

生涯おいしく楽しく食べるために 歯と口の健康と食生活を大切に

☎健康増進課 ☎027-220-5708

● 食生活や口内環境を見直して

6月は食育月間と、歯と口腔^{こうくう}の健康づくり普及月間です。食は、私たちが生きていく上で欠かせない基礎となるもの。また、食べるためには歯と口の健康を保つことが重要です。いつまでもおいしく楽しく食べるために、歯と口の健康を日常生活の中で意識しましょう。



● 歯と口の健康週間

6月4日(金)から10日(木)までは歯と口の健康週間。今年のスローガンは「一生を 共に歩む 自分の歯」です。歯と口は私たちが健康に生きていく力を支えるものであり、健康と深く関わっています。

永久歯を1本でも失うと「食べる・話す・笑う」などの日常生活に支障が出ます。歯を失う主な原因となるむし歯と歯周病は口の中を清潔に保つことで予防できます。磨き残しがないよう、丁寧に歯を磨きましょう。また、かかりつけの歯科医療機関で定期的に健診を受けましょう。



歯科医師会長の言葉

6月4日から10日までは歯と口の健康週間。ずっとマスクをしているので、歯を他人に見られることがなく、口の中の管理がおろそかになっていませんか?この機会に口の健康について再確認しましょう。

コロナウイルスは口の中や唾液中に多く含まれています。そのためマスクの装着が大事で、外からのウイルスの侵入を防ぐとともに、口の中から遠くへウイルスを飛ばすことを防いでくれます。しかし、マスクを長く着けていると、口の中の乾きやネバつきを感じたことはありませんか。この対策には、水分補給とうがい、歯磨きがとても有効です。

洗口剤にはウイルスの増殖を抑える成分があります。コロナウイルスの表面は脂質で覆われているので、歯磨剤に含まれる界面活性剤も効果があります。舌の表面がネバついている人には舌ブラシが有効。ただし、こすりすぎには注意してください。学

校や会社で、みんなで一緒に歯磨きをすることは感染リスクが高いです。朝食後と就寝前にいつもより時間をかけて歯を磨きましょう。歯みがき後の洗口剤の使用も有効です。口の中の健康を保つことで、新型コロナウイルス感染リスクを下げられるという報告が複数あります。海外の歯周病の専門誌では、歯周病を持つ新型コロナ患者は歯周病でないコロナ患者に比べて死亡リスクが8倍高いという論文も。

新型コロナウイルス感染拡大当初から、歯科診療は口を開けて唾液が飛び散るので感染リスクが高いと言われてきました。しかし、歯科医院でも感染防止に注意深く対策を取っています。全身の健康のためにも、コロナ対策としても、口の健康を心掛けてください。

前橋市歯科医師会 会長 石原 秀一郎

健康な体づくりは食事から いつもの食生活を見直して

☎ 健康増進課 ☎ 027-220-5783

● 6月は食育月間です

食育とは、生涯にわたって健康に過ごすため、食をとおして生きる力を身に付けるための取り組み。例えば、食事の時のあいさつやマナーを大切にすること、バランスの取れた食事を心掛けることは、普段から取り組めることです。食べることは生きることのように、毎日口にする食べ物が、私たちの体を作り、活動源となり、病気に抵抗する力を生み出します。

● 地産地消で食育の環を広げよう

地域で生産された物を、その地域で消費する地産地消。本市は全国でも有数の農業都市です。豊かな農畜産物を積極的に活用して食への感謝を深めましょう。本市ホームページでは、管理栄養士が作成したレシピ集も掲載しています。



くるくるきゅうりのしゃぶしゃぶ

(レシピは上記二次元コードをご覧ください。)

地域の健康づくりに貢献 食生活改善推進員の養成講座

☎ 健康増進課 ☎ 027-220-5783

食生活改善推進員養成講座「健康大学」を開催します。地区公民館などで食をととしたボランティア活動をする食生活改善推進員。健康づくりの基礎となる栄養や運動、生活習慣病予防などを学び、地域の健康づくりのために活動します。

☎ 8月18日(水)～12月3日(金)の8回、

9時30分～12時

☎ 保健センター

☎ 市内在住のおおむね67歳以下で、修了後に食生活改善推進員として活動できる人、15人(選考)

¥ 3,000円程度

☎ 7月1日(水)～15日(水)に健康増進課へ



からだにうれしい食講座 知って得する!野菜の魅力

☎ 健康増進課 ☎ 027-220-5783

管理栄養士の講話でバランスの良い食事と野菜の魅力を学びます。

☎ 7月1日(水)10時～11時30分

☎ 保健センター

☎ 市内在住・在勤の人、先着15人

☎ 6月7日(月)～24日(水)に健康増進課へ

国保や後期高齢者医療の加入者が対象 医療費や食事療養費の軽減措置

☎ 国民健康保険課
027・898・6249
後期高齢者医療については同課
027・898・6253

国民健康保険や後期高齢者医療の加入者に医療費などの軽減措置があります。病院などの窓口に限度額適用・標準負担額減額認定証を提示すると、支払う医療費が自己負担限度額までに（表1のとお

り）。また、住民税非課税世帯の人は、入院時の食事代が減額されます（表2のとおり）。国保加入者で70歳以上か後期高齢者医療加入者で区分が現役並みⅢと一般の人は、高齢受給者証か後期高齢者医療被保険者証が認定証の代わりになります。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。

表1 自己負担限度額				
区 分		限度額		限度額 (4回目以降)*3
70歳未満*1	年間所得 901万円超	25万2,600円+（医療費の総額－84万2,000円）×1%		14万100円
	年間所得 600万円超 901万円以下	16万7,400円+（医療費の総額－55万8,000円）×1%		9万3,000円
	年間所得 210万円超 600万円以下	8万100円+（医療費の総額－26万7,000円）×1%		4万4,400円
	年間所得 210万円以下	5万7,600円		
	住民税非課税世帯	3万5,400円		2万4,600円
70歳以上・後期高齢者医療加入者		外来 (個人単位)	入院+外来 (世帯単位)	
	現役並み所得者*2			
	Ⅲ 課税所得 690万円以上	25万2,600円+（医療費の総額－84万2,000円）×1%		14万100円
	Ⅱ 課税所得 380万円以上 690万円未満	16万7,400円+（医療費の総額－55万8,000円）×1%		9万3,000円
	Ⅰ 課税所得 145万円以上 380万円未満	8万100円+（医療費の総額－26万7,000円）×1%		4万4,400円
	一般	1万8,000円 (年間限度額 14万4,000円)	5万7,600円	
非課税	低所得者Ⅱ (世帯主と国保加入者 (後期高齢は世帯全員) が住民税非課税の人)			2万4,600円
	低所得者Ⅰ (上記と同様の人で各種 収入から必要経費・控除 (年金の所得は控除額を 80万円として計算)を差し 引いた所得が0円となる世帯 の人)	8,000円		1万5,000円

*1 所得は、同一世帯の全ての国保加入者の基礎控除後の所得の合計

*2 現役並み所得者：一部負担金の割合が3割の人

*3 過去12カ月間に4回以上高額療養費に該当している場合の4回目からの限度額

表2 入院時食事療養費標準負担額		
対象		1食当たり負担額
下記以外の人		460円
表1で住民税非課税世帯・低所得者Ⅱの人	90日までの入院	210円
	90日を超える入院	160円
表1で低所得者Ⅰの人		100円

認定証の更新手続き

認定証は7月末で有効期限が切れます。新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、認定証の交付を受けていて本年度も引き続き該当する人には、6月中旬に申請書を送付。認定証が必要な人は申請書を返送してください。後日、交付対象者には認定証を送付します。新規に認定証が必要な人は連絡をしてください。また、後期高齢者医療加入者で、現在認定証の交付を受けていて、本年度も引き続き該当する人には、7月中旬に保険証と一緒に認定証を送付します。

国保を脱退するときは 手続きを忘れずに

☎ 国民健康保険課 027・898・6250

国民健康保険(国保)に加入している人が、社会保険に加入した時やその被扶養者となった場合は、国保の脱退手続きが必要です。該当者全員の社会保険証と国民健康保険証、マイナンバーが分かる物、運転免許証などの身分証を持参し、本

人か代理人が届け出てください。郵送による手続きもできます。届け出様式は本市ホームページからダウンロードするか、希望者には自宅へ郵送します。詳しくは本市ホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

夏でも快適 赤城を疾走しませんか

☎ まちづくり公社 ☎027-289-4764

あかぎ大沼・白樺マラソン2021を開催。標高1,360mにある赤城山大沼は、夏でも平均気温20度前後で、記録を狙うランナーからファンラン派のランナーまで満喫できる大会です。コースは赤城山大沼湖畔1周5kmか2周10kmの周回コース。詳しくは同大会ホームページをご覧ください。

時 8月29日(日)9時～12時

対 高校生以上

¥4,000円



詳しくはこちら

困ったら 一人で悩まないで相談を

☎ 生活課 ☎027-898-6100

行政相談委員制度が今年創設60周年を迎えました。行政相談委員は、国など行政機関の業務への苦情や意見・要望を聴き、問題解決の促進を図ります。相談日は本紙各種無料相談のページに毎月掲載。総務省行政相談センターきくみ群馬(☎0570-090110)では電話での相談もできます。

委員(敬称略)＝志田洋遠、江口安美、榎田和夫、高橋真澄、栗原定男、木島定幸、石倉米一、椿良子、須藤英雄、仲道さゆり

9月からの 明寿大学の新入学生を募集

☎ 中央公民館 ☎027-210-2199

高齢者の学びの場・明寿大学の9月入学生を募集します。4年制で、講座やクラブなどの学習を通じて自己実現を目指します。詳しくは中央公民館で配布するパンフレットをご覧ください。

時〈講座学習〉毎月月曜2回、9時30分～11時30分〈クラブ学習〉毎月月曜2回、13時～15時

対 市内在住で、9月1日(水)時点で60歳以上の人、110人(抽選)

¥ クラブ学習費、学友会費など

申 6月30日(水)までに往復ハガキで(1人1通。夫婦のみ連名可)。郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号を記入し、〒371-0023本町二丁目12-1・中央公民館「明寿大学係」へ

受診シールを使って 健康チェックをしましょう

☎ 健康増進課 ☎027-220-5784

● 集団健診(検診)

下表のとおり、集団健診(検診)を実施。全ての健診(検診)で事前申し込みが必要です(先着順・定員あり)。また、受診前に自宅で検温を済ませ、マスクを着用してお越しください。平熱より体温が1度程度以上高い場合や風邪の症状がある場合は、受診を控えてください。

対 本年度検診対象者(40歳以上)で未受診の人

持 保険証、受診シール

● 女性のがん検診

下表のとおり、子宮頸がん・乳がん(甲状腺)の集団検診を実施します。全ての検診で事前申し込みが必要です(先着順・定員あり)。なお、託児については事前に相談してください。

対 本年度検診対象者で未受診の女性。〈子宮頸がん〉20歳以上〈乳がん(甲状腺)〉40歳以上

持 受診シール

日程	会場	当日受付時間	健	胸	胃	大	前	肝	子	乳	申込期間	申し込み先
7月	5日(月)	13時～15時	×	×	×	×	×	×	●	●	6月7日(月)～28日(月)	保健センター ☎027-220-5784
	28日(水)		×	×	×	×	×	×	●	●		
8月	4日(水)	9時～11時	●	●	●	●	●	●	×	×	6月21日(月)～7月9日(金)	JA 南部支所 ☎027-265-0956
	5日(木)		●	●	×	●	●	●	×	×		南部営農センター ☎027-265-0221
	6日(金)		●	●	●	●	●	●	×	×		JA 西部支所 ☎027-251-2487
	20日(金)		●	●	●	●	●	●	×	×	6月28日(月)～7月21日(水)	JA 荒砥支所 ☎027-268-3421
	23日(月)		●	●	●	●	●	●	×	×		JA 西部支所 ☎027-251-2487
	24日(火)		●	●	●	●	●	●	×	×		
	25日(水)		●	●	×	●	●	●	×	×		
	25日(水)		●	●	×	●	●	●	×	×		

いきいき
まえばし人

行政相談委員

志田 洋遠さん・78歳

苗ヶ島町

今を生きる人に手を差し伸べたい



金剛寺住職の志田さんは平成3年度から行政相談委員を務めている。もともと寺の住職として住民の相談を受けることが多かった志田さんは、旧宮城村から打診があり相談委員になった。

「行政は未知の世界でした。でも、最初の相談が解決したときにこの活動が村民のためになるんだと実感し、やりがいを感じました」

行政相談委員への相談は多岐にわたる。志田さんはその全てに真摯に向き合ってきた。

「相談を受けるとき最も大事なことは傾聴です。先入観を持たないようにして相手の話をじっくり聞くこと。また、内容が事実かどうか必ず自分の

目で確かめるようにしています」

行政相談委員の活動を始めて本年度で31年目。定年の80歳まであと2年となった。

「この業務を続けてこられたのは、自分自身学ぶものや喜びが大きかったからです。相談者のためにも定年まで務め上げたいです」と話す。

現在、志田さんは自身でもメール相談などを実施している。相談者の中には志田さんを慕い、長い付き合いになる人も多い。

「人間、今が大事。だから今生きている人たちのためにずっと相談活動が続けていきたい」と志田さんは語る。その熱意にこれからも多くの人が助けられるのだろう。

ピンシャン!
フレイル予防で
健康長寿Vol.2
高齢者の栄養ピンシャン!
元気体操岡長寿包括ケア課
☎ 027-898-6133

フレイル予防とは、生涯にわたって活動的で生きがいのある生活を送るため、健康寿命（日常生活に制限のない期間）を延ばす取り組みです。このコーナーでは心と体を元気にするヒントを紹介。今回は「高齢者の栄養」です。

年齢を重ねると、手軽で食べやすいご飯やパン、麺類だけの食事になってしまいう人が少なくありません。しかし、このような食生活が続くと知らず知らずのうちに低栄養になっていくかも。栄養状態を良好にし、体の機能を維持するためには、さまざまな食品から栄養素をとることが大切です。毎日さまざまな食品を食べている人はフレイル（虚弱状態）になるリスクが低いことが分かっています。

「さあにぎやかにいただく」確認の仕方

1日の食事で食べたものの食品群に○をつけ、○＝1点として数えます。

少しでも料理の中に入っていたら○＝1点とします。

に 目標は1日7品目（7点）以上

さ	あ	に	ぎ	や	か	い	た	だ	く
魚	油	肉	牛乳・乳製品	野菜	海藻	芋	卵	大豆製品	果物
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※1 出典：熊谷修ほか「日本公衆衛生雑誌」2002；50；1117-1124「『さあにぎやかにいただく』の語呂合わせはロコモチャレンジ推進協議会による」
※2 東京都健康長寿医療センター研究所 健康長寿ガイドライン策定委員会

1日の食事で食べるようにしたい10食品の頭文字を取って合言葉にしたのが左図の「さあにぎやか（に）いただく」です。まずは1日の食事を振り返り、この10食品のうち何品目食べられているかチェックしてみましょう。チェックが付かなかった食品を意識して食べるようにして、1日7品目以上を目指しましょう。

クローズアップ CLOSE UP

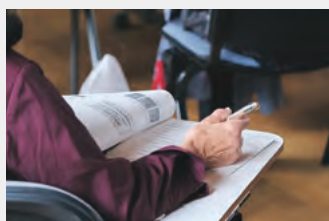
参道に咲き誇るツツジ

5月3日に赤城神社参道松並木とつつじの道ウォーキングを開催。例年の約半数の62人が参加し、みやぎ千本桜の森をスタートに赤城神社までの参道を歩いてツツジを楽しみました。参道には例年5月上旬に、自生した約4,000株のヤマツツジが花を咲かせています。



城建つ当時を振り返る

5月15日、粕川歴史民俗資料館で講座「前橋城の基礎知識」を開催。約20人が参加し、古地図などを見ながら前橋城の歴史について解説を受けました。同館の企画展「前橋城大手門現る―発掘された前橋城」の実施状況は本市ホームページをご覧ください。



高校生が学べる環境を

5月1日からJR前橋駅北口のアクエル前橋2階（表町二丁目）に高校生のための学習スペースを開設しました。この学習室は市立前橋高の生徒が模擬議会で要望したことをきっかけに設置。初日には多くの高校生が新しい学習室を利用して思い思いに勉強をしていました。



くらしの情報

お知らせ

里親の制度を説明します

里親に興味がある人などを対象に相談説明会を実施します。

時 6月30日(水)13時～16時

場 保健センター

申 当日会場へ直接

問 子育て支援課

☎027・220・5702

不妊・不育症の治療費を一部助成

不妊や不育症の治療費の一部を助成。申請には医師の証明書などが必要。詳しくは本市ホームページをご覧ください。

対象治療期間 Ⅱ 一般不妊治療 4月1日～12月31日(金) 不育症治療費 原則4月1日～12月31日(金)

申 来年2月28日(月)までに保健センター内子育て支援課(☎027・20・5704)へ直接

☎027・20・5704

在宅介護者に慰労金支給

介護保険の要介護4・5の高齢者を在宅で介護している人に、年額8万円の慰労金を支給。過去に慰労金の支給があった場合、その申請日

の翌日から1年経過した日の属する月の初日から申請できます。

対 次の条件に全て当てはまる高齢者を主として介護している人。①本市在住で、申請日時点で65歳以上②在宅で6カ月以上、要介護4・5の状態が継続③申請月の前6カ月間で利用したショートステイ(短期入所)や小規模多機能型居宅介護の宿泊の日数の合計が7日を超えない④申請月の前6カ月間で入院・入所期間が10日を超えない⑤申請時に入院・入所中でない

申請書の配布 Ⅱ 市役所長寿包括ケア課で。本市ホームページからダウンロードもできます

申 申請書に記入し、通帳の写しを添えて長寿包括ケア課(☎027・898・6134)へ直接

98・6134

登録販売者試験を実施

一般用医薬品の販売などに必要な登録販売者試験を実施。詳しくは、県ホームページをご覧ください。

時 9月9日(木)

場 ビエント高崎(高崎市問屋町)、高崎経済大(高崎市上並榎町)

¥1万5,000円

試験案内の配布 Ⅱ 県庁薬務課、市保健所内保健総務課などで

蚊の発生を抑えましょう

蚊には、デング熱やジカウイルスなどのさまざまな感染症を媒介する危険性があります。まん延を未然に防止するためには、平常時から地域全体で蚊の発生抑制に取り組むことが大切です。蚊の産卵場所となるたまり水をなくし、雑草や樹木は刈り取って、蚊が潜む場所をなくしましょう。また、肌を露出しない服を着たり虫よけを使ったりして、蚊に刺されないようにしましょう。

蚊の駆除方法については衛生検査課

☎027・220・5779

マイナポイントの申し込み支援

マイナポイントの申し込み支援を実施。マイナポイントとは、選択したキャッシュレス決済サービスでチャージや買い物をすると、利用金額に対し25%(上限5,000円)

分のポイントが付与されるものです。申し込みは9月末日までで、4月未だにマイナンバーカードを申請した人が対象です。支援日程などの最新情報は本市マイナポイント特設ページをご覧ください。

場・時 市役所1階特設窓口、大胡・宮城・粕川・富士見支所 平日9時～17時 へけやきウォーク前橋(文京町二丁目) 土日曜(6月5日(土)を除く、10時～18時)

持 マイナンバーカード、マイナンバーカードの暗証番号4桁、使用するキャッシュレス決済サービスの登録情報など

問 未来政策課

☎027・898・6513

あかぎの輝きを販売します

本市オリジナルのバラ、あかぎの輝き150株を抽選販売します。

時 7月4日(日)9時～15時

場 敷島公園門倉テクノばら園

¥1株1,600円

申 6月15日(火)までに往復ハガキで(1世帯1通)。住所・氏名・電話番号、あかぎの輝き希望と記入し、〒371・0804六供町1420・公園管理事務所(☎027・225・2116)へ

窓 業務時間 本庁・支所・市民サービスセンター 木田×元氣21まえばし証明サービスコーナー

8時30分～17時15分

10時～19時

広報まえばし 6月号

20

時日時 場場所 対対象 費用 持用意する物 申申し込み 問問い合わせ

市長コラム

Mayor's Column

私もワクチン接種の予約をサポートする窓口に立ちました。職員が市民に寄り添っている様子を、私は頼もしく感じています。特に、若手の職員にとっては学びの機会なんだと思います。市民の声が職員を育ててくださっていると感謝しております。

現在、65歳以上の市民の予約を受け付けております。私は多くの自治体での混乱を知り、「分散のために75歳以上の予約を前倒しすること」、「一度に2回目までの接種予約を可能にすること」を決断し、期間のない中で体制やシステムを変更しました。

こうした中、多くの市民にご協力をいただき、予約も順調に進んでおります。重症化のリスクが高い方の接種が進むことに、少しほっとしています。

HP

ようこそ
市長室へ



山本 龍

○介護費用の一部が軽減に

特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護医療院・短期入所サービスを利用するときの食費や居住費が軽減される制度があります。8月以降の軽減の申請は、6月21日(月)から受け付けます。市役所介護保険課、大胡・宮城・粕川・富士見支所で申請してください。なお、現在認定を受けている人には、6月下旬に更新のお知らせを郵送。詳しくは本市ホームページをご覧ください。



対 世帯全員と配偶者が市民税非課税

で預貯金などの資産が基準以内の人
提出する人の本人確認書類、本人
と配偶者の全ての預貯金通帳などの
写し

関 介護保険課

☎ 027・898・6157

○シカやイノシシの捕獲強化

市内でも飼育豚への感染が確認された豚熱(CSF)。感染の最大の原因は野生イノシシの豚熱感染です。市では感染の拡大防止や、シカやイノシシによる農作物への被害防止のため、山間地にわななどを仕掛け捕

獲を強化。また、経口ワクチンを広域に散布します。森林所有者の皆さんのご理解をお願いします。

関 農政課

☎ 027・225・7105

○点字化した公文書を送ります

身体障害者手帳の交付を受けている視覚障害者で、主に点字で情報を入力している人に、事前登録で、ごみ収集カレンダーや希望する公文書を点字化して送付します。詳しくは問い合わせてください。

関 障害福祉課

☎ 027・220・5711

○街路樹内を除草します

6月下旬から10月下旬まで、低木類が植栽されている市内の各市道で、道路上の作業のため交通規制を実施します。街路樹の適正な管理のため、作業への協力をお願いします。

関 公園管理事務所

☎ 027・225・2116

○障害者や家族の相談に応じます

障害者相談員は、障害者や家族からの相談を受け、関係機関との連絡調整を行います。相談員の連絡先など詳しくは問い合わせください。

相談時間 9時～17時(土日曜・祝日を除く)

相談種別 身体・知的障害、難病

関 障害福祉課

☎ 027・220・5714

ファクス 027・223・8856

○6次産業化事業を支援します

市内での経営耕地面積が30㌥以上か直近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・団体を対象に、6次産業化に取り組む施設の整備費などを補助します。

対 来年度実施する次の事業。(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、ホームページ作成、パッケージデザインなど

関 農政課

☎ 027・898・5841

○男女共同参画の意識調査

昨年9月に、無作為に抽出した市民を対象に男女共同参画に関するアンケートを実施しました。調査報告書は市役所情報公開コーナーや市立図書館などで閲覧できるほか、本ホームページにも掲載しています。

関 男女共同参画センター

☎ 027・898・6517





お知らせ

○退職金設計は安心な中退共で

中小企業退職金共済制度は、中小企業のための国の退職金制度です。詳しくは問い合わせてください。

特色Ⅱ①掛け金の一部を国と市が助成②掛け金は税法上、全額非課税③加入後掛け金月額の変更可④パートタイマーなど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

岡中小企業退職金共済事業本部

☎03・6907・1234

○定例市議会はネット中継の視聴を

第2回定例市議会の日程は左表のとおりです。本会議はインターネットで生中継。スマホやタブレット端末などからも視聴できます。左記二次元コードからご覧ください。

定例市議会日程		
日時		会議名
6月10日(木)	13時	本会議
6月17日(木)	10時	本会議 (総括質問)
6月18日(金)		
6月21日(月)		
6月29日(火)	13時	本会議



岡議会事務局

☎027・898・5923

○教育委員会定例会の傍聴

時 6月14日(月)14時

場 市役所11階北会議室

対 一般、先着10人

申 当日13時30分～50分に会場へ直接

岡教育委員会事務局総務課

☎027・898・5802

○都市計画変更案閲覧と公聴会

都市計画の変更案の閲覧と公聴会を実施します。

変更内容Ⅱ〈駒寄スマートーC周辺地区〉①区域区分を変更し市街化調

造成事業の決定③用途地域を変更し用途地域無指定から工業専用地域へ〈山王駒形地区〉④用途地域を変更し第一種中高層住居専用地域から第一種住居地域へ

時 6月4日(金)～18日(金) (土日曜を除く)、8時30分～17時15分

場 市役所都市計画課(①②は県庁都市計画課、前橋土木事務所でも)

公述申出書の提出Ⅱ公聴会で意見の発表を希望する公述人は、6月18日(金)までに郵送で、住所・氏名・年齢・職業・変更案について利害関係と意見の要旨(400字以内)を記入し、

①②は県庁都市計画課③④は市役所都市計画課へ

●公聴会

傍聴希望者は当日会場へ直接お越しください。公述人がいない場合は公聴会の開催を中止。各閲覧場所と本市ホームページでお知らせします。

時 6月30日(水)14時

場 市役所3階33会議室

岡市都市計画課

☎027・898・6943

○地区計画の原案を縦覧します

駒寄スマートーC周辺地区の地区計画決定の原案を縦覧します。

時 6月4日(金)～18日(金) (土日曜を除く)、8時30分～17時15分

場 市役所都市計画課

意見書の提出Ⅱ計画案に意見のある

土地所有者などは6月25日(金)までに意見書を市役所都市計画課へ

岡同課

☎027・898・6943

○一部地域の地番が変更

二中地区(第三)土地区画整理事業について、5月14日に県知事が換地処分を公告。地番が変更され、建築などに必要な土地区画整理法第76条申請と施行者への土地所有権異動届の提出が不要になりました。な

お、9月中旬に予定の不動産登記の書き換え完了まで、所有権移転や抵当権の設定などの申請はできません。

対象地域Ⅱ朝日町一丁目・二丁目・三丁目、三河町一丁目・二丁目、西片貝町五丁目、城東町五丁目の各一部

岡市街地整備課

☎027・898・6963

○総合福祉会館の抽選予約受付

10月から12月までの総合福祉会館と第四コミュニティセンターの施設利用予約を受け付け。利用者は抽選で決定します。申し込み方法など詳しくは同館ホームページをご覧ください。

岡同館

☎027・237・0101



○産業廃棄物の報告は忘れずに

事業活動で排出される廃プラスチック類やガラスくずなどは産業廃棄物です。これらを排出するときは、産業廃棄物管理票(マニフェスト)の交付が義務付けられています。昨年度中に交付した事業者は、産業廃棄物管理票交付等状況報告書を作成し、6月30日(水)までに市役所廃棄物対策課に提出してください。

岡同課

☎027・898・5805

○木造住宅を耐震診断

耐震診断調査資格者が耐震診断を実施。地震に弱い部分や倒壊する可能性の有無を調べます。耐震性が不足する場合は、耐震改修工事などに関する説明や相談をします。

① 次の全ての条件を満たす市内の木造住宅。① 昭和56年5月31日以前に着工した一戸建ての住宅か併用住宅（住宅部分の床面積が2分の1以上）② 平屋か2階建て③ 在来軸組工法で建築

④ 印鑑や確認通知書などの図面（建築確認時の図面がない場合は別途費用がかかる場合があります）

¥1,000円

⑤ 12月22日(水)までに市役所建築指導課（☎027・898・6752）へ直接

○塀やフェンス設置前に確認を

ブロック塀やフェンスは設置前に2項道路に該当するか確認してください。2項道路とは、幅員4.5m未満



の道で、市が指定したもの。後退の義務が生じ、後退部分には建築物や門、塀の設置ができません。後退部分の土地を市に寄付・無償貸与することを条件に整備をしています。

建築指導課

☎027・898・6752

○外装改修工事に補助

自宅の屋根や外壁、雨どいなどの外部に面している部分の改修工事を補助します。必ず事前に空家利活用センターに相談を。事前相談がない場合は受け付けできません。固定資産税の納税通知書を持参してください。

時・場 ① 7月1日(木)・2日(金) 市役所3階32会議室 ② 7月5日(月)～14日(水) 市役所建築住宅課

③ 次の全ての条件を満たす住宅で、建築年の古い順に150件。① 着工前である② 60歳以上の人が居住している③ 築25年以上経過している④ 居住している人の中に昨年の所得金額が500万円以上の人がいない⑤ 過去に外装改修事業の補助を受けていない⑥ 工事契約の相手は市内業者である

補助額 ① 工事費の3分の1（上限10万円）

建築住宅課内同センター ☎027・898・6081

○監査の結果を見られます

本市の財務事務などの監査結果を公表しています。

場 市役所情報公開コーナー、各支所・市民サービスセンターなどで。本市ホームページにも掲載しています

監査委員事務局

☎027・898・6636



○寄付禁止のルールを守って

政治家が選挙区内に住む人へ寄付することは禁止されています。また、有権者が政治家名義の寄付を求めることも禁止です。贈らない・求めない・受け取らない。寄付禁止のルールを守りましょう。

選挙管理委員会事務局

☎027・898・6742



○住宅関係相談会の開催

住宅に関する相談会を開催します。時 6月26日(土)・27日(日)、13時～18時 場 市役所元氣21まえばし内にぎわいホール

●耐震診断・改修補助の相談

昭和56年以前に建築した木造住宅に居住し、耐震性に不安がある人などを対象に相談を受け付けます。確認通知書や図面などの資料を持参してください。

建築指導課

☎027・898・6752

●無料出張住宅相談会

住宅に関する法律、税金、建築、登記、資金、不動産、マンション管理などの専門のアドバイザーが相談に応じます。

① 6月25日(金)までに県住宅供給公社ぐんま住まいの相談センター ☎027・210・6634へ

後世に引き継ぐため 戦争体験の記録を配布します

戦争体験者の講演を記録した冊子「戦争の記憶を語る～平和への思いを後世へ」の配布と、講演会の映像を編集したDVDの貸し出しをします。冊子は数に限りがあります。

① 生涯学習課 ☎027-210-2198へ



i お知らせ

○ 公民館運営審議会の傍聴

時 6月16日(水) 14時30分～16時

場 中央公民館501学習室

対 一般、先着5人

申 当日14時～14時30分に会場へ直接

問 同館

☎ 027・210・2199

○ 中央公民館が休館します

8月13日(金)は一斉点検のため休館します。部屋利用を含め、利用申請などもできません。

問 中央公民館

☎ 027・210・2199

○ 図書館の各分館が休館します

6月21日(月)から24日(木)まで、特別整理で市立図書館各分館が休館。本館と前橋こども図書館は通常どおり開館します。

問 市立図書館

☎ 027・224・4311

催し

○ 前橋けいりん

時 (本場(無観客で開催)) 6月4日(金)～6日(日) (場外) 6月2日(水)～

3日(木)・7日(月)～13日(日)・17日(木)～20日(日)・23日(水)～30日(水)

問 公営事業課

☎ 027・235・2000

○ 上泉伊勢守の講演会を開催します

未来学園と本市は、歴史文化に関する取り組みで連携協定を締結しました。これを記念し、本市が誇る偉人上泉伊勢守の講演会を開催。講師は上泉伊勢守顕彰会・宮川勉さんです。上泉伊勢守が大成させた兵法・新陰流の演武も披露します。

時 7月18日(日) 13時30分～15時

場 前橋医療福祉専門学校(石関町)

対 一般、先着100人

申 6月7日(月)～7月14日(水)に文化国際課

際課

☎ 027・898・6992へ

○ 文化協会

☎ 027・289・6521

● ふれあい体験教室

① 楽しい詩吟教室

時 7月4日～8月22日の日曜6回、9時30分～11時30分

場 中央公民館

対 小学生以上、先着15人

¥ 200円

講師 II 文化協会吟剣詩舞道部会

② こどもおこと教室

時 7月24日～8月28日の土曜4回、

14時～16時

場 総合福祉会館

対 小2～高校生(親子可)、先着7人

講師 II 文化協会邦楽部会・富田恵理子さんほか

子さんほか

③ 八木節教室

時 (A踊り) 7月25日～8月15日の日曜4回、10時～12時 (Bお囃子)

7月26日～8月16日の月曜4回、19時～21時 (AとBの合同練習) 8月23日(月) 19時～21時

場 中央公民館

対 小学生以上、先着50人

講師 II 文化協会八木節部会

申 ①②は6月30日(水)③は7月9日(金)

(各必着) までにハガキで。教室名(八木節教室はAかBかも)・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢(学年)・電話番号を記入し、〒371・0805南町三丁目62・1・昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

昌賢学園まえばしホール内文化協会「ふれあい体験教室係」へ

6月の上映作品

上映作品 = 「ゾッキ」、「ミナリ」、「あのこは貴族」

詳しくは同館ホームページをご覧ください。



前橋シネマハウス支配人のおすすめ作品 「戦火のランナー」 (公開期間 = 6月5日(土)～25日(金))

世界で一番新しい国、南スーダン。その国から初めてオリンピックに出場した選手がグオル・マリアルでした。彼の幼少期、内戦が続くスーダンでは子どもはさらわれ、家は燃やされていました。当時8歳の少年は戦地のサバンナを走って逃げていたのです。その後、難民としてアメリカに渡った彼は、長年培った長距離ランナーとしての実力を認められロンドンオリンピックに「国のない男」として出場します。本作は、不屈の精神で走り続けるグオルの人生に感動せずにはいられない感涙のドキュメンタリー。オリンピックという平和の祭典に出場することで彼が伝えなかったこと。日本から遠く離れた貧しい国で何が起きているのか、日本に住む私たちが知るべきことをたくさん教えてくれるのではないのでしょうか。(支配人・日沼 大樹)



前橋シネマハウス
MAEBASHI CINEMA HOUSE

問 ☎ 027-212-9127

○男女共同参画のパネルを展示

性別に関係なく個性と能力を発揮できる社会の実現のためには、一人一人の取り組みが必要です。6月23日(水)から29日(火)までは、男女共同参画週間。これに合わせてパネル展示を実施します。

時 ① 6月12日(土)～17日(木) ② 6月22日(火)～29日(火)

場 ①は中央公民館3階ホワイエ②は市役所1階ロビー

問 男女共同参画センター

☎ 027・898・6517

○昌賢学園まえばしホール

☎ 027・221・4321

●群馬アフターDC記念まえばし観光大使三遊亭内楽・三遊亭竜楽落語会

時 6月20日(日)14時

¥ 3,000円(全席3,500円)

●東京バレエ団「HOPE JAPAN 2021」

時 7月12日(月)19時

プログラムⅡ

「ボレロ」「ギリ

シヤの踊り」、

「パキータ」

¥ 5席1万円

～C席3,000円

0円

申 以上の2つは同館ホームページで



©Kiyonori Hasegawa

募集

○子育て手伝う会員を募集します

自宅子どもを預かるなど、育児を手伝う「まかせて・どっちも会員」を募集。説明会と講習会を開催します。経験や資格は問いません。事前申し込みで先着5人まで未就学児の託児ができます。

時 7月8日(木)・9日(金)・15日(木)・16日(金)、9時10分～16時

場 ジョブセンターまえばし

対 自宅で子どもを預かれる人、先着15人

申 7月1日(木)までにファミリー・サポート・センター

☎ 027・289・3946へ

○広瀬川近くで出店できます

広瀬川サンワパーキング1階赤城県道沿いに入居するテナントを募集。



対象業種は小売り業やサービス業などです。詳しくは本市ホームページをご覧ください。
面積 1145・99平方メートル
¥ 賃料 月額11万5,040円(共益費) 月額4,817円(敷金) 賃料の3カ月分



申 6月30日(水)までにぎわい商業課
☎ 027・210・2273へ

○景観資産を募集します

前橋の景色を象徴する建物など、本市の誇るべき景観資産を登録する景観資産登録制度。本年度分を募集します。昨年度は7件登録しました。応募方法など、詳しくは本市ホームページをご覧ください。



対 ①建造物など②樹木③風景と視点場(風景を見ることができるところ)

申 9月30日(木)までに都市計画課

☎ 027・898・6974へ

スポーツ

○ヤマト市民体育館前橋

☎ 027・265・0900

●新卓球(ラージボール)

時 6月23日～7月16日の水金曜8回、9時30分～11時30分

対 中学生以下を除く、20人(抽選)

¥ 3,640円

●経験者太極拳

プロスポーツ試合情報



ガスパクスツ群馬

会場は正田醤油スタジアム群馬

6月4日(金)19時

vs.水戸ホーリーホック

6月20日(日)19時

vs.FC町田ゼルビア

時 6月29日～9月14日の火曜10回、10時～11時30分

対 中学生以下を除く経験者、80人(抽選)

¥ 4,500円

●トランポリン

時 6月30日～7月21日の水曜4回、19時～21時

対 小1～中3、20人(抽選)

¥ 940円

●小・中学生ソフトテニス

時 7月10日(土)・11日(日)・17日(土)、9時～12時

場 三俣テニスコート

対 小4～中3、60人(抽選)

¥ 730円

申 以上の4つは6月15日(火)(必着)

までに往復ハガキで(1人1通)。

教室名・住所・氏名・年齢(学年)・

電話番号を記入し、〒371・0

816上佐鳥町460・7・ヤマト

市民体育館前橋へ

○しんしん大渡温水プール・トレーニングセンター ☎027・253・7811

各種教室を開催します。費用は各2,500円と施設使用料。対象は中学生以下を除く、各30人（抽選）です。

●ヨガ

時 ①7月6日～9月14日の火曜10回
27月7日～9月15日の水曜10回 ③
7月3日～9月11日の土曜10回、10
時30分～12時 ④7月2日～9月17
日の金曜10回、13時30分～15時

●エアロビクス

時 7月2日～9月17日の金曜10回、
10時30分～11時30分

●ピラティス

時 7月2日～9月17日の金曜10回、
19時～20時

●エアロビクス

時 6月28日～9月27日の月曜10回、
10時30分～11時30分

●フラダンス

時 7月7日～9月15日の水曜10回、
13時30分～15時

●太極拳

時 7月6日～9月14日の火曜10回、
13時30分～15時 ②18時30分～20時

●ジャズヒップホップダンス

時 7月7日～9月15日の水曜10回、
19時～20時

●ベリーダンス（女性初心者）

時 7月5日～9月27日の月曜10回、
19時～20時

申 以上の8つは6月15日（必着）
までに往復ハガキで（各コース1
人1通。ヨガは①～④のいずれか
ひとつ）。教室名・住所・氏名（ふ
りがな）・年齢・電話番号を記入し、
〒371・0854大渡町2・3
・しんしん大渡温水プール・ト
レーニングセンターへ

○前橋総合運動公園

☎027・268・1911

●エアロビクス

時 ①7月14日～9月15日の水曜10回
27月2日～9月17日の金曜10回、
10時30分～11時30分

対 中学生以下を除く、各40人（抽選）

¥ 各3,500円

●ピラティス

時 ①7月5日～9月13日の月曜10回
27月14日～9月15日の水曜10回、
18時30分～20時

対 中学生以下を除く、40人（抽選）

¥ 各3,500円

●ヨガ

時 7月5日～9月13日の月曜10回、
①10時20分～11時50分 ②12時20分～
13時50分

対 中学生以下を除く、各45人（抽選）

¥ 各3,500円

●やさしいヨガ

時 7月8日～9月16日の木曜10回、



10時20分～11時50分

対 中学生以下を除く、45人（抽選）

¥ 3,500円

●太極拳

時 7月8日～9月16日の木曜10回、
①14時30分～16時 ②18時30分～20時

対 中学生以下を除く、各40人（抽選）

¥ 各3,500円

●テニス（土曜コース）

時 7月3日～8月21日の土曜6回、
10時～12時

対 19歳以上の初・中級者、40人（抽選）

¥ 4,000円

●小学生テニス教室

時 7月21日～8月13日の水曜6回、
10時～11時30分

対 小1～小6、30人（抽選）

¥ 2,000円

申 以上の7つは6月16日（必着）
までに往復ハガキで（各コース1人
1通、ヨガ・やさしいヨガはいずれ
か）。教室名・コース・曜日・時間・
住所・氏名・学校（学年）・年齢・電
話番号を記入し、〒379・210
7荒口町437・2・前橋総合運動
公園へ

申 以上の7つは6月16日（必着）
までに往復ハガキで（各コース1人
1通、ヨガ・やさしいヨガはいずれ
か）。教室名・コース・曜日・時間・
住所・氏名・学校（学年）・年齢・電
話番号を記入し、〒379・210
7荒口町437・2・前橋総合運動
公園へ

申 以上の7つは6月16日（必着）
までに往復ハガキで（各コース1人
1通、ヨガ・やさしいヨガはいずれ
か）。教室名・コース・曜日・時間・
住所・氏名・学校（学年）・年齢・電
話番号を記入し、〒379・210
7荒口町437・2・前橋総合運動
公園へ

申 以上の7つは6月16日（必着）
までに往復ハガキで（各コース1人
1通、ヨガ・やさしいヨガはいずれ
か）。教室名・コース・曜日・時間・
住所・氏名・学校（学年）・年齢・電
話番号を記入し、〒379・210
7荒口町437・2・前橋総合運動
公園へ

申 以上の7つは6月16日（必着）
までに往復ハガキで（各コース1人
1通、ヨガ・やさしいヨガはいずれ
か）。教室名・コース・曜日・時間・
住所・氏名・学校（学年）・年齢・電
話番号を記入し、〒379・210
7荒口町437・2・前橋総合運動
公園へ

申 以上の7つは6月16日（必着）
までに往復ハガキで（各コース1人
1通、ヨガ・やさしいヨガはいずれ
か）。教室名・コース・曜日・時間・
住所・氏名・学校（学年）・年齢・電
話番号を記入し、〒379・210
7荒口町437・2・前橋総合運動
公園へ

申 以上の7つは6月16日（必着）
までに往復ハガキで（各コース1人
1通、ヨガ・やさしいヨガはいずれ
か）。教室名・コース・曜日・時間・
住所・氏名・学校（学年）・年齢・電
話番号を記入し、〒379・210
7荒口町437・2・前橋総合運動
公園へ

申 以上の7つは6月16日（必着）
までに往復ハガキで（各コース1人
1通、ヨガ・やさしいヨガはいずれ
か）。教室名・コース・曜日・時間・
住所・氏名・学校（学年）・年齢・電
話番号を記入し、〒379・210
7荒口町437・2・前橋総合運動
公園へ

●プールが休場に

園内の日野備巧コミュニティプー

市民スポーツ祭情報

●サッカー大会（9月23日（木）、
コーエィ前橋フットボールセン
ター）

●水泳競技大会（8月1日（日）、しん
しん大渡温水プール）

詳しくは市スポーツ協会（☎027-
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。



○六供温水プール

☎027・243・1308

●アロマフィットネスヨガ

時 ①7月7日～9月15日の水曜10回
27月9日～9月24日の金曜10回 ③
7月10日～9月18日の土曜10回、19
時～20時

対 中学生以下を除く、各40人（抽選）

¥ 各4,500円

申 6月15日（必着）までに往復ハ
ガキで。教室名・曜日（①～③のい
ずれか）・住所・氏名・年齢・電話番
号を記入し、〒371・0804六
供町1068・六供温水プールへ

●定期休場します

6月21日（月）から7月2日（金）まで施
設保守点検などのため休場します。

ルは設備点検などのため、6月28日
（月）から7月9日（金）まで休場します。
なお、期間中の健康運動指導室は16
時まで利用できます。

○セミナーで賢い暮らしのヒント

テーマ・日時Ⅱ〈①セカンドライフと生命保険〉6月24日(木)〈②SDG5って何だろう(入門編)〉6月29日(火)〈③今だからこそ花や緑を…〉6月30日(水)、14時～15時30分(②は15時まで)

場 前橋テルサ

対 市内在住の人、先着各50人

講師Ⅱ①は生命保険文化センター・松尾英樹さん②は県戦略企画課総合計画・EBPM推進室③は英国王立園芸協会会員・天田玉江さん

申 6月18日(金)までに消費生活センター

☎ 027・212・3260へ

○要約筆記を学び社会に役立てて

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会を開催します。

時 9月30日～来年3月17日の木曜24回、18時45分～20時45分

場 県社会福祉総合センター(新前橋)



町

対 県内在住で、本年度の前期課程と来年度の後期課程を修了し認定試験を受験できる人、15人(選考)

¥ テキスト代

申 6月14日(月)～7月9日(金)に往復ハガキで。住所・氏名(ふりがな)・電話番号・希望コース(手書き・パソコン)を記入し、〒371-0843 新前橋町13・12・県社会福祉総合センター内聴覚障害者コミュニケーションプラザ「要約筆記者養成研修係」(☎ 027・255・6633)へ

○女性起業家のための交流会

女性の起業を応援する、まえばし女子会を開催。免疫力の高め方や販売促進に関する講座、かわいいを武器にこんにやくを世界へ広める起業家の体験談を聞きます。

時 6月19日(土)13時30分～17時

場 創業センター

対 起業に興味があるか起業後5年未満の女性、先着10人

¥ 500円

申 同センター

☎ 027・289・9666へ

○創業のノウハウ学ば

創業支援塾を開催。各回終了後に個別相談会も実施します。8割以上



講座に出席した人には、登録免許税の減額などが受けられる証明書を発行します。

時 7月3日(土)・10日(土)・17日(土)・21日(水)・24日(土)・31日(土)、13時30分～18時(21日のみ17時～20時30分)

場 創業センター

対 市内で新たに事業を起こそうとしている人や開業後5年以内の人、先着各10人

申 6月30日(水)までに同センター

☎ 027・289・9666へ

○ラジオ体操を学ぶ講座

ラジオ体操の集い兼指導者講習会を開催。NHKラジオ体操指導者を講師に、正しいラジオ体操を習得します。

時 7月15日(木)18時30分～20時

場 ヤマト市民体育館前橋

持 マスク、体操しやすい服装・室内シューズ、飲み物など

申 6月8日(火)～7月8日(木)に公式ホームページから

問 まちづくり公社

☎ 027・265・0900



○前橋テルサ

☎ 027・231・3943

フィットネス&カルチャースクール、スマホ・タブレット講座「はじめの一步!」を開催します。

時 6月28日(月)

申 同館へ

AEDの使い方などを学び いざという時のために備えて

AED(自動体外式除細動器)の取り扱いや心肺蘇生法を学ぶ普通救命講習会(小児コース)を開催します。

時 6月20日(日)9時～12時

場 消防局

対 市内在住か在勤の中学生以上、先着30人

申 6月9日(水)から警防課

☎ 027-220-4513へ





税

〇期限を守って忘れずに納税を

市税は税目ごとに納期が定められています。納付書を用意して、各金融機関か市役所収納課、各支所・市民サービスセンター、コンビニエンスストアの他、インターネット（モバイル）バンキング、ペイジー対応ATM、クレジットカード、モバイルレジ、LINE Pay、Pay Payでも納付できます。納期限までに納付しないと延滞金が発生。計画的に納税してください。また、納付書を紛失したときは再発行できます。収納課へ問い合わせてください。

〇便利な口座振替

納税には口座振替がお勧め。預貯金通帳、届出印、納税通知書を持参して、預貯金口座のある金融機関へ直接申し込んでください。

〇収納課

☎027・898・6226

〇納税通知書は6月11日発送です

個人市・県民税（普通徴収）の納税通知書は6月11日（金）に発送します。生活保護や自然災害などで被害を受けた場合など、特別の事由で納税が困難と認められるときは、申請によって市・県民税が減免される場

合があります。納期限日までに市民税課へ申請してください。また、所得税の確定申告書を3月16日以降に提出した人で確定申告の内容が反映されていない場合は、申告内容を反映した納税通知書を後日送付します。

〇市民税課

☎027・898・6203

〇新增築家屋の調査にご協力を

1月2日以降に新增築した家屋は、来年度から固定資産税の課税対象になります。調査対象者には事前に手紙で調査日時を確認。都合の良い日時を連絡してください。調査には資産税課職員が身分証を携帯し、新型コロナウイルス感染症対策を実施して伺います。新築に伴い取り壊した家屋がある場合は、申し出てください。

〇資産税課

☎027・898・6218

〇基礎控除などを改正します

個人市県民税を次のとおり改正します。①給与所得控除と公的年金控除の控除額を10万円引き下げ②どの所得にも適用される基礎控除額を10万円引き上げ（扶養控除などの判定に使われる合計所得金額の要件も10万円引き上げ）③婚姻歴や性別に

かわらず、生計を同じとする子を持つ単身者に適用されるひとり親控除を創設。このほかの改正点など、詳しくは本市ホームページをご覧ください。

〇市民税課

☎027・898・6203



事業者向け

〇食品営業届出など受け付け開始

許可営業・届出対象外営業に該当しない営業者は、管轄の保健所に営業届け出をしてください。また、許可営業を営む営業者が、届け出営業を営む場合も、営業許可の申請の他に営業届出が必要です。詳しくは本市ホームページをご覧ください。

届出期間 11月30日（火）まで

〇衛生検査課

☎027・220・5778



〇ごみカレンダーの広告募集

下半期（10月1日～来年3月31日）の家庭用資源・ごみ収集カレンダーの広告を募集します。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。



〇企業や団体など

掲載スペース 4色フルカラーで縦40mm×横65mm、24枠（選考）

¥1枠3万円

裏面

ごみ収集カレンダー

表面



広告掲載スペース

申 6月25日（金）までに申込書に記入し、市役所ごみ減量課（☎027・898・6272）へ直接

〇通所型A従事者向け講習会

通所型サービスA実施予定の事業所従事者を対象に講習会を開催。サービス実施には、従事者のうち1人以上の受講が必須です。

時 7月7日（水）13時30分～16時30分

場 総合福祉会館

対 一般、先着10人

申 6月23日（水）までに長寿包括ケア課

☎027・898・6133へ



- 丸橋鉄工＝ベンチベッド20台を本市の防災対策のために
- 塚本無線＝非接触型体表面温度計10個を新型コロナウイルス感染症対策のために
- 直派若柳会茂美会代表＝3万円を児童福祉（絵本購入）のために
- 群馬セキスイハイム＝幼児用木製椅子88脚を市立保育所へ
- 岡野正昭さん＝夏用マスク5枚を図書館関係者のために



手話で話そう

障害福祉課

☎027-220-5711

ファクス027-223-8856



基本の手話を紹介します。
コミュニケーション手段として、手話の他に筆談という方法もあります。

本市公式YouTubeでも手話の紹介動画を公開しています。

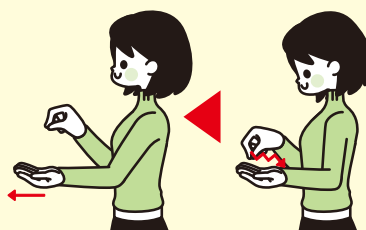
手話

両手人差指の指先を左右に向けて上下に置き、垂直に交互に回す



筆談

左手の平の上で、右手で文字を書くしぐさをし、右手を残し、上に向けた左手の平を前へ出す



分かる

右手の平で胸をたたく



分からない

右手の指先で右胸脇をのり上げる



6月の各種無料相談 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため一部の相談を中止。必ず問い合わせしてから来場してください。

相談名・問い合わせ	日 時	会 場	相談名・問い合わせ	日 時	会 場
法律相談 ☎027-898-6100	火曜13時～16時（前週の木曜14時～当日12時まで） 電話相談のみ ※相談は年度内に1人1回 先着6人まで		公証相談 ☎027-898-6100	6月の公証相談・司法書士、土地家屋調査士相談・行政書士相談は中止します。	
			司法書士、土地家屋調査士相談 ☎027-898-6100		
行政相談 ☎027-898-6100	6月の行政相談のうち、かすかわ老人福祉センター・市役所市民相談提案係での相談は中止します。		行政書士相談 ☎027-898-6100	7月5日(月) 13時～16時	市役所 市民相談提案係
	6月10日(木) 13時～15時	大胡支所	月いち健康相談 ☎027-220-5708	6月29日(火) 9時～11時	保健センター
	6月18日(金) 13時～15時	桂萱市民サービスセンター	精神科医によるこころの相談 ☎027-220-5787	6月9日(木)・23日(木) 13時30分～15時 (各予約制)	市保健所
	7月2日(金) 13時～15時	宮城支所	心配ごと相談 ☎027-237-5006	月曜～金曜、 13時～16時	電話相談のみ
	7月7日(火) 13時～15時	東市民サービスセンター	外国人相談 (英語・中国語・ポルトガル語・スペイン語) ☎027-243-7788	月曜13時～17時、 木曜9時～13時	市役所 外国人相談窓口
		富士見公民館			

※市民相談（☎027-898-6100）は平日の8時30分～17時15分。家庭児童相談（☎027-223-4148）、母子・父子相談（☎027-220-5701）、DV相談（☎027-898-6524）、男女共同参画相談（☎027-898-6520）、就学に向けての相談（☎027-210-1234）、消費生活・多重債務相談（☎027-230-1755）は平日の9時～17時。教育・青少年相談（☎027-230-9090）は平日の10時～17時。自殺予防「群馬いのちの電話」（☎027-221-0783）は9時～24時。みんなの人権110番（☎0570-003-110）は平日の8時30分～17時15分。

人権標語

わかば小5年
眞船悠翔さん

つみとろう

いじめの芽

さかせよう

笑顔の花

中央公民館

☎027-210-2199

●夏休み親子教室

①身近な材料でおばけを作っておばけになろう

時 7月31日(土)10時～12時

対 市内在住の小1～小3の親子、15組(1組2人。抽選)

講師＝版画絵本作家・野村たかあきさん

②好みのハンカチと自然素材みつろうで作るエコラップ

時 8月7日(土)10時～12時

対 市内在住の小4～小6の親子、10組(1組2人。抽選)

講師＝環境アドバイザー・井上金治さん

申 7月2日(金)(必着)までにメールで。児童の住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・保護者氏名(ふりがな)・電話番号・キャンセル待ち希望の有無を記入し、Chuo_komin@city.maebashi.gunma.jpへ



赤城少年自然の家

☎027-287-8227

●親子の思い出作りに☆～ファミリーキャンプ

時 7月10日(土)～11日(日)

対 小1～一般、先着24人

¥ 中学生以下6,500円、一般7,000円

●赤城でアクティビティ体験!～ツリーイング体験&BBQ

時 7月23日(金)

対 小1～一般、先着24人

¥ 中学生以下3,700円、一般4,000円

●赤城の昆虫大発見!!昆虫探検隊

時 8月1日(日)～2日(月)

対 小1～小6、先着24人

¥ 6,500円

●夏休み特別企画!～夏の冒険キャンプ

時 8月9日(月)～12日(木)

対 小3～中3、先着24人

¥ 2万円

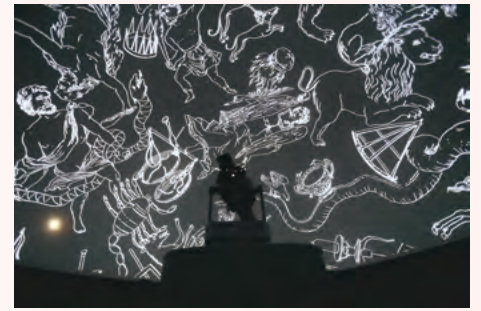
●夏休み特別企画!～夏のひまわりキャンプ

時 8月22日(日)～23日(月)

対 小1～小3、先着24人

¥ 6,500円

申 以上の5つは同館へ



児童文化センター

☎027-224-2548

●6月のプラネタリウム

時 ①〈平日〉15時30分〈土日曜〉

②10時30分 ③11時30分 ④13時30分

⑤15時30分

内容＝①の火木曜と②④は星座のお話「消えた北斗七星」①の水金曜と③⑤は天文学シリーズ「宇宙から星座の形を見てみると～星座の形はどう変わる?」

●図画作品展

本紙5月号22ページに掲載した5月21日～6月11日(金)の展示も同時に実施します。

時 6月18日(金)～7月9日(金)

対象園＝まえばし・おおご・宮城・群大附属・二子山・あさひ・第二あさひ・しょうび第一・しょうび第二・いずみ・敷島・わかさ・静和・ひろせ・いしい幼稚園、大胡第2・大胡第3こども園

元気まえばしっ子

GENKI MAEBASHI KIDS



2歳になる子を紹介しています



小菅 たいち 泰知ちゃん
横手町



関口 しの 詩乃ちゃん
富士見町時沢



島田 りく 稜久ちゃん
箱田町



原口 めい 芽依ちゃん
六供町



松本 なおと 直人ちゃん
六供町



関口 なつき 菜月ちゃん
荒牧町二丁目

令和元年12月2日～平成2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。

高齢者世帯のエアコン設置補助

☎長寿包括ケア課
☎027-898-6152

自宅にエアコンがない高齢者世帯がエアコンを購入・設置した場合、費用の一部を補助。既に設置している場合や買い替えは対象外です。必ず購入前に申し込み、補助決定通知を受け取ってからエアコンを購入してください。6月15日(火)から申込受付を開始し、予定数に達した時点で受け付け終了。補助条件など詳しくは事前に問い合わせてください。

☎自宅にエアコンがない65歳以上のみの令和2年度市民税非課税世帯
補助金額=費用の10分の9(上限10万円)

☎長寿包括ケア課へ

ピンシャン!オンライン研修

☎長寿包括ケア課
☎027-898-6133

市内の介護施設の職員50組を対象に、ピンシャン!元気体操のオンライン研修を実施します。

☎7月5日(月)13時30分～15時

☎6月18日(金)までに二次元コードの申し込みフォームで



●ピンシャン!元気体操はYouTubeでも

おうち時間の運動不足解消に役立てるため、本市公式YouTubeチャンネルでは、「ピンシャン!元気体操」を始めさまざまな運動の動画を投稿しています。ひざ痛予防の運動や、より負荷を強めた筋力アップの運動など、映像を見ながら簡単に始められます。詳しくは二次元コードからご覧ください。



市民団体が産後をサポート

☎上州mamato
☎090-7426-2476

産後ケア講座を開催します。バランスボールエクササイズやおしゃべりサロンなど3回の連続講座で産後をサポート。寝相アートの撮影会も実施します。詳しくは本市ホームページをご覧ください。この事業は市民と行政が協働で事業を実施する市民提案型パートナーシップ事業の採択事業です。

☎7月1日(木)10時～12時、9日(金)14時～16時、17日(土)10時～12時

☎南橘市民サービスセンター

☎開催日時時点で生後7カ月未満の子と母親(3回目のみ夫婦で参加可能)、先着7組

¥500円

☎6月30日(水)までに上州mamato
✉sangokea@gmail.comへ



児童手当の更新を忘れずに

☎子育て支援課
☎027-220-5701

児童手当の現況届は、手当を受けるために必要な更新手続きです。毎年6月1日現在で受給資格要件を満たしているかなどを確認。6月上旬に全受給者に送付します。今年は返信用封筒を使って提出を。届け出ないと手当が受けられなくなります。

支給月=6月・10月・翌年2月

児童1人当たりの支給月額=〈3歳未満〉1万5,000円〈3歳～小6〉1万円(第3子以降は1万5,000円)〈中学生〉1万円〈所得制限限度額以上の世帯〉5,000円

前橋こども図書館が休館

☎前橋こども図書館
☎027-230-8833

6月13日(日)まで臨時休館。市立図書館本館と分館は通常どおり開館します。

自然体験プログラム

☎教育支援協会北関東
☎027-226-6731

申し込み方法など、詳しくは問い合わせてください。

☎7月22日(木)～24日(土)

☎国立赤城青少年交流の家(富士見町赤城山)

☎一人親家庭の小4～小6、先着30人

¥5,000円

おもちゃの病院

☎ボランティアセンター
☎027-232-3848

最新情報は社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

☎①6月13日(日)②20日(日)③26日(土)④27日(日)、10時～12時

☎①は南橘市民サービスセンター②は総合福祉会館③は粕川児童館④は第二コミュニティセンター(保健センター内)



血糖値が気になる人の教室 ～食事と運動のこつ

☎健康増進課

☎027-220-5708

普段の食事と運動を見直し、糖尿病予防に取り組みましょう。

時 7月2日(金)・9日(金)、9時30分～11時

場 保健センター

対 市内在住で糖尿病や腎臓病の治療を受けていない人、先着20人

申 6月7日(月)～25日(金)に健康増進課へ

介護予防サポーター養成研修(初級編)

☎長寿包括ケア課

☎027-898-6133

介護予防の基礎知識を、実技を交えて学びます。また、8月23日(月)・24日(火)に開催する中級編の申し込みを本研修終了後に受け付けます。

時 7月16日(金)13時30分～16時30分

場 総合福祉会館かオンライン

対 おおむね60歳以上の人。〈総合福祉会館〉先着30人〈オンライン〉先着10人

申 6月7日(月)～25日(金)に長寿包括ケア課へ

介護予防活動ポイント登録研修会

☎ボランティアセンター

☎027-232-3848

時 7月12日(月)13時30分

場 総合福祉会館

対 市内在住で60歳以上の人

申 ボランティアセンターへ

アクティブライフ講座

☎長寿包括ケア課

☎027-898-6133

健康に良い生活習慣を身に付け、ボランティア活動などにも関心を持って、健康長寿を目指します。

時 7月13日～8月10日の火曜5回、13時30分～15時30分

場 総合福祉会館

対 市内在住でおおむね60歳以上75歳未満の人、15人(抽選)

申 6月25日(金)までに長寿包括ケア課へ

認知症を語るカフェ

☎長寿包括ケア課

☎027-898-6133

時 7月21日(水)10時～11時

場 K'BIX元気21まえばし

対 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12人

申 長寿包括ケア課へ

薬物乱用はダメゼッタイ

☎保健総務課

☎027-220-5782

近年、大麻や覚醒剤などの薬物乱用が急増。特に若者たちへの乱用の広がりは深刻な状況です。市では、6月20日(日)から7月19日(月)まで薬物乱用防止の普及運動を実施。薬物乱用の恐ろしさを認識し、薬物乱用防止の輪を広げましょう。

高齢者の健康支援講座②

☎中央公民館

☎027-210-2199

群馬ヤクルト販売の管理栄養士を講師に、感染症予防に有効な免疫力を高める食事について学びます。

時 7月16日(金)14時～15時

場 中央公民館

対 市内在住の人、先着50人

申 6月25日(金)(必着)までにハガキで。参加者全員の氏名・郵便番号・住所・電話番号・講座名を記入し、〒371-0023本町二丁目12-1・中央公民館へ

健康テレホンサービス

☎027-234-4970

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〉タバコと歯周病〈火曜〉^{こうくう}口腔機能低下症ってなんだ?〈水曜〉子どもの夜泣き〈木曜〉お酒との上手な付き合い方〈金曜〉カンガルーケアについて〈土日曜〉役に立つお薬手帳

直接相談タイム(歯科)＝歯科医師が直接相談。6月9日(水)19時30分～21時



健康手帳

口臭、あなたは大丈夫？

自分で気になったり、周りの人から指摘されたりして悩んでいる人が少なくない口臭。原因の多くは、起床時や空腹時、緊張している時などに起こる生理的なものです。子どもの場合、発熱時にも起こることが。それ以外にも食べ物(ニンニクやネギ類)、アルコール、タバコなどでも口臭は発生します。気を付けたいのは病気が原因で起こる口臭。1つ目は

内臓に原因がある場合で、消化不良や糖尿病などが考えられます。また、副鼻腔炎や扁桃炎^{へんとう}が原因で起こる場合も。2つ目は口臭を訴える人の9割以上を占める歯周病や、進行した虫歯、舌の汚れなど口腔内に原因がある場合です。これらの予防で、歯周病や虫歯の治療をすること、歯磨きを正しくすること、舌ブラシで舌苔を取り除くことが効果的。唾液の分泌を促す耳の下や顎の下のマッサージも有効です。

前橋市歯科医師会 橋本 清一

本紙7月号の休日当番医は7月11日(日)から掲載します。



休日当番医

診療時間は9時～16時。費用は休日の初診料金。

目的は、急な病気やけがなどの診療治療で、処方日数は1日～数日です。

HP
市医師会



※市外局番は前橋市・高崎市ともに027です。

	小児科	内 科			外 科		婦人科	耳鼻科	眼科
6月6日(日)	みやけ小児科 (児) 樋越町 ☎283-2225	まえはら内科 (内) 下小出町二丁目 ☎212-7313	瀬田医院 (内) 龍蔵寺町 ☎232-5658	あづま クリニック (内) 六供町 ☎220-1220	あべ クリニック (整) 富士見町原之郷 ☎288-9511	おかむら クリニック (外) 西片貝町三丁目 ☎223-8088	*セントラル レディースクリニック (婦) 高崎市東町 ☎326-7711	耳鼻咽喉科 古川雅子診療室 (耳鼻) 高崎市八島町 ☎322-1415	小林眼科 (眼) 高崎市南大類町 ☎353-4110
	すぐた医院ゆう子 キッズクリニック (児) 光が丘町 ☎251-5622	町田内科 クリニック (内) 茂木町 ☎280-2800	老年病研究所 附属病院 (内) 大友町三丁目 ☎253-3311	春山医院 (内) 日吉町二丁目 ☎233-1551	山本整形 外科医院 (整) 西片貝町一丁目 ☎232-3069	富沢脳神経 外科内科医院 (脳外) 下小出町二丁目 ☎234-3488	道下産婦 人科医院 (産婦) 平和町一丁目 ☎231-7821	耳鼻咽喉科 とよだクリニック (耳鼻) 駒形町 ☎267-1100	前橋みなみモール 眼科 (眼) 新堀町 ☎290-3733
6月20日(日)	中田 クリニック (児内) 箱田町 ☎251-1360	八代医院 (内) 川曲町 ☎255-0846	前橋ふえき クリニック (内) 表町二丁目 ☎224-2818	吉松医院 (内) 粕川町新屋 ☎285-2273	こばやし医院 (外内) 広瀬町二丁目 ☎263-2535	小竹整形外科 (整) 三俣町三丁目 ☎231-0495	*こすもレディース クリニック (婦) 高崎市旭町 ☎330-2215	つれいし 耳鼻咽喉科 (耳鼻) 高崎市内小堀町 ☎343-2131	高山眼科 駅前医院 (眼) 高崎市八島町 ☎327-3366
	戸所 小児科医院 (児) 総社町二丁目 ☎253-2351	二子山 クリニック (内) 朝倉町一丁目 ☎263-1331	いしだ内科 胃腸科医院 (内) 平和町一丁目 ☎234-4112	武田 クリニック (内児) 富士見町時沢 ☎226-1114	東前橋 整形外科病院 (整) 西大室町 ☎268-5777	中沢クリニック (外泌) 若宮町四丁目 ☎230-1220	ベルフィーユ井 レディースクリニック (産婦) 南町四丁目 ☎223-3114	橋爪耳鼻 咽喉科医院 (耳鼻) 本町一丁目 ☎221-2745	しみず眼科 クリニック (眼) 樋越町 ☎230-4611
6月27日(日)	戸所 小児科医院 (児) 総社町二丁目 ☎253-2351	二子山 クリニック (内) 朝倉町一丁目 ☎263-1331	いしだ内科 胃腸科医院 (内) 平和町一丁目 ☎234-4112	武田 クリニック (内児) 富士見町時沢 ☎226-1114	東前橋 整形外科病院 (整) 西大室町 ☎268-5777	中沢クリニック (外泌) 若宮町四丁目 ☎230-1220	ベルフィーユ井 レディースクリニック (産婦) 南町四丁目 ☎223-3114	橋爪耳鼻 咽喉科医院 (耳鼻) 本町一丁目 ☎221-2745	しみず眼科 クリニック (眼) 樋越町 ☎230-4611
	戸所 小児科医院 (児) 総社町二丁目 ☎253-2351	二子山 クリニック (内) 朝倉町一丁目 ☎263-1331	いしだ内科 胃腸科医院 (内) 平和町一丁目 ☎234-4112	武田 クリニック (内児) 富士見町時沢 ☎226-1114	東前橋 整形外科病院 (整) 西大室町 ☎268-5777	中沢クリニック (外泌) 若宮町四丁目 ☎230-1220	ベルフィーユ井 レディースクリニック (産婦) 南町四丁目 ☎223-3114	橋爪耳鼻 咽喉科医院 (耳鼻) 本町一丁目 ☎221-2745	しみず眼科 クリニック (眼) 樋越町 ☎230-4611
7月4日(日)	ベル小児科 クリニック (児) 川原町二丁目 ☎289-2580	相澤医院 (内) 富士見町原之郷 ☎288-6806	北條医院 (内) 駒形町 ☎266-6737	総社町内科 深沢医院 (内) 総社町三丁目 ☎252-1333	群馬ペイン クリニック病院 (整) 亀里町 ☎265-0999	中村外科医院 (外) 文京町一丁目 ☎221-3951	*高崎市夜間休日 急病診療所 (婦) 高崎市高松町 ☎381-6119	吉見耳鼻 咽喉科医院 (耳鼻) 高崎市新紺屋町 ☎326-8733	高山眼科 緑町医院 (眼) 高崎市緑町 ☎361-6888
	ベル小児科 クリニック (児) 川原町二丁目 ☎289-2580	相澤医院 (内) 富士見町原之郷 ☎288-6806	北條医院 (内) 駒形町 ☎266-6737	総社町内科 深沢医院 (内) 総社町三丁目 ☎252-1333	群馬ペイン クリニック病院 (整) 亀里町 ☎265-0999	中村外科医院 (外) 文京町一丁目 ☎221-3951	高崎市夜間休日 急病診療所 (婦) 高崎市高松町 ☎381-6119	吉見耳鼻 咽喉科医院 (耳鼻) 高崎市新紺屋町 ☎326-8733	高山眼科 緑町医院 (眼) 高崎市緑町 ☎361-6888

※6月6日・20日・7月4日の婦人科は12時まで。13時～18時は産科婦人科館出張佐藤病院(高崎市若松町☎027-322-2243)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	夜間急病診療所 ☎027-243-5111 朝日町四丁目9-5 内科と小児科 20時～23時 救急病院案内(24時間体制) ☎027-221-0099 ※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	市歯科医師会休日診療所 ☎027-237-3685 岩神町二丁目19-9 日曜・祝日、10時～12時・13時～15時
		薬局	市薬剤師会会営薬局 ☎027-223-8400 紅雲町一丁目2-15 日曜、9時30分～16時 ※祝日は最寄りの薬局に問い合わせてください。

接骨院・整骨院の休日当番

6月6日(日)	はしもと接骨院・鍼灸院(広瀬町一丁目)☎027-289-6033	6月27日(日)	細野接骨院(駒形町)☎027-267-7002
6月13日(日)	はら接骨院(小相木町)☎027-251-1150	7月4日(日)	深澤接骨院(城東町四丁目)☎027-221-6888
6月20日(日)	ひらい接骨院(上新田町)☎027-226-0022		



福祉車両専門店

ウェルキャブステーション

Welcab ウェルキャブステーション

福祉車両の「コト」ならお任せください!

運転補助装置
シミュレーターを設置



快適をお手伝いする用品が充実



ルーピックス 2

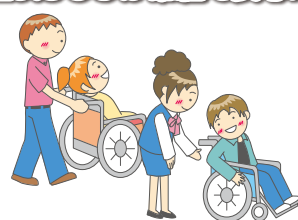


アシストグリップ
(ヘッドレスト取付タイプ)

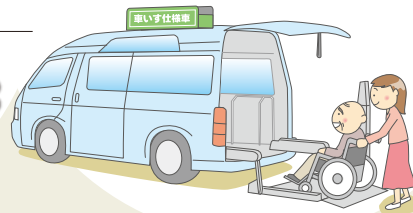


シートベルトパッド

専任スタッフが常駐で安心♪



色々なタイプの福祉車両を実際に
見て触って、操作できます♪



トヨタ車の「コト」なら、なんでもお気軽にご相談ください。

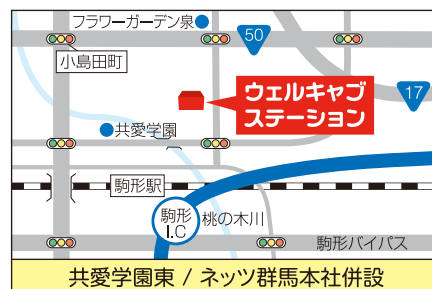
ネットトヨタ群馬



ウェルキャブステーション

〒379-2115 前橋市筑井町456-13 ☎027-290-4155

■営業時間/am10:00~pm6:00 ■定休日/毎週月曜、火曜日(一部を除く) <https://netzgunma.co.jp>



広告

広告内容に関する質問などについては、広告スポンサーに直接お問い合わせください。

年金のお受取りはJA前橋市へ！

新規ご契約
プレゼント **Aコープ商品券**
1,000円分プレゼント！

※お一人様一枚限り。公的年金、農業者年金、農林年金のご指定が対象です。

・・・笑顔と信頼を広げよう「ありがとう」の気持ち！・・・



JA前橋市

〒379-2161 前橋市富田町 2400-1
☎027-261-3000
http://www.jagunma.net/maebashi/

**玉掛け・小型移動式クレーン
技能講習開始しました!!**



前橋自動車教習所内

ぐんまフォークリフトセンター

前橋市関根町二丁目1-18

お問い合わせTEL. 027-289-9988

株式会社 荒牧

一般・産業廃棄物
収集運搬・資源回収

〈お気軽にご相談ください〉 ☎(027)234-1825

前橋市国領町2-2-19

前橋市許可第62号

群馬県許可第01000019984他



見積無料



くみまちモール カインズ前橋小島田にて
WORKSHOP イベント開催中



＼DIY初心者の方もぜひご参加下さい／

くみまちモール カインズ前橋小島田店 tel.027-263-0001



【広報誌をご覧の方限定でミニソフトを1つプレゼント】プレゼント期間 6/1・6/30

広報誌をご持参、もしくは広報誌を見た店舗内のカフェスタッフにお声掛けください。※お1人様1回限り

外壁塗装+太陽光

外壁塗装をご注文のお客様限定特典

今なら!! 太陽光発電パネルの設置が**0円!!**
しかも!! 電気料金が最大**20%OFF!!**

※設置には事前審査を伴ない、4.5kW以上の容量の太陽光パネルの掲載が条件となります。
外壁塗装のご依頼のみでもOKですので、まずはお気軽にお電話をお待ちしております。

株式会社 ソーラーエコ ☎0120-882-710
太陽光発電システム 電気機器システム販売・施工
〒371-0025 前橋市紅雲町二丁目6番10号 月曜～金曜 8:30～5:30まで営業しています



健康保険で、自宅や施設で
訪問リハビリマッサージ

こんなお悩みはございませんか?

- ☒ 足・腰が痛く、あまり歩けない...
- ☒ 手足が麻痺し、痺れがある...
- ☒ 車椅子の利用が多く、足が浮腫む...
- ☒ 肩こりのため、筋力が衰えてきた...

無料 お試し
体験実施中!

ご存知ですか? 「健康保険適用」自己負担0～3割!!



前橋ステーション フレディール
前橋市日吉町2-13-8 ☎0120-971-022

不動産のコンシェルジュ山口不動産です!

査定総数2,144件 H23.10～
R3.4末

不動産無料査定実施中!

藤岡店も営業しております。

査定
担当の
関です。



しっかりと査定をさせていただきます。

- NISCO公認相続コンサルタント在籍
- 前橋市空家利活用センター登録済み
- 宅地建物取引主任士在籍
- ブログ更新中! 自社HP [山口不動産 前橋]



山口不動産

群馬県知事(10) 第2930号 前橋市天川大島町42-1

TEL 027-225-2103



広報まえばしがアプリで
多言語対応します。

広報まえばしがスマートフォンやタブレット端末
の無料アプリ(カタボケ)で閲覧できます。

対応言語は日本語、英語、中国語(繁体・簡体)、
韓国語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語、インド
ネシア語、ベトナム語です。



広報まえばし
デジタル版は
こちらから

問 市政発信課 ☎027-898-6642



夏季限定ゼリー販売中!!

様々なフレーバーで夏らしいゼリーを
ご用意しております。
お好みのゼリーを探してみてください!
お待ちしております。

270円税込



←公式ライン
はじめました!



六供本店 六供町982-1

☎027-224-5518

『うちの子「結婚」出来るのかしら!』

お子様を成婚
に導く為の **親御様向け無料相談会実施中!**



前橋で婚活と言え、地域密着型の

結婚相談所 ムスベル前橋

群馬県前橋市新前橋町18-41 KM-6ビル4階

お気軽にご連絡ください

027-212-3354

ムスベル株式会社



前橋のまちかどから

下川淵地区：自慢の庭を自由に鑑賞



下川淵地区では毎年5月にオープンガーデンを開催。今年は24軒が庭を公開しました。花をきっかけに人のつながりを生み出しよりよい町になっていくように、という思いから始まったこの事業。企画担当の持田さんは「花で話の花が咲くという言葉のとおり、この事業を地域の人と話すきっかけにしてほしい」と話します。今年の様子は本市公式YouTubeで見ることができます。



油断は禁物

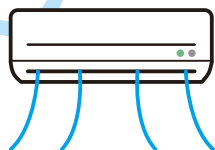
今から熱中症に注意しましょう

問 健康増進課 ☎ 027-220-5784

今年もコロナ禍で熱中症の季節を迎えます。気温だけでなく、湿度が高い日も熱中症のリスクが高まります。特に、高齢者や子どもは注意

が必要。近年は屋内での発症も多く、自宅でも油断せずに次のことを心掛けてください。

我慢せず冷房を使う



こまめに
水分を取る



周囲との距離を確保して
適宜マスクを外す

← 2 m 以上 →



日頃から
体調を管理する



適度な運動で
暑さに備えた体を作る



ガーデンエクスプレス

庭木1本から承ります!

- 庭木1本より明瞭料金 ●土日でもOKです
- トイレはお借りしません ●お茶はご遠慮します

広報まえばし をご覧の方に

生垣剪定

幅1m×高さ2m

通常2,200円を

先着10名のみ (税込)

1,100円!

【前橋南店】前橋市駒形町 446

【前橋北店】前橋市鼻毛石町 1742

営業時間

9:00~17:00

0120-61-4128

広告内容に関する質問については、広告スポンサーに直接お問い合わせください。