

# おしらせ版

令和元年7月15日号  
No. 267

# あんなか

発行 安中市役所  
編集 総務部秘書課  
☎ 027-382-1111  
市役所ホームページ  
<http://www.city.annaka.lg.jp>

表記を省略して表示しています。 **本**=本庁舎 **松**=松井田庁舎 **谷**=谷津庁舎 **ク**=碓氷川クリーンセンター **ス**=スポーツセンター

## あんなかプレミアム付商品券購入引換券申請書を送付します

市では消費税増税に伴う消費を喚起するため、要件を満たす人（購入対象者）を対象として、プレミアム付商品券を発行します。

購入については申請が必要になります。7月下旬に購入対象となる可能性のある世帯に申請書を送付しますので、購入を希望される人は申請をしてください。

購入決定した人には9月下旬に購入引換券を送付します。

【使用期間】10月1日から令和2年3月31日まで

【発行価格】1冊5,000円分（額面500円×10枚つづり）を4,000円で販売  
（購入対象者1人につき5冊まで購入できます）

【購入対象者】（1）平成31年度住民税非課税者（課税基準日：平成31年1月1日）

※住民税課税者と生計同一の配偶者や扶養親族、生活保護被保護者などは除きます。

（2）平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれた子どもが属する世帯主

※（2）の子育て世帯については申請不要です。9月下旬に購入引換券を送付します。

【問合せ】 **本** 福祉課社会福祉係（☎内線1152）

## 安中市空き家バンク登録のご案内 ～使用していない空き家はありますか～

空き家バンクとは、空き家を持つ所有者に物件情報を登録していただき、「買いたい」、「借りたい」と希望する人に情報を提供する制度です。

登録をしていただくと、市ホームページ「あんなか日和」「全国版空き家バンク」に物件情報を掲載します。

（HP：<http://www.city.annaka.lg.jp/annakabiyori/bank/>）

まずは **松** 地域創造課へご相談ください。

【問合せ】 **松** 地域創造課地域政策係（☎内線2632）



## 8月の市民課休日窓口

【日時】8月4日・18日（日）（第1・3日曜日）  
午前8時30分～正午

【場所】 **本** 市民課

【業務内容】○住民票の写しの発行  
○戸籍謄本・抄本の発行  
○印鑑証明書の発行  
○その他市民課取り扱いの各種証明書の発行

※毎週水曜日は、午後7時まで窓口延長しています。

今月の納税と保険料

- ☆固定資産税・都市計画税 ……2期
- ☆国民健康保険税 ……1期
- ☆介護保険料 ……1期
- ☆後期高齢者医療保険料 ……1期
- ☆国民年金保険料 ……6月分

○7月31日（水）までに納めてください。



## おしらせ

**ごみステーションはルールを守って利用しましょう**

ごみステーションの利用にルール違反が目立ち、苦情が増えています。地域の皆さんの迷惑とならないように、ごみの出し方について再確認をお願いいたします。

○ごみは収集日当日の朝8時までにお願いします。(前日には出さないでください)

○収集車が回収した後に出されたごみは回収されません。

○決められた品目のごみを出しましょう。

決められた日以外に出されたごみ、きちんと分別されていないごみ、粗大ごみなどは回収されません。

○お住まいの地域の決められたごみステーションに出しましょう。

ごみステーションは、利用している地域の皆さんで管理しています。地域の人は利用できません。

【問合せ】ク 環境政策課廃棄物対策係 (☎内線1881)

## 10月から燃えるごみ指定袋の料金が改定されます

市では、一般廃棄物(家庭ごみ)を集積所(ごみステーション)に出す際に使用する燃えるごみ用の収集袋(大・小)を指定しております。現在の燃えるごみ指定袋の販売価格は平成19年に決定しており、その後、消費税の増税や物価の上昇などにより、6月現在、一部を市が負担しております。

受益者負担の適正化およびさらなるごみの減量化を目的として10月1日から、ごみ処理手数料である燃えるごみ指定袋の料金を改定します。

今後引き続きごみ減量や資源のリサイクル推進などにご協力をお願いします。左記のとおり料金改定になります。

- ・大袋(容量45ℓ相当 20枚入り)
- ・小袋(容量20ℓ相当 40枚入り)

現行…210円(消費税込)  
←  
改定後…220円(消費税込)

【問合せ】ク 環境政策課環境推進係 (☎内線1882)

## 市内事業者の皆様へ ふるさと納税の 事業者説明会を開催します

市では、ふるさと納税のお礼品を随時募集しています。お礼品は市内で生産されたものや市内でしか体験できないものなど様々です。

当日は、「ふるさと納税の概要」から「安中市ふるさと納税への出品方法」について幅広くご案内します。ふるさと納税に興味がある、お店のPRをして販売や販路を増やしたい、などお考えの事業者の人は申込みのうえ、お気軽にご参加ください。

【日時】8月8日(木)午後2時～3時30分

【会場】本305会議室

【対象】市内事業者の代表者および関係者の人

【参加費】無料

【定員】100人 ※定員に達した時点で受け付けを終了します。

【申込み・問合せ】本企画課企画調整係 ふるさと納税担当 (☎内線1635)



## 8月の行政相談

日	時	場所
1日(木)	午前9時～11時30分	本 第2会議室
5日(月)	午後1時30分～4時	松 第5相談室
15日(木)	午前9時～11時30分	本 第2相談室

※予約の必要はありません。  
直接会場へお越しください。

【予約・問合せ】本 市民生活課相談支援人権係 (☎内線1207)

## 8月の無料法律相談

日	時	場所
2日(金)	午後1時～4時	本 第1相談室
16日(金)	午後1時～4時	本 第1相談室

※要予約(予約状況によっては翌月以降になることがあります。)  
※相談回数は、相談者1人につき、当該年度2回まで(同じ相談内容についての複数回の利用はできません。)

## 「警戒レベル」を用いた避難情報の発令について

国は、平成30年7月に西日本を中心に発生した豪雨を踏まえ、「避難勧告等に関するガイドライン」を改定しました。新たなガイドラインは、市が発令する避難情報や気象庁などが発表する防災気象情報を災害発生の危険度に応じて5段階のレベルで表し、それぞれの段階に応じてとっていただく行動を示しています。

市は、みなさんが適時的確に避難できるよう、避難情報を発令する際には5段階の警戒レベルを用いてお知らせします。



### 警戒レベルごとの「とるべき行動」と「避難情報」

レベル	とるべき避難行動等	避難情報等
警戒レベル5	<b>【命を守る最善の行動】</b> ・すでに災害が発生しています。 ・命を守る最善の行動をとってください。	災害発生情報※ ※災害が実際に発生していることを把握した場合に可能な範囲で発令(市が発令)
警戒レベル4	<b>【対象区域の全員が避難】</b> ・速やかに避難先へ避難してください。 ・避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難してください。	避難勧告 避難指示(緊急)※ ※地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促す場合などに発令(市が発令)
警戒レベル3	<b>【高齢者などは避難】</b> ・避難に時間を要する人(ご高齢の人、障害のある人、乳幼児など)とその支援者は避難を開始してください。 ・その他の人は避難の準備をし、自発的に避難してください。	避難準備・高齢者等避難開始 (市が発令)
警戒レベル2	<b>【避難行動の確認】</b> ・ハザードマップなどにより災害リスクや避難場所、避難経路、避難のタイミング等を再度確認し、避難に備えてください。	洪水注意報 大雨注意報等 (気象庁が発表)
警戒レベル1	<b>【災害への心構えを高める】</b> ・気象情報などの最新の情報に注意するなど、災害への心構えを高めてください。	早期注意情報 (気象庁が発表)

なお、避難情報や避難所の開設情報は「防災行政無線」、「安中市メール配信サービス」、「安中市ホームページ」、「テレビのdボタン(NHK データ放送)」などにてご確認ください。

#### 【防災行政無線テレホンサービス】

防災行政無線の放送を聞き逃した場合や、放送内容が聞き取りづかった場合などに、放送内容を電話で確認できるサービスです。 **0800-800-3664** (通話料無料)

#### 【安中市メール配信サービス】

防災情報や気象情報、火災情報などを、お持ちのパソコンや携帯電話へメールにてお知らせするサービスです。登録方法は以下のとおりです。

#### 《登録方法》

- ①右記QRコードを読み取るか、[annaka@entry.mail-dpt.jp](mailto:annaka@entry.mail-dpt.jp)へ空メールを送信します。
- ②仮登録メールに記載されているURLから登録手続きを行います。
- ③手続き完了後に登録完了メールが届けば登録完了です。

※仮登録メールが届かない場合は、迷惑メール設定をご確認のうえ、

次のアドレスを受信できるよう設定をお願いします。 [annaka@city.annaka.gunma.jp](mailto:annaka@city.annaka.gunma.jp)

【問合せ】  本 危機管理課危機管理係(☎内線1135)

QRコード



### 母子・父子家庭福祉医療費受給資格者証の更新について

母子・父子家庭の福祉医療費受給資格者証(以下、受給者証)は、7月31日が有効期限です。新しい受給者証の交付には、更新手続が必要です。

【日時】7月25日(木)～31日(水)午前8時30分～午後5時15分(土日を除く)  
※31日(水)のみ午後7時30分まで

【場所】旧安中市内にお住まいの人

【本】国保年金課

旧松井田町内にお住まいの人

【松】住民福祉課

### 【持参するもの】

- ①対象者全員分の被保険者証(保険証)
- ②はんこ(朱肉を使用するもの)
- ③現在使用中の受給者証(ピンク色のカード)
- ④案内通知
- ⑤福祉医療費受給資格者証交付申請書兼台帳
- ⑥現況確認・扶養確認届
- ⑦平成31年度の所得課税証明書(控除額などが記載されているもの)
- ※④、⑤、⑥は7月中旬以降に対象者あてに送付します。
- ※⑤、⑥はあらかじめ記入してきてください。
- ※⑦は平成31年1月2日以降に本市へ

転入した人のみ必要です。平成31年1月1日に住民票を置いていた市区町村へ申請してください。なお、必要な人は案内通知に、⑦が必要であることのお知らせが添付してあります。

※平成30年中の所得や申告状況、受給資格の確認をしてから受給者証を交付します。あらかじめご承知おきください。

【問合せ】【本】国保年金課医療年金係

(☎内線1112)

【松】住民福祉課税務保険係

(☎内線2160)

### 放置自転車の保管について

市では、5月31日に駅前駐輪場の適正管理のため、JR安中駅と磯部駅の放置自転車を整理しました。この放置自転車は、8月末日まで市で保管しておりますので、心当たりのある人は都市整備課までお問い合わせください。

【問合せ】【本】都市整備課事業係(☎内線1214)

### 安中市景観計画を策定するためのアンケートを実施します

市では、地域の特性を活かした景観まちづくりを具体的に実現していくため、景観計画の策定を進めています。景観計画の基礎資料とするため、市民アンケート調査を実施しま

す。調査票が送付された皆さんには、ご協力いただきますようお願いいたします。回答内容については、目的以外に使用することはありません。なお、調査の結果は、広報などでお知らせします。

また、郵送でのアンケートのほかに、どなたでもお答えできるインターネットでのアンケートも実施します。こちらについては、7月下旬頃ホームページにてお知らせします。

○対象者：18歳以上の市民2000人  
○実施期間：7月下旬～8月5日

○調査方法：無作為抽出調査

○調査票の配布方法：郵送

○調査票の回収方法：返信用封筒(切手不要)にてポストに投函

○主な調査事項

- ・安中市の景観についての満足度
- ・景観を損ねていると感じる場所
- ・景観づくりに向けて重視すべき点

【問合せ】【本】都市整備課計画開発係(☎内線1212)

### 安中市農業委員会からのお知らせ

【農地パトロール(利用状況調査)】  
遊休農地の発生防止と解消、違反転用の防止と早期発見のため、農地法第30条に基づき、市内全域の農地を対象とした「利用状況調査」を実施します。

調査は目視で行いますが、状況により皆さんの農地に立ち入る場合もありますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、調査により確認された遊休農地の所有者には、農地法第32条に基づき、今後の農地の利用についての意向を確認する「利用意向調査」を行います。実施する期間は次のとおりです。

○利用状況調査：7月～8月の間

○利用意向調査：10月～11月の間

【農地を所有されている人へ】

遊休農地は、害虫の温床・イノシシなどの有害鳥獣の住処や、ゴミの不法投棄などにより、近隣の農地や住民に大変な迷惑をかけることになり、ますので、除草・病害虫駆除など、農地の適正管理をお願いします。

【問合せ】【本】農業委員会事務局(☎内線1452)

### 松井田図書館臨時学習コーナーを開設します

夏休みの期間中は、図書館内が非常に混み合いますので、南研修室を学習コーナーとして開放します。ぜひご利用ください。

【開設期間】7月20日(土)～8月25日(日)

※7月22日(月)・29日(月)・31日(水)、  
8月5日(月)・13日(火)・19日(月)  
は休館日です。

【開設期間】 午前9時～午後5時

【開設場所】 松井田文化会館 南研修室  
学習コーナーで図書館の資料を利用する  
場合は、貸出し手続きが必要となり  
ます。なお、都合により会場が変更と  
なる場合もありますので、あらかじめ  
ご了承ください。

【問合せ】 安中市松井田図書館  
(☎393-4402)

### 西毛総合運動公園 プール開設のお知らせ

西毛総合運動公園では、次の期間で  
プールを開設します。ぜひご利用くだ  
さい。

【期間】 7月13日(土)～8月18日(日)

【時間】 午前9時～午後5時

(遊泳時間は午後4時40分まで)

【料金】 安中市・高崎市在住者

大人310円 子ども150円

幼児100円

※定休日はありませんが、天候不良、大  
会の開催などにより休場とさせてい  
ただく場合があります。あらかじめ  
ご了承ください。

【問合せ】 西毛総合運動公園管理事務所  
(☎381-2759)

### 安中総合学園高校 図書館一般開放のご案内

安中総合学園高校では、地域に根ざ  
した教育活動を推進し、活性化を図る  
ために、夏休み期間中に図書館を開放  
します。来館の際は、必ず事務室での受  
け付け手続きをお願いします。

【開放期間】 7月22日(月)～26日(金)

【開放時間】 午前10時～午後3時

【貸出期間】 2週間(1人1回5冊まで)

※返却図書は事務室窓口に預けるか再  
来館時に図書館に返却してください。

【利用できる人】 市民、保護者、卒業  
生

※健康保険証、運転免許証、学生証  
など身分を確認できるものをお持ちく  
ださい。

※館内閲覧などについては、在校生と  
同じ規則を適用します。

【問合せ】 安中総合学園高校

(☎381-0227)



### 図書館 夏休みお楽しみ企画

図書館では、夏休みお楽しみ企画と  
して中学生以下の利用者を対象にスタ

ンプカードを発行します。図書館で本  
を借りると1日1個スタンプが押さ  
れ、カードにスタンプが5個たまると  
プレゼントがもらえます。

ぜひ、ご参加ください。

【対象者】 図書館で本を借りた中学3  
年生までの利用者

【実施期間】 7月20日(土)～8月25  
日(日)

【内容】 スタンプカードにスタンプが  
5個たまったら景品を1つプレゼント

※カードは安中市図書館と松井田図書  
館の両館で使える共通カードです。

※カードを紛失された場合、カードは  
再発行されますが、それまでのスタン  
プは無効となりますのでお気をつけく  
ださい。

※景品は1人2個までとなります。

【問合せ】

安中市図書館 (☎381-0529)

松井田図書館 (☎393-4402)

### 安中市ファミリー・

サポート・センター事業

『夏休み宿題プロジェクト』

参加者募集

夏休みの宿題(寺子屋)や、絵画や  
ポスター(絵画教室)を、先生に教わ  
りながら皆で楽しく終わらせましょ  
う。絵画教室は事前に描きたい絵の  
テーマ・お題などを決めてきてくださ

い。申込みが必要です。

○お昼付寺子屋

【日時】 7月23日・30日・8月20日(火)

午前10時～午後2時

【場所】 Annakaひだまりマルシェ(安

中市松井田町松井田564)

【対象】 小学生(お昼代として1人

200円)

【定員】 10人

【持ち物】 宿題・筆記用具・飲み物・

タオルなど

○絵画教室

【日時】 8月7日(水) 午前10時～

午後3時

【場所】 学習の森つどいの間(安中

市上間仁田951)

【対象】 小学生(無料)

【定員】 10人

【持ち物】 汚れても良い服装・画用紙・

画材・絵を描くための資料など・お

弁当・飲み物・タオル

【申込み・問合せ】 安中市ファミ

リー・サポート・センター(NPO

法人 Annakaひだまりマルシェ内 ☎

384-3131)

午前9時から午後5時(土曜は午後

3時まで) 水・日・祝日は休み

メール : annaka-hidamari@kem.  
biglobe.ne.jp



### 募集

#### シルバー人材センター会員 募集入会説明会のお知らせ

対象者は、市内在住でおおむね60歳以上の健康で働く意欲のある人です。入会ご希望の人は、お気軽にお出かけください。

○安中地区

【日時】7月16日(火)・8月20日(火)・9月24日(火)・10月15日(火)  
午後1時30分～3時

【場所】安中市地域福祉支援センター3階会議室(安中市安中319-27)

○松井田地区

【日時】7月23日(火)・9月24日(火)  
午前10時～11時30分

【場所】松 基幹集落センター2階営農指導室(安中市松井田町新堀245)  
※安中地区または松井田地区のどちらでも受けられます。ご都合に合わせてお出かけください。

【問合せ】安中市シルバー人材センター本所(☎3380・5112)  
松井田支所(☎3393・1220)

#### 群馬県計量啓発標語の募集について

群馬県計量検定所では、広く県民の皆さんに正確な計量への意識を高めていただくため、計量啓発標語を募集しています。

【テーマ】・正しい計量の大切さを呼びかける作品

・適正な計量器が使用・流通されることを促す作品

【募集規定】・自作で未発表の作品

・1人2作品まで応募可

・著作権は群馬県計量検定所に帰属します。

【応募資格】県内に在住する人

【応募期限】8月30日(金) 必着

【応募方法】応募作品、住所、氏名、職業(学年)、電話番号をご記入のうえ、郵送またはFAXでお申込みください。

※県計量検定所ホームページで応募用紙が入手できます。(http://www.pref.gunma.jp/07/z5000001.html)

【入賞・賞品】入選2点(図書カード)

【発表】9月(予定)

※入選作品は計量標語ポスターに使用するほか、普及啓発資料などに活用されます。

【応募・問合せ】群馬県計量検定所(☎027・263・2436 FAX

027・263・3142  
〒379・2152 前橋市下大島町81-13)

#### 群馬県警察官募集

県警察では、現在警察官を募集しています。試験案内は安中警察署、各交番・駐在所などで配布しています。受付期間は、7月29日(月)から8月20日(火)です。県警察ホームページで試験日程などを確認できます。

【問合せ】安中警察署

(☎381・0110)

#### 下水道排水設備工事責任 技術者資格認定共通試験

【日時】10月13日(日) 午前9時～正午

【会場】高崎経済大学 高崎市上並榎町1300番地

【受験料】8,500円

【受験申込書配布期間】8月1日(木)～8月30日(金)

【受験申込書配布場所】谷 下水道課維持係

【受験申込方法】申込書一式を「東京都下水道サービス株式会社」へ郵送(指定の封筒)してください。

【受験申込期限】8月31日(土)(当日消印有効)

【問合せ】谷 下水道課維持係

(☎内線3132)

#### 「人生の最終段階における医療・ケアを考える講演会」 (高崎会場) 開催のお知らせ

誰でもいつでも命に関わる病気やけがをする可能性があります。しかし、命の危険が迫った時には多くの人が治療やケアの方針を自分で決めることや、人に伝えることができなくなると言われています。この講演会をきっかけに人生の最終段階における医療やケアについて考えてみませんか。

【日時】9月7日(土) 午後1時30分～午後4時(午後1時開場)

【会場】高崎市総合福祉センターたまごホール(高崎市末広町115-1)

【対象】一般県民(先着280人)

【申込み】講演会案内・申込書をご確認のうえお申し込みください。講演会案内は群馬県のホームページからダウンロードしていただくか、総合案内、松 受付、谷 地域包括支援センター窓口に用意してあります。

【問合せ】群馬県地域包括ケア推進室(☎027・897・2653)





「タブレットを使った  
脳の若返り教室」

タブレットを使った脳若トレニングの教室を開催します。参加者みんな、楽しくわかりやすい脳若トレニングを受けませんか。「タブレットをあまり使ったことがないから」と心配な人も、スタッフが丁寧に補助します。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。

※全日程参加できる方対象

【日時】 8月2日(金)・9日(金)・23日(金)・28日(水)・9月4日(水) 午前10時～11時30分

【場所】松 基幹集落センター1階研修室 【参加費】 無料

【定員】 20人(先着順) 【申込期間】 7月18日(木) 午前9時

【申込み・問合せ】 松 介護高齢課 地域包括支援センター(☎内線 2156・2157)

「大切な財産を守ろう  
～成年後見制度～」  
講座開催のご案内

成年後見制度を知っていますか？

高齢化が進んでいくなか、認知症になる人は4人に1人と言われています。認知症により判断能力が不十分になったとき、生活上の不自由さを解消するため、「成年後見人」などの支援者が法律行為を支援する国の制度があります。自分のことだけではなく、例えば「認知症の両親が必要のない布団やリフォーム契約をしてしまい困る」、「何度も通帳や印鑑を紛失してしまい、本人では通帳の再発行ができない」などの経済的な不利益を受けることなく、権利を守り生活を支援する制度について一緒に学んでみませんか。

【日時】 8月20日(火) 午前10時～11時30分

【場所】 老人福祉センター(いきいき長寿センター) 大広間

【内容】 社会福祉士による講話 【参加費】 無料

【定員】 20人(先着順) 【申込期間】 7月24日(水) 午前9時

【申込み・問合せ】 松 介護高齢課 地域包括支援センター(☎内線 2156・2157)

おもしろ科学教室を  
開催します

安中市文化センターでは「真空ポンプを作って遊ぼう」を開催します。実際に工作しながら、楽しく科学を学ぶことができます。ぜひご参加ください。

【日時】 8月17日(土) 午前9時30分～正午

【会場】 安中市文化センター大会議室(3階)

【対象者】 小学生～中学生(小学3年生以下は保護者同伴)

【定員】 先着20人(定員に達し次第締切) 【参加費】 500円

【持ち物】 筆記用具・おもしろ科学教室会員証(参加したことがある人)

【申込み方法】 7月19日(金) 午前9時～ 左記窓口または電話にて受付

【問合せ】 安中市文化センター (☎381・0586)

藍染体験教室のご案内

夏休み期間中に小中学生でも体験できる藍染体験教室を開催します。模様の入った藍色の『エコバッグ』や『ハンカチ』を作ってみませんか。また、Tシャツ(綿100%の白色)を染めることもできます。申込みか講師手配(大人用のみ)か、事前にお知らせください。一般の人も体験できますので、ぜひご

参加ください。

【日時】 8月24日(土) 午前10時～午後3時30分頃(開始10分前に集合)

【会場】 くるぎの郷内多目的体験実習室(安中市松井田町坂本1258)

【定員】 15人(※定員になり次第締切) ※小学校3年生以下の児童は、保護者同伴での参加をお願いします。

【講師】 佐藤き恵先生

【参加費】 1,200円程度(染料・素材代込み)

○お申し込みの際、染めたい素材をお伝えください。

○素材持参の場合は染料代がかかります。

○Tシャツ依頼の場合、染料代込み2,500～3,000円程度(半袖M～LL)です。

【持ち物・服装】

○エプロン、ゴム手袋、昼食

○染液が付着しても支障のない服装でお願いします。

※昼食は各自用意してください。

【申込み期間】 7月16日(火)～8月16日(金)

※土・日曜日、祝日を除く午前8時30分から午後5時15分の間に電話でお申し込みください。

【問い合わせ】 松 農林課農政係 (☎内線2612)

絵手紙教室開催のお知らせ

水彩絵の具で、きらきら夏の夏を閉じ込めて絵手紙にしてみませんか。画材は、貸出しがあります。

【開催日】8月24日(土)

【時間】午前10時～正午

【場所】くつろぎの郷多目的実習室(安中市松井田町坂本1258)

【講師】小賀坂 みさき 先生

【参加費】無料

【定員】10人(小学4年生以下は、保護者同伴)

【受付開始日】7月22日(月)

【受付場所】くつろぎの郷

(☎380・4180)

【主催】一般財団法人碓氷峠交流記念財団



水中エクササイズで健康に!

○講義

【日時】8月27日(火)

午前9時15分～11時30分

【場所】安中市保健センター

【内容】健康チェック(血圧・体脂肪・腹

囲)・講義

【持ち物】筆記用具・参加費

○実技

【日時】9月3日(火)、6日(金)、13日(金)、20日(金)、27日(金)、10月4日(金) 午前9時30分～11時30分

【場所】☑温水プール

【内容】健康チェック、水中ウォーキング・水中エクササイズ

【持ち物】水着、水泳帽、バスタオル、飲み物

※昨年度参加した人も8月27日の講義を必ず受講してください。

【定員】25人(先着順)

【参加費】500円

【申込み・問合せ】☑健康づくり課保健指導係(☎内線1174)

※8月7日(水)午前8時30分から受け付けを開始します。

一般介護予防教室

デューク更家式

転倒予防ウォーキング教室

目指せ見た目年齢マイナス10歳

デューク更家公認ウォーキングスタイル

リストによる転倒予防教室を開催します。

自分の歩き方や姿勢を見直してみませんか。

ちよつとした意識や歩き方の工夫で、つまずいたり転んだりすることを予防していきましょう。

そして美脚と健康な脚を手に入れましょう。ぜひご参加ください。

【日時】8月30日(金)・9月10日(火) 午前10時～11時30分

【場所】安中市保健センター

【内容】ウォーキング講座

【参加条件】市内在住の概ね65歳以上の人で、2日間参加できる人

【参加費】無料

【持ち物】飲み物、タオル、筆記用具

【定員】20人(先着順)

【申込期間】7月23日(火) 午前9時から

【申込み・問合せ】☑介護高齢課地域包括支援センター(☎内線2156・2157)

シルバー世代の健活セミナー

これからはメタボよりフレイル予防

市の高齢化率(人口に対する65歳以上の割合)も34.5%を超え、年々増加傾向です。

「健康」と「要介護」の中間の状態「フレイル」を予防改善することは、健康寿命の延伸につながります。

「知っておきたいフレイル対策」ぜひ、ご参加ください。

【日時】9月6日(金) 午前9時30分～午後2時

【会場】安中市保健センター

【対象】市内在住の人

【定員】25人(先着順)

【内容】健康講話・調理実習・軽体操

【参加費】無料

【持ち物】エプロン・三角巾・動きやすい服装

【申込み・問合せ】7月23日(火) 午前9時～、電話でお申し込みください。

☑健康づくり課保健指導係(☎内線1174)

「群馬県不妊専門相談センター」を

ご利用ください

女性産婦人科医による不妊・不育症に関する相談窓口のお知らせです。

【相談内容】不妊・不育症に関する検査・治療方法や、治療への不安、家族関係などの相談をお受けします。

【相談時間】予約制・原則個別面接相談・毎月第1・第3木曜日 午前10時～午後3時30分(祝日・年末年始除く)

【場所】前橋市堀之下町16-1

【費用】無料

【予約受付】群馬県健康づくり財団(☎027・269・9966)

【予約受付時間】月～金曜日 午前9時～午後5時



**集団検診の大腸がん検診  
容器配布が始まります**

5月下旬に対象者全員に「各種検診受診シール」を郵送しましたので、集団検診・個別検診を受診の際は、必ずお持ちください。

受診時にシールがお手元がない場合は、検診が受けられませのでご注意ください。

今回は、7月下旬から始まる集団検診の『大腸がん検診容器配布』の日程を掲載します。

集団検診の大腸がん検診をご希望の場合は、まず集団検診用の大腸容器を受け取る必要があります。下記の日程表で指定された日時に「受診シール」を持参し、容器を取りにお越しください。その後、提出日に、検体と受診票をお持ちください。

個別検診を受診される人は、5月中旬に毎戸配布した「検診のしおり」をご覧ください。

【問合せ】本健康づくり課予防係 ☎内線1172



**大腸がん検診（便潜血二日法）**

【対象者】40歳以上の人

【自己負担金】510円（70歳以上は無料）

・お釣りのないようにご協力ください。

【受診の流れ】

①採便容器の受け取り

集団検診の場合は、下表のとおり容器配布を行います。受診シールを必ずお持ちください。

②便の採取

提出日によって採便できる期間が決まっていますので、3日間のうち2日分の便を採取して容器に入れてください。（1日1本）

③検体の提出

検体の入った容器、問診内容を記入した受診票（容器と一緒に配布）を提出してください。提出日は受診シールと同封された「検診日程表（青色のA3両面印刷）」または5月に毎戸配布された「検診のしおり」でご確認ください。

【注意事項】

・受診シールを持参すれば、代理の人でも容器をお渡しできます。

・個別検診（医療機関での検診）をご希望の人は、採便容器を医療機関で受け取り、採便後はその医療機関へ検体を提出してください。

※集団検診でお渡しする容器は、個別検診では使用できません。

・市の人間ドックを受ける人は同様の検査を実施するため、受診の必要はありません。

**大腸がん検診採便容器配布日程表**

日程	時間	会場
7月22日（月）	午前9時～10時	岩野谷公民館
	午前10時30分～11時30分	いきいき長寿センター（老人福祉センター）
	午後1時30分～2時30分	安中市保健センター
	午前9時～10時	松井田保健センター
7月23日（火）	午前10時30分～11時30分	原市公民館
	午後1時30分～2時30分	東横野公民館
	午前9時～9時30分	細野ふるさとセンター
	午前10時～10時30分	九十九地区生涯学習センター（九十九創作館）
	午前11時～11時30分	後閑公民館
7月24日（水）	午後1時30分～2時30分	西横野定住センター
	午後3時～4時	磯部公民館
	午前9時～9時30分	入牧生きがいセンター
	午前10時～10時30分	碓氷峠くつろぎの郷（屋内交流広場）
7月25日（木）	午前11時～11時30分	白井小学校
	午後1時30分～2時30分	秋間公民館

【本健康づくり課窓口・松住民福祉課窓口】での容器配布

7月22日（月）～10月4日（金） 午前8時30分～午後5時15分まで（土・日・祝日は除く）



# スポーツ

## スポーツメデイカルチェックの実施

市では、運動中の危険を予防し、運動の効果を十分に発揮できるように、身体の状態を検査するスポーツメデイカルチェックを実施します。

【医療機関受診期間】8月1日(木)～9月30日(月)

### 【検査医療機関】

アミヤ医院、あやこまごころ診療所、有坂内科医院、いのうえ整形外科・内科クリニック、いわい中央クリニック、公立碓氷病院、櫻井内科医院、正田病院、須藤病院、武井内科循環器科、本多病院、松井田病院、みやぐち医院、もてぎ内科医院(50音順) ※要予約

【検査費用】自己負担金1,000円(検査料7,000円のうち市助成6,000円)

※医療機関を受診し、医師の許可を受けた人が体力測定を行うことができます。

### 【体力測定日時】

10月9日(水) 午後1時30分から

10日(木) 午後7時から

※どちらか都合のつく日に必ず参加してください。

【体力測定会場】☒体操室

【参加資格】市内に在住、在勤の人(20歳以上79歳以下)

【定員】15人(先着順)

【申込み・問合せ】7月18日(木)から☒体育課(☎3382・2500)へ電話でお申し込みください。(平日午前8時30分～午後5時の間)

## 小学生柔道体験教室

【日時】7月25日、8月1日、8日、15日、22日・毎週木曜日 午後7時～

【場所】安中市立第一中学校格技場

【参加資格】市内小学3年生～6年生

【参加費】800円

【受付期間】7月19日(金)まで

【定員】20人

【申込み・問合せ】☒体育課スポーツ振興係(☎3382・2500)

【その他】

※申込書と参加費を添えて直接お申し込みください。

※学校での申込み・受け付けは行いません。

※柔道着は指導者が用意します。飲み物・タオルは各自持参してください。

(女子はTシャツも持参してください。)

## 第53回市民水泳大会

【日時】8月4日(日)

午前8時30分 開会式  
午前9時 競技開始

【場所】西毛総合運動公園25mプール

【参加資格】市内在住、在勤、在学の人および安中市水泳協会に所属している人

【参加費】1,000円(保険料含む)

【出場制限】一人2種目以内(ただしリレーは除く)

【申込み締切】7月24日(水)午後5時まで

【申込み方法】☒体育課で配布している申込書に記入し、参加料を添えてお申し込みください。

【申込み・問合せ】☒体育課スポーツ振興係☎379・0116 安中市安中1531・1 (☎3382・2500)

※電話での申込受付はいたしません。

## 市民空手道教室

【日時】8月18日(日) 午前10時～正午

【場所】安中市立松井田東中学校体育館

【参加資格】市内在住・在勤の幼児～一般男女

【参加費】無料

【服装】運動ができる服装  
【申込み】当日直接東中体育館にお越しください。

【問合せ】安中市スポーツ協会空手道部 小林 (☎3395・2293)

## 女性ゴルフ教室開催

次のとおり女性ゴルフ教室を開催しますので、ふるってご参加ください。

【日程】8月19日・26日・9月2日・9日・30日・10月7日・21日(祝日を除く毎週月曜日)計7回

【時間】

前半 午後6時50分～7時50分  
後半 午後8時～9時

【会場】安中ジャンボゴルフセンター

【定員】18人(前・後半各9人の予定)

【参加資格】市内在住、在勤、在学の18歳以上の女性でゴルフ初心者・初級者

【締切】7月31日(水)午後5時まで

【抽選会】8月1日(木)午後7時から会議室で行いますので、申込者は必ず出席してください。(定員を超えた場合、過去3年間に受講した人は受講できません。)

【参加料】1,000円(保険料含む)

【申込み・問合せ】☒体育課スポーツ振興係(☎3382・2500)

秋季バドミントン大会  
開催のお知らせ

【日時】9月8日(日)

午前9時受付開始

【場所】☒総合体育館

【主催】安中市バドミントン協会

【種目】男子・女子ダブルス

【試合球】水鳥球

【参加費】1チーム・1,500円

※参加費は当日納入してください。申込み後は不参加の場合も納入していただきます。

【申込期限】9月2日(月)必着

【参加資格】市内在住・在勤・在学または協会登録者

【申込み・問合せ】

バドミントン協会事務局 佐藤

(安中市安中1-20-34)

(☎・FAX 382-4955)

※郵送またはFAXで住所・氏名を記載のうえ、お申込みください。



こころの健康相談

「こころの健康相談」(予約制)を実施します。

夜眠れない、イライラが続く、やる気が出ない、人間関係がうまくいかないなどでお悩みの方はお気軽にご相談ください。費用は無料です。

【日時】8月27日(火)  
午後1時～5時

【場所】安中保健福祉事務所  
(安中市高別当336-8)

【予約先】安中保健福祉事務所  
(☎381-0345)



8月古紙・古着等行政回収収集日程表

収集日	収集地区名
7日(水)	安中2区(11区)並木団地・遠丸団地・下高別当地区を除く・九十九地区・細野地区
14日(水)	安中1区・遠丸団地・下高別当地区・岩野谷地区・板鼻地区・新堀地区(源ヶ原地区を除く)・松井田地区・白井地区・坂本地区
21日(水)	安中12区・原市地区・並木団地・秋間地区・後閑地区
28日(水)	磯部地区・東横野地区・西横野地区・源ヶ原地区

※古紙は雨天でも回収します。古着は濡れるとリサイクルができませんので、雨の日や雨の降りそうな日、降った後の路面が濡れている日は出すのを控え、次回の回収日に出してください。

※収集日当日(朝8時まで)にお住まいの地域の決められたごみステーションに出してください。(前日などには出さない。)

※出し方などの詳細は、「家庭用 資源・ごみ収集日程表」または市ホームページをご覧ください。

【問合せ】☒環境政策課廃棄物対策係(☎内線1881)

放射線量・放射性物質の測定について

◎サーベイメーターによる空間放射線量の測定について

市では、市役所本庁を始め、松井田庁舎、小中学校などで放射線量の測定を行っています。本庁と松井田庁舎以外の測定結果については、市ホームページをご覧ください。

【測定高】地表より100cm (単位 マイクロシーベルト/1時間)

測定月日	測定地	安中市役所本庁	松井田庁舎
6月18日(火)		0.047	0.048

(国の定める除染基準は0.230マイクロシーベルト/1時間です)

◎水道水の放射性物質の測定について

市では水道水の定期検査を実施しています。市内の原水から放射性物質は検出されませんでした。安中市の水道水は安全が確保されており、安心してご使用いただけます。

【問合せ】空間放射線量に関すること ☒環境政策課環境推進係(☎内線1882)または ☒総務管理課管理係(☎内線2114)

上水道に関すること ☒上水道工務課(☎内線3121)

# 8月の健康ガイド

【問合せ】**本**健康づくり課保健指導係  
 (☎内線1174)  
**松**住民福祉課健康介護係  
 (☎内線2151)

## ◆乳幼児健診◆

	市内全地区対象				持ち物
	と き	該 当 児	受 付	会 場	
4か月児健診	27日(火)	平成31年 4月生	午後1時～2時	安中市保健センター	母子手帳、子育て支援ノート 健やか親子21 アンケート
8か月児健診	20日(火)	平成30年12月生	午後1時～2時	安中市保健センター	母子手帳、子育て支援ノート
1歳児 すくすく相談	29日(木)	平成30年 8月生	午前9時45分 ～10時15分	安中市保健センター	母子手帳、バスタオル、 仕上げ磨き用歯ブラシ 子育て支援ノート
2歳児 歯科健診	28日(水)	平成29年 8月生	午後1時～2時	安中市保健センター	母子手帳、バスタオル、 仕上げ磨き用歯ブラシ、 2歳児歯科健康診査票、 子育て支援ノート
2歳6か月児 歯科健診	29日(木)	平成29年 2月生	午後1時～2時	安中市保健センター	母子手帳、バスタオル 子育て支援ノート、 仕上げ磨き用歯ブラシ、 2歳6か月児歯科健康診査票

	安中市保健センター		松井田保健センター		持ち物
	と き	該 当 児	と き	該 当 児	
	【受付】午後1時～2時 【地区】安中・原市・磯部・東横野 岩野谷・板鼻・秋間・後閑		【受付】午後1時15分～1時45分 【地区】松井田・臼井・坂本・ 西横野・九十九・細野		
1歳6か月児 健診	7日(水)	平成30年1月生	6日(火)	平成30年2月生 3月生	母子手帳、子育て支援ノート バスタオル、 仕上げ磨き用歯ブラシ、 1歳6か月児健康診査票、 健やか親子21 アンケート
3歳児 健診	1日(木)	平成28年 7月生		平成28年 7月生 8月生	母子手帳、バスタオル 子育て支援ノート、 3歳児健診セット、 仕上げ磨き用歯ブラシ

※水ぼうそうなどの感染が疑われる湿疹や発熱のある場合は、主治医と相談し次回にお受けください。  
 ※到着順で受付を行います。事前に番号札はできませんので、ご了承ください。  
 ※8か月児健診では図書館ボランティアによるブックスタート・読み聞かせがあります。

## 8月の休日当番医

8月		内 科	外 科
4日	日	いわい中央クリニック ☎381-2201	いわい中央クリニック ☎381-2201 ※午後6時以降は 正田病院 ☎382-1123
11日	日・祝	公立碓氷病院 ☎385-8221	公立碓氷病院 ☎385-8221
12日	月・振	田口医院 ☎393-1731	本多病院 ☎382-1255 ※午後6時以降は 須藤病院 ☎382-3131
18日	日	さるや内科医院 ☎384-3681	正田病院 ☎382-1123
25日	日	藤巻病院 ☎393-1324	いのうえ整形外科・内科 ☎380-1717 ※午後6時以降は 須藤病院 ☎382-3131

※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。