

広報高崎

Takasaki Public Relations

2024

11

No.1614



主なコンテンツ

P2…市長対談:安心して子どもを産み育てるために

P4…高崎国際オープンが開幕します

P5…高崎だるま市のお知らせ

P6…キングオブパスタが開催されます

表紙「高崎風景シリーズ④」:長野堰用水(上並榎町)

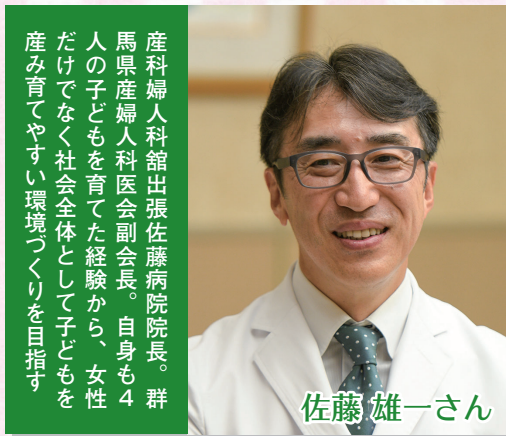
市内の中心部を流れ、古くから農業や生活用水として利用されてきた長野堰用水。水路沿いには、遊歩道や小さな公園などが整備され、地域の人の憩いの場としても親しまれています。春になると、満開の桜を楽しむことができます。



安心して子どもを産み育てるために

今村 はい。女性の特性なのですが、相手に話を聞いてもらい、受け止めてもらうことで、心身ともに疲弊しやすい出産後の癒やしにつながるんです。

佐藤 周産期である妊娠中から産後にかけての女性は、ホルモンバランスの急激な変化や、赤ちゃんが生まれて生活スタイルや環境が変わることで、産後うつになったり仕事に復帰できなくなったりしてしまう人もいます。



佐藤 雄一さん

産科婦人科館出張佐藤病院院長。群馬県産科婦人科医会副会長。自身も4人の子どもの育てた経験から、女性だけでなく社会全体として子どもを産み育てやすい環境づくりを目指す。

設などを利用して、体と心を休めてもらうことが大事だと感じています。

市長 本市では、助産所や医療機関などにご協力いただき、産後ケアの利用が年々増えています。精神的なケアは本当に大切ですね。産後ケアの基本は、よく話を聞くということでしょうか。

今村 はい。女性の特性なのですが、相手に話を聞いてもらい、受け止めてもらうことで、心身ともに疲弊しやすい出産後の癒やしにつながるんです。

佐藤 周産期である妊娠中から産後にかけての女性は、ホルモンバランスの急激な変化や、赤ちゃんが生まれて生活スタイルや環境が変わることで、産後うつになったり仕事に復帰できなくなったりしてしまう人もいます。



安心して子どもを産み育てるために



お金のことや生活のこと、心と体に関することなど、出産や子育てには多くの心配事があります。今回は、出産を経験した人、お産をサポートする立場の人と一緒に、安心して出産・子育てをするためのさまざまな取り組みについてお話しします。

出産を担う医療機関の現在

市長 はじめに、お子さんが生まれる現場の状況について、佐藤先生に伺います。最近、全国的に産科の医療機関が減っているようで、新聞報道などでも、産科がない自治体や医院の閉鎖といったニュースを目にしますね。高崎は大丈夫だろうかという心配もあり、本市では、産科の医療機関の運営体制が維持できるよう、医師や助産師、看護師といった人材確保のための支援を始めました。

佐藤 今、分娩数の減少や、産科医師が少なくなっていることもあり、市からの支援は経営的に非常に助かっています。高崎市の事例を日本産婦人科医会で報告したところ、全国の先生方から、高崎をモデルケースとして、ぜひ自分たちの自治体でもやってほしいという動きが起きているんですよ。

市長 それはうれしいですね。市民に

とって信頼できる産科が身の回りにあるという環境はとても大切です。突然産科がなくなってしまうと、安心して出産に向き合えなくなってしまうからですね。決して大きな支援ではないかもしれませんが、今後もしも注意して見ていこうと思っていますよ。

経済的な負担の軽減のために

市長 妊娠や出産にはさまざまな不安や課題がありますが、その一つに経済的な負担があります。国はこの状況を改善しようと取り組んでいて、本市もプラスアルファの支援として、初回の妊婦健診や出産前の健康診断、出産入院費用の支援など独自の取り組みを行っています。館野さんは小さいお子さんがいますが、やはり経済的な負担は大きいですか。

館野 今は支援がたくさんあるので、子どものことに関してはそれでだいぶ助かっています。

市長 「出産・子育て応援ギフト」の10万円は、市内の企業の応援にもつながるよう「高崎通貨」でお渡ししていますが、館野さんはご利用になりましたか。

館野 はい。おむつや離乳食などを購入する際に使わせてもらっています。

知ってほしい

周産期の心のケアの大切さ

市長 続いて、精神的なサポート体制についてです。慣れない育児生活で精

ね。

今村 子どもはたくさんの人の愛情や関心をもらって育つことができる存在で、同じようにお母さんたちもたくさんの人から思いやりや気遣いをもたらすことで、子育てを乗り切れるものだと考えています。核家族化で地域のつながりも少なくなる中、子育て環境は閉鎖的になりがちです。適切なケアを受けることで、前向きに子育て期を過ごせるよう、気軽に社会のサポートを受けていただきたいですね。

館野 私は今、日々の子どものちょっとした成長を見るのが楽しみです。子育てにはもちろん苦労もありますが、子どもがいることで、私自身も一緒に成長しているなど実感しています。本当に子どもは宝ですね。今日のお話で、子育てに不安や悩みがある人のための支援がそろっていることを多くの人に



夫婦共に生まれも育ちも高崎市。現在は育児休業を取得し、1才10か月と3か月の2人の男の子を育てる。今回の対談は、次男の晴音ちゃんと一緒に出席

たの館野 晴香さん



富岡 賢治市長

子育て環境を良くすることを最重要課題と捉え、妊娠・出産・子育てに對するさまざまな施策を実施。子どもを産みやすく、育てやすいまちを目指す

神的に疲れてしまうお母さんのために「産後ケア」というサポート事業があります。館野さんはご存知ですか。

館野 私は実家で両親と夫と一緒に住んでいるので、時々家族に助けてもらっているんです。まだ産後ケアを利用したことはありませんが、産後の心のケアは心強いサポートだと思います。

市長 近くにご両親がいると心強いですね。産後ケアは佐藤病院にも担ってもらっていて、今村さんは看護師・助産師という立場で関わっていただいているようですが、出産後、女性は精神的に不安定になりやすいそうですね。

今村 はい。ホルモンバランスの影響で、産後はちょっとしたことで落ち込みやすく、精神的なダメージを受けてしまうこともあります。周りにサポートしてくれるご家族がいらない方もいますので、医療機関や産後ケアの施



今村 禎子さん

産科婦人科館出張佐藤病院副看護部長。助産師、母性看護専門看護師として、周産期メンタルヘルスケアや産後ケアなど女性や家族の支援を担う。自身も子育てと仕事を両立

知ってもらいたいです。

市長 昔と比べて、多くの職場で育児休業の取得や柔軟な働き方が浸透するなど、子育て中のご家族に対して、多くの人が寛容で温かく見守ってくれるようになったと思います。市も、子どもが体を使って思い切り遊べる公園や、まちの緑化などを通じて、子育て中の親御さんたちにとって過ごしやすく子育てしやすいまちづくりを続けていきたいと思っています。本日はどうもありがとうございました。

一同 ありがとうございます。

対談の様子を動画でご覧いただけます

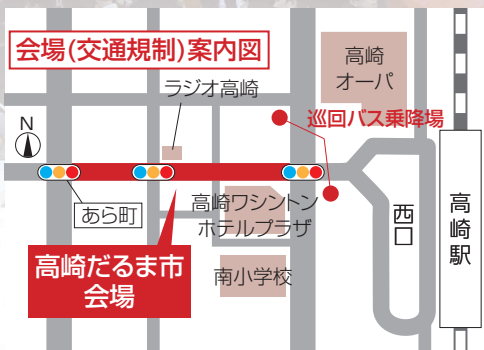


高崎のお正月の風物詩「高崎だるま市」を開催します。高崎だるまの販売ブースの他、高崎のうんまいものが集まる開運たかさき食堂のブースなどが出店。抽選会やステージイベントなども行います。

縁起の良い年初め、高崎だるま市へぜひお越しください。

問い合わせは、高崎観光協会（☎027-330-5333）へ。

今年の高崎だるま市の様子を動画で見られます



初詣スポットへの無料巡回バスを運行

◆交通規制について

1日・2日、午前9時～午後5時
高崎ワシントンホテルプラザ前から、あら町交差点まで交通規制を行います。交通規制に伴い、お店ぐるりんタクシーの運行ルートの一部変更します。ご迷惑をおかけしますが、皆様のご協力をお願いします

高崎だるま市
ホームページ



高崎だるま市

一年の恵は高崎にあり

- 日時 来年1月1日(祝)・2日(木)、
午前10時～午後4時
- 会場 高崎駅西口駅前通り

高崎から世界へ

高崎国際オープン



期 日 11月18日(月)～24日(日)
会 場 清水善造メモリアルテニスコート(井出町)
観戦は無料。事前の申し込みは不要です



ITF（国際テニス連盟）が管轄する女子ワールド・テニス・ツアーの大会「高崎国際オープン」が、市と公益財団法人日本テニス協会の共催で開催されます。同ツアー国内最高グレードの本大会。昨年同様、世界ランキング上位を目指す国内外の強豪選手の出場が見込まれます。ぜひ会場に足を運び、選手たちの白熱した試合を間近でご覧ください。

出場選手やイベントの詳細などは、決まり次第、同大会の公式ホームページでお知らせします。問い合わせは、高崎財団（☎027-329-5447）へ。



大会公式
ホームページ

■大会スケジュール

日程	内容	試合開始
11月18日(月)	シングルス予選	午前10時から
11月19日(火)	シングルス予選・本戦	(22日・23日は午前11時から)
11月20日(水)～23日(祝)	シングルス・ダブルス本戦	
11月24日(日)	シングルス・ダブルス決勝	午前11時から

11月24日(日)に イベントを開催します

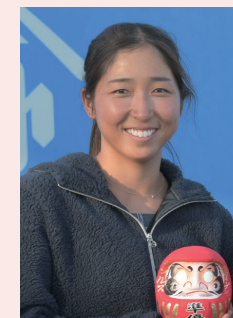
男子テニス元日本代表の伊藤竜馬^{たつま}さんをゲストに、イベントを開催します。内容など詳しくは、決まり次第、公式ホームページでお知らせします。

市内の高校生・大学生が スタッフとして参加

試合中にボールの回収や管理を行う「ボールパーソン」。本大会では、上武大学の学生を中心に、高崎商科大学附属高校や高崎経済大学のテニス部員などが、ボールパーソンとして大会をサポートしてくれます。



本大会に出場する地元選手から
メッセージが届きました



清水 綾乃選手

倉賀野中学校出身。2018年全日本テニス選手権女子シングルス優勝。昨年開催された第1回高崎国際オープンでは、ダブルス準優勝の成績を収めた

高崎国際オープンが今年も開催されることをとてもうれしく思っています。昨年は初めて地元でITF大会が開催されて、とてもうれしくワクワクしながら大会を迎えました。多くの方に応援に駆け付けていただき、応援からたくさんの力をもらって、普段の自分の実力以上の力を出せた試合もありました。プレーしてとても楽しかったです。

今年も地元で試合ができることが、今から楽しみです。少しでも元気や感動を与えられるように、一生懸命プレーしたいと思います。皆さんがテニスに興味を持つきっかけになればとてもうれしいです。

今年は17店舗
が出店

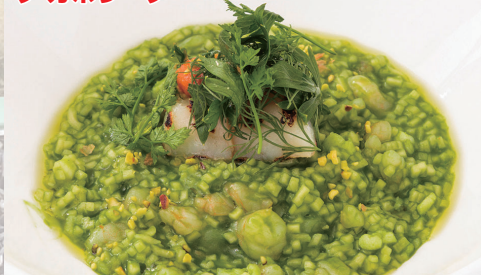
出店店舗とメニュー を紹介します

群馬県産シルクサーモンとクルマのレモン
ンパスタ



ウメ

シチリア メンフィ地方伝統の手打ちパスタ
カポラータ



ヴィラ・デ・マリアージュ高崎

高崎産の野菜とブリブリのエビトマトク
リーム



歌宝

旬の県産ネギと薄切り牛タンofクリーミー
ポテト



カー回 高崎高島屋店

「パスタのまち高崎」のナンバーワンを決める祭典

キングオブパスタ 第16回 2024

11月10日(日)午前10時～午後3時30分
もてなし広場

パスタのまち高崎のナンバーワンを決める祭典「キングオブ
パスタ」。今年ももてなし広場で開催します。市内17店が、
群馬県産の食材を使った特別メニューをひっさげて出店。来場者
の投票で優勝店が決まります。ぜひ会場に足を運んで、お気に入りの1品に投票してください。
問い合わせは、キングオブパスタ実行委員会(☎027-323-2868)へ。

キングオブパスタ2024
ホームページ



上州麦豚と舞茸の柚子胡椒クリーム



サルデー

ほろほろ地鶏のゆずコショウ香る 和風ク
リームパスタ



シルグロード 石原店

メカジキと焼きネギのカッチョエペペ～
白ワイン醤油で～



ソーレマン

お得な前売り券を販売中です

チケットは、5食分の食券と投票券1枚のセットです。1
枚のチケットで何人でも入場可能。また、一人何枚でも購
入できます。

前売り券は、イベント開始時間から入場できる全日チ
ケットと午後1時から入場できるチケットがあります。会
場で販売する当日券よりもお得に楽しむことができます。

●販売期間＝11月9日(土)午後11時59分まで(売り切れ
次第終了)●前売り価格＝全日チケット2,800円、午後チ
ケット2,500円(それぞれ税込み)●販売場所＝全国の
コンビニ4社(セブン-イレブン、ローソン、ファミリーマ
ート、ミニストップ)

特別企画「ドルチェ広場」

昨年好評だった、スイーツをテーマにした特別企画「ド
ルチェ広場」。今年は、規模を拡大して以下の5店舗が出
店します。会場は、音楽センター前広場です。

- アルペロ…ジェラート、コーヒー、焼き菓子
- ピッコリーノ…ガトーショコラ、バスクチーズケーキ など
- 里見梨シードル研究会…和梨のシードル(ワイン)
- 果実工房 ありさか…フルーツサンド
- 高崎名物オリーブ抹茶&だるまはちみつ
…オリーブ抹茶、オリーブ抹茶ハイ、だるまはちみつレモン など

トリュフ香る 上州牛 ウシボナーラ



高崎カメレオン

ガーリックシュリンプとほうれん草のペ
ペロンチーノ タコのトマト煮込み添え



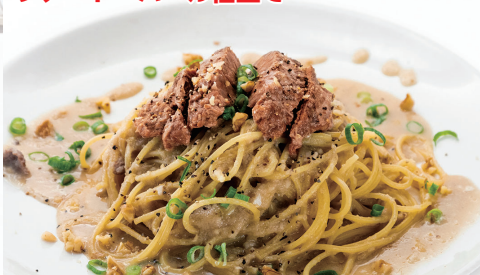
パルメナーラ イオンモール高崎店

トリュフ香る ～魚介のアクアパッツァ地
中海風～



リンレン

群馬県産もち豚ホ肉と沼田リンゴ ストゥ
ファート・パール仕立て



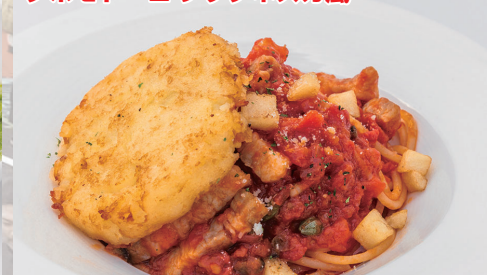
高崎ワインパール

トマペーゼ



バンビーナ 中居店

自家製パンチェッタとインカのジャガバ
タポモドーロ プッタネスカ風



レッドルーム

市美術館収蔵作品展

美術が奏でる音楽

同時開催「特集展示 岡田菜美／高橋海斗／竹内美絵」

■会期 11月23日(祝)～12月26日(木)
■会場 市美術館(☎027-324-6125)



市ホームページ

豊田一男〈笛を吹く人〉
1978年 油彩・キャンバス



日常のあらゆる場面に音楽が流れているように、美術作品の中にも音楽を感じさせるものがあります。本展では、楽器や演奏者が描かれた油彩画やはじける音が聞こえてくるような大胆な色使いの作品など、音楽をテーマにした作品を紹介。音楽を連想させるアートの世界をご堪能ください。

また、本県出身の若手作家である岡田菜美さん、高橋海斗さん、竹内美絵さんの特集展示を同時開催します。

美術館案内

時間 午前10時～午後6時（金曜は午後8時まで、入館は閉館の30分前まで）
休館日 月曜 観覧料 一般300円、高・大学生200円、65歳以上と中学生以下は無料

■関連事業

いずれも、時間は午後2時からで、費用は無料（観覧料は別途）です。申し込みは、11月11日(月)午前10時から、電話で同館へ。

作家によるギャラリートーク

期日と出演 11月23日(祝)＝高橋海斗さん 12月1日(日)＝竹内美絵さん 8日(日)＝岡田菜美さん

ミュージアムコンサート

期日 12月15日(日) 内容 リコーダーと電子チェンバロによる演奏

学芸員によるギャラリートーク

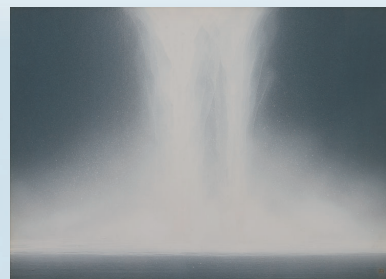
期日 12月22日(日)

市タワー美術館企画展

水のすがた

会期 11月30日(土)～来年1月19日(日)
会場 市タワー美術館(☎027-330-3773)

せんじゅ 千住博〈ウォーターフォール〉
寄託作品



としお みづかげ 室井東志生〈水翳〉2010年

水は、気体・液体・固体と状態を変えながら、地球上を絶えず循環しています。作品の中でも、流れる滝や川など雄大な自然の姿として、波一つない穏やかな湖として、そして大気中を流れる霧や雲、雨や雪などの気象として、多様な形で表現されています。

本展では、水に注目した作品約45点を展示。さまざまな形に変容する「水のすがた」をお楽しみください。

期間中、出品作家の原誠二さんや学芸員による作品解説会を行います。

美術館案内

時間 午前10時～午後6時（金曜は午後8時まで、入館は閉館の30分前まで）
休館日 月曜（祝日は開館し、翌日休館）、12月28日(土)～来年1月4日(土)
観覧料 一般500円、高・大学生300円、65歳以上と中学生以下は無料



市ホームページ

来て、見て、知ろう！How to 健康生活！

たかさき食育健康フェスタ

■日時 11月16日(土)午前10時～午後3時
■会場 総合保健センター

食育と健康を楽しく学べるイベント「たかさき食育・健康フェスタ2024」を開催します。

食育活動などに取り組んでいる企業や団体による、健康に関するさまざまなブースが出展します。簡単な野菜摂取量の測定や体力チェック、体組成測定、骨の健康チェック、健康クイズなど、健康について楽しく学んで体験できるコーナーが盛りだくさん。子どもから大人まで楽しめる食育・健康フェスタに、ぜひお出かけください。詳しくは、市ホームページ（下記）で確認してください。

問い合わせは、健康課（☎027-381-6114）へ。



市の食育キャラクター
みらいすくん

参加チームを募集中です

TAKASAKI DANCE FESTIVAL 2025



前回の市長賞受賞チーム・Rerun

来年2月23日(祝)に音楽センターで「タカサキダンスフェスティバル2025」を開催します。同フェスティバルでダンスを披露するチームを募集します。

問い合わせは、文化課（☎027-321-1203）へ。

2つのステージで参加チームを募集

いずれも、会場は音楽センターで、演技時間は3分です。ヒップホップやモダンジャズなど、ダンスのジャンルは問いません。対象や費用など詳しくは、市ホームページで確認してください。

申し込みは、11月30日(土)までに、市ホームページ（下記）から行ってください。



プロ・アマ不問の「コンテストステージ」

フリーとキッズの2部門で予選を行い、勝ち抜いた各部門10チームが本選でダンスの技術を競います。予選・本選の審査員は、平沢和泉さん、TERUYAさん、小笠原礼子さんが務めます。

●募集部門と予選期日 フリー（中学生以上の人を1人以上含むチーム）＝来年1月25日(土) キッズ（小学生以下の人のみのチーム）＝26日(日)

誰でも楽しめる「タカサキステージ」

市内でダンスを頑張っている人が、日頃の成果を披露するステージです。予選はありません。

本選・タカサキステージは来年2月23日に開催

●日時＝2月23日(祝)午後1時開演 ●入場料＝無料

12月1日で現在の保険証は発行が終了します 国民健康保険と後期高齢者医療制度についてのお知らせ

問/国民健康保険の人=保険年金課国保担当 ☎027-321-1236、資格賦課担当 ☎027-321-1235
後期高齢者医療制度の人=保険年金課医療給付担当 ☎027-321-1237



マイナンバーカードの
保険証利用の登録方法はこちら

12月1日(日)までに発行の保険証は 記載された有効期限まで利用できます

法改正により、12月2日(月)から、保険証利用登録したマイナンバーカード（マイナ保険証）を使って医療機関を受診する仕組みに移行されます。これに伴い、現在の保険証の発行は12月1日で終了します。終了後は、現在の保険証に記載された有効期限（最長の人で令和7年7月31日）まで、医療機関で利用できます。

「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を発行

12月2日以降、保険証が有効期限を迎える人や再発行を行う人などには、マイナ保険証の有無により「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を交付します。ただし、後期高齢者医療制度の人には、令

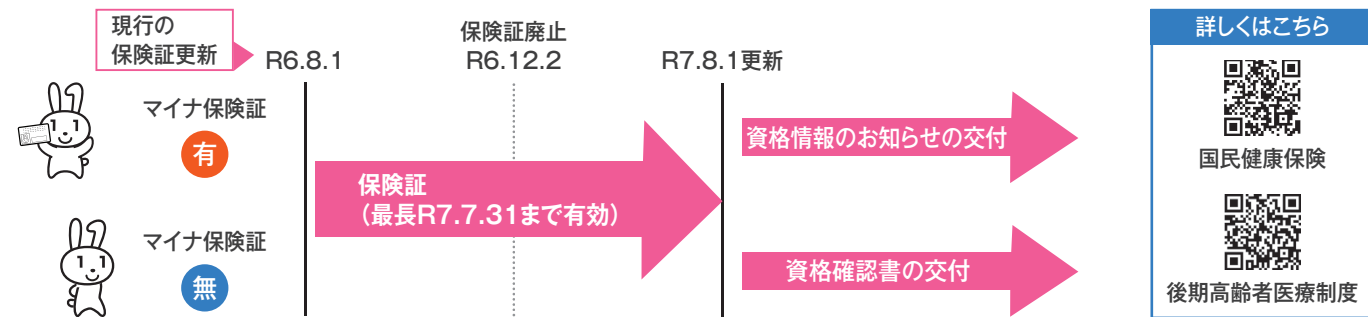
和7年8月の年次更新までの期間は、マイナ保険証の有無に関わらず「資格確認書」を交付します。

マイナ保険証を持っていない人

「資格確認書」を交付します。資格確認書は、マイナ保険証を持っていない人が、12月2日以降も引き続き医療機関を受診できるものです。

マイナ保険証を持っている人

「資格情報のお知らせ」を交付します。資格情報のお知らせは、被保険者の基本情報を記載した通知です。マイナ保険証と一緒に医療機関の窓口で提示することで、カードリーダーの不具合など、マイナ保険証が利用できない時などに保険資格の証明として利用できます。



受診を希望する人はお早めに 人間ドック助成申請は12月27日(金)までです

問/国民健康保険の人=保険年金課国保担当 ☎027-321-1236
後期高齢者医療制度の人=保険年金課医療給付担当 ☎027-321-1237



国民健康保険



後期高齢者医療制度

国民健康保険が群馬県後期高齢者医療制度に加入していて、来年2月末までに人間ドックの受診を希望する人に、受診費用の一部を助成しています。

助成を受けるには、人間ドックの受診前に申請が必要です。申請は12月27日(金)までです。国保特定健診や後期高齢者健診を受診した人は、人間ドックの助成は受けられません。

申請期間 12月27日まで **受診期間** 来年2月28日(金)まで(医療機関によって異なります) **申請場所** 市役所1階同課の各担当窓口か、各支所市民福祉課

国民健康保険の加入者

対象 30～74歳で、本市の国民健康保険に加入していて、国保税を完納している世帯の人 **持ってくる物** 国民健康保険被保険者証、特定健診受診券(40～74歳の人のみ)、代理人が申請する場合は代理人の本人確認のできる物

後期高齢者医療制度の加入者

対象 本市に在住の後期高齢者医療保険料を完納している人で①群馬県後期高齢者医療制度の被保険者②新たに後期高齢者医療制度に加入する人(74歳の方は、人間ドックの受診時に75歳の誕生日を迎えていることが条件) **持ってくる物** 後期高齢者医療被保険者証、後期高齢者健診受診券、代理人が申請する場合は代理人の本人確認のできる物



■人間ドックの自己負担額

種類	国民健康保険	後期高齢者医療制度
日帰り	16,400円 (総額37,400円)	17,400円 (総額37,400円)
1泊	36,000円 (総額66,000円)	46,000円 (総額66,000円)
脳	28,000円 (総額55,000円)	35,000円 (総額55,000円)

夜間の交通事故を減らすために 反射材と上向きライトを活用しましょう

問/地域交通課 ☎027-321-1231



反射材は見えやすい場所に

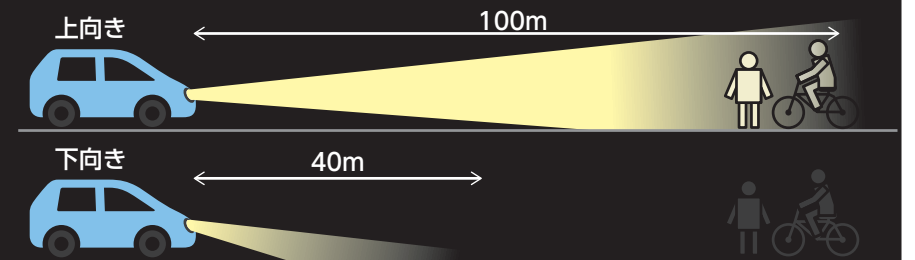
歩く時・自転車に乗る時

- 反射材を着用し、明るい色の服を着る
- 自転車は早めにライトを点灯し、歩行者はライトを持つ
- 横断歩道・自転車横断帯を横断する

自動車を運転する時

- 早めにライトを点灯する
- 横断歩道の近くや交差点などは、特に慎重に運転する

自動車が時速60kmで走行していると、歩行者に気付いてからブレーキをかけて停止するまでに約44mの距離が必要です。夜間は上向きライトを基本とし、歩行者や自転車を早めに発見できるようにしてください



11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」期間です あなたからのその一報が、子どもを虐待から守ります

問/こども救援センター ☎027-321-1318

オレンジリボンには
子ども虐待を防止する
というメッセージ
が込められています



市役所4階同センターでは、児童虐待についての連絡や相談を365日、24時間受け付けています。また「子育てがづらい、イライラする」「子どものしつけや接し方で困っている」など、子育ての悩み相談にも対応。1人で悩まずいつでも相談してください。家庭の状況に合わせた支援を行ったり、市の子育てサービスを紹介したりします。

身体的虐待

殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせるなど

心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう(面前DV)など

性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど

ネグレクト

家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かないなど

児童虐待とは？

令和6年度同キャンペーン標語最優秀作品

「189 いちはやく 気づいてあげて そのサイン」

児童虐待相談窓口

虐待かもしれない、と思ったらお電話ください。
連絡した人のプライバシーは守られます

■こども救援センター
☎027-321-1318

■西部児童相談所
☎027-322-2498

■児童相談所全国共通ダイヤル
24時間 ☎189

住んでいる地域の児童相談所につながります



子育てや親子関係の悩みや不安について、LINEでも相談できます。詳しくは、こども家庭庁特設サイト(右記)で確認してください。



12月1日は世界エイズデー

無料・匿名で受けられるエイズ検査

問/保健予防課 ☎027-381-6112

世界エイズデーにちなみ、無料のエイズ検査を行います。
もしHIV（エイズウイルス）に感染していても、早期に発見できればエイズの発症を防ぐことができます。感染の心配がある人は、迷わず検査を受けてください。

完全予約制・無料・匿名で受けられるエイズ検査
日時 ①12月3日(火)午前9時～ 11時15分②10日(火)午前10時30分～ 11時15分③10日・17日の火曜、午前9時～ 10時15分
会場 総合保健センター **内容** エイズや性感染症、肝炎の検査 **定員** 先着①10人②4人③各6人 **費用** 無料 **その他** ②は英語、中国語、ベトナム語、ネパール語に対応可能 **申込** 11月15日(金)から、市ホームページから応募

エイズに関する相談を実施中
月～金曜の午前8時30分～午後5時15分に、エイズや性感染症の相談を受け付けています。詳しくは、同課へ問い合わせてください。

がんセット検診の予約を受け付けています

問/健康課 ☎027-381-6114

1度に複数のがん検診が受けられる「がんセット検診」を行っています。胃がん(バリウム)、胃がん(リスク)、胸部(肺がん・結核)、大腸がん、前立腺がんの5つのがん検診が受けられる「胃がんセット検診」と、胃がん(バリウム)を除く4つのがん検診が受けられる「ミニがんセット検診」があります。

検診会場は、総合保健センターです。詳しくは、健康のしおりか、市ホームページで確認してください。受診には予約が必要です。

申し込みは、予約専用電話(☎ 027-381-6114、6115)へ。

胃がんセット検診
検診日は健康のしおりなどで確認してください。受付時間は、午前9時～ 10時・10時30分～ 11時30分です。

12月のミニがんセット検診
検診日 6日(金)・12日(木)・16日(月)・19日(木) **受付時間** 午後2時～ 2時30分・2時30分～ 3時

障害者就労相談

問/障害者支援SOSセンター・ばる〜ん ☎027-325-0111

日時 11月13日・27日の水曜、午後1時30分～ 3時30分 **会場** 総合保健センター同センター **内容** ハローワーク高崎の職員による就労相談 **対象** 障害のある人 **費用** 無料

がん患者とその家族のための地域がんサロン

問/ぴあサポぐんま事務局 ☎080-6817-7234

期日と会場 12月10日(火)=自遊空間みちくさ(新町) 15日(日)=総合福祉センター 3階ボランティアルーム **時間** 午後1時～ 3時 **内容** がん患者やその家族が悩みや不安を相談 **費用** 無料 **その他** 電話相談は随時受け付け **申込** 当日直接会場へ

都市計画マスタープラン・立地適正化計画案パブリックコメントで意見募集

問/都市計画課 ☎027-321-1269

都市計画マスタープラン及び立地適正化計画の案をまとめたので、パブリックコメント手続きにより、市民からの意見を募集します。

資料の公表と意見の提出期間 11月20日(木)まで **資料の配布場所** 市役所1階市民情報センター、11階同課、各支所建設課(倉渚支所は農林建設課)、市ホームページ **意見の提出先** 同課か各支所建設課(倉渚支所は農林建設課)

家庭も仕事も大切にしたい人の仕事相談会

問/県福祉マンパワーセンター高崎支所 ☎027-255-6600

日時 11月14日(木)午前10時～正午 **会場** 市民活動センター・ソシアス **内容** 市内の福祉施設や事業所との就職相談や保育課職員による保育所の入所相談など

健康

11月14日は世界糖尿病デー年に1度の健診で糖尿病予防

問/健康課 ☎027-381-6114

糖尿病は、血糖値を下げるホルモン・インスリンがうまく働かなくなり、血糖値の高い状態が続く病気です。重症化すると、視力の低下や腎臓の障害など、さまざまな合併症を引き起こします。糖尿病と診断されても、適切な治療を受けることで合併症を防ぐことができます。予防や早期発見のために、バランスの良い食事を取ったり、生活の中で運動する時間を作ったり、年に1度は健康診査を受けたりするなどしてください。

無料で受けられる市の健診を12月25日まで実施
40～74歳の国民健康保険加入者が対象の特定健診と、後期高齢者医療加入者(75歳以上と一定の障害のある65歳以上の人)が対象の後期高齢者健診を、12月25日(木)まで実施しています。対象者には4月に受診券を郵送しました。詳しくは、受診券に同封した案内で確認してください。

総合保健センターをライトアップ
世界糖尿病デーにちなみ、11月11日(月)～17日(日)に、総合保健センターを糖尿病デーのシンボルカラーの青色にライトアップし、糖尿病の予防や治療を広く呼びかけます。

認知症相談

問/長寿社会課 ☎027-321-1319

日時 12月4日(水)午後1時30分～ 4時 **会場** 市役所2階同課 **内容** 物忘れなど認知症の心配がある症状についての医師による相談 **対象** 市内在住で、認知症について悩みや不安のある人かその家族 **定員** 4人 **費用** 無料 **申込** 12月2日(月)までに、電話で同課へ

支所の無料税務相談

問/①倉渚支所地域振興課 ☎027-378-4521
②新町支所地域振興課 ☎0274-42-1235
③吉井支所地域振興課 ☎027-387-3112
④群馬支所地域振興課 ☎027-373-1212
⑤箕郷支所地域振興課 ☎027-371-4185
⑥榛名支所地域振興課 ☎027-374-5117

関東信越税理士会高崎支部は、各支所で相続・贈与・譲渡などの税金や申告の相談を行います。

会場と期日 ①倉渚支所3階倉渚公民館学習室1＝12月3日(火)②新町支所西庁舎2階会議室＝4日(水) ③吉井支所1階相談室＝4日(水) ④群馬支所201会議室＝6日(金) ⑤箕郷支所第4会議室＝10日(火) ⑥榛名支所101会議室＝19日(木) **時間** 午後1時30分～ 4時30分(①は午後1時30分～ 3時30分) **定員** 各先着5人(①は4人) **申込** 前日までに、電話で各課へ

人権相談・特設人権相談

問/人権男女共同参画課 ☎027-321-1228か各支所地域振興課

12月4日～10日の人権週間にちなみ、特設人権相談所を開設します。近隣とのトラブル、家庭内のもめ事などの問題や悩みについて、人権擁護委員が相談を受け付けます。

日時 12月3日(火)午後1時30分～ 3時30分 **会場** 市役所9階人権男女共同参画課、倉渚支所3階倉渚公民館学習室3、箕郷支所第4会議室、群馬支所2階会議室、新町支所西庁舎2階会議室、榛名支所101会議室、吉井支所1階相談室 **費用** 無料 **申込** 当日直接会場へ

みんなの人権110番
法務省は、人権に関する相談窓口を設置しています。気軽に相談してください。インターネット(右記)からも相談できます。

専用電話 ☎0570-003-110 **日時** 月～金曜、午前8時30分～午後5時15分

高崎経済大学の大学院進学相談会

問/同大学入試広報グループ ☎027-344-6265

同大学は、11月30日(土)午前9時30分～午後2時に、大学院への進学を考えている人を対象にした相談会を開催します。締め切りは、11月20日(水)です。申し込み方法など詳しくは、同大学のホームページで確認してください。

女性の人権ホットライン

問/前橋地方法務局人権擁護課 ☎027-221-4466

法務省と全国人権擁護委員連合会は、夫やパートナーからの暴力、ストーカー行為など、女性の人権についての相談を受ける「女性の人権ホットライン」を開設しています。

相談専用電話 ☎0570-070-810 **日時** 月～金曜、午前8時30分～午後5時15分

11月13日(水)～19日(火)は強化週間です
期間中は受付時間を午後7時まで延長します。土・日曜の午前10時～午後5時にも開設します。

暮らし

市内の中小企業に就職した若者を応援就職奨励金の申請を受け付けています

問/産業政策課 ☎027-321-1255

市内の中小企業に就職した若者に、就職奨励金を交付しています。交付額は1人当たり10万円で、市内の加盟店で使える電子地域通貨「高崎通貨」として交付。就職先の企業の要件や申請に必要な物など詳しくは、市ホームページで確認してください。

対象 次の全てに当てはまる29歳以下の人①大学や専門学校、高校などを卒業後1年以内に、市内に本社のある中小企業に就職した(本社が市外でも、最初の就業場所が市内の事業所の場合は対象)②申請時点で本市に住民登録があり、同一企業で6か月以上継続して働いている③令和4年4月1日以降に正規従業員になった **申込** 市ホームページから電子申請

生け垣や保存樹木に補助

問/公園緑地課 ☎027-321-1272

補助金額など詳しくは、市ホームページで確認してください。

家庭などの生け垣の新設
対象 道水路に面する部分や隣地との境界に、1mごとに2本以上植栽した延長5m以上の生け垣 **注意** 補助を受けるには、事前に申請が必要です

保存樹木などの指定
景観が美しく、維持管理が特に優れた樹木などを「保存樹木等」として指定し、維持管理費用の一部を補助します。

対象 保存樹木＝次のいずれかを満たすもの①地上から1.5mの高さの幹の周囲が1.5m以上②高さが15m以上③株立ちした樹木で高さが3m以上 保存樹林＝樹木のある土地の面積が500㎡以上 生け垣＝形成する樹木の延長が30m以上

市の融資制度・季節資金をご利用ください

問/商工振興課 ☎027-321-1258 か市内の金融機関

対象 市内の中小企業者か中小企業団体 **資金使途** 従業員のボーナスや仕入れ、決済資金などの短期運転資金 **融資限度額** 3,000万円 **融資期間** 6か月以内(原則分割償還) **利率** 年1.4%以内(信用保証付きは年1.2%以内) **申込** 来年1月31日(金)までに、市内の金融機関へ

決算説明会

問/高崎税務署 ☎027-322-4841

期日 ①12月5日(木)②6日(金) **時間** 午前10時～正午・午後1時30分～ 3時30分 **会場** 産業創造館 **内容** 決算の具体的なやり方や、青色申告決算書と収支内訳書の作成方法など **対象** 事業所得のある①青色申告者②白色申告者 **定員** 各回先着70人 **申込** 当日直接会場へ

シネマ&トーク in 新町

問/新町文化ホール ☎0274-42-9133

映画上映とゲストトークを行うイベントです。上映作品は「ホワイトハンドコーラス NIPPON Freude!よろこびのうた」。上映後は、高崎第九合唱団の団長とフリーアナウンサーによるトークイベントを行います。

日時 12月15日(日)午後1時開演 **会場** 同ホール **入場料** 500円(全席自由、未就学児は入場できません) **チケット** 11月8日(金)から、新町文化ホールほか市プレイガイドで発売

国分になじんの農作業体験

問/農林課 ☎027-321-1317

日時 11月30日(土)午前9時～正午 **集合場所** 国府野菜本舗(引間町) **内容** 群馬地域の伝統野菜である国分になじんの収穫など **対象** 市内在住で農作業ができる人(小学生以下は保護者同伴) **定員** 50人(抽選) **費用** 500円(国分になじんなどの土産付き) **申込** 11月15日(金)までに、はがきで〒370-8501高崎市役所 農林課へ。欄外の必要事項(氏名と年齢は参加者全員)とメールアドレスを記入。はがき1枚で1グループの応募

市民文化祭・美術名刀展

問/日本美術刀剣保存協会高崎支部の小川さん ☎027-321-3521

日時 11月10日(日)午前10時～午後3時30分 **会場** 中央公民館 **内容** 刀剣や刀装具などの展示 **入場料** 無料

高崎伝統民俗芸能祭り

問/文化課 ☎027-321-1203

日時 11月24日(日)午後0時30分開演 **会場** 市文化会館 **内容** 市内の8団体による獅子舞、八木節、神楽、お囃子、木遣の演舞 **入場料** 無料

くらぶちやまなみ祭・青年部広場

問/くらぶちやまなみ祭は倉渚支所地域振興課 ☎027-378-4522

青年部広場は倉渚商工会青年部 ☎027-378-2029

いずれも、日時は11月23日(祝)午前10時～午後3時で、会場は倉渚支所周辺です。

くらぶちやまなみ祭
内容 切り絵や俳句などの展示、団体による催し物、演奏や民謡などの芸能発表

青年部広場
内容 トラックなど働く車の展示やキッチンカーの出店

ビオラ・リサイタル

ピアノと聴くビオラの音色

問/文化課 ☎027-321-1203

本市出身のビオリスト・大竹温子さんとピアニスト・渡会京子さんによるリサイタルです。

日時 来年1月18日(土)午後2時開演 **会場** 榛名文化会館 **曲目** シューマン「ミルテの花」より、ヒンデミット「ビオラソナタ」ほか **入場料** 無料(チケットが必要。未就学児は入場できません) **申込** 11月29日(金)までに、市ホームページから応募。郵送での応募は、はがきで〒370-8501高崎市役所 文化課へ。欄外の必要事項と希望人数(2人まで)・車いす席希望の有無を記入。応募多数の場合は抽選

外国人との写経体験・茶話会

問/市国際交流協会 ☎027-321-1201

日時 12月7日(土)午後1時～4時 **会場** 慈眼院・一路堂 CAFE **対象** 市内在住が在勤の18歳以上の人 **定員** 先着5人 **費用** 1,000円 **申込** 11月11日(月)から、Eメール(☐office@takasaki-irs.org)で同協会へ。氏名・電話番号・出身国を記入

令和6年度の発掘調査報告会

問/文化財保護課 ☎027-321-1292

いずれも、費用は無料です。当日直接会場へお越しください。

北谷遺跡の発掘調査報告会
日時 11月17日(日)午前10時30分～11時30分 **会場** 市民活動センター・ソシアス **定員** 先着150人

浅間山古墳発掘調査報告会
期日 11月24日(日) **時間と内容** 正午～午後3時＝遺物の展示 午後1時30分～2時30分＝報告会 **会場** 中央公民館 **定員** 先着300人

ジャンボ梨コンテスト

問/JAはぐくみ西部営農センター ☎027-374-0256

期日 11月19日(火) **時間と内容** 午前9時＝榛名地域で栽培されているジャンボ梨の大きさを競うコンテスト 10時＝梨の展示 11時＝梨の販売 **会場** 市役所1階市民ロビー

ちゅうぎんレトロマルシェ

問/商工振興課 ☎027-321-1256

昔懐かしい遊びなどをとおして、ノスタルジックな気分にはまりませんか。

日時 11月16日(土)午前10時～午後4時 **会場** 中央銀座通り、レトロアベニュー **内容** 射的や輪投げ、おもちゃくじなどのこども縁日、キッチンカーや会場周辺の飲食店による出店など

ロビーコンサート

問/文化課 ☎027-321-1203

日時 11月28日(木)午後0時15分 **会場** 市役所中2階ロビー **内容** ピアノソロコンサート **曲目** バレエ組曲「くるみ割り人形」より **入場料** 無料

旧下田邸の紅葉が見頃

問/箕郷支所地域振興課 ☎027-371-5111

箕郷支所に隣接する旧下田邸の紅葉が見頃を迎えます。11月15日(金)～24日(日)の午後5時～8時は、ライトアップを実施。入場料は無料です。

障害福祉課 ☎ 027-321-1358

すべて無料。申し込みは、締切日までに電話で同課へ。

項目	日時・会場	内容	対象	定員	締切日	
とこの家族の病を抱える人	家族のつどい	11月21日(木)午後1時30分～3時30分、市役所14階141会議室	こころの病を抱える人の行動・言動で困っていることを語り合う	市内在住のうつ病や統合失調症などを抱える人の家族	なし	11月19日(火)
	お話の会 特別講演会	12月13日(金)午後1時30分～3時30分、市役所17階172会議室	ハローワークの精神・発達障害者雇用サポーターによる、こころの病を抱えながら継続して働くための工夫などについての話とグループワーク	市内在住のこころの病を抱える人	先着30人	12月6日(金)
ひきこもりがちな青年を支える家族のつどい	日時 ①11月12日(火)②12月10日(火)、午後1時30分～3時30分 会場 ①市役所14階141会議室 ②17階172会議室	①テキストを使って対応などを学ぶ、参加者同士の交流会 ②個別相談会	①は本市か安中市に ②は本市に在住の、18歳以上でひきこもり状態にある人の家族	①なし ②先着4人	①11月8日(金) ②12月6日(金)	
こころの健康相談	11月27日(水)午後1時30分～4時、市役所1階障害福祉課	精神科医師による相談	市内在住で心の悩みや不安がある人かその家族	5人(抽選)	11月20日(水)	

健康課 ☎ 027-381-6114

すべて無料。申し込みは、締切日までに電話で同課へ。ストップ動脈硬化の榛名倉渚保健センターと倉渚公民館のものは、電話で榛名倉渚保健センター(☎ 027-374-4700)へ。

項目	日時・会場	内容	対象	定員	締切日
栄養士による食生活相談	11月22日(金)午前9時30分～午後3時30分、総合保健センター健康課	糖尿病や高血圧の予防・改善についての食生活の相談	市内在住の人	先着10人	11月18日(月)
禁煙チャレンジ教室	11月22日(金)午後1時30分～3時、総合保健センター教室	禁煙方法の紹介、尿中のニコチン代謝物の測定、呼吸気検査、個別相談	市内在住で3か月以内に禁煙したい人	先着5人	11月15日(金)
ストップ動脈硬化	11月27日(水)午後1時30分～3時30分、榛名倉渚保健センター	健診結果から分かる動脈硬化リスクの話や、保健師や栄養士による健康のアドバイス、血管年齢測定 持ってくる物 健診結果	市内在住のおおむね40～74歳の人	各先着10人(総合保健センターは20人)	11月22日(金)
	12月3日(火)午前9時30分～11時30分、総合保健センター第4会議室				11月27日(水)
	12月10日(火)午後1時30分～3時30分、倉渚支所3階倉渚公民館				12月9日(月)

多胡碑周辺遺跡発掘調査成果展

問/文化財保護課 ☎027-321-1292

会期 11月9日(土)～12月22日(日)、午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで) **会場** 多胡碑記念館 **休館日** 月曜 **観覧料** 無料

市民探鳥会

問/日本野鳥の会群馬事務局 ☎027-325-5211

(月～金曜、午前10時～午後4時)

日時 11月16日(土)午前9時～正午 **集合場所** 染料植物園駐車場 **内容** 観音山丘陵で冬の渡り鳥などを観察 **費用** 無料 **持ってくる物** 筆記用具、雨具、双眼鏡、図鑑(持っている人のみ) **申込** 当日直接会場へ

高崎えびす講市

問/高崎商工会議所 ☎027-386-6850

商都高崎の初冬の風物詩「高崎えびす講市」を、11月16日(土)・17日(日)に開催します。当日の午前11時～午後5時は、会場となる中心市街地で交通規制が行われます。各イベントの時間や場所など詳しくは、同所のホームページで確認してください。

期日 11月16日・17日 **会場** 中心市街地 **内容** 16日のみ＝ダンスパフォーマンス 17日のみ＝氷彫刻大会、芋煮会 16・17日＝こども広場、警察・消防・自衛隊車両の展示、熱血!高校生販売甲子園、えびす札付き特売品販売、えびす札くじ抽選会、御利益七福神「御朱印めぐり」

催し

農業まつり

問/農林課 ☎027-321-1317

日時 11月16日(土)・17日(日)、午前10時～午後3時 **会場** もてなし広場 **内容** くらぶちメロン村で収穫したメロンを使ったメニューの販売、朝採れ野菜を軽トラックで販売するマルシェ、梅の加工品やうどんなどの販売、木工クラフトなどの体験コーナー、ステージイベントなど



保育所（園）・認定こども園 11月の申込日程
問/保育課 ☎027-321-1246か各支所市民福祉課



- 希望入所月＝来年1月か4月 ●申込期間＝11月20日(水)まで
- 結果通知発送予定日＝12月4日(水)

11月21日(木)からは、来年2月か4月の申し込みができるようになります。詳しくは問い合わせてください。

パパと子どもで作る
クリスマス料理教室



問/男女共同参画センター
☎027-329-7118

日時 12月7日(土)午前10時～午後1時 **会場** 市民活動センター・ソシアス **内容** タンドリーチキンやピラフなどのクリスマス料理を、親子で楽しく作る **対象** 市内在住の小学生と父親 **定員** 12組(抽選) **費用** 1組1,500円(子ども2人目以降は1人700円追加) **申込** 11月22日(金)までに、市ホームページから応募



女性健康講座

更年期を心地よく過ごすために

問/男女共同参画センター
☎027-329-7118

日時 12月8日(日)午前10時～午後0時10分 **会場** 市民活動センター・ソシアス **内容** 管理薬剤師による更年期の女性に起こる心身の不調についての基礎知識や対処法の話、心と体を整える健康運動 **対象** 市内在住か在勤、在学の女性 **定員** 20人(抽選) **費用** 無料 **申込** 11月22日(金)までに、市ホームページから応募



ちぎり絵教室

問/シティギャラリー ☎027-328-5050

日時 来年1月23日～2月6日の木曜、午後1時30分～4時30分、3回 **会場** 同ギャラリー **内容** 専門家の指導で、和紙ちぎり絵で花と風景を描く **対象** 市内在住の18歳以上の人 **定員** 6人(抽選) **費用** 3,000円 **その他** 完成した作品は同ギャラリー内に展示します **申込** 12月6日(金)までに、往復はがきで同ギャラリー(〒370-0829高松町35-1)へ。欄外の必要事項を記入

初心者スマホ写真活用講習会

問/社会教育課 ☎027-321-1295

日時 11月30日(土)午前9時～正午 **会場** 高崎商科大学附属高校(大橋町) **内容** スマートフォンに保存した画像をパソコンに取り込む方法や、保存・整理・活用の仕方、年賀状の作成方法など **対象** 市内在住か在勤、在学の人で、文書作成ソフト(ワード)を使ったことのある人(初めての人を優先) **定員** 20人(抽選) **費用** 無料 **持ってくる物** 画像を保存した、スマートフォンかUSBメモリ **申込** 11月15日(金)までに、はがきで〒370-8501高崎市役所 社会教育課へ。欄外の必要事項を記入

お片付けの基本講座

今さら聞けないお片付けのやり方

問/市民活動センター・ソシアス
☎027-329-7114

日時 12月12日・19日の木曜、午前10時～正午、2回 **会場** 同センター **内容** 正しい整理の進め方や物との付き合い方など、片付けの基本 **対象** 市内在住で、2日間とも参加できる人 **定員** 20人(抽選) **費用** 無料 **申込** 11月6日(水)～20日(水)に、電話で同センター(土・日曜を除く、午前9時～午後5時)へ

子育てスキルアップ

問/社会教育課 ☎027-321-1295

日時 12月20日(金)午前10時～正午 **会場** 中央公民館 **内容** 高崎健康福祉大学教授による、子育て支援の気付きと方法についての講演 **対象** 小学生以下の子どもの保護者など **定員** 60人(抽選) **費用** 無料 **その他** 託児有り **申込** 11月29日(金)までに、電話で同課へ



人権週間・犯罪被害者週間
パネル展

問/人権男女共同参画課
☎027-321-1228

11月25日～12月1日は犯罪被害者週間、12月4日～10日は人権週間です。これにちなみ、人権や犯罪被害者への支援について考えるパネル展を開催します。期間中、古本やCD、DVDを回収し、売り上げを犯罪被害者の支援に役立てる「ホンデリングプロジェクト」を実施。詳しくは、同プロジェクトのホームページで確認してください。



パネル展

日時 12月5日(木)～11日(水)、午前7時30分～午後10時30分(犯罪被害者週間の展示は9日(月)から。11日は午後3時まで) **会場** 市役所中2階ロビー **犯罪被害者の電話相談を受け付け** 犯罪の被害に遭った時、犯罪被害について困っている時は相談してください。 **相談電話** ☎027-321-2173 **日時** 月～金曜、午前9時～午後4時(祝日・年末年始を除く)

県立二葉高等特別支援学校開放

問/同校 ☎027-360-6611

期日 ①来年1月17日(金)②23日(木)③28日(火) **時間** ①②午前10時40分～午後0時25分③午前9時40分～10時30分 **会場** 同校(足門町) **内容** ①学習発表②制作活動と鑑賞③ボランティアによる読み語り **定員** 各日先着3人 **費用** 無料 **申込** 12月17日(火)までに、欄外の必要事項を書いて、ファクス(☎027-360-6612)で同校へ



≡ ≡ ≡ **講 座** ≡ ≡ ≡

そば打ち体験

問/吉井支所産業課 ☎027-387-3134

日時 12月20日(金)午前9時30分～11時 **会場** 吉井東コミュニティセンター **対象** 市内在住の人(小学生以下は保護者同伴) **定員** 7人(抽選) **費用** 1,000円 **申込** 11月15日(金)までに、はがきで〒370-2192吉井支所 産業課へ。欄外の必要事項(氏名は参加者全員)と年齢を記入

11月20日(水)にJアラートの情報伝達訓練を実施
問/防災安全1課 ☎027-321-1352

国が災害などの緊急情報を住民に知らせるJアラートの、全国一斉情報伝達訓練を実施します。11月20日午前11時に、防災スピーカーと防災行政無線、安心ほっとメール、ラジオ高崎などで緊急情報の試験放送・配信を行います。

地域包括ケアフェスティバル
広げよう、助け合いの輪

問/長寿社会課 ☎027-321-1319

いつまでも元気に住み慣れた地域で暮らすためのヒントが学べるイベントです。介護などの悩み相談やフレイル予防の話が聞けるブースなどが出展します。 **日時** 11月24日(日)午前10時～午後3時 **会場** 総合保健センター **講演会も同時開催**



時間と内容 午前10時30分＝ひだまり診療所院長による講演「住み慣れた地域でいつまでも過ごすための在宅医療のお話」 午後1時＝群馬大学名誉教授による講演「認知症の予防～ケア～共生社会：なっても安心な高崎市」 **定員** 各先着80人 **入場料** 無料 **申込** 11月21日(木)までに、電話で同課へ

榛名歴史民俗資料館のイベント

問/同館 ☎027-374-9761

ミニ企画展「榛名神社に奉納された変わり種の逸品」 **会期** 11月2日(土)～来年3月30日(日)、午前9時30分～午後4時 **会場** 同館 **休館日** 火曜、12月28日(土)～来年1月4日(土) **内容** 奉納された年代や経緯が不明な、江戸時代の旅行記で紹介された品などの展示 **入館料** 一般200円、65歳以上と中学生以下は無料 **榛名地域の歴史を知る講演会** **日時** 11月21日(木)午後1時30分 **会場** 同館 **内容** 市文化財保護課学芸員による、榛名地域の古墳の話 **定員** 先着30人 **入場料** 無料 **申込** 11月15日(金)までに、電話で同館へ



人権啓発研修会

問/たかさき人権プラザ
☎027-346-2049

日時 12月8日(日)午後1時30分～3時 **会場** 市民活動センター・ソシアス **内容** パラリンピックトライアスロン選手・秦由加子さんによる講演「自分次第で人生は変わる」 **対象** 市内在住か在勤、在学の人 **定員** 先着200人 **入場料** 無料 **申込** 11月29日(金)までに、電話で同プラザへ



榛名神社社家町新そば祭り

問/榛名支所産業観光課
☎027-374-6712

地場産のそば粉と湧き水を使った新そばが味わえるイベントです。12月1日(日)は、新そばの無料試食会(先着300人)などを行います。 **日時** 11月30日(土)・12月1日(日)、午前10時30分～午後3時(そば店舗の営業は午前11時30分から) **会場** 榛名神社社家町



新町の魅力を見つけるスタンプラリー・しんまち魅力みつけ隊

問/新町商工会 ☎0274-42-0930

スマートフォンを使ったスタンプラリー「しんまち魅力みつけ隊」を、11月1日～来年1月30日(木)に開催します。スマートフォンの使用が難しい人は、シール貼付によるスタンプの収集もできます。スタンプは町内24か所の飲食店などに設置。集めると商品券などが当たる抽選に参加できます。



高崎経済大学の講演会

問/同大学経済学会 ☎027-344-6244

申し込みは、11月27日(水)正午までに申込専用ページから応募してください。 **日時** 11月29日(金)午後2時20分～3時50分 **会場** 同大学 **内容** 元内閣府男女共同参画局長・池永肇恵さんによる講演「どうする！ジェンダー平等後進国ニッポン」 **定員** 先着80人



秋のヤナガワ村祭り

問/ホテルグランビュー高崎内
同実行委員会 ☎027-322-1111

見どころは、パリ五輪でも話題のブレイキンをはじめ、全国からダンサーが集結するダンスバトルです。 **日時** 11月17日(日)午前11時～午後4時 **会場** 中央銀座アーケード、ホテルグランビュー高崎前などの柳川町周辺



環境ポスター入賞作品展
学校環境活動展

問/高崎信用金庫総務部
☎027-360-3410

日時 11月12日(火)～29日(金)(日曜、23日(水)を除く)、午前9時30分～午後4時(29日は正午まで) **会場** 高崎信用金庫本店ギャラリー(飯塚町) **内容** 今年の市環境ポスター展の入賞作品と市内の小・中・特別支援学校による環境活動を紹介したパネルの展示 **入場料** 無料

初冬の観音山丘陵を歩く

問/OCB会の黒澤さん
☎027-324-0523

日時 12月1日・8日の日曜、午前9時～午後3時 **集合場所** 染料植物園駐車場 **内容** 染料植物園やケルナー広場、清水寺など、ヤマザクラやクヌギの紅葉する観音山丘陵をガイド付きで散策 **対象** 10km程度歩ける人 **費用** 300円 **申込** 開催日の前日までに、電話で同会へ



人情市
今月の

11月24日(日)午前10時～午後4時
もてなし広場



前橋市立の美術館・アーツ前橋

東南アジアの今に触れる展覧会

問/アーツ前橋 ☎027-230-1144

多様性と流動性に満ちた東南アジアの現在の姿を紹介する展覧会「リキッドスケープ〜東南アジアの今を見る」を開催中です。本展では、世界的に活躍する作家と若手作家 12 組の、映像を中心とした作品 22 点を展示しています。

会期 12 月 24 日(火)まで、午前 10 時～午後 6 時（入館は午後 5 時 30 分まで）

会場 アーツ前橋（前橋市千代田町 5 丁目） 休館日 水曜 観覧料 一般 1,000 円、大学生・65 歳以上 800 円、高校生以下は無料（11 月 3 日(木)と 12 月 10 日(火)は無料）



観音塚考古資料館の臨時休館
問/同館 ☎027-343-2256

同館は、12月2日(月)～6日(金)、展示替えのため休館します。

今月の納税

納期限は12月2日(月)です。

- ・介護保険料……………第 5 期
- ・国民健康保険税……………第 5 期
- ・後期高齢者医療保険料……第 5 期

納税課の日曜納税相談を、
11月24日に行います

施設

少年科学館（☎027-321-0323）

科学・木工工作教室・プログラミング教室

時間は、午前9時30分～正午です。申し込みは、ホームページから応募。

	教室	期日	内容	対象	定員	費用	締切日
科学・木工工作	クリスマスランタンを作ろう	12月7日(土)	紙ねんどに色を付けてサンタや雪だるまなどのランタンを作る	市内在住の小・中学生(小学3年生以下は保護者同伴)	各12人(抽選)	400円	11月21日(木)
	クリスマスツリーを作ろう	12月14日(土)	ツリーの形の板に色を塗ったりリボンやフェルトなどを付けたりして、クリスマスの飾りを作る	市内在住の小学生(小学3年生以下は保護者同伴)		500円	11月28日(木)
プログラミング	シューティングゲームづくり ①低学年向け ②中・高学年向け	①12月8日(日) ②22日(日)	プログラミング言語「スクラッチ」を使ってシューティングゲームを作る	市内在住の①小学1・2年生②小学3年生～中学生(いずれも小学3年生以下は保護者同伴)	各6人(抽選)	無料	①11月28日(木) ②12月12日(木)

天文教室

教室	日時	内容	費用
秋から初冬の星座と土星を見よう	11月8日(金)午後7時	望遠鏡で天体を観察（悪天候の時はプラネタリウムホールで解説）	無料

プラネタリウム

催し	日時	内容	費用
ヒーリングプラネタリウム	11月24日(日)午後0時15分	J-POP を聞きながら、ゆったりと星空を鑑賞する（未就学児は入場不可）	無料

プラネタリウムの投映休止

11月12日(火)～15日(金)は、番組入れ替えのため投映を休止します。

プラネタリウム番組の投映期間の延長

子ども向け番組「ちびまる子ちゃん～南十字星に魅せられて」は、好評のため投映期間を延長します。

投映期間 来年3月2日(日)まで 投映時間 火～金曜＝午後3時30分 土・日・祝日＝午前11時・午後2時45分

秋の特別企画

催し	会期	内容	入場料
ミニ錯覚展	11月30日(土)～来年1月26日(日)、午前9時～午後5時	目の錯覚を利用した作品を楽しむ	無料

スポーツ大会

詳しくは、ホームページへ



サイクリング

問/サイクリング協会の西山さん
☎090-3234-4269（午後3時～8時）

日時 11月10日(日)午前9時～午後2時30分 会場 石原緑地 対象 市内在住か在勤、在学の人 費用 500円
締切日 11月7日(木)

ラグビーフットボール

問/ラグビーフットボール協会の
松田さん ☎080-1158-2057

日時 12月1日(日)～来年3月31日(月)、午前9時～午後4時 会場 下豊岡運動広場、八千代橋運動公園ほか 対象 市内在住か在勤、在学の人で構成されたチーム 費用 無料 締切日 11月30日(土)

スキー

問/スキー連盟の小林さん
☎027-347-8947（午後7時～9時）

日時 来年1月19日(日)午前9時～午後4時 会場 軽井沢プリンスホテルスキー場（長野県軽井沢町） 対象 市内在住か In 勤、在学の人 費用 一般 2,000円、高校生以下500円 締切日 11月20日(水)

スポーツ教室

詳しくは、ホームページへ



初心者向け乗馬

問/TRC乗馬クラブ高崎の高波さん
☎027-352-5250（火曜を除く）

日時 11月1日(金)～12月15日(日)のうち1日（火曜を除く）、午前9時45分～午後4時 会場 TRC乗馬クラブ高崎（南大類町） 対象 市内在住か In 勤、在学のおおむね70歳以下で身長125cm以上、体重85kg以下の人 費用 2,410円 締切日 11月30日(土)

ゴルフ

問/観音山ゴルフ倶楽部
☎027-325-1901



期日 ①②11月20日～来年1月15日の水曜③11月22日～来年1月17日の金曜④11月24日～来年1月19日の日曜⑤11月25日～来年1月20日の月曜⑥11月26日～来年1月21日の火曜、各8回 時間 ①午後5時～6時30分②③⑤⑥午後6時30分～8時④午後5時30分～7時 会場 観音山ゴルフ倶楽部（乗附町） 対象 市内在住か In 勤の人 費用 1万2,000円 締切日 各教室の初日の前日

普通救命講習

問/消防局救急課 ☎027-384-8498

日時 11月30日(土)午前9時30分～午後0時30分 会場 消防局屋内訓練場 内容 心肺蘇生法、AEDの使用方法、異物除去法、止血法など 対象 本市か安中市に在住か In 勤の人 定員 先着40人 費用 無料 申込 申込専用電話（土・日・祝日を除く、午前10時～午後5時 ☎027-322-0491）へ

自分らしく最期を迎える「自分ノート」の書き方

問/長寿社会課 ☎027-321-1319

日時 11月30日(土)午前10時～11時30分 会場 総合福祉センター 定員 先着25人 費用 800円（テキスト代） 申込 電話でわんだふる（☎027-322-1188）へ

募集

優秀な技能者を表彰

問/産業政策課 ☎027-321-1255

製造や建築、調理、理美容などの職種に長く従事する優秀な技能者を表彰します。受賞者は選考委員会で決定します。対象 市内在住か市内の事業所に勤務し①技能功労者は、同一職種に30年以上従事する60歳以上の人②優秀技能者は、同一職種に15年以上従事する40歳以上で優れた技能を持つ人③青年優秀技能者は、同一職種に10年以上従事する40歳未満で優れた技能を持つ人 推薦方法 11月15日(金)までに、職種の組合の代表者か同業者が市役所13階同課にある推薦書に記入し、同課へ

県営住宅の入居者

問/県住宅供給公社 ☎027-223-5811

募集期間 11月15日(金)まで 入居資格 住宅に困窮している人 入居可能日 審査後、要相談 募集案内 市役所9階同公社高崎支所か各支所建設課（倉渕支所は農林建設課）で配布

11月12日～25日 女性に対する暴力をなくす運動
問/男女共同参画センター ☎027-329-7118

女性に対するさまざまな暴力は重大な人権侵害行為です。女性の人権を尊重し、いかなる暴力も許さない社会を目指しましょう。



中央公民館（☎027-322-8605）

市ホームページにある申込フォームからも応募できます。



教室	日時	内容	対象	定員(抽選)	費用	申込
視覚に障害のある人への支援体験	12月14日・21日の土曜、午前10時～正午、2回	視覚に障害のある人への声のかけ方やまちなかでの誘導方法、点字打ち体験など	市内在住か在勤、在学の人	20人	無料	11月21日(休)までに電話

市公民館合同写真展 問/同展の会の桑原さん ☎090-8568-2511

日時 11月30日(土)～12月6日(金)、午前10時～午後5時（6日は午後3時まで） **会場** 同館 **入場料** 無料

浜川体育館（☎027-344-1551）

申し込みは、11月15日(金)までに、往復はがきで同館（〒370-0081浜川町1487）へ。欄外の必要事項と教室名（エアロビクスはコース名も）・年齢を記入。教室ごとに1人1枚の応募。



教室	日時	会場	対象	定員(抽選)	費用
ボクシングフィットネス	12月20日～来年3月14日の金曜、午前10時30分～11時30分、12回	市武道館	市内在住か在勤、在学の18歳以上の人	50人	3,500円
シェイプアップ エアロビクス	来年1月7日～3月18日の火曜、①午前コース＝午前10時30分～11時40分②夜間コース＝午後7時20分～8時30分、10回	浜川体育館		①120人 ②50人	3,000円
木曜ストレッチ (ウォーキングやダンベル体操)	来年1月9日～3月13日の木曜、午後1時30分～3時、10回			150人	
金曜ストレッチ (ウォーキングやボールを使ったストレッチ)	来年1月10日～3月21日の金曜、午後1時30分～3時、10回			150人	

吉井郷土資料館（☎027-387-5235）

ミニ企画展「県登録有形文化財決定記念展」

同館が県登録有形文化財に登録されたことを記念した企画展です。登録決定されたことの意義や同館の52年の歩みを、資料や写真で紹介。会期中、同館の建設工事時の映像を上映します。

会期 11月16日(土)～12月8日(日)、午前9時30分～午後4時30分（入館は午後4時まで） **休館日** 月曜 **入館料** 無料



はまゆう山荘（☎027-378-2333）

申し込みは、電話で同山荘（倉渕町川浦）へ。



催し	日時	集合場所	内容	定員(先着)	費用
倉渕温泉めぐり～はまゆう山荘と相間川	12月11日(火)午前9時30分集合	JR高崎駅東口	同山荘名物・溪流魚の天井の昼食と温泉入浴	20人	4,000円(昼食代、入浴代込み)
クリスマスコンサート	12月22日(日)午後3時開演	同山荘	本市出身のソプラノ歌手、出来田三智子さんとピアニストの峰岸小織さんによるコンサート	①1泊2日30人 ②日帰り30人	①1万5,000円 ②2,500円

青年センター（☎027-346-0251）

対象は、市内在住の18歳以上の人（こどもバドミントンは市内の小学4～6年生）です。申し込みは、往復はがきに欄外の必要事項と教室名を書いて、同センター（〒370-1206台新田町314）へ。こどもバドミントンとフラワーアレンジメントは、ホームページにある申し込みフォームからも応募できます。教室ごとに1人1枚の応募で、初めての人を優先します。



教室	日時	内容	定員(抽選)	費用	締切日
こどもバドミントン	11月30日～12月21日の土曜、午後2時～3時30分、4回	ラケットの握り方や打ち方の基本を学び楽しみながら試合を体験する 持ってくる物 バドミントンラケット	20人	無料	11月20日(火)
手作りみそ	来年1月18日・25日・2月8日・15日の土曜、午後1時～3時	麦こうじを使ってみそ(2kg)の作り方や保存方法を学ぶ 持ってくる物 みそ樽 だる (プラスチック容器でも可)	各12人	2,200円	12月13日(金)
フラワーアレンジメント	来年1月21日～2月25日の火曜、午後2時～3時30分、5回	造花やドライフラワーを使って、季節に合う壁掛けやハーバリウムなどを作る	20人	4,000円	

【必要事項】

はがき・ファクス・Eメールでの申し込みは①**住所**②**氏名**③**電話番号**を記入してください

ガイド

GUIDE

図書館

詳細はホームページを確認してください。



催し	日時	会場	内容
中央図書館(☎027-322-7919) 11月の休館日＝20日(水)～27日(水)			
お話しの会	①11月11日～18日、11月28日～12月9日の月・木曜＝午前11時～11時30分②11月19日(火)午後3時30分～4時	5階おはなしのへや	絵本の読み聞かせや手遊び、わらべ歌
DVD上映会	12月4日(水)午前10時15分～午後0時15分	6階多目的室	「京都人の密かな愉しみ 月夜の告白」
読書会	11月14日(木)午前10時15分～正午		ツルゲーネフ著「父と子」
箕郷図書館(☎027-371-4486) 11月の休館日＝29日(金)と火曜			
幼児・児童向け 絵本の読み聞かせ	11月16日(土)午後2時～2時30分	会議室	絵本の読み聞かせ
育児サークル	11月21日(木)午前10時15分～11時15分		絵本の読み聞かせや紙芝居、歌、手遊び歌
群馬図書館(☎027-372-6644) 11月の休館日＝28日(木)と月曜			
絵本のよみかたり	11月27日(水)午前10時30分～11時	おはなしコーナー	絵本の読み語りや手遊び歌など
読書会	12月7日(土)午前10時15分～正午	視聴覚室	遠藤周作著「深い河(ディープ・リバー)」
新町図書館(☎0274-42-3100) 11月の休館日＝29日(金)と火曜			
おはなしの会	12月7日(土)午前11時～11時30分	おはなしのへや	絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びなど
榛名図書館(☎027-374-2212) 11月の休館日＝28日(木)と月曜			
冬のおたのしみ会	12月7日(土)午後1時30分～2時30分	榛名福祉会館	長野公民館図書ボランティア・青い鳥による人形劇
山種記念吉井図書館(☎027-387-7249) 11月の休館日＝8日(金)～15日(金)、29日(金)と月曜			

染料植物園（☎027-328-6808）

申し込み方法など詳しくは、ホームページを確認してください。



催し	日時	内容	対象	定員	費用	申込
染色体験日・藍染	11月3日(祝)・4日(月)・6日(水)・17日(日)、午前10時～正午	1人1点の藍染の染色体験	どなたでも(小学生以下は保護者同伴)	各先着15人	ハンカチ600円 バンダナ1,000円	開催日の3日前までに電話
染色体験日・草木染	11月20日(水)・24日(日)、午前10時～正午	1人1点の草木染の染色体験			ポケットチーフ600円、プチスカーフ1,200円	
子どもワークショップ「草木染で干支のまゆ人形を作ろう」	12月1日(日)午前10時～午後3時	草木染でまゆを染め、来年の干支・巳のまゆ人形を作る	小学生～中学生(小学3年生以下は保護者同伴)	先着12人	500円	11月9日(土)午前9時30分から電話
染色ワークショップ「干支の絵馬ハンカチを作ろう」	12月8日(日)午前10時～午後2時	ハンカチに来年の干支・巳の模様を型染めし、絵馬の形に折って仕上げる	小学生以上の人(小学3年生以下は保護者同伴)	先着12人	1,000円	11月16日(土)午前9時30分から電話
絞り染ワークショップ「藍染で三浦絞りの浴衣地を染める」	12月13日(金)・来年1月31日(金)、午前10時～午後3時、2回	木綿の浴衣地1反(約13m)に三浦絞りをして、藍で染める	高校生以上の人	先着6人	1万5,500円	11月27日(水)まで

浜川プール（☎027-344-5511）

入場料が毎回別途必要です。申し込みは、往復はがきで同プール（〒370-0081浜川町1575-1）へ。欄外の必要事項と年齢・教室名・クラス名（水泳教室は時間も）を記入。教室ごとにはがき1枚で1人の応募。



教室	期日	クラスと時間	対象	定員(抽選)	費用	締切日
アクアビクス	12月11日～来年3月12日の水曜、12回	午前クラス＝午前11時～正午 午後クラス＝午後1時～2時 夜間クラス＝午後7時～8時	市内在住か在勤、在学の18歳以上の人	各30人	2,000円	11月15日(金)
水中ウォーキング	12月12日～来年3月13日の木曜、12回	午後クラス＝午後2時～3時 夜間クラス＝午後7時～8時				
水泳教室	12月13日～来年1月31日の火・金曜、10回	①初級Bクラス②中級クラス＝午前10時15分～11時45分、午後1時45分～3時15分 ③わかばクラス④初級Aクラス＝正午～午後1時30分		①15人 ②④各20人 ③10人	1,500円	

ハーモニー高崎ケアセンター（☎027-346-8109）

対象は、市内在住が在勤の人です。申し込みは、12月2日(月)～9日(月)の午前9時～午後5時に、直接同センターへ（代理人は不可、障害者手帳を持っている人を優先）。

催し	日時	定員(抽選)	費用
陶芸	来年1月6日～3月17日の月曜、午後1時30分～3時30分、6回	10人	9,000円
ヨガ	来年1月9日～3月27日の木曜、午後1時10分～2時10分、9回	15人	3,500円
書道	来年1月9日～3月27日の木曜、午後1時30分～3時、9回	16人	3,000円
バドミントン	来年1月10日～3月21日の金曜、午後7時～8時30分、9回	15人	1,000円
パソコン	来年2月3日(月)～7日(金)、午前10時～午後3時、5回	5人	1,000円

求人・募集

詳しくは、ホームページを確認してください。

教育委員会の臨時職員

問/学校教育課(16階) ☎027-321-1293

来年4月から市内の幼稚園や小中学校、特別支援学校に勤務する臨時職員を募集します。締切日は、12月3日(火)です。

学校支援員・介助手・ゆうあい助手

内容 支援を必要とする子どもと一緒に活動するなど、教師の補助 勤務時間 1日5時間

スクールバス介助手

内容 子どものスクールバス乗降の補助と、校内で子どもと一緒に活動するなどの教師の補助 勤務時間 1日5時間

医療的ケア介助手(看護師など)

内容 痰の吸引や導尿など医療的なケアを必要とする子どもへの対応や教師の補助 応募資格 看護師か准看護師の資格を持つ人 勤務時間 1日4時間

学校図書館指導員

内容 読書活動の推進や支援、図書室の環境づくり、貸し出し業務など 勤務時間 1日5時間30分

教育委員会の臨時教職員への登録者

問/教職員課(16階) ☎027-321-1298

職種 教諭、養護教諭、栄養士、事務 勤務地 幼稚園や小中学校、特別支援学校

臨時校務員

問/教育総務課(15階) ☎027-321-1291

来年4月から市内の小中学校や幼稚園などに勤務する臨時校務員を募集します。

勤務時間と内容 1日5時間＝来客・電話対応、事務補助など 1日6時間＝樹木の手入れや除草、設備の維持・管理など 締切日 11月22日(金)

教科指導助手

問/教職員課(16階) ☎027-321-1298

内容 小学校で少人数学習の教科指導と、担任とのチームティーチング 募集資格 小・中学校の教員免許を持つ人 勤務時間 1日4時間 締切日 12月6日(金)

教育センターの嘱託職員

問/教育センター ☎027-329-7111

内容 教育相談員＝子どもの教育や子育ての悩みなどの相談対応 指導員＝教育支援センターに通う不登校の子どもへの学習の指導や自立に向けた支援 応募資格 小・中学校の教員免許を持っている人など 勤務地 教育センターか市内の教育支援センター 勤務時間 1日6時間 締切日 11月15日(金)



支配人のおすすめ

ベルナデット 最強のファーストレディ

フランス 11/8(金)～12/5(木)

監 レア・ドムナック

出 カトリーヌ・ドヌーブ／ドゥニ・ポダリデス

映画界の至宝、カトリーヌ・ドヌーブが「シラク大統領夫人」を抜群のコメディセンスで体现。夫を大統領にするため常に影で動いてきたベルナデット・シラクは、家族や職員、世間からの批判を覆すべく、華麗にして唯一無二の“復讐計画”を始めます。働く女性へエールを送る作品です。(小林)



総合福祉センター（☎027-370-8822）

催し	日時	内容
販売会ウフマルシェ	12月3日・17日の火曜、午前10時30分～午後1時(売り切れ次第終了)	県内の障害福祉サービス事業所が作った季節の野菜やパン、梅の加工品などの販売

催し	日時	内容	対象	定員	締切日
児童センター(☎027-370-8825) 費用は無料です。申し込みは、児童センターのホームページから応募					
つくってみよう	12月4日(火)午前10時30分～11時30分	毛糸とフェルトでクリスマスリースを作る	未就学児と保護者	15組(抽選)	11月15日(金)
エンジョイ イングリッシュ	12月7日(土)午前10時30分～11時30分	クリスマスをテーマに、親子で英語を楽しむ	4～6歳の未就学児と保護者(子ども1人につき保護者1人)	15組(抽選)	
ハンドベル体験	12月14日(土)午前10時30分～11時30分	高齢者と交流しながら、ハンドベルを体験する	小学4年生～高校生	10人(抽選)	

機能回復訓練室(☎027-370-8829)

費用は無料です。水中運動の申し込みは、往復はがきで同センター機能回復訓練室(〒370-0065末広町115-1)へ。欄外の必要事項と年齢・障害者手帳の有無を記入。はがき1枚で1人の応募

筋肉整え体操	11月11日～12月23日の月曜、午前10時～10時30分	床に仰向けで寝て、背骨周りを小さく動かす体操 持ってくる物 バスタオル	市内在住で医師による運動制限がなく、身体障害者手帳を持っている人か60歳以上の人	先着15人	当日直接会場へ
水中運動 ～足腰ケア	12月4日～25日の水曜、午後1時30分～3時、4回	各自で行う水中ウォーキングと歩きやすい体づくりを目的とした足腰のエクササイズ	市内在住で医師による運動制限がない、自分で排せつをコントロールできる、身体障害者手帳を持っている人か60歳以上の人	10人(抽選)	11月15日(金)

シルバーセンター(☎027-370-8832)

アコーディオンと歌うたごえの会	11月16日(土)午前11時～正午	アコーディオンの伴奏で懐かしい歌を歌ったり、合奏を聴いたりする 費用 無料	市内在住の60歳以上の人	先着50人	11月15日(金)までに電話
クリスマスリース作り	12月5日(木)午前10時～11時30分	生花などを使ってクリスマスのリースを作る 費用 3,300円(材料費)		先着10人	11月11日(月)午前9時から、直接同センター受付窓口へ

「牛乳パックのおうちをつくってあそぼう」冬休み学生ボランティアの募集 問/児童センター ☎027-370-8825

日時 12月7日～21日の土曜・26日(木)、午後1時30分～4時30分、4回 内容 来館した子どもと一緒に牛乳パックで家を作り遊ぶ 対象 中・高校生 定員 先着10人 費用 無料 申込 11月7日(木)午前10時から、電話で同センター児童センターへ

身体に障害がある人向けの運動支援 問/機能回復訓練室 ☎027-370-8829

自宅での運動習慣化を目的とした支援を無料で行っています。利用説明会は随時行っています。

対象 市内在住で身体障害者手帳を持っていて、自分で体を動かせる人

かみつけの里博物館（☎027-373-8880）

教室	日時	内容	対象	定員	費用	申込
定期歴史講座 かみつけ塾	12月15日(日)午後1時30分～3時30分	近代社会と群馬の古墳～古墳はいかに認識されてきたか	どなたでも	先着70人	100円(観覧料は別途)	12月2日(月)午前9時30分から電話

高崎電気館（☎027-395-0483）

チケットは当日券のみ。上映時間やその他の上映スケジュールなどは、同館のホームページで確認してください。

催し	期間	上映作品	入場料(1作品)
台湾巨匠傑作選2024	11月2日(土)～17日(日) (11月6日(水)・12日(火)を除く)	「恋恋風塵」[憂鬱な楽園][ナイルの娘][ミレニアム・マンボ][坊やの人形]ほか	一般 1,500円、60歳以上 1,100円
ここに泉あり上映会	11月23日(火)午前11時～午後1時30分	「ここに泉あり」	無料。定員は200人。事前に、同館に電話してください

新町温水プール（☎0274-20-2215）

計4回の教室で、入場料が毎回別途必要です。申し込みは、11月14日(木)までに、電話で同プール（火曜を除く）へ。

教室	日時	対象	定員(抽選)	費用
短期水泳教室	11月23日～12月1日の土・日曜、正午～午後1時	①3～6歳②小学生	各15人	①4,500円②4,000円

	相 談 名	日 時	会 場	問 い 合 わ せ 先
専 門 家 に よ る 相 談	法 律 相 談	11月15日～12月6日の金曜、午後1時(予約制、定員6人、市民に限る)	市役所1階 市民相談室	市民生活課 ☎027-321-1227 相談を実施する週の月曜の午前9時から電話で予約受け付け
		11月21日(木)午後1時30分(予約制、定員4人、市民に限る)	群馬支所 2階会議室	群馬支所地域振興課 ☎027-373-1212 相談日の前日まで予約受け付け
		11月21日(木)午後1時30分(予約制、定員4人、市民に限る)	新町支所 西庁舎2階会議室	新町支所地域振興課 ☎0274-42-1235 相談日の前日まで予約受け付け
		11月20日(水)午後1時30分(予約制、定員4人、市民に限る)	吉井支所 1階相談室	吉井支所地域振興課 ☎027-387-3112 相談日の前日まで予約受け付け
	法 律 相 談 (離婚、DV、雇用問題など)	11月19日(火)午後1時～4時(予約制、定員6人、市内在住、在勤、在学の人)	市民活動センター・ソシアス	男女共同参画センター ☎027-329-7118
	行 政 相 談	11月11日・18日・12月2日・9日の月曜、午後1時～4時	市役所1階 市民相談室	市民生活課 ☎027-321-1227
		11月19日・12月3日の火曜、午後1時30分～3時30分	倉渕支所3階倉渕公民館学習室3	倉渕支所地域振興課 ☎027-378-4521
		11月21日(木)午後1時～4時	箕郷支所 3階第4会議室	箕郷支所地域振興課 ☎027-371-4185
		11月20日(水)午後1時30分～4時30分	群馬支所 2階会議室	群馬支所地域振興課 ☎027-373-1212
		11月27日(水)午後1時～3時	新町支所 西庁舎2階会議室	新町支所地域振興課 ☎0274-42-1235
		11月19日・12月3日の火曜、午前10時～正午	たかさき高浜人権プラザ	
		11月19日・12月3日の火曜、午後1時30分～3時30分	榛名支所 101会議室	榛名支所地域振興課 ☎027-374-5118
		11月27日(水)午後1時～4時	吉井支所 1階相談室	吉井支所地域振興課 ☎027-387-3112
	相続(行政書士)相談	11月12日(火)午後1時～4時	市役所1階 市民相談室	市民生活課 ☎027-321-1227
		11月15日(金)午後1時～4時	群馬支所 2階会議室	群馬支所地域振興課 ☎027-373-1212
	税 務 相 談 公証相談(遺言など)	11月19日(火)午後1時～4時(予約制、定員12人)	市役所1階 市民相談室	市民生活課 ☎027-321-1227 相談日の前日まで予約受け付け
		11月21日(木)午後1時30分～4時	市役所1階 市民相談室	市民生活課 ☎027-321-1227
	登 記 相 談	11月26日(火)午後1時～4時	市役所1階 市民相談室	市民生活課 ☎027-321-1227
	高 齢 者 相 談 (相続・成年後見など)	第2・4日曜、午後1時～4時(予約制、定員3人)	高齢者福祉なんでも相談センター (連雀町)	高齢者福祉なんでも相談センター ☎027-329-7070 相談日の前月1日から予約受け付け
	高 齢 者 相 談 (老後資金年金相続など)	毎週水曜・第4土曜、午後1時～4時(予約制、定員3人)		
	空き家・相続出張相談	月～土曜、午前9時～午後6時(予約制)	外出が難しい人などの自宅(市内)に訪問します	行政書士高崎事業協同組合 ☎080-8090-0222
一 般 相 談	一 般 相 談	月～金曜、午前9時～午後4時	市役所1階 市民相談室	市民生活課 ☎027-321-1227
	消 費 生 活 相 談	月～金曜、午前9時～午後4時30分	市役所1階 消費生活センター	消費生活センター ☎027-327-5155
	男女共同参画相談	月～金曜、午前9時～午後4時	市民活動センター・ソシアス	男女共同参画センター ☎027-329-7119
	外 国 人 相 談	英語＝月～金曜、午前8時30分～午後4時30分 中国語とポルトガル語＝月・木曜、午後1時～5時 ベトナム語＝金曜、午前8時30分～午後0時30分	市役所2階 国際交流コーナー	文化課 ☎027-321-1201
	交 通 事 故 相 談	木曜、午前9時～午後4時(予約制)	市役所1階 市民相談室	地域交通課 ☎027-321-1231
	農 業 相 談	月～金曜、午前8時30分～午後5時15分(予約制、祝日を除く)	市役所14階 農業委員室	農業委員会事務局 ☎027-321-1299
	福祉求職・求人相談	月～金曜、午前9時～午後5時	群馬県福祉マンパワーセンター	群馬県福祉マンパワーセンター ☎027-255-6600
	就職活動個別相談会	毎月第1火曜、午後1時30分～4時30分(予約制)	市役所20階 会議室	ぐんま若者サポートステーション ☎027-212-3630
	教 育 相 談	月～金曜、午前10時～午後5時	教育センター	市教育センター ☎027-329-7111
教 育 ・ 福 祉	こども発達相談	月～金曜、午前8時30分～午後5時15分(予約制)	市役所17階 こども発達支援センター	こども発達支援センター ☎027-321-1351
	高齢者のための相談	月～金曜、午前8時30分～午後5時15分	各地域の高齢者あんしんセンター	長寿社会課 ☎027-321-1319
	障 害 が あ る 人 の た め の 相 談	火～日曜、午前10時～午後6時	総合保健センター2階 障害者支援SOSセンター	障害者支援SOSセンター(ばる～ん) ☎027-325-0111 FAX027-325-0112
		月～土曜、午前9時～午後5時	総合福祉センター1階 障害者サポートセンター	障害者サポートセンターる～ぶ ☎027-370-8827 FAX027-370-8831
悩 み	なやみごと相談	金曜、午後1時～4時(予約制)	中央公民館	中央公民館 ☎027-322-8605
	家庭児童・女性相談	月～金曜、午前8時30分～午後5時15分	市役所4階 こども救援センター	こども救援センター ☎027-321-1315
	青少年悩みごと相談	月～金曜、午前8時30分～午後5時15分	市役所16階 防犯・青少年課	防犯・青少年課 ☎027-322-2559
	人 権 相 談		たかさき人権プラザ(倉賀野町)	人権男女共同参画課 ☎027-321-1228
		11月19日(火)午後1時30分～3時30分	倉渕支所3階倉渕公民館学習室3 箕郷支所 3階第4会議室 群馬支所 2階会議室 新町支所 西庁舎2階会議室 榛名支所 101会議室 吉井支所 1階相談室	倉渕支所地域振興課 ☎027-378-4521 箕郷支所地域振興課 ☎027-371-4185 群馬支所地域振興課 ☎027-373-1212 新町支所地域振興課 ☎0274-42-1235 榛名支所地域振興課 ☎027-374-5118 吉井支所地域振興課 ☎027-387-3112
電 話 相 談	D V 電 話 相 談	月～金曜、午前9時～午後4時	専用電話 ☎027-381-6223	
	犯罪被害者電話相談	月～金曜、午前9時～午後4時	専用電話 ☎027-321-2173	
	いじめSNS電話相談	月～金曜、午前8時30分～午後10時	専用電話 ☎027-321-1359(小・中学生を対象)	
	児童虐待電話相談	毎日24時間	専用電話 ☎027-321-1318	
	障害者虐待電話相談	毎日24時間	専用電話 ☎027-388-8824	

各種相談ガイド

11月10日(回)～12月9日(月)

高崎アリーナで行われる大会を紹介

問/高崎アリーナ ☎027-329-5447
(インフロニア B.LEAGUE U18 CHAMPIONSHIP 2024 は大会特設サイトの問い合わせフォームへ)

第77回全日本新体操選手権大会

新体操の男女個人・団体の日本一を決める大会です。チケットの購入方法など詳しくは、日本体操協会のホームページで確認してください。

期日と内容 11月8日(金)=女子団体予選(フープ5)、男女個人前半9日(土)=女子団体予選(リボン3・ボール2)、男子団体予選、男女個人後半 10日(日)=種目別決勝



インフロニア B.LEAGUE U18 CHAMPIONSHIP 2024

将来 B.LEAGUE や世界でプレーすることを目標とする選手が集まる B.LEAGUE U18。本大会は、全 38 チームが出場します。

期日 11月29日(金)～ 12月2日(月) **入場料** 無料



広報高崎×Instagram

#美しい高崎
#beautifultakasaki



@hayapon515 さん



@rikko206 さん

Instagramでつながろう



撮影した写真に「#美しい高崎」や「#beautifultakasaki」をつけて Instagram に投稿してください。毎月投稿された写真から掲載します。応募の際は注意事項を守ってください。



広報課から

10月20日撮影
高崎マーチングフェスティバル

大樹生命 W リーグ 2024-25 レギュラーシーズン 高崎大会

女子バスケットボールの国内トップリーグ・W リーグが開幕。W リーグフューチャーの全 6 チームが集結します。

期日 11月23日(祝)・24日(日)

高崎市民特別チケットを用意

有料の 1 階自由席と、無料の 2 階自由席があります。チケットには限りがあります。申込方法など詳しくは、高崎アリーナのホームページ(右記)で確認してください。

申込期間 11月7日(木)午前9時～ 21日(木)午後7時



NEXUS presents

高円宮杯フェンシングワールドカップ大会 2024

パリ五輪で金メダルを獲得した男子フルーレ団体をはじめ、日本代表や世界のトップ選手が出場します。

期日と内容 12月6日(金)=男子フルーレ個人予選 7日(土)=男子フルーレ個人決勝 8日(日)=男子フルーレ団体予選・決勝 **入場料** 無料



＼わが家の天使／

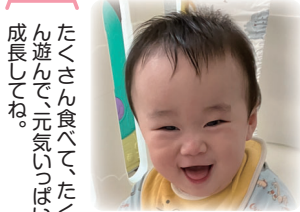
My City's Angel



まつき
松本 夏生ちゃん
(1歳3か月)



このか
高橋 好花ちゃん
(9か月)



ひなた
西澤 陽向ちゃん
(1歳2か月)



まなと
廣木 真人ちゃん
(5か月)



ゆらちゃん
遠間 ゆらちゃん
(6か月)



あかり
小嶋 明花梨ちゃん
(11か月)

	11月17日 ^①	11月23日 ^②	11月24日 ^③	12月1日 ^④	12月8日 ^⑤	12月15日 ^⑥
内科	中島内科医院 (下佐野町) ☎027-347-3553	月岡内科医院 (岩鼻町) ☎027-346-1226	小林内科胃腸科医院 (井野町) ☎027-362-5188	そはら内科 (貝沢町) ☎027-370-0011	乾小児科内科医院 (宮元町) ☎027-322-3252	有賀クリニック (東町) ☎027-326-1711
	松本医院 (相生町) ☎027-322-5913	豊岡呼吸器科内科クリニック (上豊岡町) ☎027-340-1159	細谷クリニック (沖町) ☎027-343-0230	佐々木医院 (昭和町) ☎027-327-1911	佐藤呼吸器科医院 (飯塚町) ☎027-362-5122	五百山クリニック (乗附町) ☎027-384-6508
小児科	高崎中央病院 (高関町) ☎027-323-2665	ひうら医院小児科 (剣崎町) ☎027-344-1175	城山クリニック (城山町2丁目) ☎027-327-2759	宮下クリニック (新保町) ☎027-360-5577	あらいキンダークリニック (下中居町) ☎027-325-4152	くらがのファミリークリニック (倉賀野町) ☎027-346-0880
	夜間休日急病診療所(総合保健センター1階☎027-381-6119)、午前9時～正午					
外科	高崎中央病院 (高関町) ☎027-323-2665	野口病院 (請地町) ☎027-322-2288	黒沢病院 (矢中町) ☎027-352-1166	高瀬記念病院 (南大類町) ☎027-353-1156	真下クリニック (新保町) ☎027-370-6511	第一病院 (下小鳥町) ☎027-362-1811
整形外科	植原整形外科医院 (飯塚町) ☎027-364-8180	真中記念クリニック (南大類町) ☎027-352-7211	整形外科はせべ医院 (井野町) ☎027-361-0177	植原整形外科医院 (飯塚町) ☎027-364-8180	整形外科はせべ医院 (井野町) ☎027-361-0177	植原整形外科医院 (飯塚町) ☎027-364-8180
婦人科	セキールレディースクリニック (栄町)☎027-330-2200 診療時間は午前9時～正午	ヒルズレディースクリニック (前橋市総社町) ☎027-253-4152	上条女性クリニック (栗崎町)☎027-345-1221 診療時間は午前9時～正午	ペルフィエールレディースクリニック (前橋市南町4丁目) ☎027-223-3114	夜間休日急病診療所 (高松町)☎027-381-6119 診療時間は午前9時～正午	マザーズクリニックTAMURA (前橋市小屋原町) ☎027-266-8803
11月17日・24日・12月8日の午後1時～6時は、産科婦人科館出張佐藤病院(若松町☎027-322-2243)で診療します。						
耳鼻科	たかさき耳鼻咽喉科 (上大類町) ☎027-352-3341	耳鼻咽喉科川島クリニック (前橋市西片貝町1丁目) ☎027-260-1187	耳鼻咽喉科長谷川医院 (片岡町2丁目) ☎027-323-4196	いづか耳鼻咽喉科 (前橋市樋越町) ☎027-280-2111	清水耳鼻咽喉科 (京目町) ☎027-353-4533	小原沢耳鼻咽喉科医院 (前橋市青柳町) ☎027-232-6314
眼科	小林眼科 (南大類町) ☎027-353-4110	ひまわり眼科 (前橋市青柳町) ☎027-230-1230	高崎タワークリニック (東町) ☎027-384-8241	羽鳥眼科 (前橋市天川町) ☎027-243-3711	まゆづみ眼科医院 (日高町) ☎027-388-8461	横地眼科医院 (前橋市平和町2丁目) ☎027-231-5330
群馬郡医師会	関越中央病院 (北原町) ☎027-373-5115	じゅん内科 (井出町) ☎027-388-0477	細谷医院 (本郷町) ☎027-343-6010	みさと診療所 (箕郷町上芝) ☎027-350-6080	ふるしま医院 (下里見町) ☎027-360-8100	土岐医院(小児科) (本郷町) ☎027-343-6003
		多聞内科クリニック (福島町) ☎027-310-0600	砂長胃腸科外科医院 (稻荷台町) ☎027-373-2263	いたがき内科クリニック (中泉町) ☎027-372-8822	ニコ内科クリニック (棟高町) ☎027-386-2592	あすなるクリニック (棟高町) ☎027-372-8060
藤岡多野医師会	薬師寺整形外科クリニック (藤岡市下栗須) ☎0274-20-1555	篠塚病院 (藤岡市篠塚) ☎0274-23-9261	日高リハビリテーション病院 (吉井町馬庭) ☎027-388-2005	鬼石病院 (藤岡市鬼石) ☎0274-52-3121	くすの木病院 (藤岡市藤岡) ☎0274-24-3111	根岸産婦人科小児科医院 (藤岡市中栗須) ☎0274-24-1111
	おおすかこどもクリニック (藤岡市藤岡) ☎0274-25-8676	飯田整形外科医院 (藤岡市篠塚) ☎0274-22-5770	光病院 (藤岡市本郷) ☎0274-24-1234	田原内科クリニック (藤岡市藤岡) ☎0274-23-2552	中田医院 (藤岡市藤岡) ☎0274-22-0385	やまうち内科 (藤岡市藤岡) ☎0274-24-5792
			石川医院 (藤岡市立石) ☎0274-40-2535			小山医院 (藤岡市中) ☎0274-20-1200
夜間	夜間休日急病診療所(総合保健センター 1階☎027-381-6119) ●診療日時 月～金曜日＝午後7時30分～10時 土・日曜日、祝日＝午後7時～10時 ●診療科目＝内科、小児科					
	夜通し薬局▶ 高崎相生薬局(相生町☎027-325-4100) ●深夜早期営業時間(365日)＝午前0時～8時					
歯科	休日応急歯科診療所(総合保健センター 1階☎027-381-6120) ●診療日時＝土曜日は午後8時～10時、日曜日・祝日は午前10時～正午と午後1時～3時 吉井地域：里村歯科クリニック(吉井町池☎027-387-8114) ●診療日時＝12月8日(日)午前9時～正午					
接骨院	林接骨院 (箕郷町西明屋) ☎027-371-3708	牛込接骨院 (台新田町) ☎027-346-5814	川浦接骨院 (箕郷町西明屋) ☎090-8058-5360	こじま接骨院 (東貝沢町1丁目) ☎027-363-8668	向井接骨院 (棟高町) ☎027-373-4545	忍冬堂小野接骨院 (足門町) ☎027-372-0636
	櫻井並榎接骨院 (上並榎町) ☎027-322-6658	だいじゅ接骨院 (北原町) ☎027-388-1543	観音塚牛込接骨院 (上佐野町) ☎027-325-5941	わこう接骨院 (片岡町3丁目) ☎027-321-8872	坂井接骨院 (江木町) ☎027-323-0090	あさみ接骨院 (栄町) ☎027-329-6909
	たちばな鍼灸接骨院 (上中居町) ☎027-393-6810	桜井(保男)接骨院 (剣崎町) ☎027-344-1500	おおるい接骨院 (南大類町) ☎027-384-8607	鈴木(行正)接骨院 (金古町) ☎027-373-0108	まつばら接骨院 (大橋町) ☎027-384-4793	ほりぐち鍼灸接骨院 (新保町) ☎027-353-4155
●病院案内(24時間、高崎・倉渕・箕郷・群馬・新町・榛名地域☎027-325-0011、吉井地域☎0274-23-6699) ●子ども医療電話相談(☎#8000)、月～土曜日＝午後6時～翌午前8時、日曜日・祝日＝午前8時～翌午前8時						

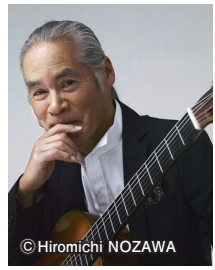
Event Guide

チケット メンバーズ

高崎芸術劇場 大友直人Presents
T-Mastersシリーズ vol.9

荘村清志 ギター・リサイタル

今年デビュー 55周年を迎えた、日本ギター界の第一人者・荘村清志さん。デビュー当時から弾き続けるギターの名曲をお届けする、昼下がりのリサイタルです。



荘村清志さん

日 来年2月16日(日)午後2時開演
会 高崎芸術劇場 音楽ホール
曲 バッハ「シャコンヌ」、タレガ「アルハンブラの想い出」ほか
入 S席5,000円、A席4,000円、25歳以下(A席)1,500円(全席指定、未就学児は入場できません)
チ インターネット(メンバーズ)と高崎芸術劇場チケットセンター(☎027-

321-3900)、取扱窓口で販売中
問 高崎芸術劇場チケットセンター

チケット メンバーズ

Meet the オーケストラ!

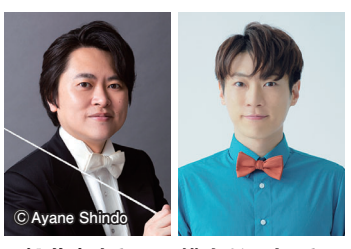
オーケストラといっしょ! ～0歳からのコンサート



チケットはこちら

群馬交響楽団による、人気の未就学児向けコンサートです。感性が豊かな子どもたちにこそ聴いてほしい、楽しい歌やクラシックの名曲をお届けします。

日 来年2月8日(土)午後2時30分開演
会 高崎芸術劇場 大劇場
出 松井慶太(指揮)、横山だいすけ(うた)
曲 「ぼよん行進曲」ほか



松井慶太さん

横山だいすけさん

入 S席3,500円、A席3,000円、B席2,000円(全席指定。当日3歳以上は有料、3歳未満でも席が必要な場合は有料)
チ 取扱窓口など各プレイガイドで11月29日(金)発売(インターネットでの販売は28日(木)午前10時から)
問 群馬交響楽団事務局(☎027-322-4316)

チケット

高崎芸術劇場チケットセンターは午前10時～午後6時に、音楽センター・市文化会館・シティギャラリー・箕郷文化会館・新町文化ホール・榛名文化会館・吉井文化会館・倉洲支所・群馬支所は午前8時30分～午後5時15分(発売日は午前10時から)に販売します。倉洲・群馬支所は土・日曜日と祝日、箕郷・新町・榛名・吉井の各館は月・火曜日、音楽センターと市文化会館は月曜日の販売はありません。

凡例 … **日**:日時 **会**:会場 **出**:出演 **曲**:曲目 **内**:内容
入:入場料 **チ**:チケット **申**:申し込み **問**:問い合わせ先

チケット メンバーズ

第24回 高崎演能の会

本市出身の能楽師・下平克宏さんによる能楽公演です。能の名曲「百萬」^{ひゃくまん}「鞍馬天狗」^{くらまてんぐ}を上演。また、野村萬斎さんが狂言「鬼瓦」を演じます。

日 来年2月9日(日)午後1時30分開演
会 高崎芸術劇場 スタジオシアター
出 下平克宏、野村萬斎ほか
入 S席1万円、A席8,000円、B席5,000円(全席指定、未就学児は入場できません)
チ インターネット(メンバーズ)と高崎芸術劇場チケットセンター(☎027-321-3900)、取扱窓口で販売中
問 高崎芸術劇場チケットセンター



下平克宏さん



野村萬斎さん

チケット メンバーズ

群馬交響楽団×高崎芸術劇場
GTシンフォニック・コンサート vol.6

ザ・オーケストラ・サウンド

宇宙戦艦ヤマトをはじめとする名曲の数々を、豪華ソリストと共に奏でます。壮大なオーケストラ・サウンドが導く、銀河を超える音楽の旅をお楽しみください。

日 来年3月1日(土)午後2時開演
会 高崎芸術劇場 大劇場
出 大友直人(指揮)、三浦文彰(バイオリン)、横山幸雄(ピアノ)、小林沙羅(ソプラノ)、群馬交響楽団
曲 羽田健太郎(テーマモチーフ:宮川泰)「交響曲(宇宙戦艦ヤマト)」、チャイコフスキー「バレエ音楽(白鳥の湖) セレクション」ほか
入 一般=S席5,000円、A席4,000円、B席3,000円 25歳以下=S席2,500円、A席2,000円、B席1,500円(全席指定、未就学児は入場できません)
チ インターネット(メンバーズ) = 11月8日(金)午前10時発売 電話 = 12日(火)午前10時から高崎芸術劇場チケットセンター(☎027-321-3900)で受け付け 窓口=取扱窓口で13日(水)発売
問 高崎芸術劇場チケットセンター



大友直人さん



三浦文彰さん



横山幸雄さん



小林沙羅さん

メンバーズ

パソコンやスマートフォンから24時間いつでもチケットの予約・購入ができます。

メンバーズの登録はこちらから▶



市ホームページや各媒体で、さまざまな情報を発信しています



市ホームページ



LINE



Facebook



YouTube



X



Instagram

