



みどり

 広報

Midori City Public Relations

7月11日 あじさい祭り(わたらせ渓谷鐵道沢入駅)

主な内容

- P2～3 その症状、認知症かも
- P4～5 スマート国勢調査！
- P6 プレミアム付商品券を2次販売します
- P7 平成28年度入園 幼稚園児募集
- P8 私の想いよ届け ～少年の主張 第10回みどり市大会～
- P9 観光ガイドの会が群馬ふるさとづくり賞を受賞

8

2015年 No.113

その症状、 認知症かも

認知症について正しく知っていますか

問い合わせ先 介護高齢課高齢福祉係 ☎(7)0974



認知症とは、老いに伴う病気の一つです。さまざまな原因で脳の働きが悪くなり記憶力や判断力などが低下し、日常生活にまで支障が出る状態です。

以前より物忘れが激しい、なかなか言葉が出てこない、段取りが悪くなった…など、自分や家族に最近おかしいと思うことはありませんか。

◆認知症と

加齢による物忘れの違い

年を取るにつれ、思い出したいことがすぐに思い出せない、新しいことを覚えるのが難しくなるといった加齢による物忘れと、認知症による物忘れには違いがあります。

加齢による物忘れ

- 食事をとった後に食べた物を忘れるなど、体験した一部を忘れる
 - 忘れていたことに自分で気が付くことができる
 - 親しい人やよく行く場所は忘れない
 - 性格は変わらない
 - 自分の今いる場所や時間がかかる
- 認知症による物忘れ**
- 食事をとった後に食べたことと自体を忘れてしまうなど

体験の全てを忘れてしまったり、忘れていることを理解できない

- 家族や自宅の場所が分からない
- 怒りっぽくなる、頑固になるなど性格に変化がある
- 自分がどこにいるのか分からない、また昼と夜の区別がつかなくなった



◆認知症の種類と特徴

アルツハイマー型認知症

認知症の大部分を占めます。脳の神経細胞にβタンパクやタウタンパクと呼ばれる異常なタンパク質がたまり、脳の細胞が壊れて脳が萎縮してしまいます。少し前の出来事を忘れる、帰り道が分からなくなる、同じ物を何度も買ってくるという症状が現れます。

脳血管性認知症

脳の血管が詰まる（脳梗塞）、破れる（脳出血）ことが原因で、脳の血流がなくなり、脳の細胞が死んでしまうために起こります。物忘れの他に、転びやすい、意欲の低下、手足のしびれなどの症状があります。

レビー小体型認知症

レビー小体と呼ばれる、異常なタンパク質の塊が、脳内の神経細胞にたまる病気です。

初期は物忘れが目立たないことが特徴で、手足の震え・動きが鈍くなる、実際には存在しない物が見えるなどの幻覚症状があります。

◆認知症予防

認知症の発症や進行は生活習慣に大きく左右されます。

アルツハイマー型や脳血管性認知症は、高血圧や糖尿病など生活習慣病と関連があるとされています。野菜・果物・魚介類をバランスよくとりましょう。

日頃の「脳を使う生活」と「健康な体」が、脳の活性化に役立ちます。

「脳を使う生活」のために

- お金の管理や料理などの家事を人任せにせず、自分でできることは自分でする
- 家族や友人などとの会話を意識して毎日過ごす
- 新しいことに挑戦し、前向きな生活を心がける

「健康な体」のために

- ウォーキングなどの適度な有酸素運動は、脳の血流をよくします。楽しい会話や

自分で
できる

認知症の気づき チェックリスト

最もあてはまるところに○を付けてください。
家族や身近な人もチェックすることができます。

		全くない	時々ある	頻繁にある	いつも そうだ
1	財布や鍵など、物を置いた場所が分からなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
2	5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1点	2点	3点	4点
3	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされますか	1点	2点	3点	4点
4	今日が何月何日か分からない時がありますか	1点	2点	3点	4点
5	言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点
		問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
6	貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは1人でできますか	1点	2点	3点	4点
7	1人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
8	バスや電車、自家用車などを使って1人で外出ができますか	1点	2点	3点	4点
9	自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
10	電話番号を調べて、電話をかけることができますか	1点	2点	3点	4点

チェックしたら、1～10の合計を計算

合計点 点

20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。
市の相談窓口や地域包括支援センターに相談してみましょう。

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で、医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関の受診が必要です。身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

出典：東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課「知って安心認知症」（平成26年5月発行）

認知症と決めつけしないで 早めに受診をしましょう

認知症介護指導者
島宮 久美子さん



認知症は、生活や仕事などに支障が出るので、本人だけでなく周りの人が気が付く場合が多い病気です。症状が似ていても実際は別の病気で、治療ができることもあります。認知症だと決めつけずに、認知症外来などの専門医にきちんと診断してもらうことが大切です。

高齢者は、夏の暑さによる脱水が原因で、認知症に似た症状が出る場合があります。そんな時は、すぐに医療機関を受診してください。また、普段から水分摂取を心掛けてください。

認知症は患者本人だけでなく、介護する人もつらさを感じる病気です。ぎりぎりまで頑張らないで、早い段階から相談窓口を利用しましょう。病気への正しい対処や介護方法などのアドバイスを受けたり、悩みを打ち明けたりすることで、気持ちが楽になりますよ。

しりとりなどを一緒にしながらウォーキングをすると、より効果があります
● 短い昼寝（午後1～3時の間で30分程度）と夕方の運動は、睡眠のリズムを整え、脳の健康に役立ちます
❖ **認知症を理解しましょう**
認知症は、症状が軽い段階で気付き、適切な治療が受けられれば、薬で進行を遅らせたり、場合によっては症状を改善したりすることもできます。

自分自身や家族、同僚、友人など、周りの人の様子で気になることがあったら、上のチェックリストをぜひ活用してください。
結果で心配なことがあったら、身近な相談窓口を気軽に利用してください。
【みどり市の相談窓口】
みどり市地域包括支援センター
● 笠懸 ☎(47)7551
● 大間々 ☎(47)7552
● 東 ☎(47)7553
市役所介護高齢課高齢福祉係
☎(76)0974

全国一斉インターネット回答をスタートします

スマート国勢調査!

平成27年10月1日を調査期日として、全国一斉に国勢調査が実施されます。東日本大震災後、初めて実施される調査で、皆さんの回答が日本の未来をつくります。また、今回の調査から日本で初めて全世帯を対象としたオンライン調査を実施します。ご回答をよろしくお願いいたします。

問い合わせ先 企画課情報管理係 ☎(76)0962

5年に1度の大調査!! 国勢調査が進化しました

インターネット回答期間

9月10日(木)~20日(日)



パソコン・タブレット・スマートフォンで回答できます。いつでも、どこでも便利に回答。

インターネット回答用IDの配布

9月10日(木)~12日(土)

調査票での回答期間

10月1日(木)~7日(水)

インターネット回答がない世帯へ調査員が訪問。調査票を世帯に配布します。

調査票の配布

9月26日(土)~30日(水)



国勢調査とは?

国勢調査は、日本国内に住む全ての人と世帯を対象とする、国の最も重要な統計調査です。国内の人口や世帯の実態を明らかにするため、統計法という法律に基づいて、5年に1度実施されます。今回で20回目となります。

調査結果は、選挙区の割りりや地方交付税の算定基準として利用されるほか、福祉、雇用政策、生活環境の整備、防災対策など、私たちの暮らしに役立てられます。

国勢調査初のインターネット回答を実施

皆さんの負担軽減・利便性の向上を目的として、国勢調査初のインターネット回答が全国実施されます。回答できる期間が定められているので、期間内に回答してください。

【メリット】

- ① 便利で簡単
- 24時間いつでも回答
- スマートフォンならどこからでも回答
- ② 正確で効率的な統計を作成
- 自動チェック機能により、結果精度が向上
- 調査にかかる事務負担軽減

9月上旬から調査員が訪問

9月上旬から、顔写真付き国勢調査員証を携帯した調査員が訪問します。

調査員が、インターネット回答に必要な書類を配布しますので、回答を行ってください。インターネット回答期限終了後、回答のなかった世帯に、調査員が再び紙の調査票を配布するため訪問します。紙の調査票を郵送または調査員に直接提出してください。

インターネット回答を装った詐欺、かたじけなくご注意ください

国勢調査は電子メールで回答を求めることはありません。調査を装う電子メールが届いても返信したり、メール内にあるURLなどにアクセスしたりしないでください。

また、調査員が調査票の内容を口頭で聞き取ったり、調査を実施する上で手数料などとして金銭を要求することは決してありません。詐欺には十分お気をつけください。





【国勢調査の流れ】～回答から集計まで～

① 調査員が9月10日～12日に各世帯を訪問します。



③ 記入した調査票は、調査員に提出するか、期限までに郵送で提出してください。



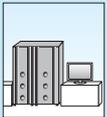
④ 市へ提出された調査票は、市で記入漏れなどを確認した後、国へ提出します。



② 調査員が配布したIDとパスワードを使い、インターネットで回答できます。回答されなかった場合は、後日、調査員が紙の調査票をお届けします。
※インターネットで回答した場合は、これで調査は終了となります。



⑤ コンピュータによる集計を行います。集計が完了したら廃棄されます。



よくある質問

Q いつからインターネットで回答できるの？

A 9月10日から、調査員がインターネット回答に必要な「インターネット回答の利用案内」を配布するため世帯を訪問します。操作ガイドに従って、9月10日～20日に回答してください。自宅のパソコンやスマートフォンで回答することができます。回答期間中は、いつでも回答できます。

Q 回答期限内に回答しないといけないの？

A インターネット回答期限が過ぎると、後日、回答されなかった世帯にのみ、調査員が紙の調査票を配布します。調査票に記入し、回答してください。調査票は、調査員へ提出、もしくは郵送で提出となります。
※インターネットで回答した世帯には、調査員の訪問はありません。

Q 調査内容、記入の仕方がわかりません

A コールセンターを設置し

ます。基本的な国勢調査に関する質問に専門スタッフがお答えします。
【ナビダイヤル】
0570(07)2015
※IP電話用
03(4333)2015
通話料 固定電話の場合、全国一律市内通話料金
※携帯電話、PHSの場合、IP電話用の電話番号の場合、それぞれ所定の通話料がかかります。

管され、集計が完了した後には完全に溶かしてしまふなど、個人情報保護には万全を期しています。

Q 税金徴収など統計目的以外で使われない？

A 調査員を始め、調査関係者が調査で知り得た秘密を他に漏らしたり、統計以外の目的で使用することは絶対にありません。これらの行為は統計法という法律で固く禁じられています。調査関係者が調査で知り得た秘密を他に漏らした場合の罰則（懲役または罰金）も定められています。

Q 回答した情報はきちんと守られるの？

A インターネット回答の場合、回答を送信する機器からの通信は全て暗号化されます。そして、データは、不正なアクセスなどの監視を24時間行い、厳重に守られます。また、紙の調査票で国に取りまとめられたものは、外部の人の目に触れることのないよう厳重に保

Q 調査結果はいつ公表されますか？

A 調査結果は「人口速報集計」を平成28年2月に、その後、年齢別人口、世帯の状況などの詳しい調査結果を、平成28年10月末までに公表する予定です。公表した調査結果は、総務省統計局ホームページや、県立図書館などでご覧いただけます。

プレミアム付商品券を 2次販売します



問い合わせ先 商工課商工労政係 ☎(76)1938
 申込先 みどり市商工課 (☎376-0192 (住所不要))

1万円で1万3,000円分の買い物ができるプレミアム付商品券(みどり市「地方創生はっぴい商品券」)の2次販売を行います。これに伴い商品券を購入するための事前申し込みを受け付けています。

申込方法 下記のとおり、市販または専用の往復はがきに必要事項を記入の上、郵送してください(申し込み多数の場合は抽選)。結果は返信はがきで8月28日以降に発送予定です。専用往復はがきは市内商工会、市役所各庁舎・支所、市図書館、市民館、桐生大学グリーンアリーナで配布しています(専用往復はがきには52円切手2枚が必要)。

申込条件 市内在住者1人につき往復はがき1枚限り3セットまで。すでに購入された人も申し込み可能です(年齢制限はありません)。

申込期限 8月24日(月)(当日消印有効)

発行総数 8,693セット

販売価格 1セット1万円(1人3セットまで)

セット内訳 500円券…26枚 1万3,000円分(一般店専用券、大型店・一般店共通券それぞれ13枚、6,500円分)

引換方法 返信はがき、代金(現金)を商品券と引き換えます。都合のよい引換日にお越しください。

引換期日・会場 ※どの引換日(会場)でも引換可

引換日	引換会場
9月7日(月)・8日(火)	みどり市商工会本所 (旧大間々町商工会)
9月9日(水)	みどり市商工会東支所 (旧東町商工会)
9月10日(木)・11日(金)	笠懸町商工会
9月12日(土)・13日(日)	市役所大間々庁舎

引換時間 午前9時～午後4時

利用期限 平成28年1月31日(日)

利用店舗 約280店舗(詳しくは、市ホームページ、または8月に毎戸配布するチラシをご覧ください)

注意事項

- 1人につき1枚の往復はがきを使用してください。
- 必要事項の記載がないはがきは無効となる場合があります。
- 3セット以上記載の場合は3セットとします。

往復はがき

52円

3760192

みどり市商工課 あて

※市役所の住所は記入不要です。

【記入不要】

※後日、結果などをお知らせします。

往信

往信面：表
(市へ残る部分)

返信面：裏
(市が返信する部分)

往復はがき

52円

郵便番号

住所

氏名様

①住所
②氏名
③ふりがな
④生年月日
⑤電話番号(携帯電話可)
⑥購入希望セット数(1人3セットまで)

この郵便目を内封して折って差し出して下さい。

返信

返信面：表
(市が返信する部分)

往信面：裏
(市へ残る部分)



平成28年度入園 幼稚園児募集

笠懸幼稚園

公立

対象・人数 市内在住の3歳児・70人、4歳児・10人、5歳児・若干人

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・場所 9月1日(火)～30日(水) (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
 (午後1時～2時30分を除く)

※印鑑(シャチハタは不可)を持参
見学説明会 9月3日(水) 午前10時

～(水筒、上履き、靴入れ袋持参)
 その他 バス利用は1・1km以上

問い合わせ先 学校教育課学事係 ☎(76)9845、
 教育委員会東分室 ☎(76)9913、
 笠懸幼稚園 ☎(76)2714



阿左美幼稚園

私立

対象 満3歳児(2歳児)、3歳児、4歳児、5歳児(通園できる範囲に在住している人、桐生市・太田市など、市外の人も可)

保育時間 午前7時50分～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、春・夏・冬休み中: 午前8時～午後6時

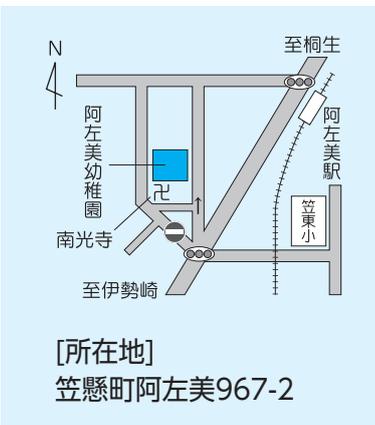
受付期間・時間 年間を通じ定員を満たすまで。午前8時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

見学説明会 9月9日(水) 午前9時15分～正午頃: 園内見学ツアーと水遊び(上履き、着替えを持参)

※随時見学できます。
 その他 現在、満3歳児を募集中

受付場所・問い合わせ先 阿左美幼稚園 ☎(76)7320

【ホームページ】 <http://www.azami.ed.jp/>



大間々南幼稚園

私立

対象 満3歳児(2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(希望者へは朝の預かりも実施します)

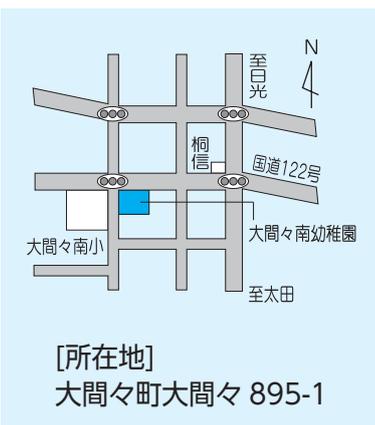
入園・入所案内 随時配布しています。ホームページからもダウンロードできます。

受付期間・時間 9月1日(火)から開始。午前8時～午後4時(土・日曜日、祝日を除く)

見学説明会 随時見学できます。
 その他 通園バスあります。

受付場所・問い合わせ先 大間々南幼稚園 ☎(73)0067

【ホームページ】 <http://matory.jp/>



私の想いよ届け

～少年の主張 第10回みどり市大会～

少年の主張第10回みどり市大会が、6月27日に笠懸公民館で開催され、市内中学校5校の代表者10人が、熱意あふれる発表を行いました。その中から最優秀賞に選ばれた2人の主張を紹介します。

問い合わせ先 社会教育課社会教育係 ☎(76)9846



最優秀賞

※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。

「動物の命」

笠懸中3年 福岡 海帆さん

器物破損とは、他人の所有物を壊したり、傷つけたりする器物損壊罪のことで3年以下の懲役または30万円以下の罰金になります。



私が器物破損という言葉を知ったのは盲導犬のオスカーが刺された事件です。器物破損だと報道されました。なぜ器物破損になるのか。動物はペンや机のように自分で動けない物ではありません。

動物と人間を比べると、どちらにも命がありますが、命を守ることに大きな違いがあると思うのです。人間は病気やケガをしたときは治療ができます。しかし人間がかかわれる動物は治療ができますが、多くの動物は治療されずに環境の変化だけでも命が失われてしまうのです。弱いので、人間が大切に守ってあげなければならない命です。

ところが、近年、野生動物の生息数が減少し、現在では1万6千種ほどの生物が絶滅危惧種に指定されています。地球温暖化が進み、環境が変化し、動物たちにとって住みにくくなっています。そんな環境の変化を起しているのが、人間なのです。

そのことを私達人間は重く受け止め、動物たちの命を守るべきではないのでしょうか。意識して動物の命を守る活動をしていかないと、絶滅危惧種をはじめとする動物たちは、その命を失っていくことでしょう。

器物破損という犯罪や動物愛護法という法律があるということは、動物を傷つける人間がいるということです。動物の命について考えることが、動物だけでなく、人間の命を守ることにもつながっていくと思います。そしてそれが動物の命を守る大きな一歩となるでしょう。

「失敗よ、こんにちは」

笠懸南中3年 綿貫 花菜さん

失敗と成功、どちらが多いと聞かれたら、私は確実に失敗談を多く語る自信があります。なぜなら、多くの失敗とともに成長してきたからです。好奇心旺盛で、どんなことにでも、挑戦することが大好きな私でしたが、挑戦する隣にはいつも失敗がありました。中学1年生の時に立候補した生徒会本部役員選挙で、思いを伝えたものの落選。2年生で応募した海外派遣でも、2次選考会で落ちました。いつからか、一生懸命取り組んでも失敗するのではないかと。失敗したら恥ずかしいという気持ちが先立つようになっていたのです。



そんなとき、2回目の生徒会本部役員選挙がやってきました。もう、傷つくのがいやで、立候補はしないと決めていました。ところが、友達が「花菜、今年も立候補してね。責任者を私がやるから」という言葉をかけてくれたのです。私は、はっとしました。母に相談すると「後悔だけはしないでね」と返ってきました。1人で頑張らなくてとは焦っていた心が軽くなり、私はもう1度、選挙に出て自分の思いを伝えました。当選した瞬間、これまでにない感激と感動が体中から湧き上がりました。

支えてくれる友達や家族、生徒会活動で出会った自分の考えを言い合える行動力ある仲間存在に気がきました。

私は今、その仲間達と日々活動しています。やりがいのある活動をしていると、あのとき諦めなくてよかったと、心から思います。

今の私は、失敗の先には、新しい世界が待っていると胸を張って言えます。もう失敗を恐れません。失敗との「こんにちは」は、新しい私への「こんにちは」なのですから。

入選

人とかかわりと言葉

大間々中3年 風間 晴陽さん

幸せに気づくこと

大間々東中3年 藤田 紗矢香さん

ありがとう

東中3年 小島 愛美さん

「群馬県」には魅力がいっぱい

笠懸中3年 木村 真理子さん

勇気はどこから

笠懸南中3年 湯澤 朱里さん

私が考える人権の意味

大間々東中3年 柳澤 月乃さん

輪になって良くする、このふるさとを

東中3年 森田 雪乃さん

支えてくれる

大間々中3年 田中 水夕奈さん

観光ガイドの会が 群馬ふるさとづくり賞を受賞

群馬県地域づくり協議会が主催する「群馬ふるさとづくり賞」の今年度の大賞の栄冠に、みどり市観光ガイドの会が輝きました。会が発足して5年目。活発な活動が評価されました。



群馬ふるさとづくり賞は、県や市町村と、地域づくり団体が一緒に地域づくりを考える群馬県地域づくり協議会が主催し、活力ある地域づくりに取り組む優れた団体などに贈られるものです。

みどり市観光ガイドの会は、平成23年の群馬デザインエシヨンキャンペーンに先立ち、その前年に発足しました。会員はガイドとしての研修を積み「明るく・元気で・楽しく」を合言葉に活動しています。現在は、個性豊かな30人のメンバーがいます。ガイド料はとらずにボランティアで、これまで1万人以上の人にみどり市の良さを伝えてきました。その観光振興への功績が認められ、今回の受賞となりました。

市内各町ごとに設定した「おすすめコース」や、ほぼ毎月「ガイドの会主催企画」を実施しています。市の隠れた自然や、歴史などの魅力を掘り起こし、新たなコースの開拓にも意欲的です。市民の皆さんも、ガイドの会の案内で、新しいみどり市の魅力を発見してみませんか。



新編
ガイドの会
主催企画

第52弾 鈴の鳴る道と小中の獅子舞をたずねて

わたらせ渓谷鐵道神戸駅から小中駅までの右岸を散策するコースです。

星野富弘さんの故郷、神戸の農山村の原風景（鈴の鳴る道）を、富弘美術館学芸員の解説を聞きながら歩きます。さらに、みどり市無形民俗文化財に指定され、年に1度しか見ることができない鳥海神社の「小中の獅子舞」を見学します。

期日 9月6日(日) 雨天決行

時間 午前9時～午後2時

集合場所 わたらせ渓谷鐵道大間々駅

※わたらせ渓谷鐵道の乗車運賃（行き590円、帰り520円）は、各自で購入してください。

募集人数

25人（先着順）

参加費 1,000円

（弁当・飲み物代）※保険料は含まれません。

申込方法

電話で参加者の氏名、住所、電話番号、生年月日をお伝えください。

申込期限 9月1日(火) 午後5時

申込・問い合わせ先 みどり市観光ガイドの会（観光課内）☎(76)1270



人の動き (前月比)[6月末日現在]

総数	51,818人	(-23)
男	25,581人	(-17)
女	26,237人	(-6)
世帯数	19,976戸	(+23)

みどり市の観光振興を図るために意見・提案を
観光計画推進委員会委員を募集

市では平成25年7月にみどり市観光振興計画を作成し、観光振興に取り組んでいます。併せて、観光計画推進委員会を設置し、委員14人から本計画の具現化に向けた提案や助言をいただいています。さらに、広く市民の皆さまから意見や助言をいただくため、委員を公募します。

募集人数 若干人
応募資格

- (1)市内在住・在勤・在学の人
- (2)平成27年4月1日現在で、満20歳以上の人

(3)観光分野に関心・熱意のある人
(4)毎月第3金曜日の午後開催する会議に出席できる人

内容 会議に出席し、観光振興に関する意見・助言をする。
任期・謝礼・報酬 なし
応募方法 応募用紙(任意様式も可)に、住所・氏名・年齢・性別・生年月日・電話番号・職業および勤務先など、経歴とみどり市の観光についての意見を書き、観光課へ持参、郵便、電子メールのいずれかで提出してください。

売りたい!貸したい!空き家はありますか
空き家バンクを活用しよう

市では、空き家対策の一環として、他の地域から市内への移住・定住を促進するため「みどり市空き家バンク制度」を設けています。市内に空き家を所有する人に物件を登録していただき、市ホームページに登録物件を掲載すること

で、移住・定住を検討している人に、広く情報提供するものです。市内に空き家を所有し、売買や賃貸をお考えの人は、ぜひご登録をお願いします。

登録できる物件 個人が居住目的で建築した建物とその敷地で、

募集要領・応募用紙配布場所 観光課(大間々庁舎)、大間々駅前観光案内所。また、市ホームページからもダウンロードできます。郵送希望の人は、ご連絡ください。

選考方法 書類選考の上決定し、応募者全員に文書で結果を通知します。

情報の取り扱い 応募用紙などは返却しません。また、記載された情報は、観光計画推進委員会業務以外には使用しません。

募集期限 8月31日(月)(必着)

提出・問い合わせ先 観光課観光政策係(☎376-0192)みどり市大間々町大間々1511-1
☎(76)1270、電子メールkanko@city.midori.gunma.jp



現在利用されていない物件

注意事項

- 土地のみは、取り扱えません。
- 賃貸、または分譲目的で建築した物件は対象外です。
- 空き家物件の情報を提供するもので、市が物件の仲介やあっせんをするものではありません。

問い合わせ先 空き家相談コーナー(建設課内) ☎(76)1900

市営住宅の入居者募集

次の市営住宅では入居者を募集しています。募集戸数など詳しくは、お問い合わせください。

申込期限 8月27日(木)

申込・問い合わせ先 建設課住宅係 ☎(76)1904

団地名	間取り	家賃
大間々一丁目上原団地	3DK	22,500円~44,300円
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
花輪団地	3DK	9,800円~19,200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

第10回みどり市中学校英語弁論大会を開催

中学生の英語・スピーチ・コミュニケーション能力の向上や、豊かな感性を育むことを目的に、市内各中学校(5校)から選ばれた代表者2人(全10人)による英語弁論大

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、金子良恵さん…書1点

【ふるさと思いやり寄付金】匿名…100,000円

桐生・みどり新市建設研究会 第3回研究会を開催

問い合わせ先 企画課地域連携係 ☎(76)0962

7月3日(金)、桐生市役所で「第3回桐生・みどり新市建設研究会」を開催しました。5つの研究項目について調査・研究を進めている各ワーキンググループから、下表のとおり研究作業の進捗状況および今後の研究方針に関する報告がありました。これを受けて、10月上旬開催予定の第4回研究会に向け、引き続きスピード感を持って調査・研究を進めていくことが確認されました。今後も研究会の開催結果は、広報みどりや市ホームページなどで報告します。



研究項目	進捗状況	今後の研究方針
① 両市の行政サービスの水準	市民生活に直結し、関心の高い行政サービスのうち、両市の行政サービス水準に差があり、特に市民への影響度が大きいと考えられる44項目について、サービス水準の均一化を図るために必要となる追加財源額を調査しました。	先行調査した44項目以外の事業についても、両市の行政サービス水準の均一化を図るために必要となる追加財源額の調査を進めます。
② 両市の共通する課題、地域の抱える課題の解決	人口減少や公共施設の老朽化など、行政の各分野で両市が共通して問題意識を持っている18項目について、解決策の研究を行いました。	両市がそれぞれ問題意識を持っている項目についても、解決策の研究を進めます。
③ 都市経営、行政運営から見た将来像	両市が一つになった場合を想定し、人口17万人規模の都市における行財政運営などに関する調査を行いました。	両市が一つになった場合の市職員の人員配置や財政シミュレーションなどの作成に向けた研究を進めます。
④ 両市を一体的に考えた都市デザイン	両市が一つになった場合を想定し、人口17万人規模の都市における公共施設の設置状況を調査するとともに、両市における公共施設の配置状況の確認を行いました。	両市の公共施設の中で老朽化が激しく、改修や再配置が必要な施設について検討するとともに、都市整備の方針図作成に向けた研究を進めます。
⑤ 連携中枢都市圏制度に対応した地域のあり方	連携中枢都市圏制度の概要および連携中枢都市圏の形成の動きなどについて、把握を行いました。	連携中枢都市圏制度への対応方針や、東毛・両毛地域における都市間連携による機能・魅力の強化策などの研究を進めます。

元日に市内を駆け抜けるランナーたちを支える ニューイヤーマラソン自主整理員を募集

ニューイヤーマラソンの際に、沿道での人員整理や安全確認を行うボランティアを募集します。申込者を対象に説明会を行う予定です。

期日 平成28年1月1日(金・祝)

時間 午前11時～午後1時
対象 市内在住・在勤・在学中で、20歳以上の健康な人
定員 90人(申込多数の場合抽選)
申込方法 はがき、または電子メ

ールに、ニューイヤーマラソン自主整理員希望、住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入し、送付
申込期限 10月30日(金)
申込・問い合わせ先 社会教育課
スポーツ振興係 ☎376-1010
みどり市大間々町大間々235-16 ☎(76)9846、電
子メール shakai-k@city.mido
ri.gunma.jp

会を実施します。ぜひ、ご来場ください。
期日 9月11日(金)
時間 午後2時～4時
会場 笠懸公民館交流ホール
主催 みどり市中学校英語研究部
問い合わせ先 学校教育課指
導係 ☎(76)9845

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21日(月・祝)を基本に行います。

対象 12月31日までに80歳以上に

なる人で、9月1日現在、市内に3カ月以上住所を有し、支給日まで引き続き市内に在住している人
お祝い金額 80〜84歳：5千円、

85〜99歳：1万円、100歳以上：3万円

実施方法 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予定です。

問い合わせ先 介護高齢課高齢福祉係(笠懸庁舎) ☎(76)0974、大間々市民生活課 ☎(76)1846、東市民生活課 ☎(76)0984

身体障がい者巡回相談

群馬県心身障害者福祉センターが、巡回相談を行います(要予約)。移動が困難な人は、事前にご相談ください。

期日 10月14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)

相談科目 整形外科
相談内容 身体障がい者の補装具判定、相談など

持参する物 印鑑、身体障害者手帳

申込期限 10月2日(金)

申込・問い合わせ先 社会福祉障障害福祉係(笠懸庁舎) ☎(76)0975

平成27年度毎月勤労統計調査特別調査を実施

厚生労働省は、常用労働者を1〜4人雇用している事業所(平成27年7月31日現在)を対象に毎月勤労統計調査特別調査を実施します。

この調査は、1〜4人常用労働者を雇用する小規模事業所における賃金、労働時間、雇用の実態について全国・都

消費税率引き上げによる影響を緩和するため

臨時福祉給付金を支給します

平成26年4月からの消費税率引き上げによる影響を緩和するため、暫定的・臨時的な措置として次の支給要件を満たす人に給付金を支給します。対象と思われる人には、平成27年度分の住民税が課税されていないことのお知らせとともに、臨時福祉給付金申請書を8月下旬に郵送します。

なお、申請書が届いても、必ずしも対象となるわけではありません。あらかじめご了承ください。
対象 平成27年1月1日時点においてみどり市に住居登録されている人で、平成27年度分の住民税が課税されていない人

ただし、住民税において課税者の扶養となつている場合、生活保護制度の被保護者となつている場合などは支給対象外となります。
支給額 対象者1人につき6,000円

申請方法 対象である場合は、申請書を記入し、必要書類を添付して、同封の返信用封筒で返送してください。

必要書類 申請書、振込口座の通帳の写し(昨年度と異なる口座への振り込みを希望する場合のみ)、本人確認書類の写し(運転免許証、住民基本台帳カード、健康保険証など)

支給方法 原則として口座振込。申請書受付後、支給要件の審査を行い、順次指定金融機関口座へ振り込みます。支給までに1〜2カ月かかります。

【振り込め詐欺や個人情報詐取にご注意ください】

●市や厚生労働省などが、ATM(銀行・コンビニなどの現金自動支払機)の操作をお願いすることは絶対ありません。

●市や厚生労働省などが「臨時福祉給付金」の給付のために、振込手数料などを求めることは絶対ありません。

●市や厚生労働省などが皆さんの世帯構成や銀行口座の番号などの個人情報照会することは絶対にありません。

問い合わせ先 社会福祉課地域福祉係(笠懸庁舎) ☎(76)0975

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(月)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27日(木)・28日(金)・31日(月) 午後7時30分まで

申請がお済みでない人はご相談を

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。

なお、受給には父母などの所得に制限があります。

●児童扶養手当

対象 次の①から⑨のいずれかに該当する児童を養育している一人親、または親に代わって養育している人など

- ① 父母の離婚
- ② 父母いずれかが死亡
- 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 父母いずれかから1年以上遺棄
- ⑥ 父母いずれかが裁判所からのDV保護命令を受けた
- ⑦ 父母いずれかが1年以上拘禁

⑧ 父母いずれかが未婚
 ⑨ 孤児など

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
 ども福祉係 (笠懸庁舎) ☎(76)0995、大間々市民生活課 ☎(76)0984、東市民生活課 ☎(76)0984

桐生大学・みどり市連携協力事業 聴講生、科目等履修生を募集

桐生大学では、市民の皆さんの生涯学習の推進を目的として聴講生・科目等履修生を募集しています。今年度から連携協力事業の一環として、市民の皆さんの受講費用の一部を減免することになりましたのでご活用ください。

問い合わせ先 企画課地域連携係 ☎(76)0962

地域の人々に親しまれる、開かれた大学を目指して取り組みを進めています。看護、栄養、アート・デザインに関する多彩な講義の聴講を体験していただくことで、市民の皆さんの知的好奇心に応えます。また、さまざまな資格にチャレンジすることもできますので、この機会に桐生大学生と一緒に学びませんか。



詳しくは、下記までお問い合わせください。

募集内容 聴講生、科目等履修生
 ※聴講生は授業科目の受講のみですが、科目等履修生は単位取得できます。

出願資格 高校卒業程度の学力のある人
出願期間 8月17日(月)～9月4日(金)
授業開始 9月28日(月)以降
授業科目 コミュニケーション論、環境論、生活とデザイン、くらしと色彩、人間関係、医療経営学、絵画基礎、デザイン基礎、CG基礎など

受講などに関する問い合わせ先
 桐生大学 (教務係直通) ☎(48)9105

奨学金申請を受付中です

市では、高校や大学などに在学している人に奨学金を無利子でお貸しします。

申請方法などの詳細については、広報みどり7月号12ページをご覧ください。

申請期限 8月31日(月) (土・日曜日、祝日を除く)

申請・問い合わせ先 教育総務課総務係 (教育庁舎) ☎(76)9844

調査対象 常用労働者を1、4人雇用している事業所

調査地域 大間々町桐原の調査該当地域

問い合わせ先 企画課情報管理係 ☎(76)0962

詩画作品を引き続き募集しています

富弘美術館からのお知らせ

●「第3回詩画の公募展」の作品募集集中

詩画作品を募集しています。出品してみませんか。詳細は、広報みどり7月号をご覧ください。
応募締切日 9月30日(水)

●夏休みイベント開催中

【大きな詩画づくり】
90パーツからなる大きな詩画を色付けして作り上げます。
期間 作品が完成するまで
【クイズラリー】

参加者には、すてきなプレゼントがあります。

期間 8月23日(日)まで

●花の講座「フェルトのルームア
クセサリーづくり」(要予約)

期日 9月12日(土)・26日(土)

時間 午後1時30分～3時

講師 NOEさん(ガラス作家)

●定期朗読会

期日 8月22日(土)、9月26日(土)

時間 ①午前10時30分～、②午前11時30分～

朗読者 泉の会

●新しい本が出版されました

富弘さんの著書「星野富弘 詩画とともに生きる」が7月28日(火)に、学研パブリッシングから発行となりました。美術館でも販売しています。



定価 1,510円(税込み)

申込・問い合わせ先 富弘美術館
☎(95)6333

地域産業の振興と地場産品の販路拡大のため

事業者への補助金交付申請を追加募集

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交付申請の追加募集をします。詳細は、お問い合わせください。

●事業者

対象 市内に事業所または工場を持ち、一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：2分の1以内(限度額20万円)

●販路拡大事業(出展事業)：2分の1以内(限度額20万円)

●みどり市ブランド認定事業者

対象 現在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

●新商品開発事業：3分の2以内(限度額20万円)

●商品改良事業：3分の2以内(限度額10万円)

●販路拡大事業(出展事業)：3分の2以内(限度額20万円)

●販路拡大事業(ホームページ事業)：3分の2以内(限度額5万円)

募集期限 10月30日(金)(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

空いている農地を貸し出しませんか

農業委員会では、農地の有効利用を図るため、貸し出しを希望する農地を募集しています。

貸し出しを希望する人は、地域の農業委員、または農業委員会事務局までお問い合わせください。

募集する農地 耕作している農地、休耕地で草刈り程度で耕作可能な農地

問い合わせ先 農業委員会事務局 ☎(76)1939



草木が伸びたままの農地

9月は知的障がい者福祉月間です

知的障がい者への理解を深め、福祉の増進と教育の充実を図り、思いやりをもって共に歩んでいきましょう。
《スローガン》

選挙に対する意識を高めて明るい選挙を推進

明るい選挙推進協議会委員を委嘱

有権者が各種選挙において自らの意志によって投票に参加し、選挙に対する意識の高揚を図り、選挙がきれに行われることを推進するため、前委員の任期満了に伴い、明るい選挙推進協議会委員の委嘱状交付式が行われました。

委員 鈴木義雄、山田猛、山同良子、近藤菊枝、福田良子、関口好一、古美門君夫、石埜茂、長澤俊江、高橋豊作、堤善雄、高草木克行、小井土和仁、品田幸子、矢内万亀子、井出季一（順不同・敬称略）



6月29日笠懸庁舎 みどり市明るい選挙推進協議会委員委嘱状交付式

桐生大学グリーンアリーナで体を動かそう スタジオプログラムに参加しませんか

健康管理や、楽しく体を動かしたい人にお勧めのプログラムを用意しています。初めての人や体力に自信が無いという人でも参加できます。楽しく体を動かしてみませんか。

参加費 1回200円

持参する物 運動の出来る服装、
室内用運動靴、飲み物、タオル

申込方法 要事前予約（先着順）

申込・問い合わせ先

桐生大学グリーンアリーナ

☎(77)1616



プログラム一覧（所要時間1時間）

講座名	レベル	定員	曜日	開始時間
リフレッシュ健康よさこい	初級	30	火	午後2時
アクティブエアロビクス	上級	40		午後8時
笑顔で健康生活	初心者	30	水	午前10時
ヨガ	初級	40		午後6時30分
ベーシックピラティス	初級	40	木	午後8時
リラックス☆トレーニング	初心者	30		午後2時
エアロバリエーション	中級	45	金	午後8時
初めてエアロビクス	初級	45		午前10時
ピラティス	中級	40	土	午後8時
中級エアロビクス	中級	45		午前10時
トータルエクササイズ～色々な運動をMIX～	中級	30	土	午後2時



共に生きる未来をめざして
【知的障がい者へのマナー】

- 障がいがあるからできないと決め付けず、できることを一緒に考えましょう。
- 分かりやすい言葉でゆっくり話しましょう。
- 待つことが苦手な人がいることを理解しましょう。

問い合わせ先 社会福祉課障
害福祉係 ☎(76)0975

大間々高校写真部展示会

大間々高校写真部の生徒が撮った写真を四季に合わせて展示します。

期間 8月27日(木)まで

会場 笠懸図書館1階

おおままシネマ倶楽部

「サウンドオブミュージック」

日時 8月20日(木) 午後2時～4時56分

会場 大間々図書館2階 視聴覚室

図書館名画座 せみ「蝉しぐれ」

日時 9月13日(日) 午後2時～3時15分

会場 笠懸図書館2階 視聴覚室

インターネットで貸出予約ができます

市ホームページから、図書館の本やCD・DVDをインターネットで探し、利用状況が確認できます。パスワードを登録すると、借りたい本が貸出中の場合にインターネット予約ができ、利用可能になると図書館からメールが届きます。ほかにも、新着一覧や利用状況の確認などができます。ぜひホームページをご活用ください。



PAL

笠懸野文化ホール

☎(77)1212

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

第13回 みどり・桐生地区中高生合同音楽祭

中学生・高校生たちが、日頃の練習の成果を発表しますので、ぜひお聴きください。

日時 10月11日(日) 午後1時開演

料金 入場無料

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、明照学園樹徳中学校音楽部、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

Kiroro Concert 2015

国民的アーティストKiroroがみどり市にやってきます。2人の心温まる歌声と優しいハーモニーをお楽しみください。

日時 11月14日(土) 午後3時30分開演

料金 全席指定

前売4,500円、

当日5,000円

(税込み) ※未

就学児膝上観賞

無料(席が必要

な場合は有料)

チケット発売開始

日時 9月12日(土) 窓口販売…午前9時、電話予約…午後1時



ながめ余興場

☎(72)1968

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

[www/contents/1000000001037/index.html](http://www.city.midori.gunma.jp/contents/1000000001037/index.html)

●公文式大間々東教室 音読発表会(無料)

日時 8月22日(土) 午後1時開演

問い合わせ先 公文式大間々東教室☎(73)2562

●FM GUNMA 「稲川淳二のホラーナイト2015」 (無料・応募抽選)

日時 8月26日(水) 午後7時30分開演

問い合わせ先 FM GUNMA☎027(230)1885

<http://www.fmgunma.com/>

●東日本大震災復興支援チャリティードンスイベ ント 第5回みどりサマーフェスタ(無料)

日時 8月29日(土) 午前11時30分開演

問い合わせ先 千紫万紅☎090(3800)2761

●歌謡愛好会発表会(無料)

日時 9月6日(日) 午前11時開演

問い合わせ先 大間々町歌謡愛好会(茂木広嗣)

☎(72)3194

●流木華道、咲き織りの仲間たち、水明俳句展示 「作品発表と集公演」

期日 9月19日(土)・20日(日)

時間 1部…正午開演、2部…午後4時開演

料金 3,000円

問い合わせ先 全国流木華道協会☎090(3245)6615





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/>

夏休み子ども向け展示 岩宿人のくらしをさぐる



岩宿時代の人々は、どのように生活していたのか、遺跡から出土した石器や研究成果から当時の暮らしを探ります。体験

型展示で、石器を使ったり、毛皮の衣服の試着もできます。

期間中、「岩宿人検定クイズ」に全問正解すると、プレゼント（数量限定）があります。

期間 9月23日（水・祝）まで

古代料理レストラン

岩宿時代の料理を食べてみませんか。エプロン代わりに貫頭衣を着て、黒耀石で作ったナイフでお肉を切ったり、どんぶりパンを作る体験型レストランです。

岩宿博物館友の会古代料理研究会の会員と、楽しく古代料理を体験してみませんか。

期間 8月～9月の日曜日、9月21日（月・祝）
（8月9日・23日、9月20日は除く）

時間 午前11時～午後1時

会場 岩宿人の広場



定員 40人（最少催行人数10人）

参加費 一般…3,500円（9月21日敬老の日は、65歳以上3,000円）、高校生…3,400円、小・中学生…3,350円（博物館観覧料込）

申込方法 参加日の3日前までに電話または直接

コノドント館

大間々博物館

☎(73)4123

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

第80回企画展 魅力いっぱい！昆虫の世界

世界3大美チョウとされる巨大な翅を持ったトリバネアゲハや美しく光り輝くモルフォチョウ、ミイロタテハをはじめ、世界の珍しい昆虫が集合します。

期間 8月30日(日)まで



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/>

図書館でサーカスと工作を楽しもう！

図書館で沢入国際サーカス学校の演技を行います。子どもから大人まで、みんなで楽しいひとときを過ごしましょう。

また、工作は、犬をモールド、飾る台を折り紙で作ります。飾る台は小物入れにもなります。

期日 9月12日(土)

時間 午後2時～2時30分…沢入国際サーカス学校によるサーカス演技、午後2時30分～3時30分…工作教室

会場 大間々図書館2階 視聴覚室・会議室

定員 100人（先着順）

参加費 無料

申込方法 電話または直接大間々図書館へ

申込期間 8月18日(火)～9月4日(金)



大間々合同 ラジオ体操大会

期日 8月15日(土)
時間 午前6時～7時
会場 大間々中学校校庭

対象 みどり市民

定員 200人

参加費 無料(申込不要)

問い合わせ先 大間々ラジオ体操
会(上岡) ☎(73)3536



献血にご協力を

不足する400ml献血に、ぜひ
ご協力をお願いします。

日時 8月17日(月) 午前9時30分
～正午、午後1時～4時

会場 市役所笠懸庁舎玄関前およ
び市民コーナー

持参する物 献血カード(献血手
帳)※持っている人のみ

問い合わせ先 群馬県赤十字血液
センター ☎027(224)2
118

日本赤十字社募金への ご協力に感謝します

市内募金合計額(5月～6月)

7,064,339円

募金の使い道 国際活動、国内災
害救護、血液事業、奉仕団・青

少年赤十字活動など(市では、
公共施設へのAED設置や奉仕
団の訓練費などに活用)

問い合わせ先 日本赤十字社群馬
県支部 ☎027(254)36
36、市役所社会福祉課地域福
祉係 ☎(76)0975

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 9月10日(木)

時間 午前10時～午後3時

会場 笠懸公民館

申込期限 8月27日(木)

申込・問い合わせ先 市役所こど
も課家庭児童相談室 ☎(76)099

5

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
の要点を書く方法を学びます。

期日 8月29日(土)、9月5日(土)・
12日(土) 全3回

時間 午前10時～正午

定員 15人(先着順)

受講料 無料

申込期限 8月24日(月)

会場・申込・問い合わせ先 桐生
市総合福祉センター(旧桐生市

立南中学校) ☎(43)0183
高齢者教養講座を開催

高齢者の暮らしに役立つ知識や
情報を提供します。

期日 8月25日(火)

時間 午前10時～11時

会場 笠懸老人憩の家

対象 市内在住60歳以上の人

内容 振り込め詐欺に遭わな
ために(映像などを使った説明)

参加費 無料

申込期限 8月19日(水)

申込・問い合わせ先 市社会福祉
協議会 ☎(76)4111

第120期 ボートレーサー募集

募集人数 40人程度

応募条件 国籍は問いませんが、
次の条件を満たすこと

●年齢：15歳以上30歳未満

●身長：175cm以下

●体重：男性は47kg以上57kg以
下、女性は42kg以上50kg以下

●視力：裸眼で両眼とも0.8以
上

試験期日 11月8日(日)(1次試験)

募集期限 9月11日(金)(必着)

問い合わせ先 (一財)日本モ
ーターボート競走会桐生支部 ☎(76)

2222

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。地域の人と一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

●笠懸地区《元気サロン》

期日・会場 9月1日(火)：6区公民館、24日(木)：9区公民館、29日(火)：8区公民館、30日(水)：10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 9月4日(金)：いきいきセンター、11日(金)：福岡中央公民館、25日(金)：塩原公民館、30日(水)：14区集会所

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(木)：座間、9日(水)：花輪2区、11日(金)：神戸、14日(月)：小中、16日(水)：荻原

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

「がん登録」市民公開講演を開催

がん登録とは、がんの罹患などの状況を把握、分析するもので、どのくらいの人のがんになり、どんな治療を受けて、その結果がどうなったかを調査する仕組みです。

期日 8月22日(土)

時間 午後2時～4時

会場 桐生市市民文化会館スカイホールA

講師 猿木信裕先生(群馬県衛生環境研究所所長)

参加費 無料(申込不要)

問い合わせ先 桐生厚生総合病院
地域連携室 ☎(44)7150

日本年金機構を名乗る 犯罪に注意

日本年金機構に対する外部からの不正アクセスにより、個人情報外部に流出した件について、日本年金機構を名乗って口座番号を聞き出そうとしたり「流出した個人情報削除してあげる」と話をもちかけ、だまそうとする人が現れています。

日本年金機構では、この件で次の3点を行っていますのでご注意ください。

- 電話やメールで連絡することは一切ありません。なお、流出が確認された人への新しい基礎年金番号は郵送でお知らせします。
- お金やキャッシュカードを要求することは、一切ありません。
- ATMの操作をお願いすることは、一切ありません。

自分の情報が流出しているのではないかなど、心配のある人は、左記専用電話窓口、またはお近くの年金事務所へご相談ください。

問い合わせ先 日本年金機構専用

電話窓口 ☎0120(818)2

11(受付時間：午前8時30分～午後9時、通話料はかかりません)

ボートレース桐生 開催日程

【ナイターレース開催日】

8/5・6・11・12・13・14
15・16・20・21・22・23・24
9/3・4・5・6・7・8

【場外発売日】

8/29・30(ボートレースメモリアル)

【外向発売所】

朝7時30分より発売

8/10は休館日

8月



計量モニター募集

県計量検定所では、日常生活で購入した食料品を対象に、1ヵ月間量目調査をお願いする計量モニターを募集します。

期間 11月1日(日)～30日(月)

※事前説明会：10月27日(火)予定

対象 市内在住で計量に関心のある人

定員 3人(多数の場合は抽選)

内容 県から貸与されるばかりを使用し、購入した商品の計量とその記録を行います。モニターには記念品を差し上げます。

申込期限 8月31日(月)

申込・問い合わせ先 市役所商工課 ☎(76)1938

群馬県優良県産品を募集します

県が優良県産品として推奨できる商品を決定し「県優良推奨品シール」を添付して、全国へ商品を紹介する制度です。

対象品 県内に事業の本拠を持つ製造者が生産、または主たる加工をした一般消費者に販売される加工食品、民・工芸品など

推奨期間 平成28年4月～平成30年3月

審査基準

- 食品表示法、その他の関係法令に適合しているか
- 品質、価格、包装、表示方法などが適正か
- 優良県産品として推奨するにふさわしいものか

申請方法 申請書に必要事項を記入し、市役所商工課(大間々庁舎)へ提出。既に推奨決定を受けている商品も、再申請する必要がある。

申請書配布場所・問い合わせ先 県庁観光物産課 ☎027(226)3373

群馬いのちの電話
電話相談員養成講座

自殺予防を目的とし、悩みを抱えた人々に対しての電話相談をボランティアで行っています。

期日 10月24日～平成28年6月11日の第1週を除く土曜日

時間 午後2時～4時

会場 群馬県社会福祉総合センター(前橋市新前橋町13-12)

対象 20歳から68歳までの電話相談活動を行える人

定員 30人

受講料 25,000円

申込期限 8月31日(月)

申込・問い合わせ先 (社)群馬いのちの電話事務局 ☎027(221)1880

高齢者・障がい者の人権あんしん相談

法務省および全国人権擁護委員連合会では、虐待など、高齢者・障がい者の人権に関する電話相談窓口を開設します。

期間 9月7日(月)～13日(日)

時間 平日：午前8時30分～午後7時、土・日曜日：午前10時～午後5時

専用電話番号 0570(003)110(一部のIP電話からは接続できません)

問い合わせ先 前橋地方法務局人権擁護課 ☎027(221)4466

危険物取扱者保安講習

期日 9月17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のいずれかに該当する人

①平成25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新たに危険物の取扱作業に従事している人(ただし、平成26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(群馬県収入証紙貼付)

申込期間 8月17日(月)～21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

桐生法人会笠懸支部地域貢献事業

期日 9月6日(日)

時間 午後2時上映開始

会場 笠懸野文化ホール

入場料 無料(要整理券)

内容 映画上映「救いたい」

整理券配布場所 笠懸野文化ホール、笠懸町商工会館

問い合わせ先 (公社)桐生法人会笠懸支部(笠懸町商工会内)

☎(76)2507

桐つこ市を開催

毎週土曜日は、市場の間屋街を開放し、買い物を楽しんでいただけます。8月15日(土)は中止です。

時間 午前9時～11時

会場・問い合わせ先 桐生地方卸売市場 ☎(46)6282



桐生市通信

桐生が岡動物園 ひんやり水族館

水族館内の照明を水槽のみにします。涼しみながら幻想的な水槽をお楽しみください。

期日 8月の毎週
土・日曜日

時間 午前9時～
午後4時

※閉園は午後4時
30分

会場 桐生が岡動
物園内水族館

問い合わせ先 桐生が岡動物園 ☎(22)4442

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。



新たな食料・農業・ 農村基本計画について

食料・農業・農村基本法に基づき、新たな「食料・農業・農村基本計画」が3月31日に閣議決定されました。

10年後の食料自給率をカロリーベースでは現状39%から45%に、金額ベースでは現状65%から73%に引き上げる目標を設定しました。さらに、食料安全保障に関する国民的な議論を深めるため、我が国の食料の潜在生産能力を評価する「食料自給力指標」を新たに提示

しました。

また、農林水産物・食品の輸出拡大、農地中間管理機構のフル稼働、米政策改革、農協等の改革など、今後の施策の展開方向について記述しています。

今後、新たな基本計画で示された施策等を着実に進めていくためには、その内容を地域の皆様にご理解頂き、国民全体で取組を進めていくことが重要です。

問い合わせ先 関東農政局前橋地域センター ☎027(221)1416 <http://www.maff.go.jp/j/keikaku/aratanana/siryu.html>

国有林見学会を開催

群馬森林管理署では、森を歩く楽しさの体験を通じ、国民共通の財産である国有林をご案内します。

期日 9月16日(水) 雨天決行

時間 午前9時～午後3時

対象 市内または桐生市在住で、18歳以上の人(子どもの同伴可)

定員 10人(先着順)

内容 国有林現場視察(小夜戸国

有林・赤面国有林)・手打ちそばの昼食(花見ヶ原キャンプ場)・ガイドツアー(花見ヶ原遊歩道)・木製コースター作成体験
またはそば打ち体験

参加費 1,000円(昼食代、

交通費、保険料込み。そば打ち体験は別途500円)

申込期間 8月10日(月)～14日(金)

集合・申込・問い合わせ先 群馬森林管理署水沼森林事務所(桐生市黒保根町水沼266-1)

☎(9)2244、携帯(玉井)☎090(1567)3540

商工会職員

採用資格試験を実施

商工会職員(経営指導員研修生・事務職)の、採用資格試験を実施します。

試験日 第1次試験(職場適応性・教養・専門的知識試験、小論文、事務職は専門的知識試験を除く)：10月18日(日)、第2次試験(面接試験・グループディスカッションなど)：11月17日(火)

受験資格

① **経営指導員研修生**
昭和62年4月2日以降に生まれ、次のいずれかに該当する人
● 大学を卒業した人(平成28年3月卒業見込可)
● 高校・短大などを卒業し、所定の経験を有する人

② **事務職**
高校卒業以上、簿記3級以上の資格所有者で、書類選考に合格した人

採用人数 若干人

採用予定年月日 平成28年4月1日(合格者の中から順次採用し、県内各地の商工会に配属となります)

申込期間 9月4日(金)～24日(木)

会場・申込・問い合わせ先 群馬県商工会連合会(前橋市関根町3丁目8-1) ☎027(231)9779

浅原体験村
そばオーナー募集

浅原体験村では、そばの栽培から、そば打ち体験までを楽しんでいただけるよう、そばオーナー制度を実施しています。

日時・内容 ①8月22日(土)(雨天の場合は23日(日))、午前10時～正午：そばの種まき体験など、②10月31日(土)(雨天の場合は11月1日(日))、午前10時～正午：そば収穫作業体験、③12月6日(日)、午前10時～午後1時：そば打ち体験など

定員 20口(1口当たりそば畑20㎡)

参加費 1口5,000円

持参する物 ①②：農作業できる身支度、③：エプロン、三角巾

申込期限 8月20日(木)

申込・問い合わせ先 浅原体験村(みどり市大間々町浅原590-14) ☎(72)0122



小2から始めたバスケット

姉がミニバスをしていたこともあり、自分も小学2年生からバスケットを始めました。高校までバスケット部に所属し、3年生の時には、県大会にポイントガードとしてレギュラーで出場し、準優勝の成績を収めることができました。試合では自分がシュートを決めるよりも、自分が起点となってパスを回し、味方がシュートを決めてくれたときの方がうれしいですね。

大事なことは一生懸命やること

今は、理学療法士として働きながら、笠懸東小ミニバスのコーチをしています。理学療法士を目指したのは、高校の後輩がけがをしてお見舞いに行った時に、病院のスタッフがりハビリの指導をしている姿を見て自分もやりたいと思ったのがきっかけです。

コーチは週4日、仕事が終わった後に子どもたちに教えています。子どもたちには、技術的なことよ

青春ど真ん中

一生懸命やることの 大事さを子どもたちに

飯塚 岳寛さん (24歳 笠懸町)

りも、とにかく一生懸命やることの大事さを教えています。「できないからやらないのか、できないけどやるのか」「まずはやってみよう」と。

全学年を教えるので、同じことを教えるのにも年代によって言い回しを換えて言わないとうまく伝わらず、教えることの難しさを感じています。また保護者や関係者と接する機会も多いのですが、いろいろな人とコミュニケーションを取ることは、患者やその家族と接する仕事にも生かされています。

理学療法士も3年目となり、先輩もできました。しっかりと仕事をこなしながら、子どもたちにバスケットを教えていきたいです。

さらに上級の審判資格取得を

昨年4月にバスケットの審判資格(日本公認)を取得し、県内の大会で審判をしています。今後は、審判経験を増やし、さらに上級の審判資格(A級公認)の取得を目指します。笠懸東小ミニバス部員も募集中です。一緒に楽しくバスケットをやりませんか。



試合で笛を吹く飯塚さん

ALT キラメキワールド

市内の小中学校に勤務するALT(外国語指導助手)の皆さんが、日本で感じたことや自分のふるさとについて紹介します。



ステーキ

ジェッス・カウワン
(笠懸南中学校)

私は何よりも大好きなのは、食べ物です。ピーマンが入っている食べ物と、辛過ぎる食べ物以外、なんでも食べることができます。

私はオーストラリア出身です。日本食とオーストラリアの食べ物の違いがすごく気に入って、特にステーキの違いがおもしろいと思います。

オーストラリアのブラックアンガス牛は、日本の種類より安くて、霜降り肉ではなく、あとは味が濃いと思います。反対に、日本の神戸牛は霜降りがあって、とっても高級でなめらかで、繊細な食感だと思います。私は、どちらかというアンガス牛派ですが、特別なお祝いに神戸牛も食べます。

実は、日本で売られているステーキは、多くがオーギービーフなので、皆さんも食べたことがあるかも知れません。もし食べていなかったら、ぜひ、オーギービーフも食べてみてください！





大きくておいしいジャガイモができたよ
みんなで楽しくジャガイモ掘り



7月2日、笠懸幼稚園で園児たちが自ら植えたジャガイモの収穫をしました。土の中から大きなジャガイモを見つけると歓声があがり、友だちと大きさを比べるなど、うれしそうでした。収穫したじゃがいもは、その後、ゆでておいしく食べました。



家族で楽しむアロマテラピー
アロマを利用し虫よけスプレー



7月2日、笠懸図書館で「アロマで作ろう！虫よけスプレー講座」が開かれました。参加者22人は、夏の虫よけ対策に役立てようと、古くから蚊よけとして使われてきたレモングラス精油などで虫よけスプレーを作りました。

犯罪や非行などのない地域づくりを
社会を明るくする運動市民集会



7月12日、笠懸野文化ホールで市民集会が行われました。内閣総理大臣などからのメッセージ伝達や、安全・安心な社会とふれあいのある地域づくりの推進を掲げた集会宣言を採択した後、小・中学生による音楽会が行われました。



短冊に願いを込めて
彩り鮮やかな七夕祭り



7月、市内各地で七夕祭りが行われました。笠懸町では、大きな笹に折り紙で作った輪やちょうちん、短冊を飾りました。また、大間々町ではみどり市商工会主催の七夕祭りが行われ、子どもたちの七夕飾りが取り付けられた歩行者天国の会場は、家族連れなどでにぎわいました。



笠懸幼稚園



笠懸公民館



大間々町市街地



笠懸幼稚園



桐生大学グリーンアリーナ
祝 利用者50万人達成



7月12日、桐生大学グリーンアリーナで、トレーニング室利用者50万人達成記念式典が挙行されました。くす玉割の後、50万人目の利用者となった岩井つばささんに、市長から認定証と記念品が贈呈されました。

書で自己を表現する
楽しい創作書道教室を開催



6月・7月に、笠懸公民館で「楽しい創作書道」教室が開かれました。参加者11人は、講師の須田章七郎さんの指導のもと、毛筆の特性を学び、自分の思いを柔らかな筆にのせて、個性豊かに書で表現していました。



いまいき

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

元氣アップ料理教室

中高年に不足しがちな栄養素がとれるおいしいメニューを紹介します。

期日・会場

- 9月9日(水)・東保健センター
- 9月18日(金)・大間々保健センター
- 9月25日(金)・笠懸保健センター

時間 受付：午前9時30分、開始：午前10時、終了：午後1時

後1時30分(予定)

対象 市内在住で、中高年の

生活に興味のある人

定員 各会場それぞれ30人

内容 六目野菜の混ぜ寿司・

サンマのかば焼き・ヒジキの和風サラダ

参加費 300円

持参する物 エプロン・三角巾(大きめのバンダナなど)・

手ふき用タオル・筆記用具

申込方法 1週間前までに各保健センターへ

個別健診(検診)の受診医療機関を追加

新みどり健診(特定健診・後期高齢者健診)および子宮頸がん検診が受けられる医療機関が追加されました。

●**新みどり健診** 森の診療所(笠懸町久宮)、高橋産婦人科医院(桐生市相生町)

●**子宮頸がん検診** 高橋産婦人科医院(桐生市相生町)

子宮頸がん・乳がん集団検診のお知らせ

検診の対象となるのは2年に1回です。対象者には通知

を郵送しています。

●**子宮頸がん検診**

対象 20歳以上で、今年度偶

数年齢の女性

個人負担金 500円

●**乳がん検診(※予約制)**

各保健センターで予約を受け付けています。定員(70人)になり次第締め切ります。

対象 40歳以上で、今年度偶

数年齢の女性

個人負担金 1,500円

●**共通事項**

期日・会場

●8月30日(日)・31日(月)：ふれあい学習館

●9月2日(水)・3日(木)、10月4日(日)：大間々保健センター

●9月6日(日)・15日(火)・16日(水)・30日(水)：笠懸公民館

●10月1日(木)・9日(金)：東保健センター

受付時間 午後1時～2時

持参する物 受診シール、クーポン券(対象者のみ)

●**定期的にセルフチェックを**

乳がんは自分で発見できるがんの一つです。入浴の時になどに乳房全体を触って、しこりや分泌物がないか確かめてください。いつもと違うと感じた時は、乳腺外科や外科など乳腺の検査ができる病院へ早めに受診しましょう。

熱中症を予防しましょう

— 「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です—

熱中症とは 体内の熱が十分体外へ出ないために起こる病気です。気温や湿度が高く、風通しの悪いところや直射日光の当たるところにいる時に起きやすく、帰宅後や就寝中など、室内で症状が出ることもあります。特に子どもや高齢者は体温調節がうまくできず、熱中症になりやすい傾向があるため注意が必要です。

熱中症の症状 めまいや耳鳴り、頭痛、吐き気、息苦しさ、脱力感、眠気など。重症になると意識を失う、けいれんするなどの症状が現れ、最悪の場合、死亡するケースもあります。

予防のための心がけ

●こまめな水分補給

「のどが渇いたな」と感じる前に、こまめに少しずつ水分を補給しましょう。



●体調を整える

十分な栄養と睡眠を取り体調を整えましょう。体調が悪い時は日中の外出は控えましょう。

●服装に注意

通気性のよい洋服を着て、外出時には必ず帽子をかぶりましょう。

●屋外での運動、農作業を避ける

炎天下での運動や農作業は暑い時間帯を避け、こまめに休憩を取りましょう。

●熱中症になってしまった時の応急処置

●スポーツドリンクなどで、水分補給をする。

●わきの下や首筋を冷やす。

●木陰か冷房のもとで休む。

※意識をなくしている場合や下痢、嘔吐などの症状がある場合はすぐに医療機関を受診する。

休日当番医

8/23(日)	高木病院 松井内科医院 さかいのクリニック みやざわ整形外科	相生町5 笠懸町 境野町2 相生町3	外内 内消呼循環 内呼 整	(53)7711 (70)7610 (44)8557 (53)1188
8/30(日)	恵愛堂病院 田中医院 藤江醫院 くりた医院	大間々町 広沢町2 本町4 笠懸町	外内児整 内児 内 泌内	(73)2211 (54)5012 (22)7777 (70)7800
9/6(日)	恵愛堂病院 萩原医院 北川内科クリニック 川島眼科医院	大間々町 大間々町 錦町2 本町6	外内児整 内児 内 眼	(73)2211 (72)1025 (44)7706 (45)2242
9/13(日)	こんどう整形外科医院 小保方医院 飯山医院 北川眼科医院	仲町2 大間々町 笠懸町 本町4	外整 内児 内児 眼	(44)5066 (72)2505 (76)9130 (44)1010
9/20(日)	恵愛堂病院 三丸医院 さいとう内科クリニック みなみ眼科	大間々町 宮本町1 笠懸町 境野町1	外内児整 内児 内 眼	(73)2211 (22)3419 (47)7770 (43)3180
9/21(月)	高木病院 おりひめ医院 城田クリニック 長谷川整形外科医院	相生町5 織姫町 天神町3 広沢町4	外内 児内 内 整	(53)7711 (47)1248 (22)7211 (52)6671

休日当番接骨院

8/23(日)	小林接骨院 馬場接骨院	東7 大間々町	(46)2038 (73)7455
8/30(日)	岩崎接骨院 かなめ接骨院・鍼灸院	東1 相生町5	(47)2204 (53)6110
9/6(日)	中島鍼灸接骨院仲町 奥澤接骨院	仲町2 笠懸町	(43)4117 (76)2036
9/13(日)	ひろさわ接骨院 ながや接骨院	広沢町6 新里町	(46)6633 (74)5938
9/20(日)	武井接骨院 中村接骨院	笠懸町 梅田町1	(77)1156 (32)1878
9/21(月)	新井接骨院 笠懸中央接骨院	境野町4 笠懸町	(44)7577 (76)5914

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 8月18日(火)、9月8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 9月16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 8月18日(火)、9月8日(火)
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 8月27日(木)、9月17日(休)
時間 午後1時30分～5時(受付は午後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 8月25日(火)、9月7日(月)
時間 午前9時～午後3時
問い合わせ先 社会福祉協議会本所
☎(76)4111
【大間々会場(厚生会館)】
期日 9月15日(火)
時間 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(木) 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7日(月) 午後1時～午後3時
予約・問い合わせ先 社会福祉協議会本所☎(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)

【桐生市役所 2階市民相談室】
日時 8月20日・27日、9月3日・10日・17日(木曜日) 午前10時～正午
予約 各相談日の2週間前から受付。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8日(火) 午前10時～正午
予約 9月7日午後3時まで。桐生市役所新里支所市民生活課☎(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



金魚めし

鮮やかなオレンジ色から金魚めしとよばれるニンジンの炊き込みご飯です。しょうゆの香ばしい香りが食欲をそそります。

しょうゆには、薄口と濃い口がありますが、その違いは色や香りであり、塩分濃度ではありません。むしろ、薄口の方が濃い口より塩分濃度が1割ほど高めです。

減塩しょうゆの塩分は、通常のしょうゆの半分程度。減塩をされている人や成人病予防を心がけている人は、減塩しょうゆを使う方がよいでしょう。
(レシピ提供・第一保育園栄養士)



■材料(4人分) (1人分 324キロカロリー)

米	2カップ
ニンジン	中1本
しょうゆ	大さじ1
酒	大さじ1
炒りゴマ	適量

■作り方

- ① 米は洗い、ザルにあげる。
- ② ニンジンは千切りにした後、みじん切りにする。
- ③ 炊飯釜の中に米、しょうゆ、酒、分量の水、その上にニンジンのをせて炊く。
- ④ 炊き上がったら、炒りゴマを入れて、良く混ぜたら出来上がり。

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。



せきぐち ひろ
関口 陽呂
2歳11カ月



好きな食べ物：バナナ。
好きな遊び：保育園ごっこ。お手伝いが上手でいつも助かるよ。

てらうち のぞみ
寺内 希珠
2歳3カ月



おしゃべり大好き★おてんば娘！お姉ちゃんたちより強たくてまじいのぞみん♡

なかむら かいと
中村 海翔
2歳11カ月



遊園地大好き！また観覧車に乗ろうね。

編集後記

幼稚園でのジャガイモ掘りの様子を撮影してきました。園児は土を掘るのに真剣でなかなか顔を上げてくれず、写真を撮るのに一苦労。でも掘り終わった後は、小さな手でジャガイモをしっかりとつかんで、うれしそうに見せてくれました。▽取材中、バッタがいたのでつかまえてあげました。昆虫を手にとるのは久しぶりで、なんだか懐かしい気持ちになりました。夏休み…自然や生き物と触れ合って、楽しい思い出をいっぱいつくりましょう。

てくれました。▽取材中、バッタがいたのでつかまえてあげました。昆虫を手にとるのは久しぶりで、なんだか懐かしい気持ちになりました。夏休み…自然や生き物と触れ合って、楽しい思い出をいっぱいつくりましょう。