

# まえばし 2009 No.1392

## 7/15

広報

### 主な内容

- 家族や友達と祭りに出掛けよう… P2・3
- 運転免許返納者にバスカード……………P4
- 科学の楽しさ体験しよう…………… P5
- 高齢者の保険証を更新…………… P6
- 福祉医療費受給資格者証の更新を……………P7



**新型インフルエンザに注意!** 感染予防のために手洗い・うがいをしましょう。感染が疑われる症状がある場合は発熱電話相談センター☎220-1151(市保健所)へ

# 夏だ！祭りだ！

# 家族や友達と出掛けよう！

富士見



夜空に映える色鮮やかな花火

イベントが盛りだくさん

## 赤城山夏祭り

夜空を彩る花火大会や、<sup>とうろう</sup>灯籠流しなどのイベントが盛りだくさんの、赤城山夏祭りを開催。

今回は前橋市と富士見村との合併を記念し、歴代の赤城姫・淵名姫を集めてのトークショーや記念撮影会などを行います。幻想的な夏の赤城山をお楽しみください。

**日時**＝8月1日(土)・2日(日)、午前10時～午後8時(2日は午前9時30分～午後4時30分)

**会場**＝赤城山大沼湖畔あかぎ広場など

**内容**＝〈1日〉だんべえ踊り、第22代目赤城姫・淵名姫発表、歴代姫大集合、ヒップホップダンス、マスカミ捕り、花火大会、灯籠流しなど(荒天の場合、花火大会と灯籠流しは2日)

〈2日〉アマチュアビッグジャズコンサート

**公共交通機関**＝JR前橋駅から赤城山ビジターセンター行きバスで「あかぎ広場前」下車



軽快なジャズの音色



灯籠の光がともる大沼湖畔

問い合わせは  
富士見観光協会 ☎288-2211

# 大胡

暴れ獅子が練り歩く

## 大胡祇園まつり

伝統ある暴れ獅子やみこしが町内を練り歩きます。各種団体などによる太鼓や八木節、民謡踊りなどの演芸披露のほか、楽しい歌謡ショーも行います。

**日時** = 7月25日(土)・26日(日)、午後4時～10時

**会場** = J A 前橋市大胡支所駐車場など  
**公共交通機関** = 上毛電鉄大胡駅下車徒歩3分

問い合わせは

大胡祇園まつり実行委員会  
(前橋東部商工会内) ☎283-2422



子どもたちの元気な太鼓



暴れ獅子が勇壮に

# 粕川

## 粕川まつり



各地区の山車が大集合

笛や太鼓のおはやしが響く中、みこしや山車が会場を練り歩きます。ステージでは、チアリーディングや芸能発表、歌謡ショーなど楽しい催しがいっぱいです。

**日時** = 8月2日(日)午後1時～9時30分

**会場** = 粕川小

**公共交通機関** = 上毛電鉄粕川駅下車徒歩10分  
またはデマンドバス (要予約・赤城タクシー ☎283-3122)

問い合わせは

粕川まつり実行委員会  
(前橋東部商工会粕川支所内) ☎285-4983

# 宮城

音楽花火が楽しめる

## 宮城地区納涼祭



迫力あるステージで魅了

和太鼓演奏や八木節、だんべえ踊りなどの演芸披露のほか、グラウンドゴルフ大会やのど自慢大会、ものまね歌謡ショーなどイベントが盛りだくさん。美しい音楽花火ショーがフィナーレを飾ります。

**日時** = 8月2日(日)午前9時～午後10時

**会場** = 宮城総合運動場

**公共交通機関** = 上毛電鉄大胡駅からデマンドバス (要予約・赤城タクシー ☎283-3122)

問い合わせは

宮城地区納涼祭実行委員会  
(前橋東部商工会宮城支所内) ☎283-6627

# 65歳以上の 運転免許返納者にバスカード

安全安心な暮らしのために



本市では、高齢者の運転免許返納を勧めています。運転免許を返納した人にはバスカードなどを贈呈。公共交通機関を使って、マイカーに頼らない、環境に優しく安全安心な暮らしを送りましょう。

問い合わせは  
交通政策室(政策推進課内) ☎898-5939

8月1日(土)以降にすべての種類の運転免許を自主返納した65歳以上の人を対象に、バスカードなど5,000円相当を贈呈。希望者は必ず免許返納と同時に申請してください。この手続きは、免許返納の窓口で同時にバスカードなどの申請ができる「ワンストップサービス(窓口一元化)」なので大変便利です。申請は県総合交通センターや各交通安全協会です。申請書は各窓口にあるほか、本市ホームページからもダウンロードできます。また、申請をした人には運転経歴証明書や住民基本台帳カードの発行手数料を全額助成。住民基本台帳カードは、市役所市民課か大胡・富士見支所で申請してください。手続きの流れは右表のとおりです。

なお、バスカードのほか、ふるさとバス回数券や、るんるんバス回数券も選べます。

## なぜ運転免許を返納するの？

誰でも、加齢による身体機能の低下は避けられません。これに気付かずに、若いころと同じ感覚で運転すると事故を引き起こす原因に。近年高齢ドライバーが加害者となってしまう事故が増えています。このような事故を防ぐため、本市では高齢者に運転免許を返納することを勧めています。

手順	会場	用意する物
1 ●免許自主返納と運転経歴証明書交付(希望者)の申請 ●バスカード(希望者)の申請 申請書は別々です。それぞれ記入して、一緒に窓口へ提出してください。 ※運転経歴証明書は、県総合交通センターでは即日交付、それ以外の窓口では後日交付。	県総合交通センターか管轄の交通安全協会	運転免許証、認め印 ※必ず本人が申請。代理人による申請はできません。
2 ●書留郵便(バスカード)の受け取り バスカードを書留郵便で送付します。		認め印
住民基本台帳カードの発行を希望しない人はここまで		
3 ●住民基本台帳カード交付申請 手順2で同封の住民基本台帳カード交付申請書に必要事項を記入し、窓口へ提出。	市役所市民課、大胡・富士見支所	手順2で同封の住民基本台帳カード交付申請書、認め印、写真、本人確認書類(次のいずれか。①運転経歴証明書②運転免許の取消通知書とパスポート)
4 ●住民基本台帳カードの受け取り ※市役所市民課で申請した場合は即日交付、大胡・富士見支所では後日交付。	申請した場所	本人確認書類

## 奮って応募して

### 水と緑の環境賞

市内で良好な環境の保全活動などに取り組んでいる家族・団体・企業を募集します。

**部門**＝①環境改善分野②環境ボランティア分野(ともにキッズ部門、ファミリー・団体部門)

**対象**＝①は人材育成や環境監視、環境保全事業に積極的に取り組んでいる団体や家族②はごみの減量や地域の清掃など、環境美化に取り組んでいる団体や家族

**申し込み**＝9月30日(水)までに郵送か直接。所定の申込用紙に記入し、市役所環境課(☎898-6292)へ

## レツトライ! CO<sub>2</sub>ダイエット宣言

地球温暖化防止のために、CO<sub>2</sub>(二酸化炭素)の削減を図る「CO<sub>2</sub>ダイエット宣言」をことしも実施。宣言用紙に記入し、自治会で回収する場合は自治会の指定した日までに提出してください。8月21日(金)までに市役所環境課へ提出もできます。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

昨年は、約6万9,000人の参加があり、寄贈された約3,300本の苗木を自治会や小中学校などへ配布したほか、前橋公園へ植樹するなど市内の緑化に活用しました。

問い合わせは  
環境課 ☎898-6292



# 実験教室で 科学の楽しさを体験しよう！

前橋工科大「夏休みこども科学実験教室」

テーマ	期日	対象		
		小1～ 小3	小4～ 小6	中学生
★手作り分光器	8月7日(金)		○	○
★足跡プリントで歩行特徴を知ろう			○	○
★川のコケって何だろう？ 小エネルギーを考えよう	8月7日(金)・ 8日(土)	○		
段ボールで椅子を作ろう		○	○	○
★たのしいストラップづくり		○	○	○
★モーターを使ってあそぼう		○	○	○
★水とエネルギー		○	○	○
★浮沈子(ふちんし)で魚釣り		○		
★不思議な物体！？スライムをつくらう		○	○	
★人エイクラを作ってみよう		○	○	
ドームのおうち	8月7日(金)～ 9日(日)	○	○	○
紙で作る世界の有名建築		○	○	○
グーグルアースで宇宙飛行士になろう！		○	○	
あれ？たおれない棒		○	○	○
手づくり香水工房		○	○	○
自転車発電と輪投げの体験		○	○	○
JSTの紹介コーナー		○	○	○
★ブロッコリーからのDNA抽出			○	○
★舌をだます不思議なくだもの	8月8日(土)・ 9日(日)	○	○	
★紙工作で作るDNA			○	○
ミラクルボックス	8月9日(日)		○	○

★印のテーマについては、午前9時30分、午前11時30分、午後1時30分から整理券を配布。

問い合わせは  
前橋工科大 ☎265-0111

「夏休みこども科学実験教室」を開催します。詳しくは左表のとおりです。

**日時**＝8月7日(金)～9日(日)、午前10時～午後4時

**会場**＝前橋プラザ元気21・5階

**対象**＝小中学生(小3以下は保護者同伴)

**用意する物**＝筆記用具、メモ用紙

**申し込み**＝当日会場へ直接

### ■こども科学実験教室特別企画

#### 「臨江閣ホテル鑑賞会」

**日時**＝8月7日(金)午後7時～9時

**会場**＝臨江閣

**対象**＝市内在住の小中学生とその保護者、20組(抽選)

**申し込み**＝7月29日(水)(必着)までに往復ハガキで(1組1通)。住所・氏名・学校名・学年・電話番号・メールアドレス(携帯メール可)を明記し、〒371-0816上佐鳥町460-1・前橋工科大「ホテル鑑賞会係」へ

## 作って学べる

# リサイクルと節約

リサイクルと節約を生活で生かせるよう「夏休み子ども消費生活教室」を開催します。

**教室名・日時・会場・対象**＝右表のとおり  
**申し込み**＝7月21日(火)午前8時30分から消費生活センター☎230-1755へ

夏休み消費生活教室

教室名	日時	会場	対象
リサイクルでペンダントを作ろう	8月4日(火) 午前10時～正午	消費生活センター	小1～小6 20人
牛乳パックで大型えんぴつ立てを作ろう	8月5日(水) 午前10時～正午		小1～小3 20人
エコ・クッキングでドライカレーとマッシュマロックを作ろう	8月6日(木) 午前10時～午後1時	東京ガス前橋ビル (南町三丁目)	小4～小6 12人

※各先着。

# 高齢者の健康を支える医療制度

## 自己負担の割合を見直し保険証を更新

8月1日(土)から、後期高齢者医療被保険者証や国保の高齢受給者証が新しくなります。また、自己負担割合も変更。その概要をお知らせします。

問い合わせは

長寿医療制度については 国民健康保険課 ☎8998-62553  
 国保の高齢受給者については 同課 ☎898-6249

の有効期間は、8月1日(土)から来年7月31日(土)までの1年間です。

なお、簡易書留による郵送を希望する人は、7月22日(水)までに連絡してください。

### 国保の高齢受給者に新しい受給者証

8月1日(土)から、長寿医療制度の加入者(75歳以上の人が65歳~74歳の人で一定の障害があり認定を受けた人)が医療機関などの窓口で提示する「後期高齢者医療被保険者証」が新しくなります。新しい保険証は、緑色の封筒に入れて7月下旬に郵送します。

### 自己負担の割合を見直し所得に応じて1割か3割

74歳の国民健康保険加入者。ただし、長寿医療制度加入者を除く)が持っている高齢受給者証の有効期限は7月31日(金)まで。7月下旬に該当者へ新しい受給者証を郵送します。

なお、高齢受給者で1割負担の人は健康保険法などの改

正で来年4月1日(木)から2割負担になります。新しい負担割合は「2割(平成22年3月31日までは1割)」と受給者証に表記。有効期限は来年7月31日(土)か満75歳になる日の前日までとなります。国保以外の高齢受給者は各保険者へ問い合わせてください。

後期高齢者医療被保険者証や国保の高齢受給者証に記載されている自己負担割合について、新たに、本年度の市民税課税所得額(市県民税課税標準額)や昨年分の収入に基

づき、見直しを行います。長寿医療制度については長寿医療制度加入者ごと、国保の高齢受給者については国保の高齢受給者ごとに判定されます。

期高齢者医療被保険者証)および「国民健康保険高齢受給者証」は、8月1日(土)以降は使えません。市役所国民健康保険課各支所・出張所へ返却するか、各自で廃棄してください。

なお、現在使用している「後

ださい。

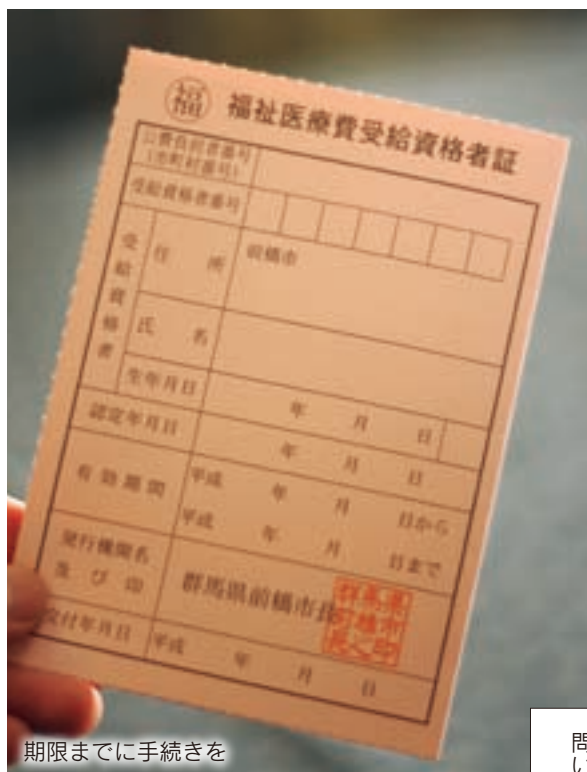
### 自己負担割合の所得判定基準など

区分	基準	負担割合
現役並み所得者*	市民税課税所得が145万円以上の長寿医療制度加入者および同一世帯の長寿医療制度加入者。(長寿医療制度加入者の年収合計が、2人以上で520万円以上、1人で383万円以上の場合)	3割
一般*	<ul style="list-style-type: none"> <li>●同一世帯の長寿医療制度加入者のいずれもが市民税課税所得145万円未満の場合。</li> <li>●市民税課税所得が145万円以上でも、長寿医療制度加入者の年収合計が2人以上で520万円未満、1人で383万円未満の場合は、「基準収入額適用申請書」を提出し、認定されれば一般の区分(負担割合1割)。</li> </ul>	1割(国保の高齢受給者は平成22年4月1日からは2割)
長寿医療制度の創設による激変緩和措置	長寿医療制度に移行することによって長寿医療制度加入者が1人だけの世帯となり、現役並み所得者となった場合、市民税課税所得145万円以上かつ収入が383万円以上の長寿医療制度加入者(世帯内にほかの長寿医療制度加入者がいない場合に限る)で、世帯内の70歳~74歳の人も含めた年収の合計が520万円未満の人は、基準収入額適用申請により、一般の区分と同様となり1割負担となります。	

\* 国保の高齢受給者の場合は、「長寿医療制度加入者」を「国保の高齢受給者」と読み替える。

# 母子・父子福祉医療受給者は

## 更新手続きを忘れずに



期限までに手続きを

問い合わせは  
国民健康保険課 ☎868-9253

却する。

### ■福祉医療の対象者は申請を

次のいずれかに該当する人は福祉医療が適用されます。市役所国民健康保険課か各支所で手続きをしてください。

〈**重度心身障害者**〉国民年金法施行令別表1級の障害者、身体障害者手帳1級・2級の障害者など。

〈**母子・父子家庭など**〉母子や父子家庭の母か父と18歳未満の子（満18歳に達する日以後の最初の3月31日まで）、両親のいない18歳未満の子、ただし所得税非課税者に限る。

〈**高齢重度障害者**〉長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の加入者で、国民年金法施行令別表1級の障害者、身体障害者手帳1級・2級の障害者など。

〈**子ども**〉満15歳に達する日以後、最初の3月31日までの子。

母子・父子家庭などの「福祉医療費受給資格者証」は、7月31日（金）が有効期限。まだ更新手続きが済んでいない人は、7月中に必ず手続きをしてください。手続きの結果、引き続き受給資格のある人には新しい受給資格者証を郵送します。有効期間は8月1日（出）から来年7月31日（出）まで。受給資格者証の取り扱いは、次の点に注意してください。

①古い受給資格者証は、8月1日（出）以降に市役所国民健康保険課か各支所へ受給資格者証を返却する。

②医療機関で受診するときは、医療保険証と共に受給資格者証も必ず窓口へ提示する。

③住所、氏名、加入している医療保険などに変更があったときは、14日以内に届け出をする。

④ほかの市町村へ転出するときは、市役所国民健康保険課へ受給資格者証を返却する。



## 「元本保証」のはずが…

〈事例〉わたしは70歳の女性です。1年前、「投資をしませんか。元本は保証し、年9%の利息を約束します」と来訪した男性に勧められ、200万円を預けました。2カ月前から利息は支払われなくなり、最近「会社は破たん状態。立て直しには1年かかる」との通知が届きました。



〈回答〉投資の知識に乏しい高齢者が「元本保証」などの言葉を信じ、高額な契約をしたという相談が多く寄せられています。

投資ファンドなどの販売勧誘を行う場合、金融商品取引業者として登録をしなければなりません。無登録業者が「絶対にもうかる」

などと勧誘することは法律違反です。当初は支払われていた利息もやがて滞り、元金が返金されないケースもあります。

金融商品には必ずリスクがあります。リスクについての説明を受けましょう。また、取引の仕組みを理解できない場合は、契約しないようにしましょう。

問い合わせは  
消費生活センター ☎230-1755

# 6/1から薬の販売方法が変更 市販薬 大衆薬 との上手な 付き合い方



6月1日から、薬の販売方法が大幅に変わりました。薬剤師か登録販売者がいれば、薬局や薬店、コンビニエンスストアなどでも夜間販売を含め、薬が買えるようになりました。そこで今回の薬事法の改正点や上手な市販薬の買い方・使い方について市保健所を取材しました。

担当は市民編集委員大澤・吉田。

問い合わせは 保健総務課 ☎220-5782



## 薬事法が改正され どのように変更し

今まで薬事法では、専門家（薬剤師）は、一般用医薬品について、そのリスクの程度に関係なく一律に情報提供に努めることとされてきました。

今回の改正により、市販薬をリスクの程度に応じて3グループ（第1類〜第3類医薬品）に分類。情報提供の重点化（メリハリ）を図ったそうです。そして市販薬の販売を担う新たな専門家として登録販売者という資格がつくられました。この資格取得者は、市販薬の販売に必要な資質を備えているかを確認する都道府県の試験に合格した専門家だそうです。

また、購入者の視点に立って、医薬品の適切な選択を行うことができるよう、医薬品の外箱にリスク区分が表示されました。薬はリスク区分ごとに陳列。また、薬剤師や登録販売者、そのほかの従業員の違いが分かるよう、着衣・名札を分けることなど医薬品販売にかかわる環境が整備されました。

## 薬剤師と登録販売者とは

薬剤師は、医薬品が消費者の手に届くまでのすべての過程で、薬学を基礎とした専門的な立場から相談や販売を

する専門家です。登録販売者は、第1類医薬品を除く医薬品の販売を担う専門家です。

また、売場では情報提供や相談対応する人が、薬剤師か登録販売者かはつきり分かるように、名札の着用が義務化となりました。

## 市販薬をリスクに応じて 3つの区分に分類し販売

薬には、病院などで医師が処方する薬と、薬局や薬店などで買える薬があります。6月1日から薬局や薬店などで買う薬はリスクに応じて分類され、箱に分類名を記載。薬のリスクの程度に応じて薬剤師や登録販売者に相談しながら薬を選ぶことになりました。



高 リスク 低

薬局や薬店以外にも、登録販売者がいれば、コンビニエンスストアでも第2類、第3類医薬品の販売が可能になり、医薬品がより身近なものになりました。

また、資格により販売できる薬も決まっています。薬剤師は、すべての区分の薬を販売で



## 自分自身で 健康を管理し病気の症状の 緩和や予防に市販薬を！



### 薬の飲み合わせ

「お薬手帳」を作りましょう。医師から処方されている薬や市販薬、健康食品、サプリメントなど、さまざまな物が薬の効き目に影響します。「お薬手帳」を医師や薬剤師に見せて市販薬や健康食品、サプリメントについても相談するようにしましょう。



### 子どもと薬

小児・乳幼児などの子どもは、医師への受診を優先させましょう。子どもは内臓の機能が大人に比べて十分発達していません。解熱鎮痛剤・総合感冒薬など大人の薬を子どもに使うのはやめましょう。小学生でも「大人の薬を半分にして飲ませる」のは危険です。



### お年寄りと薬

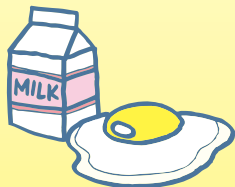
高齢になると内臓の機能が低下し、薬の効き目に影響することがあります。また、持病があり、複数の薬を使用している人も少なくありません。市販薬を購入するときは、使用中の薬を薬剤師などの専門家に伝えましょう。

持病のある人、医師の治療を受けている人は必ずそのことを伝えましょう。



### 妊娠・授乳と薬

妊娠の可能性がある場合も含め、妊娠・授乳中は、市販薬であっても自己判断で使用せず、医師や薬剤師などの専門家に相談しましょう。



### アレルギー

薬アレルギー・卵や牛乳など食物アレルギーのある人は、市販薬購入の前に薬剤師などの専門家に相談しましょう。



### 効き目とリスク 両方あるのが薬

きますが、登録販売者が販売できるのは第2類と第3類の医薬品に限られます。

市販薬は便利な反面、正しく使用しないと副作用が出る可能性もあり、使い慣れた薬でも油断は禁物です。そこで薬を買うときは、専門家に次のことを相談し選ぶようにしましょう。

- ① 症状（誰が・いつから・どんな症状なのか）。
- ② ほかに病気があるか（心臓・腎臓・高血圧・糖尿など）。

### 薬に関する心配事は どこに相談していますか

- ③ 医師にかかっているか。
- ④ 服用している薬があるか。
- ⑤ アレルギーや副作用の経験があるか。
- ⑥ 妊娠・授乳しているかどうか。

薬に関する相談は購入店舗のほか、かかりつけ医や薬局および保健総務課で相談を受けます。

また、県薬剤師会薬事情報センター（☎243-6650）でも医師から処方された薬や市販薬に関する電話相談を受け付けているそうです。

### 編集 後記

薬には、必ずリスクがあります。小児のインフルエンザの時に解熱剤としてアスピリンなどを使用することで急性脳症などを引き起こす例も。医薬品の購入が身近になった分、わたしたちは今まで以上に薬の買い方に注意も必要になります。これを機に薬剤師や登録販売者と「会話」をしてから薬を買うようにしていかねばならないと思います。

## いきいき まえばし人

### 夏の全国高校総体で優勝を目指す



重量挙げ105<sup>kg</sup>級県記録保持者

舟喜 誠生さん・17歳  
総社町桜が丘

5月に行われた県高校総体で重量挙げ105<sup>kg</sup>級を制し、6月に出場した関東大会では見事優勝。スナッチ122<sup>kg</sup>、ジャーク147<sup>kg</sup>、トータル269<sup>kg</sup>を出し、県記録を塗り替えた。

「いつも自己記録の更新を目指しています。関東大会のときはアップの時から競技に集中でき、絶好調でした」

小中学生の時は、野球少年だった。高校に入ったら野球以外のスポーツにも挑戦してみたいと考え、重量挙げをやろうと決心。重量挙げで実績のある前橋育英高に進学した。

入部後は、持ち前の才能に日ごろの練習で技術に磨きをかけている。現在は、部長として部員をまとめる。「気分が乗らないときは、友人と

音楽を聴いてリラックスしたり、大好きなたこ焼きを食べたりして気持ちを切り替えています」

1月の関東選抜では94<sup>kg</sup>級で出場し自己新記録で準優勝。3月の全国高校選抜では105<sup>kg</sup>級に出場し、初優勝に輝いた。

「全国高校選抜の優勝後は、プレッシャーを感じたこともありましたが、もう大丈夫。ことしは高校生活最後の年。しっかり練習して、自己記録を更新したいと思います」

8月に奈良県で行われる全国高校総体の優勝を目指して現在練習中。その後は、韓国で行われる日中韓ジュニア大会のメンバーとして初の海外遠征も控える。

才能にさらに磨きをかけ、世界へ羽ばたいてほしい。

## わたしたちの 学校 ニュース



六中

### 奉仕の心を持って

われらが六中は、奉仕団活動を中心として、学校の美化に努めています。この活動は月に2回実施し、毎回たくさんの生徒が自主的に参加。植物の苗を植えたり、校内の清掃などを行っています。その成果もあり、六中には緑があふれ、勉強にも運動にも最適な環境となっています。

奉仕活動は学校内だけではなくありません。先日は、地域清掃活動「きらり総社」の一環として行われた、天狗岩用水周辺の清掃に参加しました。「きらり総社」の大きな特



みんなで協力して作業

生徒会長 田村 幸慈さん

徴は、環境保全に配慮し除草剤などの薬を一切使わず、すべて手作業で行うことです。その分、時間や労力はかかりますが、清掃を終えた後の達成感は格別です。また、こういった機会を通して地域の人たちと笑顔で触れ合い、交流を深めることができます。これからも、地域と連携して活動に参加していきたいと思っています。



地域と連携して活動

このような活動を通して、六中は奉仕の心を養ってきました。この心を先輩から学び、下級生へと伝えていく伝統が六中の誇りです。

六中は奉仕の心であふれた素晴らしい学校だ、そう思ってもらえるよう、これからも努力していきたいと思っています。

# グロースアップ



## みんなの作品を見に来て

児童文化センターでは市内小中学校の図画作品展を開催。これは、訪れた児童・生徒たちが美術作品に触れ、気軽に鑑賞できるように昭和45年から実施しています。作品は1カ月ごとにすべて入れ替えを行い、各学校の優秀作品を順番に展示しています。

6月30日、勤労青少年ホーム（前橋アクティイ）教養講座でフラダンスを学んだ生徒たちによる発表会が行われました。この講座は、勤労青少年の健康と福祉の向上を図るため実施。練習の成果を家族や友達に披露しました。



## 教養講座を通して自分磨き

6月28日、富士見町赤城山の昭和の森で、ボランティア200人が草刈り作業を行いました。この森は、自然環境を考える拠点として市民の手で整備。緑の環境を守るため、さわやかな汗を流しました。



## けやき並木通りを考える

7月5日、前橋プラザ元気21で前橋けやき並木通り活性化プロジェクト発表会を開催。前橋工科大と法政大の大学院生による研究成果の発表や意見交換などが行われ、参加者は前橋の表玄関の活性化について熱心に考えました。

## 市民の手で憩いの森に



### スポーツ

#### 教室

##### 西山運動場

##### □親子サッカー

日時 8月29日～9月26日の土曜5回、午後3時～4時  
対象 平成15年4月2日～17年

##### 前橋けいりん



##### 開催日

7/21～22(場外)  
8/1～4(場外)  
8/9～12(場外)

4月1日生まれの幼児とその保護者、15組(抽選)  
費用 1組2,300円

7月31日(金)(必着)までに往復ハガキで。教室名・住所・氏名・年齢(学年)・電話番号を明記し、〒371-0816上佐島町460-1・市民体育館(☎265-0900)へ

##### 大胡総合運動公園

##### □小学生サッカー

日時 8月25日～9月8日の火曜5回、午後4時～5時30分  
対象 小1～小3、30人(抽選)  
費用 1,000円

8月7日(金)(必着)までに往復ハガキで(1人1通)。住所・氏名・学年・電話番号を明記し、

### スポーツ大会情報

●ボウリング選手権(8月2日(日)、エメラルドボウル)

詳しくは市民体育館(☎265-0900)にお問い合わせるか、本市ホームページをご覧ください。

〒371-0231堀越町473-4・大胡総合運動公園「小学生陸上係」(☎230-4055)へ

##### その他の施設

##### □ジュニア硬式テニス

日時 8月6日～11月19日の木曜11回、午後5時30分～7時  
会場 県総合スポーツセンター(関根町)

対象 小学生、先着60人  
費用 6,600円

7月26日(日)までに市テニス協会・永井さん☎233-9119へ

##### 水泳記録会で市民プールが休場に

8月4日(火)は、市小学校水泳記録会を開催するため、市民プールを一般利用することはできません。なお、当日が雨天の場合は、5日(水)も休場となります。同日プール☎234-9211へ

### 児童

##### 児童文化センター

☎224-2548

##### □読み聞かせなど

日時 8月1日(土)①午後1時10分②午後2時

### プール利用者専用の便利な入口を設置

あいのやまの湯では夏休み期間中、プール利用者には専用の入口を設けます(大浴場は利用不可)。水泳練習、健康づくりに活用してください。利用には水泳帽が必要です。

日時 7月22日(水)～8月31日(日)(休館日を除く)、午前10時～午後5時(入場は午後4時30分まで)

費用 大人300円、小学生以下100円

☎あいのやまの湯☎264-3030へ

内容 ①は英語の読み聞かせ②は紙芝居

##### □図画作品展

期間 8月1日(土)～30日(日)  
対象校 城南小・桃瀬小・駒形小・新田小・桂萱東小・東中・附属中

##### 触れて感じて農業にチャレンジ

大室公園で農業体験講座を開催。野菜の収穫や古代米の炊飯などを体験してみませんか。

日時 8月22日(土)午前9時～午後3時

会場 大室公園

対象 小4～小6とその保護者、20組(抽選)

費用 500円

8月10日(月)までに往復ハガキで(1組1通)。住所・氏名・

##### 自分で作れる革細工のペンケース

親子レザークラフト教室を開催。型抜きや絵付けをし、親子で楽しく革のペンケースを作ってみませんか。

日時 8月2日(日)午後1時～4時

会場 前橋プラザ元氣21・3階市民活動支援センター

対象 小学生とその保護者、先着10組

費用 1セット1,000円

7月23日(木)午前10時から同センター☎210-2196へ

青少年

親子で参加して  
赤城山で体験教室

おおさる山乃家（粕川町中之沢）で親子向けのイベントを開催します。

□ツリーイング冒険チャレンジ  
ロープを利用した木登り体験を行います。

日時 8月9日(日)①午前10時～正午②午後2時～4時

対象 小1～中3、先着各8人  
費用 各1,500円

☑赤城山学園・増田さん ☎283-6315へ

□夏休み親子野外料理体験  
油を使用しない、健康と環境を考えた料理を作ります。

日時 8月16日(日)午前10時30分

午後2時

対象 5歳以上の子どもとその保護者、先着10組

費用 一般1,500円、小学生以下1,100円

☑8月8日(土) (必着) までにハガキで。教室名・住所・親子の氏名(ふりがな)・年齢(学年)・性別・電話番号を明記し、〒371-0845鳥羽町26-1・CCC関東事業部(☎253-5188)へ

夏の大沼湖畔で  
楽しく宿泊体験

赤城少年自然の家で、夏休み自然体験イベントに参加しませんか。

□チャレンジキャンプ  
たき火を使った料理やキャンプファイア、ドラム缶風呂体験

対象 小学生以上、先着20人  
費用 一般6,100円、中学生以下5,570円

☑7月22日(水)～8月12日(水)に同家 ☎287-8227へ

□親子で協力サマーキャンプ  
野外炊飯やキャンプファイア、カッター体験、ハイキングなどを行います。

期日 8月22日(土)～23日(日) (1泊2日)

対象 小学生以上とその保護者、先着20組

費用 一般3,600円、中学生以下3,070円

☑7月22日(水)～8月14日(金)に同家 ☎287-8227へ



を行います。

期日 8月17日(月)～20日(木) (3泊4日)

対象 中学生以下、先着40人  
費用 9,710円

☑7月22日(水)～8月7日(金)に同家 ☎287-8227へ

□赤城山の昆虫採集  
昆虫の種類や生態観察をします。

期日 8月20日(木)～21日(金) (1泊2日)

対象 小学生以上、先着20人  
費用 一般6,100円、中学生以下5,570円

☑7月22日(水)～8月12日(水)に同家 ☎287-8227へ

□親子で協力サマーキャンプ  
野外炊飯やキャンプファイア、カッター体験、ハイキングなどを行います。

期日 8月22日(土)～23日(日) (1泊2日)

対象 小学生以上とその保護者、先着20組

費用 一般3,600円、中学生以下3,070円

☑7月22日(水)～8月14日(金)に同家 ☎287-8227へ

正しい知識学び食中毒を予防

食中毒予防や食品検査などについて学びませんか。輸入食品フォーラムも同時開催します。

□STOP食中毒！キャンペーン2009

日時 = 8月9日(日)午前10時～午後3時  
会場 = 前橋プラザ元気21・1階にぎわいホール

内容 = 検査実習、食品衛生クイズなど

☑当日会場へ直接

□輸入食品フォーラム

日時 = 8月9日(日)午後1時～3時30分  
会場 = 前橋プラザ元気21  
内容 = 輸入食品の安全性に関する講演と意見交換

対象 = 一般、先着100人

☑8月5日(水)までに衛生検査課 ☎220-5778へ

家庭や地域の力で  
子どもを支えよう

8月31日(月)まで「家庭や地域」の力で子どもたちの健やかな成長を図ろう」をテーマに、夏の青少年健全育成運動を実施。

□家族で携帯電話やインターネット利用のルールを決めよう

情報化が進む社会において、子ども自身が情報を的確に取捨選択し、判断できる能力を身に付けていくことが重要。携帯電話やインターネットに関する有害環境から子どもを守る取り組みを進めましょう。

□地域活動への参加や家族の会話を増やそう

地域の子どものは地域で育てるという考えの下、地域社会に参画し、子どもたちを支え見守つ

万引ゼロ目指して  
防止に協力を

7月は万引防止強調月間。夏休みは小中学生による万引が増加する傾向にあります。市民の皆さん一人一人が、万引を「しない」「させない」「見逃さない」という気持ちを持つことが大切。子どもたちへ声掛けをし、地域全体で見守っていきましょう。月間万引ゼロを目指して、ご協力をお願いします。

☑青少年課 ☎898-5876へ



こんにちは  
市長です

男女共同参画  
実現に向けて

(7月2日・男女共同参画審議会委員委嘱状交付式)

このたびは男女共同参画審議会委員を引き受けていただきありがとうございます。元気で楽しい魅力ある前橋の実現には、男女が互いを大切にし、個性と能力を發揮できる社会づくりが大切です。男女の生き方は、歴史や文化、伝統、慣習などと深く結びついていて難しい面もありますが、皆さんのご指導をいただきながら、真の男女共同参画社会の実現に向けて取り組んでいきますので、お力添えをお願いします。

こども図書館

☎230-8833

□夏の子どもフェスティバル

日時 ①7月18日(土)午前11時〜正午 ②7月26日(日)午後2時〜3時 ③8月1日(土)午前11時〜正午

内容 ①は大型絵本の読み聞かせ、紙芝居など ②はバイリンガル絵本の読み聞かせ ③は大型絵本の読み聞かせ、手遊びなど

前橋テルサ

☎231-3211

□カルチャーサロン講座

講座名・期日 左表のとおり

☎同館へ

前橋テルサカルチャーサロン	
講座名	期日
話し方入門	8月1日(土)
デジカメ簡単プリント術	8月8日(土)
ウインドウズビスタの基本操作	8月9日(日)
夏休み親子教室・ペットボトルを使ったお花の植え込み	8月18日(火)
コーチング講座・視点を変える	8月18日(火)

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

□ロビーコンサート

日時 8月1日(土)午後0時30分〜1時

内容 声楽「世界のうた」コンサート3

前橋文学館

☎235-8011

□前橋空襲巡回パネル展

日時 7月25日(土)〜8月5日(水)

午前9時30分〜午後5時  
内容 前橋空襲をはじめとする戦争体験文と当時の写真を組み合わせたパネルの展示

□アートステージ「戦争を忘れない」

日時 8月5日(水)午後1時30分

対象 小学生など、先着100人  
内容 明けの会による「利根橋を渡った日」の朗読とアニメ映画「あしたの元氣になくれ!」の上映

☎8月4日(火)までに同館へ

□演劇公演

日時 8月9日(日)、午前11時、午後2時  
内容 児童文化センター演劇クラブによる「はるかな森にひかりみちる時」の公演

少年の成長を描いた心に染み入る作品

□名作映画劇場

日時 8月5日(水)午後2時

「鶴太郎のぐんま一番」で本市を紹介



片岡鶴太郎さんが、本市の名物や観光スポットなどを紹介します。

日時 (パート1) 7月31日(金) (パート2) 8月7日(金) 午後7時30分〜8時  
☎県広報課 ☎226-2168へ

理科の教科書から教育の歩みをたどる

教育資料館で所蔵している教材と資料を展示します。

日時 7月21日(火)〜9月19日(土) (日曜・祝日と7月31日・8月31日を除く)、午前9時〜午後5時

会場 教育資料館(総合教育プラザ内)

内容 理科の教科書・教材の歩みの紹介、教材体験など  
☎同館 ☎230-9095へ

竿ばかりを作って重さを量ってみよう

総合教育プラザで竿ばかりを作る講座を開催します。

日時 8月1日(土)午前10時

会場 総合教育プラザ  
対象 小学生(小3以下は保護

減らそう事業所ごみ 進めようリサイクル

本市の清掃工場で処理している事業所ごみの量は、最近5年間で約40%増加(家庭ごみは6%減少)。市全体のごみを減らすために、事業所ごみの減量・資源化に取り組みましょう。

□事業所ごみの処理方法

事務所や商店、病院などで発生したごみは法律で自己処理が義務付けられているため、家庭ごみの集積場所には出せません。次のいずれかの方法で適正に処理してください。①資源になる物は資源回収業者に依頼する②市が許可した一般廃棄物収集運搬業者に依頼する③市内の清掃工場へ直接持ち込む。

□職場でできる身近な取り組み

大事なものは、ごみになる物を出さないこと。両面印刷の利用や使い捨て製品は避けるなど、ごみの発生量を減らすことが大切です。

□職場にリサイクルの輪を

分別ボックスの設置やエコマーク商品の付いた事務用品を使用するなど、分別を徹底し資源の再生に努めましょう。大切なのは一人一人の意識。できることから、ごみの減量・リサイクルに取り組みましょう。

☎リサイクル推進課 ☎898-6272へ

体験してみて伝統の日本舞踊

伝統芸能に触れる「ふれあい体験教室」を開催します。

□日本舞踊

日時 8月29日(土)〜11月29日(日)の土日曜11回、午後2時30分〜3時30分

会場 第二コミュニティセンタ

者同伴)、20人(抽選)

☎7月27日(月)までに同館 ☎230-9095へ

1 (前橋保健センター内) 対象 小中学生、先着20人 用意するもの 浴衣(貸し出しあり)、扇子(同)、足袋(白の靴下も可)

☎8月21日(金)までにハガキで。教室名・住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年(年齢)・電話番号・浴衣貸し出し希望者は身長を明記し、市役所文化国際課内市文化協会「ふれあい体験教室係」☎898-5825へ

### 仲間と参加しよう 料理などの教養講座

仕事帰りに友人を誘って気軽に教養講座に参加してみませんか。費用のほかに利用者会費500円が必要です。(前期教養講座受講者を除く)

日時 9月12月、午後6時45分～8時45分(料理・茶道は午後6時30分～8時30分)

会場 勤労青少年ホーム(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

講座名・曜日など 左表のとおり

勤労青少年ホーム(前橋アクティ) 後期教養講座			
講座名	曜日・回数	定員	費用
料理(月曜)	月曜12回	30人	1万円
英会話	月曜11回	25人	3,000円
アロマビューティーエクササイズ		30人	500円
ためになるパソコン実用編	火曜11回	10人	3,000円
リンパトリートメントと軽体操	火曜10回	20人	3,500円
アロマセラピー		15人	各1万円
料理(水曜)	水曜12回	30人	各1万円
着付け	水曜11回	20人	
生け花		各15人	1万円
茶道	木曜11回	30人	3,000円
ジャズダンス		20人	4,000円
ネイル	金曜12回	15人	1万円
料理(金曜)	金曜11回	30人	3,000円
フラダンス	金曜8回	15人	1万2,000円

※各抽選。詳細は同館に問い合わせるか同館ホームページ(<http://www5.wind.ne.jp/acty/>)をご覧ください。なお、申込者が10人に満たない講座は中止となります。

### ラテンのリズムに 合わせて踊ろう

ドミニカ共和国出身のダンスインストラクター・リュウさんと一緒に、ラテンダンスを楽しむ国際理解講座を開催します。

日時 8月8日(土)午後1時30分～3時30分

会場 第三コミュニティセンター(総合教育プラザ内)

☑ 8月5日(水)(必着)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・勤労青少年ホーム(☎252-0500)へ

### 仕事帰りに楽しく 趣味と交流広げて

勤労女性センターで、教養講座を開催。事前申し込みで3歳から6歳までの託児もできます。

日時 9月12月、午後6時30分～8時30分(英会話は午後8時まで)

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

講座名・曜日など 下表のとおり

☑ 7月29日(水)(必着)までに往復ハガキで(1講座1通)。講座名・住所・氏名・職業・電話番号・託児希望の有無(人数と年齢)を明記し、〒371-0335岩神町三丁目1-1・総合

☑ 対象 一般、先着50人  
☑ 市国際交流協会 ☎243-788へ

### 会議を公開します

☐ 社会教育委員会議

日時 = 7月22日(水)午後2時～4時

会場 = 前橋プラザ元気21・57学習室

対象 = 一般、先着5人

☑ 当日午後1時30分～50分に会場へ直接

☑ 生涯学習課 ☎210-2198へ

☑ 7月29日(水)(必着)までに往復ハガキで(1講座1通)。講座名・住所・氏名・職業・電話番号・託児希望の有無(人数と年齢)を明記し、〒371-0335岩神町三丁目1-1・総合

### 勤労女性センター教養講座

講座名	曜日・回数	定員	費用
硬筆	月曜13回	25人	3,500円
ピラティスヨガ	隔週月曜8回	40人	1,000円
フラワーアレンジメント		20人	1万2,000円
パッチワーク	隔週火曜8回	15人	9,000円
英会話・中級	火曜13回	30人	2,500円
お菓子作り	火曜11回	15人	8,000円
アロマセラピー	隔週水曜8回	25人	6,000円
英会話・初級	水曜13回	各30人	2,500円
水曜料理			1万円
ビューティーエクササイズ	隔週木曜8回	各20人	1,000円
足つば			2,500円
書道	金曜13回	25人	3,500円

※各抽選。詳細は同センターに問い合わせるか同ホームページ(<http://business3.plala.or.jp/k-josei/>)をご覧ください。なお、申込者が10人に満たない講座は中止となります。

### 都市計画

#### 都市計画の変更 関係図書を縦覧

都市計画準防火地域の変更が次のとおり決まりました。この関係図書を縦覧します。

縦覧場所 市役所都市計画課、

県都市計画課

変更内容 (種類) 準防火地域

(場所) 朝日町二丁目の一部(概

要) 準防火地域を約0.25ha縮

小

☑ 都市計画課 ☎898-694

### 水道

#### 排水工事の技術者 10月に資格試験

下水道排水設備工事責任技術者試験を行います。

日時 10月25日(日)午前9時40分～正午

会場 高崎経済大(高崎市上並榎町)

費用 8,500円

申込書の配布 8月3日(月)～21

日(金)に下水道管理課で

☑ 8月3日(月)～28日(金)に同課(☎

898-3075)へ直接

福祉

有料老人ホームの設置者を募ります

本年度に介護付き有料老人ホーム（混合型特定施設）を建設する事業者を募集。

案内の配布 7月16日(木)から市役所介護高齢課で

☎8月24日(月)～31日(月)に同課(☎898-6152)へ直接

資格の取得を目指す母子家庭の母を応援

仕事や育児をしながら看護師などの資格取得を目指す母子家庭の母を支援するため、訓練促進費や、入学支援のための一時金を支給します。申請前に必ず事前相談が必要。なお、6月から支給期間が拡大されました。

対象 市内在住の母子家庭の母で、次のすべてに該当する人。

- ①20歳未満の児童を養育②児童扶養手当を受給または同様の所得水準③2年課程以上の養成機関に在学し、対象資格を取得できる見込みがある

対象資格 看護師、准看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士

支給期間 ①訓練促進費 修業期間の全期間 ②入学支援費 了一時金 受講修了後

支給額 ①は月額14万1,000円 ②は5万円、昨年4月以降の入学者で市民税課税世帯の人は①②とも2分の1

☎こども課 ☎220-5701

スポーツ大会で交流を図ろう

障害者の体力維持や交流を図るため、スポーツ大会を開催。

日時 8月30日(日)午前9時～午後2時30分

会場 市民体育館

対象 障害者とその介護者など

内容 徒競走、車いす競走、輪投げ、フライングディスクなど

☎7月31日(金)までに障害福祉課 ☎220-5713

母子家庭を支援するパソコン講習会開催

母子家庭の母や寡婦の自立を支援する講習会を開きます。

日時 ①9月27日～11月15日の日曜8回 ②10月4日～11月22日の日曜8回、午前10時～午後4時

会場 ①は中央総合学院(南町) ②は同学院(渋川市渋川)

対象 母子家庭の母と寡婦、各20人(抽選)

内容 ①初級パソコン講習費用 各4,200円

☎9月4日(金)までに往復ハガキ

で。郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・母子家庭の母または寡婦の別・希望会場を明記し、〒371-0843新前橋町13-12・県母子寡婦福祉協議会(☎255-6636)へ

手話の基礎学んでコミュニケーション

県立ろう学校で、入門手話講座を開催します。

日時 9月12日～11月28日の土日曜7回、午前10時～正午(10月18日は午後2時まで)

会場 県立ろう学校(天川原町一丁目)

対象 県内在住の人、20人(抽選)

☎8月4日(火)までに往復ハガキ

で。住所・氏名・年齢・性別・電話番号・受講希望理由を明記し、〒371-0803天川原町一丁目4・県立ろう学校(☎223-3233)へ

税

住宅などの不動産入札で公売します

滞納処分で差し押さえた不動産9件の公売を、下表のとおり行います。

公売は入札で、8月18日(火)に前橋プラザ元気21で実施。詳しくは市役所収納課にある案内書

公売不動産の概要

物件番号・所在地	種別	面積	最低入札価額
1 朝日町二丁目	宅地	土地 103.58㎡ 土地 44.17㎡	640万円
2 千代田町五丁目	宅地・店舗	土地 94.01㎡ 建物 137.61㎡	500万円
3 金丸町	宅地・居宅	土地 242.50㎡ 建物 135.95㎡	570万円
4 山王町一丁目	宅地・居宅	土地 122.68㎡ 建物 87.92㎡	310万円
5 富田町	宅地・居宅	土地 165.94㎡ 建物 106.40㎡	460万円
6 上沖町	雑種地	248.00㎡	280万円
7 駒形町	宅地・居宅	土地 143.74㎡ 建物 59.21㎡	380万円
8 北代田町	雑種地	590.00㎡	500万円
9 小坂子町	雑種地	972.00㎡	250万円

をご覧ください。また、本ホームページにも物件について掲載しています。

☎同課 ☎898-5975

新増築した家屋の調査に職員が訪問

ことし1月2日以降に新増築した家屋は、来年度から固定資産税の課税対象となります。資産税課職員または大胡・宮城・粕川・富士見の各支所税務課職員が家屋調査に伺います。事前に手紙や電話で調査日時を都合を確認しますので、都合の良い日時を連絡してください。

また、新築に伴い、取り壊した家屋がある場合は、調査のときに申し出てください。

☎資産税課 ☎898-6218

固定資産の相続人は代表者の届け出を

土地や家屋などの固定資産を所有している人が亡くなったときは、相続人の中から相続人代表者を1人選んで、市役所資産税課または大胡・宮城・粕川・富士見の各支所へ届け出てください。相続人代表者には、相続登記が完了するまで、納税の手続きなどをしていただきます。

☎資産税課 ☎898-6216



## 7月の納税

◆固定資産税・都市計画税第2期、国民健康保険税第1期 7月31日(金)まで

## ミニ情報

### □おもちゃの病院

日時 ①7月25日(土)②7月26日(日)③8月2日(日)、午前10時〜正午

会場 ①は粕川児童館②は第二コミュニティセンター(前橋保健センター内)③は大胡いこいの家

□ボランティアセンター ☎232-3848へ

### □自衛官を募集

種目 ①一般曹候補生②航空学生③2等陸・海・空士(男子)④2等陸・海・空士(女子)

## 新型インフルエンザの患者を市内で確認

新型インフルエンザの患者が市内で確認されました。うがい・手洗い・洗顔・人ごみでのマスクの着用など感染予防を十分に行い、新型インフルエンザにかからないようにしましょう。

新型インフルエンザが疑われる症状が見られた場合は、まず、発熱電話相談センターへ相談してください。

### 【発熱電話相談センター】

電話番号 = 220-1151 (市保健所)  
受付時間 = 午前9時〜午後5時30分(土日曜含む)  
☎市保健所 ☎220-5781へ

対象 ①18歳以上27歳未満の人②は21歳未満の高校卒業か来年少月に卒業見込みの人

試験日 ①は9月19日(土)②は9月23日(水)③は受付時に連絡④は9月27日(日)

④ 8月1日(土)〜9月11日(金)(③は随時)に自衛隊前橋募集案内所(城東町二丁目 ☎233-8960)へ直接

□夏休み自由研究で温度を測定  
赤外線放射測定器で、屋根や木の下などの温度を測ります。また、打ち水が涼しくなるのかグループで実験します。

日時 ①8月1日(土)午前9時30分〜正午

会場 敷島公園ばら園

対象 小学生とその保護者、先着10組  
用意する物 筆記用具、帽子

④ 木を学ぶ会・笛木さん ☎263-4496へ

### □地域振興の取り組みへ助成

自治会や地域づくり団体、NPO法人などが、より良い地域づくりのために新たに実施する事業を支援します。詳しくは県ホームページ (<http://www.pref.gunma.jp>) をご覧ください。

☎県中部行政事務所 ☎219-2555へ

### □クリーニング業務の講習と研修

クリーニング業務に従事する業務従事者講習とクリーニング師研修を行います。

日時 ①業務従事者講習 ①9月13日(日)②11月15日(日)③クリーニング師研修 ③10月18日(日)④12月13日(日)、午前10時〜午後3時

会場 県勤労福祉センター(野中町)

対象 ①②は開設日から1年以内か講習を受けてから3年以内のクリーニング所の業務従事者

③④はクリーニング所の業務に従事後1年以内か研修を受けてから3年以内のクリーニング師

先着各100人  
費用 ①②は各4,500円③④は各5,000円

④ ①は8月7日(金)②は10月9日(金)③は9月11日(金)④は11月6日(金)までに県生活衛生営業指導セ

ンター ☎224-1809へ

## 休日当番動物病院案内

☎232-6188

## 健康

### メタボ予防の講習会を開催

#### □ストップ・メタボ教室

日時 ①8月18日(火)・25日(火)・31日(日)、午前9時30分〜正午

会場 前橋保健センター

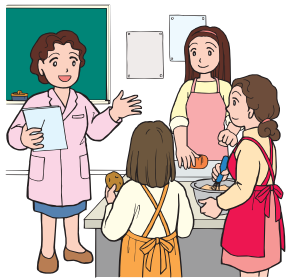
対象 一般、先着20人  
内容 保健師・栄養士の話、運動実習など

④ 8月11日(火)までに健康増進課 ☎220-5784へ

□からだに美味しい食講座 調理実習編  
日時 ①8月19日(水)午前9時30分〜午後1時

会場 前橋保健センター  
対象 一般、先着30人  
費用 材料費

内容 食事内容のバランスや自分に見合った食事量の体験など



## 寄付



□3,000円 さいたま市・宇澤恵一さんから社会福祉のために。

□サッカーゴール2基 ①F C下川保護者会から下川淵小へ。

□ペットボトル飲料水1,800本 ①三国コカ・コーラボトリング西支社前橋支店から災害対策用のために。

④ 8月12日(水)までに健康増進課 ☎220-5783へ

### 健康サポートデー 定期的に参加して

体脂肪や血圧測定、運動実習、健康相談などを行い、生活習慣改善に取り組む人をサポート。

日時 ①8月3日(月)②8月7日(金)③8月24日(月)、午前10時〜11時30分

会場 ①は富士見保健センター②は大胡保健センター③は宮城保健センター

対象 一般、先着各15人

④ 各開催日の1週間前までに①は富士見保健センター ☎288-7188②③は大胡保健センター ☎283-7311へ

健康レシピ 前橋市健康増進計画 健康まえばし21

大人の握りこぶし大の加熱野菜を1日に5つつ食べるように心掛けましょう。このサラダでは1人当たり1.5つ分の野菜を食べられます。

# トマトとオクラのわさびしょうゆサラダ



### 1人分の栄養価

エネルギー	44kcal	たんぱく質	2.9g
脂質	0.3g	カルシウム	20mg
鉄分	0.5mg	塩分	1.0g

### 材料(4人分)

トマト	400g	
オクラ	40g	
A	しょうゆ	小さじ4
	みりん	小さじ2
	酢	小さじ2
	練りわさび	小さじ1
かつお節	適量	

### 作り方

- ①トマトは湯むきをし、一口大に切り皿に盛る。
- ②オクラは熱湯でさっとゆで、冷めたら小口切りにしトマトの上に乗せる。
- ③Aを混ぜ合わせ②にかける。
- ④かつお節をかける。

		内科				外科		婦人科	耳鼻科	眼科
休 日 当 番 医	7月20日(月)	みどり小児科 (児) 嶺町 ☎269-8885	高玉診療所 (内) 本町一丁目 ☎223-1414	わかば病院 (内) 新前橋町 ☎255-5252	木暮医院 (内児) 清野町 ☎251-9101	アクザワ医院 (外内児) 天川大島町 ☎263-1228	関口整形外科病院 (整) 千代田町二丁目 ☎231-8871	さとうレディースクリニック (産婦) 表町二丁目 ☎224-7606	田口耳鼻咽喉科医院 (耳鼻) 表町二丁目 ☎224-3424	羽鳥眼科 (眼) 天川町 ☎243-3711
	7月26日(日)	北條内科小児科医院 (内児) 駒形町 ☎266-6737	河内循環器クリニック (内外) 昭和町三丁目 ☎233-3311	松山医院 (内) 大手町二丁目 ☎221-5297	深沢内科クリニック (内) 堀越町 ☎283-0003	岩上整形外科医院 (整) 小相木町 ☎253-3358	小林外科胃腸科医院 (外整) 広瀬町二丁目 ☎263-2535	セキールレディースクリニック (産婦) 高崎市栄町 ☎027-330-2200	宮下耳鼻咽喉科医院 (耳鼻) 高崎市井野町 ☎027-361-7325	沼賀眼科医院 (眼) 高崎市相生町 ☎027-327-1270
	8月2日(日)	しのはら小児科 (児) 上大島町 ☎287-1515	中野医院 (内) 新前橋町 ☎290-1388	豊田内科医院 (内) 上小出町一丁目 ☎234-1223	あおばクリニック (内) 富士見町時沢 ☎212-8866	高山整形外科医院 (整) 南町四丁目 ☎223-2235	外科皮膚科たき医院 (外) 大利根町一丁目 ☎251-5101	ヘルフィーユ今井レディースクリニック (産婦) 南町三丁目 ☎223-3114	竹越耳鼻咽喉科医院 (耳鼻) 住吉町一丁目 ☎231-3658	青木眼科医院 (眼) 住吉町二丁目 ☎231-3707
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 <a href="http://maebashi.gunma.med.or.jp/">http://maebashi.gunma.med.or.jp/</a> 、携帯電話の場合は <a href="http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/">http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/</a> 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 ☎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										
休 日 当 番	7月20日(月)＝松岡接骨院 (住吉町二丁目) ☎231-1683、ふちがみ整骨院 (総社町総社) ☎252-8023									
	7月26日(日)＝亀泉接骨院 (亀泉町) ☎264-0113、須藤接骨院 (下大島町) ☎266-9478									
	8月2日(日)＝鈴木接骨院 (堤町) ☎264-0148、野口接骨院 (総社町総社) ☎252-5918									
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									



## 伝統の芸能大会 三世代で交流

総社町巣烏

総社町巣烏では7月5日、巣烏公民館で福祉芸能発表会を行いました。これは地域の交流を図ることを目的に毎年開催され、ことして32回目。子どもからお年寄りまで100人が参加し、得意の歌や踊りを披露します。参加者は振る舞われた手料理をほお張りながら拍手を送り、楽しく交流を深めました。



## 民話がつなぐ 心の触れ合い

上川淵地区

7月4日、上川淵公民館上北分館でふれあい茶話会を開催。地域住民のコミュニケーションを図ろうと、ことし初めて実施されました。民話を交えた笑いあり感動ありの講話に、会場からは大きな拍手が。講話の後には手作りのまんじゅうや漬物が振る舞われ、みんなでおしゃべりに花を咲かせました。

## 編集 4 こぼれ話

勤労青少年ホーム（前橋アクティ）教養講座を取材。（11頁）仕事の疲れなどみじんも感じさせず、熱心にフラダンスを練習する姿は情熱的。夢中で写真を撮りました。わたしは時間に余裕ができると、ついダラダラと。趣味を見つけようと思います。（手）

### 表紙の案内

楽しく体操一。6月28日、市立前橋高グラウンドでNHKラジオ体操・みんなの体操会が行われました。2,000人を超える市民が参加し、前橋の元気を全国に発信しました。



恩田 のの 暖望ちゃん  
(2歳・柏川町西田面)



今井 こうたろう 航太郎ちゃん  
(2歳・住吉町一丁目)



あきら 坂東 彰ちゃん  
(2歳・小相木町)



ののか 染谷 和花ちゃん  
(2歳・樋越町)



まお 豊田 舞音ちゃん  
(2歳・昭和町三丁目)



今井 のあ 乃綾ちゃん  
(1歳11カ月・池端町)

## やってるよ!

金曜会



- ・毎週金曜 ・午後1時～4時30分
- ・総合福祉会館 ・会員数8人
- ・代表者／荒井誠さん ☎221-9876

自由なテーマと発想で油彩画を描いています。上達が早いのは和やかな雰囲気のおかげかな。年1回行なう展覧会で日ごろの成果を発表しています。

