

# まえばし 2010 No.1416 7/15

広報

## 主な内容

- みんなで夏祭りに行こう…………… P2・3
- 高齢者の保険証を更新…………… P4
- 福祉医療費受給資格者証の更新…………… P5
- 松浦寿輝さんの軌跡をたどる展覧会… P6
- 子ども夏休みガイド…………… P8・9



**振り込め詐欺に注意!** 警察官などを装った「振り込め詐欺」が激増中。おかしいと思ったら市役所安全安心課 ☎898-5839 が最寄りの警察署へすぐに通報してください。

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]

暑さを吹き飛ばせ！

みんなまで



に行こう

光と風の共演

# 赤城山夏祭り

8月7日(土)・8日(日)に赤城山夏祭りを開催します。夜空を彩る花火大会や灯籠流しなどのイベントが盛りだくさん。保育所や幼稚園の園児が舞台発表を行うキッズステージや景品が当たる大抽選会なども行います。イベントスケジュールは3ヶ表のとおり。大沼湖畔に映し出される幻想的な夏の赤城山をお楽しみください。  
会場Ⅱ 赤城山大沼湖畔、あかぎ広場など  
公共交通機関Ⅱ 赤城山直通バス(赤城山ビジターセンター行)であかぎ広場前下車すぐ

問い合わせは

赤城山夏祭り実行委員会(観光課内) ☎2888-1968  
(土日曜・祝日は☎2888-2211)

暴れ獅子が勇壮に練り歩く

## 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24日(土)・25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



庄巻の暴れ獅子

8/7

## 赤城山夏祭り イベントスケジュール

### あかぎ広場ステージ

イベント名	時間
オープニング	午前10時～10時30分
キッズステージ	午前10時30分～正午
赤城姫・淵名姫発表	午後1時～1時20分
ヒップホップダンス	午後1時20分～2時
ビンゴでドン	午後2時～2時40分 (午後1時20分から受け付け)
ほうれん草うどん早食い競争	午後2時40分～3時40分 (午後1時30分から受け付け)
大抽選会	午後3時40分～4時30分 (午後2時30分から抽選券を配布)
コンサート	午後4時40分～5時40分

### イベントコーナー

イベント名	時間
ゲームコーナー	午前11時～午後3時
マスカみ捕り	①午後1時30分②午後2時 ③午後2時30分④午後3時 (午後1時に4回分の受け付け)

### 大沼湖畔

イベント名	時間
灯籠流し	午後6時～7時 (午後5時40分から組み立て式灯籠を配布)
花火大会	午後7時～8時

※灯籠流しと花火大会は荒天の場合、8日に順延。

8/8

### あかぎ広場ステージ

イベント名	時間
ビッグバンドジャズフェスティバル	午前9時30分～午後4時30分

笛や太鼓が鳴り響く

## 粕川まつり

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。ステージでは芸能発表やジャズコンサート、歌謡ショーなど楽しいイベントがいっぱいです。

日時＝8月1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5分

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

花火や踊りが華やかな

## 宮城地区納涼祭

和太鼓演奏や八木節、だんべえ踊り、フラダンス、少年ばやしなどのほか、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1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



# 高齢者をしっかりと支える医療制度

## 自己負担割合の見直しと保険証などの更新

8月1日(日)から後期高齢者医療被保険者証や国民健康保険(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し、その概要をお知らせします。

問い合わせは  
**後期高齢者医療制度については 国民健康保険課 ☎898-6253**  
**国保の高齢受給者については 同課 ☎898-6249**

### ■後期高齢者医療制度の加入者に新しい保険証

8月1日(日)から、後期高齢者医療制度の加入者(75歳以上か65歳〜74歳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。保険証が届いたら、住所や氏名などの確認を。この保険証の有効期間は、8月1日(日)から来年7月



新しい保険証と受給者証

31日(日)までの1年間です。なお、保険料の滞納状況により、通常より有効期間の短い被保険者証を交付する場合があります。さらに、納付状況が改善しないときは特別な理由がある場合を除き、医療費がいったん全額負担になる資格証明書を交付することがあります。

●簡易書留による郵送を希望する人は、7月21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

国保の高齢受給者(70歳〜74歳の国民健康保険加入者。ただし、後期高齢者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(土)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(金)から2割負担になります。

新しい受給者証の負担割合は「2割(平成23年3月31日までは1割)」と受給者証に記載。有効期限は来年7月31日(日)か満75歳になる日の前日までです。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。

### ■自己負担の割合を見直し

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、本年度の市民税課税所得額(市県民税課税標準額)や昨年度の収入に基づき、見直しを行います。後期高齢者医療制度については加入者ごと、国保の高齢受給者については受給者ごとに判定されます。(下表参照)

なお、現在使用している「後期高齢者医療被保険者証」や「国民健康保険高齢受給者証」は、8月1日(日)以降使えません。市役所国民健康保険課か各支所・出張所へ返却するか、各自で廃棄してください。

## 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145万円以上の後期高齢者医療制度加入者および同一世帯の後期高齢者医療制度加入者。(後期高齢者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*	・同一世帯の後期高齢者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。 ・市民税課税所得が145万円以上でも、後期高齢者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)。	1割(国保の高齢受給者は来年4月1日からは2割)
後期高齢者医療制度の創設による激変緩和措置	後期高齢者医療制度に移行することによって後期高齢者医療制度加入者が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383万円以上の後期高齢者医療制度加入者(世帯内にほかに後期高齢者医療制度加入者がいない場合に限る)であって、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、「後期高齢者医療制度加入者」を「国保の高齢受給者」と読み替える。

# 福祉医療費の受給資格者証 8月から新しくなります

問い合わせは 国民健康保険課 ☎898-6253

重度心身障害者、高齢重度障害者、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(土)が有効期限。母子・父子家庭などは更新手続きが必要です。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。8月1日(日)からは、7月下旬に郵送する新しい受給資格者証を使用してください。

今回の更新から、重度心身障害者と母子・父子家庭などの受給資格者証に、新たに公費負担者番号を表記。また、受給資格者番号も変更になります。

なお、子どもの受給資格者証の更新は行いません。

## ■受給資格者証は大切に

受給資格者証は次の点に注意し、大切に扱きましょう。

- ①古い受給資格者証は、8月1日(日)以降に市役所国民健康保険課か各支所・出張所へ返却するか、責任を持って処分してください。
- 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か各支所へ受給資格者証を返却する。

## ■福祉医療の対象者は申請を

福祉医療費の各制度と、申請に必要な物は次のとおりです。なお、県内からの転入者で前住所地でも福祉医療費



を受給していた人は、前住所地の市町村発行の「福祉医療費受給資格者証交付状況証明書」も必要です。

- 子ども(満15歳に達する日以後の最初の3月31日までの子)…①保険証
- 重度心身障害者・高齢重度障害者…①身体障害者手帳(1級・2級)、療育手帳(A)、年金証書(障害年金1級)、特別児童扶養手当(1級)、IQ35以下を証明する書類のいずれか②保険証
- 母子・父子家庭など(満18歳に達する日以後の最初の3月31日までの子と母か父など)…①母か父に所得税が課せられていないことを証明する書類②本市に本籍がない人は戸籍謄本③保険証



## 同窓名鑑の案内ハガキ

〈事例〉「〇〇高校同窓名鑑」の案内が往復ハガキで届きました。母校の同窓会が名簿を発刊すると思い、返信用ハガキで出版会社に申し込みをしました。しかし、友人から「正規の同窓会名簿ではない」と教えられました。解約するにはどうしたらよいのでしょうか。

〈回答〉出版会社に対し、簡易書留で解約通知を出しましょう。電話での申し入れでは、つながらない場合があり、証拠も残りません。正規の同窓会名簿通知と勘違いさせて、名簿を販売する事例ですが、実際に届いた名簿の掲載者数は、卒業者数の一部にしか過ぎないケースもあります。

同窓会名簿のお知らせが届いたら、内容をよく読みましょう。「学校・同窓会との関係はございませんが」などと書かれていませんか。また、ホームページで注意を呼び掛けている大学や高校も数多くあります。学校に問い合わせるのが確実です。

問い合わせは  
消費生活センター ☎230-1755

# 松浦寿輝さんの 軌跡をたどる 展覧会



松浦寿輝さん 撮影／平山利男

第17回萩原朔太郎賞の受賞者・松浦寿輝さんの展覧会を開催します。第1詩集『ウサギのダンス』から受賞作『吃水都市』までの全詩集を展示するほか、幅広い文学・研究活動を紹介。また、芥川賞受賞作家で高崎市在住の絲山秋子さんとの対談も行います。松浦さんの詩の世界へ、ぜひお越しください。

問い合わせは  
前橋文学館 ☎235-8011

## ■展覧会「松浦寿輝『ウサギのダンス』から『吃水都市』まで」

日時 7月31日(土)～9月12日(日)、午前9時30分～午後5時  
会場 前橋文学館  
内容 昨年度の萩原朔太郎賞受賞者・松浦寿輝さんの詩集、

小説、研究書などを紹介  
観覧料 企画展のみ 一般・大学生300円、高校生100円、小中学生無料(常設展とセット) 一般・大学生350円、高校生100円、小中学生無料

## ●学芸員による展示説明会

日時 7月31日(土)午後2時  
申し込み 当日会場へ直接

## ■アートステージ

日時 8月1日(日)午後2時  
会場 前橋文学館

内容 松浦寿輝さんと小説家・絲山秋子さんによる対談「詩と小説のはざまで」

対象 一般、先着100人  
申し込み 同館へ

## 前橋文学館INFORMATION

### ■前橋文学館図録展

日時 7月17日(土)～8月27日(金)、午前9時30分～午後5時

内容 同館で今までに発行した特別企画展図録を一堂に展示。期間中は図録を半額で販売

### ■アートステージ「戦争を忘れない」

日時 8月5日(木)午後1時30分

対象 一般、先着100人

内容 前橋大空襲の実体験の講演会

申し込み 当日会場へ直接

### ■文学館講座「手品に挑戦」

日時 8月10日(火)・11日(水)、午前10時～正午

対象 小学生、先着30人(小3以下は保護者同伴)

内容 伊勢崎マジシャンクラブによる手品の楽しさを知り、やり方を学ぶ講座

申し込み 7月21日(水)から同館へ

# 多才な講師陣が贈る 秋の多彩な講演会

恒例の市民講座を開催します。幅広い活躍をする講師を迎え、3回シリーズで実施。学問の秋にすてきな講演を聞いて、知識のページをめくりませんか。



山名  
清隆さん  
日本愛妻家協会事務局長

愛妻家という未確認生物を探せ!

9/25 土

午後3時～4時30分



家田  
莊子さん  
作家、高野山真言宗僧侶

取材現場から～私の出逢った人たち

10/9 土

午後3時～4時30分



立川  
談四樓さん  
落語家、作家

日本語は楽しい

10/26 火

午後7時～8時30分

会場＝総合福祉会館

対象＝市内在住・在勤の高校生以上、先着500人

テーマ・講師＝①「愛妻家という未確認生物を探せ!」日本愛妻家協会事務局長・山名清隆さん②「取材現場から～私の出逢った人たち」作家、高野山真言宗僧侶・家田莊子さ

ん③「日本語は楽しい」落語家、作家・立川談四樓さん

費用＝840円

申し込み＝8月20日(金)までに往復ハガキで。住所・氏名・電話番号・年齢を記入し、〒371-0023本町二丁目12-1・中央公民館「市民講座係」(☎210-2199)へ

今が  
買い時

## 夢のマイホームを手に入れよう



静かできれいな住宅団地

問い合わせは 前橋工業団地造成組合(工業課内) ☎210-2275

ローズタウン住宅団地などの土地を特別価格で分譲しています。218.51㎡・700万円からと大変購入しやすくなっています。期間限定のこの機会に、ぜひ、マイホームをご検討ください。

分譲対象＝ローズタウン(東地区・西地区)・東善・芳賀東部住宅団地の先着51区画

対象＝8月31日(火)までに売買契約を締結し、契約から10日以内に土地代金を一括納入できる人

元気に遊ぼう！

お役立ち

# 子ども夏休みガイド

第3弾

先月から特集している子ども夏休みガイド。最終回となる第3弾は、わくわくがいっぱい詰まった「夏休みキッズフェスタ」を紹介します。

問い合わせは  
キッズフェスタ実行委員会(にぎわい商業課内) ☎210-2188

## 夏休み キッズフェスタ

前橋の新たな夏の風物詩「夏休みキッズフェスタ」を開催します。前橋工科大、中央商店街、NHK、民間企業などが力を結集。子どもたちの「なぜ?」、「どうして?」、「やってみよう!」など、いっぱい的好奇心をギュッと集めて、まちなかを大開放します。イベント概要などは本市ホームページにも掲載しています。

イベント・期日・時間など=表1～表3のとおり



おいしく食育を学ぼう



迫力あるタカのフライト

表1	体験教室				
種別	イベント	期日	時間	会場	定員・申し込みなど
体験教室	おやお食育教室	8月7日(出)	午前9時30分～午後1時	前橋プラザ元気21	健康増進課☎220-5783へ
	ストップザ食中毒		午前10時～午後3時30分		当日会場へ直接
	一日食品衛生監視員		午後1時～3時30分		衛生検査課☎220-5778へ
	おねえさんと遊ぼう!	8月7日(出)、 8日(日)	①午前11時～正午 ②午後2時～3時	こども図書館	当日会場へ直接
	夏休み・あそびの広場		①午前10時～正午 ②午後1時30分～3時30分	中央通り	黒田人形店☎231-2451へ
	こども電車教室		①午前10時 ②正午 ③午後2時	前橋プラザ元気21	費用=各500円 全国こども電車教室実行委員会☎03-5387-8767へ
	東京電力による環境・エネルギー教室		①午前10時 ②午後2時		ソーラーおもちゃ工作は先着各20人、当日会場へ直接
	牛乳パックで工作				先着各50人、当日会場へ直接
	昔内あそび		①午前10時～正午 ②午後1時～3時	中央通り	当日会場へ直接
	昔外あそび		<7日>午後1時～3時 <8日>①午前10時～正午②午後1時～3時		
日本文化を知ろう!	午前10時～午後3時	こども図書館			
ものづくり教室	8月8日(日)	午後1時30分～3時30分	前橋プラザ元気21		



表2	企画展示、演奏・講演など					
種別	イベント	期日	時間	会場	定員・申し込みなど	
企画展示	ほくの絵わたしの絵展	7月31日(土)～8月8日(日)	午前10時～午後5時	前橋プラザ元気21	当日会場へ直接	
	下水道啓発ポスター展示	7月31日(土)～8月31日(火)	午前9時～午後5時			
	前橋空襲とミニミニ原爆展	8月4日(水)～8日(日)				
	まえばしの幼稚園	8月6日(金)～8日(日)				
	すこやか保育園	8月6日(金)～14日(土)				
演奏・講演など	ダンボールイス	8月6日(金)～8日(日)	午前10時～午後4時 (8日は午後3時まで)	旧ウオーク館前	当日会場へ直接	
	おはなし会	8月6日(金)	午前11時～正午	こども図書館		
	リズム遊びとコンサート	8月7日(土)	〈リズム遊び〉午前10時 〈コンサート〉午前11時	前橋プラザ元気21		
	タカとフクロウのフライトショー		午前10時～正午	Qの広場 (千代田町五丁目)		写真撮影は先着50人、当日会場へ直接
	ザ・大道芸by前高		①午前11時～正午 ②午後1時～2時	もてなし広場 (千代田町二丁目)		
	厩橋CHINDON倶楽部		午後2時～2時30分(終了後まちなかを練り歩き)	前橋プラザ元気21		
	でんきくんによるバンド演奏		午後3時			
	昌賢学園の生徒によるアカペラ		午前10時	当日会場へ直接		
	弁天こども広場		午前10時～午後3時			弁天通り
	児童文化センター合唱団による合唱		①正午 ②午後1時			前橋プラザ元気21
	前橋空襲体験者の語り部講演「子どもたちに伝える前橋空襲」		午後1時30分			
	昌賢学園の生徒による吹奏楽		午後2時30分			



わくわくドキドキの実験がいっぱい

### ■こども科学実験教室

工作や実験で科学の楽しさを体験しよう。詳しくは右表のとおりです。

**日時**＝8月6日(金)～8日(日)、午前10時～午後4時(8日は午後3時まで)

**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、※印の教室は空の500mlペットボトル

**申し込み**＝当日会場へ直接

表3	こども科学実験教室	
	テーマ	期日
	錯視の世界！ ★手作り分光器	8月6日(金)
	★水の力で電気を作ろう ★身近なもので酸性・アルカリ性を調べてみよう	8月6日(金)・7日(土)
	★不思議な物体！？スライムをつくろう ★CDホバークラフト ★光ファイバーで遊ぼう ★モーターを使って遊ぼう ※液化状の科学おもちゃエッキーをつくろう	8月6日(金)～8日(日)
	紙でつくる世界の有名建築 立体パズル！ あなたのうでがコントローラー！！ ～おもりが持ち上がるかな	
	フシギなへや 手づくり香水工房 自転車発電と輪投げの体験 まえばしロボコン紹介コーナー JST紹介コーナー	
	★水あめをつくろう ★紙をつくろう ★紙工作で作るDNA	
	囲碁・将棋を覚えてパソコンと勝負しよう ダンボール迷路	8月7日(土)・8日(日)

★印のテーマについては、1回目は午前9時50分から整理券を配付。2回目以降は当日会場で配付するパンフレットをご覧ください。

## いきいき まえばし人

### 国体目指して一歩ずつ前進を



夏季県馬術大会で準優勝

荒木 寛樹さん・12歳  
富士見町石井

6月20日に県馬事公苑で行われた夏季県馬術大会。ジュニアの部の小障害飛越Cで、準優勝となった。この競技は、コース内の障害物を跳んで、その出来栄えと所定のタイムを競うもの。

「準優勝と聞いて、とてもうれしかったです。でも、自信があったので悔しい気持ちもあります。今回乗った馬・スリーアイアンは乗りやすかったのですが、つい飛ばして時間より早く演技を終えてしまいました」

小4の時、祖母の勧めで県馬事公苑へ通い始めた。小5からは同所の乗馬少年団に入団し、土日曜のほか、平日も練習に励んでいる。

「障害飛越競技だけでなく、ほかの競技にもどんどんチャレンジしています。今は姿勢を良くすることが

課題。意識して練習しています」

競技で結果を出すには、馬との触れ合いや世話も重要。馬によって個性があるのが楽しいという。

「落ち着いている馬もいるし、そうでない馬もいます。なかなか言う事を聞いてくれない馬に乗るのは大変だけど、その分、心が通じたときはうれしいです」

現在、小中学生を対象にした県の国体選手発掘育成プログラム「スリ1Sプログラム」の受講生。月に1度、講義を受けている。

「目標は国体に出ること。そのために、普段から大会にたくさん出場して経験を積みたいです」

馬を見つめる優しい瞳の中にキラリと光る強い意志。今後の活躍に期待したい。



みんなの願いを1文字に

## わたしたちの 学校 ニユース



東中

### 伝統という「櫛」

わたしたちが通う東中には、行事やあいさつなどの、多くの誇れる伝統があります。

毎年6月には、全校制作という

独自の行事があります。これは、4ヶ四方の布に生徒の手形を押し、1つの文字を作り上げるものです。文字は毎年異なり、ことしは「櫛<sup>たずき</sup>」でした。この文字には、東中の素晴らしい伝統を駅伝の「櫛」のようにつないでいこうという願いが込められています。作業を通して、仲間と協力することの大切さや完成の喜びを分かち合い、東中生の一員としての自覚を改めて持つことができました。完成した作品は、

生徒会長 佐藤 眞悠子さん



1度にたくさん回収

また、昨年からアルミ缶とペットボトルキャップの回収を行っています。アルミ缶は部活動対抗で回収していて、回収状況が分かるよう廊下にグラフを掲示しています。ペットボトルキャップは、週1回の回収で大きなごみ袋1つ分集まることもあります。回収時には、みんなが気持ちのよいあいさつをして通ります。あいさつを当たり前前に行える生徒、それが東中生なのです。

先輩から後輩へ代々引き継がれているこれらの伝統。わたしたちの手でよりよく発展させ、「櫛」としてつないでいけるよう頑張っています。

# クローズアップ



## ポンプを操る技術を競う

7月4日、田口町の県消防学校グラウンドで市消防団消防ポンプ操法大会を開催。消防ポンプ車からホースを延ばし、放水して標的を倒すまでの時間や隊員の行動審査などで順位を決定。各地区から予選を勝ち抜いた20チームが、日ごろの練習の成果を競いました。

6月30日、少年の主張前橋大会を総合福祉会館で開催しました。市内各校を代表する中学生が、日ごろ抱いている意見や考えなどを堂々と発表。力強く新鮮な感性と熱い主張に、会場からは大きな拍手が送られました。



## 新鮮な感性を堂々と発表



## 親王牌でトップ選手が熱戦

7月1日から4日まで、グリーンドーム前橋で「寛仁親王牌・世界選手権記念トーナメント」が開かれました。国内トップの競輪選手が熱戦を展開。優勝した市田佳寿浩選手には、寛仁親王殿下から親王牌が手渡されました。

## 県内の戦後詩について学ぶ

前橋文学館で、6月27日に群馬戦後詩の検証が行われました。詩人・梁瀬和男さんは岡田刀水士などの群馬の若い詩人について講演。参加者は熱心に県内の戦後詩の歴史を学びました。



スポーツ

教室

王山運動場

□親子サッカー

日時 8月28日～9月25日の土曜5回、午後3時～4時  
 対象 平成16年4月2日～18年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(出)(必着)までに往復ハガキで。教室名・住所・氏名・学年・電話番号を記入し、〒371-0816上佐鳥町460-1・市民体育館(☎265-0900)へ

三俣テニスコート

□小学生ソフトテニス

日時 8月21日(土)・28日(土)の2回、午前9時～午後4時(28日は正午まで)  
 対象 小4～小6、40人(抽選)  
 費用 300円

7月31日(出)(必着)までに往復ハガキで。教室名・住所・氏名・学年・電話番号を記入し、〒371-0816上佐鳥町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24日～9月7日の火金曜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6日(金)(必着)までに往復ハガキで(1人1通)。住所・氏名・学年・電話番号を記入し、〒371-0231堀越町473-4・大胡総合運動公園「小学生サッカー係」(☎230-4055)へ

その他の施設

□元気ひろげたいトライ

日時 8月17日～11月30日の火

楽しく教養を身に付けよう

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)

講座名・曜日など = 下表のとおり

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

7月29日(木)(必着)までに往復ハガキで(1講座1通、英会話はどちらか1つ)。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記入し、〒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・平日は午後1時～8時30分、土曜は午前10時～午後6時)へ

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	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
英会話・中級	火曜13回	30人	2,500円
パッチワーク	火曜8回	15人	9,000円
ネイルアート		20人	6,500円
やさしい英会話	水曜13回	各30人	2,500円
料理			1万円
ビューティーエクササイズ	木曜8回	各20人	1,000円
足つぼ			2,500円
書道	金曜13回	25人	3,500円

※各抽選。詳しくは同センターにお問い合わせるか同センターホームページ(<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。

スポーツ大会情報

- ボウリング選手権(8月1日(日)、ボウルジャンボ前橋)
- 市民ゴルフ(8月1日(日)～9月23日(木)、前橋ゴルフ場)
- 町内対抗野球(8月22日(日)～9月26日(日)、市民球場など)
- 秋季ソフトボール(9月5日(日)～26日(日)、工科大運動場など)
- テニスシングルス(9月12日(日)～10月17日(日)、総合運動公園)

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。

曜15回、午前10時～11時30分(8月17日・11月16日は正午まで)

会場 大渡体育館

対象 市内在住・在勤の20歳～64歳、先着20人

内容 有酸素運動・筋トレ・ストレッチ・体力測定など

費用 3,000円

8月10日(火)までに市民体育館(☎265-0900)へ

水泳・水球

日時 7月28日(水)午前9時～正午・8月2日(月)午後1時～4時の2回  
 会場 県営敷島水泳場

休場のお知らせと要望への取り組み

8月3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、4日(水)も休場します。

また、市民プールでは、利用

前橋けいりん  
 開催日  
 7/23・24(場外)  
 7/25～27  
 8/2～11(場外)



チャメット君

者の皆さんの要望により次のとおり改善しました。

- ①飲み物の持ち込みができる指定場所を設置。ただし、びん・缶類は持ち込み禁止。
- ②売店の500円レジペットボトを150円に値下げ。

問同プール ☎234-9211へ

文化

総合教育プラザ

☎230-9094

□名作映画劇場

日時 8月7日(土)午後2時

内容 少林サッカー(チャウ・シンチー監督)

前橋テルサ

☎231-3211

□ロビーコンサート

日時 8月7日(土)午後0時30分

内容 ピアノ連弾・フルートコンサート

□カルチャーサロン講座

講座名・期日 下表のとおり

☎同館へ



こんにちは  
市長です

市政の適正な  
運営を目指す

(6月30日・行財政改革推進懇談会)

経済状況や社会情勢が厳しい中、行財政改革はますます重要となります。本市ではより効果的で効率的な市政運営を図るために行政評価を実施し、その結果を踏まえ、各施策に取り組んでいます。委員の皆さんには、市民の立場から行政運営について率直かつ幅広い意見をいただき、それにより行政評価の精度と実効性を高めていきたいと考えます。本市のさらなる発展のために、ご協力をお願いします。

□歴史教室

古墳や史跡を巡って  
前橋の歴史を学ぼう

前橋テルサカルチャーサロン講座	
講座名	期日
親子ピクス&キッズヨガにチャレンジ!	7月22日(木)・29日(木)
発想力・想像力を豊かにする夏休み親子絵本づくり教室	7月24日(土)
インターネット活用術!ショッピング編	7月31日(土)
整理・収納・お片付けの基本~物との付き合い方を知ろう	
※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 ( <a href="http://www.maebashi-terra.or.jp">http://www.maebashi-terra.or.jp</a> ) をご覧ください。	



上手に埴輪ができるかな

日時 8月29日(来月)2月20日の日曜5回、午後1時30分~4時

会場 大室公園や富士見地区史跡、前橋城跡周辺など

対象 小中学生とその保護者、先着20人

内容 市内古墳・史跡めぐり、埴輪作りなど

☎8月23日(月) (必着) までにハガキで、住所・氏名(ふりがな)・

学校名・学年(年齢)・電話番号を記入し、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

美しい振る舞いで  
すてきな自分に

勤労女性センターでセミナー「美しい身のこなし方」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 8月17日(火)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)

勤労青少年ホーム後期教養講座

講座名	曜日・回数	定員	費用
料理(月)	月曜12回	各30人	1万円
アロマビューティーエクササイズ	月曜11回		1,000円
ネイル	月曜10回	20人	6,000円
ためになるパソコン実用編	火曜11回	10人	3,000円
フラワーアレンジメント	火曜8回	各15人	1万1,000円
アロマセラピー			8,000円
着付け	火曜11回		3,000円
料理(水)	水曜12回	30人	各1万円
いけ花	水曜11回	15人	
リンパトリートメントエクササイズ	水曜10回	20人	3,500円
茶道		15人	5,000円
シェイプストレッチ&やさしいジャズダンス	木曜11回	30人	3,000円
筆ペン書道		20人	2,000円
料理(金)	金曜12回	各30人	1万円
フラダンス	金曜10回		各3,000円
はじめての韓国語	金曜11回	20人	

※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。

対象 市内在住・在勤の勤労女性、20人(抽選)

☎7月29日(木) (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記入し、〒371-0003

5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・平日は午後1時~8時30分、土曜は午前10時~午後6時)へ

新たな趣味探しに  
講座を生かそう

勤労青少年ホームで後期教養講座を開催。費用のほかに利用

農業

触れて感じよう  
木のぬくもり



親子で作ろう木工工作

赤城ふれあいの森まつりを開催。木工工作教室や塗り絵コンテスト、ネイチャークラフト作りなどイベントが盛りだくさんです。

日時 8月7日(土)午前10時〜午後4時

会場 赤城ふれあいの森(富士見町赤城山)

共同まつり実行委員会(県森林組合連合会内) ☎261-0615へ

農薬の散布は  
使用方法を守って

6月から8月は農薬危害防止運動期間。農薬を使用するときは、使用方法や注意事項を守り、

散布区域外に飛散しないように十分注意してください。特に、学校や病院などの公共施設や住宅地に近接している場所では、事前に周辺住民や施設利用者などへ周知するとともに、風向きなどを確かめて事故防止に努めてください。

また、農薬の保管管理を徹底してください。使用しなくなった農薬などを廃棄するときは、専門業者に処理を委託するなど、各自適正な処分を行ってください。

☎保健総務課 ☎220-5782へ

商工業

経営相談や資格取得  
費用の一部を助成

中小企業の経営相談やセミナー参加、資格取得事業などにかかる費用の一部を補助します。  
対象 市内の商店街組合などに加盟している中小企業者  
補助金額 費用の2分の1(上限5万円)  
☎にぎわい商業課 ☎210-2273へ

中退共がサポート  
中小企業の退職金

中小企業退職金共済制度は、中小企業で働く従業員のための

退職金制度。掛け金に応じて国から助成金を受けることができます。この制度を利用して、優秀な人材の確保や従業員の労働意欲向上につなげましょう。

特色 ①掛け金の一部を国が助成 ②掛け金は全額非課税 ③加入後の掛け金月額の変更可 ④短時間労働者も加入可能 ⑤掛け金は預金口座から振替、退職金は直接退職者に支払われるため管理が簡単

☎中小企業退職金共済事業本部 ☎03-3436-0151へ

中小企業診断士が  
2つの無料相談

創業期経営相談

中小企業診断士が事業所を訪問し、創業期の経営の相談に乗ります。事業計画書の作成方法や事業展開、経営課題に対する解決策などをアドバイスします。  
期間 来年3月31日(木)まで  
対象 市内で創業を予定している人か創業後5年未満の人  
☎工業課 ☎210-2274へ

経営相談

中小企業診断士による経営相談を実施。利用は予約制です。  
期間 来年3月31日(木)まで  
会場 前橋プラザ元気21  
対象 市内の中小企業者  
☎にぎわい商業課 ☎210-2273へ

ごみ出しのルールを守って快適なまちにしよう

きれいで快適なまちで暮らすことは、市民みんなの願い。そのためには一人一人が環境美化を心掛け、自分の行動に責任を持つことが大切です。ごみ出しのルールを守るとは、気持ち良い生活への第一歩。ごみ処理経費や環境への負担を減らすことにもつながります。ほんの少しの「面倒くさい」をやめる努力で、生活をより快適にしませんか。

朝8時までに出す

収集時間はごみの量や交通事情などにより異なります。取り残し防止のためにも、朝8時までに出しましょう。

町内の決められた集積場所へ出す

集積場所の管理は自治会などが行っています。ごみは必ず町ごとに決められた集積場所へ出しましょう。他地区へのごみ出しは絶対にやめましょう。

☎リサイクル推進課 ☎898-6272へ

収集日を守って

ごみは種類や地域によって収集日が異なります。ごみ収集カレンダーで収集日を確認して出しましょう。

分別して指定袋に入れる

ごみはきちんと分別することで資源として有効利用できます。また、

共通カードで  
まちなかが便利に

中心商店街の各専門店や前橋スズランでの買い物に利用でき、中心商店街共通カードを設置しました。ぜひ、ご利用ください。

設置場所は中心商店街の駐車場など7カ所。8月31日(火)までは実証実験期間として、アンケート調査やデータ収集を実施します。詳しくは本市ホームページをご覧ください。  
☎前橋中心商店街協同組合 ☎260-6547へ

児童

児童文化センター

☎224-2548

□紙芝居

日時 8月1日(日)午後2時

□図画作品展

期間 8月1日(日)～29日(日)

対象校 芳賀小・細井小・永明小・荒子小・駒形小・広瀬中・木瀬中

□天文教室「流星や夏の星を観察しよう」

日時 8月12日(木)午後7時～10時

会場 嶺公園

対象 一般、30人(抽選)

☑8月3日(火)(必着)までに往復ハガキで。住所・参加者全員の名前(ふりがな)・電話番号を記入し、〒371-0013西片貝町5丁目7・児童文化センター「市民天文教室」係へ

健康意識を高めるポスターを募集

「自分の健康は自分でつくる」をテーマに、健康意識の向上を呼び掛けるポスターを募集します。作品は未発表のものに限り、1人1点まで。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 小中学生  
応募作品 4つ切りで健康づく

夏の青少年健全育成運動  
地域で育てる心豊かな青少年

8月31日(火)まで、夏の青少年健全育成運動を実施します。ことしの推進目標は「子どもたちが安全で健やかに成長できる地域づくりを進めよう」。子どもたちが人として豊かに成長するための、安全で安心な地域の環境づくりを進めていきます。

□携帯電話やインターネットの利用方法を家族で話し合おう

ゲームサイトやプロフィールサイトで多くのトラブルが発生しています。被害に巻き込まれないよう、携帯電話・携帯ゲーム機の利用について確認しましょう。

□地域の力で心豊かな子どもを育てよう

子どもの安全確保のための取り組みや、家庭、学校、地域社会が一体となった青少年の健全な育成への取り組みを推進しましょう。

☎青少年課 ☎898-5874へ

りを題材にして考えた標語が入った物

☑9月17日(金)までに郵送か直接

応募作品の裏面右下に、住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・学校名・学年を記入し、市役所国民健康保険課(☎898-246)か大胡・宮城・粕川・富士見支所へ

青少年

万引は犯罪です  
地域ぐるみで撲滅を

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。万引は「窃盗罪」という犯罪です。市民の皆さん一人一人が、万引を「させない」「見逃さない」という気持ちを持ち、子どもたちを、地域全体で見守っていきましょう。

☎青少年課 ☎898-5876へ

自然がいつぱい  
赤城山を遊び尽くせ

おおさる山乃家(粕川町中之沢)周辺で自然体験イベントを開催します。

□おもいっきり川遊び(いかだ乗りなど)、野外料理

日時 8月1日～29日の日曜、午前9時30分～午後4時

対象 中学生以下とその保護者

先着各40人  
費用 1人1,000円

□山小屋宿泊体験

日時 8月7日～29日の土日曜、午前10時～翌日午後3時(1泊2日)

対象 小1～中3、先着各20人  
費用 各3,000円

用意する物 米4合

☑以上の2つは、氏名・住所・性別・学年・電話番号を記入し、同家へファクス(289-0173)で

□ツリーイングでゆったり木登り

日時 ①7月25日(日)午前10時～11時30分 ②同午後1時30分～3時 ③8月11日(水)午前10時～11時30分 ④同午後1時30分～3時 ⑤8月15日(日)午前10時～11時30分 ⑥同午後1時30分～3時

対象 小学生以上、先着各5人  
費用 各1,500円

☑①②は7月22日(木)③④は8月



コツをつかんで楽しく木登り

9日(月)⑥は8月12日(木)までに、ジェネシスワン・増田さん ☎90-3661-0231へ

□川の中の生き物を捕まえよう

日時 8月8日(日)午前10時～午後2時

対象 小学生以上の子どもとその保護者、先着30人  
費用 1人200円

☑NPO法人ぐんま緑のインタープリター協会事務局・大石さん ☎027-386-8095へ

夏の分校キャンプで  
思い出してくる

赤城山の分校でキャンプを開催。夜の満天星空探検や星空観察、昆虫・植物観察を行います。

期日 8月13日(金)～14日(土)(1泊2日)

会場 白川小学校赤城山分校(富士見町赤城山)

対象 小4～小6、25人(抽選)  
費用 6,500円

☑8月8日(日)(必着)までにハガキで。住所・親子の氏名(ふりがな)・性別・年齢(学年)・電話番号を記入し、〒371-0845鳥羽町38-1アイデアビル3F・ぐんま山森自然薬校「夏のキャンプ係」剣持さん(☎090-9670-3380)へ

水道

排水設備工事の技術資格試験を実施

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17日(日)午前9時～正午

会場 高崎経済大(高崎市上並榎町)

費用 8,500円

8月2日(月)～31日(火)に所定の申込用紙に記入し、下水道管理課(☎898-3074)へ直接

都市計画

アスベストの調査費用を助成します

解体予定のない建築物に吹き



5,000円 ひとまわりダンスクラブから。オーディオメーター2台 商工会議所青年部緑水会から。
○:以上2件は社会福祉のために



鮮やかなアレンジで飾ろう

付けられたアスベストの分析調査費を補助。事前に協議が必要です。詳しくは本市ホームページをご覧ください。
対象 吹き付けアスベストなどが施工されているおそれのある市内の民間建築物、先着5棟
補助金額 分析調査費用(25万円まで全額補助)

公園緑化

初めてでも大丈夫 花を美しく演出

基礎から始めるフラワーアレンジメント教室を開催。華やかな作品を作ってみませんか。
日時 8月22日(日)午前10時～正午

会場 敷島公園ばら園
対象 市内在住の人、30人(抽選)

12月24日(金)までに建築指導課(☎898-6752)へ直接

費用 2,500円
用意する物 エプロン、園芸用はさみ
7月26日(月)(必着)までに往復ハガキで。教室名・住所・氏名・電話番号を記入し、市役所公園緑地課内「まちを緑にする会事務局(☎898-6842)へ

男女共同参画

デートDVについて学んでみませんか

「デートDVって!なに?」をテーマに、アウェア代表・山口のり子さんが若者のDVの実態と課題について講演します。若者がお互いを尊重し合える関係について考えてみませんか。
日時 8月11日(水)午後1時30分～4時30分

会場 ぐんま男女共同参画センター(大手町一丁目)
対象 一般、先着80人
費用 500円
申込センター ☎224-2221

福祉

スポーツ大会で体力づくりを

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。



楽しく学んで作ろう縄文時代の土偶

埴輪や縄文土器の制作復元をライフワークとして取り組む、八木孝男さんを講師に、楽しく縄文時代の土偶を作ってみませんか。

日時 8月8日(日)午前10時～午後3時
会場 粕川歴史民俗資料館
対象 小学生以上(小3以下は保護者同伴)、先着30人
8月6日(金)までに文化財保護課 ☎231-9875へ

広げよう交流の輪 シニアの祭典で

ぐんまねりんピックの参加者を募集します。
これは、シニアの生きがいや健康づくりを促進するスポーツと文化の祭典です。多くの人と交流を楽しんでみませんか。

期日 11月5日(金)
会場 県総合スポーツセンターほか

税

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 8月2日(月)まで



三二情報

国民健康保険運営協議会

日時 7月28日(水)午後2時

会場 市役所11階南会議室

対象 一般、先着15人

☑当日午後1時30分〜50分に会場へ直接

☒国民健康保険課 ☎898-6246

☒クリーニング師の研修と講習

期日 7月12日(日)②11月21日(日)③10月17日(日)④12月12日(日)

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

対象 ③は平成5年生まれで本市に登録し、平成19年度〜21年度の狂犬病予防注射を受けている飼い犬(獣医師から予防注射を猶予する旨の診断書などが発行され、市に提出している犬を含む)と、この要件を満たすことし1月1日以降の死亡犬

☑8月2日(月)〜31日(火)に衛生検査課 ☎220-5777

☒おもちゃの病院

日時 ①7月24日(土)②7月25日(日)③8月1日(日)、午前10時〜正午

会場 ①は柏川児童館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

まえばし元気インフォメーション

群馬テレビ

7月24日(土)午前8時から15分間  
(再放送)7月29日(木)午後9時から



前橋七夕まつり  
わくわく体験! 赤城山

の家(堀越町)  
☒ボランティアセンター ☎232-3848

☒自衛官を募集

種目 ①一般曹候補生②航空学生③自衛官候補生(男子)④自衛官候補生(女子)

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3月に卒業見込みの人

試験日 ①は9月18日(土)②は9月23日(木)③は受け付け時に連絡

④は9月26日(日)

☑8月1日(日)〜9月10日(金)に自衛隊前橋募集案内所(城東町二丁目) ☎233-8960

☒満17歳になる長寿犬を表彰

動物愛護フェスティバルまえばしで、ことし満17歳になる飼い犬を長寿犬として表彰します。

期日 10月24日(日)

会場 大胡ぐりーんふらわー牧場

対象 平成5年生まれで本市に登録し、平成19年度〜21年度の狂犬病予防注射を受けている飼い犬(獣医師から予防注射を猶予する旨の診断書などが発行され、市に提出している犬を含む)と、この要件を満たすことし1月1日以降の死亡犬

☑8月2日(月)〜31日(火)に衛生検査課 ☎220-5777

☒ストップ・メタボ教室

日時 8月18日(水)・25日(水)・31日(火)の3回、午前9時30分〜正午

会場 前橋保健センター

対象 先着20人

内容 保健師・栄養士の話、運動体験など

☑8月11日(水)までに健康増進課 ☎220-5784

健康

休日当番動物病院案内 ☎232-6188

メタボ教室で健康スタイルに

☒ストップ・メタボ教室

日時 8月18日(水)・25日(水)・31日(火)の3回、午前9時30分〜正午

会場 前橋保健センター

対象 先着20人

内容 保健師・栄養士の話、運動体験など

☑8月11日(水)までに健康増進課 ☎220-5784

元気な体づくりを健康サポートデー

生活習慣改善に取り組む人をサポート。腹囲や血圧測定、運動体験などを行います。

日時 ①8月11日(水)②8月17日(火)、午前10時〜11時30分

会場 ①は宮城保健センター②は大胡保健センター

対象 先着各15人

☑各開催日の1週間前までに大胡保健センター ☎283-7311

健康

休日当番動物病院案内 ☎232-6188

メタボ教室で健康スタイルに

☒ストップ・メタボ教室

日時 8月18日(水)・25日(水)・31日(火)の3回、午前9時30分〜正午

会場 前橋保健センター

対象 先着20人

内容 保健師・栄養士の話、運動体験など

☑8月11日(水)までに健康増進課 ☎220-5784

元気な体づくりを健康サポートデー

生活習慣改善に取り組む人をサポート。腹囲や血圧測定、運動体験などを行います。

日時 ①8月11日(水)②8月17日(火)、午前10時〜11時30分

会場 ①は宮城保健センター②は大胡保健センター

対象 先着各15人

☑各開催日の1週間前までに大胡保健センター ☎283-7311

健康

休日当番動物病院案内 ☎232-6188

メタボ教室で健康スタイルに

☒ストップ・メタボ教室

日時 8月18日(水)・25日(水)・31日(火)の3回、午前9時30分〜正午

会場 前橋保健センター

対象 先着20人

内容 保健師・栄養士の話、運動体験など

☑8月11日(水)までに健康増進課 ☎220-5784

元気な体づくりを健康サポートデー

生活習慣改善に取り組む人をサポート。腹囲や血圧測定、運動体験などを行います。

日時 ①8月11日(水)②8月17日(火)、午前10時〜11時30分

会場 ①は宮城保健センター②は大胡保健センター

対象 先着各15人

☑各開催日の1週間前までに大胡保健センター ☎283-7311

健康

休日当番動物病院案内 ☎232-6188

メタボ教室で健康スタイルに

☒ストップ・メタボ教室

日時 8月18日(水)・25日(水)・31日(火)の3回、午前9時30分〜正午

元気な体づくりを健康サポートデー

生活習慣改善に取り組む人をサポート。腹囲や血圧測定、運動体験などを行います。

日時 ①8月11日(水)②8月17日(火)、午前10時〜11時30分

会場 ①は宮城保健センター②は大胡保健センター

対象 先着各15人

☑各開催日の1週間前までに大胡保健センター ☎283-7311

健康

休日当番動物病院案内 ☎232-6188

メタボ教室で健康スタイルに

☒ストップ・メタボ教室

日時 8月18日(水)・25日(水)・31日(火)の3回、午前9時30分〜正午

会場 前橋保健センター

対象 先着20人

内容 保健師・栄養士の話、運動体験など

☑8月11日(水)までに健康増進課 ☎220-5784

元気な体づくりを健康サポートデー

生活習慣改善に取り組む人をサポート。腹囲や血圧測定、運動体験などを行います。

日時 ①8月11日(水)②8月17日(火)、午前10時〜11時30分

会場 ①は宮城保健センター②は大胡保健センター

対象 先着各15人

☑各開催日の1週間前までに大胡保健センター ☎283-7311

健康

休日当番動物病院案内 ☎232-6188

メタボ教室で健康スタイルに

☒ストップ・メタボ教室

日時 8月18日(水)・25日(水)・31日(火)の3回、午前9時30分〜正午

会場 前橋保健センター

対象 先着20人

内容 保健師・栄養士の話、運動体験など

☑8月11日(水)までに健康増進課 ☎220-5784

元気な体づくりを健康サポートデー

生活習慣改善に取り組む人をサポート。腹囲や血圧測定、運動体験などを行います。

日時 ①8月11日(水)②8月17日(火)、午前10時〜11時30分

会場 ①は宮城保健センター②は大胡保健センター

対象 先着各15人

「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30日(金) (パート2)8月6日(金)、午後7時30分〜8時

☒県広報課 ☎226-2168



「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30日(金) (パート2)8月6日(金)、午後7時30分〜8時

☒県広報課 ☎226-2168

健康レシピ

前橋市健康増進計画  
健康まえばし21

ラタトゥイユは副菜です。主食と主菜を組み合わせるとバランスのよい献立になります。



ラタトゥイユ



1人分の栄養価

エネルギー	48kcal	たんぱく質	1.3g
脂質	1.8g	カルシウム	21mg
鉄分	0.4mg	塩分	0.4g

材料(4人分)

トマト	1個
ナス	3個
タマネギ	1個
ピーマン	2個
セロリ	80g
ニンニク	1かけ
オリーブオイル	大さじ1
トマトジュース	160cc
水	1カップ
塩	小さじ1/2
こしょう	少々

作り方

- ①トマト、ナス、タマネギ、ピーマン、セロリの茎は1.5cm角に切り、ナスは水に浸してあくを抜く。
- ②セロリの葉、ニンニクはみじん切りにする。
- ③鍋にオリーブオイルとニンニクを入れ火にかける。香りが出たらタマネギを加え、透き通るまでいためる。
- ④ピーマン、ナスを加えていため、セロリ、トマト、水を加えて軟らかくなるまで煮る。
- ⑤トマトジュースを加えて煮立て、塩、こしょうで味を整える。

		内科				外科		婦人科	耳鼻科	眼科
休 日 当 番 医	7月25日(日)	吉田小児科医院 (児) 箱田町 ☎253-7733	木村医院 (内) 平和町二丁目 ☎231-3070	木暮医院 (内児) 清野町 ☎251-9101	前橋協立診療所 (内) 城東町三丁目 ☎231-6060	堺堀整形外科 (整) 富士見町時沢 ☎260-5125	剛 医院 (外) 広瀬町三丁目 ☎266-3566	海老原医院 (産婦) 高崎市昭和町 ☎027-322-4721	吉見耳鼻咽喉科医院 (耳鼻) 高崎市新紺屋町 ☎027-326-8733	高崎眼科 (眼) 高崎市栄町 ☎027-322-5005
	8月1日(日)	みどり小児科 (児) 嶺町 ☎269-8885	二子山クリニック (内) 朝倉町一丁目 ☎263-1331	吉羽内科胃腸科医院 (内) 下川町 ☎265-3877	木村内科医院 (内) 箱田町 ☎253-8883	せせらぎ病院附属あさくら診療所 (整) 朝倉町 ☎265-6522	中嶋医院 (外) 小屋原町 ☎266-1601	中野産婦人科医院 (産婦) 国領町二丁目 ☎233-5588	町井耳鼻咽喉科 (耳鼻) 文京町二丁目 ☎221-2551	羽生田眼科医院 (眼) 千代田町二丁目 ☎232-1010
	8月8日(日)	中嶋小児科医院 (児) 江木町 ☎261-9299	田中内科クリニック (内) 日吉町一丁目 ☎231-3001	塩野内科クリニック (内) 南町二丁目 ☎223-8722	前橋城南病院 (内) 富田町 ☎268-4111	積心会富沢病院 (整) 朝日町四丁目 ☎224-3955	狩野脳神経外科医院 (脳外整) 上泉町 ☎269-5454	上条女性クリニック (産婦) 高崎市栗崎町 ☎027-345-1221	耳鼻咽喉科長谷川医院 (耳鼻) 高崎市片岡町二丁目 ☎027-323-4196	高山眼科緑町医院 (眼) 高崎市緑町一丁目 ☎027-361-6888
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25日(日)=阿部接骨院 (荒口町) ☎268-3757、新田接骨院 (下新田町) ☎252-0515									
	8月1日(日)=干場接骨院 (富田町) ☎268-0464、湯沢接骨院 (龍蔵寺町) ☎232-4603									
	8月8日(日)=広瀬接骨院 (広瀬町二丁目) ☎263-8881、吉田接骨院 (鼻毛石町) ☎283-7766									
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									

# まち通信 かど



## 手作り灯籠に 元気な毎日願う

三俣町三丁目

三俣町三丁目旧公民館で6月26日、とうろう祭りが開催されました。これは、子ども育成会が中心となり毎年行われている行事。この日のために絵を描いた灯籠に灯をともし、無病息災や地区の繁栄を願いました。子ども模擬店での駄菓子の販売体験も行われ、みんなで楽しい時間を過ごしました。



## みんなでつなぐ 親ぼくのラリー

二之宮町

7月4日、二之宮小学校で二之宮町ソフトバレーボール大会を開催。これは、住民同士の交流を目的に毎年行われており、ことしは約110人が参加しました。子どもからお年寄りまでが、コートで一生懸命ボールをつなぎ、白熱のラリー戦を展開。参加者は楽しみながら汗を流していました。

## 編集 4 こぼれ話

表紙の取材で市民プールへ。家に帰ってびっくり。露出していた部分が日に焼けて真っ赤になっていました。しばらくの間タオルにくるんだ氷で冷やすことに。確か昨年と同じ事をした気がします。来年こそは同じ過ちを繰り返さないようにしないと。(荻)

### 表紙の案内

僕たちウオーターボーイズ。夏の暑い日差しの中、市民プールは大勢の人でにぎわいます。これから待ちに待った夏休み。プールで家族や友達と思い切り遊みましょう。



ゆうな 杉戸 悠夏ちゃん  
(1歳11カ月・西片貝町二丁目)



あゆき 西澤 歩生ちゃん  
(2歳・大友町一丁目)



つばさ 佐藤 翼ちゃん  
(1歳11カ月・南橋町)



ゆうは 下田 優羽ちゃん  
(1歳11カ月・富士見町時沢)



こなつ 小林 子夏ちゃん  
(1歳11カ月・江木町)



わたる 篠田 航ちゃん  
(1歳11カ月・富士見町小沢)



## Sing Sing Sing



・第1・第3火曜 ・午後1時～3時  
・前橋プラザ元気21 ・会員数15人  
・代表者/小屋文明さん ☎265-5687

英語の歌を中心に歌っています。先生のユーモアあふれる指導で、いつも歌声と笑い声に包まれています。新しいイベントにも出演したいですね。



この広報紙は再生紙を使用。不要になった広報紙は有価物集団回収(雑誌)に出すか紙リサイクル庫へ。 20

発行・前橋市役所  
〒371-8601 前橋市大手町二丁目12-1

電話  
ファクス  
224-1111  
224-3003

編集・政策部市政発信課 毎月1日・15日発行