



8月23日 笠懸まつりの子ども八木節

主な内容

- P2~3 みどり市の夏まつり
- P4~5 秋のイベント情報
- P6~9 【特集】高血圧を知ろう
- P10~11 保育園児・学童保育所入所児童の募集

8月は、みどり市各町で夏まつりが開催され、多くの人でにぎわいました。385年の伝統を持つ大間々祇園まつり。ダム建設で、ふるさとを離れた人たちと楽しむ温もりあふれる草木湖まつり。そして、みどり市の夏の最後を彩った笠懸まつり。熱気に包まれたまつりのようすを写真とともに振り返ります。

熱気あふれる夏まつり みどり市の夏まつり



8月1・2・3日

大間々祇園まつり





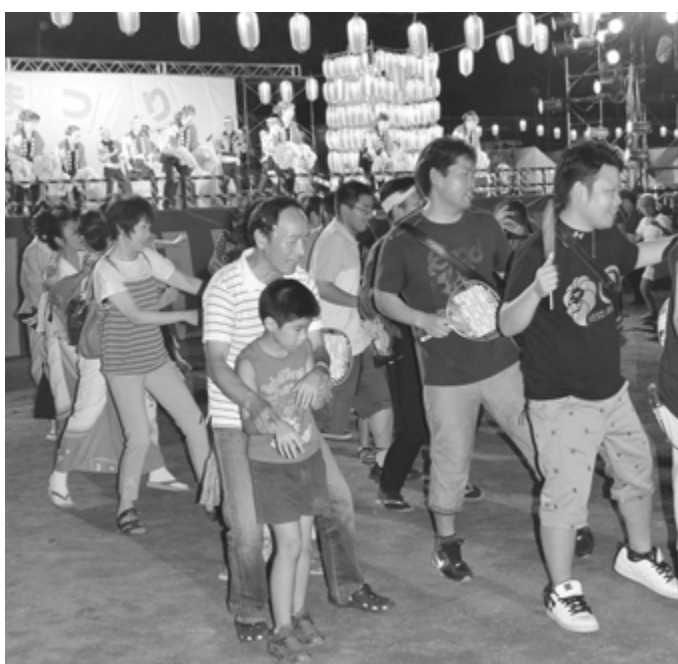
8月15日

草太湖
まつり



8月23日

鯉井
まつり





家族や友だちと出かけてみませんか？

秋のイベント情報



ひ

まわりの花畑まつり

鹿田山を望む笠懸町吹上地区に、12万本のひまわりが一面に咲き並びます。

●10月10日(金)～13日(月・祝)

午前9時～午後4時：手作り蒸かしまんじゅう、やきそば、地元農産物などの販売

●10月10日(金) 午前10時～午後1時：ひまわりサロン

●10月11日(土) 午前10時：渡良瀬養護学校生徒「和太鼓」／正午：いずみ保育園保育士

「いずみ太鼓」／午後0時30分：リリー笠懸「ハワイアンダンス」／午後1時：笠懸の

武技「武者行列から武技再現」

【併催行事】午前9時30分～午後3時：スポーツ吹矢体験コーナー

●10月12日(日) 午前10時：沢入国際サッカースクール「大道芸」／午前11

時：笠懸北保育園園児「鼓笛パレード」／午前11時30分：ぐんまちゃんによるステージ

／正午：笠懸ちんどん倶楽部「ちんどんパレード」／午後0時30分：錬心館錬士

「居合の演武」／午後1時：みどり市民吹奏楽団「吹奏楽演奏」

【併催行事】午前9時30分～午後3時：スポーツ吹矢体験コーナー、野点呈茶席

問い合わせ先 観光課観光係 ☎(76)1270



ケ

ケヌの小次郎と仲間たち 両毛地域トレジャーハント



両毛地域を舞台とした宝の地図(チラシ)に記されたヒントを頼りに、両毛地域11カ所に隠された「秘密の宝箱」を探し出すゲームです。

宝箱に書かれたキーワードをチラシに記入し応募すると抽選で豪華賞品がもらえるほか、1カ所でも見つければ参加賞がもらえます。ゲームに参加し両毛地域の魅力を再発見しませんか。

期間 9月12日(金)～11月30日(日)

対象施設 小平の里(みどり市)／史跡足利学校(足利市)／さのまるの家(佐野市)／山上城跡公園(桐生市)／新田荘歴史資料館(太田市)／館林市第二資料館(館林市)／わたらせ自然館(板倉町)／ふるさとの広場(明和町)／千代田町民プラザ(千代田町)

／いずみの杜(大泉町)／シンボルタワー「未来MIRAI」(邑楽町)

チラシの配布場所

- 両毛広域都市圏内の各市役所・町役場などで配布(数に限りがあります)

※小学生には学校を通じて配布します。

- 両毛広域都市圏総合整備推進協議会ホームページ
<http://www.sunfield.ne.jp/ryoumoukouiki/>

問い合わせ先

企画課地域連携係 ☎(76)0962



富弘美術館

◆特別展「うふふ」

富弘さんの作品には、ユーモアあふれる作品が数多くあります。思わず「うふふ」と笑ってしまうような作品を展示します。

期間 9月17日(水)～11月30日(日)

入館料 大人500円、小・中学生300円

※「秋の展示」も同時開催中。9月16日(火)は展示替えのため臨時休館します。

第2回 富弘美術館 詩画の公募展

一般の部の応募締め切りが迫っています。広報7月号をご覧ください、ぜひご応募ください。

応募期限 9月10日(水) 消印有効

●季節の朗読会 Lively

期日 9月20日(土)

時間 午後2時～、午後3時～(各30分)

●定期朗読会 果の会

期日 9月27日(土)

時間 午前10時30分～、11時30分～(各30分)

●演奏会

特別ゲストとして若手オカリナ奏者の弓場さつきさんを迎え、演奏会を開催します。

日時 9月27日(土) 午前11時～

●折り紙教室(無料)

今月は十五夜にちなんで、ウサギと白などの折り方を学びます。

日時 毎週土曜日 午前10時～正午

問い合わせ先 富弘美術館 ☎(95)6333

大間々地域芸術文化祭

みどり市文化フェスティバル

●短歌発表会

申込期限 9月20日(土)

参加費 300円

日時 10月5日(日) 午後1時～

●俳句大会

申込期限 当日参加できます。

参加費 500円(昼食代含む)

日時 10月5日(日) 午前9時～

●将棋大会

申込期限 9月30日(火)

参加費 1,000円(昼食代含む)

対象 大間々町在住・在勤の人

日時 10月5日(日) 午前9時～

●囲碁大会

大間々地域文化協会にお問い合わせください。



舞台発表や作品鑑賞で「芸術の秋」を感じてみませんか。

【各種大会】

厚生会館で、各種大会を開催します。参加を希望する人は、

日時 10月5日(日) 午後1時～
参加費 200円
申込期限 9月25日(木)

【講演会・芸能発表会・美術展】

●文芸講演会

楽しく学べる歴史講座「軍師官兵衛」その知られざる人物像」

日時 10月5日(土) 午前10時～

会場 厚生会館

講師 太刀川憲一さん(前関東学園大学講師)

●芸能発表会

日時 10月19日(日) 午前9時～

会場 ながめ余興場

出演 大間々地域文化協会加盟団体、幼稚園、保育園、学校など

●美術展

期間 10月24日(金)～26日(日)

時間 午前10時～午後5時

※26日(日)は、午後4時まで

会場 厚生会館

展示内容 絵画、写真、書道、華道、自由作品など

問い合わせ先 大間々地域文化協会

(大間々公民館) ☎(76)2310

【特集】 高血圧を知ろう

健康生活のために 血圧をコントロール

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



血圧とは

血圧のことを皆さんはどのくらい知っていますか。血圧は病院や家庭などで簡単に測れ、すぐに健康管理に役立てることができます。高血圧の人が増えている現在、家庭でも自己管理できる血圧のことを考えてみましょう。

血圧とは、心臓が全身に血液を送り出すときに、血管の壁に与える圧力のことです。血圧が高ければ、血管に大きな負担がかかり、その状態が続くと血管に大きなダメージを与えることになります。圧力に耐えられなくなると、血管は破れたり詰まったりして命に関わる病気につながる可能性があります。最近では高血圧が認知症にも関係することが分かってきました。

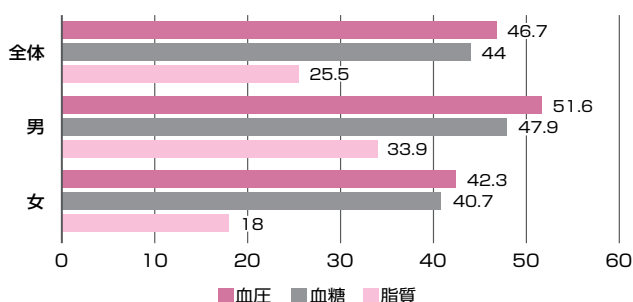
適正な血圧を保つことで、こうした病気の大部分を予防することができます。



みどりの市 高血圧の現状

平成26年度に市が実施した特定健診（集団健診実施分）の結果では、血圧が異常値の

表1 診断結果で異常値を表した割合（％）



人の割合は、血糖や脂質が異常値の人の割合を抑えて第1位となっています（表1）。男性では約5割、女性では約4割の人が血圧に異常値を示しています。

また、平成24年度の特定健診および後期高齢者健診の結果では、治療を受けている疾患の第1位は高血圧でした。さらに、75歳以上の健診受診者のうち、高血圧の治療をしている人は63%で、64歳以下で治療を受けている人の約2倍になっています。

市の国保の医療費（入院外）

表2 血圧の目標値(降圧目標)

高血圧治療ガイドライン(JSH2014)より

	診察室血圧	家庭血圧
若年、中年、 前期高齢者患者 [65歳～74歳]	140/90mmHg未満	135/85mmHg未満
後期高齢者患者 [65歳～74歳]	150/90mmHg未満	145/85mmHg未満
糖尿病患者	130/80mmHg未満	125/75mmHg未満
慢性腎疾患患者 (蛋白尿陽性)	130/80mmHg未満	125/75mmHg未満(目安)
脳血管障害患者 冠動脈疾患患者	140/90mmHg未満	135/85mmHg未満(目安)

注) 目安で示す診察室血圧と家庭血圧の目標値の差は、診察室血圧140/90mmHg、家庭血圧135/85mmHgが、高血圧の診断基準であることから、この二者の差をあてはめたものである。



高血圧とは どんな状態か

のデータでも、高血圧は、歯周疾患や糖尿病などを抑え第1位で、1カ月当たり総額で約2千万円もかかっています。

血圧を医療機関で測った場合、高血圧と診断される基準値は、収縮期血圧(上の血圧)140 mmHg以上、または拡張期血圧(下の血圧)90 mmHg以上です。収縮期血圧が140 mmHgというのは、噴水の高さ

が約2 mまで吹き上がる力と同等の強い圧力が、血管にかかっているということです。血圧が高いほど血管が傷つきやすくなります。

高血圧の予防や治療のために、年代や病気の有無によって、血圧の目標値が決められています(表2)。

糖尿病や慢性腎疾患の人は、基準値より低い値が目標値になっています。

家庭で測る血圧(家庭血圧)の目標値として、活用してください。



自分の血圧を 知ろう

家庭で血圧を測ると正常値でも、健康診断や医療機関で測ると、緊張して一時的に血圧が高くなる人がいます。このような人を『白衣性高血圧』といいます。これとは逆で、

医療機関では普段の血圧より低く、正常値になるのが『仮面高血圧』で、この場合は注意が必要です。高血圧などの治療を継続している場合は、家庭で測った血圧の値を診断の参考にします。

正確な血圧の数値を把握するために、リラックスした状態で測ることが重要となります。それには一番落ち着ける家庭で測るのが有効です。自分の正しい血圧を把握するために、家庭での測定を習慣にしましょう。

【家庭での血圧の測り方】

- ・ 上腕で測る血圧計で
- ・ 朝と夜1日2回がおすすめ
- ・ 朝は排尿後、薬を飲む前
- ・ 夜は寝る前
- ・ 測った血圧の値はノートなどに記録する
- ・ 値は、朝と夜で各2回ずつ測った平均をとる

へ体験者インタビュー

特定保健指導で生活習慣を改善。減量に成功して血圧も下がった！

長澤 淳さん(62歳 大間々町)



問 特定保健指導に参加したきっかけは

答 やせなくてはと思って、いたときに、特定保健指導の通知が来て申し込みました。血圧は、上が150を超えていたことがあり、時々動悸(どうき)がしたり、首の後ろが痛むこともありました。

問 特定保健指導を受けていかがでしたか

答 20歳の頃から今まで太った分の重りを持ったんですけど、重くてショックでした。無理のない3つの目標を立てたので、続けることができたと思います。また、毎日の体重をグラフで記録することで変化が分かり、励みになりました。

問 特定保健指導の効果は

答 半年間で約12 kgやせることができました。動悸や首の後ろの痛みもなくなり、おとしぐらい

らあった胃液が上がってくるような感じもなくなりました。今年の健診結果では血圧だけでなく、中性脂肪やLDLコレステロール値など、全体的に良くなりました。また、健康に意識が向くようになり、以前より野菜を多く食べ、進んで庭仕事をするようにしました。階段を上るのも楽です。考え方も前向きになりましたね。

【長澤さんの3つの目標】

- ① 食事は腹八分目
たくさん食べたいときは低カロリーのもの
- ② 毎日30分間のエアロバイク運動習慣がつき基礎代謝も上がった
- ③ 週2日の休肝日
ビールを、焼酎やノンアルコールビールに。徐々にお酒を飲まないことに慣れていった



高血圧と腎臓

高血圧の状態が続くと、心臓や血管に負担がかかるため、さまざまな病気の引き金となります。

高血圧によって引き起こされる三大病は、脳卒中・心臓病・腎臓病です。高血圧から起こる動脈硬化が、心筋梗塞などの心臓病や脳卒中の原因となるのです。

脳卒中や心臓病に次いで、最近、ジワジワと増えているのが、高血圧による腎臓病、腎硬化症です。高血圧が続くことで、腎臓の細い血管の束がもろくなったり詰まったりして、血液の流れが悪くなり、腎機能が低下する病気です。腎臓が機能しなくなると、人工透析が必要になる場合もあります。高血圧は、人工透析が必要になる原因の第3位になっています。

腎臓病の早期発見のため、市の国保特定健診では、受診者全員に腎臓の働きを調べるための血液検査（クレアチニン・尿素窒素）と尿検査を行っています。血液中のクレアチニンや尿素窒素の値が高い場合は腎機能の低下が、尿

タバコをやめて安定した血圧に

『^{そつえん}卒煙講座』受講生を募集

「やめられるものならやめたいけど…」「意志が弱いから…」と思っている人へ。タバコの習慣の本質はニコチン依存症です。同じ目標を持つ仲間と一緒にチャレンジしませんか。

保健師が皆さんをサポートします。



期日・テーマ・内容 下表のとおり

対象 市内在住・在勤の禁煙を希望する人

定員 各コース15人（先着順）

日程 全7日間、いずれも木曜日

●昼コース…午後1時30分～3時

●夜コース…午後7時～9時

※どちらかを選んでください

会場・申込・問い合わせ先 大間々保健センター

☎(72)2211

<卒煙生インタビュー>

休煙9カ月継続中！

今年の健診結果が楽しみです

上村 幸子さん（46歳 笠懸町）

以前から、他人にタバコのニオイを感じさせてしまうことが嫌で、子どもへの受動喫煙の影響も気になっていました。でも、タバコをやめるとストレスがたまり、かえって体に悪いと思っていました。

休煙直後は多少イライラがあったものの、意外とストレスを感じることはありませんでした。講座ではいろいろな測定をするのでドキッとする反面、体の変化を数字で知ることができるので休煙の励みになり、参加者の皆さんにもたくさん励まされました。

もうすぐ休煙9カ月です。今でも吸いたい時はありますが、休煙が続いています。

期日	テーマ	内容
①10月9日	知って得するタバコのハナシ	タバコがやめにくいワケ／禁煙外来ってどんなところ／吸ってしまったタバコ代はいくら
②10月16日	今日からスタート、無理なく休煙ライフ	自分の喫煙パターンを知る／ニコチン切れによる禁断症状とそれを乗り切るヒント
③10月23日	1本おばけにご注意を、休煙ライフを続けよう	実感、休煙のメリット／休煙継続のコツ
④10月30日	卒煙生から伝授、休煙のノウハウ	歯医者さんと学ぼう「タバコと歯周病」／先輩卒煙生からのメッセージ／受動喫煙の害を知ろう
⑤11月20日	タバコをやめるとなぜ太る	太らないコツ～生活のひと工夫で体型キープ～（管理栄養士講話・健康運動指導士実技）
⑥12月18日	誘いの多い年末年始をうまく乗り切ろう	タバコを勧められたときの断り方
⑦2月19日	卒煙式	休煙を無理なく続ける秘訣 ^{けつ}

健康増進講演会
**みんなの知らない
血圧の話**
～今日からできる、健康生活～

群馬県立心臓血管センター
健康指導局長 おの ぜんぺい
小野 善平 先生
総合内科専門医
人間ドック健診専門医
高血圧専門医

日程・・・11月28日(金) 14:00～15:30
会場・・・大間々保健センター
参加費・・・無料
定員・・・80名(先着順)
みどり市各保健センターへお申し込み下さい




高血圧を防ぐ ポイント

たん
蛋白の異常は腎臓の病気が疑
われます。
異常がある場合は、早めに
医療機関を受診する必要があ
ります。

●減量・減塩で血圧は下がる
肥満、または以前より太っ
たという人は、体重の4～5
%の減量で血圧が下がること
が期待できます。
体重が50 kgの人なら2 kg、
60 kgの人なら2・4 kgの減量
なので、食べ過ぎている間食

や果物などがあれば、それを
控えるだけですぐに効果が現
れるでしょう。

また、運動を1日30分以上、
毎日行うことで、血圧は10 mm
Hg以上、下がるといわれてい
ます。初めは、10分ほどの軽
い運動から、食事と組み合わせ
て行うのがお勧めです。

塩分の取
り過ぎも血
圧を上げま
す。食事の
味付けは薄
味を心がけ
ましょう。
めん類のつ
ゆを残さず



飲んだり、外食や漬物など
は、塩分を取り過ぎる原因と
なるので、注意が必要です。
味付けを薄味にする秘訣は、
毎日少しずつ塩分を減らすこ
とです。徐々に薄味に慣れて
くるので、続けることが大切
です。

●タバコ・飲酒は血圧の大敵

喫煙は血圧の大敵です。習
慣性があり、なかなかやめら
れないのがタバコですが、禁
煙外来や卒煙講座(右ページ
で紹介)に参加するという方
法もあります。

また、お酒の飲み過ぎは、
血圧を高くします。節酒を心
がけ、適量に抑えることで血
圧が下がっていきます。適量
の目安は、男性で日本酒なら
1合、ビールなら500 ccで
す。女性の場合は男性の半分
の量が目安になります。



高血圧の治療が 必要な場合

やせ型の人や、いろいろ生
活習慣に注意しているのに血
圧が高いという人は、合併症
の進行を防ぐため、服薬によ
る血圧のコントロールが必要
な場合があります。最近の高

血圧の薬は効果が確実で、副
作用の少ないものが多く出て
いますので、医療機関を受診
しましょう。

また、高血圧で治療・服薬
中の人は、何より治療を続け
ることが大切です。治療で血
圧が安定したからといって、
自己判断で通院や服薬をやめ
ると、血圧のコントロールを
乱す危険性があります。



保健センターの 活用を

市内の各保健センターでは、
元気アカデミーとして、卒煙
講座や高血圧をテーマにした
健康増進講演会(左上参照)、
特定健診の結果から生活習慣
を改善する取り組みを応援す



る特定保健指導、運動教室な
どを行っています。

また、健康相談も実施し、
自宅で作ったみそ汁を持参し
た人には、その場で塩分測定
なども行っています。

「高血圧かな」と自分の体
を心配に思ったその時がチャ
ンスです。自分で努力をする
のも大事ですが、保健セン
ターの講座や健康相談などの
事業を積極的に活用してはい
かがでしょうか。

事業案内はその都度、広報
などでお知らせしています。
詳しい内容などは、直接、市
内各保健センターに、お問い
合わせください。



大事なものは血圧 のコントロール

今回の特集で高血圧につい
ての理解は深まったでしょう
か。特定健診をきっかけに、
多くの人が、減量や運動、禁
煙など生活の改善に取り組ん
で効果を上げています。

自分の健康を守るのは、
自分自身です。今日からでき
ることを始めて、上手に血圧
をコントロールし、生き生き
とした健康生活を目指しま
しょう。

平成27年度 保育園入園児を募集



【対象児童】

本市に住民登録をし、居住（平成27年4月1日までの転入予定者を含む）している、保護者が仕事・就学・介護などの理由で保育を必要とする児童

【申込方法・日程】

申込書は、10月1日(水)から、こども課（笠懸庁舎）、大間々市民生活課、東市民生活課、市内各保育園で配布します。

※在園児は、別途お知らせします。

①市内の保育園を希望する人

受付日・場所 下表参照

受付時間 午後1時30分～4時30分

②①の期間に申し込めない人、③市外の保育園を希望する人

受付期限 ②：10月31日(金)まで、③：11月28日(金)まで

受付時間 午前8時30分～午後5時15分

場所 各庁舎・支所

【その他】

- 平成27年度中に産休または育休明けで復職する人も申し込めます。
- 空き待ちしている人も、平成27年度に入園を希望する場合は、必ず改めてお申し込みください。
- 申込状況により、希望する保育園に入園できない場合があります。
- 受付期間以降も申し込みますが、入園できる保育園が限られます。

●平成27年度の変更点

平成27年度開始予定の「子ども・子育て支援新制度」では、両親の就労時間などで保育を必要とする時間が、保育標準時間（最長11時間保育）と保育短時間（最長8時間保育）に分かれます。また、年齢などでも1号認定（保育を希望する満3歳以上）、2号認定（保育の必要な満3歳以上）、3号認定（保育の必要な満3歳未満）に区分されます。入園申込みの際に、これらの認定申請も併せて行います。

※保育料も変更となります。配布する申込書類でご案内予定です。

【問い合わせ先】

- こども課子育て支援係 ☎(76)0995
- 大間々市民生活課 ☎(76)1846
- 東市民生活課 ☎(76)0984

保育園名(受付場所)		受付日 (10月)	認可定員	開所時間※1	特別保育※2						
			対象児童		延	時	定	休	障	病	支
公立	笠懸第1保育園	14日(火)	120人	平日 8:00～18:00	●	●			●		
	笠懸町阿左美3740 ☎(76)2012		満1歳～※3	土曜 8:00～12:00							
私立	笠懸北保育園	21日(火)	200人	平日 7:00～20:00	●			●	●		●
	笠懸町鹿2532-10 ☎(76)6508		生後2カ月～	土曜 7:00～13:00							
	笠懸いずみ保育園	24日(金)	150人	平日 7:00～20:00	●		●	●			●
	笠懸町阿左美805-2 ☎(76)5511		生後5カ月～	土曜 8:00～17:00							
	笠懸いずみ第二保育園	22日(水)	120人	平日 7:00～20:00	●		●	●	●		●
	笠懸町久宮299-1 ☎(46)7581		生後5カ月～	土曜 8:00～17:00							
	たけのこ保育園	28日(火)	120人	平日 7:00～20:00	●	●		●	●	●	●
	笠懸町西鹿田21-1 ☎(76)2697		生後2カ月～	土曜 8:00～17:00							
	けやき保育園	17日(金)	120人	平日 7:30～19:00	●				●		
	笠懸町鹿4643-1 ☎(76)2054		生後8カ月～	土曜 8:00～17:00							
	赤城保育園	16日(木)	90人	平日 7:30～19:00	●	●			●		●
	大間々町桐原775-1 ☎(72)2061		生後3カ月～	土曜 7:30～17:30							
	二葉保育園	20日(月)	110人	平日 7:00～19:00	●	●			●		●
	大間々町大間々 2261-3 ☎(72)1182		生後3カ月～	土曜 7:30～17:00							
	大間々保育園	23日(木)	90人	平日 7:30～19:00	●	●			●		
	大間々町大間々 792-2 ☎(72)1448		生後3カ月～	土曜 7:30～17:00							
	東保育園	27日(月)	150人	平日 7:30～19:00	●	●		●	●		
	大間々町大間々 471-1 ☎(73)4188		生後3カ月～	土曜 7:30～17:00							
	ちえのみ保育園	15日(水)	30人	平日 7:00～19:00	●	●			●		
	東町花輪215 ☎(97)3377		生後6カ月～	土曜 8:00～17:00							

※1…開所時間は平成26年度の状況です。今後変更になる場合があります。

※2…特別保育の料金などの詳細や申し込みは、各園に直接お申し込みください。（略語の見方）延：延長保育、時：一時保育、定：特定保育、休：休日保育、障：障がい児保育、病：病後児保育、支：子育て支援センター実施機関

※3…離乳食が完了し、普通食が食べられること

平成27年度 学童保育所入所児童を募集



【対象児童】

保護者が仕事や病気、介護などの理由により留守になる家庭の小学1年生から4年生までの児童

【利用日】

月～土曜日（祝日、12月29日～1月3日、その他学童保育所が指定した日は除く）

【利用時間】

●公設民営

月～金曜日…放課後～午後6時30分

土曜日…午前8時～午後5時15分

●私立（こじかクラブ）

月～金曜日…放課後～午後8時

土曜日…午前8時～午後5時15分

【申込方法】

申込書を10月1日(水)から各施設（下表参照）で配布します。申込期間内に在学する小学校区の各施設へ直接お申し込みください。

【申込期間】

10月7日(火)～31日(金)

【その他】

- お子さんが通う小学校によって申し込みできる学童保育所は異なります。
- 笠懸小学校および笠懸東小学校は、2カ所の学童保育施設がありますので、どちらか希望する方にお申し込みください（定員以上の申し込みがあった場合は、抽選となります）。

【問い合わせ先】

こども課子育て支援係 ☎ (76) 0995



施設名(受付場所)		小学校区	申込受付(祝日を除く)
公設民営	第1 親老児童館 笠懸町鹿4636-1 ☎ (76) 6046	笠懸小学校	期日 月～土曜日 時間 午後1時30分～6時 (土曜日は午前8時30分～午後5時)
	第2 親老児童館※1 笠懸町鹿344 ☎ (76) 1222		
	第1 笠懸東学童クラブ(笠懸東小内) 笠懸町阿左美1010 ☎ (76) 9977	笠懸東小学校	※社会福祉協議会本所【☎ (76) 4111】でも受け付けます。 期日 月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時30分
	第2 笠懸東学童クラブ 笠懸町阿左美804-16 ☎ (76) 9954		
	笠懸北小学童クラブ(笠懸北小内) 笠懸町阿左美3730 ☎ (76) 8839	笠懸北小学校	期日 月～金曜日 時間 午後1時～6時（こじかクラブでも申し込み可能）
	大間々東学童保育所(大間々東小内) 大間々町大間々 456-1 ☎ (73) 7555	大間々東小学校	期日 月～金曜日 時間 午後1時30分～6時
	大間々南学童保育所(大間々南小内) 大間々町大間々 884 ☎ (73) 7331	大間々南小学校	※大間々南学童保育所で大間々地区3施設の申し込みが可能です。 期日 土曜日 時間 午前8時30分～午後1時
	大間々北学童保育所(大間々北小内) 大間々町桐原653 ☎ (73) 7399	大間々北小学校 福岡中央小学校	
私立	ちえのみ学童保育所 東町花輪215 ☎ (97) 3377	あずま小学校	期日 月～金曜日 時間 午後2時30分～6時
	こじかクラブ 笠懸町鹿2532-10 ☎ (76) 6508	笠懸小学校 笠懸東小学校 笠懸北小学校	期日 月～土曜日 時間 午前8時30分～午後6時（土曜日は午後3時まで）

※1…平成26年度中に移転予定です。移転先は申込時にお知らせします。

人の動き (前月比) [7月末日現在]

総数	51,999人	(-7)
男	25,651人	(+2)
女	26,348人	(-9)
世帯数	19,766戸	(+12)

拉致問題に関する認識を深めていただき、早期解決に向けた啓発を図るため、拉致被害者である横田めぐみさんのご両親を迎え、講演会を開催します。



横田滋・早紀江ご夫妻講演会

拉致問題の解決に向けて

日時 11月8日(土) 午後1時30分

開演

会場 桐生大学 平成記念ホール

内容 横田滋・早紀江ご夫妻の講演とDVDの上映

定員 500人(先着順)

入場料 無料

申込方法 郵送(はがき)または

ファクスで下記項目を記入の上、

申し込みください。なお、申込

10月から新しい保険証で受診してください

国民健康保険証の更新について

保険証を郵送します

現在使用している国民健康保険被保険者証(保険証)の有効期限は、9月30日(火)までです。

新しい保険証は、9月下旬に世帯主宛てに世帯員全員分を同封して郵送します(簡易書留での郵送を希望する場合は、9月18日(木)までに申請が必要になりますので、お問い合わせください)。

保険証が届いたら、名前、注意

事項などをよく確認し、現在使用

している保険証を市役所国保担当係に返却するか、各世帯で処分してください。なお「高齢受給者証」「限度額適用認定証」「限度

額適用・標準負担額減額認定証」は、現在お持ちのものを引き続き使用してください。

滞納者へは「資格証明書」を交付

災害や盗難による被害、納税義務者や被保険者の病気や負傷、事

業の廃止などの理由もなく、1年以上国保税を滞納している世帯主へは、資格証明書を郵送します。

資格証明書は、国民健康保険の被保険者であることの証明書ですが、医療機関などで受診する場合は、病院などの窓口で一度医療費を全額支払わなければなりません。後日、市役所国保担当係へ申請することで、保険給付分が払い戻されますが、滞納の解消が条件となります。いざというときのためにも、国保税はきちんと納めましょう。

問い合わせ先 市民課国保年金係
☎(76)0972

はがき/ファクス記入例

【拉致講演会希望】

- ①郵便番号
- ②住所
- ③氏名
- ④電話番号
- ⑤参加人数(4人まで)

者には、チケットの代わりにはがきを返送します。

応募期間 9月16日(火)～10月15日

(水)(必着)

申込・問い合わせ先 企画課地域

連携係 ☎379-2395

みどり市笠懸町鹿2952

☎(76)0962、FAX(76)9698

大規模な土地取引には届出が必要です

一定面積以上の土地取引を行った場合には、買主は市を経由して県知事宛てに届出を行う必要がありますので、忘れずに届出してください。

●届出が必要な面積

- 笠懸町および大間々町：5,000平方メートル以上
- 東町：10,000平方メートル以上

届出期間 売買契約を締結した日から起算して14日以内
届出先 都市計画課(大間々庁舎2階)

問い合わせ先 県地域政策課
☎027(226)2366、都市計画課☎(76)1903

秋の全国交通安全運動

期間 9月21日(日)～30日(火)

重点事項

- ①子どもと高齢者の交通事故防止
- ②夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗車中の交通事故防止
- ③全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ④飲酒運転の根絶

あたたかい心 ご寄付ありがとうございました。

セイウチ倶楽部…5,000円、田口善弘さん…図書「群馬県還暦野球30年」2冊

【ふるさと思いやり寄付金】匿名希望…5,000円

犬の登録と予防注射は飼い主の義務です 狂犬病予防注射を忘れずに！

平成26年度 集合注射（追加）日程表

地区	実施日	時間	会場
笠懸	10/1(水)	午後1時～1時30分	笠懸庁舎西側
		午後1時50分～2時10分	笠懸10区公民館
		午後2時30分～2時50分	笠懸6区公民館
		午後3時10分～3時30分	笠懸2区公民館
大間々	10/2(木)	午後1時～1時20分	大間々庁舎前
		午後1時40分～2時	塩原公民館
		午後2時20分～2時35分	福岡中央公民館
		午後3時～3時20分	大間々8区公民館
		午後3時40分～4時	大間々13区集会所
東	10/3(金)	午後1時～1時20分	東支所前
		午後1時40分～2時	神戸生活改善センター
		午後2時20分～2時40分	沢入駅前

※どの会場でも受けられます。必ず受けさせてください。

対象 生後91日以上の子犬（室内で飼う犬なども含む）

料金 ●登録済の犬…3,400円（注射料金のみ）

●新規登録の犬（新たに飼われた犬）…6,400円（登録3,000円・注射3,400円）

注意事項

- おつりのないようご協力ください。
- 登録は犬の生涯1回です。ただし、狂犬病の予防注射は毎年1回受けなければなりません。
- 狂犬病予防注射を理由なく受けさせない場合は、法により処罰されることがあります。

※犬の苦情が増えています。散歩させるときはリードにつなぎ、フンは必ず持ち帰りましょう。

問い合わせ先 生活環境課環境衛生係 ☎(76)0985



対象となる人はご連絡ください 紙おむつを購入できる給付券を交付

市内の指定店で紙おむつを購入できる給付券を交付します。

対象 基準日を10月1日とし、在宅生活を継続し、次の全てに該当する人

① 65歳以上の寝たきりおよび認知

症高齢者（要介護認定において要介護2以上の認定を受けている人）

② 失禁状態の人

③ 在宅で6カ月以上（4月1日以前から）、常時紙おむつを使用

している人

④ 4月1日から9月30日の間に入院・短期入所をした日数が100日未満の人

給付 下期分として、1,000円

の紙おむつ購入券を10枚交付申請方法 地域の民生委員を通じて申請してください。

申請期限 10月31日（金）

問い合わせ先 介護高齢課高齢福祉係 ☎(76)0974

市営住宅の入居者募集

⑤ 出合い頭事故・追突事故の防止（地域重点）

●交通安全一輪車パレード

期日 9月28日（日）

時間 午前8時45分～

順路 富弘美術館→桐生大学

↓JIAにたみどり笠懸支店

問い合わせ先 総務課防災交通係 ☎(76)0961

市営住宅の入居者募集

次の市営住宅の入居者を募集しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

申込期限 毎週金曜日

申込・問い合わせ先 建設課

住宅係 ☎(76)1904

団地名	間取り	家賃
塩原下ノ台団地	3K	8,800円～17,600円
塩原上ノ台団地	3DK	10,500円～20,600円
神梅第2団地	3DK	10,600円～21,200円
神梅第3団地	3DK	11,000円～21,500円
浅原田中団地	3DK	12,400円～25,400円
中居団地	3K	6,100円～12,500円
大平団地	3K	7,800円～15,900円
下小池団地	3DK	6,800円～13,500円
高街道団地	3LDK	41,000円
沢入団地	1K	7,000円

難聴児の健全な発達を支援するため

補聴器購入費の一部を補助します

身体障害者手帳に該当しない軽・

中度難聴児の補聴器購入費の一部を補助します。

補助対象 市内在住で次の全てに該当する人

①18歳未満の人

②両耳の聴力レベルがいずれも40デシベル以上ある人で、聴力障

がいによる身体障害者手帳の交付対象でない人

③(一社)日本耳鼻咽喉科学会が指定した精密聴力検査機関(県内では群馬大学医学部附属病院)の医師が、補聴器を装用することにより、言語の習得などにおいて効果が期待できると判断し

た人

※市民税(所得割)が46万円以上の世帯員がいる人、労災保険により補聴器購入の助成を受けられる人は対象となりません。

補助金額 補聴器の種類により異なります。詳しくはお問い合わせください。

申請方法 申請を希望される人は、事前にご連絡ください。

申請時期 随時受付

申請・問い合わせ先 社会福祉課 障害福祉係(笠懸庁舎) ☎(76)0975、大間々市民生活課 ☎(76)1846、東市民生活課 ☎(76)984

多くの皆さんに図書館を利用してもらえるよう

10月から開館日・開館時間を変更

10月から1年間、試行的に開館日および開館時間を変更します。

今まで休館日だった祝日(月曜日を除く)を開館し、土・日曜日と開館となる祝日の閉館時間を午後

7時まで延長します。

ぜひ、ご利用ください。

試行施設 笠懸図書館、大間々図書館

試行期間 10月～平成27年9月

身体障がい者巡回相談

相談は全て予約制です。会場への移動が困難な人は、事前にご連絡ください。

期日 10月8日(水)

時間 午前10時～正午

会場 桐生市総合福祉センター1302・303会議室(桐生市新宿3-3-19)

相談内容 身体障がい者の補装具判定、相談など

相談科目 整形外科
持参する物 印鑑、身体障害者手帳

申込期限 9月26日(金)

申込・問い合わせ先 社会福祉課障害福祉係 ☎(76)0975

開館日時

●火・金曜日 午前9時30分～午後6時(現行のとおり)

●土・日曜日、祝日(月曜日を除く) 午前9時30分～午後7時

休館日 月曜日・資料整理日・特別整理日・年末年始

問い合わせ先

●笠懸図書館 ☎(77)1010

●大間々図書館 ☎(73)0707

廃食用油の回収

市では、家庭で使用した植物性の廃食用油や、未使用の油(植物性のみ)を回収しています。笠懸庁舎・大間々庁舎・東支所・笠懸公民館に設置してある回収ボックスに出してください。

注意事項

- 揚げカスなどの不純物をできる限り取り除き、ペットボトルなどの容器に入れ、キャップをしっかり締める
 - 容器へ入れる場合は、油の温度が下がってから入れる
 - 動物性油および工業用のオイルなどは回収しない
- 問い合わせ先** 生活環境課環境衛生係係(笠懸庁舎) ☎(76)0985

就学時健診のお知らせ

学校保健安全法に基づき、平成27年4月に市内の小学校へ入学するお子さんを対象に健康診断などを実施します。対象となる家庭へは、9月中旬に案内通知を送付します。9月末までに届いていない家庭がありましたら、お問い合わせください。

今月の納税 ■固定資産税 第3期、国民健康保険税 第3期 9月30日(火)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 9月26日(金)・29日(月)・30日(火) 午後7時30分まで

『介護保険の豆知識』

第1回 ～介護保険制度とは～

介護保険は、老後の安心を支える制度です。介護保険について皆さんに知っていただくため、今月号から「介護保険の豆知識」を連載します。参考にしていただき、制度を有効にご活用ください。



介護保険ってよく耳にするけれど、どんな保険なのですか？



介護を必要とする高齢者とその家族を支援するために、入浴のお手伝いや食事の準備などのサービスを提供する保険の制度のことですよ。



いくつになると介護保険に加入しなければならないのですか？



40歳になると加入して、介護保険料を納めることになります。

40歳から64歳までの人は第2号被保険者、65歳以上の人を第1号被保険者といいます。

そして、65歳になると介護保険証が皆さんの自宅に郵送されます。サービスを利用する場合、申請が必要となります。その時に介護保険証を使いますので、大切に保管しておいてください。



※保険証の色は黄土色

問い合わせ先 介護高齢課介護保険係 ☎(76)0974

介護保険料第3期は、9月30日(火)が納期限です。

対象地域のご家庭に伺います

水道メーター器の取り替え

家庭の水道メーター器使用期間は、計量法で定められています。市の腕章を付けた業務受託者が、期限が到来するメーター器を取り替えます。費用は無料です。

期間・対象

〔9月20日(土)～10月8日(水)〕
●東町：主に荻原、花輪(1・2・3区)、小夜戸、小中、神戸、草木地区で19-13-○○○、19-20-○○○、19-25-○○○の番号が付いたメーター

●大間々町：主に1～7丁目本町通りの東側地区、高津戸、銅山道、桐原宿、早川山際、間坂、原、浅原、長尾根、小平地区で19-○○○、9R-○○○の番号が付いたメーター
●笠懸町：主に北山、下原、上原、竹沢、岩宿地区で19-○○○、9R-○○○の番号が付いたメーター
問い合わせ先 水道総務課庶務係 ☎(76)9916

対象 平成20年4月2日から平成21年4月1日までに生まれたお子さん

問い合わせ先 学校教育課学事係 ☎(76)9845

一斉無料法律相談

10月1日の「法の日」を記念し、弁護士が借金、相続、離婚などに関する法律相談を無料で行います。相談は、予約制です。

期日 10月1日(水)

時間 午後1時～4時

会場 大間々庁舎、東支所

申込・問い合わせ先 大間々市民生活課 ☎(76)1846、東市民生活課 ☎(76)0984

ニューイヤ―駅伝 自主整理員を募集

平成27年元旦のニューイヤ―駅伝の際に、沿道で人員整理や安全確認をしていただく人を募集しています。

詳しくは、広報みどり8月号13ページをご覧ください。

申込期限 10月15日(水)

申込・問い合わせ先 社会教育課スポーツ振興係 ☎(76)9846

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/>

【笠懸図書館】貸出期間を延長します

笠懸図書館では、9月27日(土)から9月30日(火)まで蔵書点検のため休館します。これに伴い、次のとおり貸出期間を通常より1週間延長します。

貸出日	資料	貸出期間
9月13日(土)～16日(火)	本・雑誌	3週間
9月20日(土)～21日(日)	CD・ビデオ・DVD	2週間

おおまなシネマ倶楽部

日時 9月14日(日) 午後2時～2時55分

上映作品 エデンの東(字幕スーパー)

日時 10月16日(木) 午後2時～4時

上映作品 炎のランナー(字幕スーパー)

会場 大間々図書館2階 視聴覚室

子ども映画会「日本のむかしばなし」全9話

日時 10月18日(土) 午後2時～3時10分

会場 大間々図書館2階 視聴覚室

PAL

笠懸野文化ホール
☎(77)1212

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

しまじろうコンサート

ぼうけん! はっけん! たからじま

しまじろうと一緒に伝説の宝島を目指そう!

期日 9月28日(日)

時間 ①午後0時30分開演
②午後3時30分開演

料金(全国共通) 全席指定
1,960円(税込み)

※3歳未満膝上無料



第12回 みどり・桐生地区中高生合同音楽祭

日頃の練習の成果をお聴きください。

日時 10月12日(日) 午後1時開演(予定)

料金 無料

参加校 笠懸中学校吹奏楽部、笠懸南中学校吹奏楽部、大間々中学校吹奏楽部、大間々東中学校吹奏楽部、大間々高等学校音楽部、桐生高等学校吹奏楽委員会、桐生女子高等学校管弦楽部、桐生南高等学校吹奏楽部、桐生市立商業高等学校吹奏楽部、桐生工業高等学校吹奏楽部、樹徳中学校音楽部

ながめ余興場

☎(72)1968

<http://www.city.midori.gunma.jp/www/contents/1000000000166/index.html>

●月見寄席

日時 9月21日(日) 午後1時30分～

料金 1,000円

問い合わせ先 ながめ黒子の会 ☎(73)1195

●ながめ友だちの森コンサート

”みんながって、みんないい”

日時 10月4日(土) 午後2時～

料金 前売り1,000円、当日1,200円、高校生500円、中学生以下無料

問い合わせ先 ながめ友だちの森コンサート実行委員会 ☎(73)7161

●流木華道秋の展&咲き織りの仲間たち&水明俳句会(無料)

期日 10月9日(木)・10日(金)

時間 午前10時～午後6時

問い合わせ先 全国流木華道協会 ☎090(3245)6615

●劇団 隼 歌謡・舞踊チャリティーショー

期日 10月11日(土)・12日(日)

時間 昼の部…正午～、夜の部…午後4時～

料金 3,000円

問い合わせ先 全国流木華道協会 ☎090(3245)6615

●第9回 父の日大会(無料)

日時 10月18日(土) 午前10時～

問い合わせ先 大間々公民館 ☎(76)2310

●大間々地域芸術文化祭 芸能発表会(無料)

日時 10月19日(日) 午前9時～

問い合わせ先 大間々公民館 ☎(76)2310



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/>

第58回企画展 石器が語る時代の変化

岩宿時代と縄文時代の石器は、これまで同じ方法で研究されてこなかった部分があります。両方の時代に共通する特徴的な石器を取り上げて、その共通部分と違いをみていきます。また、両者をつなぐ位置にある縄文時代草創期の石器群をみることで、岩宿時代から縄文時代への変化を石器から浮き彫りにします。

期間 10月4日(土)～11月24日(月・祝)

展示解説会 10月4日・11日、11月8日・22日(各土曜日) 午後2時～

※岩宿博物館の学芸員が解説します。

展示解説講座 10月19日(日) 午前10時30分～

講師 大工原 豊さん(國學院大學講師)

※岩宿大学と同日開催

農業体験講座「岩宿の里米っこクラブ」

古代米稲刈り・はぜ掛け体験

農業体験講座「米っこクラブ」では、4月の古代米種まきから始まり、赤米と黒米の2種類の米を栽培中です。通年で行っている行事ですが、今回は稲刈りと、はぜ掛け体験の参加者を募集します。

期日 10月4日(土)

時間 午前10時～正午

会場 岩宿の里 古代の里公園(古代米水田)

対象 小学4年生以上(3年生以下は、保護者同伴)



参加費 300円(今回のみ)

持参する物 汚れてもいい服装、タオル、軍手、飲み物

申込方法 9月13日(土)から電話で岩宿博物館へ

サロンコンサート

「心に残る名曲の調べⅠ」

フルート奏者、天野ゆかりさんを迎え、フルート、テノール、ピアノにより心に残るクラシックの名曲をお聴きいただきます。



期日 9月27日(土)

時間 午後7時開演

出演 天野ゆかり(フルート)、田村稔(テノール)、田村聡子(ピアノ)

「心に残る名曲の調べⅡ」

3人の若手奏者により、クラシックから、ミュージカル、ポップスまで、ジャンルを問わず心に残る名曲をお届けします。

日時 10月18日(土) 午後7時開演

出演 高橋瑠美(ピアノ)、清水由季(ヴォーカル)、富永有里乃(ピアノ)

【共通事項】

会場 岩宿博物館 常設展示室

料金 2,000円(観覧料含む)

※2回通し3,500円、3回通し5,000円(11月29日(土)「ドイツ歌曲の夕べ」開催予定)

詳しくは、お問い合わせください。

チケット 岩宿博物館で販売しています。

コノドント館

大間々博物館

☎(73)4123

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

特別企画 恐竜の部屋

館が所蔵する恐竜関係資料で、迫力満点の恐竜ワールドを作り出します。

期間 9月13日(土)

～10月5日(日)

会場 2階 企画展示室



男女共同参画講座

期日・講師・演題(全4回)

①10月25日(土)・福士千恵子さん
(読売新聞東京本社)・女性の活躍と日本の未来

②11月16日(日)・宮崎俊弥さん、大森昭生さん(共愛学園前橋国際大学)・繭と生糸とかかあ天下

③11月22日(土)・樋口恵子さん(東京家政大学)・これからの育児と介護

④12月6日(土)・齋藤正子さん(東京家政大学)・防災とジェンダー

時間 午後1時30分～3時30分

会場・定員 ①③④:ぐんま男女共同参画センター・60人、②:県生涯学習センター・100人

※先着順。参加費無料

申込方法 住所・氏名・年齢・電話番号を電話、ファクスまたは電子メールでお知らせください。

申込・問い合わせ先 ぐんま男女共同参画センター ☎027(224)2211、FAX027(224)2214、電子メール sankakuse@pref.gunma.lg.jp

桐生・みどり地区女性九条の会講演会

期日 9月21日(日)
時間 午後1時30分～3時30分

会場 桐生市市民文化会館

演題 今、集団的自衛権について考える

参加費 無料

講師 村越芳美さん(弁護士)

問い合わせ先 桐生・みどり地区女性九条の会 ☎(53)2961

交通安全フェスティバル

自動ブレーキ体験乗車、鼓笛隊演奏、模擬店など交通安全について学び体験できるイベントです。

期日 10月5日(日)

時間 午前10時15分～午後1時

会場 笠懸野文化ホール・笠懸公民館 駐車場

問い合わせ先 みどり市交通安全会(板橋) ☎(76)6976

県土整備部防災情報サイトを「活用」ください

集中豪雨や台風、道路の通行規制などの情報を集約して必要な情報が簡単に閲覧できるサイトを開設しましたので、「活用」ください。

閲覧情報 災害情報、道路通行規制情報、注意報・警報、土砂災害警戒情報、河川水位情報、雨量情報、台風情報、地震情報、積雪情報、道路ライブカメラなど

ホームページ

<http://www.kendobousai->

gunma.jp/

※スマートフォンからも利用可能
問い合わせ先 県建設企画課 ☎027(226)3533

桐生市消防の救急講習

心肺蘇生とAEDの取り扱いについて実技を中心とした講習です。

日時 10月5日(日) 午前9時30分～午後0時30分

会場 桐生市市民文化会館

対象 中学生以上

定員 30人(先着順)

申込方法 消防署・分署、ホームページにある申込書に記入し、直接またはファクスでお申し込みください。

申込開始日 9月8日(月)

問い合わせ先 桐生市消防本部警防課 ☎(47)1704、FAX(46)4666

オータムジャンボ宝くじを発売します

賞金は1等・前後賞合わせて3億9千万円です。収益金は、市町村の明るいまちづくりや地域住民の福祉向上のために使われます。

発売期間 9月19日(金)～10月10日(金)(売り切れ次第発売終了)

抽選日 10月17日(金)

問い合わせ先 群馬県市町村振興協会 ☎027(260)1350

みどり市民卓球大会 参加者を募集します

日時 10月13日(月・祝) 午前9時
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
種目 一般シングルス(小学生以上)、シニアシングルス(平成27年4月1日現在40歳以上)
参加費 小・中学生、高校生：200円、一般：700円
申込方法 申込書を9月22日(月)ま

9月

【ナイターレース開催日】
 9/10・11・12・13・14・15
 (開設58周年)
 20・21・22・23・24・25

【外向発売所】
 朝7時30分より発売
 9/5・6・7は休業

ボートレース桐生
 開催日程



でに郵送してください。

申込・問い合わせ先 みどり市卓球協会事務局・赤石泰信(☎379-2311) みどり市笠懸町阿左美1357-11 ☎090(2433)0514

地価評価等無料相談会

10月の土地月間にちなんで、相談会を開催します。

期日 10月2日(木)
時間 午前10時～午後3時
会場 桐生市役所

問い合わせ先 県庁地域政策課 ☎027(226)2366、(公社)群馬県不動産鑑定士協会 ☎027(243)3077

サンレイク草木 詩画教室の参加者募集

湖畔を散策しながら、富弘美術館学芸員の指導のもと詩画を描いてみませんか。

期日 10月26日(日)
時間 午前10時～午後3時45分
定員 30人(先着順)

参加費 一般2,500円、中学生2,000円、小学生1,500円(美術館入館料・昼食代)
申込期限 10月25日(土)

申込・問い合わせ先 国民宿舎サンレイク草木 ☎(95)6309

国民年金のお知らせ

【ねんきんネットで記録を確認】

パソコンなどからいつでも自分の年金記録を「ねんきんネット」で確認できます。また、持ち主不明の記録について、氏名・生年月日などを入力して、未統合記録を検索することができます。

ただし、ねんきんネットの登録にはアクセスキーが必要です。アクセスキーの発行は、お近くの年金事務所でお受け付けています。

【保険料追納をお勧めします】

国民年金保険料の全額免除や一部免除の承認を受けた期間は、保険料を全額支払ったときと比べて将来受け取る年金額が少なくなります。また、若年者納付猶予や学生納付特例の承認を受けたままで追納をしなかった場合、その期間については年金を受けるための資格期間に算入されますが、老齢基礎年金額には反映されません。

これらの期間は、10年以内であれば後から保険料を納めることができます。ただし、承認を受けた期間の翌年度から起算して3年目以降に追納する場合には、経過した年数に応じて当時の保険料に加算額が上乘せされます。

問い合わせ先 桐生年金事務所 国民年金課 ☎(44)2311(代表)

ハッピー健康相談室

期日 10月14日(火)
時間 午後2時～4時
内容 知って得する!「乾燥肌はなぜ起きる?」乾燥肌のスキンケア(皮膚科)
参加費・駐車場使用料 無料
 ※申し込みは不要です。
会場・問い合わせ先 桐生厚生総合病院 ☎(44)7150

10月の介護予防教室

●笠懸地区《元気サロン》
期日・会場 1日(水)：3区公民館、7日(火)：7区公民館、8日(水)：4区公民館、10日(金)：1区公民館、14日(火)：5区公民館、24日(金)：2区公民館
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 3日(金)：いきいきセンター、10日(金)：福岡記念館、16日(木)：小平公民館、17日(金)：12区集会所、21日(火)：11区公民館、23日(木)：神梅公民館、24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》

事前に申し込みが必要です。
期日・地区 1日(水)：小夜戸、15日(水)：花輪3区、20日(月)：草木、24日(金)：花輪1区、29日(水)：沢入
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

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います。

期日 10月9日(木)
時間 午前10時～午後3時
会場 桐生保健福祉会館
申込期限 9月25日(木)
申込・問い合わせ先 市役所子ども課家庭児童相談室 ☎(76)0995

日本赤十字募金へのご協力に感謝します

市内募金合計額(6月～7月) 7,168,002円
募金の使い道 国内災害救護、血液事業、奉仕団活動など(市では、公共施設AED設置や、奉仕団活動の活動費として活用)
問い合わせ先 日本赤十字社群馬県支部 ☎027(254)3636、市役所社会福祉課地域福祉係 ☎(76)0975

がんの電話相談を実施

がんに対する不安をもつ人を対象に、電話相談を行います。
期日 9月19日(金)
時間 午前10時～午後3時
専用ダイヤル ☎027(269)7804(通話料は相談者負担)
問い合わせ先 がん患者会「ひまわりの会」事務局 ☎027(269)7820

献血にご協力を

成分献血は行わず、200ml献血と400ml献血のみです。
日時 10月17日(金) 午前9時30分～正午、午後1時～4時
会場 大間々保健センター
問い合わせ先 群馬県赤十字血液センター ☎027(224)2118

9月11日は警察相談の日

110番は、事件や事故など緊急通報のための電話です。急を要しない相談は、警察安全相談専用電話を利用してください。
専用電話 #9110、または ☎027(224)8080
問い合わせ先 桐生警察署 ☎(43)0110



桐生市通信

9月28日(日)

よさこいダンスパフォーマンス



千紫万紅による、よさこいダンスパフォーマンスを行います。

時間 午後1時30分～ ※雨天中止

場所 桐生が岡遊園地 中央広場

問い合わせ先 桐生が岡遊園地 ☎(22)7580

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。

危険物取扱者試験 準備講習および試験

①危険物取扱者試験準備講習

日時 10月27日(月) 午前9時30分

～午後4時30分

会場 桐生市市民文化会館

対象 危険物取扱者試験乙種第4

類受験者

定員 50人(先着順)

費用 9,000円

②危険物取扱者試験

日時 11月16日(日) 午前9時～11

時30分

試験の種類・試験手数料 甲種：

午前9時～11時30分・5,000円、乙種(1～6類)：午前9時～11時・3,400円、丙種：午前9時～10時15分・2,700円

会場 県内4カ所

【①・②共通】

願書・申込書配布場所 桐生市消防本部、消防署または分署

申込期間 9月25日(木)～10月7日

(火)②は消防試験研究センターのホームページから、9月22日

(月)～10月4日(土)申し込み可

申込・問い合わせ先 桐生市消防本部予防課 ☎(47)1703

森林管理を組合に 任せてみませんか

森林を適切に手入れし、そこから得られる木材を有効利用することとは、所有者に利益をもたらすだけでなく、森林をさらに健康で豊かなものとしめます。また、良質な水の供給や土砂災害を軽減して、地域に恩恵をもたらします。

森林の手入れを効率良く行えるよう、国・県・市では、森林組合などへの管理委託を積極的に推進しています。所有森林の管理でお悩みの人は、気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先 わたらせ森林組合事業課 ☎(97)2126、桐生広域

森林組合業務課 ☎(55)0077、市役所林業振興課 ☎(76)2187

家族介護者 リフレッシュサロン

期日 10月27日(月)

時間 午前9時20分～午後3時

会場 桐生市有鄰館周辺

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(先着順)

内容 低速電動バスで伝統的建造物群を巡り、からくり人形芝居鑑賞、かざり糸車作り体験など

参加費 700円(当日集金)

申込期限 10月20日(月)

申込・問い合わせ先 市社会福祉協議会本所 ☎(76)4111

ひとり親家庭の集い

都庁&東京ドームシティへのバス旅行の参加者を募集します。

期日 10月19日(日)

対象 市内在住のひとり親家庭(中学生までの子どもとその保護者)

定員 40人(先着順)

参加費 大人：2,000円、子ども：500円(当日集金)

申込期間 9月24日(水)～30日(火)

申込・問い合わせ先 市社会福祉協議会本所 ☎(76)4111

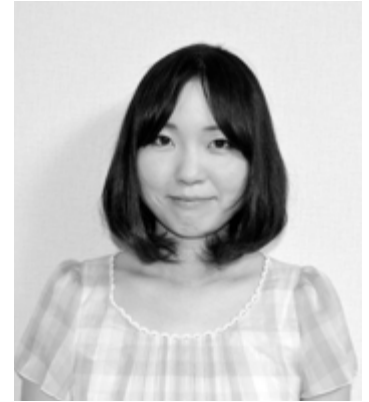
農地借受希望者を募集

農地中間管理事業による、農地の借受希望者の募集を開始します。

募集期限 9月30日(火)

応募方法 農用地等借受応募書を農業公社ホームページからダウンロード、または市役所農林課にある応募書に記入の上、群馬県農業公社(☎〒371-0852 前橋市総社町総社2326-12)に持参または郵送

問い合わせ先 (公財)群馬県農業公社 ☎027-(251)1220、市役所農林課 ☎(76)1937



テキスタイルアーティストとして
兵庫県赤穂市の出身です。子どもの頃から手を動かすことが好きで、東京の美大に進みました。染色や織物の授業を受け、ポコポコした絞り染めの不思議な感じにひかれ、そのままテキスタイルを専門に学び、アーティストの道へと進みました。

結婚のためみどり市に来て3年経ちます。温かく受け入れてもらい、居心地良く生活できています。最近では、東京の百貨店で販売するストールの注文が入ったりと、仕事の幅も広がりました。また、9月にはスウェーデンの展覧会に出品するので、現地を訪れます。私の作品は、女性のキラキラ輝いている部分と、その裏にあるドロドロした部分を、絹の布に絞ったり型染めの技法を用いて立体的な作品として表現しています。作業はとても細かく、手や肩が痛くなります。狭いアパートなの

青春ど真ん中

世界的な アーティストを目指して

寺村 サチコさん (28歳 笠懸町)



中之条ビエンナーレ2013 出品作

で、制作中は部屋中散らかってしましますね。
群馬に来てから作品が変わったと言われます。今までのドロドロした感じが弱まって、かわいい感じになったって。こちらの空気が澄んでいるからでしょうか。また、作品にまとまりが出て、いい感じになったとも言われます。
世界を目指して
学生時代に、絞り染めから生まれる不思議な形と出会ったときから、いつかは、世界で認められるアーティストになりたいと思っていました。そのために、これから頑張って作品を作っていきたいですね。
異世界の中に迷い込んだような不思議な感覚を、私の作品を通じて皆さんに体験してもらえたらなと思っています。

三俣分水



右が幹線の阿左美へ、左が鹿分水路

大間々扇状地の厚い砂礫層が堆積する笠懸地域は、水はけが良すぎるため昔から水不足で苦労していました。江戸時代のはじめ、代官の岡上景能はこの地に笠懸野御用水を開削します。

三俣分水口は、渡良瀬川から引いてきた水を笠懸野の開墾地へ通水する本流と阿左美方面で農業用水として利用する分流に分けるための施設です。地域の期待が寄せられた用水でしたが、さまざまなトラブルが発生し、十分な成果を上げること

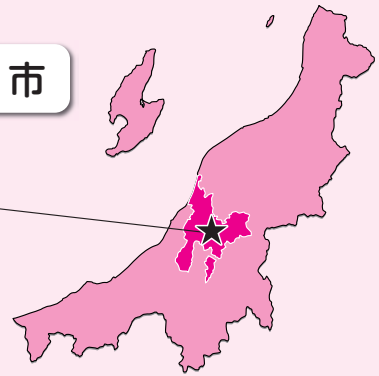


くわずかな期間で廃墟となり、180年間放置されたままでした。
用水は、幕末から明治にかけて再興され、岡登用水と呼ばれるようになりました。再興時の分水口跡は現在埋没保存されていますが、図面から忠実に復元した実物大の分水口を見学することができます。



私のふるさと **自慢**

新潟県長岡市



夏の夜空に大輪の花が咲くまち



佐野 かおり さん
(31歳 東町)

長岡市は、日本一の大河、信濃川が市内中央をゆったりと流れ、守門岳から日本海まで市域が広がる人口28万人のまちです。春は悠久山公園の桜まつり、夏は夕日のきれいな日本海で海水浴、秋はお米の収穫祭、そして冬にはスキー。そんな四季をとおして楽しめ、海の幸、山の幸にも恵まれたところです。

実家が、田んぼをしていたので、小学校の時、稲刈りの手伝いをしていました。朝、まだ暗いうちから夜まで、大変だったことを覚えています。信濃川のきれいで豊富な水で作られるお米は、かむほどに甘みが出て本当においしいです。また、越後の伝統的な携帯食の笹だんごは、お祭りの時など事あるご

とに家で作っていました。一度に10束を3つ4つ作るので結構な量でしたね。学校の授業でも笹だんご作りがあったんですよ。笹の香りに包まれただんごが、大好きでした。

そして、長岡といえば、なんといっても花火。毎年、8月1・2・3日に行われる長岡まつりの中で2日間行われる花火大会は、今年も100万人を超える観覧者でにぎわいました。私もその中の一人でしたけれどね。実家からでも見えるのですが、毎年会場に行っています。次から次へとパターンの違う花火が打ち上げられ、迫力もあるので、何度見ても飽きないです。特に、新潟県中越大地震の復興を祈願して上げられる「フェニックス」は、感動ものです。混雑の中行っても、それだけの価値があるので、ぜひ一度は見たいですね。



ただ歩くことは簡単ですが、歩き方には人それぞれ癖があって、肩こりや腰痛などを引き起こしている場合があります。姿勢が良い健康的な体や

第1・第3水曜日の夜に笠懸公民館で、美しい体を目指して汗を流しています。メンバーは中学生、60代後半の女性23人で、公民館の短期講座をきっかけに今年の4月に発足しました。

クラブ紹介

すてきな仲間

美しい歩き方で
健康な体をつくる

ウォーキングサークル
トルソー

(代表 小内文江さん)

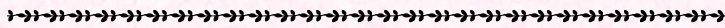


美しい体を作るために、ウォーキングスタイルリストの築カレンさん指導のもと、歩き方の癖を軌道修正するエクササイズを中心に学んでいます。いつのまにか日常生活の中でも歩き方を意識するようになって、だんだん体が軽くなり、体のラインが整ってくるのを実感できます。

道具のいらない、誰もが楽しめる究極のエクササイズです。一緒に活動しませんか。



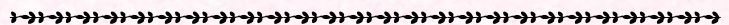
災害時機能を備えた都市公園 かどや公園がオープン



8月6日、笠懸図書館の東側にかどや公園がオープンしました。この公園は、芝生広場や公衆トイレの他に、テントシートで4面覆うことのできるあずまや、テント型の災害用トイレなどが設置できる災害時機能を兼ね備えた都市公園として整備されました。

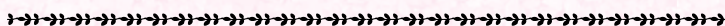


ネットコミュニケーションの落とし穴 ネットいじめ防止講座



7月26日・31日の2日間、笠懸公民館で、ネットいじめ防止講座が行われました。講師は「親は子どもに携帯電話を持たせる前に、持たせる意味を確認すること、子ども任せのネット環境を作らないことが大切」と話しました。

小学生ナイター陸上競技教室 楽しく陸上競技の基礎を学ぶ

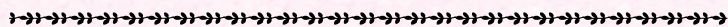


8月5日～8日の4日間、大間々高校の校庭で、小学生ナイター陸上競技教室が行われ、市内小学生、約190人が、現役高校生や陸上関係者など総勢42人の講師の指導のもと、陸上競技の基礎と楽しさを学びました。



笠懸地域こどもまつり

楽しいイベントに大はしゃぎ



8月23日、笠懸公民館で、第30回笠懸地域こどもまつりが行われ、多くの親子連れでにぎわいました。

おもちゃすくいや輪投げ、ストラックアウト、アクセサリ作り体験などのイベントのほか、焼きそばとかき氷の模擬店もあり、楽しい夏の1日を過ごしました。



やり投げや弓矢、石器作りなど 岩宿人の生活を体験



8月8日～10日、岩宿博物館とその周辺で、岩宿人にチャレンジしようを行い、小・中学生と保護者ら70人が参加し、石器作りや古代料理など約2万年前に日本で活躍していた岩宿人の生活を体験しました。

笠懸図書館「夜のこわいおはなし会」

暑い夏の夜を涼しく



7月30日、笠懸図書館で「病院でゾンビ」をテーマに夜のこわいおはなし会が行われ、お化けの格好をした参加者でいっぱいになりました。職員も本格的な仮装で盛り上げ、参加者はぞくぞくしながら、聞き入っていました。



いざいざ

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

桐生厚生総合病院 休日乳がん検査

平日に検査を受けられない女性のために、日曜日に乳がん検査を行います。受診には、事前の申し込みが必要です。

期日 10月19日(日)

受付時間 午前9時～10時

定員 20人(先着順)

検査内容 乳がんマンモグラ

フィー検査および診察

検査料金 1,500円(市

検診対象者以外は9,120円)

申込・問い合わせ先 桐生厚生総合病院(平日午後2時～5時) ☎(44)7160

男性のための料理教室 参加者募集

期日・会場 10月21日(火)：東

保健センター、10月27日(月)

：笠懸保健センター、10月

28日(火)：大間々保健センター

時間 午前10時～午後1時30

分(午前9時30分受付開始)

対象 市内在住の男性

定員 各日15人

参加費 300円

メニュー 秋の炊き込みご飯、

ホイル焼き、焼キノコの山

かけなど

持参する物 エプロン、ハン

ドタオル、三角巾など

申込方法 開催日の1週間前

までに電話、または直接会

場の保健センターへ

ビューティー

ピラティス教室開催

ピラティスとは、体の奥の

筋肉を刺激し、姿勢や体のバ

ランスを整える運動です。

期日 10月1日・8日・15日

(水曜日)

時間 午後1時30分～3時

会場 桐生大学グリーンア

リーナ

対象 市内在住の人

定員 30人(先着順)

講師 キラウエア観奈子さん

(健康運動指導士)

費用 無料

持参する物 動きやすい服装、

ヨガマットまたは大きめの

バスタオル、汗拭き用タオ

ル、飲み物

申込方法 9月30日(火)までに

保健センターへ

予防接種のお知らせ

対象者には9月中に通知を送付します。

※指定医療機関以外で接種する

場合には事前に保健セン

ターへ問い合わせください。

【小児用水痘(水ぼうそう)】

実施開始日 10月1日(水)

対象 1歳～3歳未満の人、

3歳～5歳未満の人(今年

度中のみ実施、5歳の誕生

日以降は接種できません)

個人負担金 無料

【高齢者インフルエンザ】

ザスパクサツ群馬



健康づくり教室に参加しませんか

地域の皆さんの健康増進を目的とした教室を開催します。

期日 10月9日・16日・23日(木曜日)

時間 午前10時～11時30分

会場 桐生大学グリーンアリーナ

対象 市内在住で、60歳以上の人

定員 30人(先着順)

内容 栄養講座、軽運動(ストレッチ・筋力トレーニング・ウォーキングなど)

持参する物 タオル、上履き用運動靴、飲み物

申込期限 10月2日(木)

申込・問い合わせ先 ザスパクサツ群馬

☎027(225)2350、大間々保健センター

9月は自殺予防月間

●生活保護世帯の人は無料で接種できます。医療機関にお申し出ください。

県内では年間約500人、市でも10人以上の人が自ら命を絶っています。多くの人が亡くなる直前にうつ病などの心の病を抱えていました。うつ病は適切な治療を受けることで回復します。身近な人のSOSに気づいたら、すぐに専門の医療機関などへ相談しましょう。保健センターでは毎月「こころの健康相談」(27ページ参照)を行っていますのでご利用ください。

休日当番医

9/23(火)	桐生クリニック 小児科 小川醫院 矢部クリニック 志鳥クリニック	広沢町2 東5 錦町1 笠懸町	外眼 児内 内消循 内児	(54)1350 (44)6008 (45)3711 (76)9998
9/28(日)	東邦病院 岸病院 権守内科医院 さくらクリニック	笠懸町 相生町2 堤町3 本町6	内外整 精神内児 内 脳内皮整	(76)6311 (54)8949 (43)7757 (46)3739
10/5(日)	赤南診療所 新宿医院 下山医院分院 くりはら医院	新里町 新宿1 新里町 仲町1	内外 内児 内 産婦内皮	(74)8344 (44)5930 (74)3320 (44)3395
10/12(日)	高木病院 アウルこどもクリニック 星野醫院 大前医院	相生町5 新里町 新里町 本町4	外内眼 児 内 耳鼻	(53)7711 (70)2112 (74)8439 (22)3387
10/13(月)	水谷胃腸科外科医院 飯山医院 桐生協立診療所 阿部医院	三吉町2 笠懸町 相生町2 相生町1	外内 内児 内 神内	(45)2525 (76)9130 (53)3911 (53)5411
10/19(日)	恵愛堂病院 小保方医院 藤井クリニック 袖野眼科医院	大間々町 大間々町 川内町4 仲町2	外内児整 内児 内外児 眼	(73)2211 (72)2505 (20)3055 (44)4814

休日当番接骨院

9/23(火)	かしわけ接骨院 すわ接骨院	本町3 永楽町8	(43)6571 (46)0901
9/28(日)	武藤接骨院 中里接骨院	宮前町1 広沢町1	(22)4667 (52)6336
10/5(日)	高橋接骨院 野口接骨院	広沢町5 宮前町2	(52)0846 (22)0743
10/12(日)	岩崎接骨院 澤接骨院	東1 相生町1	(47)2204 (53)9966
10/13(月)	福岡接骨院 中島接骨院・鍼灸院	東7 宮前町1	(44)5100 (22)8555
10/19(日)	大川接骨院 吉田接骨院	境野町1 相生町2	(44)1151 (52)0606

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

健康相談(成人)

時間 午前9時30分～11時
【笠懸会場(笠懸保健センター)】
期日 10月14日(火)
問い合わせ先 笠懸保健センター
☎(76)2510
【大間々会場(大間々保健センター)】
歯科・栄養相談も受けられます。
期日 10月15日(水)
問い合わせ先 大間々保健センター
☎(72)2211
【東会場(東保健センター)】
期日 10月9日(木)
問い合わせ先 東支所 ☎(76)0984

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 9月17日(水)、10月15日(水)
時間 午後1時30分～5時(受付は3時30分まで)
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

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 9月25日(木)、10月6日(月)
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16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 10月10日(金) 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 10月6日(月) 午後1時～3時
予約・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 ☎(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

子どもたちの教育に関する相談

期日 月～金曜日(祝日を除く)
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 ※まずはお電話ください。

消費者相談

期日 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)

桐生市の法律相談(弁護士相談)

期日 9月25日、10月2日・9日・16日(各木曜日)
時間 午前10時～正午
会場 桐生市役所 2階市民相談室
※10月16日のみ桐生市市民文化会館
予約受付 各相談日の2週間前から受付。
午前9時～午後4時(土・日、祝日を除く) 桐生市役所 ☎(46)1111 内線355・503

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 前橋地方方法務局
桐生支局
☎(44)3526





おいしく作って 楽しく食べて

栄養士さんの 健康レシピ

ポークビーンズ

材料(4人分)

(1人分 235キロカロリー)

豚肉	120g
ジャガイモ	2個
タマネギ	1個
ニンジン	1/2本
ピーマン	2個
赤パプリカ	1/2個
豆の水煮(ミックス)	120g
ホールコーン	40g
トマト缶	200g
調味料A	80g
ケチャップ	小さじ1杯
しょうゆ	小さじ1杯
砂糖	適量
塩	適量
サラダ油	適量

作り方

- 1 豚肉と野菜は、2cmくらいの角切りにする。
- 2 フライパンに油をしき、豚肉と野菜を炒める。
- 3 豆とコーン、トマト缶、調味料Aを加え15分くらい煮込む。
- 4 味をととのえ、器に盛って出来上がり。

豆は、小さな粒の中に、体をつくるもとになるタンパク質、丈夫な骨をつくるカルシウム、貧血を予防する鉄、体の発育に欠かせないビタミンB群や食物繊維などの栄養素をたっぷり含んでいます。

豆の種類によって栄養価が異なり、大豆や落花生は、糖質が少なくタンパク質や脂質が多いですが、いんげん豆は、糖質、タンパク質が多く、脂質はほとんど含みません。健康な体づくりのために、いろいろな豆を組み合わせて料理しませんか。

(レシピ提供・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



あわじ しん
淡路 心
2歳11カ月

わが家のアイドル。お姉ちゃんに遊んでもらうのが大好きな心。心ある人に育ってね。



あさくら ここみ
朝倉 心美
2歳8カ月

たくさんおしゃべりできるようにしました! これからも元気な笑顔たくさん見せてね。

のざわ にこ
野澤 暖心
1歳9カ月

いつもニコニコでアンパンマンが大好きです。



おおかわ さきた
大川 咲多
2歳11カ月

いつも弟を気遣ってくれてありがとう。ママちゃんは、さっくんが大好きです。

