詳しくは二次元コードのホームページをご覧ください。

種目＝一般曹候補生、自衛官候補生、予備自衛官補、航空学生など

問合せ＝自衛隊前橋募集案内所

TEL０２７‐２２０‐４３５１

--------------------------------------------------

p27

--------------------------------------------------

朔太郎の世界を絵画で表現

--------------------------------------------------

　「わたしが描く朔太郎の世界」絵画作品を募集。萩原朔太郎の詩をイメージし、自由な発想で描いてください。作品サイズは四つ切画用紙で、学校単位での応募も可能です。

対象＝市内の小中学校に在籍する児童・生徒

申込み＝９月８日（月）までに前橋文学館（TEL０２７‐２３５‐８０１１）へ直接

--------------------------------------------------

健康づくりのポスターを募集

--------------------------------------------------

　「自分の健康は自分でつくる」をテーマに、健康意識の向上を図るためのポスターを募集。入選作品の著作権は、県国民健康保険団体連合会に帰属します。

対象＝県内在住・在学の小中学生

作品＝四つ切りの用紙で健康づくりを題材にして考えた標語を入れた未発表の物、１人１点。作品の裏面右下に氏名（ふりがな）・ペンネーム（任意）・学校名・学年を記入

申込み＝９月22日（月）までに市役所国民健康保険課（TEL０２７‐８９８‐６２４６）か各支所へ直接

--------------------------------------------------

読み聞かせグループ連絡協議会

--------------------------------------------------

　市内で活動をしている仲間と情報交換や研修などを通じて、一緒にスキルアップし読み聞かせ活動をする会の加入者を募集。入会は随時受け付けています。

費用＝１，０００円

問合せ＝前橋こども図書館

TEL０２７‐２３０‐８８３３

--------------------------------------------------

伝統野菜を次の世代へ

継承ボランティアを募集

　富士見町時沢地区の伝統野菜・時沢大根を後世に継承していく活動の協力ボランティアを募集。市民向け栽培体験の運営補助などをします。詳しくは時沢大根復活プロジェクトチームに問い合わせてください。

対象＝市内在住・在勤の人

申込み＝同チーム代表・奈良さん

TEL090-3244-0474へ

--------------------------------------------------

スポーツ

--------------------------------------------------

スポーツ大会

--------------------------------------------------

・市６人制バレーボール総合男女選手権大会

日時＝８月17日（日）

場所＝ヤマト市民体育館前橋

対象＝市内在住・在学の人で編成したチーム

費用＝８，０００円

申込み＝申込書に必要事項を記入し、７月27日（日）までに申し込みフォームで

問合せ＝市バレーボール協会・中島さん

TEL０９０‐６１０３‐６９８０

--------------------------------------------------

ヤマト市民体育館前橋

TEL０２７‐２６５‐０９００

--------------------------------------------------

　右下表の教室を開催します。

対象＝高校生以上（スポーツクライミングは小１以上の初心者、小学生バドミントンは小３～小６、ダイエットトレーニングは高校生以上の女性、中学生体操は中学生。各抽選）

申込み＝７月15日（火）までにまえばしスポーツナビで。または往復ハガキ（必着）で（１人１通）。教室名・郵便番号・住所・氏名・生年月日・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

--------------------------------------------------

ヤマト市民体育館前橋　各種教室

教室名＝ヘルスアップ

日時＝７月25日～８月８日の金曜３回、14時～15時

定員＝30人

費用＝1,640円

教室名＝スポーツクライミング

日時＝７月29日（火）19時～20時30分

定員＝20人

費用＝大人680円・小人340円

教室名＝小学生バドミントン

日時＝８月５日（火）～８日（金）の４回、18時30分～20時30分

定員＝各40人

費用＝1,060円

教室名＝スイキンストレッチ

日時＝８月６日～29日の水金曜６回、10時～11時

定員＝各40人

費用＝3,080円

教室名＝リフレッシュヨーガ

日時＝８月19日～11月18日の火曜10回、10時～11時

定員＝60人

費用＝各5,000円

教室名＝ビューティエクササイズ

日時＝８月19日～11月18日の火曜10回、13時30分～14時30分

定員＝50人

費用＝各5,000円

教室名＝ピラティス（夜間）

日時＝８月19日～11月18日の火曜10回、19時30分～20時30分

定員＝40人

費用＝各5,000円

教室名＝ダイエットトレーニング

日時＝８月19日～11月18日の火曜10回、10時～11時

定員＝60人

費用＝各5,000円

教室名＝中学生体操

日時＝８月26日（火）13時～17時・27日（水）９時～13時

定員＝50人

費用＝580円

--------------------------------------------------

p28

--------------------------------------------------

日本一やさしいトライアスロン

--------------------------------------------------

　未経験者やこどもも参加できるトライアスロン「前橋トライアスロンフェスタ」を開催します。出場者と受け付け・コース誘導などをするボランティアを募集中。詳しくは二次元コードのホームページをご覧ください。

日時＝９月７日（日）

場所＝群馬大荒牧キャンパス（荒牧町四丁目）、敷島緑地ラグビー場（敷島町）、敷島公園（敷島町）、国体道路ほか

対象＝未就学児以上

費用＝〈個人種目〉３，５００円～１万６，０００円〈リレー・企業対抗リレー〉３万３，０００円

申込み＝８月５日（火）までに二次元コードのホームページで

問合せ＝エントリーについてはエムスポエントリー

TEL０４２‐３７０‐７４３１

その他については実行委員会事務局

TEL０８０‐３９８５‐４９６２

--------------------------------------------------

前橋総合運動公園

TEL０２７‐２６８‐１９１１

--------------------------------------------------

・テニス（ナイターコース）

日時＝８月25日～９月11日の月木曜６回、18時45分～20時45分

対象＝19歳以上の人、30人（抽選）

費用＝５，０００円

申込み＝７月15日（火）までにまえばしスポーツナビで

--------------------------------------------------

しんしん大渡温水プール・トレーニングセンター

TEL０２７‐２５３‐７８１１

--------------------------------------------------

（1）中学生剣道

日時＝８月９日（土）・23日（土）、９時～13時

対象＝市内在住・在学の中学生、先着１５０人

費用＝５８０円

（2）水泳教室

日時＝９月２日～12月22日の各コース８回

コースなど＝右表のとおり

対象＝〈初級〉クロールで25㍍以上泳げない初心者〈中級〉４泳法で各25㍍以上泳げる人〈バタフライ〉クロールで50㍍以上泳げる人

費用＝各３，０００円（小学生以下は１，５００円）と施設利用料

申込み＝（1）は７月28日（月）（2）は７月15日（火）までにまえばしスポーツナビで

・夏季期間の営業

　プールとトレーニング室は７月18日（金）～９月３日（水）（７月27日（日）・８月３日（日）を除く）は休まず営業します。

--------------------------------------------------

しんしん大渡温水プール 水泳教室

コース＝バタフライ

曜日・時間＝月曜、12時30分～13時40分

定員＝各20人

コース＝中級者一般

曜日・時間＝金曜、14時～15時10分

定員＝各20人

コース＝初級　一般

曜日・時間＝火曜、12時30分～13時40分

定員＝各20人

コース＝初級　平泳ぎ

曜日・時間＝水曜、12時30分～13時40分

定員＝各20人

コース＝初級　高年者（50歳以上）

曜日・時間＝月火曜、14時～15時10分

定員＝各20人

コース＝初級　レディース

曜日・時間＝水曜、14時～15時10分

定員＝各20人

コース＝初級　年長～小２

曜日・時間＝月火水金曜のいずれか、15時40分～16時40分

定員＝各30人

コース＝初級　小学生

曜日・時間＝月火水金曜のいずれか、17時～18時10分

定員＝各40人

コース＝初級　小学生

曜日・時間＝土曜、10時30分～11時40分

定員＝各40人

--------------------------------------------------

市民スポーツ祭

・水泳競技大会（８月３日（日）、しんしん大渡温水プール）

・町内対抗軟式野球大会（８月17日（日）～９月７日（日）、前橋総合運動公園グレースイン前橋市民球場、大野工業大胡総合運動公園ほか）

　詳しくは市スポーツ協会（TEL027‐289‐0607）に問い合わせるか、同協会ホームページをご覧ください。

--------------------------------------------------

群馬テレビｄボタンで

市政情報をチェック

　群馬テレビのデータ放送で、市政情報を配信しています。

配信内容＝市政情報、防災情報、イベント情報など

利用方法＝（1）群馬テレビ（３チャンネル）にチャンネルを合わせる（2）リモコンの「ｄ」ボタンを押す（3）「前橋市からのお知らせ」を選択し、リモコンの「決定」ボタンを押す（4）見たい情報を選択する

※データ放送の地域設定が未設定の場合は、データ放送の画面から「市町村情報」→「前橋市」を選択・決定すると視聴できます。

問合せ＝広報ブランド戦略課

TEL027-898-6642

--------------------------------------------------

p29

--------------------------------------------------

旧前東商高の利用調整会議

--------------------------------------------------

　10月以降の利用調整会議を実施。大会での利用者は７月５日（土）までに大野工業大胡総合運動公園へ連絡してください。

日時＝７月12日（土）〈卓球・軽スポーツ室〉10時〈グラウンド・テニスコート〉11時〈体育館〉13時30分

場所＝同園弓道場

対象＝市内在住・在勤・在学の人が過半数を占める10人以上の団体

申込み＝当日会場へ直接

問合せ＝同園

TEL０２７‐２３０‐４０５５

--------------------------------------------------

滋野堤水堂 宮城体育館

TEL０２７‐２８３‐８７３５

--------------------------------------------------

・中学生バレーボール教室

日時＝７月31日（木）・８月１日（金）、９時～16時

対象＝市内在住・在学の中学生、先着１５０人

費用＝５８０円

・中学生卓球教室

日時＝７月28日（月）・29日（火）、９時～16時

対象＝市内在住・在学の中学生、先着１００人

費用＝５８０円

申込み＝以上の２つは７月25日（金）までにまえばしスポーツナビで

--------------------------------------------------

アーチェリー初心者教室

--------------------------------------------------

日時＝８月６日～27日の水曜４回、18時30分から20時30分

場所＝ヤマト市民体育館前橋

対象＝高校生以上のアーチェリー初心者、先着12人

費用＝２，０００円

申込み＝７月25日（金）までに往復ハガキで。住所・氏名・電話番号・年齢・性別・身長・利き腕を記入し、〒３７１‐０１０４富士見町時沢３１９１‐３・市アーチェリー協会・都丸亘さんへ

問合せ＝同協会・ロックウッドクリスさん

TEL０８０‐５０２０‐０５９１

--------------------------------------------------

ホーム戦試合情報

ザスパ群馬

場所＝正田醤油スタジアム群馬

日時＝７月12日（土）19時

vs. AC長野パルセイロ

日時＝７月26日（土）19時

vs.鹿児島ユナイテッドFC

--------------------------------------------------

講座・教室

--------------------------------------------------

インドネシア下町理解講座

--------------------------------------------------

　立正大地理学科教授・小松陽介さんを講師に、地形・地質・地下水の環境とムスリムの生活習慣から、ジャワ島を流れるブランタス川沿いのスラムの現状と未来を、ＳＤＧｓの観点から学びます。

日時＝７月26日（土）14時～16時

場所＝中央公民館

対象＝一般、先着70人

申込み＝国際交流協会

TEL０２７‐２２６‐５５１６へ

--------------------------------------------------

もしもにそなえて救命講習

--------------------------------------------------

　上級救命講習を実施。ＡＥＤ（自動体外式除細動器）の取り扱いや心肺蘇生法、傷病者管理法、止血法、搬送法などを学びます。

日時＝７月27日（日）９時～18時

場所＝消防局

対象＝市内在住・在勤の中学生以上、先着20人

申込み＝７月17日（木）12時から二次元コードのホームページで

問合せ＝救急課

TEL０２７‐２２０‐４５１３

--------------------------------------------------

中公でスマホの使い方マスター

--------------------------------------------------

内容・日時＝〈（1）ＰａｙＰａｙを始めよう！〉８月22日（金）14時～16時〈（2）スマホで旅行予約〉８月28日（木）10時30分～12時30分〈（3）数字や記号も克服！文字入力コース〉８月28日（木）14時～16時

場所＝中央公民館

対象＝市内在住の人、各20人（抽選）

申込み＝７月28日（月）（必着）までにハガキで。郵便番号・住所・氏名・電話番号・希望のコース（（1）～（3）のいずれか）を記入し、〒３７１‐００２３本町二丁目12‐１・中央公民館「中公スマホ教室（８月分）係」へ

問合せ＝同館

TEL０２７‐２１０‐２１９９

--------------------------------------------------

p30

--------------------------------------------------

聴覚障害者のための要約筆記

--------------------------------------------------

　手書きやパソコンで聴覚障害者に情報を伝える、要約筆記者の養成研修を開催します。

日時＝10月18日～来年３月12日の計24回

場所＝県社会福祉総合センター（新前橋町）

対象＝県内在住で、来年度に実施予定の後期課程を修了し認定試験を受験できる18歳以上の人、各15人

費用＝テキスト代

申込み＝７月25日（金）までに二次元コードのホームページで

問合せ＝県聴覚障害者コミュニケーションプラザ

TEL０２７‐２５５‐６６３３

--------------------------------------------------

点訳学んでボランティア活動

--------------------------------------------------

　点訳奉仕員の養成講習会を開催。点訳作業は自宅でもできる活動です。

日時＝９月11日～11月13日の木曜10回、19時～20時30分

場所＝K'BIXまえばし福祉会館

対象＝市内在住・在勤・在学で修了後に点訳ボランティアとして活動したい人など、先着15人

費用＝テキスト代

申込み＝８月８日（金）までに二次元コードの電子申請で

問合せ＝障害福祉課

TEL０２７‐２２０‐５７１１

--------------------------------------------------

ひきこもりの家族の教室

--------------------------------------------------

　ひきこもりの状態を家族が理解し、本人への家族の対応を考えます。

日時＝７月10日（木）13時30分～15時30分

場所＝前橋文学館

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

申込み＝７月９日（水）までに保健予防課

TEL０２７‐２２０‐５７８７へ

--------------------------------------------------

赤城少年自然の家

TEL０２７‐２８７‐８２２７

--------------------------------------------------

・キャンプボランティア養成講習会

　講義や実践、野外炊事体験、レクリエーション実習などをします。

日時＝８月３日（日）

対象＝一般、先着24人

費用＝２，５００円

申込み＝同館へ

--------------------------------------------------

事業者向け

--------------------------------------------------

起業家交流会を開催

--------------------------------------------------

　起業家・起業志望者のための交流イベントを開催。同じ志を持つ仲間との交流を深め、ビジネスの可能性を広げましょう。

日時＝７月26日（土）18時～19時30分

場所＝創業センター

対象＝起業に興味があるか起業後間もない人、先着30人

申込み＝同センター

TEL０２７‐２８９‐９６６６へ

--------------------------------------------------

ごみ分別アプリの広告募集

--------------------------------------------------

　ごみ分別アプリ「さんあ～る」に掲載する広告を募集します。掲載期間は本年度下半期です。詳しくは問い合わせるか、二次元コードのホームページをご覧ください。

対象＝企業や団体など（抽選）

掲載サイズ＝縦６００ピクセル×横６００ピクセル、３枠

費用＝１枠３万円

申込み＝８月８日（金）までに申込書に記入し、ごみ政策課（TEL０２７‐８９８‐６２７２）へ直接

--------------------------------------------------

６次産業化事業の要望を調査

--------------------------------------------------

　来年度以降の６次産業化（前橋産農林水産物の加工販売）支援の要望調査を実施。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＝市内での経営耕地面積が30㌃以上か直近１年間の農林水産物販売金額が50万円以上あった個人・法人・団体

対象事業など＝〈（1）ハード〉加工・販売施設の整備、機械の導入〈（2）ソフト〉販売促進用パンフレットやホームページの作成、パッケージなどのデザイン

要望調査票の配布＝市役所農政課で。本市ホームページからダウンロードもできます

申込み＝７月22日（火）～９月１日（月）に調査票に記入し、同課（TEL０２７‐８９８‐５８４１）へ直接

--------------------------------------------------

その他の情報

--------------------------------------------------

・休日当番動物病院案内

問合せ＝録音案内

TEL０２７‐２８３‐８３３３

--------------------------------------------------

p31

--------------------------------------------------

寄付

--------------------------------------------------

手話で話そう

問合せ＝障害福祉課

TEL０２７‐２２０‐５７１１

FAX＝０２７‐２２３‐８８５６

--------------------------------------------------

本市公式YouTubeでも手話の紹介動画を公開しています。

バレーボール

指を軽く曲げて開いた両手のひらを前に向け、斜め上へ素早く上げる。

サッカー

右手の人差し指と中指を下に向け（足に見立てる）、左手２指で作った輪（ボール）を右手人差し指で蹴るしぐさをする。

サーフィン

左手のひらに右手２指（人差し指と中指）を立て、左右に動かしながら前へ出す。

水泳

右手のひらを下にした右手２指を交互に上下させながら、右へ移動する。

--------------------------------------------------

寄付

--------------------------------------------------

・拳友会太極拳クラブ会員一同＝現金４万4,563円をこどもたちの活動のために

・太陽誘電＝電動アシスト自転車１台を児童文化センターでの教育活動のために

・久松商事＝100万円を環境保全と廃棄物適正処理の推進のために

・丸合青果＝100万円を動物愛護とこども政策の支援のために

・ライフシステム日典ラサ前橋＝10万円を社会福祉のために

以下の５つはこどもフードパントリー事業による、ひとり親家庭などへの子育て支援のために

・赤城食品＝スパゲティ2,500袋

・アルファデンタルオフィス＝こども用歯ブラシ200本

・ガトーフェスタ ハラダ＝サブレ680セット

・群馬ヤクルト販売＝乳性飲料240本

・サンヨー食品＝即席麺2,724食

--------------------------------------------------

７月の各種無料相談

--------------------------------------------------

相談名・問い合わせ＝法律相談　TEL027-898-6100

日時＝火曜13時～16時（前週の木曜９時～当日12時までに電話で予約を。相談は受け付け順で時間指定はできません。先着６人まで）

会場＝議会庁舎　市民相談提案係　※相談は年度内に１人１回

相談名・問い合わせ＝行政相談　TEL027-898-6100

日時＝７月８日（火）13時～15時

会場＝にこっとかすかわ（かすかわ老人福祉センター）

相談名・問い合わせ＝行政相談　TEL027-898-6100

日時＝７月10日（木）13時～15時

会場＝大胡支所

相談名・問い合わせ＝行政相談　TEL027-898-6100

日時＝７月11日（金）13時～15時

会場＝上川淵市民サービスセンター

相談名・問い合わせ＝行政相談　TEL027-898-6100

日時＝７月16日（水）13時～16時

会場＝議会庁舎　市民相談提案係

相談名・問い合わせ＝行政相談　TEL027-898-6100

日時＝７月18日（金）13時～15時

会場＝宮城支所

相談名・問い合わせ＝行政相談　TEL027-898-6100

日時＝７月25日（金）13時～15時

会場＝南橘市民サービスセンター

相談名・問い合わせ＝行政相談　TEL027-898-6100

日時＝８月１日（金）13時～15時

会場＝東市民サービスセンター

相談名・問い合わせ＝行政相談　TEL027-898-6100

日時＝８月６日（水）13時～15時

会場＝富士見公民館

相談名・問い合わせ＝公証相談　TEL027-898-6100

日時＝７月14日（月）13時～15時

会場＝議会庁舎　市民相談提案係（受け付けは12時から相談終了時間の15分前まで）

相談名・問い合わせ＝司法書士、土地家屋調査士相談　TEL027-898-6100

日時＝７月11日（金）13時～16時

会場＝議会庁舎　市民相談提案係（受け付けは12時から相談終了時間の15分前まで）

相談名・問い合わせ＝行政書士相談　TEL027-898-6100

日時＝８月４日（月）13時～16時

会場＝議会庁舎　市民相談提案係（受け付けは12時から相談終了時間の15分前まで）

相談名・問い合わせ＝月いち健康相談　TEL027-220-5708

日時＝７月31日（木）９時～11時（予約制）

会場＝保健センター

相談名・問い合わせ＝精神科医によるこころの相談　TEL027-220-5787

日時＝７月23日（水）、31日（木）13時30分～15時（各予約制）

会場＝市保健所

相談名・問い合わせ＝心配ごと相談　TEL027-237-5006

日時＝月曜～金曜、13時～16時

会場＝総合福祉会館

相談名・問い合わせ＝外国人相談（英語・中国語・ポルトガル語・スペイン語・ベトナム語）　TEL027-226-5516

日時＝月曜13時～17時、木曜９時～13時

会場＝市役所　外国人相談窓口

※市民相談（TEL027-898-6100）は平日の９時～17時。家庭児童相談（TEL027-223-4148）、母子・父子相談（TEL027-220-5701）、DV相談（TEL027-898-6524）、男女共同参画相談（TEL027-898-6520）、就学に向けての相談（TEL027-210-1234）、消費生活・多重債務相談（TEL027-898-1755）は平日の９時～17時。教育・青少年相談（TEL027-230-9090）は平日の10時～17時。自殺予防「群馬いのちの電話」（TEL027-212-0783）は９時～24時。みんなの人権110番（TEL0570-003-110）は平日の８時30分～17時15分。

--------------------------------------------------

人権標語

--------------------------------------------------

下川淵小６年

青木 咲空さん

本音を話せる相手が「心の友」

--------------------------------------------------

p32

--------------------------------------------------

子育て世代

--------------------------------------------------

児童文化センター

TEL０２７‐２２４‐２５４８

--------------------------------------------------

・夏休みの開館時間・ゴーカート運行時間

　７月21日（月）～８月31日（日）の開館時間は９時から17時まで、ゴーカート運行時間は10時から16時30分まで（乗車券販売は16時まで）。混雑時は乗車券の販売を早めに終了する場合があります。

（1）７月のプラネタリウム

内容＝星座のお話「赤城山伝説～星になったオオムカデ」

平日＝火木曜　15時30分

土日曜・祝日＝10時30分・13時30分

内容＝天文学シリーズ「銀河鉄道の旅」

平日＝水金曜　15時30分

土日曜・祝日＝11時30分・15時30分

　７月21日（月）～８月31日（日）の夏休み期間中は１日４回投影。午前中は過去に投影した人気番組を特別投影します。７月６日（日）は午後の一般投影を休止します。

（2）図画作品展

日時＝７月18日（金）～８月３日（日）

対象＝滝窪・金丸分校・大胡東・大胡・宮城・粕川・月田小、大胡・宮城・粕川中

（3）夏休み親子森の昆虫かんさつ会

　赤城山で昆虫観察をします。

日時＝８月３日（日）10時～12時30分

場所＝国立赤城青少年交流の家（富士見町赤城山）

対象＝市内在住の５歳以上の子と親（２人１組）、先着10組

費用＝１人500円

申込み＝７月７日（月）９時からメールで。件名にぐんま山森自然楽校　親子で体験「夏休み親子森の昆虫かんさつ会」希望、本文に郵便番号・住所・電話番号・参加者全員の氏名（ふりがな）・性別・年齢を記入し、ぐんま山森自然楽校メール＝ken-fbwm@spice.ocn.ne.jpへ

問合せ＝同校・剱持さん

TEL０９０‐９６７０‐３３８０

（4）カレー！クイズ！クラフト！in Akagi!

　赤城山で大学生と一緒にカレー作りやクラフト工作などをします。

日時＝８月７日（木）・８日（金）９時～15時

集合場所＝児童文化センター

対象＝小３～小６で両日参加できる人、先着30人

費用＝2,500円

申込み＝７月15日（火）までに二次元コードの申し込みフォームで

問合せ＝共愛学園前橋国際大グローカル・オフィス「自然体験係」

TEL０２７‐２８９‐２１６０

--------------------------------------------------

こども科学教室

問合せ＝前橋工科大

TEL０２７‐２６５‐７３６１

--------------------------------------------------

　スライムづくりや光る泥だんごづくりなどを実施。詳しくは同大ホームページをご覧ください。

日時＝８月11日（月）10時～16時

場所＝前橋工科大

対象＝年中～小学生

申込み＝７月16日（水）から二次元コードのホームページで

--------------------------------------------------

p33

--------------------------------------------------

古代グッズを制作しよう！

問合せ＝文化財保護課

TEL０２７‐２８０‐６５１１

--------------------------------------------------

内容・日時＝〈（1）はにわ作り〉７月24日（木）・25日（金）〈（2）まがたま作り〉８月１日（金）〈（3）古墳のジオラマ作り〉８月７日（木）・８日（金）〈（4）管玉作り〉８月22日（金）

場所＝総社歴史資料館

対象＝小３～小６、各15人（抽選）

費用＝（1）（2）（4）は300円（3）は500円

申込み＝７月７日（月）～11日（金）に二次元コードの申し込みフォームで

--------------------------------------------------

竹の弓矢を作って遊ぼう！

問合せ＝文化財保護課

TEL０２７‐２８０‐６５１１

--------------------------------------------------

　阿久沢家住宅で自然を感じながら竹の弓矢を作成します。

日時＝７月26日（土）９時30分～12時

場所＝阿久沢家住宅

対象＝市内在住の小学生、15人（抽選）

申込み＝７月７日（月）～11日（金）に二次元コードの申し込みフォームで

--------------------------------------------------

親子で調べよう

～食品の添加物

問合せ＝衛生検査課

TEL０２７‐２２０‐５７７８

--------------------------------------------------

　食品表示の見方を学び、実際に量販店で食品を購入。食品の添加物（着色料など）を調べる実験をします。

日時＝７月22日（火）13時30分～16時30分

場所＝保健センター

対象＝市内在住・在学の小３～小６と保護者、先着15組

申込み＝７月７日（月）～11日（金）に二次元コードの申し込みフォームで

--------------------------------------------------

市立図書館

TEL０２７‐２２４‐４３１１

--------------------------------------------------

・謎解き！図書館長からの招待状～2025夏

　休館日の図書館で謎解きに挑戦。全問正解者には達成証を贈呈します。

日時＝８月４日（月）（1）10時～12時（2）13時30分～15時30分

場所＝市立図書館

対象＝小中学生、先着各20人（小１・小２は保護者同伴）

申込み＝７月18日（金）までに二次元コードのホームページで

--------------------------------------------------

前橋こども図書館

TEL０２７‐２３０‐８８３３

--------------------------------------------------

・夏のこどもフェスティバル～おはなし会

　絵本や紙芝居の読み聞かせ、歌、手遊びなどをします。

日時＝７月26日（土）11時～12時

・牛乳パックでからくり絵本をつくろう！

日時＝７月29日（火）・30日（水）、10時～12時

対象＝２日間参加できる小学生と保護者、先着15組（親子で制作する場合は幼児同伴も可）

申込み＝７月10日（木）から前橋こども図書館へ

・おはなし会～戦後80年へいわってなあに

　平和への願いを込めて、おはなし会を開催します。

日時＝８月９日（土）11時～12時

--------------------------------------------------

元気まえばしっ子

２歳になる子を紹介しています

--------------------------------------------------

佐藤 緋咲ちゃん

（滝窪町）

金子 なずなちゃん

（茂木町）

石関 楠都ちゃん

（清野町）

東 咲良ちゃん

（朝日町四丁目）

安井 笑真ちゃん

（上新田町）

冨岡 美月ちゃん

（下増田町）

令和５年12月２日～令和６年４月１日生まれの子の募集記事は、本紙９月号に掲載予定です。

--------------------------------------------------

p34

--------------------------------------------------

夏休みこども

消費生活教室

問合せ＝消費生活センター

TEL０２７‐８９８‐１７５６

--------------------------------------------------

内容・日時＝〈（1）楽しくチャレンジ！SDGsクッキング〉７月25日（金）10時30分～13時30分〈（2）牛乳パックで小物入れを編んでみよう！〉７月29日（火）10時～11時30分・13時30分～15時〈（3）牛乳パックでさおばかりを作って重さをはかろう！〉７月31日（木）10時～12時

場所＝K'BIXまえばし福祉会館

対象＝市内在住の小学生（（3）は小３以上。ただし参加者の弟・妹は小１・小２も可）、（1）は先着20人（2）は先着各10人（3）は先着15人

費用＝（1）は500円

申込み＝７月３日（木）から消費生活センターへ

--------------------------------------------------

赤城少年自然の家

TEL０２７‐２８７‐８２２７

--------------------------------------------------

・アクティビティ倶楽部～キャンプを遊び倒そう！BBQプラン

　テントサウナやたき火体験、キャンプ飯体験などをします。

日時＝８月30日（土）

対象＝小１～一般、先着24人

費用＝〈中学生以下（保護者同伴）〉6,000円〈一般〉6,500円

申込み＝赤城少年自然の家へ

--------------------------------------------------

ひとり親家庭の小学生向け自然体験プログラム

問合せ＝教育支援協会北関東

TEL０２７‐２２６‐６７３１

--------------------------------------------------

　仲間と体を動かし赤城山の自然を満喫しながら、自立のための一歩を踏み出すプログラムを実施します。

日時＝９月13日（土）～15日（月）

場所＝赤城少年自然の家

対象＝ひとり親家庭の小４～小６、先着30人

費用＝6,000円

申込み＝８月20日（水）までに二次元コードのホームページで

--------------------------------------------------

親子で作る郷土料理

問合せ＝農政課

TEL０２７‐８９８‐５８４１

--------------------------------------------------

　前橋産小麦を使った炭酸まんじゅうと手打ちうどんを親子で作る郷土料理講習会を開催します。

日時＝８月21日（木）・22日（金）、10時～13 時

場所＝地産地消センター（富田町）

対象＝市内在住の小学生と保護者、各４組（こどもは１組１人まで。各抽選）

費用＝１組1,300円

申込み＝７月21日（月）までに二次元コードのホームページで

--------------------------------------------------

おもちゃの病院

問合せ＝ボランティアセンター

TEL０２７‐２３２‐３８４８

--------------------------------------------------

日時・場所＝下表のとおり

日時＝７月６日（日）10時～12時

場所＝下川淵市民サービスセンター

日時＝７月13日（日）10時～12時

場所＝南橘市民サービスセンター

日時＝７月19日（土）10時～12時

場所＝社会福祉協議会宮城支所　会議室

日時＝７月20日（日）10時～12時

場所＝K'BIXまえばし福祉会館

日時＝７月26日（土）10時～12時

場所＝かすかわ児童館・高橋建築設計事務所　げんき館

日時＝７月27日（日）10時～12時

場所＝第二コミュニティセンター（保健センター内）

--------------------------------------------------

シニア世代

--------------------------------------------------

シニア脳活健康サロン

問合せ＝長寿包括ケア課

TEL０２７‐８９８‐６１３３

--------------------------------------------------

　脳健康チェックや体組成などの計測、脳トレ、ロコモ予防体操をする脳活体験会を開催。計測結果を生かした認知症予防のための取り組みを保健師などの専門職やカノップスタッフが応援します。

日時＝７月10日（木）・24日（木）・８月14日（木）、10時～12時

場所＝カノップ前橋本店（カラオケまねきねこ前橋本店内・大友町一丁目）

対象＝おおむね60歳以上の人、先着各25人

申込み＝各開催日の３日前までにカノップ（TEL０２７‐２１２‐５７３８）へ直接

--------------------------------------------------

電話音声で避難

情報を発信

TEL０２７‐８９８‐５９３５

--------------------------------------------------

　高齢者避難情報コールサービスの申請を受け付け。事前に登録された電話番号に避難情報などを発信します。

対象＝次の全ての条件を満たす世帯。（1）市内の洪水浸水想定区域か土砂災害警戒区域、土砂災害特別警戒区域が含まれる町に居住している（2）世帯員全員が原則75歳以上で携帯電話を持っていない（3）家庭用プッシュ式固定電話がつながっている（4）電話で意思疎通できる

申請書の配布＝議会庁舎防災危機管理課、市役所長寿包括ケア課・介護保険課、各支所・市民サービスセンターで。本市ホームページからダウンロードもできます

申込み＝申込書に記入し、申請書の各配布先へ直接

--------------------------------------------------

p35

--------------------------------------------------

長寿の祝い金を贈呈します

問合せ＝長寿包括ケア課

TEL０２７‐８９８‐６１３４

--------------------------------------------------

　敬老祝金を口座振込で給付します。対象者には、７月下旬に敬老祝金支給申請書兼振込依頼書を送付。必要事項を記入し、通帳の写しを添えて、同封の返信用封筒で長寿包括ケア課へ返送してください。９月末以降に順次給付します。

対象・支給額＝〈88歳〉１万円〈100歳〉10万円

--------------------------------------------------

歩行測定会

問合せ＝長寿包括ケア課

TEL０２７‐８９８‐６１３３

--------------------------------------------------

　歩行姿勢や握力などを測定し、健康状態や生活習慣を確認します。個別相談も可能。予約優先です。

日時＝（1）７月29日（火）（2）８月５日（火）（3）８月７日（木）、９時30分～12時

場所＝（1）大胡公民館（2）にこっとおおとも（おおとも老人福祉センター）（3）総社市民サービスセンター

対象＝おおむね65歳以上の人、先着各60人

申込み＝各開催日の１週間前までに長寿包括ケア課へ

--------------------------------------------------

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）

地域の交流施設として誰でも利用できます

--------------------------------------------------

にこっとしきしま

TEL０２７‐２３３‐２１２１

・姿勢改善若々しく歩こう♪

日時＝７月17日（木）10時～11時

対象＝一般、先着24人

申込み＝７月３日（木）９時30分から同館へ

--------------------------------------------------

にこっとひろせ

TEL０２７‐２６１-０８８０

・昭和歌謡で踊る「かんたんダンス！」

日時＝７月14日（月）10時～11時

対象＝一般、先着30人

申込み＝７月７日（月）９時30分から同館へ

--------------------------------------------------

にこっとおおとも

TEL０２７‐２５２-３０７７

・介護保険講座

日時＝７月15日（火）13時～14時

対象＝一般、先着13人

申込み＝７月８日（火）９時30分から同館へ

--------------------------------------------------

にこっとかすかわ

TEL０２７‐２８５-３８０１

・ヤクルト健康教室「夏バテと熱中症」

日時＝７月10日（木）11時～12時

--------------------------------------------------

にこっとふじみ

TEL０２７‐２８８-６１１３

・猛暑をしのぐ東洋医学で心とからだの健康アップ!

日時＝７月22日（火）11時～12時

申込み＝同館へ

--------------------------------------------------

みやぎふれあいの郷

TEL０２７‐２８３‐８６３３

・健康体操教室「脳トレ＆ストレッチ」

日時＝８月14日（木）・28日（木）、13時30分～14時30分

対象＝一般、先着25人

申込み＝７月31日（木）10時から同館へ

--------------------------------------------------

健康

--------------------------------------------------

市民健康講座「市販薬、サプリの選び方」

問合せ＝健康増進課

TEL０２７‐２２０‐５７０８

--------------------------------------------------

　マルエ薬局大胡店の薬剤師・横山光枝さんを講師に、かぜ薬や鎮痛剤、保湿剤などの市販薬やサプリの選び方、使用時の注意事項を学びます。

日時＝７月31日（木）13時30分～15時

場所＝第二コミュニティセンター（保健センター内）

対象＝市内在住・在勤・在学の人、先着50人

申込み＝７月24日（木）までに健康増進課へ

--------------------------------------------------

食品安全講演会「知って防ごう！食中毒」

問合せ＝衛生検査課

TEL０２７‐２２０‐５７７８

--------------------------------------------------

　食品安全委員会から講師を招いて食中毒の基礎知識などを学びます。

日時＝８月８日（金）14時～15時30分

場所＝まえばし医療センター

対象＝市内在住の人、先着60人

申込み＝７月31日（木）までに二次元コードの申し込みフォームで

--------------------------------------------------

ボランティアビギナーズスクール～はじめての人ももう一度学びたい人も

問合せ＝長寿包括ケア課

TEL０２７‐８９８‐６１３３

--------------------------------------------------

　介護予防活動の心構えや楽しみ方を学ぶほか、車いす体験などの実技演習をします。本市のボランティア活動や福祉活動、介護予防活動ポイント制度の説明や登録手続きも実施。ポイントの登録は40歳以上の市民が対象です。

日時＝７月19日（土）10時～11時30分

場所＝K'BIXまえばし福祉会館

対象＝市内在住・在勤の人、先着10人

申込み＝ボランティアセンター

TEL０２７‐２３２‐３８４８へ

--------------------------------------------------

健康テレホンサービス

TEL０２７‐２３４‐４９７０

--------------------------------------------------

　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。

曜日・内容＝〈月曜〉昼間の歯ぎしり〈火曜〉妊娠と薬〈水曜〉ペットボトル症候群〈木曜〉高齢者の頻尿〈金曜〉口腔がん〈土日曜〉成長曲線について

直接相談タイム（歯科）＝歯科医師に直接相談。７月10日（木）19時30分～20時30分

--------------------------------------------------

p36

--------------------------------------------------

まえばしおれんじカフェ

～認知症を語ろう

問合せ＝長寿包括ケア課

TEL０２７‐８９８‐６１３３

--------------------------------------------------

　認知症の人やその家族、地域住民、専門職など、誰でも気軽に参加できる通いの場です。個別相談や家族同士の歓談、簡単なものづくりをします。認知症の人同士が語り合う、本人ミーティング「まえばし話楽笑る会」も同時開催します。

日時＝７月16日（水）13時30分～14時30分

場所＝K'BIXまえばし福祉会館

対象＝市内在住で認知症の人とその家族や認知症支援に関心のある人、先着20人

申込み＝７月15日（火）までに長寿包括ケア課へ

--------------------------------------------------

ふらっと立ち寄れる

ibasho

問合せ＝三和会

TEL０８０‐２７２１‐３２４０

--------------------------------------------------

　認知症伴走型支援相談所ibashoで認知症カフェや相談所を開設。日常生活の不安や今したいことを気軽に話せます。個別相談室での相談や電話相談もできます。相談は認知症グループホームや特別養護老人ホームなどで認知症の人に関わる専門職員が応じます。

日時＝〈認知症カフェ〉（1）７月11日（金）（2）８月８日（金）、13時30分～14時30分〈相談所（電話相談を含む）〉毎週月水金曜、10時～15時

場所＝パークサイドカフェ（朝日町三丁目）

対象＝市内在住で認知症の人とその家族や認知症支援に関心のある人など

申込み＝（1）は７月９日（水）（2）は８月６日（水）までに三和会（月水金曜10時～15時）へ

--------------------------------------------------

禁煙チャレンジ塾

問合せ＝健康増進課

TEL０２７‐２２０‐５７８４

--------------------------------------------------

　たばこの煙には多くの有害物質が含まれています。禁煙チャレンジ塾では、自分や周囲の人のため禁煙を考えている人を保健師が３カ月間サポート。尿検査でニコチン代謝物の測定もできます。

日時＝７月17日（木）・18日（金）・８月19日（火）・20日（水）のうち１時間程度

場所＝保健センター

対象＝市内在住・在勤で１カ月以内に禁煙したいと考えている人

申込み＝各開催日の１週間前までに健康増進課へ

--------------------------------------------------

笑顔でゆっくり

優しい声かけ

おれんじレター

Vol.2

認知症高齢者見守り事業

問合せ＝長寿包括ケア課

TEL027-898-6275

--------------------------------------------------

　高齢者の約５人に１人が認知症になると推計された令和７年が到来し、いまや認知症は誰もがなる可能性のある身近なもの。このコーナーでは認知症に関する情報を届けます。

　令和５年に全国で届け出のあった認知症やその疑いがある行方不明者は１万９，０３９人。11年連続で過去最多を記録しています。大半が３日以内に所在が確認されていますが、３％は死亡した状態で発見されています。今回は、認知症の行方不明者の早期発見・介護者の精神的負担の軽減につながる本市の事業を紹介します。

・ＧＰＳ端末貸出事業

　認知症の人の靴やポーチなどにＧＰＳ端末を装着・携帯することで、行方不明時にコールセンターを通して所在地の情報が得られます。実際に利用している家族へのアンケートでは、ＧＰＳを利用して位置情報を確認した人の９割以上が早期発見につながったと回答。「いざというときの安心感につながった」などの声もあり、利用した家族の８割から精神的負担の軽減につながっていると回答されました。

・見守りキーホルダー登録事業

　事前に身元を特定できる情報を登録し、登録番号を記載したキーホルダーを認知症の人が携帯します。登録した情報は、市内の警察署や担当地区の地域包括支援センターなどの関係機関に情報提供。行方不明の高齢者が見守りキーホルダーを身に付けていたことで身元や家族の緊急連絡先をスムーズに把握でき、無事に帰宅できたという事例もあります。

　今後、認知症の人の増加とともに、行方不明者も増加すると想定されます。万が一、大切な家族が行方不明になっても早期発見につながり、無事に帰宅できるよう、ＧＰＳや見守りキーホルダーの利用を検討してください。利用を希望する人は市役所長寿包括ケア課で申請してください。

　次回は認知症カフェ・本人ミーティングを紹介します。

--------------------------------------------------

p37

--------------------------------------------------

集団健診（検診）は予約制

問合せ＝健康増進課

TEL０２７‐２２０‐５７８４

--------------------------------------------------

　下表のとおり、集団健診（検診）を実施。全ての健診（検診）で事前の申し込みが必要です（先着順・定員あり）。各申込先に申し込んでください。子宮頸がん・乳がんの集団検診をこども連れで受診する人は、予約時に相談してください。

対象＝本年度対象者（受診シールが届いた人）で未受診の人

持ち物＝保険証・受診シール・各検診費用

--------------------------------------------------

７月28日は世界・日本肝炎デー

問合せ＝健康増進課

TEL０２７‐２２０‐５７８４

--------------------------------------------------

　７月28日を含む一週間を「肝臓週間」とし、ウイルス性肝炎のまん延防止と肝炎に関する正しい知識の普及啓発に取り組んでいます。

・検診で早期発見

　肝炎は肝臓の細胞に炎症が起こり肝細胞が壊れていく病気。多くが肝炎ウイルスによるものです。自覚症状が出にくいため、感染後に放置すると慢性化し、肝硬変や肝がんへ進行する恐れがあります。本市では40歳の人と、41歳以上で市の肝炎ウイルス検診を受けたことのない人を対象に、肝炎ウイルス検診を無料で実施。受診シールがある人は、積極的に受けましょう。

--------------------------------------------------

・集団健診（検診）　※集団の胃がん検診はバリウムのみです。65歳以上の胸部検診は無料です。各検診500円。喀痰は別途500円。

日程＝７月23日（水）

会場＝富士見公民館

当日受付時間＝12時45分～15時

健＝×　肝＝×　胸＝×　胃＝×　大＝×　前＝×　子＝○　乳＝○

申込期間（電子申請の予約優先）電子申請＝７月１日（火）０時～６日（日）23時59分

申込期間（電子申請の予約優先）電話＝７月９日（水）から

申込先＝保健センター　TEL027-220-5784

日程＝７月30日（水）

会場＝富士見公民館

当日受付時間＝８時30分～11時

健＝○　肝＝○　胸＝○　胃＝×　大＝○　前＝○　子＝×　乳＝×

申込期間（電子申請の予約優先）電子申請＝７月２日（水）０時～６日（日）23時59分　※大腸容器は７月22日（火）９時30分～11時に富士見公民館で配布します

申込期間（電子申請の予約優先）電話＝７月11日（金）から　※大腸容器は７月22日（火）９時30分～11時に富士見公民館で配布します

申込先＝保健センター　TEL027-220-5784

日程＝７月31日（木）

会場＝富士見公民館

当日受付時間＝８時30分～11時

健＝○　肝＝○　胸＝○　胃＝○　大＝○　前＝○　子＝×　乳＝×

申込期間（電子申請の予約優先）電子申請＝７月２日（水）０時～６日（日）23時59分　※大腸容器は７月22日（火）９時30分～11時に富士見公民館で配布します

申込期間（電子申請の予約優先）電話＝７月11日（金）から　※大腸容器は７月22日（火）９時30分～11時に富士見公民館で配布します

申込先＝保健センター　TEL027-220-5784

日程＝８月17日（日）

会場＝保健センター

当日受付時間＝８時45分～11時

健＝×　肝＝×　胸＝×　胃＝×　大＝×　前＝×　子＝○　乳＝○

申込期間（電子申請の予約優先）電子申請＝７月17日（木）０時～24日（木）23時59分

申込期間（電子申請の予約優先）電話＝−

申込先＝保健センター　TEL027-220-5784

日程＝８月18日（月）

会場＝保健センター

当日受付時間＝12時45分～16時

健＝×　肝＝×　胸＝×　胃＝×　大＝×　前＝×　子＝○　乳＝○

申込期間（電子申請の予約優先）電子申請＝７月17日（木）０時～24日（木）23時59分

申込期間（電子申請の予約優先）電話＝−

申込先＝保健センター　TEL027-220-5784

日程＝９月４日（木）

会場＝桂萱市民サービスセンター

当日受付時間＝９時～11時

健＝○　肝＝○　胸＝○　胃＝×　大＝○　前＝○　子＝×　乳＝×

申込期間（電子申請の予約優先）電子申請＝−

申込期間（電子申請の予約優先）電話＝７月１日（火）～８月５日（火）

申込先＝中部営農センター　TEL027-212-7755

日程＝９月５日（金）

会場＝永明市民サービスセンター

当日受付時間＝９時～11時

健＝○　肝＝○　胸＝○　胃＝○　大＝○　前＝○　子＝×　乳＝×

申込期間（電子申請の予約優先）電子申請＝−

申込期間（電子申請の予約優先）電話＝７月１日（火）～８月５日（火）

申込先＝中部営農センター　TEL027-212-7755

日程＝９月12日（金）

会場＝城南支所

当日受付時間＝９時～11時

健＝○　肝＝○　胸＝○　胃＝○　大＝○　前＝○　子＝×　乳＝×

申込期間（電子申請の予約優先）電子申請＝−

申込期間（電子申請の予約優先）電話＝７月１日（火）～８月５日（火）

申込先＝中部営農センター　TEL027-212-7755

--------------------------------------------------

健康手帳

--------------------------------------------------

脳疲労とは

　夏になり、「寝付けない」「疲れが取れない」などの悩みはありませんか。それは脳疲労かもしれません。

　脳疲労になると、自律神経への過剰な負担で脳が疲れてしまうことにより、だるさやのぼせ、頭痛、イライラ感などさまざまなトラブルが生じます。

　夏の異常な暑さやエアコンによる寒暖差、寝苦しさからくる睡眠不足などにより自律神経は乱れます。また、不安や過労などのストレス、パソコンやスマホの使いすぎでも脳疲労を引き起こすことがあります。

　脳疲労による体調不調を予防するためには、自律神経に負荷をかけすぎないことが重要です。猛暑が予想される今年の夏の過ごし方を見直してみましょう。適切に熱中症対策をしつつ、自身に合ったストレス発散方法でこの夏を乗り切りましょう。

　体調不調で困っている場合は、近くの薬局で健康相談が可能です。気軽に声をかけてください。

前橋市薬剤師会　武井 美緒

--------------------------------------------------

p38

--------------------------------------------------

休日当番医

--------------------------------------------------

本紙８月号の休日当番医は８月10日（日）分から掲載します。

診療時間は９時～16時。費用は休日の初診料金。

急な病気やけがなどの診療・治療を実施。薬の処方は原則１日分です。必要に応じて翌日以降にかかりつけ医を受診してください。

※市外局番は前橋市・高崎市ともに027です。

※発熱がある人は事前に電話の上、受診してください。

７月13日（日）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（児）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（内）

伊藤内科医院（内）　下小出町二丁目　TEL232-0537

高玉診療所（内）　本町一丁目　TEL223-1414

二之宮クリニック（外）　二之宮町　TEL289-4380

整形外科とくまクリニック（整）　総社町総社　TEL254-2611

高崎市夜間休日急病診療所（婦）　高崎市高松町　TEL381-6119

清水耳鼻咽喉科（耳鼻）　高崎市京目町　TEL353-4533

高崎佐藤眼科（眼）　高崎市南大類町　TEL352-8800

７月20日（日）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（児）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（内）

五十嵐医院（内）　富士見町原之郷　TEL288-2026

周東クリニック（内泌）　元総社町　TEL280-5550

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（外）

前橋温泉クリニック（整内）　関根町二丁目　TEL230-1139

さとうレディースクリニック（産婦）　表町二丁目　TEL224-7606

新前橋耳鼻咽喉科医院（耳鼻）　古市町一丁目　TEL253-6170

前橋ミナミ眼科（眼）　宮地町　TEL288-0895

７月21日（月）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（児）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（内）

土井内科医院（内児）　野中町　TEL261-7727

上泉内科（内児）　上泉町　TEL269-1682

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（外）

東前橋整形外科病院（整）　西大室町　TEL268-5777

セントラルレディースクリニック（婦）　高崎市東町　TEL326-7711

耳鼻咽喉科角田医院（耳鼻）　高崎市若松町　TEL325-8844

高山眼科緑町医院（眼）　高崎市緑町　TEL361-6888

７月27日（日）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（児）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（内）

塙医院（内）　日吉町四丁目　TEL231-5348

いわさき内科・皮ふ科（内）　稲荷新田町　TEL212-1010

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（外）

ももかわ整形外科クリニック（整）　荒牧町一丁目　TEL233-8515

さくらクリニック（産婦）　上佐鳥町　TEL212-2434

牧耳鼻咽喉科医院（耳鼻）　総社町総社　TEL280-5233

高橋眼科医院（眼）　元総社町　TEL252-8078

８月３日（日）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（児）

まえばし医療センター（夜間休日診療所）（内）

高橋医院（内）　粕川町西田面　TEL285-2019

小野内科クリニック（内）　川原町二丁目　TEL212-8852

内田外科医院（外）　西片貝町二丁目　TEL224-5061

ささき整形外科（整）　富士見町小暮　TEL288-2006

斎川産婦人科医院（婦）　高崎市岩押町　TEL327-0462

たかさき耳鼻咽喉科（耳鼻）　高崎市上大類町　TEL352-3341

大西眼科（眼）　高崎市中居町　TEL353-1303

※まえばし医療センター（夜間休日診療所）の受け付けは、９時から11時30分、13時30分から15時30分までです。また、受診の際はマスクの着用をお願いします。

※７月13日・21日・８月３日の婦人科は12時まで。13時から18時までは産科婦人科舘出張佐藤病院（高崎市若松町TEL027-322-2243）で診療。

※高崎市の当番診療所は18時まで診療。

※場合によっては発熱患者の対応ができない当番医もあります。

--------------------------------------------------

夜間・救急など

--------------------------------------------------

夜間休日診療所（まえばし医療センター１階）　TEL027-243-5111

朝日町三丁目21-13　内科と小児科　20時～23時

（受け付けは22時30分まで）

救急病院案内（24時間体制）　TEL027-221-0099

※メモの用意をしてから連絡してください。

こども医療電話相談　#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

--------------------------------------------------

休日歯科診療所（まえばし医療センター２階）

TEL027-212-1310　朝日町三丁目21-13

日曜・祝日、10時～12時・13時～15時

--------------------------------------------------

薬　局

--------------------------------------------------

市薬剤師会会営薬局

TEL027-223-8400

紅雲町一丁目２-15

日曜、９時30分～16時

--------------------------------------------------

接骨院・整骨院の休日当番

--------------------------------------------------

７月13日（日）

下沖町つばさ接骨院（下沖町）TEL027-233-1925

７月27日（日）

育英メディカル専門学校附属イクメ接骨院（古市町一丁目）TEL027-253-5341

７月20日（日）

いのうえ接骨院（朝倉町二丁目）TEL027-261-2855

８月３日（日）

エール整骨院（端気町）TEL027-226-1676

７月21日（月）

広瀬接骨院（広瀬町二丁目）TEL027-263-8881

--------------------------------------------------

前橋のまちかどから

--------------------------------------------------

馬場町：町内各所を花で彩る

　６月15日に馬場町で花いっぱい運動を開催しました。例年、春と秋に１回ずつ実施。子供会や老人クラブなどから65人が参加し、馬場散さく公園など町内４カ所で実施しました。今回は赤や白、ピンクのサルビアやマリーゴールド、ニチニチソウなどを植栽。花の種類や色、背丈などを考えながら工夫して配置をし、各所の花壇を彩りました。

--------------------------------------------------

令和7年７月号（毎月１日発行）

--------------------------------------------------

発行：前橋市役所 〒371-8601 大手町二丁目12-1

編集：未来創造部広報ブランド戦略課

No.1724