



midori city public relations

広
報

みどり



8

2012年
No.77

主な内容

- 女性のためのがん検診…………… 2～3
- 来年度入園する幼稚園児を募集… 4
- 少年の主張みどり市大会…………… 5
- 楽しく夏を過ごすために…………… 20～21

ピンク色の大輪を咲かせる古代ハス（7月24日、岩宿の里）

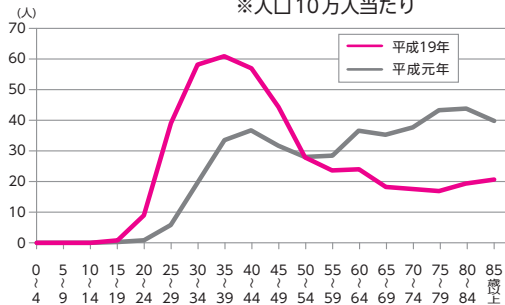


受けて安心！

女性のためのがん検診



【図①】子宮がんの発症する割合(罹患率)
※人口10万人当たり



子宮頸がんは、特に若い女性に多く発症します。毎年約17,000人が子宮頸がんを発症しており、20歳代で急増しています(図①)。
また、このがんにかかる割合が高い20歳～50歳代の検診受診

子宮頸がん

がんが増え始めるのは、男性では30歳代後半ですが、女性は20歳代後半から…。女性が若くしてがんが増える傾向にあるのは、女性特有のがんの影響があるからです。
今回は、子宮頸がん^{けいがん}と乳がんの特徴と検診についてお知らせします。

【図②】平成23年度みどり市子宮頸がん検診
年齢別受診率



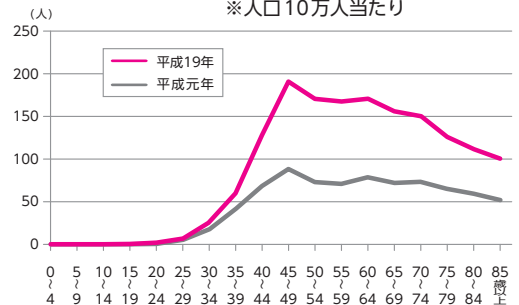
また、がんにかかる割合が高い40歳～60歳代の検診受診率を見ると、45歳以上は50%未満になっています(図④)。

乳がん

乳がんは30歳代から増え始め、40歳代後半がピークになっています。発症する割合も20年前に比べ2倍以上になっています。今後増加すると予想されています(図③)。

率は、40歳～44歳以外で26%～51%となっています(図②)。定期的に検診を受けていれば、子宮頸がんは早期発見できます。20歳を過ぎたら2年に1回は必ず検診を受けましょう。

【図③】乳がんの発症する割合(罹患率)
※人口10万人当たり

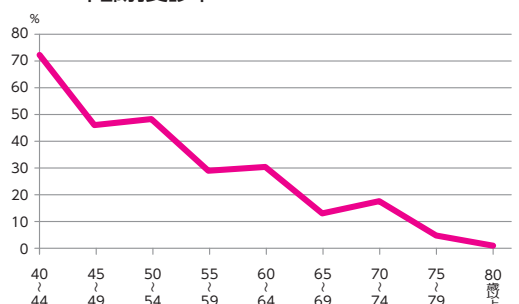


40歳を過ぎたら2年に1回は必ず検診を受けましょう。

検診実施のお知らせ

子宮頸がん^{けいがん}と乳がん検診を次のページのとおり実施します。
集団検診(土・日曜日にも検診実施)と指定医療機関での個別検診のどちらかを選ぶほか、検診無料クーポン券の対象の人は、負担金が無料です。
健康グッズと引き換えられるポイントカードも使えます。
問い合わせ先 笠懸保健センター ☎(76)25110、大間々保健センター ☎(72)2211、東保健センター(東支所) ☎(76)0984

【図④】平成23年度みどり市乳がん検診
年齢別受診率



子宮頸がんは唯一 予防できるがんです

子宮頸がんの原因の多くは、ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染によるものです。このウイルスに感染する前にワクチンを接種することで感染を予防し、発症を防ぐことができます。

市では、中学1年生から高校1年生に相当する年齢の女子を対象に、子宮頸がん予防接種費用を全額負担しています。将来のために、ワクチンを接種しておきましょう。

個別検診

12月28日(金)までの期間、指定の医療機関で受診できます。電話で予約の上、受診シールと保険証を持参し、早めに受診してください。

【子宮頸がん】

対象 平成5年3月31日までに生まれた今年度偶数年齢の女性

検診内容 問診・内診・細胞診

自己負担額 1,100円

指定医療機関名	電話番号	住所
安部クリニック	(45)0794	桐生市旭町
優和クリニック	(45)2828	桐生市浜松町1
くりはら医院	(44)3395	桐生市仲町1
山口クリニック	(54)4153	桐生市広沢町6
高橋産婦人科医院	(53)8531	桐生市相生町2
たかのす診療所	(65)9229	桐生市川内町2
水沼診療所	(96)2006	桐生市黒保根町

【乳がん(甲状腺)】

対象 昭和48年3月31日までに生まれた今年度偶数年齢の女性

検診内容 問診・視触診・マンモグラフィ検査

自己負担額 1,500円

指定医療機関名	電話番号	住所
桐生厚生総合病院	(44)7160	桐生市織姫町
恵愛堂病院	(73)2211	大間々町大間々
細野医院	(74)2300	桐生市新里町
東邦病院	(76)6303	笠懸町阿左美

集団検診

受付時間 午後0時30分～2時(東保健センターは午後1時30分まで)

持参する物

受診シール

その他 9月4日・21日は託児を行いますので、希望する人は、各保健センターまでお申し込みください。

期日	会場
9月2日(日)	東保健センター
9月3日(月)	大間々保健センター
9月4日(火)	
9月5日(水)	ふれあい学習館
9月6日(木)	東保健センター
9月9日(日)	大間々保健センター
9月13日(木)	
9月14日(金)	ふれあい学習館
9月18日(火)	笠懸公民館
9月19日(水)	
9月21日(金)	
9月22日(土)	

【子宮頸がん】

対象 平成5年3月31日までに生まれた今年度偶数年齢の女性

検診内容 問診・内診・細胞診

自己負担額 500円

【乳がん】※視触診は行いません

対象 昭和48年3月31日までに生まれた今年度偶数年齢の女性

検診内容 問診・マンモグラフィ検査

自己負担額 1,000円

その他 6カ月以内に乳房のしこりや乳頭分泌物がある人、医療機関で乳腺疾患の治療・経過観察中の人、ペースメーカーを入れている人、出産後2年以内の人は受診できません。

“がん検診に行こう！” 自分のため、大切な人のために…

子宮頸がん検診や乳がん検診のマンモグラフィを怖い、痛い、面倒と避けていませんか？

子宮頸がん検診

子宮頸がん検診は、子宮頸部の細胞を綿棒で軽くこすって採取し、子宮の頸部の状態を診察します。

内診台に載るので、初めての人は不安だと思いが、検査はあっという間に終わり、痛みもほとんどありません。カーテンで仕切られるので、プライバシーも守られ、安心して受けられますよ。

乳がん検診(マンモグラフィ)

マンモグラフィは、乳房をプラスチックの板に圧迫して挟み、X線撮影をします。乳房を強く挟むので少し痛みを感じることもありますが、小さながんを見つけるのに、とても有効な検査です。検査時間

もわずか10分程度で終わりますよ。

皆さんに受けてもらいたい

今までがん検診を受けたことのない人も、大切な健康を守るため、最初の一步を踏み出してみませんか。市のがん検診は「検査時間が短い」「簡単に検査ができる」「安価で検査を受けられる」など気軽に安心して受けられますよ。

がんにかかって、もう少し早く分かっていたら、と後悔してほしくないので、多くの人にがん検診を受けてもらいたいですね。



保健センター保健師
石原 真衣

平成25年度入園

幼稚園児を募集します



市立

笠懸幼稚園

対象 市内在住の3歳児、4歳児、5歳児

保育時間 午前8時30分～午後2時

預かり保育 月～金曜日 午後2時～4時

受付期間 9月3日(月)～21日(金) (土・日曜日、祝日を除く)

● 学校教育課(教育庁舎)、東支所
：午前8時30分～午後5時15分
● 笠懸幼稚園：午前10時～午後4時

※印鑑を持参してください。

見学説明会 9月6日(木) 午前10時

時(他の日に見学希望の場合は、お問い合わせください)

その他 通園バス有ります。

問い合わせ先 学校教育課学事係

☎(76)9845、笠懸幼稚園☎(76)2714

私立

阿左美幼稚園

対象 満3歳児、3歳児、4歳児、5歳児(通園できる範囲に在住の人、市外の人も可)

保育時間 午前8時～午後2時

預かり保育 月～金曜日：午後2時～6時、土曜日：午前8時～午後5時

受付期間 8月25日(土)～9月28日(金)

午前8時～午後4時(土・日曜日、祝日を除く。ただし、8月25日(土)、9月8日(土)・23日(日)は受け付けます)

見学説明会 午前9時45分～正午

● 8月25日(土)：プールで水遊び

● 9月8日(土)：園庭遊び

※両日とも着替え持参。随時見学可。満3歳児募集中。

受付場所・問い合わせ先 阿左美幼稚園☎(76)7320

<http://www.azami.ed.jp/>

私立

大間々南幼稚園

対象 満3歳児、3歳児、4歳児、5歳児(通園できる範囲に在住の人、市外の人も可)

保育時間 午前8時30分～午後2時

預かり保育 月～金曜日：午後2時～5時(延長可)、春・夏・冬休み中：午前9時～午後3時 または5時

案内資料 随時配布しています。

受付期間・時間 9月3日(月)より開始(土・日曜日、祝日を除く) 午前8時～午後4時

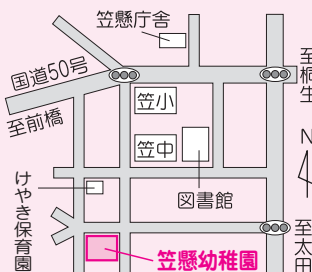
見学説明会 9月14日(金)、10月19日(金)、11月2日(金)の午前10時～11時30分 ※随時見学可。

その他 満2歳児12人も募集中。

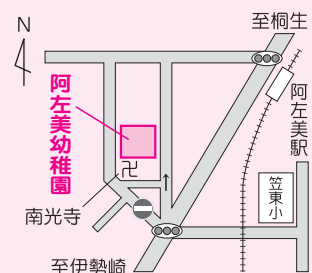
通園バス有ります。

受付場所・問い合わせ先 大間々南幼稚園☎(73)0067

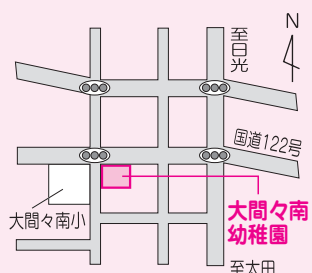
<http://park10.wakwak.com/~maiory/>



[所在地]
笠懸町鹿4590-2



[所在地]
笠懸町阿左美967



[所在地]
大間々町大間々 895-1

平成25年度から市立幼稚園の保育料が変わります

みどり市立幼稚園保育料徴収に関する条例の改正に伴い、平成25年4月から市立幼稚園(笠懸幼稚園)の保育料が変更となります。

月額保育料 現在：月額4,000円 → 改定後：月額5,000円

預かり保育料 現在：無料 → 改定後：日額100円

※預かり保育に要する飲み物・お菓子代(100円程度)については、預かり保育料とは別に実費分として集金します。

問い合わせ先 学校教育課☎(76)9845、笠懸幼稚園☎(76)2714



届け！ 私の思い

少年の主張 第7回みどり市大会

6月30日、笠懸公民館で少年の主張みどり市大会が開催され、市内中学校5校の代表者10人が、熱意あふれる主張を発表しました。この中から最優秀賞に選ばれた次の2人が、8月4日、太田市で開催される東毛地区大会へ出場します。



【大会出場者】前列左から：中嶋優夏さん（大間々東中3年）、竹内夏海さん（東中2年）、矢部雅也さん（大間々中3年）、高畑実紅さん（大間々東中3年）、大河内結花さん（笠懸南中3年）、石原啓亨さん（大間々中2年）
後列左3人目から：石田華鈴さん（笠懸南中3年）、亀山 壘さん（笠懸中3年）、鈴木理紗子さん（東中3年）、谷中駿介さん（笠懸中3年）

※発表文書は原文のままではなく、主張の主な内容を要約して掲載しています。



【最優秀賞】
大間々東中3年
高畑実紅さん

「あたりまえの
生活ができること」

あ 私は今の生活に満足し、恵まれていると感じますかと聞かれたら、少し前の私は、いいえと答えたいと思います。しかし、ある出来事を通じて、それは間違っているのではないかと感じるようになりました。祖父が亡くなり何日か経った日、遺品整理をしていた祖母が、ダンボールの上に一枚の紙を見つけました。それは、ある医師が書いた「あたりまえ」という詩でした。「食事が食べられる音がきこえて声がでる 笑える、泣ける、叫ぶこともできる こんな素晴らしいことを、みんなは決して喜ばない そのありがたさを知っているものは、それを失くした人たちだけ なぜでしょうあたりまえ」この詩を読み、あふれる涙は止まりませんでした。元気がだった頃、食べることに、笑うこと、話すことが何よりも好きだった祖父は、病氣にかかり、それができなくなりました。どんなにつらかったことでしょうか。あたりまえということの大切さを私は祖父を通して学びました。私はあたりまえの生活を送れることが生きる上で一番幸せなことだと気付きました。なぜなら今、物資が豊かで明るい社会の中で、質の高いあたりまえの日常が送れていることは、とてもすごいことだと思うからです。祖父のメッセージから考えが変わった今の私は、あなたは今の生活に満足し、恵まれていると感じますかと聞かれたら、迷わずこう答えます。「はい、とても満足しています。」



【最優秀賞】
大間々中3年
矢部雅也さん

「私を変えたきっかけ」

皆 さん、こんにちは。生徒会長の矢部雅也です。と、全校生徒に声高々とあいさつする。私のことを昔から知っている人は、驚くかもしれません。なぜなら、私は小学校3年生まで、今と真逆の性格だったからです。小学4年生の春。人と関わることを嫌っていた私は、じゃんけんなどをしないように余っていた音楽委員会に入りました。この偶然が、私を変えたのです。それは、曲の合間に、曲を紹介するために短い劇を行う音楽集会。7月に七夕の劇をすることになり、私は彦星役選ばれました。セリフはいつもの約2倍、しかも一発ギャグまで書かれています。当日、恐怖と羞恥心で心がいっぱいになり、笑われるのが嫌だと言って、学校へ行くことを泣きながら拒みました。このとき母が言った「笑われるんじゃない、笑わせるんだよ」という言葉が、私を変えさせるきっかけになりました。私はプライドを捨て、見事全校児童を笑わせ、演じきったのです。それから、5・6年とも音楽委員会で全校児童を笑わせ、運動会では団長として、団を優勝に導きました。きっかけは、自分を変えるチャンス、人生の分岐点なのです。きっかけを見つけるためには必要なのは、人と関わること。人と関わるためには、偶然から始まる日常を大切に過ごすこと。人生は偶然の繰り返し。一瞬でも見逃したらもったいない。なぜなら、きっかけはいつだってあなたが見つけてくれるのを待っているのだから。

人の動き (前月比)[6月末日現在]

総数	52,380人	(+16)
男	25,839人	(+4)
女	26,541人	(+12)
世帯数	19,296戸	(+29)

申請がお済みでない人は手続きを

児童扶養手当と特別児童扶養手当

支給対象者へ児童扶養手当・特別児童扶養手当を支給します。支給には、父母などの所得に制限がありますので、申請がお済みでない人は、ご相談ください。

●児童扶養手当

対象 次の①から⑧のいずれかに該当する児童を養育しているひとり親、または親に代わって養育している人

①父母の離婚

②父母いずれかが死亡（遺族年金などの受給者は不可）

③父母いずれかが重度の障がい者（国民年金法および厚生年金法の障害等級1級、身体障害者福祉法の1級および2級程度）

④父母いずれかの生死が不明

⑤父母いずれから1年以上遺棄

⑥父母いずれかが1年以上拘禁

⑦父母いずれかが未婚

⑧孤児など

安全で平穏な生活を確保するため

みどり市暴力団排除条例を施行

「みどり市暴力団排除条例」を8月から施行しました。この条例は、市民の皆さんの安全で平穏な生活を確保するため、暴力団排除に関する基本的な施策を定めたものです。

市では、警察などと連携、協力を図りながら、暴力団排除の施策を推進していきます。

- 暴力団を恐れない
- 暴力団に資金を提供しない
- 暴力団を利用しない
- 主な内容
- 市は公共工事などの入札に暴力団を参加させません。
- 市は市有施設の利用が暴力団の活動を助長するような場合は、利用の許可を与えません。
- 市は市民に対して、情報提供な

※DV防止法による保護命令を受けた児童が、今年8月から新たに支給対象になりました。

支給期間 児童が18歳に達する年の年度末まで（精神または身体に障がいがある場合は、20歳に達するまで）

●特別児童扶養手当

対象 精神または身体に障がいがある20歳未満の児童を養育している人

申請・問い合わせ先

● こども課 こども福祉係（笠懸庁舎） ☎(76)09995

● 大間々市民生活課 ☎(76)1846

● 東市民生活課 ☎(76)0984

● 必要な支援を行います。

● 市は青少年が暴力団に加入しないように、また暴力団員による犯罪の被害を受けないように教育を行います。

● 市民は暴力団の威力の利用や、暴力団員に金品などの利益を供与してはなりません。

暴力団に関する相談窓口 公益財団法人 群馬県暴力追放運動推進センター（前橋市江田町44

8-11 警察本部江田町庁舎内） ☎027（254）1100

問い合わせ先 総務課防災交通係 ☎(76)0961

チャリティークールビズ

7月15日までに、皆さんのご協力により、447,660円が集まり、東日本大震災の義援金として日本赤十字社へ納付することができました。今後も復興支援と節電対策を行い、みどり市として一致団結してこの夏を乗り越えようと思いますので、引き続きご協力をお願いします。

商品

● ボタンダウンシャツ（ホワイト・サックス・イエロー）
：2,300円（義援金500円含む）

● ポロシャツ（ホワイト・ネイビー）
：1,300円（義援金300円含む）

● ハンドタオル₃（ホワイト・サックス・ピンク・モカ茶）
：490円（義援金90円含む）

販売店

● (株)足利屋₃：大間々町大間々1380 ☎(73)1212

● (株)やながわ₃：笠懸町阿左美58212 ☎(76)2247

問い合わせ先 総務課職員係 ☎(76)0961



あたたかい心 ご寄付ありがとうございました。

グローリア・アーツ(株)…星野富弘カレンダー詩画セット(詩画6枚入) 194部・2012カレンダー 14部

「みどり市観光ガイドの会」主催ツアー あかがね街道を歩こう

みどり市観光ガイドの会では、あかがね街道(宿廻～瀬戸ヶ原)を散策するコースでガイドを実施します。足尾銅山から採掘・精錬された銅を江戸に運ぶために通ったとされるあかがね街道をガイドの会と歩いてみませんか。

期日 9月22日(土) ※雨天決行

時間 午前8時10分(集合)～午後2時頃

集合場所 大間々駅

※大間々駅8時24分発の列車で本宿駅(8時35分着)まで乗車します。

※車の場合は、大間々庁舎円形駐車場に駐車してください(大間々庁舎で解散となります)。

定員 25人(先着順)

コース 本宿駅～角地藏～深沢宿～下神梅～手振山(昼食)～瀬戸ヶ原～桐原銅蔵・郷蔵～大間々庁舎(約11km)

参加料 無料

※わたらせ渓谷鐵道大間々駅～本宿駅の乗車券(270円)は、自己負担となります。

持参する物

昼食・飲み物・雨具

服装 軽登山に適した服装・履き物でご参加ください。

申込・問い合わせ先 みどり市観光ガイドの会事務局
(みどり市観光課内) ☎(76)1270

❖みどり市観光ガイドの会では、会員募集も行っています。
興味のある人は、お問い合わせください。



角地藏

「敬老の日」に長寿を祝い 80歳以上の人を慶祝訪問します

長寿者の皆さんに敬意を表し敬老祝金を贈呈します。

期日 9月17日(月・祝)を基本に行います。

対象 12月31日までに満80歳以上

お祝い金額

になる人で、9月1日現在、市内に3カ月以上住所を有し、実施日まで引き続き市内に居住している人

- 80～84歳…5千円
- 85～99歳…1万円
- 100歳以上…3万円

実施方法 地域ごとに区長・民生委員などが訪問します。100歳以上の人には、市長・市議会議長・社会福祉協議会長が訪問する予定です。

問い合わせ先 介護高齢課高齢福祉係 ☎(76)0974

特別養護老人ホームの 整備事業者を募集します

第5期介護保険事業計画に基づき、特別養護老人ホーム(1カ所・定員70人)の新規開設・運営事業者を募集します。応募方法などは、市ホームページをご覧ください。

応募資格 社会福祉法人(新規設立予定法人含む)

応募期間 10月12日(金)(午後4時)まで

問い合わせ先 介護高齢課介護保険係 ☎(76)0974

市施設の観覧料改定、 開館時間変更について

10月1日から「大間々博物館」の観覧料と「陶器と良寛書の館」の開館時間が、次のとおりとなります。

「大間々博物館」観覧料

- 一般(個人) … 100円
↓ 200円
- 一般(団体) … 80円
↓ 160円

「陶器と良寛書の館」開館時間

午前9時～午後5時
↓ 午前10時～午後4時

問い合わせ先 文化財課文化財係 ☎(76)1933

開催希望団体・グループを募集します

市長と話そう まちかど座談会

区の役員会や隣組(班)、地域の団体やグループの活動の場へ市長が伺い、まちづくりなどについて直接参加者と対話をします。

開催方法 団体、グループ単位で申し込みいただき、申込者が指定する会場に市長が伺います。

対象 市内在住・在勤または在学の人で構成し、市内に活動拠点がある団体やグループ
人数 5人〜20人程度(20人を超える場合はご相談ください)

会場 市内の公民館、集会所など

(原則申込者が主催者として手配してください)

開催日 団体の希望する日(12月29日から1月3日を除く)

※公務の都合により、日時の変更をお願いする場合があります。

時間 1時間程度

申込方法 開催希望日の1カ月前までに所定の申込用紙を提出してください。

※申込用紙は秘書課(笠懸庁舎)

地域産業の振興と地場産品の販路拡大のため

新商品開発などを支援します

市では、新商品の開発や商品の改良、販路開拓を行う事業者へ補助金を交付します。申請方法など詳細は、お問い合わせください。

①事業者

対象 市内に事業所または工場を持ち、1年以上事業を営む個人、法人または団体

対象事業および補助金額

●新商品開発事業…1/2以内(限度額20万円)

●販路拡大事業(出展事業)…1/2以内(限度額20万円)

②みどり市ブランド認定事業者

対象 既にみどり市ブランドに認定されている商品を製造している事業者

対象事業および補助金額

にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。
その他 昼食を取りながらの「ランチミーティング」もできます(昼食代は自己負担)。

趣旨をご理解ください

●意見は市政に活用するため、市民の意見として記録し、必要に応じて公開します。

●特定の個人や団体などの利益を誘導する場ではなく、市政運営のための建設的な意見を交換する場です。

●取材や傍聴などの依頼があった場合は、受け入れてください。

申込・問い合わせ先 秘書課広報広聴係 ☎(76)0957

●新商品開発事業…2/3以内(限度額20万円)

●商品改良事業…2/3以内(限度額10万円)

●販路拡大事業(出展事業)…2/3以内(限度額20万円)

●販路拡大事業(ホームページ事業)…2/3以内(限度額5万円)

募集期間 10月31日(水)まで(予算が無くなり次第終了)

申請・問い合わせ先 商工課商工労政係(大間々庁舎) ☎(76)1938

生活の建て直し相談会

相談は無料です。事前に電話で予約してください。

期日 9月12日(水)

時間 午後1時〜5時

会場 市消費生活センター(大間々庁舎1階)

定員 8人(先着順)

内容 多重債務者支援団体の相談員が、借金で困っている人に収入に見合った家計の建て直しの方法などをアドバイスします。

その他 県内の他の市町村でも実施しています。他会場の開催日程などは、お問い合わせください。

予約・問い合わせ先 市消費生活センター ☎(76)0987

地域づくり支援事業

市では、地域の活性化を図るため、将来の構想を持つ地域づくり活動に取り組む団体を応援しています。対象事業などの詳細は、お問い合わせください。

申請方法 地域の活性化や課題解決を目的に行う公益性のある地域づくり活動のうち、次のいずれかの事業

今月の納税

■市県民税 第2期、国民健康保険税 第2期 8月31日(金)が納期限です。忘れずに納付しましょう。

■夜間納税相談窓口(笠懸庁舎納税課) ☎(76)0956 8月29日(水)・30日(木)・31日(金) 午後7時30分まで

みどり市人権講座

「民話のころ」を開催

昔から伝わる民話には、苦境にも負けず時代を生き抜いてきた先人の知恵や知識、教えなどが詰まっており、それぞれに家族のぬくもりや地域とのつながりなど現在にも通じる意味深いメッセージも込められています。昔懐かしい民話を聴きながら、家族のぬくもりや地域の絆についてあらためて考えてみませんか。

日時 9月22日(土) 午後1時30分～3時30分

会場 笠懸公民館 2階サークル活動室2・3

対象 みどり市在住・在勤・在学者

定員 50人(先着順)

講師 持谷靖子さん(猿ヶ京ホテル大女将)

参加費 無料

主催 市人権教育推進協議会・市教育委員会

申込・問い合わせ先

社会教育課社会教育係 ☎(76)9846

任期満了に伴い選任された 各委員さんを紹介します

公平委員会委員、固定資産評価審査委員会委員、教育委員会委員に次の皆さんが就任しましたので紹介します。

●公平委員会

市職員の勤務条件に関する措置要求や不利益な処分を審査するための行政委員会です。

委員 鏡 一雄さん(再任)
任期 平成24年6月20日～平成28年6月19日

●固定資産評価審査委員会

固定資産税の評価額に関する不服を審査するための行政委員会です。
委員 横塚榮三郎さん(再任)

吉原良榮さん(再任)
大澤敏夫さん(新任)
任期 平成24年6月21日～平成27年6月20日

●教育委員会

教育行政の中立性と安定性を確立し、教育、学術、文化の推進を図るための行政委員会です。

委員 松崎 靖さん(再任)
任期 平成24年6月27日～平成28年6月26日
問い合わせ先 総務課行政係 ☎(76)0961

ジェネリック医薬品 差額通知書を送付します

現在服用している医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合、自己負担がどれだけ軽減できるのかを試算した通知を対象者へ送付します。なお、ジェネリック医薬品への切り替えは、主治医や薬剤師にご相談ください。

通知発送日 8月下旬と平成25年2月下旬

問い合わせ先 市民課国保年金係・医療助成係 ☎(76)0972

市営住宅の入居者募集

入居日に指定がない場合は、随時ご相談ください。

申込期限 指定がある場合を除き毎週金曜日(申込多数の場合は抽選)

申込・問い合わせ先 建設課住宅係 ☎(76)1904

団地名	家賃
一丁目上原団地(4人家族以上)	22,500円～44,300円
神梅第3団地	10,900円～21,500円
神梅第2団地	10,600円～21,200円
塩原上ノ台団地	10,500円～20,600円
浅原田中団地	12,400円～25,400円
花輪団地	9,800円～19,200円
中居団地	6,100円～12,100円
大平団地	7,800円～15,900円
高街道団地	41,000円
沢入団地	7,000円

- 地域づくり意識の高揚を図る事業
 - 地域づくりの調査研究事業
 - 地域の環境整備に関する事業
 - その他市長が地域づくりに必要と認めた事業
- 問い合わせ先 企画課地域連携係 ☎(76)0962

図書館

笠懸図書館 ☎(77)1010
大間々図書館 ☎(73)0707
東公民館図書室 ☎(97)2721

<http://www.city.midori.gunma.jp/library/>

図書館名画座 ブタがいた教室

日時 9月9日(日) 午後2時～

会場 笠懸図書館2階 視聴覚室

特別休館日と倍貸し出しのお知らせ

大間々図書館・笠懸図書館は、次の期間に特別休館します。休館前に貸出冊数を増やし、貸出期間を延長します。

特別休館日 9月20日(木)～30日(日)

貸出実施期間 本・雑誌…9月6日(木)～19日(水)、
視聴覚資料…9月13日(木)～19日(水)

貸出数 本20冊、雑誌8冊、視聴覚資料8点

返却日 10月2日(火)以降

PAL

笠懸野文化ホール
☎(77)1212

<http://www.city.midori.gunma.jp/pal/>

あさみ ちゆき10周年記念コンサート

井の頭公園の歌姫がPALにやって来ます！

フジテレビ「ノンストップ！」で紹介された、新橋駅前のS.L.広場で路上靴磨きを行う中村幸子さん(80歳)の人生を歌い上げた新曲「新橋二丁目七番地」も歌唱予定です！

ぜひ生の歌声をお聞かせください。

日時 9月17日(月・祝) 午後3時30分開演

料金 全席指定 前売り・当日3,000円

※好評発売中



演劇公演 欺瞞と戯言

演劇界で最も注目を集める劇作家、中津留章仁

の最新作。

行方不明の夫を捜す妻。夫の友人から、知らなかった夫の過去が次々と明らかになる。そして、夫の行方は…。

豪華なキャストによる確かな芝居をご覧ください。

日時 10月28日(日) 午後4時開演

出演 竹下景子、下條アトム、長谷川初範、真山章志、岸田茜

料金 全席指定 前売り・当日3,000円

※好評発売中



ながめ余興場

☎(72)1968

<http://www.city.midori.gunma.jp/kankoguide/miru/nagame.html>

●第2回学習院大学落語研究会(無料)

日時 8月18日(土) 午後3時～

問い合わせ先 ☎(73)7933(今川)

●第2回千紫万紅みどりサマーフェスタ(無料)

日時 8月25日(土) 午後1時30分～

問い合わせ先 ☎(76)8319(遠藤)

●教養講座(無料)

日時 8月26日(日) 午後1時30分～

問い合わせ先 みどり市ろう者協会(森島) ☎(73)0622

●第3回よしもとみどり寄席

日時 8月31日(金) 午後6時30分～

料金 前売り1,500円、当日1,800円

問い合わせ先 ながめ余興場 ☎(72)1968

●桐生音楽ふれあいの会5周年記念「道化師芝居」

日時 9月9日(日) 午後1時～

料金 1,000円(1家族4人まで)

問い合わせ先 ☎090(9955)0698(中嶋)

●第1回三遊亭王楽ひとり会

日時 9月15日(土) 午後2時～

料金 前売り2,000円、当日2,500円

問い合わせ先 ながめ黒子の会 ☎(73)1195





市内各施設のイベント情報などをお知らせします。

岩宿博物館

☎(76)1701

<http://www.city.midori.gunma.jp/iwajuku/>

大人向け体験学習講座 石器作り体験

岩宿遺跡で発見された石器と同じ黒曜石を使って石器を作る体験学習です。

ボランティア経験豊富な岩宿博物館友の会の会員が、無料で基礎から指導します。もの作りや人と関わるのが好きな人は、気軽にご参加ください。



日時 9月16日(日) 午前10時～正午

会場 ふれあい学習館

対象 中学生以上

定員 25人(先着順)

服装 汚れてもいい服装(長袖、長ズボン)、運動靴、手袋(軍手可)

受付開始 8月26日(日) 午前9時～

申込方法 電話または直接岩宿博物館へ

みんなが好きになる考古学!

岩宿大学第3講 南下した細石刃集団

北海道から本州東北部に展開する細石刃石器群を比較し、当時の生業や石器の製作・使用・補給などの活動を推察します。

石器群の由来地と考えられる北海道からシベリアにかけての状況をもとに、細石刃集団の拡散と展開について検討します。

日時 9月9日(日) 午後1時30分～

講師 鹿又喜隆 さん(東北大学大学院准教授)

定員 60人(先着順)

受講料 1,000円(単独受講の場合)

申込方法 電話または直接岩宿博物館へ



コノドント館

大間々博物館

☎(73)4123

<http://www.city.midori.gunma.jp/conodont/>

夏休み体験企画

石灰岩を磨いて

フズリナ化石を観察しよう

フズリナは、古生代に繁栄した原生動物で、石灰岩の中によく含まれています。紙やすりで石を磨いて、フズリナを観察してみませんか。

日時 8月の毎週水曜日 午前10時～

定員 10人(当日受け付けで先着順)

参加費 無料 ※別途入館料が必要です。

第71回企画展

恐竜ワールドを探検せよ!

中生代の世界を支配していた恐竜。その一方でさまざまな生物も生活していました。恐竜やアンモナイトなどの貴重な化石(約100点)から中生代の不思議いっぱいの世界を探検しましょう。

期間中、クイズも実施していますので、ぜひお越しください。

期間 9月2日(日)まで



募集

桐生厚生総合病院職員

職種・募集人数 薬剤師（2人）
受験資格 昭和57年4月2日以降に生まれ、当該職種の資格（免許）を有するか、または平成25年4月までに取得見込みの人
試験期日 9月下旬（面接試験）
申込期限 8月22日（水）（土・日曜を除く午前9時～午後5時）
※申込用紙は、病院内で配布するほか病院ホームページからダウンロードできます。
申込・問い合わせ先 桐生厚生総合病院総務課 ☎447163

講座

要約筆記 ボランティア講座

耳の不自由な人のために、会話の要点をまとめて書く方法を学びます。

期日 8月25日～9月8日（毎週土曜日）・全3回
時間 午前10時～正午

定員 15人（先着順）

受講料 無料

申込期間 8月8日（水）～17日（金）

会場・申込・問い合わせ先 桐生市総合福祉センター（桐生市新宿3-3-19） ☎(43)0183

危険物取扱者保安講習

期日 9月20日（木）

時間

●午前の部：午前9時30分～午後0時30分

●午後の部：午後1時30分～4時30分

会場 桐生市市民文化会館

対象 危険物施設において、危険物の取扱作業に従事している危険物取扱者（危険物保安監督者を含む）のうち、次の①、②いずれかに該当する人

①平成22年3月31日までに免状の交付、または保安講習を受け、引き続き危険物の取扱作業に従事している人

②平成23年4月1日以降、新たに危険物の取扱作業に従事している人（ただし、平成23年4月1日以降に免状の交付を受けている人は除く）

定員 300人程度

受講料 4,700円（群馬県収入証紙）

申込期間 8月20日（月）～24日（金）

申込・問い合わせ先 桐生市消防本部予防課保安係 ☎(47)1703

就農支援講習

農産物の基本的知識と技術を習得する無料講習を実施します。

期日 9月3日・10日・24日、10月1日・15日・29日、11月12日・19日、12月3日・17日の各月曜日・全10回

対象 県内ハローワークへ求職登録し、市内および周辺に在住する55歳以上で就職を希望する人

定員 20人（多数の場合は選考）

申込期限 8月20日（月）

会場・申込・問い合わせ先 市シルバー人材センター ☎(72)1905

お知らせ

9月の介護予防教室

65歳以上で会場まで来られる人が対象です。

○笠懸地区《元氣サロン》

期日・会場（各公民館） 9月12

日（水）（6区）・25日（火）（8区）・26日（水）（10区）・27日（木）（9区）

時間 午前9時30分～11時30分

問い合わせ先 市社会福祉協議会

本所 ☎(76)4111

○大間々地区《いきいき教室》
期日・会場 9月7日(金) (いきいきセンター)・14日(金) (福岡中央公民館)・20日(木) (神梅公民館)・26日(水) (14区公民館)・28日(金) (塩原公民館)

時間 午前10時～11時30分

問い合わせ先 市社会福祉協議会

大間々支所 ☎(72) 4054

○東地区《遊びサロン》

事前の申し込みが必要です。

期日・地区 9月3日(月) (小中)・7日(金) (座間)・12日(水) (花輪

二区)・14日(金) (神戸)・27日(木) (荻原)

時間 午後1時30分～3時30分

申込・問い合わせ先 市社会福祉協議会東支所 ☎(97) 2828

リフレッシュサロン

楽しいそば打ち体験と試食、参加者同士の交流会を開催します。

期日 9月13日(木)

時間 午前10時30分～午後2時30分

会場 浅原体験村

対象 市内在住で、高齢者などの家族を在宅で介護している人

定員 30人

参加費 500円 (当日集金)

持参する物 エプロン・手拭き

申込期限 9月5日(水)

申込・問い合わせ先 市社会福祉協議会本所 ☎(76) 4111

知っておきたいミニ講座

高齢者の日常生活に関わりの深い制度や知識について、学びませんか。申し込みは不要です。

日時・内容

●8月22日(水) 午前10時30分～11時30分：防災知識と対策、支援活動

●8月31日(金) 午前10時30分～11時30分：高齢者の健康管理と栄養について

養について

会場 大間々老人憩の家

対象 市内在住の60歳以上の人

参加費 無料

申込・問い合わせ先 市社会福祉協議会大間々支所 ☎(72) 4054

緊急時手話通訳者名簿の配布

対象 市内在住の身体障害者手帳を所持する聴覚障がい者で、手話通訳を必要とする人

持参する物 身体障害者手帳、印鑑、昨年度版の名簿

交換期限 8月31日(金)

申込・問い合わせ先 市社会福祉協議会本所 ☎(76) 4111・FAX(76) 4511

こころの電話相談

仕事などで平日に相談できない人のために精神科医師、精神保健福祉士などが相談に応じます。

期日 9月30日(日)

時間 午前10時～午後3時

対象 心の病気や不安・悩みなどがある人、またはその家族

専用電話番号

☎027(290)2920

費用 電話料金以外は無料

問い合わせ先 群馬県精神保健福祉協会事務局 ☎027(263)1166

3) 1166

ボートレース桐生開催日程



【ナイターレース開催日】

8/3

10・11・12・13・14・15

21・22・23・24・25・26

(SGモーターボート記念)

【場外発売日】

8/4・5(女子王座・ナイター)

8月

第7回みどり市民 バドミントン大会

市体育協会主催のバドミントン大会の参加者を募集します。

期日 9月9日(日)

時間 午前9時30分(開会式)、
午前9時45分(試合開始)

会場 桐生大学グリーンアリーナ

対象 市内在住・在勤・在学の人
および、みどり市バドミントン
協会登録者

種別 男子ダブルス・女子ダブル
スともにA・B・Cクラス(申
込数によりクラス変更となる場
合があります)

参加費 一般500円、中学生2
50円(大会当日受付にて納入)

申込方法 桐生大学グリーンア
リーナ受付にある申込ボックス
に申込書を投函してください。

申込期限 8月28日(火) 午後8時
問い合わせ先 市バドミントン協
会(奥澤) ☎76)2036

明るい長寿社会づくり

「長寿社会・私のメッセージコ
ンクール」の作品を募集します。

応募方法など詳しくは、お問い
合わせください。

対象 県内在住・在勤・在学の人
応募部門 小学生低学年の部・高

学年の部、中学生の部、高校生
の部、一般の部(59歳以下)、
シニアの部(60歳以上)

応募作品の規格 400字詰め原
稿用紙4枚以内、縦書き

※ワープロ、点字原稿可

応募期限 9月7日(金)(消印有効)

問い合わせ先 群馬県長寿社会づ
くり財団 ☎027(255)6
511

放送大学10月生募集

放送大学は、テレビやインター
ネットを利用して授業を行う通信
制の大学です。働きながら学んで
大学を卒業したい、学びを楽しみ
たいなどの目的で幅広い世代、職
業の人が学んでいます。心理学・
福祉・経済・歴史・文学・自然科
学など、幅広い分野を学べます。

資料請求は無料ですので、希望
する人は、お問い合わせください。
なお、放送大学ホームページか
らも出願を受け付けています。

出願期限 8月31日(金)

問い合わせ先 放送大学群馬学習
センター ☎027(230)1
085

国民年金のお知らせ

【65歳で届け出が必要です】

特別支給の老齢厚生年金は、65

歳から老齢基礎年金と老齢厚生年
金を受けることとなります。

手続きに必要な「国民年金・厚
生年金保険老齢給付裁定請求書」

は、65歳になる誕生月の初め(1
日生まれの場合は前月の初め)に、
日本年金機構から送付されますの
で、必要事項を記入し、誕生月の
末日(1日生まれの場合は前月の末
日)までに日本年金機構へ提出し
てください。

手続き完了後「国民年金・厚生
年金保険裁定通知書・支給額変更
通知書」が送られますが、年金証
書は発行されませんので、これま
での年金証書を引き続き保管して
ください。

【後納制度が始まります】

これまでは、国民年金保険料を
納め忘れたまま2年を超えると保
険料を納めることができませんで
したが、平成24年10月から平成27
年9月までの3年間に限り、過去
10年以内の納め忘れた保険料を納
めることができる後納制度が始ま
ります。

保険料を納付することで、将来
の年金額を増やしたり、年金の受
給権につなげることができます。

なお、自分の年金記録について
は、「ねんきんネット」で確認す
ることができます。

●ねんきんネット

<http://www.nenkin.go.jp>

問い合わせ先 桐生年金事務所 ☎
(44)2312

婚活トレーニング 参加者募集

グループトレーニングに、出会
いを求めてみませんか。下山後は
サンレイク草木で、バーベキュー
を行います。

日時 9月9日(日) 午前8時30分
午後4時30分

会場 シャロムの森(東町)

集合場所 市役所大間々庁舎 円
形駐車場

対象 市内在住・在勤の25歳〜40



桐生市通信

「織物資料展示室」オープン

1,300年の歴史を誇る桐生の繊維産業に関する資料を展示しています。入場は無料です。

ぜひ、ご覧ください。

場所 桐生織物記念館
(桐生市永楽町6-6)

開館時間 午前10時～
午後5時

休館日 原則として毎月最終土曜日と翌日曜日、8月13日～16日、12月29日～1月3日

問い合わせ先 桐生織物記念館 ☎(43) 7272



このコーナーでは、桐生市からのお知らせを掲載しています。

市場問屋街開放の日

桐生地方卸売市場では、毎月第2・第4土曜日に「桐っこ市」を開催しています。普段は入場できない問屋街で買い物を楽しめます

歳の独身者
定員 男・女各20人(先着順)
費用 男性：3,500円、女性：2,500円(バス代、昼食代、入浴料、保険料などを含む)
申込期間 8月15日(水)～9月5日(水)
申込・問い合わせ先 国民宿舎サニレイク草木 ☎(95) 6309

東部児童相談所の巡回相談

子どもの心や言葉の発達に関する巡回相談を行っています。

期日 9月20日(木)
時間 午前10時～午後3時
会場 笠懸公民館
申込期限 9月5日(水)
申込・問い合わせ先 市役所子ども課家庭児童相談室 ☎(76) 0995

計量器の定期検査

計量法に基づいて行うこの検査は、適正な計量の実施と商取引の公平を守ることを目的とし、2年に1回の周期で実施しています。検査に合格していない計量器は取引・証明に使用できませんので必ず受検してください。

期日・会場
9月10日(月)：東町商工会館
9月11日(火)：笠懸町商工会館
9月13日(木)：大間々厚生会館
時間 午前10時～正午、午後1時

大間々老人憩の家「敬老の日」特別開館

「敬老の日」を特別開館とし、通常通り開館します。なお、特別開館に伴い、前日は振替休館となります。

期日 9月17日(月・祝日)
時間 午前10時～午後6時(午後のカラオケはお休みです)
問い合わせ先 大間々老人憩の家 ☎(72) 1620

「エコ通勤」参加事業所の募集

通勤に公共交通を利用し、交通事故や渋滞解消、環境汚染の防止などを旨とする「エコ通勤」推進事業への参加事業所を募集します。

対象期間 9月21日(金)～30日(日)
対象 県内に事業所がある企業や官公庁・学校など
申込方法 所定の申込用紙に記入

頑張るぐんまの中小私鉄フェア2012

の上、郵送またはファクスで、お申し込みください。
申込用紙配布場所 県庁交通政策課、市役所企画課(笠懸庁舎)
※県ホームページからも、ダウンロードできます。
申込期限 8月31日(金)
申込・問い合わせ先 県交通政策課 ☎(37) 118570 前橋市大手町1-1-1 ☎027(226) 2382・FAX 027(223) 9510

上信電鉄、上毛電気鉄道、わたらせ渓谷鐵道の素晴らしさを実感していただくためのイベントを開催します。入場は無料です。
会場内に駐車場はありませんので、なるべく公共交通機関をご利用の上、お越しください。
なお、会場周辺の駐車場については、お問い合わせください。
期日 9月23日(日)
時間 午前10時～午後3時
会場 大間々駅
内容 DE10形機関車運転室乗車体験、ミニトレイン運行、車両洗車機体験、県内の駅弁販売など
問い合わせ先 わたらせ渓谷鐵道(株) ☎(73) 2110



とにかく絵が好きで

小さい頃から時間があれば絵を描いていました。小学生のときにはまっていたのは、ファンタジー映画に登場するような奇妙な生き物。休み時間に描いていると、自然と自分の周りに友達が集まるようになりました。見ているだけではつまらないだろうと、生き物に体力ゲーなどをつけて、ゲームにしてみんなで遊んでました。結構盛り上がりましたね。

最近、アイデアが浮かばないと、その当時の自由帳を開きます。子どもの頃の絵は斬新であって平面的。大学で習ったデッサンの技術を生かし2Dから3Dへ、リアルに表現して楽しんでいます。**人の心に響く作品を**

今、独学で心理学の勉強もしています。人が集まると必ずいくつかのグループに分かれてしまったり、孤立する人がいたりします。みんなが仲良くできる輪をつくれ

青春ど真ん中

自分の作った作品から何かを感じてもらいたい

桐生大学短期大学部アートデザイン学科2年 伊藤 博洋^{ひろみ}さん



▲学園祭では、同じ学科の仲間と一緒に、廃材などを利用した大きなアーチを作成しました。

ないだろうか、そんなことが気になりだして…。心理学は、絵の色彩に通じるものがあります。色の組み合わせで、人に与える印象が大きく変わってきます。自分の作った作品を見た人が、ぼんやりとでもいいから、何かを感じ取ってくれたらうれしいですね。**人とのつながりを大切に**
これから就職活動の時期を迎えます。私は故郷青森での就職を考えています。故郷へ帰る理由には、昨年3月の震災が影響しています。家の周辺で大きな被害はありませんでしたが、3日間停電の中で過ごした不安な日々を思い出し、家族を近くで守りたいという気持ちが強くなりました。地元の人達に会えるのも大きいですね。でも、今度は大学の友達を置いて行くことになってしまっているので、そこは少し複雑です。大学生活で学んだことを生かしながら、これからも人とのつながりを大切にしていきたいと思っています。

笠懸小学校



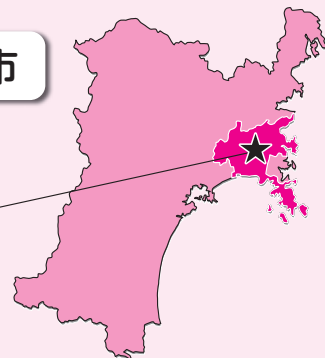
笠懸小学校は、昭和3年に東西2校の小学校を統合し、現在の場所に移設され、笠懸尋常高等学校と学校となりました。

同年4月に撮影された右の写真は、整地作業が行われていた学校の敷地です。国道50号線が通り、頻繁に自動車が行き交う今日からは、全く想像がつかないと思います。雑木林の開墾と整地には、青年義勇団、在郷軍人分会、婦人会などが労力奉仕として作業にあたりました。作業は、かな



りの困難を極め、巨大な松の根を掘り起こすのに数時間もかかったといわれています。
現在の校舎は、昭和44年に建て替えられた鉄筋3階建てのもので、県内有数の児童数を誇る小学校の校内では、子どもたちの元気な声が響き渡っています。





復興への願いが詰まった故郷の味



丸山 嘉子 さん
(大間々町)

昔から港町として栄えてきた石巻市は、人口約15万人。仙台市に次ぐ宮城県第2の都市です。

50年以上前にふるさとを離れましたが、北上川の河口近くにある日和山から見渡した海や港、造船所などの景色は心に残っていますね。

海の幸に恵まれ、新鮮な魚が水揚げされるほか、宮城県の名産品の笹かまぼこも作られています。お気に入り、伯父の家の近くにある老舗の笹かまぼこ店で、その味は絶品なんですよ。

私が通っていた山下小学校は、名前と反対で小高い山の上（笑）。今はあまり降らないようですが、当時は雪も多く、登校するときは、普段10分で登

れる坂が、30分以上もかかって大変でした。でも、帰りは1分もかかりません。なぜなら、母の仕事先の材木店から頂いた板で作ったソリを使い、滑り降りていたのです。

石巻市のほか三陸沿岸のまちは、去年の津波で大きな被害を受け、私の親類も亡くなった人がいて、しばらくはショックでした。でも、何かできることはないかと思い、被災地支援も兼ねてふるさとの笹かまぼこを買って、こちらの普段お世話になっている人たちに配ることにしています。今、私が楽しく幸せに暮らせていられるのは、周囲の皆さんのお陰ですから…。

東北の人は、温かみがあり、絆を大切にします。

元気なふるさとに早く戻るよう、祈っています。

震災前の日和山からの景色



私たちは、月2回金曜日の午後に、笠懸公民館で日本舞踊の稽古をしています。平成7年に発足し、会員は、男性1人、女性5人です。

入居されている人が、目を輝かせ、生き生きとしてくるのを感じると、日頃の練習の大変さもなくなりますね。

この会は、日本舞踊を通じて、ボランティア活動をしたという気持ちから始まったので、市内の芸能発表会に出場するだけでなく、県内の特別養護老人ホームへ年に数回慰問を行っています。

日本舞踊と聞くと敷居が高く感じるかもしれませんが、私たちが稽古している現代舞踊は、演歌などに合わせた振り付けなので、見る方も踊る方も楽しめますよ。日常生活と違う動作なので、難しいこともありますが、丁寧に指導しますので、初心者でも安心です。衣装の浴衣も、帯や着物に触れたことがない人でも一人で着られるようになりますよ。

一緒に日本舞踊を通してボランティア活動をしたい人は、ぜひ見学にいらしてください。

クラブ紹介

すてきな仲間

日本舞踊で見る人に
元気を届けたい

ひなづる会

(代表 吉川 路子さん)



2,200株のあじさいがお出迎え 沢入駅 あじさい祭り

~~~~~

7月14・15日、わたらせ渓谷鐵道沢入駅で、もみじの会主催のあじさい祭りが開催されました。あじさいが見頃を迎えた会場では、地元のハーモニカサークルによる演奏やLEカー体験乗車、模擬店などが行われ、多くの人でにぎわいました。



短冊に願いを込めて

## 園児たちが七夕の飾り付け

~~~~~

7月4日、笠懸幼稚園で、七夕の飾り付けが行われました。園児たちは、背丈以上もある大きな笹竹に、色とりどりの折り紙で作った飾りや願い事を書いた短冊を結び付け、七夕まつりを楽しみました。

七夕サロンコンサート

美しい歌声が響きました

~~~~~

7月7日、岩宿博物館の常設展示室で、サロンコンサート友の会による七夕サロンコンサートが開催されました。来館者たちは、ピアノの演奏に合わせて響き渡るソプラノとテノールの美しい歌声に聴き入っていました。





## 自ら参加して楽しみながら食べる 古代料理レストラン開催

7月から9月までの日曜日に、岩宿博物館では、同館友の会古代料理研究会による古代料理レストランを開催しています。岩宿時代を中心とした原始時代や古代の生活を体験しながら、究極のスローフードを味わうことができます。

【要事前予約：岩宿博物館☎(76)1701】



立ち直りを支える地域の力で

## 犯罪や非行のない明るい社会を

7月1日、笠懸野文化ホールで「社会を明るくする運動」の市民集会を開催しました。「市民の手による明るい地域社会づくり」を掲げた集会宣言のほか、市内小・中学生による演奏などが行われました。

## 本の貸し出しや手入れなど 図書館の仕事を体験

7月21日・22日、笠懸図書館で、市内の小学5・6年生14人が、図書館の仕事を体験しました。児童たちは、貸出窓口での接客や、本の手入れなどを真剣な表情で取り組んでいました。



## 夏バテ

暑い日が続くと食欲不振など夏バテ気味に…。

夏バテの原因を知って、対策をしっかりと取り、暑い夏を乗り切りましょう。

### 上手に水分補給

冷たい飲み物を多く取ると、胃腸が冷えて食欲不振の原因となりますので、飲み過ぎに注意しましょう。

また、アルコール類は、利尿作用で体内の水分を排出するので控えめにしましょう。

### バランスのとれた食事

さっぱりとした麺類だけで済ませてしまうことが多くなりがちですが、たんぱく質やビタミン、ミネラルが不足してしまいます。肉や魚、旬の野菜などを取り

入れ、バランスのとれた食事を心掛けましょう。

### 室内の冷やし過ぎに注意

暑い屋外と涼しい室内を何回も行き来すると自律神経が疲れ、体温調節などが正常にできなくなります。

エアコンの設定温度を28℃にするほか、数時間に一度換気をするなどで室内外の気温差をなるべく小さくしましょう。

### しっかり睡眠を取る

寝苦しい夜は、冷却剤で首筋を冷やすと涼しく感じられ、よく眠れます。扇風機を使う場合は、首振りにし、なるべく風が体に当たらないようにしましょう。エアコンは、除湿設定を使うと冷え過ぎません。



# 楽しく夏を過ごすために…

問い合わせ先 健康管理課健康増進係 ☎(76)2510

夏真っ盛り。海や山などのレジャーやお祭りなどに出掛ける人も多いのでは？

でも、体調を崩したり、けがをしてしまっては台無し…。次の5つに気を付けて、楽しく夏を過ごしましょう！



## 熱中症

熱中症は、体内の水分と塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなることで起こります。運動や作業時だけでなく、家の中でじっとしていても室温や湿度が高ければ、熱中症になる場合があります。

### 子どもや高齢者は特に注意

- 子ども…地面からの照り返しによる高温の影響を受けやすい、汗腺などの発達が未熟
- 高齢者…汗をかきにくい、暑さを感じにくい

### 予防のために

- 暑さに負けない体力をつける
- 無理をしないでエアコンや扇風機を使う
- 喉が渴いたときは必ず水分補給し、それ以外でも定

期的に水分補給をする

**熱中症の危険信号** 乾いた皮膚（全く汗をかかない、触ると熱い）、頭痛、めまい、吐き気など

### 熱中症かな、と思ったら…

- 涼しい場所へ移動し、衣類を緩め安静に寝かせる
- 扇風機などの風を体に当てて冷やす（首の回り、脇の下、足の付け根を冷やすと効果的）
- 水分・塩分を補給する

### こんなときは救急車を！

自分で水が飲めなかったり、倦怠感や脱力感が強く、動けない場合や、意識がない（反応がおかしい）などの場合は、迷わず救急車を呼んでください。





## 夏風邪

夏風邪は、夏に活動的となるウイルスが原因で、飛沫・接触感染などで流行するため、特に保育園、幼稚園では、集団感染が起こりやすく注意が必要です。

また、大人も夏バテなどで体力が低下するとかかることもあります。

### 主な夏風邪と症状

- ヘルパンギーナ…5歳以下の子どもがかかりやすく、突然の高熱（38～40℃）と喉の痛みが主な症状です。口の中に水疱ができて痛みで食欲不振になることがあります。
- 手足口病…口の中・手の平・足底・足背などに痛みを伴う数ミリの小水疱の発疹が出ます。

- 咽頭結膜熱（プール熱）…プールで遊泳する機会が増える夏に流行します。主症状は、発熱・咽頭炎・結膜炎などで、発熱すると高熱（38～40℃）が4～7日続き、なかなか下がりません。

### もしかかってしまったら…

夏風邪の症状があるときには、早めに医療機関を受診し、十分な水分と休養を取ることが必要です。

### 予防のポイント

- 規則正しい生活を心掛ける
- 外から帰ったら手洗い・うがいをする（その際、手の指を石けんと流水で良く洗う）。
- 自宅やプールでタオルを共用しない



## 食中毒

多くの食中毒菌は、25℃以上の温度で発育が盛になり、30～40℃では最も活発に繁殖します。

また、暑い日が続くと夏バテなどで体力が低下し、食中毒になりやすいので予防に心掛けましょう。

食中毒の予防には、次の3原則が大切です。

### 食中毒菌を「つけない 増やさない やっつける」

#### ①つけない（清潔）

- 料理を始める前に手をきれいに洗う
- タオルやふきんは清潔なものを用意し、調理台は広く使えるようする
- 肉や魚はビニール袋や容器に入れて他の食品に肉汁などがつかないようにする

- ラッピングしてある野菜もよく洗う

#### ②増やさない（迅速・冷却）

- 冷凍や冷蔵などの温度管理が必要な物は、持ち帰ったらすぐ保存する
- 冷蔵庫に入れても細菌はゆっくりと増殖するため、早めに食べる
- 冷蔵庫・冷凍庫の詰め過ぎに注意（7割程度に）

#### ③やっつける（加熱）

- 肉や魚を切った後の包丁やまな板は、一度熱湯で洗う。できればまな板は他の食材と別々に使う
- 生食用でない肉や魚は、中までしっかり加熱する
- ※特に肉料理は、中心までよく加熱する（目安は中心部の温度が75℃で1分以上）



## 水の事故

夏は海やプールで泳いだり、川辺でバーベキューをするなど水と親しむ機会が増えるため、1年で最も水の事故が多い季節です。次のことに注意して、水の事故を防ぎましょう。

### 子どもから目を離さない

子どもは、水のある場所だといつも以上に興奮します。興奮すると予測できない行動を取りやすくなります。絶対に目を離さないようにしましょう。

- 子どもだけで水遊びをさせない
- 浮輪を使っているからと安心しない

### 泳ぐ前に…

- 睡眠不足や疲れているときは泳がない

- 食後はすぐに水に入らない
- 飲酒は厳禁
- 準備運動を必ず行う

### 泳ぐときの注意

- 初めての場所で、初めての人だけで泳がない
- 真夏の炎天下では泳がない
- 自分の泳力の限界をわきまえて、無理をしない

### 定期的な休憩を

泳ぐとかなり体力を消耗します。定期的に休憩を取り、体力の回復と体調チェックをしましょう。

- 全身の水をよく拭き  
日陰で休む
- シャツなどを着て、  
保温と日焼け防止をする



# いきいき 健康だより

## Health Information

問い合わせ先 ●笠懸保健センター ☎(76)2510  
●大間々保健センター ☎(72)2211  
●東支所 ☎(76)0984

### 離乳食指導～実習編

簡単でおいしい離乳食を作  
りましょう。

**期日** 8月28日(火)  
**時間** 午後1時30分～3時  
**対象** 平成23年9月から平成  
24年2月生まれの赤ちゃん  
の保護者  
**定員** 15人(先着順)  
**参加費** 無料  
**持参する物** 母子手帳、エプ  
ロン、三角巾、手拭き用タ

オル、赤ちゃんに必要な物  
(おむつ、ミルクなど)  
※保育士、母子保健推進員の  
託児があります。おんぶひ  
もを用意してください。

**申込期限** 8月23日(木)  
**申込方法** 笠懸保健センター  
へ電話、または直接お申し  
込みください。

### 男性のための 料理教室参加者募集

初心者向けのメニューを一  
緒に料理しませんか？

#### 期日・会場

●8月23日(木)：大間々保健セ  
ンター  
●8月24日(金)：東保健セン  
ター  
●8月27日(月)：笠懸保健セン  
ター  
**時間** 午前10時～午後1時30  
分  
**対象** 市内在住の男性  
**定員** 各会場15人(先着順)  
**メニュー** ぎょうざ、中華風  
コーンスープ、うま塩シー  
フード炒め  
**参加費** 300円  
**持参する物** エプロン、三角  
巾、手拭き用タオル、筆記  
用具

## 離乳前の赤ちゃんの飲み物 (おおよそ6カ月未満)

離乳食の準備として、以前は果汁などを与えること  
を薦めていましたが、最近の研究結果から、離乳開始  
前の乳児にとって果汁は不要である、ということが分  
かりました。

### 果汁が不要な理由

#### ●栄養不足になる可能性

母乳やミルクよりも栄養価やエネルギーの少ない果  
汁を与えることで、赤ちゃんのお腹がいっぱいになり  
母乳やミルクを飲む量が少なくなってしまいます。そ  
の結果、栄養不足になる可能性があります。

#### ●感染やアレルギーの原因になる可能性

赤ちゃんの腸が未熟な時期に母乳以外の物を与える  
と、感染による病気やアレルギーを引き起こす可能性  
が高くなります。

#### ●虫歯の原因になる可能性

赤ちゃんが果汁のような甘い  
物を好むようになり、虫歯に  
なる可能性が高くなります。



【出典】 ●厚生労働省「授乳・  
離乳支援ガイド」 ●アメリカ  
小児科学会「母乳と母乳育児  
に関する方針宣言」

### 気軽に相談を

**申込方法** 土・日曜日を除く  
開催日の3日前までに各保  
健センターへ電話、または  
直接お申し込みください。

#### 【乳幼児相談】

育児相談の他、赤ちゃんを  
遊ばせながらお母さん同士の  
交流もできます。

#### ●0カ月以上

**期日** 9月19日(水)  
**会場** 東保健センター

#### ●1歳6カ月未満

**期日** 8月27日(月)、9月10日  
(月)・24日(月)  
**会場** 大間々保健センター

#### ●1歳6カ月以上

**期日** 9月12日(水)

#### 会場 笠懸保健センター

#### 【健康相談】

血圧測定、体脂肪測定や尿  
検査などを行います。また、  
保健師などによる相談も行っ  
ています。

#### 期日・会場

●9月4日(火)：笠懸保健セン  
ター

●9月5日(水)：大間々保健セ  
ンター

●9月11日(火)：東保健セン  
ター

## 休日当番医

|         |                                          |                             |                           |                                              |
|---------|------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------|----------------------------------------------|
| 8/19(日) | 高木病院<br>星野クリニック<br>菊地医院<br>くりはら医院        | 相生町5<br>小曾根町<br>琴平町<br>仲町1  | 外内眼<br>内児循環呼<br>内<br>産婦内皮 | (53)7711<br>(44)1125<br>(45)2883<br>(44)3395 |
| 8/26(日) | 赤南診療所<br>岸病院<br>みやざわ整形外科<br>みどり病院        | 新里町<br>相生町2<br>相生町3<br>笠懸町  | 内外<br>精神内児<br>整<br>内      | (74)8344<br>(54)8949<br>(53)1188<br>(76)1110 |
| 9/2(日)  | 東邦病院<br>新宿医院<br>川島眼科医院<br>一心堂クリニック       | 笠懸町<br>新宿1<br>本町6<br>大間々町   | 内外整<br>内児婦<br>眼<br>内      | (76)6311<br>(44)5930<br>(45)2242<br>(72)1282 |
| 9/9(日)  | 恵愛堂病院<br>森田クリニック<br>林内科医院<br>鈴木整形外科クリニック | 大間々町<br>相生町2<br>川岸町<br>相生町5 | 外内児<br>内児神<br>内<br>整      | (73)2211<br>(54)8340<br>(45)2072<br>(53)1170 |
| 9/16(日) | 高木病院<br>希望の家療育病院<br>山崎医院<br>こんどう整形外科医院   | 相生町5<br>大間々町<br>新宿1<br>仲町2  | 外内眼<br>児<br>内消<br>外整      | (53)7711<br>(73)2605<br>(44)4925<br>(44)5066 |
| 9/17(月) | 細野医院<br>志鳥クリニック<br>小島内科医院<br>みなみ眼科       | 新里町<br>笠懸町<br>新宿3<br>境野町1   | 外内<br>内児<br>内<br>眼        | (74)2300<br>(76)9998<br>(44)8919<br>(43)3180 |

## 休日当番接骨院

|         |                  |              |                      |
|---------|------------------|--------------|----------------------|
| 8/19(日) | 河内接骨院<br>澤接骨院    | 新宿3<br>相生町1  | (47)0070<br>(53)9966 |
| 8/26(日) | 福岡接骨院<br>中島接骨院   | 東7<br>宮前町1   | (44)5100<br>(22)8555 |
| 9/2(日)  | 大川接骨院<br>吉田接骨院   | 境野1<br>相生町2  | (44)1151<br>(52)0606 |
| 9/9(日)  | 今井接骨院<br>近藤接骨院   | 東1<br>大間々町   | (43)1111<br>(72)1455 |
| 9/16(日) | 野口接骨院<br>なかじま接骨院 | 宮前町2<br>大間々町 | (22)0743<br>(73)6902 |
| 9/17(月) | 周藤接骨院<br>みのる接骨院  | 境野町2<br>相生町2 | (44)5827<br>(55)1511 |

## 休日歯科診療所

- 桐生市歯科医師会館(桐生市堤町3-3-2)  
午前10時～午後3時 ☎(45)1397
- 太田新田歯科医師会館(太田市新井町516-8)  
午前10時～午後1時 ☎0276(45)7320

## 平日夜間急病診療所(小児科・内科)

- 桐生メディカルセンター(桐生市元宿町18-2)  
午後7時30分～10時30分 ☎(47)2501

※休日当番医・接骨院は、都合により変更する場合があります。確認してお出掛けください。

無

料

相

談

### 心配ごと相談・行政相談・人権相談

笠懸会場(笠懸老人憩の家)  
期日 8月27日(月)、9月5日(水)  
時間 午前9時～午後3時  
問い合わせ先 社会福祉協議会笠懸本所  
☎(76)4111  
大間々会場(厚生会館)  
日時 9月18日(火) 午後1時～3時  
問い合わせ先 社会福祉協議会大間々支所  
☎(72)4054  
東会場(高齢者生活福祉センター)  
日時 9月10日(月) 午前10時～正午  
問い合わせ先 社会福祉協議会東支所  
☎(97)2828

### 法律相談(弁護士相談)※予約制

笠懸会場(笠懸老人憩の家)  
日時 9月6日(水) 午後1時～3時  
問い合わせ先 社会福祉協議会笠懸本所  
☎(76)4111

### みどり市障がい者相談支援室

日時 毎週月～金曜日(電話相談※水曜日のみ来所による相談も可)  
時間 午前10時～午後4時  
会場 障害者福祉センターつばさ  
問い合わせ先 みどり市障がい者相談支援室  
☎(76)4700

### 子どもたちの教育に関する相談(児童・生徒・保護者向け)

期日 毎週月～金曜日  
時間 午前9時～午後5時  
会場 教育研究所 電話教育相談室  
☎(73)1110  
※来所相談の場合もまずはお電話で

### こころの健康相談※予約制

精神科医師による相談です。  
期日 8月22日(水)、9月19日(水)  
時間 午後1時30分～5時  
会場・予約・問い合わせ先 大間々保健センター  
☎(72)2211

### 高齢者相談

期日 毎月第3水曜日  
時間 午前10時30分～正午  
会場 笠懸老人憩の家  
問い合わせ先 社会福祉協議会笠懸本所  
☎(76)4111

### 桐生保健福祉事務所の相談

会場 桐生保健福祉事務所(桐生市相生町)  
☎(53)4131  
《子育てこころの相談》  
期日 毎月1回(不定期)※要予約  
《精神保健福祉相談》  
期日 毎月第2金曜日※要予約  
時間 午前10時～正午

### 桐生市の法律相談(弁護士相談)

【桐生市役所】  
期日 8月23日・30日、9月6日・13日・20日(各木曜日)  
時間 午前10時～正午(9月6日は、午後1時～3時を追加)  
会場 桐生市役所2階 市民相談室  
定員 1日当たり7人(先着順)※9月6日は14人  
予約受付 午前9時～午後4時(土・日曜日、祝日を除く) 桐生市役所  
☎(46)1111内線355・503  
【新里総合センター】  
日時 9月11日(火) 午前10時～正午  
予約受付 9月10日(月)午後3時まで先着順(7人)で受け付けます。☎(74)2384

### 無料人権相談(人権擁護委員相談)

期日 毎週木曜日(祝日を除く)  
時間 午後1時～4時  
会場 前橋地方務局桐生支局  
☎(44)3526

### 消費者相談

期日 毎週月～金曜日(祝日を除く)  
時間 午前9時～正午、午後1時～4時  
会場 消費生活センター  
☎(76)0987(大間々庁舎1階)





おいしく作って 楽しく食べて

## 栄養士さんの 健康レシピ

### ガーリックチャーハン

材料(4人分)

(1人分 443キロカロリー)

|        |        |
|--------|--------|
| ごはん    | 800グラム |
| ウィンナー  | 4本     |
| 玉ネギ    | 1個     |
| ニンジン   | 1/4本   |
| ピーマン   | 2個     |
| 赤パプリカ  | 1/2個   |
| ニンニク   | 2片     |
| トマト    | 少々     |
| サラダ油   | 大さじ1   |
| しょうゆ   | 大さじ3   |
| 塩・こしょう | 少々     |

#### 作り方

- ① ニンニクは粗みじん切りにする。
- ② ウィンナーは5ミリ幅に、野菜は1センチ角に切る。
- ③ フライパンにサラダ油をしき、ニンニク、ウィンナー、野菜の順に炒める。
- ④ 野菜が柔らかくなったらご飯を入れ、しょうゆで味付けをし、塩・こしょうで味を整える。
- ⑤ 皿に盛り、トマトを添える。

夏バテ防止には、ニンニクの入った料理が効果的だといわれます。ニンニク独特の刺激臭の元は「アリシン」という成分です。アリシンは、血液をサラサラにし、血中コレステロールを抑制する作用によって、動脈硬化や心臓病などを予防する効果が期待されます。また、疲労回復効果のあるビタミンB1の吸収を高め、体内に長くとどまらせて効果を持続させる作用があります。健康のためには、ぜひ常食したいニンニクですが、アリシンには殺菌効果があり、たくさん食べると腸内の善玉菌まで殺してしまうので、生は一日1片、加熱した物は一日2片、子どもはその半量を目安に食べましょう。

(レシピ提供・笠懸第一保育園栄養士)

## 笑顔でパチリ★

### 写真募集

3歳未満(受付時点)のお子さんの写真を募集しています。お子さんの笑顔を広報紙面に掲載してみませんか。お子さんの氏名(ふりがな)、年齢(○歳○カ月)、住所、電話番号、保護者氏名、コメント(40字以内)を明記し、お子さんの写真を添えて秘書課広報広聴係(笠懸庁舎)へ



おの こはる  
小野 心暖  
2歳9カ月

いつもニコニコ、プリキュアが大好きな女の子です。元気にすくすく大きくなってね。



いのうえ しゅん  
井上 駿  
1歳

祝1歳おめでとう。元気に育ってね。



とみた ゆうり  
富田 侑里  
2歳11カ月

3月にお姉ちゃんになりました。歌を歌ってあげたり、とても優しいお姉ちゃんです。



なかお しゅうた  
中尾 柊太  
6カ月

パパが大好きな柊太君。おしゃべりも上手です。元気に育ってね。