

広報 あんなか

1/1
vol.190
2022(令和4年)

新春対談

みんなの

チャレンジを

応援

安中市長

茂木 英子

競技かるた名人

桑原 圭太郎





新春対談

みんなの

チャレンジを応援

百人一首競技かるたで、3連覇を成し遂げた、本市出身の糸原圭太郎さんと茂木市長がオンライン対談を行いました。
かるたを始めたきっかけや勉強に関すること、ふるさと安中への想いなどを聞きました。

茂木 英子

糸原 圭太郎

市長…本日はよろしくお願ひします。
糸原…よろしくお願ひします。

市長…昨年行われた、小倉百人一首の競技かるた大会の日本一、おめでとう
ございます。

糸原…ありがとうございます。

市長…競技かるた大会の様子はテレビで拝見することがありますが、読み上げと同時に見えないほどの速さで札と
りが行われていました。緊張感が続く
長時間にわたる試合で、3連覇を成し
遂げられたことは素晴らしいこと
です。競技かるたを始めたきっかけを教
えてください。

糸原…競技かるたを始めたのは、小学
4年生の時です。小学1年生のころか
ら上毛かるたが大好きでしたが、4年
生の県大会で優勝することができ、今
度は百人一首にチャレンジしてみよう
と思うようになりました。小学4年生
の終わりごろに、前橋市にお住まいの
猪熊静江先生が主催される「つばさク
ラブ」で、小倉百人一首競技かるたを
始めました。

■かるたが日常生活で 生かされること

市長…競技かるたをしていることが日
常生活で生かされることはあります
か。

糸原…競技かるたは一瞬の集中と記憶
力が重要になります。たとえば仕事
で、土壇場で一気に集中して仕上げな
ければならないときや緊張感の中でプ
レゼンをするときなどに「集中力」と

Profile



くめはら けいたろう 糸原 圭太郎

安中市出身。
京都大学経済学部卒。
競技かるたの「札を払い飛ばす」独特の動きに魅せられてのめり込んでいく。
かるたクラブで腕を磨き、中学2年生でA級(競技かるた級位最上位)に昇級。

高校1年生のとき、個人戦でA級クラス優勝。団体戦でも群馬県チームを高校生大会優勝へ導く。
京都大学在学中は、京都大学かるた会に所属。京都大学として、団体戦初優勝に導く。
2019年に競技かるた名人位を取得。
令和3年1月に行われた競技かるた大会で3連覇を果たす。
京都大学在学中にオンライン個別指導塾「となりにコーチ」を起業。公式LINEで勉強法も発信している。勉強法に関する本を多数出版。

「記憶力」が生かされているなど感じます。また、私は学習塾を経営しているのですが、名人になってからかるたをきっかけに、塾のことは知ってもらえることも増えてきました。生徒さんとかかるたの話で盛り上がることも多いです。逆に大きな大会の前に生徒さんから応援してもらえることは、かるたをするうえで原動力にもなっています。

そこから当時の様子を感じることができ、非常に魅力的だと思います。

■トレーニンング方法

市長…勝ち続けるためにやっているトレーニング方法などありますか。

糸原…まずは、シンプルに対人戦をやることですね。競技かるたにおいては、対人戦がメインです。多くの人と戦う中で、一戦一戦を振り返り、良かった点と反省点をしっかり確認することが中心になります。また、かるたにはスポーツ的な側面もあるので、コンディショニングも大切です。睡眠リズムを整え、体調管理をし、体重も調整しています。体幹を鍛えることも重要で、毎日プランク(体幹のトレーニング)をしますし、手首や指先のト



レーニンングもしています。

■ルーティン

市長…試合に勝つためのルーティンがありますか。

糸原…自然体でいることを心がけています。試合前だからといって、特別なことはしないで、普段と同じように過ごしています。名人戦のときも、先輩や後輩が応援に来てくれましたが、いつもと同じように談笑してリラックスしています。

市長…大きな試合の前でも普段どおり過ごしているんですね。

糸原…初めて名人戦に挑戦した時は、最寄りのホテルに宿泊して余裕をもって試合に臨もうとした結果、いつもと違う環境だったため、5回戦という長

丁場に響いてしまったのかなと感じています。自宅から直接会場へ向かうようにしてから調子も良くなってきたので、ある意味ゲン担ぎのように思っています。

市長…自分に合った方法を見つけたことが、3連覇を成し遂げる要因のひとつになったのかもしれないですね。

■ふるさと安中

市長…安中で高校までを過ごされましたが、思い出に残っていることを教えてください。

糸原…今、思い出したのが新島裏の旧宅です。小学生の夏休みの朝のラジオ体操の会場だったので日常の一部でした。大河ドラマで新島襄のことが放送されたときには懐かしく感じました。京都には同志社大学や同志社女子大学があるため、不思議な縁みたいなものを感じています。

市長…学校行事で好きだったことや思い出はありますか。

糸原…運動会がすごく好きでした。小学3年生のときのことが強く思い出に残っています。当時、榛名団だったので、3、6年生がひとつの団になって戦うため、最後のリレーで逆転優勝した時には、心の底からうれしかったのを覚えています。そのとき的情景まで鮮明に思い出せます。京都に来てから、「山」で組分けしているのは群馬県特有のものというのを知って驚きました。

■勉強について

市長…勉強の継続力、モチベーションの維持をするために心がけていることはありますか。

桑原…今自分が取り組んでいる勉強が、将来につながっているという感覚を持つことが大切だと思います。私の場合は、中学生になってから勉強法についての本をたくさん読み、「このやり方をしていけば志望する大学に行ける」と思う方法を見つけることができましたので、苦手な教科にも積極的に取り組むことができました。

市長…中学生の頃には、どのくらい本を読んだのですか。

桑原…中学3年生から高校の3年間で、500冊ほど読んだと思います。中学校と電車で通学していたこともあり、通学の合間時間を使って、書店に足を運び、勉強法はもちろん、脳科学や心理学などの本を読みました。さまざまな知識を得ることで、自分のやり方は間違っていないという自信を持つことができたのが大きいですね。一番は、楽しんで勉強できるやり方を早く

見つけることです。難しいとは思いますが、頑張ってみることが重要です。

市長…勉強が楽しくなるような方法を見つけれれば良いですね。

桑原…覚え方ひとつとっても、得意不得意もあるので、自分の得意な勉強法を見つけれれば、成績も向上するのかなと思います。覚え方も見て覚えるのが得意な人、聞いて覚えるのが得意な人、書いて覚えるのが得意な人などさまざまです。全部のやり方が苦手という人はいないので、自分に合ったやり方を早い時期に見つけてほしいです。

市長…自分の得意なものが必ずあると



いうことは、とても希望が持てます。たくさんのお子もたちに知らせたいと思います。周りの人たちが声をかけることで、良い方向に導くことができるのではないかと感じています。

■京都大学に進んだ理由

市長…京都大学に進学した理由を教えてください。

桑原…京都大学の自由な校風に惹かれました。大学側も自由な校風を唱っていますし、実際に入学して、より実感しました。

市長…「自由」があるから自ら学ぼうとし、探求しようとする人を応援する校風があるのですね。

桑原…自分の好きなことや研究したいことに没頭できる良い環境だと思っています。

■子どもたちに伝えたいこと

市長…桑原さんは、勉強法などの本をたくさん出版されています。どのようなことを伝えたいのですか。

桑原…勉強の得意不得意は生まれつきの才能ではなく、自分に合ったやり方を知らないだけだと思います。勉強を頑張りたいけどうまくいかない、頑張っても成績が上がらない、と思っている学生たちに良いやり方を伝えて、少しでも後押しをしてあげたいと思います。本を書いています。

市長…学習塾をされたり、本を書かれたり、人に思いや考えを伝えるときは、どのようなことを意識していますか。

桑原…あまり深く考えすぎないことが大切かなと思います。今、この瞬間を楽しく生きていくことが Motto なので、勉強法ひとつとっても、「軽い気持ちでやってみない？」と話すことは多いです。自分の思いや考えをすべて伝えることは難しいので、何かひとつでも感じてもらえればと思って話しているのですが、その分気楽に話ができるのではないかと思います。

■オンライン教育について

市長…コロナ禍で、子どもたちがオンライン学習やタブレットを使って授業をしています。子どもたちが不安になっていないか心配になります。

桑原…大学1年生の頃から、オンライン学習塾をやっていますが、良いことも悪いこともある程度経験してきました。子どものオンラインでの学習環境については、ほとんど問題ないのではないかと思います。子どもたちは慣れるのも早いので、あまり心配しなくても大丈夫かと思っています。

市長…先生方も戸惑うことが多いのではないのでしょうか。

桑原…私も最初は苦労しましたが、すぐに慣れました。そして徐々に、表情や声のトーンなどから、説明が伝わっているか確認することができるようになります。また、文章や図、画像を同時に共有することができるので、黒板に問題文を書くことが不要になるのもメリットです。ただ、対面の塾と違い、普段生活している自宅での学習に

なるため、モチベーションの管理をより気をつけなくてはなりません。

市長…うまく使えば、授業の幅が広がりそうですね。オンラインで学習塾をさされていたとのことですが、桑原さんが大学に入学されたときは、オンラインという手法はあまりなかったように思います。きつかけはどのようなことだったのですか。

桑原…当時としては、かなり珍しい形態だったと思います。京都大学に合格してから入学まで少し時間があつたので、群馬の高校生に家庭教師として、勉強を教えてくださいました。私が京都に引越してからも継続して教えてほしいと頼まれ、オンラインで指導しようと思ったのがきっかけです。実際にやってみると、生徒さんは移動時間も不要になりますし、夜遅い時間でも授業ができます。そのほか対面よりも効率が良い部分もたくさんあり、オンライン指導の可能性を感じました。

市長…対面で教える場合と、オンラインで教える場合の両方を経験されていると思いますが、オンラインで教える



際に気をつけていることはありますか。

桑原…教えたことが、生徒にしっかりと伝わっているか確認することを大切にしています。質問を投げかけたりしながら、理解しているかどうかを確認しています。

市長…画面越しでも、理解できているかどうか、丁寧に確認しながら進めていくことが大切ですね。安中市でも、今年度からGIGAスクールに取り組んでいるので、子どもたちの勉強する環境を少しでも良いものにできるように頑張っていきます。

■夢中になれること

市長…私も、ときどき「何か夢中になれることを持とう」と話をするところがあるのですが、夢中になれることの見つけ方にアドバイスをいただけますか。

桑原…「途中でやめてもいいや」と考えることですね。興味を持ったことは、とにかく始めてみる、やめたらやめたで良いのではないかと考えています。いろいろなことをする中で、夢中になれるものが見つかるのではないのでしょうか。

市長…やめることをおそれずに、少しでも興味があつたら始めてみるということですね。いろいろなことにチャレンジしてほしいと思いますが、時には、努力が必要なこともあると思います。

桑原…一般的に努力という言葉には「苦しい、辛い」というマイナスイメージが強いと思います。それよりも私は、「楽しい」とか「ワクワクする」という感情の方が、いろいろなおことに挑戦するうえで重要だと思っています。挑戦を成功させるために必要なのは、そういったプラスの感情と、「習慣化する力」です。毎日、何時になったらどこへ行く、何をするなど決めておき、三日坊主でも良いという軽い気持ちで、習慣化に取り組んでほしいです。

■受験生へのメッセージ

市長…ふるさと安中の受験を控える学

生たちにメッセージをいただけますか。

桑原…1月の1か月は、受験に向けて全力で、必死に取り組んでもらいたいんです。この1か月を頑張ることができると、これからの人生でも大事な時に、頑張ることができると思います。たとえ結果がどのようなものになっても、「頑張れた」ということは素晴らしい経験として、自分の中に残るはずなんです。

市長…人生の中では大事なタイミングがありますが、受験生は今がその時ですね。頑張ったことはこれからの自分の栄養になりますね。

■ふるさと安中への希望

市長…今後、ふるさと安中にどのようなまちになってほしいですか。

桑原…私が安中市に住んでいたときは、何事にもチャレンジしやすい環境があつたと思っています。その結果、今では名人位につくことができました。これからも、多くの人がチャレンジしやすい環境づくりを、さらに進めてほしいと思います。

市長…これからも子どもたちを応援していきます。本日はお忙しい中、ありがとうございます。ますますのご活躍を期待しています。

桑原…ありがとうございました。

明けまして
おめでとうございます

本年もよろしく

お願い申し上げます

新年を迎え、本年が市民の皆さまにとって幸多い年でありますよう心よりお祈り申し上げますと同時に、市政への日ごろの深いご理解と多大なるご協力に対しまして、厚くお礼申し上げます。

市長	茂木 英子
副市長	栗野 好映
教育長	竹内 徹
市議会議員	
議長	吉岡 完司
副議長	遠間 大和
金井 久男	櫻井 ひろ江
松本 次男	金井 登美雄
長嶋 陽子	武者 葉子
小林 克行	佐藤 貴雄
小林 訂史	壘 次雄
異 久男	高橋 由信
柳沢 吉保	小川 剛
柳沢 浩之	今井 敏博
奥原 賢一	田中 伸一

health

困健康づくり課ワクチン接種対策室（☎内線1640）

新型コロナウイルスの追加（3回目）接種について

新型コロナウイルスの追加（3回目）接種については、2回目接種を終了した日から、原則8か月以上経過した18歳以上の人が対象となります。

接種の対象となる人には、順次、接種に必要となる書類を送付します。接種を希望する人は、書類に同封するお知らせなどを確認し、予約のうえ、接種を受けてください。

また、国からの供給状況により、接種するワクチンの選択が困難となる場合があります。追加接種は1、2回目に接種したワクチンの種類にかかわらず、ファイザー社またはモデルナ社ワクチンを使用します。

転入者および海外接種者について

2回目接種後に転入した人および海外で接種した人は、接種した記録が市で確認できないため、接種に必要な書類を発行できません。追加接種を希望する人は、申請が必要です。次の窓口で申請をしてください。

申請窓口▼

☑健康づくり課ワクチン接種対策室
☑住民福祉課健康介護係

必要書類▼

- ①身分証明書（運転免許証、健康保険証など）
- ②予防接種済証または接種したことがわかる証明書
- ③マイナンバーカードまたは通知カード

相談窓口▼

市では接種に関する相談窓口として、コールセンターを設置しています。接種に関して不明な点などがありましたら、お問い合わせください。

市ワクチン接種コールセンター

☎0570-056716

午前8時30分～午後5時

（土日・祝日を除く）



▲追加接種用の書類を順次、送付しています

困安中市消費生活センター（☎382-2228）

18歳から大人に

「成年年齢が18歳になります」

民法改正により、令和4年（2022年）4月1日から、成年年齢が20歳から18歳に引き下げられます。令和4年（2022年）4月1日に18歳、19歳に達している人は、その日から新成人となります。

生年月日	成年になる日	成年になる年齢
平成14年(2002年) 4月1日以前生まれ	20歳の誕生日	20歳
平成14年(2002年)4月2日～ 平成15年(2003年)4月1日生まれ	令和4年(2022年) 4月1日	19歳
平成15年(2003年)4月2日～ 平成16年(2004年)4月1日生まれ	令和4年(2022年) 4月1日	18歳
平成16年(2004年) 4月2日以降生まれ	18歳の誕生日	18歳



18歳(成年)になったら何ができるようになるの？

親の同意なしに、ひとりで契約ができるようになります。

- 携帯電話を契約する
- ひとり暮らしのためにアパートを借りる
- ローンを組む
- クレジットカードをつくる
- その他にできるようになる例として、
- 10年有効のパスポートを取得する
- 国家資格（公認会計士や司法書士など）を取得する

○結婚可能年齢が男女とも18歳になるなど

18歳(成年)になっても20歳にならないとできないことはあるの？

- 飲酒や喫煙
- 公営ギャンブル(競馬、競輪など)
- 大型、中型自動車運転免許の取得

契約するときに気をつけることは？

一度成立した契約は、原則、自分の都合で一方的にやめることはできませんが、民法では、未成年者が親の同意を得ずに契約した場合には、一定の場合を除き、取り消すことができます。

この未成年者を消費者被害から守る「未成年者取消権」は、成年に達すると行使できなくなります。契約に関する知識や社会経験の少ない若者を狙う悪質な業者もいますので、契約する場合は、その契約が本当に必要なものか、冷静に判断し、正しい知識をもって悪質商法などにだまされないようにしましょう。「簡単に儲かる」「みんなやっている」「あなただけ特別に」「すぐに契約するとお得」などの言葉や誘惑には、安易に飛びついてはいけません。

◆契約を結ぶときは、事前に契約内容をよく確認しましょう。

◆本当に支払いができるのか、自分の収入に見合った買い物をしましょう。

すぐに相談してください

「おかしいな」と思ったら、身近な相談窓口として、市消費生活センター（本駐車場内南側の建物）をぜひご利用ください。電話または来所により、ご相談をお受けしています。相談内容の個人情報外部に漏れることはありません。

相談・問合せ

困安中市消費生活センター

☎382-2228

午前9時～午後4時30分
（土日・祝日を除く）



困 税務課市民税係 (☎内線1064)
 困 住民福祉課税務保険係 (☎内線2122)
 高崎税務署個人課税第一部門 (☎02713221471)

所得税の確定申告と市県民税の申告

令和3年分の所得税の確定申告、令和4年度の市県民税の申告が必要な人は、日時や必要書類を確認し申告してください。

申告書は郵送で提出することも可能です。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、できるだけ郵送での提出をお願いします。

来庁する場合は、症状の有無に関わらず、来庁前の検温、当日のマスク着用をお願いします。また、発熱など風邪の症状がある場合には、来庁を控えてください。

会場▼**困**201・202会議室、**困**基幹集落センター研修室

期間▼2月14日(月)～3月15日(火)

※土日・祝日を除く

受付時間▼午前9時～午後4時

※簡易なものに限り確定申告の受付を行います。次のいずれかに該当する人は高崎税務署確定申告会場(次ページ参照)で申告をお願いします

○青色申告

○譲渡所得(土地・建物・株式など)

○外国為替証拠金取引(FX)による所得

○修正申告・更正の請求

○初回の住宅ローン控除

○肉用牛の売却による所得

○山林所得

※右記以外にも、高崎税務署確定申告会場をご案内する場合がありますのでご了承ください

税の申告に必要な物

収入金額等の証明	すべての人	申告案内ハガキ(届いた人)、マイナンバーカードまたは通知カード、身元確認書類(運転免許証など)
	給与・年金収入があった人	給与・公的年金の源泉徴収票
	個人年金収入があった人	支払先から発行された支払通知書など
	営業・農業・不動産収入があった人	収支内訳書、決算書など ※収入と必要経費を科目ごとに集計してお持ちください
	シルバー人材センター配分金・保険満期金・その他所得のあった人	収入額がわかるもの(支払通知書・支払調書・買取証明書など)、必要経費のわかるもの
各種控除の適用を受ける際の証明	社会保険料控除を受ける人	国民年金保険料控除証明書、任意継続保険料の支払証明書・領収書、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付額確認書・領収書
	生命保険料控除を受ける人	保険会社から発行された控除証明書
	地震保険料控除を受ける人	
	障害者控除を受ける人	本人や扶養親族の身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、障害者控除対象者認定書など
	医療費控除を受ける人	医療費控除の明細書、補てん金額がわかるもの、おむつ使用証明書など ※領収書は提出不要です。「医療を受けた人」「病院・薬局」ごとに金額をまとめて、医療費控除の明細書に記入してお持ちください
	寄附金控除を受ける人	寄附した団体から発行された領収書・証明書

税理士による無料の確定申告相談

日時・会場▶①2月7日(月)午前9時30分～午後4時30分＝**困**201会議室、②2月8日(火)午後0時30分～午後5時45分・2月9日(水)午前10時30分～午後5時30分＝ヤマダデンキLABII LIFE SELECT高崎4階イベントスペース

対象▶給与所得があり医療費控除を受ける人・年末調整が済んでいない人・年金受給者

費用▶無料

申込み▶①は1月17日(月)～1月31日(月)②は1月18日(火)～2月2日(水)に電話で関東信越税理士会高崎支部まで(☎027-361-7788)予約受付は午前10時～午後4時(土日・祝日を除く)

※詳しくは関東信越税理士会高崎支部ホームページをご覧ください

令和3年分の確定申告は 自宅からスマホで申告

税務署からのお知らせ

スマホ申告のメリット

- ▶ シンプルな入力画面！
- ▶ 税額まで自動計算！
- ▶ どこからでも送信！
申告会場・税務署に出向く必要なし
- ▶ 確定申告期間中は
24時間いつでも利用可能！



マイナンバーカードとスマートフォン
(マイナンバーカード読取対応) で申告

お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

▶ チャットボットでの相談

▶ お電話での相談

※令和3年分確定申告については、
令和4年1月上旬公開予定

e-Taxの使い方
(操作方法等)

e-Tax・作成コーナーヘルプデスク
(全国一律市内通話料金)

0570-01-5901

作成方法は
動画でチェック！



AIを活用した
「税務職員ふたば」が
お答えします。



申告書の作成に
当たってのご不明点等

管轄の税務署へお電話ください

動画で見る確定申告

検索

～ 確定申告会場へ来場される場合～

○ 還付申告をされる方は、なるべく2月10日(木)までに申告を済ませてください！

- ・還付申告会場 高崎税務署(高崎市東町134番地12)
- ・開設期間 令和4年2月10日(木)まで(土、日及び祝日を除きます。)
- ・受付時間 午前8時30分から午後4時まで(相談開始は午前9時からです。)

※令和4年2月14日(月)以降の申告相談は下記の「ビエント高崎」会場となりますが、相当な混雑が予想されます。

○ 確定申告会場への入場には「入場整理券」が必要です

LINEを通じた入場整理券を優先して事前発行します(会場で当日券の発行もあります)。
なお、入場整理券の配布状況に応じて、後日の来場をお願いすることもあります。

「国税庁LINE公式アカウント」は
こちらから追加



LINEのホーム画面で「国税庁」または「@kokuzei」
と検索しても友だちに追加できます。

令和3年分 確定申告



確定申告書等作成コーナーは
こちら

作成動画は
こちら

入場整理券のオンライン事前発行は
こちら

※ 画面は令和2年分確定申告のものであります。

○ 令和3年分「確定申告会場」のご案内

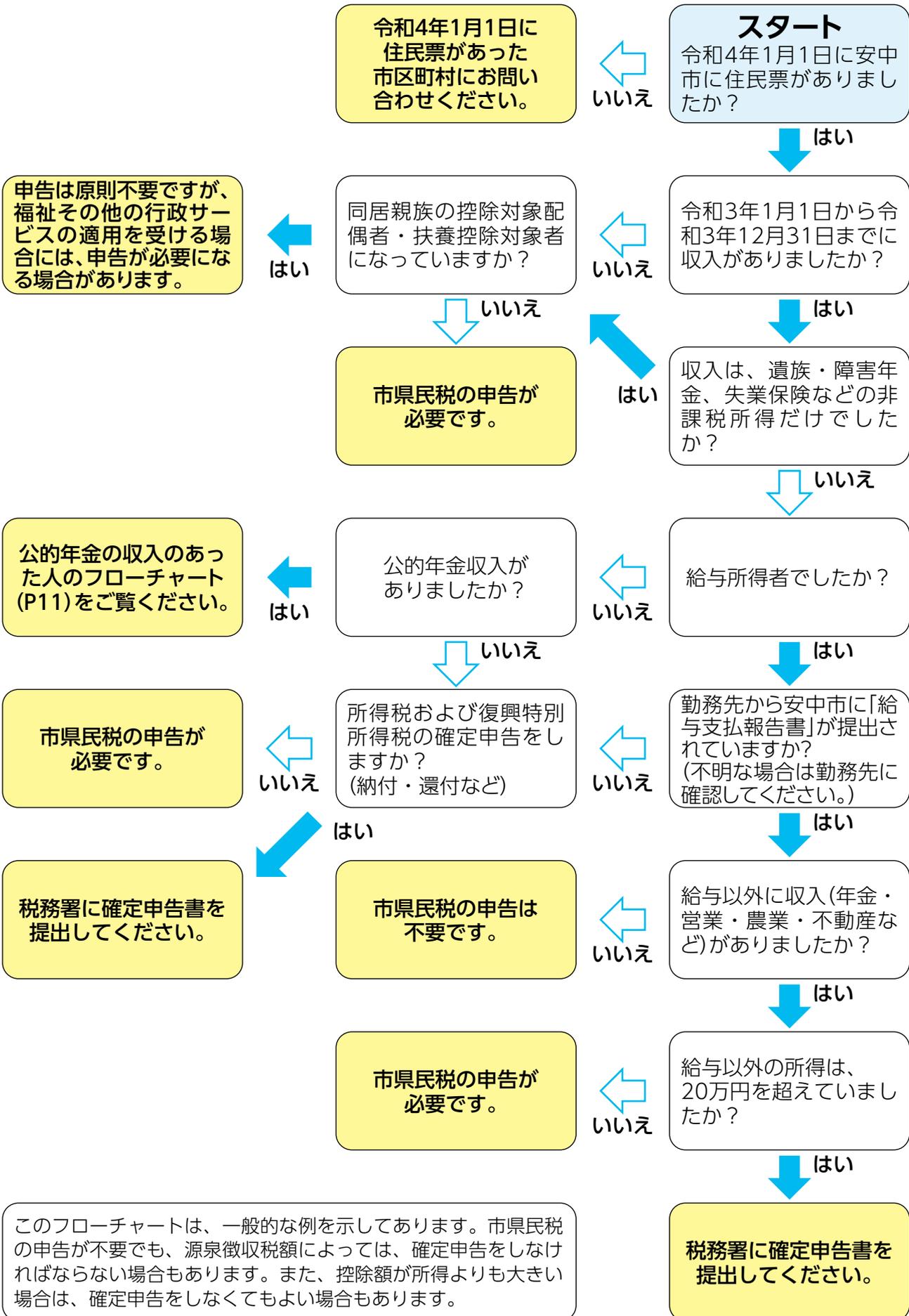
- ・確定申告会場 ビエント高崎(高崎市問屋町2丁目7番地)
- ・開設期間 令和4年2月14日(月)から3月15日(火)まで
土、日及び祝日を除きます。ただし、2月20日(日)及び2月27日(日)は開場します。
- ・受付時間 午前8時30分から午後4時まで(相談開始は午前9時からです。)

- ※ 申告会場では、お持ちのスマートフォンや会場のパソコンをご自身で操作して申告書の作成をしていただけます。
- ※ 以前に電子申告を利用されたことがある方は、「利用者識別番号及び暗証番号が分かる資料」をお持ちください。
- ※ 医療費明細書や収支内訳書などは来場前に事前に作成しておいてください。

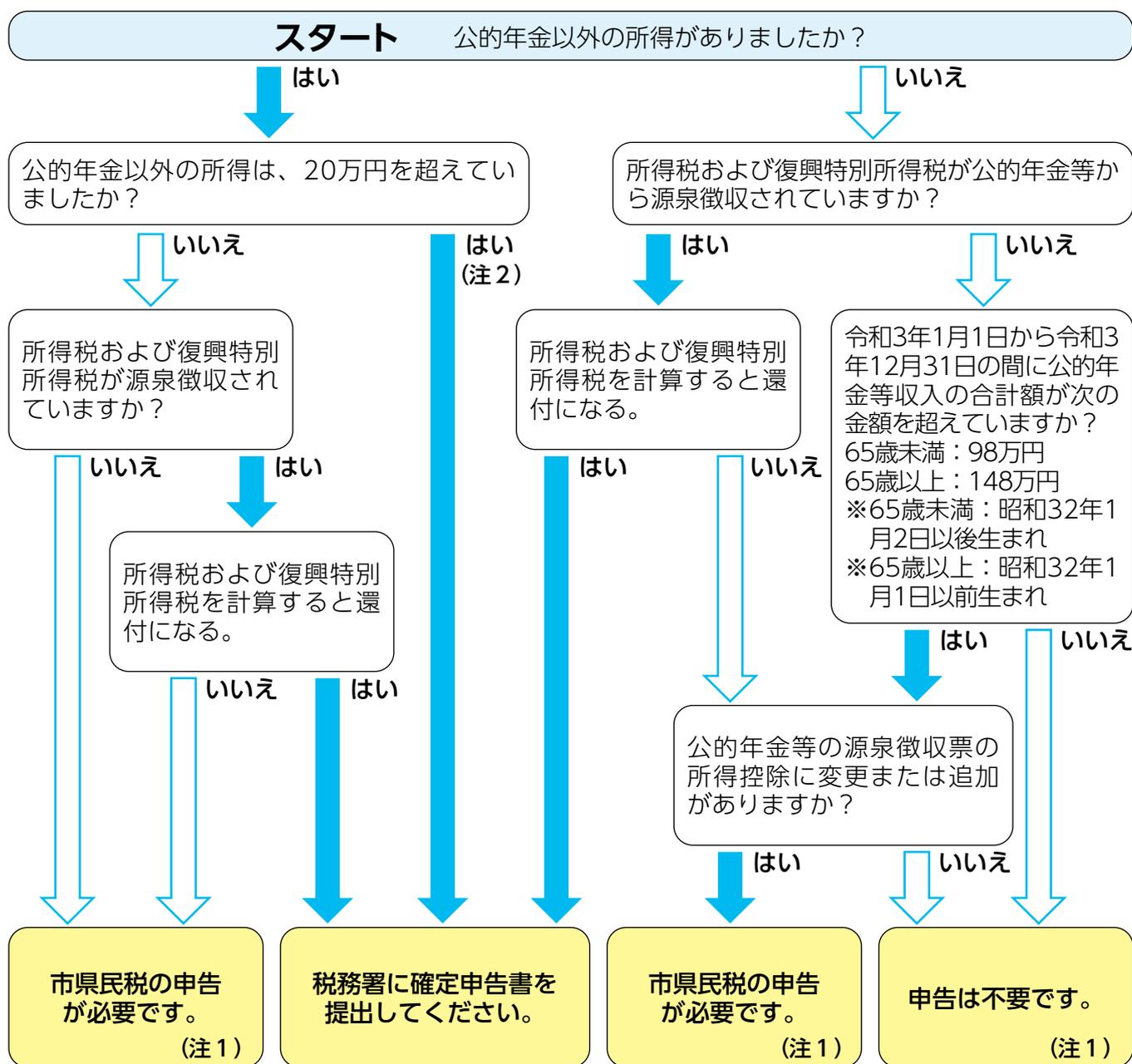
○ 確定申告や会場のお問合せ先 高崎税務署 (高崎市東町134番地12 電話:027-322-4711)

申告フローチャート

スタートから矢印に沿って進んでください



公的年金の収入があった人のフローチャート



(注1) 公的年金の収入が400万円を超える人については、上記のフローチャートにかかわらず、税務署への確定申告書の提出が必要な場合があります

(注2) 所得税が納税とならない場合は、市県民税の申告が必要です

◎公的年金等の収入が400万円以下の人の申告について

公的年金等の収入が400万円以下で、公的年金等に係る所得以外の所得が20万円以下の場合、平成23年分より確定申告書の提出は不要となりました。ただし、所得税の還付を受けるには確定申告書の提出が必要です。

また、確定申告書を提出しない人でも、「公的年金等の源泉徴収票」に記載されていない控除を市県民税の計算に適用するには、市県民税申告書の提出が必要です。

(例：医療費控除、生命保険料控除、地震保険料控除、公的年金等から天引きされていない社会保険料の控除、源泉徴収票に記載のない扶養控除・障害者控除・ひとり親控除・寡婦控除など)

令和3年分 医療費控除の明細書

1 医療費通知に関する事項

氏名

医療費通知(※)を添付する場合、右記の(1)~(3)を記入します。

※医療保険者などが発行する医療費の額などを通知する書類で、次の6項目が記載されたものをいいます。

(例：健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」)

(1)医療費通知に記載された医療費の額	(2)(1)のうち令和3年中に実際に支払った医療費の額	(3)(2)のうち生命保険や社会保険などで補てんされる金額
円	㊦	㊧

①被保険者などの氏名 ②療養を受けた年月 ③療養を受けた者 ④療養を受けた病院・薬局などの名称
⑤被保険者が支払った医療費の額 ⑥保険者などの名称

2 医療費(上記1以外)の明細

「領収書1枚」ごとでなく、「医療を受けた人」・「病院・薬局など」ごとにまとめて記入することができます。

(1)医療を受けた人の氏名	(2)病院・薬局などの支払先の名称	(3)医療費の区分	(4)支払った医療費の額	(5)(4)のうち生命保険や社会保険などで補てんされる金額	
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費	円	円	
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費			
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費			
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費			
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費			
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費			
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費			
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費			
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費			
		<input type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> その他の医療費			
2の合計			㊦	㊧	
医療費の合計		A (㊦+㊧)	円	B (㊩+㊪)	円

●申告前に下記の項目をチェックしてください。

領収書の日付は、令和3年1月1日から令和3年12月31日の間ですか？

生命保険・損害保険会社からの保険金や健康保険組合からの高額医療費は記入しましたか？

※保険金などの補てん金は、その給付目的となった医療費を限度として差し引きます

インフルエンザなどの予防接種や人間ドックなど健康診断にかかる費用は控除の対象となりませんが、除いてありますか？

●医療費控除額は、次の計算式を用いて算出します。

A 支払った医療費

− B 保険金などで補てんされる金額

− 総所得金額等の5%または10万円のいずれか低い額

= 医療費控除額

令和4年4月から使用できる タクシー利用券の申請を受け付けます

タクシー利用券の利用には申請書の提出が必要です。

※このページを申請書として使用できます

利用を希望する人は、太枠の中を記入し、令和4年2月28日(月)までに下記の窓口へ提出または郵送で申請してください(期限を過ぎても申請できますが、4月までに届かないことがあります)

(安中地域) 〒379-0192 安中市安中1-23-13 高齢者支援課 長寿支援係
 (松井田地域) 〒379-0292 安中市松井田町新堀245 住民福祉課 健康介護係
 (両地域) お近くの公民館・生涯学習センター

安中市長 様

令和 年 月 日

申請者	住所	
	氏名	
	電話番号	— —

安中市タクシー利用券交付申請書

タクシー利用券の交付を次のとおり申請します。

利用者について(太枠の中のみ記入してください)

※申請者と同じ場合は「申請者と同じ」に○をしてください

利1 利用者目	申請者と同じ(申請者と同じ場合は、住所および氏名の記入を省略できます)			
	住所	安中市		
	氏名			
	生年月日	大・昭・平 年 月 日 (歳)		
	免許	運転免許証を所持していますか。 あり ・ なし(免許証を返納した者を含みます)		
区分	番号		交付日	

2人目の利用者について(ご家族が同時に申請する場合は記入してください)

利2 利用者目	氏名			
	生年月日	大・昭・平 年 月 日 (歳)		
	免許	運転免許証を所持していますか。 あり ・ なし(免許証を返納した者を含みます)		
区分	番号		交付日	

確認事項

タクシー利用券の交付を受けた人が、これを利用することができなくなった場合には、残ったタクシー券を市に返却してください。また、タクシー利用券を不正に使用した場合は、タクシー券を返却していただきます。

※窓口で申請する場合、窓口に来た人の本人確認書類の提示が必要です

問合せ▶ 困 高齢者支援課長寿支援係(☎内線1181)、 困 住民福祉課健康介護係(☎内線2151)



11月

6日

ひきこもり支援講演会

ひきこもり支援講演会が文化センターで開催されました。1部ではKHJ全国ひきこもり家族連合会代表理事の伊藤正俊さんが家族の関わり方について話をされ、2部ではひきこもりUX会議の代表理事の林恭子さんと対談を行いました。



11月

10日

入試合格祈願通行手形

受験を控えた中学3年生に安中市商工会から「入試合格祈願通行手形」が贈られました。この合格手形は、関所を通過するときの江戸時代の通行手形を模して作成され、無事志望校へ合格してほしいとの思いが込められています。(写真は松井田北中学校)



11月

12日

学校などへマスクの配布

新型コロナウイルス感染予防対策として、市内小中学校および市内保育園・認定こども園、放課後児童クラブに不織布マスク計4,700箱を配布しました。(写真は九十九小学校)



11月

4日

駐日レト王国特命全権大使来庁

アフリカ南部に位置するレト王国の駐日特命全権大使のパレサ・モセツェさんが訪れました。女性首長による「びじょんネットワーク」参加をきっかけに来庁され、女性の権利拡大や社会進出について意見交換を行いました。



11月

5日

あいおいニッセイ同和損害保険株式会社との包括連携協定の締結

あいおいニッセイ同和損害保険株式会社と、地域・暮らしの安全・安心に関することなどさまざまな分野で協力するため、包括連携協定を締結しました。

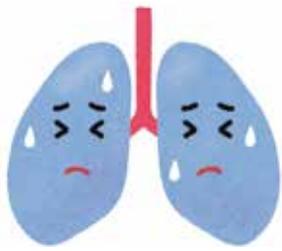


11月

6日

鉄道文化むらペイントイベント

碓氷峠鉄道文化むらで、鉄道ファンや親子など多くのボランティアの皆さんが集まり、展示車両のペイントが行われました。当日は天候にも恵まれ、参加した皆さんは楽しみながら作業を行っていました。



安中市健康増進計画

「いきいき安中健康21」 からのお知らせ

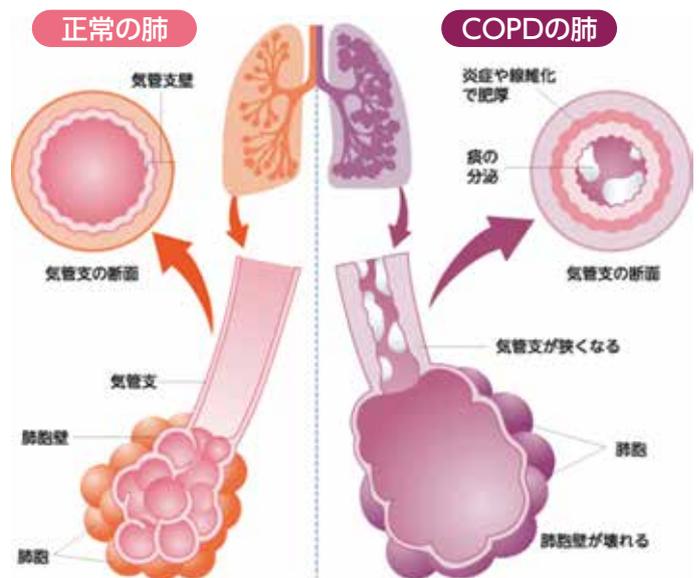
COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、有害物質の吸入が原因で肺が炎症を起こし、呼吸がしにくくなる病気です。原因のトップにあげられるのは、たばこの煙です。喫煙者の15~20%がCOPDを発症します。日本ではCOPD患者の90%以上が喫煙によるものといわれています。

症状

歩行時や階段昇降など、身体を動かした時に息切れを感じる労作時呼吸困難や慢性のせきやたんが特徴的な症状です。一部の患者では、喘鳴(ぜんめい)呼吸音の異常)や発作性呼吸困難など、ぜんそくの様な症状を合併する場合があります。

最も重要な治療は禁煙

COPDは、禁煙、運動療法、薬物療法、食事療法など適切な治療を行うことで肺の機能を改善し、せきやたん、息切れなどの苦しい自覚症状を抑えることが期待できます。すでにCOPDになっていても、たばこをやめれば、その後の肺機能の低下はたばこを吸わない人とほぼ同じになるとされています。完全な禁煙はCOPDの治療で最も重要です。



安中市食生活改善推進員がおすすめ
健康レシピ紹介



(紹介者: 熊谷 玲子)

※今回から不定期で、市食生活改善推進員がすすめる健康レシピを紹介していきます

豆乳味噌スープ

(調理時間15分)

栄養成分(1人分)▼
エネルギー 99kcal
たんぱく質 5.3g
食塩相当量 1.1g

材料(2人分)▼

- | | | | |
|----------|-----|--------|--------|
| ・ほうれん草 | 75g | ・春雨(乾) | 10g |
| ・玉ねぎ | 30g | ・ミニトマト | 2個 |
| ・コーン(缶詰) | 20g | ・だし汁 | 150mL |
| ・ハム | 2枚 | ・豆乳 | 75mL |
| | | ・味噌 | 大さじ1/2 |

作り方▼

- ①ほうれん草は茹でて2cmに切る。玉ねぎはスライスにする。ハムは細切りにしておく。
- ②だし汁に玉ねぎ、コーン、ハム、春雨、湯むきしたミニトマトを入れ、火にかける。沸騰したら豆乳を加え、味噌をとき加える。
- ③ほうれん草を入れ、沸騰直前に火を止める。

問合せ▶ 困 健康づくり課保健指導係(☎内線1174)次回は2月1日号に「高齢者の健康」の掲載を予定しています

あんなかの おしごとと通信 Vol.26

安中市で行っている取組や事業を紹介
します。

ひろげよう！ “やわらかいSDGs”



JA碓氷安中女性部から、本市の学童クラブへ「SDGsかるた」が寄贈されました。

このかるたは、食事の大切さや農業が果たしている役割などを通じて、SDGsをわかりやすく伝えることを目的に、全国JA女性組織フレッシュミズ*1の皆さんが制作したものです。

来庁されたJA碓氷安中女性部の皆さんからは、「近くに住んでいる子どもたちとかるたを通じてコミュニケーションをとってきたいです」、「次世代を担う子ども達がこのかるたを通じて、SDGsのことを少しでも意識してくれるように考えて作成しました」との言葉がありました。

寄贈を受けた茂木市長は感謝の言葉を述べるとともに「市でも“やわらかいSDGs”をテーマに掲げ、さまざまな取組を行っています。市民の皆さん一人ひとりが少しずつSDGsを意識し、行動することで、大きな成果につながると思います」と話しました。

寄贈された「SDGsかるた」は、今後市内の各学童クラブで大切に活用させていただきます。
本市では、今後もSDGsの周知やさまざまな取組を推進していきます。



※1：全国JA女性組織フレッシュミズ…若い(=fresh)、女性(=Ms)のこと。JA女性組織の中で、主に20代から概ね45歳までの若い世代を指し、JAならではの「食」「農」「暮らし」や「子育て」といったキーワードを軸に活動している

問合せ▶ 困秘書政策課政策推進室(☎内線1015)

LINE 公式アカウント

友だち 募集中

@annakacity
うれしい情報をLINEでお届け!



1月4日(火)から始めました
市が主催するイベント情報や市政情報、災害情報などを、無料で利用できるコミュニケーションツールであるLINEを使って配信します。
ぜひ、友だち追加をお願いします。
※配信された内容について、返信は行いませんのでご了承ください

1月4日(火)から始めました

市公式LINEを
ご利用ください



困情報戦略課広報コミュニケーション係(☎内線1021)

news

生涯学習だより



人権教育啓発映像資料(DVD)をご活用ください

安中市文化センターにある安中市図書館で貸出を行っています。学校や公民館などでの研修会、学習会でぜひご活用ください。

○私たち一人ひとりができること(約26分)

～当事者意識をもって考えるコロナ差別～

「コロナ差別」の特徴と、差別や偏見がなぜ生まれるのか、そしてどのように向き合っていけば良いかを学べるドラマ形式の映像教材です。

○はじめて学ぶLGBTs

1巻 男らしい色？女らしい色？ 小学校低～中学年向け(約12分)

2巻 好きになってはいけないの？ 小学校中～高学年向け(約22分)

LGBTsや性的指向・性自認をはじめて学ぶ児童に向けて「多様性」を理解するためのメッセージを伝えています。男女の性別認識や恋愛に関心が薄いと考えられる小学校低～中学年、関心が高まりつつある中～高学年、それぞれ学年によって適した物語の展開を描いています。その視聴を通じて児童が考え、相互に意見交換することで、多様性を肯定的に捉える下地をつくり、自分自身のみならず誰をも尊重する姿勢を身につけることをねらいにした映像教材です。

○スマホは情報モラルが大切(1巻)(約25分)

ネットいじめをしない！SNSでの出会いに気をつけよう！ 中学校向け

「ネットいじめ」「SNSでの出会い」をテーマに取り上げ、それぞれドラマ編と解説編で構成されています。視聴した生徒が、ドラマの中の出来事を自分だったらどうするかと考え、情報モラルが育成されることを狙いとしています。

令和2年度人権作品集「おもいやり」標語 小学2年生

○安中小学校

またあそぼう 明日も一日 楽しいな 藤牧 晃大
友だちに やさしくしたら 一生のこる たからもの
本多 雅宗

○原市小学校

あなたとわたしはちがうけど
えがおでつながる 心のわ 島田愛咲美
おともだち 一人一人が たからもの 佐藤 光翼

○磯部小学校

大じにするよ みんなのこころ ぼくのこころ
生方 陽彩
だいじょうぶ？ その一言が うれしいな 森村 綾音

○東横野小学校

ひとりじゃない みんながいるよ じしんをもって
伊藤 暖
あい手の気もちを考えて やさしい思いを言葉にしよう
濱田 夏凜

○碓東小学校

言わないよ 自分が言われて いやなこと 村上 大和
思いやり みんなでもてば 人とのわ 木暮 璃愛

○秋間小学校

思いやる ころがあれば みんななかよし
出水 穂亜
友だちは ぼくのこころの エネルギー 小林 真葵

○後閑小学校

みんなに会える 毎日を
え顔でなかよく 楽しいクラス 小林 紗矢

○松井田小学校

とげとげの心より まるい心を もっていたいな
小崎 颯太
みんなで楽しくあそんで 心がほっかほか
小林 蘭

○臼井小学校

つかわない ちくちく言ばは 友だちに 軽部 祥平
やさしさは みんなの心 そだてるよ 大堀 紗弓

○西横野小学校

いっしょにあそぼう みんないっしょが 楽しいね
中嶋 美結
大じょうぶ 人にしんせつ ありがとう 坂本 蓮花

○九十九小学校

思いやりの気もちをもって
やさしいことばを かけていこう 原田 琉可
ともだちとたすけあい わらいあい
つながる ころ 藤巻 杏優

○細野小学校

クラスの目 いじめの心にストップ 須田 依吹



男女共同参画推進委員会

第130回

公立高校の男女別学に思うこと

安中市男女共同参画推進委員会委員

能登 美津子



令和2年11月より人権擁護委員会から、この男女共同参画推進委員会に参加するようにになりました。これまで自身の中にもどろどろの問題意識があり、現実の生活の中でどんな経験をしてきたかを振り返ってもあわあわと戸惑っているところでした。

私は生まれも育ちも北海道で、結婚を機に安中市に居住することになりました。„所変われば“で驚いたことの一つが、公立高校の男女別学でした。少なくとも自分が成長し多感な年代の時に男女共学は一般的なことであり、当然のことと思っていましたので、驚きと違和感がありました。自分の子ども達が高校受験を迎える20年以上前から、共学の論議は何度もあったように記憶しますが、同窓会の反対などもあり、現在の男女共同参画推進の観点からは議論が進まず今日に至っている気がします。

す。にもかかわらず公立にして男子しか入学できない学校、女子しか入学できない学校が存在しています。

「高校三原則」という言葉は私の年代でははつきり記憶にあるところですが、戦後の学制改革で6・3・3制がしかれ、最初の理念が「高校三原則」(小学区制、総合制、男女共学制)でした。ほとんどの地域がそれに合わせて大きな変革を課せられ、男女別学が残されたわずかな県もありながら、2000年代に入ると宮城県や福島県などでは、共学化されてきたそうです。

最近では富岡高校と富岡東高校が統合され、沼田高校と沼田女子高校も統合が決まりました。今後少子化に伴う統合は進み、結果として共学化されていくと思えますが、若い人を巻き込んでのせつかくの議論の機会を失っているようで残念に思います。

自分の子どもが家庭を持ち、二人で働き、二人で子育てするのを現実に見るようになり、若い世代の意識も社会も、大きく変わってきているのを実感します。「男女共同参画」という言葉により、これまで当然と思ってきた、あるいは甘んじて受け入れてきた性別での役割分担を捨て去り、目指すべき社会を明確にしてもらったという感じがします。そして将来、もったいなく言葉が生れてくるかもしれないと思わされます。

問合せ▶困地域創造課市民協働係(☎内線1027)

おめでとうございます 令和3年度前期技能検定合格者発表

技能検定は働く人たちの技能の程度を一定の基準で検定し、特級・1級・単一等級・2級・3級に格付けして公証する国家検定制度です。今回の検定で見事合格したのは次の皆さんです。(敬称略)

職種名	作業名	等級	氏名	住所
機械加工	平面研削盤作業	3級	代田 大樹	松井田町国衙
機械加工	数値制御旋盤作業	2級	茂木 泰介	東上秋間
鉄工	構造物鉄工作業	2級	松本 拓未	大谷
鉄工	構造物鉄工作業	2級	金井 龍生	築瀬
鉄工	構造物鉄工作業	2級	松本 諒	松井田町五料
めっき	電気めっき作業	2級	小金澤 玲	松井田町八城
めっき	電気めっき作業	2級	鈴木 義弘	鷺宮
機械検査	機械検査作業	3級	清水 春樹	岩井
機械検査	機械検査作業	3級	植田 優	板鼻
機械検査	機械検査作業	3級	小島 彰太	古屋
機械検査	機械検査作業	3級	武井 陽向	安中
電子機器組立て	電子機器組立て作業	2級	山本 千夏	松井田町八城
建設機械整備	建設機械整備作業	2級	佐藤 聖希	原市
プラスチック成形	真空成形作業	1級	古賀 深太郎	板鼻
とび	とび作業	1級	荒井 誠	安中
防水施工	アクリルゴム系塗膜防水工事作業	1級	瀬間 宏樹	板鼻
内装仕上げ施工	ボード仕上げ工事作業	1級	神宮 克耶	安中
熱絶縁施工	保温保冷工事作業	1級	三浦 慎也	古屋

学びの森 だより

No.186

12月号に続き、ふるさと学習館で開催中の企画展から彫刻家・半田富久について紹介します。

ゆるぎの美学

昭和60年(1985)半田は、茨城県のつくば研究学園都市で開催された「国際科学技術博覧会(通称・つくば科学万博)」のモニュメントとして「ゆるぎ石」を制作しました。約50トンの巨石が指一本で揺れ動く設計で、大きな話題になりました。

「ゆるぎ石」の原点は半田が小学生の時に目にした妙義山の大地岩にあります。半田は長年に渡って巨石が動く体験を作品に盛り込みたいと考えており、そ



ゆるぎ石
写真提供 公益財団法人
つくば科学万博記念財団

令和3年度 文化財愛護ポスター



優秀賞

磯部小学校(5年)
武井 楓人さん

の念願が万博の企画として実現しました。「ゆるぎ石」は切り出した100トンの岩石を一边約3メートルの立方体に加工したもので、内部に三角錐を彫り込んだ迫力ある作品です。立方体は「人々が違いを乗り越えて手をつなぎ合う」という万博の理念を、三角錐は筑波山を表し、5キロ程度の力をかけるとシーソーの原理でゆらゆらと揺れ動く作りになっています。半田はこの作品で「現代の人がなくしているおらかさ、素朴さ、優雅さを訴えていきたい」と語っています。

「ゆるぎ石」は恒久的な作品として万博終了後もその場に残され、現在もつくばエキスポセンターの屋外展示物として人々に親しまれています。

鎮魂と芸術

昭和60年8月12日、上野村の御巢鷹山に日本航空123便が墜落し、520人の尊い命が失われました。半田は当時の上野村村長から依頼を受け、鎮魂のための慰霊塔と納骨堂を制作しました。



日本航空機遭難事故のための
慰霊塔および広場(慰霊の園)

半田はこの制作に「モニュメントという概念につけ加え、数段大きなマウスリウム(優麗壮大な墓)という構想」を持って取り組み、高さ約11メートル、奥行き約6メートルの巨大な三角錐を合掌させた壮麗な慰霊塔を完成させました。塔は山の斜面を切り崩して造った納骨堂を背にしており、合掌のすき間から納骨堂と約10キロ先にある事故現場を直線上に拝することができるようになっています。総重量は400トン、約300年の風雪に耐える設計だといいます。

白御影石を使った清らかな慰霊塔には「清そ感、純粹さ、品格を出し、永遠なるものを表現しよう」とつとめた。(中略) 惨事で悲しい死をとげた人の最後の住まいを、せめて満足のいくものにしてやりたい」と語った半田の願いが込められています。

1月26日(水)、27日(木)は展示入れ替えのため、ふるさと学習館は臨時休館です。



安中市学習の森ふるさと学習館第22回企画展

ゆるぎの美学 巨石彫刻家 半田富久
安中市出身の彫刻家半田富久の作品と生涯を紹介する企画展示です。展示期間：1月24日(月)まで

問合せ▶安中市学習の森 ふるさと学習館 午前9時～午後5時(入館・ミュージアムショップは午後4時30分まで)
安中市上間仁田951 Tel. 027-382-7622 mail: furusato@city.annaka.lg.jp
【1月の休館日】1/1(土)～1/4(火)、1/11(火)、1/12(水)、1/18(火)、1/25(火)、1/26(水)、1/27(木)



INFORMATION

インフォメーション

人口と世帯	日本人住民		外国人住民	
	男	女	男	女
安中地域	21,328	21,881	247	287
松井田地域	6,011	6,275	53	69
合計	27,339	28,156	300	356

合計 56,151人 世帯数 24,785 (令和3年11月末日現在)

皆さんの声を

お待ちしています

市役所^①、^②、各地区の公民館・生涯学習センターに、皆さんの声をお聞きするため、「市民の声」を投稿できるポストを配置しています。

皆さんが日々感じていることやご意見などをぜひお聞かせください。



65歳以上の要介護認定者が対象 障害者控除対象認定書を交付します

市では、「所得税法、地方税法上の障害者控除」を受ける人を対象に、申請に基づき障害者控除対象認定書の交付をします。発行は1月27日(木)からです。

対象者▼

- ・身体障害者手帳の交付を受けていない
- ・65歳以上(令和3年12月31日現在)で要介護1～5の認定を受けている

ことが条件で、なおかつ「障害者高齢者の日常生活自立度判定基準」および「認知症高齢者の日常生活自立度判定基準」に基づき審査します。

申請方法▼

あらかじめ、要介護認定者の同意を得たうえで、^③高齢者支援課、または^④住民福祉課の窓口で申請書に記入してください。市ホームページの各種手続き「各種申請書ダウンロード」介護保険関係12障害者控除対象者認定申請書からも印刷できます。



▲市ホームページ

問合せ▼

^⑤高齢者支援課介護認定係
(☎内線1183)

^⑥住民福祉課健康介護係
(☎内線2151)

国民年金からのお知らせ

公的年金等の源泉徴収票が送られます
老齢を支給事由とする年金(老齢年金)を受けている人には、1月中旬から下旬にかけて日本年金機構から『公的年金等の源泉徴収票』が送られます。この源泉徴収票には、昨年の1月から12月までの1年間に支払われた年金額、源泉徴収された税額、控除の内容が記載されています(介護保険料などが年金から特別徴収されている場合は源泉徴収税額は、支払われた年金額から介護保険料額などを控除した後の金額で計算されています)。年金のほかに収入があるなどの理由で確定申告をする人は、申告手続をする際にこの源泉徴収票が必要になります。

もし、1月31日(月)までに源泉徴収票が届かない場合や紛失してしまった場合には、年金証書と本人確認ができる書類(運転免許証など)を持参のうえ、住所地を管轄する年金事務所再発行の手続をしてください。基礎年金番号が確認できれば電話でも再発行は可能です。

問合せ▼

ねんきんダイヤル
(☎0570-051165)

※050で始まる電話からは
(☎03-6700-1165)

すみれヶ丘聖苑 火葬炉修繕に伴う 使用制限について

すみれヶ丘聖苑では、火葬炉設備修繕を2月2日、3日の2日間で行うため、3日(木)は、火葬炉3基のうち1基が使用できなくなります(2日(水)は友引のため休業)。
ご遺族、葬儀事業者の皆さんには、ご不便とご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問合せ▼

すみれヶ丘聖苑
(☎382-2554)

令和3年第4回(11月) 安中市議会定例会

11月30日から12月14日にかけて15日間の日程で令和3年第4回安中市議会定例会が開催され、議案を市長が提出しました。

○人権擁護委員の推薦につき意見を求

あんなか スマイルキッズ！

「広報あんなか」に子どもの写真とコメントを掲載してみませんか。詳しい内容は、市ホームページをご覧ください。



いつも元気なおてんば娘。これからもたくさん遊ぼうね！



ふせだ さな ちゃん
伏田 早那 ちゃん

- めることについて
- 安中市国民健康保険税条例の一部を改正する条例について
- 安中市放課後児童クラブ条例の一部を改正する条例について
- 安中市国民健康保険条例の一部を改正する条例について
- 安中市病院事業の設置等に関する条

例の一部を改正する条例について

- 令和3年度安中市一般会計補正予算(第8号)
- 令和3年度安中市国民健康保険特別会計補正予算(第1号)
- 令和3年度安中市介護保険特別会計補正予算(第2号)
- 令和3年度安中市一般会計補正予算(第9号)

市長選挙のお知らせ

4月22日の任期満了に伴う市長選挙について、次のとおり執行される予定となりましたのでお知らせします。

告示日▼4月10日(日)

投票日▼4月17日(日)

立候補予定者説明会

日時▼2月22日(火)午後2時～

場所▼**困**305会議室

問合せ▼

困選挙管理委員会

(☎内線1045)



脳の若返り教室

タブレットを使って、みんなでゲームや脳若トレーニングをしませんか。

スタッフが丁寧に補助しますので、安心してご参加ください。

※タブレットの使い方のみを教える講

座ではありません

※新型コロナウイルスなどの影響で、中止になる場合があります

※感染症予防のため、マスクの着用をお願いします

※当日は自宅での体温測定を行い、発熱などの症状がある場合は参加できません

日時▼

①2月2日(水)午前10時～11時30分

②2月7日(月)午前10時～11時30分

③2月14日(月)午前10時～11時30分

場所▼あんなかスマイルパーク

(安中市原市199011)

対象者▼

市内在住の65歳以上の人で、3日間参加できる人優先

参加費▼無料

持ち物▼飲み物、筆記用具

定員▼10人

(電話による申込みで先着順)

申込期間▼

1月14日(金)午前9時～

申込み・問合せ▼

困高齢者支援課地域包括支援センター

(☎内線1188・1189)



地域おこし協力隊 活動報告 Vol.36



▲公式SNS

地域おこし協力隊の原田篤志です。昨年10月から秋間梅林観光協会を拠点に活動しています。

秋間出身で、海外に長く滞在していました。アメリカや中国への留学、英語・中国語・インドネシア語などを駆使したエチオピアをはじめ多くの国への出張、インドネシアやマレーシアへの駐在などを通してさまざまなことを経験しました。海外で得た知見を最大限に生かし、

出身地・安中市を盛り上げられるように頑張りますので、よろしくお願いいたします。

協力隊の活動のひとつとして、秋間梅林の草刈り作業があります。容易に出来る梅畑もありますが、篠が多い梅畑は草刈りが厄介です。耕作放棄地や遊休農地を減らし、多くの梅が実るよう、しっかりと農地の管理をしていきます。



ネットショップ

出店セミナー
～ECC化による販路拡大～



「いつでも・どこでも」買い物ができるネットショップの市場は成長を続けており、販路拡大に有効な手段です。市では、コロナ禍での市内事業者の活性化を目的として、株式会社メルカリ・株式会社ソウゾウと連携し、ECC化(インターネットを介して商取引を行うこと)の有効性、「メルカリShops」活用などを紹介、開設のサポートを行う事業者向けセミナーを開催します。

日時▼2月1日(火)午後2時～4時
開催場所▼**☒**303会議室

参加方法▼
①現地(☒303会議室)で参加
②オンライン参加(接続先URLは申込み完了後に案内)

参加費▼無料

申込方法▼

下記の2次元コードから申込みできます(ぐんま電子申請システムを利用した申込画面へ移行)。



対象▼

市内の事業者(法人・個人事業主)

定員▼20人(先着順)

申込期間▼1月11日(火)～24日(月)

※定員に達した場合は、申込みができなくなります

内容▼

○ECC化の有効性の説明

○メルカリShopsの紹介

○ショップ開設方法の説明

※開設の希望者は、現地参加の場合に限りその場で手続きができます(開設は任意です)

※20歳未満の場合、メルカリShopsへの出店はできません

持ち物▼

(1)メルカリShopsで使用予定のスマートフォン(必須)

(2)振込先として使用する金融機関口座情報がわかるもの(任意)

(3)許認可証(任意)

※特定の商品の製造・販売を行う際、許可などの取得を義務付けられている場合があります

(4)法人・登記簿上の代表者の住所・資

あんなかスマイルパーク通信 Vol.4

スマイルパークでは、季節に合わせて毎月さまざまなイベントを実施しています。今後もスタッフがアイデアを出し合って、子どもから大人までが安全に楽しく、多世代交流、できるよう計画していきます。

また、会議や研修会などだけでなく、マルシェ(市場)やキッチンカーの出店など、外部団体主催の多種多様なイベント開催にも利用できます。ぜひ一度スタッフまでご相談ください。

◇イベントスケジュール(運営事務局主催)

- ・1月15日(土) 「新春のお茶会」
- ・2月13日(日) 「防災講演会」
- ・毎週金曜日 午前9時～ 「ラジオ体操」

※各イベントの詳細などについては、お問い合わせください

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止や内容変更となる場合があります



▲市ホームページ

問合せ▼

あんなかスマイルパーク
(☎380-2525)



本金情報、年商がわかるもの(任意)
(5)個人事業主…本人確認書類(任意)
※(2)～(5)は開設を希望する人に限り必要です

問合せ▼

☒秘書政策課政策推進室
(☎内線1015)



健康

健康通信

寒い日が続いています。この寒さや寒暖差は健康に大きな被害を与えやすくなっていますので、特に高齢者は注

意が必要です。たとえば、寒い脱衣室から急に湯船につかる際、温度差によって血圧が急上昇または急降下します。その結果、脳や心臓にダメージを与えて命に危険が及ぶことがあります。「脱衣室に暖房器具を置いて暖かくする」「湯張りの時は浴槽のふたを開けて湯気で浴室を暖める」など、温度差をなくす工夫が必要です。冬季はしっかりと寒さ対策をとりましょう。

問合せ▼

☒健康づくり課予防係
(☎内線1172)

フレイルを 予防しましょう Vol.22

脚力を強化するトレーニング

- ①姿勢を正し、背中を伸ばして座ります。
- ②ボールを両膝の間で挟みます(硬いクッションや二つ折りにした座布団でも代用可能)。
- ③姿勢を保ちながら、内ももに力を入れて5秒キープします。
- ④5回ほど繰り返す。



ポイント▼

膝とつま先を正面に向けて、左右均等に力を入れる事を意識してください。痛みがある場合は中止してください。

※正しい方法など、詳しい内容はお問い合わせください

問合せ▶ 困 地域包括支援センター
(☎内線1188)

- 市で実施する乳がん検診は2年に1回です。前年度に受診した人は今年度の検診は該当になりません
- 集団検診では、マンモグラフィ検査による事故を防ぐため「乳がん検診を受診できない人」がいます。「検診のしおり」に記載していますので、必ず確認してください
- 新型コロナウイルスワクチン接種後の副反応として、わきの下のリンパ節が腫れ、マンモグラフィの画像診断に影響することがあります。そのため、接種日と接種部位を確認しますので、接種した人は確認のうえ受診してください
- ②子宮頸がん集団検診(細胞診)**
対象者▼20歳以上の女性
自己負担金▼510円(70歳以上は無料)
必要なもの▼子宮頸がん検診受診シール
- 注意事項▼**
○ズボンで来場する人は、バスタオルをお持ちください
○当日に月経があっても、検診には差し支えありません
○前日は入浴してください

問合せ▶ 困 健康づくり課予防係
(☎内線1172)

乳がん・子宮頸がん検診が 始まっています (1月31日で終了)

12月から、乳がん・子宮頸がん検診の集団検診が始まりました。

対象者には、昨年5月末にオレンジ色の封筒で郵送した受診シールに、氏名などが印字されています。集団検診は下記の日程で検診を実施します。

市内の医療機関で個別検診を希望する場合は、受診シールを持って各医療機関で受診してください。

個別検診の有効期限も1月31日(月)までです。例年、有効期限間近は混雑しますので、早めの受診をおすすめします。

- ①乳がん集団検診**
(視触診とマンモグラフィ)
対象者▼

40歳以上の女性で、前年度市の乳がん検診を受けていない人(受診できる人は、シールに氏名などが印字してあります)

自己負担金▼

1,530円(70歳以上は無料)

必要なもの▼乳がん検診の受診シール

注意事項▼

○ネックレスやペンダントは、はずして来場してください

○前開きで、わきのゆつたりした上衣(カーディガンなど)をお持ちください
○市で実施する乳がん検診は2年に1

【集団検診】乳がん検診・子宮頸がん検診 日程表

日程	検診会場	時間
1月 5日(水)	困 安中市保健センター	・検温、番号札配布、事前受付 午後1時~2時
1月 7日(金)		・問診受付 午後1時~2時
1月11日(火)		・検診開始
1月12日(水)	困 松井田保健センター	乳がん検診 午後1時~
1月14日(金)	九十九地区生涯学習センター	子宮頸がん検診 午後1時30分~
1月21日(金)	困 安中市保健センター	*問診受付は番号札の順で行います。問診で呼んだ際にその場にはいない場合は、順番が変動することがありますのでご注意ください。
1月24日(月)	困 松井田保健センター	

行事カレンダー

1月1日▶2月15日

日	曜日	行事名	日	曜日	行事名	日	曜日	行事名
1	月		21	金		11	金・祝	●佐藤義一記念文庫公開 文化会館ギャラリー 9:00~16:30
1	土・祝		22	土				
2	日		23	日		12	土	●安中Jr.オーケストラ 定期演奏会 文化センターホール 開場13:30 開演14:00
3	月		24	月				
4	火		25	火	●第1回農業委員会総会 [困]201 会議室 13:30 ~			
5	水		26	水				
6	木		27	木				
7	金		28	金		13	日	●佐藤義一記念文庫公開 文化会館ギャラリー 9:00~16:30
8	土		29	土	●古典の日制定記念人形芝居公演 文化センターホール 開場12:15 開演13:00			
9	日	●成人式 文化センター 午前の部 9:40~(受付9:00~) 午後の部 13:40~(受付13:00~)	30	日				
10	月・祝		31	月		14	月	●佐藤義一記念文庫公開 文化会館ギャラリー 9:00~16:00 (座談会:13:30~15:30)
11	火					15	火	
12	水							
13	木		1	火				
14	金		2	水				
15	土	●安中総合学園 和太鼓部「飛翔」第4回 定期演奏会 文化センターホール 開場13:30 開演14:00	3	木				
16	日	●安中総合学園 和太鼓部「飛翔」第4回 定期演奏会 文化センターホール 開場13:30 開演14:00	4	金				
17	月		5	土				
18	火		6	日	●安中総合学園 ダンス部自主公演(3回公演) 文化センターホール ①10:00~ ②14:00~ ③18:00~			
19	水		7	月				
20	木		8	火				
			9	水				
			10	木	●佐藤義一記念文庫公開 文化会館ギャラリー 13:00~16:30			

※毎週月曜日は市民交通安全日、毎月1日は県民交通安全日です
 ※2月14日(月)から3月15日(火)は市県民税の申告期間です(土日・祝日を除く)

本市民課 休日窓口開設日

1月16日 2月6日
午前8時30分~正午

業務内容

- 住民票の写しの交付
- 戸籍謄本・抄本の発行
- 印鑑証明書の発行
- その他市民課取扱各種証明書の発行

2月の休日当番医

2月	内科	外科
6日(日)	アミヤ医院 ☎027-385-1511	松井田病院 ☎027-393-1301
11日(金・祝)	正田病院 ☎027-382-1123	正田病院 ☎027-382-1123
13日(日)	公立碓氷病院 ☎027-385-8221	公立碓氷病院 ☎027-385-8221
20日(日)	田口医院 ☎027-393-1731	正田病院 ☎027-382-1123
23日(水・祝)	須藤病院 ☎027-382-3131	須藤病院 ☎027-382-3131
27日(日)	公立碓氷病院 ☎027-385-8221	公立碓氷病院 ☎027-385-8221

※公立碓氷病院、須藤病院、正田病院、松井田病院以外の内科の当番医は、診療時間が午前9時から午後6時までです
 午後6時以降は、外科の当番医で受診してください

休館のご案内

あんなかスマイルパーク	1/1 ~ 4・11・12・18・25 2/1・8・15	碓氷川熱帯植物園	1/1 ~ 4・11・18・25 2/1・8・15
恵みの湯	1/1・4・18 2/1・15	スポーツセンター(※は温水プールのみ休業です)	1/1 ~ 3・11・17・24※・31※ 2/7・14
峠の湯	1/11・25 2/8	学習の森(※はふるさと学習館のみ休館です)	1/1 ~ 4・11・12・18・25・ 26※・27※ 2/1・8・15
鉄道文化むら	1/1・3・4・11・18・25 2/1・8・15	いきいき長寿センター	1/1 ~ 4・10・11・17・24・31 2/7・14・15
文化センター(※は図書館のみ休館です)	1/1 ~ 4・11・12・18・25・31※ 2/1・8・15		
文化会館	1/1 ~ 4・11・17・24・31 2/7・14		

※新型コロナウイルスの影響で、臨時休館の場合があります。詳しくは各施設へお問合せください



相談案内 1月1日▶2月15日

相談内容	場所・日時	予約・問合せ
行政相談	☎ 1/6・20 2/3 9時～11時30分 ☎ 1/17 2/7 13時30分～16時	☎ 市民相談室(☎内線 1207)
無料法律相談	☎ 1/7・21 2/4 13時～16時	要電話予約 ☎ 市民相談室(☎内線 1207)
人権相談	☎ 1/20 13時30分～15時30分 ☎ 1/21 13時30分～15時30分	☎ 市民相談室(☎内線 1207)
家庭児童相談 (電話相談・面接相談)	月～金曜日(祝日を除く) 9時～16時	要電話予約 ☎ 子ども課(☎382-8005)
健康相談 (生活習慣病・育児・栄養相談など)	☎ 月～金曜日(祝日を除く)	要電話予約 ☎ 健康づくり課(☎内線 1174)
妊婦健康相談 (母子手帳交付)	☎ 月～金曜日(祝日を除く) 8時30分～16時30分	要電話予約 ☎ 健康づくり課(☎内線 1174)
消費生活相談	消費生活センター(☎ 敷地内) 月～金曜日(祝日を除く) 9時～16時30分	消費生活センター(☎382-2228)
障害者相談 (知的・身体障害者相談)	☎・☎ 月～金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時15分	☎ 福祉課(☎内線 1155)
精神障害者相談	月～土曜日(祝日を除く)10時～18時	ヌアリーベ(☎380-5385)
青少年相談 (電話相談・面接相談)	☎ 青少年センター 月・火・水・金曜日 (祝日を除く) 9時～14時	要電話予約 ☎ 青少年センター(☎393-4777) メール相談(seishonen@city.annaka.lg.jp)
介護相談・認知症相談 (電話相談・面接相談)	月～金曜日(祝日を除く) 8時30分～16時	要電話予約 ☎ 高齢者支援課(☎内線 1189) ☎ (☎内線 2156)
成年後見制度に関する相談	☎・☎ 月～金曜日(祝日を除く) 8時30分～17時15分	要電話予約 ☎ 高齢者支援課(☎内線 1188) ☎ 福祉課(☎内線1155)
成年後見制度専門職相談	地域福祉支援センター 1/7 2/4 13時30分～15時30分	要電話予約 権利擁護センター(☎382-8397)
配偶者・恋人などからの暴力 (DV・デートDV)に関する相談	月・火・木・金曜日(祝日を除く) 9時～16時	安中市 DV 電話相談(☎329-6646)
生活困窮に関する相談 (生活支援相談窓口)	月～金曜日(祝日を除く) 9時～16時30分	要電話予約 ☎ 福祉課(☎内線 1191)
ひきこもりに関する相談	月～金曜日(祝日を除く) 9時～16時	要電話予約 ☎ 福祉課(☎内線 1191)
若者就職活動個別相談 (安中出張サポートステーション)	☎ 1/4 2/1 10時～12時	要電話予約 ぐんま若者サポートステーション (☎027-233-2330)
心配ごと相談	地域福祉支援センター 1/13 2/10 9時～11時30分	地域福祉支援センター(☎382-8397)
交通事故相談	安中交通安全協会 月～金曜日(祝日を除く) 9時～16時	要電話予約 安中交通安全協会(☎382-0211) (会員対象)

※新型コロナウイルス感染症の影響により、相談日時が変更および中止になる場合があります

給水管修理当番業者 (1月1日～2月15日)

上水道の給水管の修理は、業者で行っていますので漏水などの修理は、その日の当番業者にお申し込みください。修理代は実費です。【安中市管工事協同組合 ☎385-4401】

1月		12・2・7		2月	
1日	14・26・4	17日	15・8・4	1日	9・24・7
2日	10・11・17	18日	13・1・17	2日	16・19・4
3日	20・21・18	19日	14・26・18	3日	12・2・17
4日	23・25・22	20日	10・11・22	4日	15・8・18
5日	9・24・5	21日	20・21・5	5日	13・1・22
6日	16・19・3	22日	23・25・3	6日	14・26・5
7日	12・2・6	23日	9・24・6	7日	10・11・3
8日	15・8・7	24日	16・19・7	8日	20・21・6
9日	13・1・4	25日	12・2・4	9日	23・25・7
10日	14・26・17	26日	15・8・17	10日	9・24・4
11日	10・11・18	27日	13・1・18	11日	16・19・17
12日	20・21・22	28日	14・26・22	12日	12・2・18
13日	23・25・5	29日	10・11・5	13日	15・8・22
14日	9・24・3	30日	20・21・3	14日	13・1・5
15日	16・19・6	31日	23・25・6	15日	14・26・3

業者名	TEL	業者名	TEL
1 (株)群馬水工	382-9433	14 (株)半田組	385-8374
2 (有)入沢電気商会	382-1609	15 (有)福美商事	381-0293
3 (有)内堀設備工事	393-0157	16 (有)松本住設	385-6278
4 (有)黒須設備工業	381-1148	17 (株)茂木設備	381-6616
5 群栄工業(株)	393-1012	18 (有)山田タイル工業	381-0075
6 児玉工業(有)	393-3118	19 (株)ヤマハチ・クボニワ	381-0435
7 (有)佐藤商店	395-2323	20 (株)ユタカ	385-7647
8 佐藤燃料(株)	381-1111	21 オオカワラ住器	382-1987
9 (有)渋谷設備	381-1262	22 (株)反町備工	384-2058
10 (有)ジーワイ燃設	382-2891	23 第一設備工業(有)	385-8769
11 (有)須藤工業	388-1178	24 (株)フェニックス	382-5262
12 (有)武美工業	382-5061	25 (株)白坂工業	382-4710
13 (有)田中工作所	385-4126	26 サトウ住設	382-5612

公営放課後児童クラブ 令和4年度利用申込みについて

放課後児童クラブは、保護者が仕事や病気などで昼間家庭にいない児童に対して、授業終了後などに家庭にかわる適切な遊びおよび生活の場を提供し、児童の健全育成を図ることを目的としています。

利用を希望する人は、申請書など必要書類を申請期間中に提出してください。なお、定員を超える申請があった場合は、低学年を優先し、審査のうえ決定します。

申請期間▼

①通年利用：1月4日(火)～2月15日(火)

②春休みのみ利用：2～3月(予定)

③夏休みのみ利用：5～6月(予定)

申請書配布場所▼

各児童クラブ、☑住民福祉課福祉子ども係

提出場所▼

☑住民福祉課福祉子ども係



公営放課後児童クラブ名	所在地	電話番号	定員
松井田児童クラブ	松井田小学校敷地内	☎393-2671	40人
白井・坂本児童クラブ	白井農業研修センター2階	☎395-2363	募集しません
西横野第一児童クラブ	西横野小学校敷地内	☎393-5210	30人
西横野第二児童クラブ			30人
西横野第三児童クラブ			30人
九十九学童クラブ	JA九十九ふれあいセンター	☎393-5871	30人
細野児童クラブ	細野小学校敷地内	☎393-1145	30人

※安中地域の放課後児童クラブの詳細については、各クラブへお問い合わせください

問合せ▶☑住民福祉課福祉子ども係(☎393-7070・直通)

広告

広告

広告

※広告内容については、広告主に直接お問い合わせください