

前橋

1.1
2009
No.1379

広報まえばし



群馬県議会議員補欠選挙

投票日 1月25日(日)



前橋市・富士見村
5月5日合併

主な内容

新成人と語る新春特別座談会…P 2～5
都市計画の素案まとまる……………P 6
住宅ローン控除の申告を忘れずに…P 7
恒例の初市まつり盛大に……………P 8
「東国千年の都」文化財展を開催…P 9

表紙の案内

市民の茶席一。12月14日、前橋ブラザ元気21で150人が参加。振る舞われた抹茶や美しい茶器を楽しみながら優雅なひとときを過ごしました。次回は1月15日に開催されます。

ホームページアドレス●<http://www.city.maebashi.gunma.jp/> [メールマガジンの登録もできます]

振り込め詐欺に注意！市職員などを装った「還付金詐欺」が激増中。おかしいと思ったら市役所安全安心課☎898-5935か最寄りの警察署へすぐに通報してください。

新成人と語る 夢・未来

ふるさと前橋

新春特別座談会

平成21年の幕開けとともに、こしは3,485人の新成人が人生の門出を迎えます。この新成人を代表して成人祝い企画運営委員の8人を迎え、高木市長と「ふるさと前橋のまちづくり」について対談いただきました。(本文敬称略)



新年・成人を迎え 市長と新成人が抱負を語る

司会 新年明けましておめでとう
ございます。初めに、市長から
新年の抱負をお願いします。



高木 政夫 市長

市長 明けましておめでとうご
ざいます。本市では第6次総合計
画が昨年4月1日からスタート
し、中学3年までの医療費の無料
化や新さわやか検診、妊産婦検診、
不妊治療に対する助成の充実な
ど、「暮らし優先」の施策を実施し
ました。現在、まちも人も光り輝
く「生命都市いきいき前橋」を将
来都市像に掲げてまちづくりに取
り組んでいます。また、大胡、宮城、
粕川地区の新市建設計画や児童文
化センターの再整備など、新たな
事業の具体化に向けた取り組みも
進めているところです。

市政の大きな柱は、市民力、教
育・文化力、健康・福祉力、環境・
森林力、食料生産力そして財政力。
この6つの力を伸ばしていくこと

が、市民の皆さんにも喜んでいた
だける前橋市を実現するための要
素と考えています。

昨年の12月1日付日本経済新聞
の第6回行政サービス調査では、
全国806の市と区のうち、本市
の総合評価は14位、県庁所在地で
は全国1位の評価でした。市民の
皆さんのご協力があって、このよ
うな良いランキングをいただいた
ことに感謝を申し上げます。

そして、こし4月に中核市に
移行、また5月には富士見村との
合併により、人口34万6,000
人の新生前橋市が誕生します。大
きな転換期を迎える飛躍の年です
が、県都前橋の再生、再起動を力
強く、市民力を大いに発揮いただ
きながら進めていきたいと思っ
ています。

司会 成人を迎える皆さんから
も抱負をお願いします。

奈良 大人なんだという自覚を
まず持ちたいなと思っています。
今までお世話になった多くの人
に、言葉で感謝を伝えたいと思っ
ています。

小林 生活の中で、どんどん大
人としての自覚を求められている



なと感じています。教師を目指しているのですが、子どもたちのお手本になれるような、地域と密接な関係を持つていける大人になりたいと思います。

佐々木 自立した大人の女性になれるように自分を磨いていきたいです。将来は英語を生かした職業に就きたいのですが、そんな夢を抱けるのもたくさんの方の支えがあったからだと思っています。今後は胸を張って、自分は大人であると言えるように心掛けたいです。

富田 大人になっても少年のような新鮮な発想力を忘れずに、何事にも挑戦したいです。たくさん失敗をして成長しながら、笑顔の似合う大人になりたいと思います。

吉田 社会福祉を学んでいるので、社会のすべての人々が幸せに暮らしていく手助けができるような人間になりたいと思います。

梅山 現在、働いています。これからは社会に貢献できるように、さらにしっかりと働きたいと思います。責任が大きくなってくると、いろいろなことに気を配り、大人としての自覚を持ちたいと思います。

岩村 理学療法士になるための勉強をしています。患者さんにあ

りがとうと笑顔で言ってもらえるように、人に優しく接することのできる、心の広い人間になりたいと思っています。

中原 落ち着きや気の配り方など、少しずつ考えながら生活したいと思っています。自分の事は自分で考え、今まで周りを頼っていた分、頼られるような人間になりたいと思います。

司会 皆さんから大変フレッシュな抱負をいただきましたが、いかがでしょうか。

前橋のここが好き・物足りない 住みよいが交通などに課題も

司会 本市の好きな場所や、良いと思うところはありますか。

佐々木 ぐんまフラワーパークは家から10分足らずで行けるので、子どもの時からよく利用していました。四季を通していろいろな花が見られて、子どもからお年寄りまで、世代を問わず楽しめる所だと思っています。前橋は東京にも近く、自然の中で暮らしながら快適な生活が送れるところがいいと思います。

小林 県庁周辺が気に入っています。岩神町の自宅周辺を毎日散歩しているのですが、前橋公園な

市長 20歳の時の自分と比較をしてみると、皆さんの方がずっと大人のように思いました。若さというのは何にも替えがたい素晴らしいものです。皆さんの抱負を聞いていて大変さわやかに感じました。また、心も体も元気で楽しく生活していくことが大切です。楽しい気持ちでいると人も思いやれるし、いい発想も生まれてくると思います。そうすることで、さらに皆さんの夢が実現できるのではないかと思います。

どもよく寄っています。生まれてから20年間、いろいろな力や思い出をもらったこの場所に愛着を感じています。

市長 新しくなった前橋公園は市民の憩いの場として定着してくれればと思っています。本市にはぐんまフラワーパークや敷島公園、リニューアルしたばら園などもあり、さらに親しみを持っていただけるのではないのでしょうか。本市は落ち着きがありますが、山の中のような静けさと違って、生活の香りや人の温かみも感じられるまちだと思います。若い人に楽



佐々木 杏菜さん



小林 春樹さん

しみ方を十分研究してもらって、皆さんの声で発信していただきたいと思っています。

司会 反対に、本市で物足りないことはありますか。

岩村 大学生になりたてのころはバスで通っていました。その時に思ったことなのですが、前橋はバスの数が少ないと思います。もう少しバスの数を増やしたり時間どおりに周れたりすれば、もっと公共交通機関が使いやすくなるのではと感じていました。

梅山 他市などを見てみると駅前も活気があるので、JR前橋駅前もそれに負けないように発展してほしいと思います。また、お祭りが以前に比べて盛り上がり



けると思うので、もう少し活気がほしいです。

市長 公共交通機関については、大胡、宮城、粕川地区でデマンドバスを開始したり、新たに東地区にもマイバスを新設したりと、いろいろと取り組んでいます。しかし、地域で利用しなければ公共交通機関は守れません。公共交通機関は需要と供給のバランスが大切です。3地区のデマンドバスは全

魅力を全国に発信して さまざまな視点から取り組みを

司会 皆さんは本市での暮らしをどう感じていますか。また、将来の暮らしをどう考えていますか。

吉田 今の時点では、わたしは前橋から離れるつもりはありません。将来結婚しても前橋に住みたいと思っています。ただ、前橋が県庁所在地だという実感があまりないのが正直なところ。自然や歴史などの魅力を持っているので、その点を他の地域に発信し、前橋をもっと大きくしてもらいたいと思います。

中原 とても暮らしやすいまちだと思います。しかし、公共交通機関が他市などと比べて発達して

国から視察が来るなど、成功しています。こういうものを大いに発展させていきたいですね。若い人の新しい発想をぜひいただきたいと思っています。

JR前橋駅周辺については、前橋物産館広瀬川を駅構内に移すなど、充実するように努めています。今後はもう少し駅周辺の整備をするつもりですので、期待をしていただきたいと思います。

いないので、車がないと遠くまで行けないという状況は大変だなと感じています。また、群馬の県庁所在地は高崎だと思われているところもあるので、全国の人に印象を持ってもらえるようなまちななってほしいと思います。

岩村 星がきれいに見えたり水がおいしかったりと、自然が豊かなところが好きです。これからも自然を大切にしながら暮らしたいと思っています。

梅山 小中学校の教育の面や医療の制度についても充実しているので、とても住みやすいです。今後、結婚や子どもができたとしても、前橋で暮らしたいと思っています。



梅山 真さん

司会 率直な意見をいただきましたが、いかがでしょうか。

市長 先人たちが積み重ねてきた、前橋のいいところを大いに発信をしていきたいと思っています。得意なものや伸ばしていきたいものが、わたしが考えているまちづくりです。全国的に評価されている医療の充実や自然、農業に磨きをかける。そうして地域ブランドがPRできれば有名になっていきます。そういった答えは20、30、50年という中で出てくるものではないでしょうか。もちろん、悪いところは放置せずに修正するということも大事だと思います。

司会 今後、力を入れてほしいと思うことや、始めてほしいと思う取り組みはありますか。

奈良 祖父母が入院し、介護施設を探すときにどこもいっぱい、両親がとても苦労してしまっています。今後はぜひ介護施設の充実に向けてほしいと思っています。

富田 わたしはずっと運動をや



岩村 佳世さん



富田 功樹さん

ってきたのですが、中学校によって専門の先生や指導者がいないなど、差が出てしまっています。地元出身のボランティアの人が教えることで、どこの中学校も同じぐらいの力が出せるのではないかと思います。

佐々木 郊外のショッピングセンターのにぎやかさに比べて、中心商店街が殺風景なのが寂しいと思います。街中も人のにぎわうようになつてほしいです。

小林 高校生や大学生のジュニアリーダー、シニアリーダーがほとんどゼロという状況を改善してほしいです。

司会 市長はどうお考えですか。
市長 素晴らしい意見だと思います。



吉田 早紀さん



奈良 裕美さん



中原 悠佑さん

感謝の気持ちを含めて 最高の成人祝いにしたい

ことを念頭に置いてもらいたいと思っ
ています。地域のリーダー育

成や介護の問題は、もっと地域と
連携しないと解決しないでしょ
う。やはり市民とともに健康づく
りを行い、健康寿命をいかに伸ば
すかが大事だと思います。中心市
街地については、いつときだけに
ぎやかになるのではなくて、長く
続く健全なにぎわいが必要なのだ
と思います。

奈良 成人祝いには人生にたっ
た一度しか参加することができな
いので、まずはみんなに来てもら
うことを大事にしています。来た
人には必ず楽しんでもらい、思い
出をつくって帰ってほしいと思っ
ています。

司会 成人を迎え、これまで支
えてきてくれた人へ一言お願いし
ます。

と思います。

吉田 中学、高校と続けてきた
厳しい部活動を影で支えてくれた
母には、一番に感謝しています。

富田 一番の支えは家族でし
た。特に毎朝おいしいお弁当を
作ってくれた母にはとても感謝し
ています。高2の時の甲子園出場
で、一つの大きな恩返しができ
たと思っています。これからは、大
きな恩返しよりも小さな恩返しを
こつこつとしていきたいです。

ます。確かにスポーツによっては
指導者がなかなかいないのが現状
なので、一部の中学校では、地域
と連携し部活動の充実に取り組ん
でいるところです。本市は「県都
前橋教育のまち」を目指して、国
語教科支援講師や寺子屋事業など
の具体的な施策も進めています。
また、これからは市民と行政が
協働してまちや人をつくるという

また、無事に成人を迎えられたの
も、周りにいる人たちの支えが
あったからだと思うので、今まで
見守ってきてくれたすべての人に
対しても感謝の気持ちを伝えたい

司会 1月11日はどのような成
人祝いにしたいですか。

司会 最後に、市長から皆さん
に一言お願いします。

市長 今日、皆さんから率直な
意見をいただきましたが、わたし
は楽をしていいまちなんでできな
いと思っています。ぜひ皆さんも、
勇気と自信と責任を大いに心に留
めて、元気で頑張ってくださいと思
います。また、いつまでも前橋の
市民で活躍をいただきたいとお
願いをして、終わりの言葉にし
たいと思います。ありがとうございます。

明けて

おめでとうございます

平成二十一年 元旦

前橋市議会議員一同

明けて

おめでとうございます

平成二十一年 元旦

前橋市行政自治委員一同

都市計画で住みよいまちづくり

素案がまとまり閲覧や公聴会を

都市計画の素案がまとまりました。その概要をお知らせします。また、この素案の閲覧と公聴会を開催します。

問い合わせは
県都市計画課 ☎226-3656
市都市計画課 ☎898-6944

対象となるさまざまな原案

I 前橋・大胡・宮城・粕川都市計画区域マスタープランの変更「県素案」

平成16年に県が定めた「都市計画区域の整備や開発、保全の方針(都市計画区域マスタープラン)」の変更手続きを進めています。この中では、都市計画の目標や区域区分(線引き)の決定の有無や土地利用、都市施設、市街地開発事業、自然環境などの主な都市計画決定の方針を定めます。

II 区域区分の変更(市街化区域への編入)「県素案」

計画的な市街地整備を図るために、次の3地区を市街化区域に編入します。

- ①前橋南部地区(横手町・亀里町・新堀町・鶴光路町・下阿内町の各一部)。
- ②朝倉地区(朝倉町・上佐鳥町・下佐鳥町・亀里町の各一部)。
- ③東大室地区(東大室町の一部)。

III 用途地域の変更「市素案」

市街化区域の編入に伴い、それぞれの地区の方針に合わせた土地利用を図るために、用途地域の指定を行います(下表のとおり)。

区域区分・用途地域の変更			
地区名 (面積)	変更前 (容積率/建ぺい率)	変更後 (容積率/建ぺい率)	
前橋南部地区 (約55.5ha)	指定なし (200/70)	市街化 区域	近隣商業地域 (200/80)
朝倉地区 (約39.1ha)			準工業地域 (200/60)
東大室地区 (約1.9ha)			工業専用地域 (200/50)

IV 地区計画の決定「市素案」

前橋南部地区の良好な複合市街地環境の形成を図るため、用途地域制限のほかに、地区計画の決定を行い、建築物の用途や高さの制限を行います。

V 市計画道路の変更(朝日町下阿内線「県素案」・下川亀里線「市素案」)

前橋南部地区の土地区画整理事業により新設される区画道路との交差部に右折車線を設け、交通の安全と円滑な流れを確保するため、幅員を変更します。

VI 防火地域の変更(二中地区)「市素案」

二中地区(第三)土地区画整理事業の進捗に伴い、準防火地域の区域を変更。これにより、準防火地域が約0.25ha縮小します。

素案の閲覧は7日から21日まで

素案の閲覧

素案は1月7日(水)から21日(水)までの執務時間内に、県素案は、県庁都市計画課や前橋土木事務所、市役所都市計画課で、市素案は、市役所都市計画課で閲覧できます。

意見書の提出

地区計画の決定について、意見のある人は1月21日(水)までに市長あてに意見書の提出ができます。

2月5日の公聴会で意見を

公聴会の開催

日時=2月5日(木)午前10時

会場=県前橋合同庁舎(上細井町)

●公述申出書の提出(地区計画以外)

住所・氏名・年齢・職業・意見の要旨を書いた「公述申出書」を1月21日(水)(必着)までに、県素案については県庁都市計画課へ、市素案については市役所都市計画課へ。なお、期間中に「公述申出書」の提出がない場合は、公聴会の開催を中止し、市のホームページでお知らせします。

●公聴会の傍聴

公聴会を傍聴したい人は、公聴会の当日直接会場へ。入場は先着順です。

館内のイベント いち早く発信

開館1周年を迎えた前橋プラザ元気21で、館内のイベントなどを紹介したホームページを開設。イベント情報など詳しく発信します。ぜひ、ご覧ください。

問い合わせは **にぎわい観光課** ☎210-2188

ホームページアドレス
<http://www.genki-21.jp/>



住宅ローン控除の申告を忘れずに

住民税からの住宅ローン控除の適用を受けるためには、毎年住宅ローン控除の申告が必要です。確定申告をする人は、その際に住宅ローン控除申告書を提出してください。なお、年末調整のみの方は控除申告書に必要事項を記入し、市役所市民税課へ郵送での提出もできます。



住宅ローン控除は申告が必要

日時＝①〈年末調整のみの方〉1月15日(木)～3月16日

(月)、午前9時～午後5時②〈確定申告をする人〉2月16日(月)～3月16日(月)、午前9時～午後4時

対象＝平成11年～18年までに自宅に入居し所得税から住宅ローン控除額を控除しきれなかった人

用意する物＝①は源泉徴収票(原本)、印鑑②は印鑑

会場＝①は市役所市民税課、大胡・宮城・粕川支所②は前橋プラザ元気21

控除申告書の配布場所＝市役所市民税課、前橋プラザ元気21、各支所・出張所、各コミュニティセンターのほか本市ホームページからもダウンロードできます

問い合わせは 市民税課 ☎898-6204



道路や公園
などの
都市環境整備に

資産割と従業者割で事業所税

問い合わせは 市民税課 ☎898-5961

事業所税は、人口30万人以上の都市などが道路や公園、上下水道、学校などの都市環境の整備や改善に関する事業の費用に充てるための目的税で、一定規模以上の事業を営む法人と個人に対して課税されます。

本市は人口が30万人以上となり、最短でことし12月に事業所税の課税団体に

政令で指定される予定。その場合、新たに課税団体となった日の翌日から6カ月を経過する日の属する月の初日(「適用日」という)以後に終了する事業年度分の法人の事業と、適用日の属する年以後の年分の個人の事業について事業所税を適用するとされ、最短で平成22年6月1日からの課税開始が見込まれます。また、ことし5月5日に合併する富士見村の区域も同時に課税開始されます。

■事業所税の概要

事業所税には、資産割と従業者割があり、資産割は事業所床面積に、従業者割は従業者給与総額によって課税されます(下表のとおり)。なお、非課税や課税標準の特例の措置が適用される事業所などは地方税法に規定されています。

納税義務者	事業所など(事務所・店舗・工場・倉庫)で事業を行う法人または個人		
課税標準 (税額を求める基礎となるもの)	資産割	法人	事業年度の末日現在における事業所床面積
		個人	その年の12月31日現在における事業所床面積
	従業者割	法人	事業年度中に支払われた従業者給与総額
		個人	その年中に支払われた従業者給与総額
税率	資産割	事業所床面積 1㎡につき600円	
	従業者割	従業者給与総額の100分の0.25	
免税点 (資産割、従業者割ごとに判定)	資産割	合計事業所床面積が1,000㎡以下	
	従業者割	合計従業者数が100人以下	
納税の方法	税金を納める人が課税標準や税額を計算して申告納付します		
申告納付期限	法人	事業年度終了の日から2カ月以内(延長制度はありません)	
	個人	翌年の3月15日まで	

新春の風情を味わう恒例の初市まつり

新春恒例の「初市まつり」が、1月9日(金)に行われます。国道50号の本町通りを中心に、800もの露店が軒を連ね、古だるまの供養や渡御行列も。なお、この様子は午後3時から4時まで群馬テレビで生中継します。

問い合わせは 前橋観光コンベンション協会 ☎235-2211

■古だるま供養「お焚きあげ」

午前10時30分から正午まで。八幡宮(本町二丁目)境内で行います。

■渡御行列

午前11時から正午まで。八幡宮から「市神様」の渡御が出発。木やりやみこし、てんぐや大獅子などの行列が中心商店街を練り歩き、仮宮(東和銀行本店・憩いの広場)まで行進します。



■フリーマーケット

正午から午後9時まで、立川町通りで。

■本町通りを中心に露店

午前10時から午後10時まで。本町二丁目の国道50号を中心に、だるまや縁起物、日用雑貨、植木など800軒の露店が並びます。

■本町通りなどが交通規制

午前9時から午後11時まで中心商店街全域を交通規制します。そのため、路線バスも始発から経路を変え、臨時バス停を損保ジャパンビル前、東京電力群馬支店前、城東町二丁目、千代田町三丁目、岩内前の5カ所に設置。なお、臨時タクシー乗り場が前橋中央駐車場(千代田町二丁目)北側の立川町通りに設置されます。

■5カ所に避難路

初市まつり区域内で事故が発生した場合、本町通りに5カ所の避難路を設けます。場所は緑色灯で表示。万一のときには、必ず係員の指示に従ってください。

また、本町通りでの歩行者の通行は、南側では東向き、北側では西向きにそれぞれ一方通行です。



前橋文学館の無料開放

午前9時30分から午後9時まで、観覧を無料に。「子どもたちの描いた『氷島』の絵の展覧会」や「上州空つ風に舞う『凧展』」を開催中です。

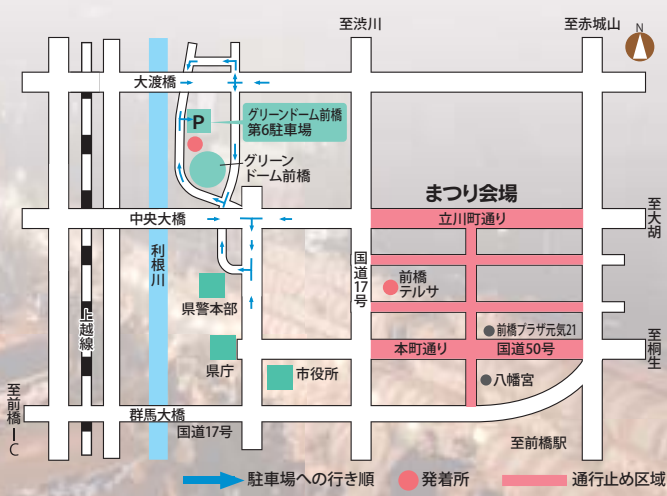
問い合わせは 前橋文学館 ☎235-8011

●無料お祭りバスの発着所が変更

無料お祭りバスの発着所が、グリーンダム前橋第6駐車場(旧前工高野球グラウンド)に変わります。ご注意ください。なお、運行時間は午前10時から午後9時まで。同駐車場と前橋テルサ前バス停(千代田町二丁目)の間を約10分間隔で運行します。

●けやきウォーク駐車場も利用可能

祭り当日は、けやきウォーク前橋(文京町二丁目)の駐車場を利用できます。同駐車場から会場までは路線バスを利用してください。



東国千年の都

郷土の歴史を訪ねてみませんか

『前橋・高崎の中世をあるく—女堀開削・箕輪城築城』

本市と高崎市が連携して文化財展を開催。両市の基礎が形成された「中世」をテーマにして、女堀や箕輪城、前橋城や高崎城の調査で確認された資料を中心に展示します。また、前橋城を実際に歩いて巡る見学会も行います。

■文化財展

日時①1月9日(金)～25日(日)、午前9時～午後6時(9日は午前10時から)②1月31日(土)～2月9日(月)、午前9時～午後6時

会場①は前橋プラザ元気21②は高崎シティギャラリー(高崎市高松町)

■関東の華前橋城体感ツアー～前橋城を歩く
日時①1月18日(日)午前10時～午後3時(荒天時中止)

会場①前橋プラザ元気21、県庁周辺

対象①一般、先着60人

申し込み①1月5日(月)から文化財保護課(文化財展会場でも受付)へ

■関連展示

日時②2月22日(日)～5月31日(日)(火曜と祝日の翌日を除く)午前9時30分～午後5時

会場②かみつけの里博物館(高崎市井出町)
観覧料①一般200円、学生100円

問い合わせは

文化財保護課

☎23-1-6531



和田山天神前遺跡出土の水瓶



前橋城遺跡出土のしゃちほこ



前橋をTONTONのまちに！ 豚肉料理を提供する店を募集

「TONTONのまち前橋」をキャッチフレーズに活動する「ようこそまえばしを進める会」では加盟店を募集します。加盟店には「TONTONのまち前橋グルメマップ」や「TONTONのまち前橋公式サイト」への掲載、各種イベントへの出展の案内、のぼり旗の配布、観光客やマスコミへPRされるなどの特典が。同会で審査の後、加盟店として認定されます。

対象＝本市か富士見村で、群馬県産豚肉を食材とした料理(種類は問わない)か、まえばしtonton汁を提供している店舗

会費＝年額6,000円

申し込み＝1月21日(水)までに所定の申込書に記入し、〒371-0023本町二丁目12-1・前橋プラザ元気21内にぎわい観光課「TONTON加盟店募集係」(☎210-2189)へ郵送か直接

物産館でお得に買い物 名産品の新春セール

前橋物産館広瀬川

前橋物産館広瀬川で、正月三が日新春セールを行います。1,000円以上買い物をした人には粗品を用意しています。

日時＝1月1日(木)～3日(土)、午前8時～午後8時(1日は午前10時～午後6時)

会場＝前橋物産館広瀬川(JR前橋駅構内)

問い合わせは

前橋物産館広瀬川 ☎223-1181

ふれあい広場



設計コンペティションで最優秀賞

外崎 晃洋さん・22歳
六供町

風と光が通り抜ける家をイメージ

経済産業省資源エネルギー庁が大學生を対象に募集した省エネ住宅の提案コンペ「ロ・ハウス設計コンペティション2008」で最優秀賞に選ばれた。

「初挑戦だったので佳作に入ればと思っていました。最終審査ではすごく緊張しましたが、研究成果を一杯伝えられるように努力しました。ゼミの先生や、説明用の模型作りを手伝ってくれた友人に感謝したい」
課題は、健康な暮らしと省エネで地球環境に配慮した住宅を設計すること。東京近郊で6畳の道路に接する約70坪の宅地が舞台。家を設計するときは南側を空けるのが一般的だが、敷地の中心に建物を配置した。

「光と風を上手く利用できるような4つの庭を東西南北に配置し、また

家の土間と庭が一体で使えるようにしました。東側の庭では道路を通る人と話ができ、西ではキッチンで作った物を食べる。南では日光浴、北では日陰で涼むと特性を出したのが良かったと思っています」

小学生の時から大工の仕事にあこがれていた。高校は普通科だったが、将来は物作りの仕事をしたいと考え、建築学科に進んだ。趣味は自転車に乗ること。週に2回は、ロードレーサーで市内を走っている。青森県の出身で、前橋工大大建築学科の4年。4月には同大学院に進学する。

「将来は建築設計関係の仕事に就き、美術館などの公共施設を設計してみたいですね」

豊かな感性と柔軟な発想力で大きく飛躍してほしい。

若い芽のポエム

昨年度行われた第11回「詩のまち前橋若い芽のポエム」コンクルの応募作品から、小学生の部で入賞した作品を紹介。学年は応募当時のものです。

★入選 すばらしい地球

荒牧小5年
松宮 愛さん

どこからか
きれいな声が
聞こえてきたよ
こんなすばらしい地球に
いるんだなあ

★入選 静かなピアノのコンクール

上川淵小6年
林 真穂さん

私が台に立ったとき、
会場はとっても静か。
だれもないような静かさ。
「ポーン」と、音をだし、きよくを
ひいている間も静か。
きよくをひきおわると、
一しゅん静かに、
そして大きなはくしゅ。
静かなぶんだけ、大きなはくしゅ。
とっても静かで大きなはくしゅの、
静かなピアノのコンクール

ぼくたちは
この地球にいる
ぼくたちは
この大地を
どしどしふんでいる
大地を
スキップしてみたら
たたらん たたらんて
音がしたよ。
ぼくたちは
この海を
バシャバシャ
パシャパシャ
およいでる
とってもきもちが
いい気分になったよ
ぼくたちのほかに
この世界には
たくさん生き物が
生きている
ピーピョ
ピーピョ
ミンミン



議場に響く優雅な音色

12月17日、市議会議場で議場コンサートが行われました。荒砥中吹奏楽部の21人が参加し、「ブライアンの休日」など5曲を披露。演奏が始まると、いつもの議場がコンサートホールに早変わり。堂々とした演奏に、観客は大きな拍手を送りました。

12月13日・14日、前橋フィルム・コミッション設立1周年を記念して、作品上映会が行われました。13日には本市出身の映画監督・飯塚俊男さんなどを招き、シンポジウムを開催。撮影秘話などの興味深い話に参加者は聞き入っていました。



映画で地域の活性化を

1周年を記念しミュージカル

中央公民館が前橋プラザ元気21に開館して1周年。これを記念して、12月14日同館で前女高音楽部の特別公演ミュージカル「我愛你」^{ウォーアイニー}プレ公演を開催。7月の本公演に先駆け磨かれた見事な歌と踊りに、観客は見入っていました。



いろいろな遊びに挑戦

児童文化センターでは、学校週5日制が始まったときから、土曜日に冒険遊び場を開設。子どもたちは、ボランティアの大学生から竹馬や木登り、こまの回し方などを教わりながら、楽しく遊びました。



お知らせ

INFORMATION

群馬テレビ特別番組 「12市長新春に語る」

高木市長が新しい年を迎えて抱負や地域の課題、まちづくりのビジョンなどを語ります。ぜひ、ご覧ください。

日時 = 1月6日(火)午後7時30分～8時

日時 1月23日(金)午後7時～8時30分
会場 前橋プラザ元氣21
対象 市内在住・在勤の人、先着10人



心身ともに健康に

教室
その他の施設
元氣ひろげたいそつ

スポーツ

対象 一般、先着60人
用意する物 雨具、筆記用具、双眼鏡(持っている人)
★以上2つの申し込みは環境課 ☎ 898-6292へ。

日時 1月25日(日)午前9時～正午
会場 嶺公園
野鳥観察会

内容 種類や数の確認と結果報告
調査期間 1月25日(日)～2月20日(金)
庭に来る鳥調査

野鳥の調査と観察会
参加する人を募集

自宅の庭などに来る鳥の調査の参加者を募集します。初心者でも参加できるよう講習会を兼ねて野鳥観察会も実施。嶺公園の自然の中で、野鳥観察のポイントを学習しませんか。なお、調査のみの参加もできます。

環境衛生

申し込み 1月22日(木)までに施設管理公社 ☎ 220-5073へ

前橋けいりん
開催日
1/12～15(場外)
1/16～18
1/19～21(場外)

チャメット君

第一種低層地域では
1.5m以上の後退を

大胡地区を除く第一種低層住居専用地域内と、地区計画で外壁面の後退が定められている区域では、建物の外壁を隣地境界線や道路境界線から1.5m以上離さなくてはなりません。建築確認申請が必要でない10平方メートル以内の増築工事も対象です。ただし、次の部分は緩和されます(詳しくは下図のとおり)。

①外壁(これに代わる柱の中心線)

都市計画

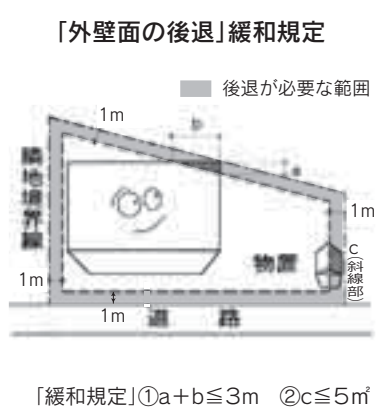


だるまを求めて行列が

一年の福を呼び込む
縁起だるまがずらり

毎年恒例、新春の風物詩「少林山七草大祭だるま市」を開催します。会場となる少林山達磨寺は、だるまを売る露店が多く並ぶほか、無

の長さの合計が3m以内。
②軒の高さが2.3m以下の物置や車庫で床面積が5平方メートル以内。
○：問い合わせは建築指導課 ☎ 898-6752へ。



病息災や商売繁盛を祈願したり、だるまを供養したりする人でにぎわいます。なお、会場周辺は交通規制を行います。会場には公共交通機関をご利用ください。

期日 1月6日(火)・7日(水)
会場 少林山達磨寺(鼻高町)
交通機関 JR高崎駅西口群馬バス3番乗り場から八幡大門前下車徒歩10分、JR群馬八幡駅下車徒歩15分

○：問い合わせは高崎観光協会 ☎ 027-321-1257へ。

高崎
だより



こんにちは 市長です

早めの点灯を

(12月11日・交通安全運動街頭指導)

冬の県民交通安全運動が、大みそかまでの21日間実施されます。期間中は一斉街頭指導や夜間交通安全教室、自転車安全指導、飲酒運転追放パトロールなどが行われます。日没が早い時期、追突事故防止のための「早めのスリーライト作戦」の推進をはじめとして、市民一人一人に交通安全意識をしっかりと持っていただけるよう呼び掛け、今後も交通事故防止をしっかりと行っていききたいと思います。

文化

中央公民館

☎210-2199

□4月～7月までの部屋利用

中央公民館の4月から7月までの部屋利用を受け付けます。希望する団体の代表者は該当の日時に中央公民館へ直接申し込んでください。

なお、受付日以降は、土日曜・祝日を除く午前9時から午後5時に受け付けます。

●ホール・学習室・会議室・和室・アトリエ・スタジオなど

利用曜日・受付日時 〓 〈日月曜〉 1月26日(月)〈火曜〉1月27日(火)〈水曜〉1月28日(水)〈木曜〉1月29日(木)〈金

土曜)1月30日(金)、ホール・学習室・会議室・和室などは午前9時、アトリエは午後1時、スタジオは午後1時30分

●調理実習室・会食室

受付日時 〓 1月23日(金)午前9時

前橋テルサ

☎231-3211

□ロビーコンサート

日時 〓 1月17日(土)午後0時30分～1時

内容 〓 ピアノ連弾の調べ

□カルチャーサロン

前橋テルサカルチャーサロン

講座名	期日
基礎から始める話し方 (ボイストレーニング入門)	1月10日(土)
すぐに使えるコーチング (緊張をゆるめ、親しくなる)	1月13日(火)
ガーデニング (部屋に飾れる寄せ植え)	1月18日(日)
対人力アップ (「しょうがない」をやめて、イキイキ生きよう)	1月21日(水)
パソコン短期 (エクセル 便利技! 家計簿を作ろう)	1月24日(土)

※時間、対象、費用など、詳しくは前橋テルサへ問い合わせるか同館ホームページ (<http://www.maebashi-terrsa.or.jp>) をご覧ください。

講座名・期日 〓 上表のとおり

市立図書館

☎224-4311

□思い出の映画劇場

日時 〓 1月21日(水)午後2時

内容 〓 「晩春」(小津安二郎監督)

こども図書館

☎230-8833

□おはなしの会

日時 〓 土曜、午後2時15分～50分

内容 〓 絵本の読み聞かせ、紙芝居など

□お母さんのための絵本の朗読とお話会

日時 〓 1月27日(火)午前11時～正午

内容 〓 絵本の朗読、お話など

料理講習会など 特別講座を開講

前橋アクティで中華料理とバルენტイン向けの特別講座を開催します。友人を誘って参加してみませんか。

講座名・日時 〓 ①バレンタインデーフラワーアレンジ 2月9日(月)

②中華料理・エビチリソース 2月10日(火)

③同・エビ蒸し餃子 2月19日(水)、午後6時45分～8時45分

会場 〓 前橋アクティ (大渡町二丁目)

対象 〓 市内在住・在勤で35歳未満の勤労青少年、①は15人②③は各16人

費用 〓 ①は1,300円②③は各1,400円

申し込み 〓 1月5日(月)②③は1月15日(木)までに往復ハガキで。講座名・住所・氏名・職業・電話番号、電話番号・年齢を明記し、〒371-0854 大渡町二丁目3-15 前橋アクティ (☎252-0500) へ

仕事帰りに受講し
趣味を広げよう

勤労女性センターで特別講座を開講します。事前申し込みで3歳から6歳児までの託児も利用できます。仕事帰りに気軽に受講してみませんか。

(各抽選)
費用 〓 ①は1,300円②③は各1,400円
申し込み 〓 1月5日(月)②③は1月15日(木)までに往復ハガキで。講座名・住所・氏名・職業・電話番号・年齢を明記し、〒371-0854 大渡町二丁目3-15 前橋アクティ (☎252-0500) へ

勤労女性センターで特別講座を開講します。事前申し込みで3歳から6歳児までの託児も利用できます。仕事帰りに気軽に受講してみませんか。

講座名 〓 ①骨盤体操②ラッピング

日時 〓 ①は2月12日②は2月26日の木曜

回②は2月23日③は3月23日の月曜

5回、午後6時30分～8時30分

会場 〓 勤労女性センター (総合教育プラザ内)

対象 〓 市内在住・在勤の勤労女性、

①は15人②は20人(各抽選)

費用 〓 ①は無料②は6,500円

申し込み 〓 1月16日(金)(必着)までに往復ハガキで。講座名・住所・氏名・職業・電話番号、託児を希望する場合は子どもの人数と年齢を明記し、〒371-0035 岩神町三丁目1-1 総合教育プラザ内勤労女性センター (☎230-9098) へ

高齢者

しきしま老人福祉センター

☎2333-2121

□健康教室「寒い時期の血圧管理」

日時 1月27日(火)午前10時30分～正午

対象 一般、先着30人

費用 65歳未満の人は入場料

申し込み 1月8日(木)から同センターへ直接

□元氣ひろげたいそう

日時 2月3日(火)午前10時30分～正午

対象 一般、先着30人

費用 65歳未満の人は入場料

用意する物 体育館履き、タオル

申し込み 1月15日(木)から同センターへ直接

□2月の日曜開館日

期日 2月1日(日)

巡回バスコース 〔早便〕南橋コース〔遅便〕芳賀コース

ひろせ老人福祉センター

☎261-0880

□朝日が幼稚園児の慰問

日時 1月20日(火)午前11時15分～正午

対象 〓なたでも

費用 65歳未満の人は入場料

□元氣ひろげたいそう

日時 1月29日(木)午後1時30分～3時

福祉

おおとも老人福祉センター

☎252-3077

□前橋育英高吹奏楽部による演奏

日時 1月18日(日)午後0時30分～1時

対象 〓なたでも

費用 65歳未満の人は入場料

□元氣ひろげたいそう

日時 1月27日(火)午後1時～2時

対象 一般、先着30人

費用 65歳未満の人は入場料

用意する物 体育館履き、タオル

申し込み 1月8日(木)から同センターへ直接

□教室受講生募集

教室名 ①タイ式ヨガ②ストレッチ

日時 ①は1月21日～4月1日の水曜6回、午後1時30分～3時30分②

は2月5日～4月16日の木曜6回、午前9時45分～11時30分

対象 市内在住の60歳以上の人、①

は20人②は35人(各抽選)

費用 65歳未満の人は入場料

用意する物 動きやすい服装

申し込み 1月13日(火)までに往復ハ

ガキで。教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、〒

371-0847大友町一丁目12-

10・おおとも老人福祉センターへ

□1月の日曜開館日

期日 1月18日(日)

巡回バスコース 〔早便〕本庁西コース〔遅便〕総社・清里コース

就職希望のシニアに
介護と警備の講習会

就職を希望するシニアのための無料講習を実施。修了者には採用を希望する事業主と公共職業安定所による合同面接会を行います。

期間 ①〔介護ヘルパー2級〕2月2日(月)～3月13日(金)の計22回②〔警備〕2月12日(木)～26日(木)の計10回

会場 ①は介護労働安定センター(千代田町一丁目)②は県警備協会(江田町)

対象 55歳以上の就職希望者、①は35人②は25人(各抽選)

申し込み ①は1月8日(木)～15日(木)②は2月3日(火)までに所定の用紙に記入し、県長寿社会づくり財団☎255-6400へ直接

障害者が日ごろの
技能を競います

障害者の職業能力開発と社会参加を図るため、ぐんまアビリンピック2008を開催。ワープロや木工、喫茶サービスなどの技能を競います。

日時 2月3日(火)午前9時30分～午後3時30分

会場 総合福祉会館(日吉町二丁目)

〓問い合わせは県雇用開発協会☎224-5766へ。

年金

老齢年金の受給者へ
源泉徴収票を送付

老齢年金を受けている人へ、社会保険業務センターから公的年金の源泉徴収票を送付します。ほかに収入があるなどの理由で確定申告をするときは、この源泉徴収票が必要。1

前橋 CITY INFORMATION

シティインフォメーション

木曜 午後 1 時28分～
金曜 午前 10 時16分～
(第2金曜は放送なし)
4分間

FM群馬

86.3MHz

元気
まえばしっ子

抽選で募集



本紙最終ページで連載している「元気まえばしっ子」。このコーナーに掲載を希望する子どもを募集します。今回は4月15日号から8月1日号までの掲載分の募集。なお、写真の撮影は、当選の連絡後に保護者が自宅で行ってください。また、掲載号の希望はできません。
対象＝本市か富士見村に在住で平成19年4月2日～8月1日生まれの男女、各24人（抽選）
申し込み＝2月2日(月)（必着）までに往復ハガキで。住所・親子の氏名（ふりがな）・電話番号・子どもの生年月日を明記し、市役所市政発信課「元気まえばしっ子係」（☎898-6642）へ

児童

児童文化センター

☎224-2548

月31日(土)までに届かない場合や紛失した場合には、年金証書を用意して、前橋社会保険事務所で再発行の手続きをしてください。
○：問い合わせはねんきんダイヤル ☎0570-05-1165へ。

□ 図画作品展

期間 1月4日(日)～29日(木)
対象校 桃井小・岩神小・下川淵小・桂萱東小・元総社小・七中・荒砥中
□ 1月のプラネタリウム
日時 1月10日(土) 午前11時、午後2時30分

児童館案内

児童館では楽しい催しがいっぱい
詳しくは下記へ問い合わせを



日吉 ☎233-5122
朝倉 ☎265-1955
大友 ☎251-1337
下小出 ☎233-2622
粕川 ☎285-4000

毎月の行事は、本市ホームページに掲載しています

子育て支援に参加を
"まかせて会員"募集

ファミリー・サポート・センターでは、子育ての手伝いをする「まかせて会員」を募集。その説明会と講習会を開催します。
日時 1月28日(水)・29日(木)、午前9時～午後4時(29日は正午まで)
会場 勤労女性センター(総合教育プラザ内)

内容 ①「天文学シリーズ」「日食のみつ」(星座のお話)「犬ときつねの競争」
□ 読み聞かせなど
日時 ① 1月10日(土)午後2時 ② 1月11日(日)午後1時10分
内容 ①は紙芝居 ②は英語の読み聞かせ

青少年

標語や書道絵画など
優秀作品を展示

対象 一般、先着30人
内容 制度の概要、保育の基本など
申し込み 1月23日(金)までに同センター ☎230-9007へ



保育の基本を学ぶ講習会

「前橋の子どもを明るく育てるための標語・絵画」「前橋市子ども会書道絵画展」「親子でつくろう! 万引防止標語コンクール」の合同優秀作品展を開催します。ぜひ、ご来場ください。
日時 1月16日(金)～21日(水)、午前9時～午後10時(16日は午後1時から)
会場 前橋プラザ元気21・3階ホワイエ

○：問い合わせは青少年課 ☎898-5874へ。

消防

伝統の出初め式 1月11日に開催



新年を飾る伝統行事

消防隊員の団結と士気の高揚を図る新年恒例の消防隊出初め式を開催。式典に伴い県庁前通りは正午から午後3時まで通行止めとなります。
日時 1月11日(日)午後1時～2時30分

会場 県庁前通り（群馬会館前～明治安田生命前橋ビル南西交差点）
内容 服装点検、はしご乗り、幼年消防クラブ鼓笛演奏など
〇：問い合わせは消防本部警防課 ☎220-4511へ。

応急手当を学んで 尊い命を救おう

普通救命講習会成人コースを開催。心肺蘇生法や止血法、AED（自動体外式除細動器）の取り扱いも学びます。

なお、講習修了者には普通救命講習修了証を交付します。
日時 1月25日(日)午前9時～正午
会場 消防本部

対象 中学生以上で本市か富士見村に在住・在勤の人、先着40人
申し込み 1月13日(火)～16日(金)に消防本部警防課 ☎220-4513、各消防署・各分署へ直接

文化財を守るため 消防査察と訓練

1月26日(月)は、文化財防火デー。貴重な文化財を火災から守るため、消防査察や消防訓練を行います。
消防査察 1月19日(月)～21日(水)、午前9時30分から臨江閣など本市と富士見村の45カ所
消防訓練 1月25日(日)午前10時、赤城神社（三夜沢町）
〇：問い合わせは消防本部予防課 ☎220-4507へ。

税

ご利用ください 休日の納税相談

平日に来庁できない人のために、毎月第3日曜に、納税相談窓口を実施。今月は1月18日(日)です。
時間 午前8時30分～午後4時
会場 市役所収納課
〇：問い合わせは同課 ☎898-16233へ。

人権標語
「二人じゃない」
群馬大附属中 3年 石川 江里さん
キミの言葉が 世界を変えた

1月の各種無料相談

相談名	日時	会場	問い合わせ
法律相談	火曜 1月15日(木)	午後1時～4時（予約は前執務日の午後2時から電話で）	市役所市民相談室 大胡支所
	行政相談	1月8日(木)午後1時～3時	大胡支所
1月13日(火)午前9時～正午		かずかわ老人福祉センター	
1月19日(月)午後1時～3時		宮城支所	
1月21日(水)午後1時～4時			
公証相談	1月14日(水)午後1時～4時		
行政書士相談	2月2日(月)午後1時～4時	市役所市民相談室	
登記相談	1月9日(金)午後1時～4時		
人権相談	1月16日(金)午後1時～4時		
精神科医によるこころの相談	1月15日(木)午後1時30分～3時（予約制）	総合福祉会館（日吉町二丁目）	障害福祉課 ☎219-2005
精神保健福祉相談	1月8日(木)・22日(木)・2月5日(木)午後1時30分～4時（予約制）	前橋保健福祉事務所	前橋保健福祉事務所 ☎231-7721
幼児相談	月曜～金曜、午前9時～午後5時	幼児教育センター	幼児教育センター ☎210-1234
	1月28日(水)午後1時30分（医師の面接、予約制）		
電話労働相談	1月7日(水)午後1時30分～4時、相談員は社会保険労務士・横田秀治さん☎231-5776	市役所外国人相談窓口	商工振興課 ☎898-6617
	1月21日(水)午後1時30分～4時、相談員は同・木暮富美子さん☎233-5115		
	2月4日(水)午後1時30分～4時、相談員は同・羽鳥浩之さん☎235-1671		
外国人相談	月曜、午後1時～5時・木曜、午前9時～午後1時。英語・中国語・ポルトガル語・スペイン語の4カ国語で面接相談	市役所外国人相談窓口	市国際交流協会 ☎243-7788

※次の相談は執務時間内（教育・青少年相談は午後7時まで）にいつでも相談できます。
市民相談（☎898-6100）、DVセクハラ相談（☎898-6520）、家庭児童相談（☎223-4148）、母子家庭相談・女性相談（☎898-6270）、教育・青少年相談（☎230-9090）

ミニ情報

□エコドライブセミナー

日時 1月20日(火)午後1時～3時55分
会場 群馬会館

対象 一般、先着300人

内容 誰でもできるエコ運転術など
申し込み 県環境政策課 ☎226-2817へ

□ねんきん特別便無料相談

日時 1月20日(火)・2月18日(水)・3月18日(水)、午前9時～午後4時

会場 前橋プラザ元気21・52会議室
申し込み ねんきん特別便・認印・年金証書・年金手帳を用意し、当日会場へ直接

○：問い合わせは群馬社会保険事務局 ☎254-3266へ。

□若者と家族を対象に就職講座

日時 ①1月15日(木)②1月17日(土)、午後2時～4時

会場 前橋プラザ元気21
対象 ①は15歳～34歳の就職希望者

②は就職の問題を抱える若者の家族、各20人

内容 ①は履歴書の書き方など②は若者の職業的自立支援についてなど
申し込み 1月13日(火)までにぐんま若者サポートステーション ☎233-2330へ

□おもちゃの病院

日時 ①1月11日(日)②1月18日(日)③1月20日(火)、午前10時～正午

会場 ①は南橋公民館②は総合福祉会館(日吉町二丁目)③は城南公民館

○：問い合わせはボランティアセンター ☎232-3848へ。

□1月10日は110番の日

事件や事故に遭ったり見掛けたりしたときには110番へ。相談や照会などは安心ダイヤル#9110を利用してください。

○：問い合わせは前橋警察署 ☎252-0110へ。

□市民の茶席

1月15日(木) 午前10時～午後3時、

傍聴しませんか 委員会や定例会

□学校給食運営委員会

日時 = 1月15日(木)午前10時～11時
会場 = 前橋プラザ元気21・55学習室
対象 = 一般、先着5人
申し込み = 当日午前9時30分～50分に会場へ直接

○…問い合わせは教育委員会総務課 ☎898-5810へ。

□教育委員会定例会

日時 = 1月16日(金)午後3時
会場 = 市役所11階北会議室
対象 = 一般、先着10人
申し込み = 当日午後2時30分～50分に会場へ直接
○…問い合わせは教育委員会総務課 ☎898-5802へ。

前橋プラザ元気21・3階ホワイエ。当番は前橋茶道会の石川宗礼さん(☎253-0896)

健康

積極的に利用して 健康サポートデー

身体測定や運動実習、健康相談を行い生活習慣改善に取り組む人を定期的にサポートします。

日時 1月21日(水)①午前10時～正午②午後2時～4時

会場 前橋保健センター
対象 一般、先着各15人
申し込み 1月14日(水)までに同センター ☎223-8844へ

麻しん予防のため 忘れずに追加接種を

麻しん(はしか)は1度予防接種を受けた人でも、免疫が低下するとかかることがあります。このため本



早めに2度目の接種を

年度から5年間、中学1年生と高校生に相当する年齢の人に「麻しん風しん混合ワクチン」の追加接種を行っていますが、本年度対象者の約半数がまだ接種していません。接種期限は3月31日(火)。忘れずに接種しましょう。

○：問い合わせは前橋保健センター ☎223-8844へ。

生活習慣を見直し メタボを改善しよう

□ストップ・メタボ教室

日時 1月18日(日)・25日(日)、午前9時～正午

会場 大胡保健センター
対象 一般、先着20人
申し込み 1月13日(火)までに大胡保健センター ☎283-7311へ

健康テレホンサービス

☎234-4970

原稿検索と健康相談がインターネットでも利用できます。アドレスは <http://www.rain.com/kenko/> です。

月曜 寒冷じんましん

火曜 風邪をひきやすい子

水曜 冬の唇の荒れ

木曜 ここのし花粉症

金曜 歯茎の出血

土日曜 インフルエンザと解熱剤

直接相談タイム 医師が直接相談。

1月8日(木) (内科・眼科)・14日(水) (歯科)、午後7時30分～9時

健康手帳

ひざの痛みについて

ひざの痛みの原因はさまざまですが、最も多いのが変形性膝関節症です。自覚症状としては、歩き始めや階段を降りるとき、正座などで痛みを生じることなどが挙げられます。原因は加齢や体重が重い、重労働、ハードなスポーツをしていたことなどにより関節軟骨がすり減って関節炎を起こしたり、骨が変形したりするためです。

薬物療法としては、内服薬や座薬をはじめ、湿布、塗り薬などのほかに、ヒアルロン酸の関節内注射があります。これは減少したヒアルロン酸を関節内注射で直接補うことによ

このコーナーに関する問い合わせは
医師会事務局 ☎243-5611

り、関節の動きをなめらかにして炎症や痛みを抑える効果があります。

また装具療法として、つえやサポーター、足底板があります。痛みの部位や程度により適応が異なるので、医師と相談し実際に試して検討するのが良いでしょう。ほとんどの装具には保険適用があります。

運動療法としては大腿四頭筋という太ももの筋肉を鍛えるのが有効です。これは、ひざに負担を掛けないように行うことが大切。寝たり座ったりした状態で足を上げる運動や水中歩行がお薦めです。ただし、痛みが強いときは安静が第一。痛みが良くなってから行ってください。

前橋市医師会 竹村 達弥

		内科				外科		婦人科	耳鼻科	眼科
1月	11日(日)	小児科しもだクリニック (児) 六供町 ☎220-1221	富沢内科医院 (内) 石倉町二丁目 ☎251-4779	小川内科医院 (内) 荒牧町 ☎234-3311	永島内科医院 (内) 三俣町二丁目 ☎232-6435	たけむら整形外科クリニック (整) 箱田町 ☎212-3266	前橋外科医院 (外) 天川町 ☎263-1018	矢崎医院 (産婦) 高崎市剣崎町 ☎027-344-3511	角田医院 (耳鼻) 高崎市若松町 ☎027-325-8844	さかもと眼科 (眼) 高崎市江木町 ☎027-327-2839
	12日(月)	瀬下こどもクリニック (児) 元総社町 ☎255-3350	わかまつ循環器科内科医院 (内) 西片貝町五丁目 ☎243-8700	相澤医院 (内) 富士見村 ☎288-6806	沢渡内科循環器科医院 (内) 広瀬町三丁目 ☎266-2112	アクザワ医院 (外内児) 天川大島町 ☎263-1228	内田外科医院 (外) 西片貝町 ☎224-5061	さとうレディースクリニック (産婦) 表町二丁目 ☎224-7606	みうら耳鼻科医院 (耳鼻) 広瀬町三丁目 ☎266-7023	ひまわり眼科 (眼) 青柳町 ☎230-1230
	18日(日)	栗林小児科医院 (児) 平和町二丁目 ☎231-7114	大竹内科医院 (内) 上泉町 ☎269-5550	あづまクリニック (内) 六供町 ☎220-1220	加藤クリニック (内泌) 南町三丁目 ☎210-6700	整形外科とくまクリニック (整) 総社町総社 ☎254-2611	高柳胃腸科外科 (外) 荻窪町 ☎269-8880	海老原医院 (産婦) 高崎市昭和町 ☎027-322-4721	いづか・たきた医院 (耳鼻) 高崎市沖町 ☎027-343-3387	大山眼科 (眼) 高崎市浜川町 ☎027-343-7796
診療時間は午前9時～午後6時。市医師会の休日当番医がホームページで検索できます。 アドレスは http://maebashi.gunma.med.or.jp/ 、携帯電話の場合は http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/ です。										
★夜間急病診療所 朝日町四丁目9-5 ☎243-5111 午後8時～午前0時 内科と小児科										
★救急病院等案内(消防本部内) ☎221-0099										
歯 科										
日曜・祝日は歯科医師会休日診療所 岩神町二丁目19-9 ☎237-3685 午前10時～正午、午後1時～3時										
1月	11日(日)	岡本接骨院 (天川大島町三丁目) ☎224-7873、北爪接骨院 (河原浜町) ☎283-2075								
	12日(月)	片山鍼灸整骨院 (前箱田町) ☎225-5333、松村接骨院 (柏倉町) ☎283-9703								
	18日(日)	かばさわ接骨院 (前箱田町) ☎254-4933、石井接骨院 (富士見村) ☎288-5032								
薬局	日曜・祝日は市薬剤師会会営薬局 紅雲町一丁目2-15 ☎223-8400 午前9時～午後6時									

休日当番医

休日当番

まちがど通信

多賀谷 ^{さな} 咲那ちゃん
(1歳10カ月・龍蔵寺町)



大塚 ^{いたる} 至ちゃん
(1歳11カ月・下大島町)

翠川 ^{ひめの} 姫乃ちゃん
(1歳10カ月・天川大島町)



元気まえばい子

本紙15分に募集記事を掲載しています。



萩原 ^{ゆいと} 唯斗ちゃん
(1歳10カ月・荒口町)

関根 ^{かずみ} 圭純ちゃん
(1歳10カ月・飯土井町)



根井 ^{ななせ} 七勢ちゃん
(1歳10カ月・総社町植野)

新年明けましておめでとう
ございます。ことしは4月に
中核市に移行、5月には富士
見村との合併という飛躍の年
新生前橋市の情報を分かりや
すく伝える、また読んでら
える紙面作りを心掛けて頑張
ります。(係員一同)

編集こぼれ話



伝統行事を通じ
触れ合い深める

総社町高井

高井公民館で12月14日、しめ縄作りともちつき大会が行われました。この催しは、住民の親ぼくと交流を深めるために実施している恒例行事。子どもからお年寄りまで110人が参加しました。子どもたちは、大人の手ほどきを受けながら真剣なまなざしでしめ縄作りに挑戦。一足早いお正月を楽しみました。

手作り文化祭で 町内がにぎわう

表町二丁目

12月13日・14日、表町二丁目会館で文化祭が開催されました。町の4大行事の一つで、ことしは20回目の節目の年。個人の作品のほか、町の歴史や歴代の出品目録などを、工夫を凝らして展示しました。また、もちや甘酒の配布も。子どもたちは自分でついたもちをほお張り、大満足の一日を過ごしました。



城南写真クラブ

- ・第2・第4月曜 ・午後7時～9時
- ・城南公民館 ・会員数18人
- ・代表者／藤生武男さん ☎268-4506



風景などを中心に撮影した写真を持ち寄り、講評や情報交換をしています。病院に常設展示もしていて、利用者に喜んでもらえるのがうれしいですね。

