

広報高崎

No.1570

9.15
2022

Takasaki
Public
Relations



市内の中小企業に就職した若者が対象

就職奨励金を交付します.....P4

各地で夏を盛り上げた高崎の夏祭り.....P6

ユネスコ「世界の記憶」登録5周年

本市が誇る歴史遺産・上野三碑.....P8

たかさき

すまいる

未来

高崎市消防団と
高崎市女性防火クラブ

新型コロナウイルスのワクチン接種のお知らせ



接種を希望する人は早めの予約を

個別・集団接種を継続しています

市は、新型コロナウイルスのワクチン接種を継続しています。1~4回目の接種を、個別・集団接種で実施中。接種を希望する人は、早めの予約を検討してください。今月号では、1~4回目のワクチンの接種の概要や、感染拡大防止やスムーズな接種のための市の取り組みなどについてお知らせします。問い合わせは、ワクチン接種については高崎市コロナワクチン問合せ電話（☎395・7300）へ、消毒液の配布については保健医療総務課（☎381・6111）へ。

市は、新型コロナウイルスのワクチン接種を行っています。1~4回目の接種の対象となる人は、次のとおりです。

- 1・2回目 5歳以上の人
- 3回目 12歳以上の人
- 4回目 ①60歳以上の人 ②18~59歳で、基礎疾患のある人が医療従事者・高齢者施設などの従事者

4回目は前回の接種から5か月経過すれば接種可能

4回目の接種は、3回目の接種日から5か月経過していれば受けられます。接種券は、3回目の接種日

の4か月後を目安に発送します。事前の申請は必要ありません。

18~59歳で4回目の接種の対象となる人

接種を希望する人は、接種券の事前申請を行ってください。申請方法は、左ページを参照してください。

個別接種が集団接種で受けられます

市内約200か所の病院や診療所での個別接種と、市役所など市内8か所での集団接種を実施中です。接種を希望する人は、接種券に同封のお知らせから会場を選んで、予約してください。

最新情報は市ホームページで確認できます



18~59歳で4回目の接種の対象となる人は、事前に接種券の申請を

対象となる人

次のいずれかに当てはまる人です。対象となる基礎疾患は、市ホームページで確認してください。診断書などは必要ありません。

- ①対象となる基礎疾患があり、通院か入院をしている
- ②肥満度を表す指標・BMIが30以上
- ③新型コロナウイルスに感染した場合の重症化リスクが高いと医師に認められた
- ④医療従事者・高齢者施設などの従事者

申請方法

市ホームページ（下記）から電子申請で受け付けます。ファクス・郵送でも受け付け。ファクス・郵送での申請は、市ホームページから申請書をダウンロードして記入し、ファクス（☎381-6125）で送るか、〒370-0829高松町5-28 市総合保健センター新型コロナウイルスワクチン接種対策室「接種券発行」係へ郵送してください。

4回目接種の接種券の事前申請はこちらから



喉の痛みやせき、発熱など気になる症状のある人は相談してください

かかりつけ医のある人

気になる症状があるときは、まずはかかりつけ医に相談してください。

かかりつけ医がない、どこを受診したら良いかわからない人

かかりつけ医がない、どこを受診したら良いかわからない人は、近所の病院や診療所、下記の相談窓口にご相談ください。相談窓口では、診療できる医療機関を案内します。

- 市受診・相談センター（☎381-6112）
月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分（開設時間以外は県受診・相談センターへ）
- 県受診・相談センター（☎0570-082-820）
24時間
- 発熱者外来予約専用電話（☎381-6000）
土・日曜日、祝日、午前9時30分～正午

市ホームページで、熱のある人などの診療・検査を行う医療機関の一覧が見られます



感染拡大の防止とスムーズな接種の体制作りに取り組んでいます

区長などに手指消毒液を配布

市は、区長と民生委員・児童委員に手指消毒液を配布します。消毒液はスプレー式の携帯用（50ml）で、1人につき1本を配布。家庭を訪れることの多い区長などの、感染拡大防止を支援します。



高崎駅西口に臨時接種会場を開設

8月26日～9月4日、高崎駅西口の高崎オーパ前ペDESTリアンデッキに臨時接種会場を開設しました。予約なしでも受けられ、多くの人が利用。市はこれまでも、臨時接種会場の開設や巡回接種バスの運行などを実施してきました。今後も、スムーズな接種のための取り組みを行っていきます。



* * *

引き続き感染予防をお願いします

新型コロナウイルスの感染者数が高い水準にあります。ワクチン接種の有無にかかわらず、マスクの着用や定期的な換気、手洗い・手指消毒、人との間隔を空けるなど、引き続き感染防止対策をお願いします。

問い合わせは、保健予防課（☎381-6112）へ。



マスク着用中の熱中症にご注意ください。屋外では、人との距離が2m以上空けられる場合や、会話をほとんど行わない場合は、マスクを外すことが推奨されています。

接種の予約

電話は予約電話へ
☎0120-08-5670
月～金曜日、午前9時～午後6時

インターネットは
専用ホームページ(右記)へ



若者を応援する就職奨励金はこんな制度です

対象者

次の①～③の全てに当てはまる29歳以下の人です

- 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
- 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

市外に本社のある企業に就職した場合でも、最初に市内の事業所などに配属された人は、交付の対象になります

就職先の中小企業は次のいずれかです

- 中小企業基本法第2条第1項各号のいずれかに該当する
- 社会福祉法に基づき設立された社会福祉法人
- 医療法に基づき設立された病院
- その他の法人、団体（協同組合、商工会、同業組合、学校法人）

企業の採用担当者に聞きました

若手の積極的な採用に力を入れています。若い人たちの柔軟な考えや新しいことに挑戦する行動力は、会社にとって大きな力ですよ。社員には、市内の大学を卒業して入社した人もいます。この制度が後押しして、高崎で就職する若者がもっと増えることを期待しています。会社としても、これからも若い人たちの受け皿になっていきたいと思っています。

会社にとって若者は大きな力です



櫻井 峻さん
(小売販売業・筑縄町)

交付額

1人あたり10万円。電子地域通貨「高崎通貨」で交付します。

高崎通貨を利用するには、スマートフォンのアプリのダウンロードなどが必要です。詳しくは、市ホームページで確認してください

申請方法

10月1日(土)から、市ホームページで電子申請により受け付けます。

申請には次の書類が必要です

- 在職証明書（様式は市ホームページからダウンロードできます）
- 卒業証明書など、労働契約締結前の1年以内に大学などを卒業したことが分かる物

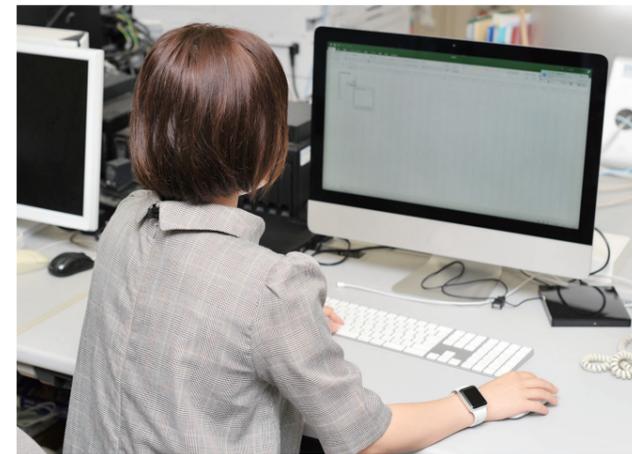
「高崎通貨」は市内の店舗で利用できる電子地域通貨です

高崎通貨は、スマートフォンのアプリを使った電子地域通貨です。店頭で置かれた2次元コードを読み取って、簡単に支払いができます。

店舗を営む皆さまへ 高崎通貨の加盟店を募集中です

市は、高崎通貨の加盟店を募集しています。高崎通貨は、みずほ銀行が提供するスマホ決済サービス「J-Coin Pay」を利用します。新たな機器の設置は不要で、登録料もかかりません。高崎通貨の手料金は市が負担します。すでにJ-Coin Payの加盟店になっている店舗は、手続き不要で高崎通貨の取り扱いができるようになります。

申し込みは、市ホームページ（右記）にある申し込みフォームから行ってください。詳しくは、商工振興課（☎321-1256）にお問い合わせるか、市ホームページで確認してください。



中小企業の人材確保と若者の市内定着を促進

市内の中小企業に就職した若者に10万円分の就職奨励金を交付します

対象となるのは、次の①～③の全てに当てはまる29歳以下の人です。

- 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
- 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

市外に本社のある企業に就職した場合でも、最初に市内の事業所などに配属された人は、対象となります。

対象は市内の中小企業に就職した29歳以下の人

市は、市内の中小企業に就職した若者に、10万円分の就職奨励金を交付します。これは、中小企業の人材確保を支援し、若者の本市への定着・流入を促進するためのものです。

市は、市内の中小企業に就職した若者を対象に、就職奨励金を交付します。金額は10万円です。市内で使える電子地域通貨「高崎通貨」として交付。中小企業の人材確保と若者の本市への定着を促進し、市内経済の活性化にもつなげます。今回事業所では、就職奨励金の概要や高崎通貨の加盟店募集などについてお知らせします。問い合わせは、産業政策課（☎321-1255）へ。

就職奨励金は電子地域通貨「高崎通貨」で交付

奨励金は、市内の加盟店で使える電子地域通貨「高崎通貨」として交付します。高崎通貨を使うには、スマートフォンのアプリを利用。店頭で2次元コードを読み取って、簡単に支払いができます。

市ホームページ





8/21 ぐんま「はにわの里」夏まつり

古墳越しに見える花火が、この祭りの特徴。地元の和太鼓会が会場を盛り上げた



8/27 くらぶちの夏祭り

和太鼓やお囃子の演奏でスタート。日中降っていた雨が上がり、きれいな花火が打ち上がった



7/31 箕郷ふるさと祭り

ステージバンドに合わせて踊る人やふれあい広場のプールで遊ぶ子どもなど、久しぶりの夏祭りを楽しんだ



8/5 榛名の祭り花火大会

榛名湖は霧に覆われたが、終盤に水中花火が湖面を染めると、会場からは拍手と歓声が湧き起こった



8/20 吉井ふるさと祇園まつり

昼間は和太鼓やダンスステージで盛り上がり、夕方からの盆踊りは大人も子どもも輪になって踊った



8/16 新町ふるさと祭り 花火大会・灯ろう流し

幻想的な夕暮れの中で、人々の願いを込めた灯ろうが川面を彩った



各地で夏を盛り上げた 高崎の夏祭り



市ホームページで、各地の祭りの様子が写真集と動画で見られます



9/3・4 高崎まつり・山車まつり・技能祭

3年ぶりの祭りは、初日の雨にも負けずたくさんの方が訪れた。神輿、山車、阿波踊り、木遣、和太鼓が祭りを盛り上げた。大花火大会では、1万5,000発の花火が夜空を鮮やかに彩った。マスクの着用などの感染対策をしながら、出演者も来場者も3年分の思いを乗せて全力で楽しんだ



「世界の記憶」登録 5 周年記念イベント

記念事業①

上野三碑の特別公開



普段はガラス越しに見学している三碑を直接見ることができる、貴重な機会です。当日は、ボランティアによる案内・解説を行います。

●日時= 10月30日(日)・31日(月)、午前9時～午後3時 ●会場=山上碑(山名町)、多胡碑(吉井町池)、金井沢碑(山名町) ●費用=無料
上野三碑ボランティア3団体感謝状贈呈式

日頃から三碑の保存・普及活動に尽力しているボランティア3団体「上野三碑ボランティア会」「山上碑・金井沢碑を愛する会」「NPO法人上野三碑をつなぐ会」へ、感謝状を贈呈します。贈呈式中は、多胡碑の見学はできません。

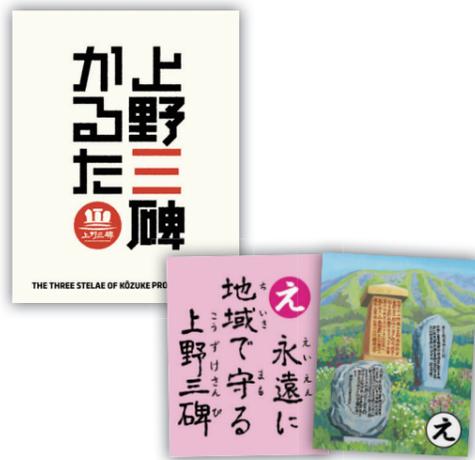
●日時= 10月31日(月)午前11時～11時20分 ●会場=多胡碑前

記念事業②

上野三碑かるた大会

上野三碑普及推進会議と市教育委員会、NPO法人上野三碑をつなぐ会は、上野三碑かるた大会を開催します。本大会では、小学生と中学生以上に分けて対戦相手を決定します。参加申し込みをすると、練習用に上野三碑かるたをプレゼント。さらに、勝った人には賞品も用意しています。ぜひ気軽に参加してください。

●期日= 11月3日(祝) ●時間と内容 ①午前10時～正午=2人1組のチーム戦 ②午後2時～4時=個人戦 ●会場=吉井運動公園体育館 ●対象=①小学4年生以下の子どもと大人②小学5年生以上の人 ●定員=先着①50組②50人 ●費用=無料 ●申し込み=9月22日(木)～10月17日(月)に、電話で文化財保護課へ



 <p>山上碑 やまのうつわひ 681年建立</p> <p>完全な形で残っているものとしては日本最古の石碑。刻まれた漢字53字は、日本語の語順で読むことができる。僧侶の長利が、亡き母の黒壳刀自を供養するために建てたもの。黒壳刀自は隣接する山上古墳に葬られたと考えられており、供養の石碑と古墳が残る国内唯一の例</p>	 <p>多胡碑 たごひ 711年頃建立</p> <p>日本三古碑の一つ。石碑は、笠石・碑身・台石からなり、80字が刻まれている。当時の中央政府の命により、多胡郡が新設されたことを記念して建てられたもの。その優れた書風は、江戸時代に朝鮮通信使を通じて中国でも評判となった</p>
 <p>金井沢碑 かないざわひ 726年建立</p> <p>古代豪族三宅氏が、先祖供養のため建立したもので、仏教によってつながった人々の様子が刻まれている。三宅氏は山上碑に記された「佐野三宅」(ヤマト政権の地方支配拠点)を管理した豪族の末裔とみられる。初めて「群馬」の文字が使われた</p>	

ユネスコ「世界の記憶」登録5周年

本市が誇る歴史遺産・上野三碑

貴重な歴史遺産である、古代の3つの石碑・上野三碑。平成29年にユネスコ「世界の記憶」に登録され、今年で5周年を迎えます。今回号では、上野三碑の概要と、5周年を記念したイベントについてお知らせします。問い合わせは、文化財保護課(☎321-1292)へ。

平成29年10月31日にユネスコ「世界の記憶」に登録された上野三碑。飛鳥から奈良時代に建てられた「山上碑」「多胡碑」「金井沢碑」の総称で、現存する日本最古の石碑群です。全国に残る古代碑・石塔はわずか18例で、そのうちの3つの碑が市内の直径3キロの範囲に集中。その関連性などから読み解ける歴史的価値は非常に高く、いずれも国宝と同じ価値のある、国の特別史跡に指定されています。

上野三碑が「世界の記憶」に登録されて、今年で5周年を迎えます。これを記念し、三碑の特別公開や上野三碑かるた大会、多胡碑記念館の企画展など、さまざまなイベントが行われます(左ページ参照)。また、県立歴史博物館

多胡碑記念館の企画展

知りたい! 多胡郡正倉～多胡碑周辺遺跡の調査から～

■会期=10月8日(土)～11月27日(日) ■会場=多胡碑記念館(☎387-4928)

多胡碑記念館は、市教育委員会が平成24年から調査している多胡碑周辺遺跡や、調査の過程で発見された「上野国多胡郡正倉跡」について紹介する企画展を開催します。

上野国多胡郡正倉跡(吉井町池)は、多胡碑の南で発見された、瓦葺きの正倉の遺構を含む遺跡です。正倉とは古代の役所の一部で、税として集めた米などの穀物を保管する倉庫のことをいいます。調査によって、上野国多胡郡正倉跡が多胡碑と同じ奈良時代に造られた正倉院であることが事実となり、歴史的価値の高い重要な遺跡と認められ、令和2年に国の史跡に指定されました。

本展では、多胡郡正倉跡で出土した瓦などの資料や、遺構の写真などを展示します。展示物をじっくり観察し、約1,300年の歴史に思いをはせてはいかがでしょうか。

●開館時間=午前9時30分～午後5時(入館は閉館の30分前まで) ●休館日=月曜日(10月10日・31日を除く)、10月11日(火) ●観覧料=無料



出土瓦による屋根瓦の復元

平成29年10月31日にユネスコ「世界の記憶」に登録された上野三碑。飛鳥から奈良時代に建てられた「山上碑」「多胡碑」「金井沢碑」の総称で、現存する日本最古の石碑群です。全国に残る古代碑・石塔はわずか18例で、そのうちの3つの碑が市内の直径3キロの範囲に集中。その関連性などから読み解ける歴史的価値は非常に高く、いずれも国宝と同じ価値のある、国の特別史跡に指定されています。

上野三碑が「世界の記憶」に登録されて、今年で5周年を迎えます。これを記念し、三碑の特別公開や上野三碑かるた大会、多胡碑記念館の企画展など、さまざまなイベントが行われます(左ページ参照)。また、県立歴史博物館

無料のバスを運行中です
10月30日・31日は増便

多胡碑・山上碑・金井沢碑を結ぶ無料の巡回バス「上野三碑めぐりバス」を運行しています。上信電鉄吉井駅を起点に、およそ45分間隔で1日8往復を運行。10月30日(日)・31日(月)は、15往復に増便します。運行予定など詳しくは、市ホームページで確認できます。バスの運行状況などに関する問い合わせは、上信ハイヤー(☎322-1212)へ。

市ホームページ



市美術館企画展

アルフォンス ミュシャ展

美しき時代の女神たち

会期 = 9月23日(祝) ~ 11月27日(日)

会場 = 市美術館 (☎ 324-6125)



〈夢想 シャンブノア〉1897年 カラーリトグラフ
OGATAコレクション

19世紀末から20世紀初頭のパリは、産業や科学技術の進歩、経済の発展を背景に人々が豊かな生活をおうか謳歌し、美しき時代「ベル・エポック」と呼ばれました。この時代にパリに移り住んだチェコ出身の画家、アルフォンス・ミュシャは、フランスの国民的女優だったサラ・ベルナールの演劇ポスターを手がけ、一躍脚光を浴びました。華やかな女性像と、渦巻く植物のモチーフを組み合わせた装飾を生み出し、本の挿絵や演劇をはじめとしたポスターなどの作品を次々に制作。ベル・エポックの中で巻き起こった新しい芸術「アール・ヌーボー」を代表する画家として、絶大な人気を誇りました。

本展では、ミュシャ作品の世界的な収集家として知られる尾形寿行さんのコレクションを中心に、ポスターや装飾パネル、香水瓶など珠玉の作品約300点を展示。「装飾パネルの女神たち」「ミュシャの挿絵の魅力」など6つのテーマをとおして、多彩な表現をご堪能ください。

期間中、学芸員によるギャラリートークを行います(予約制)。

美術館案内

●時間 = 午前10時～午後6時(金曜日は午後8時まで、入館は閉館の30分前まで) ●休館日 = 月曜日(10月10日を除く)、10月11日(火)、11月4日(金)、24日(木) ●観覧料 = 一般600円、高・大学生 = 300円、65歳以上と中学生以下は無料。10月28日(金)は県民の日のため観覧料無料

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、入館などを制限する場合があります



〈桜草〉(左)
〈羽根〉(右)
いずれも1899年 カラーリトグラフ OGATAコレクション

関連事業

いずれも、時間は午後2時～3時30分で、会場は南公民館(八島町)です。

申し込みは、9月15日(木)午前10時から、電話で市美術館へ。

コレクターによる講演会

●期日 = 10月23日(日) ●内容 = 尾形寿行さんによる、アルフォンス・ミュシャの作品と生涯についての話 ●定員 = 先着50人 ●費用 = 無料

ワークショップ「ミュシャのイラスト入門」

●期日 = 11月6日(日) ●内容 = アルフォンス・ミュシャの作品に登場する人物や花などの特徴をとらえて、ミュシャ風のイラストを描く ●定員 = 先着10人 ●費用 = 300円 ●その他 = 小学3年生以下は保護者同伴

染料植物園企画展

----- 木綿 - 植物から生まれる糸と色 -----



■会期 = 10月7日(金) ~ 11月27日(日) ■会場 = 染料植物園 (☎ 328-6808)



〈藍染羽織 紺地五本骨月丸扇文様羽織〉
江戸時代

染料植物園は、木綿をテーマにした企画展を開催します。
木綿は、現在私たちの暮らしの中で衣類などに使われている身近な素材です。日本では従来、衣服や布団に麻が使用されていましたが、江戸時代にワタの栽培が始まると人々の暮らしは様変わり。暖かく柔らかい木綿の普及は、生活を豊かにするとともに、木綿に染まりやすい藍をはじめとした染色の楽しみを生みました。
本展では、ワタから糸を作る糸紡ぎの道具や、木綿を藍染めした羽織などの染色品約50点などを展示。植物が生み出す糸・繊維や、木綿などを染める植物染料の色彩をご覧ください。

●日時 = 11月3日(祝)午後1時 ~ 3時 ●内容 = 木綿が草木で染まりにくい理由や、染めやすくする工夫などについて実演して解説 ●対象 = 高校生以上の人 ●定員 = 先着30人 ●費用 = 200円(観覧料は別途) ●申し込み = 10月1日(土)午前9時30分から、電話で同園へ

●時間 = 午前9時 ~ 午後4時30分(入館は閉館の30分前まで) ●休館日 = 月曜日(10月10日を除く)、10月11日(火)、11月4日(金)、24日(木) ●観覧料 = 一般100円、高・大学生 = 80円、65歳以上と中学生以下は無料。10月28日(金)は県民の日のため観覧料無料
実演講演会「木綿の染色と植物繊維と植物染料のフシギな関係」



〈縞帳〉江戸時代

観音塚考古資料館の企画展

地方から見た継体朝とその前後
～6世紀前半期の群馬の古墳時代

観音塚考古資料館は、6世紀前半に県内で造られた古墳を紹介する企画展を開催します。

継体天皇が在位した6世紀前半、横穴式石室を持つ古墳が、本県を含む全国各地で造られるようになります。それまで横穴式石室は、九州や畿内など一部の地域の古墳にしか見られませんでした。継体天皇が埋葬されたと考えられている大阪府の今城塚古墳も、横穴式石室を持つ当時最大規模の前方後円墳です。

本展では、県内の古墳から出土した人や馬の埴輪など約270点を展示。古墳や出土品の形態などから、古代群馬と中央とのつながりに迫ります。



人物埴輪 (市教育委員会蔵)

問い合わせは、同館(☎343-2256)へ。

●会期=10月8日(土)～12月4日(日) ●時間=午前9時～午後4時 ●休館日=月曜日(10月10日を除く)、10月11日(火)・11月4日(金)・24日(木) ●会場=観音塚考古資料館 ●入館料=一般100円、高・大学生80円、65歳以上と中学生以下は無料。10月28日(金)は県民の日のため入館無料

関連事業

八幡台地の古墳を歩く

●日時=10月22日(土)午前9時30分～正午 ●集合場所=観音塚考古資料館 ●対象=小学5年生以上の人(小学生は保護者同伴) ●定員=先着15人 ●費用=無料 ●申し込み=10月8日(土)午前9時30分から、電話で同館へ

講演会

●日時=11月6日(日)午後1時30分～3時 ●内容=専修大学准教授による講演「群馬県における横穴式石室の導入背景」 ●定員=先着40人 ●費用=無料 ●申し込み=10月9日(日)午前9時30分から、電話で同館へ

学芸員による展示解説

●期日=10月9日・23日・11月13日・27日・12月4日の日曜日 ●時間=午後1時30分～2時 ●会場=観音塚考古資料館 ●定員=各回先着10人 ●費用=無料(入館料は別途) ●申し込み=10月8日(土)から、参加希望日の前日午後3時までに、電話で同館へ

休館のお知らせ 展示替えのため、10月3日(月)～7日(金)は休館します。

●日時=10月22日(土)午前9時30分～正午 ●集合場所=観音塚考古資料館 ●対象=小学5年生以上の人(小学生は保護者同伴) ●定員=先着15人 ●費用=無料 ●申し込み=10月8日(土)午前9時30分から、電話で同館へ

高崎が舞台の農業ドラマ「旅するサンドイッチ」が放送決定

伊藤万理華さんと富田望生さん演じる主人公たちが、サンドイッチの移動販売で訪れた高崎を舞台に、農業を営む家族と交流するテレビドラマです。ぜひご覧ください。問い合わせは、農林課(☎321-1317)へ。 ●放送日時=9月23日(祝)正午～午後1時 ●放送局=テレビ東京

市役所本庁 ☎027-321-1111
倉洲支所 ☎027-378-3111
箕郷支所 ☎027-371-5111
群馬支所 ☎027-373-1211
新町支所 ☎0274-42-1234
榛名支所 ☎027-374-5111
吉井支所 ☎027-387-3111

市は、市内に在住の人を対象に、市有施設見学会を開催します。 ●日時=10月29日(土)午前9時30分～午後3時50分 ●集合場所=吉井支所、乗附緑地駐車場、市役所 ●見学会施設=染料植物園、県立歴史博物館 ●対象=市内に在住の人 ●定員=11人(抽選) ●費用=無料 ●その他=吉井支所、乗附緑地駐車場に無料で駐車できます。昼食代550円は各自で負担 ●申し込み=9月23日(祝)正午～午後1時 ●申し込み=9月23日(祝)正午～午後1時 ●申し込み=9月23日(祝)正午～午後1時 ●申し込み=9月23日(祝)正午～午後1時

市有施設見学会



ポールを上手に使う

初心者向け ノルディックウォーキング

催し

●期日=10月7日(金)午前10時～正午 ●集合場所=榛名歴史民俗資料館 ●内容=ガイドの案内で、普段見ることのできない榛名神社周辺の史跡を歩いて巡る ●定員=先着20人 ●費用=無料 ●申し込み=10月3日(月)までに、電話で榛名歴史民俗資料館(☎374-9761)へ

榛名神社の史跡を巡る

●9月28日(水)までに、電話で広報広聴課(☎321-1205)へ。グループでの申し込みは3人まで

●期日=10月22日(土)午前9時～午後0時30分 ●集合場所=はにわの里公園駐車場(保渡田町) ●内容=ガイドの案内で、保渡田古墳群や保渡田城跡などを歩いて巡る ●定員=20人(抽選) ●費用=300円(資料代) ●申し込み=9月30日(金)までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、〒370-6476・2885へ

保渡田古墳群とその周辺を巡る

6476・2885

●期日=10月20日(木)午前10時～11時30分 ●会場=総合福祉センター1たまごホール ●内容=群馬大学医学部附属病院院長による講演「生涯現役でいるための健康増進登壇」 ●申し込み=9月23日(祝)正午～午後1時 ●申し込み=9月23日(祝)正午～午後1時 ●申し込み=9月23日(祝)正午～午後1時 ●申し込み=9月23日(祝)正午～午後1時

高崎社会大学の特別講演会

高崎経済大学の公開講演会

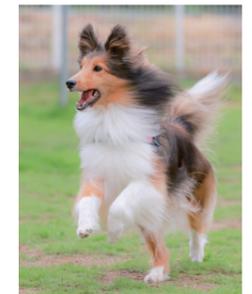
●日時=10月14日(金)午後4時～5時30分 ●会場=高崎経済大学 ●内容=地域観光プランナーによる講演「コロナ禍における持続可能な観光地域づくり」 ●対象=18歳以上の人 ●定員=先着50人 ●費用=無料 ●申し込み=10月7日(金)まで

少年科学館

●日時=10月22日(土) ●会場=創作室 ●内容=磁石の力を利用してパズルを解く ●対象=市内に在住か、在学の子供(小学生以下は保護者同伴) ●定員=18人 ●費用=300円 ●締め切り=10月6日(木) ●申し込み=9月23日(祝) ●会場=パソコン室 ●内容=プログラミング言語「スクラッチ」を使って、オリジナルのゲームを作る ●対象=市内に在住か、在学の子供(小学生以下は保護者同伴) ●定員=6人 ●費用=無料 ●締め切り=10月13日(木)

科学工作・パソコン教室

犬のしつけ方教室



市は、犬を飼っている人やこれから飼う人を対象に、しつけ方教室を開催します。 ●日時=10月9日(日)午後1時～4時30分 ●会場=市総合保健センター3階第4会議室 ●内容=犬のしつけ方や健康管理、飼い主の義務について(犬は連れて来ないでください) ●定員=先着40人(市内に在住の人を優先) ●費用=無料 ●申し込み=9月21日(水)から、電話で生活衛生課(☎381-6116)へ

実技・しつけ方を身に付ける

●日時=10月15日～11月5日の土曜日、午後1時～3時、計4回 ●会場=動物愛護センター(乗附町) ●内容=リードの持ち方や待ての練習など犬のしつけ方の基本 ●対象=今年度の犬のしつけ方教室の講座を受講して、次の全てに当てはまる人①市内に在住②犬の登録と今年度の狂犬病予防注射の接種が済んでいる③犬の混合ワクチン接種後1年以内④全ての日程を同じ人が受講できる⑤同教室の実技を初めて受講する ●定員=12組(抽選) ●費用=2,000円(保険料込み) ●申し込み=同教室の講座終了後に受け付け

中央公民館 定期利用団体の文化祭

中央公民館の定期利用サークルで構成する定期利用団体連絡協議会

10月1日から解禁 鳴沢湖のワカサギ釣り

鳴沢湖にワカサギ釣りのシーズンが到来します。
●遊漁日時=10月1日(土)~来年2月27日(月)、午前6時30分~午後4時 ●休業日=火曜日、12月29日(木)~来年1月3日(火) ●遊漁料=1日520円、中学生以下無料 ●釣りボート料金(1艘)=1日2,090円・半日1,570円 ●桟橋使用料=1日大人1,570円・1日中学生以下1,040円・半日大人1,040円・半日中学生以下520円 ●問い合わせ先=鳴沢湖釣場管理事務所 (☎371-1124)



コンセントや延長コードなど火災にご注意

電気火災が増えています。昨年の高崎市等広域消防局管内での発生件数は24件でした。コンセント周りは定期的に清掃し、たこ足配線はしないでください。問い合わせは、消防局予防課 (☎324-2214) へ。

シルバー人材センターのパソコン教室

シルバー人材センターは、パソコンの初歩から応用まで段階に応じた教室を開催しています。
内容は、文書作成ソフト(ワード)や表計算ソフト(エクセル)の基礎、年賀状やチラシの作成などさまざまです。少人数で行う週1回2時間程度の5回の教室と、個別指導で行う

午前10時~正午、計4回 ●会場 中央公民館 ●対象 未就学の孫がいる祖父母が、これから祖父母になる人 ●定員 20人(抽選) ●費用 無料 ●申し込み 10月17日(月)までに、電話で同館(☎322-8605)へ

配布期間を延長 高崎市愛郷ぐんま協力券

県の愛郷ぐんまプロジェクトが、9月30日(金)まで延長になりました。市は、これに伴い、市内の店舗などで使える商品券「高崎市愛郷ぐんま協力券」の配布期間を9月30日まで延長します。問い合わせは、観光課 (☎321-1257) へ。

市役所本庁 ☎027-321-1111
倉洲支所 ☎027-378-3111
箕郷支所 ☎027-371-5111
群馬支所 ☎027-373-1211
新町支所 ☎0274-42-1234
榛名支所 ☎027-374-5111
吉井支所 ☎027-387-3111

児童センターの講座

いずれも、費用は無料です。
申し込みは、9月30日(金)までに、児童センター(☎370-8825)のホームページから応募してください。

●日時 10月20日(木)午後3時~4時 ●会場 総合福祉センター ゆうぎ室 ●内容 楽しく体を動かしながら、運動能力を高める土台をつくる ●対象 3~5歳児とその保護者 ●定員 10組(抽選)
●日時 10月26日(水)午前10時30分~11時30分 ●会場 総合福祉センター 児童センター ●内容 ピアノの演奏に合わせて体を動かし、親子で楽しむ ●対象 2~3歳児とその保護者 ●定員 先着10組



染料植物園の染色体験日
渦巻き模様などに染める

染料植物園の染色体験日

●期日 ①藍染 10月10日(祝) ②草木染 19日(水) ●時間 午前10時~正午 ●会場 染料植物園 ●内容

●1人1点の染色体験 ●定員 各先着15人 ●費用 ①ハンカチ600円、バンダナ1000円 ②ポケットチーフ600円、スカーフ1200円 ●申し込み 開催日の3日前までに、電話で染料植物園(☎328-6808)へ

普通救命講習

●日時 10月30日(日)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(自動体外式除細動器)の使用法、異物除去法、大出血時の止血法 ●対象 本市が安中市に在住か通勤の人 ●定員 先着30人 ●費用 無料 ●申し込み 9月26日(月)午前10時から、電話で申し込み専用電話(☎322-0491)へ ●問い合わせ先 消防局救急課(☎384-8498)

和菓子作り

●日時 10月17日(月)午後6時30分~7時30分 ●会場 勤労青少年ホーム ●内容 和菓子職人を講師に、秋をテーマにした和菓子を作る ●対象 市内に在住か通勤で、45歳までの勤労者 ●定員 先着16人 ●費用 1000円 ●その他 初めてのホームを利用する人は、登録手数料520円と本人確認のできる物が必要 ●申し込み 10月3日(月)午後6時30分から、費用を添えて勤

スポーツ

青年センターのエアロビクス教室

●期日 10月29日~12月10日の土曜日、うち計6回 ●時間 午後1時30分~3時30分 ●会場 青年センター ●内容 楽しく体を動かすエアロビクスの基礎 ●対象 市内に在住の18歳以上の人 ●定員 20人(抽選) ●費用 無料 ●申し込み 9月15日~30日(金)に、往復はがきに住所・氏名・電話番号・教室名を書いて、〒370-1206台新田町314 青年センター(☎346-0251)へ。1人1枚の応募

スポーツ教室

●期日 10月15日~11月12日の土曜日、午前8時30分~10時、計5回 ●会場 浜川温水プール ●対象 市内の小学生 ●定員 50人(抽選) ●費用 3000円 ●申し込み 10月3日(月)までに、往復はがきに住所・氏名・学校名・学年・電話番号を書いて、〒370-1203矢中

まちなかで仮装して楽しもう たかさきハロウィンを開催

市内の学生や商店街の人たちが集まり、「たかさきハロウィン」を開催します。お菓子がもらえるスタンプラリーや、くらぶち英語村による本場の雰囲気味わえるイベントなど、楽しい企画が盛りだくさん。詳しくは、同イベントの公式インスタグラム(下記)などで確認してください。



過去のイベントの様子

問い合わせは、商工振興課 (☎321-1256) へ。
●日時=10月8日(土)午後1時~7時 ●会場=高崎駅西口ペDESTリアンデッキほか

フォトスポットが出現。SNSでオンライン仮装コンテストも開催

10月8日~10日(祝)に、まちなかにフォトスポットが出現します。SNSでオンライン仮装コンテストも開催。参加するには、期間中にハロウィンの仮装をして、会場内で撮影した写真を投稿してください。コンテストに入賞すると、プレゼントがもらえます。
●応募期間=10月8日(土)~15日(土)午後5時 ●応募方法=同イベントの公式インスタグラムをフォローし、「#たかハロフォ」をつけて写真を投稿



労青少年ホーム(午後1時~9時 ☎323-6732)へ。代理人でも申し込みできます

食品ロスを減らす料理教室

市は、家庭での無駄な食品廃棄(食品ロス)を減らすため、余りがちな野菜を無駄なく使える「ドライカレー」などを作る教室を開催します。
●日時 10月21日(金)午前9時30分~正午 ●会場 中央公民館 ●対象 市内に在住の人 ●定員 12人

楽しく子育て

中央公民館は、今と昔の子育ての違いや子どもの食生活、起こりやすい事故の防止対策などを学ぶ講座を開催します。メッセージカード作りや絵本の紹介もあります。
●日時 11月4日~25日の金曜日、

市民スポーツ大会

●日時 10月17日~11月21日の月曜日、午後1時30分~3時、計6回 ●会場 パークレイン高崎(歌川町) ●対象 市内に在住か通勤、在学の人 ●定員 先着20人 ●費用 3000円 ●申し込み 10月15日(土)までに、電話で高崎市ボウリング協会の小久保武彦さん(☎322-4571)へ

図書館

●日時 11月6日(日)午前10時~正午 ●会場 市相撲場 ●対象 市内に在住か通勤の3歳~中学生 ●申し込み 10月1日(土)~14日(金)に、住所・氏名・学校名・学年・電話番号を書いて、ファクス(☎364-9214)で高崎相撲協会の外処友昭さん(☎364-9214)へ

中央図書館 ☎322-7919
高松町 ☎322-7919

画家・染色家「みずむらやよこ」が描いた高崎

●日時 9月29日(木)~11月28日(月) 午前10時~午後8時(土・日曜日、祝日は午後5時まで) ●会場 5階展示コーナー ●内容 本市在住の画家・染色家のみずむらやよこさんが、生活情報誌「TAKATAI」に掲載した市内の風景を描いた水彩画の展示

特別整理休館

箕郷図書館(☎371-4486)は、館内整理のため10月4日(火)~11日(日)は休館します。

マイナポイントのお知らせ

マイナポイントは、マイナンバーカードと電子決済を利用した国のお得なポイント制度です。9月30日(金)までにマイナンバーカードの交付申請を行った人を対象に、最大2万円分のマイナポイントが付与されます。ポイントは、マイナンバーカードを取得した後、来年2月未だに申し込んでください。



マイナンバーPRキャラクター
マイナちゃん

市は、マイナポイントの手続きを支援する窓口を市役所1階と各支所に、出張支援窓口をイオンモール高崎(棟高町)の1階に開設しています。

問い合わせは、マイナンバーカードの交付申請やマイナポイント制度についてはマイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178)へ、マイナポイントの支援窓口については情報政策課(☎321-1210)へ。

イオンモール高崎の出張支援窓口

●日時=10月9日(日)午前10時～午後6時

市役所と各支所の支援窓口の開設日を一部変更

10月1日(土)から下表のとおり、一部の支援窓口の開設日を変更します。

場所	開設日(祝日を除く)		時間
	9/30(金)まで	10/1(土)から	
市役所1階特設窓口	月～金曜日		午前9時～午後5時
群馬支所	月～金曜日		午前9時～正午・午後1時～5時
榛名支所	月・木曜日	月曜日	
新町支所		木曜日	
箕郷支所	火・金曜日	火曜日	
吉井支所		金曜日	
倉淵支所	第4水曜日		

募集

臨時給食技士

●募集人数 各1人 ●勤務地 塚沢中学校、南八幡中学校 ●任用期間 10月中旬～来年3月31日 ●勤務時間 午前8時30分～午後3時15分 ●時給 930円 ●その他 通勤費あり。採用後、社会保険に加入 ●申し込み 9月30日(金)までに、任用登録申込書を市役所15階教育総務課(☎321-1291)へ。

物、金銭、交通事故などの調停手続きの相談(秘密は厳守します) ●費用 無料 ●申し込み 当日直接会場へ ●問い合わせ 先 前橋地方家庭裁判所高崎支部(☎322-3541)へ。

一日合同行政相談所

群馬行政監視行政相談センターは、国の業務への意見や要望、相談問題など法律全般に関する相談を受け付ける相談所を開設します。
●日時 10月12日(水)午後1時～3時(受け付けは2時30分まで) ●会場 中央公民館集会ホール ●相談員 行政相談委員、労働局の職員、弁護士、司法書士、行政書士、税理士、土地家屋調査士 ●費用 無料 ●申し込み 当日直接会場へ ●問い合わせ 先 同センター(☎027-221-1100)へ。

市立保育所(園)の嘱託職員

市は、来年から市立保育所(園)に勤務する嘱託職員を募集します。
●試験日 11月12日(土) ●職種と採用予定人数 保育士 ① 25人 給食技士 ② 3人 ③ 2人 ●採用日 ① ③ 来年1月1日 ② ④ 4月1日 ●受験資格 ① 保育士資格のある人 ② 保育士資格のある人か来年3月までに取得見込みの人 ③ ④ 調理のできる人 ●試験内容 面接 ●その他 通勤費、期末手当、有給休暇有り ●申し込み 9月16日(金)～10月28日(金)に、市役所1階保育課と各支所市民福祉課で配布している申込書に記入し、保育課(☎321-1246)からダウンロードもできます

箕郷商工会青年部 AgeXAgeスタッフ

箕郷商工会は、AgeXAge祭で警備や誘導、検温・消毒などを行うスタッフを募集します。
●日時 10月16日(日)午前8時30分～午後5時 ●会場 二ふれあい公園 ●対象 高校生以上の人 ●定員 10人 ●申し込み 9月30日(金)までに、電話で同会の若井和俊さん(☎371-2150)へ

菅谷高畑土地区画整理事業の選挙人名簿の縦覧

菅谷高畑土地区画整理組合の役員と総代の改選に伴い、選挙人名簿を縦覧に供します。
●期間 9月26日(月)～30日(金) ●場所 市役所10階区画整理課 ●問い合わせ 先 区画整理課(☎321-1275)へ。



市ホームページ

秋の狂犬病予防注射

市は、秋の狂犬病予防集合注射を行います。対象は、生後91日以上で、今年度まだ注射を受けていない飼い犬です。登録済みの犬の飼い主には、会場と日程が書かれた「狂犬病予防注射のお知らせ」を9月下旬に送付。お知らせは会場に必ず持ってきてください。費用は、3500円(新規登録の場合、登録料3000円別途)です。新規登録は、飼い主の住所・氏名・電話番号と犬の性別・体格・生年月日・毛色・呼び名・種類を書いたメモが必要です。予防接種は、動物病院でも受けられます(診察料別途)。会場や日程は、市ホームページでも確認できます。
問い合わせは、生活衛生課(☎381-6116)へ。

生活

建築物の所有者は定期報告を

宿泊施設など、多くの人が利用する建築物の所有者や管理者は、建築基準法により定期的に資格者に建築物を調査させ、結果を報告することが義務付けられています。旅館やホテルなどの建築物の所有者や管理者は、10月3日(月)～11月30日(水)に、市役所11階建築指導課(☎321-1271)へ報告してください。今回報告の対象となる建築物など詳しくは、市ホームページで確認してください。

戦没者遺族への特別弔慰金請求手続きを忘れずに

戦没者などの遺族に支給される第11回特別弔慰金の支給を受けるには、来年3月31日(金)までに請求が必要で、対象になっている人で、まだ請求していない人は、早めに手続きしてください。
問い合わせは、社会福祉課(☎321-1243)が各支所市民福祉課へ。

空き地・空き家などの土地の譲渡に係る特別控除

空き地・空き家などの低未利用土地を譲渡した場合、所得税と個人住民税の控除が受けられる特例措置があります。都市計画区域の低未利用土地を、令和2年7月1日～4年12

美スタイルマラソンに伴う交通規制のお知らせ

子宮頸がん予防啓発を目的にした高崎美スタイルマラソンが、10月10日(祝)にまちなかで開催されます。当日は、右図のとおり交通規制が行われます。規制時間中、区内にあるバス停にはバスが停車しません。皆様のご協力をお願いします。



問い合わせは、高崎美スタイルマラソン実行委員会(水・日曜日、祝日を除く ☎070-4420-4111)へ。
●規制日時=10月10日午前8時～10時 ●規制場所=もてなし広場～シンフォニーロード～田町通り～本町通り～郵便局前～もてなし広場の片側2車線、もてなし広場南側部分と北側部分の全車線

大規模な土地取引の届け出は市役所へ

市内で一定の面積以上の土地取引をした場合、買い主は契約日以後14日以内に市長へ届け出を行う必要があります。特別措置を受けるには、事前に申請が必要です。要件や手続きなど詳しくは、都市計画課(☎321-1269)へ問い合わせてください。

美しい高崎

「美しい高崎」は、市内の魅力的な景観を紹介するコーナーです

No.23 山田文庫

旧中山道沿いにたたずむ、趣のある古い煉瓦塙。塙をくぐると、緑に囲まれた小さな私立図書館・山田文庫(常盤町)が現れます。創設者夫妻が暮らした母屋を改装した館内には、児童書から古書までさまざまな蔵書が並びます。秋の夜長に読みたい一冊を探してみませんか。



このコーナーでは、皆さんのお勧めする「美しい高崎」の景観と、それにまつわるエピソードを募集します。はがきかファクス(☎328-2726)に住所・氏名・電話番号・候補地・エピソードを書いて、広報広聴課(☎321-1205)へ送ってください。Eメールはkouhou@city.takasaki.gunma.jpへ。誰もが知る風景からとっておきのスポットまで、皆さんからの情報をお待ちしています。

76.2

ラジオ高崎番組案内

問い合わせ先：ラジオ高崎(☎322-5555)

マイタウン高崎(月～金曜日、午前9:15・午後0:30)

RADIOTAKASAKI
JOZZ3AQ-FM TAKASAKI FM76.2MHz STEREO

「マイタウン高崎」は、毎回ゲストを招いて、市内で行われる催しや市からのお知らせなどを紹介する番組です。

主な放送予定	放送予定日	主な放送予定	放送予定日
市歴史民俗資料館企画展「こどものための電気がある暮らし」	9月15日(木)	まちなかで仮装して楽しもう たかさきハロウィンを開催します	9月26日(月)
観音塚考古資料館企画展「地方から見た継体朝とその前後」	9月19日(祝)	上野三碑 ユネスコ「世界の記憶」登録5周年記念イベント	9月27日(火)
高崎市が舞台の農業ドラマ「旅するサンドイッチ」が放送されます	9月20日(火)	市社会福祉協議会からのお知らせ	9月29日(木)
総合福祉センターでウフマルシェを開催	9月21日(水)	ボランティア紹介「ママの働き方応援隊群馬西校高崎学級」	9月30日(金)
染料植物園企画展「コットン 木綿～植物から生まれる糸と色」	9月22日(木)	中央公民館からのお知らせ	10月3日(月)

人事行政の運営状況

令和3年度の人事行政について主な内容を公表します。詳細については、9月30日(金)に市ホームページ(右記)に掲載します。問い合わせは、職員課(☎321-1209)へ。



1 職員の任免に関する状況

1. 採用試験の実施状況(令和3年度実施分)

試験区分	受験者数	合格者数	
I種(大学卒程度)	一般事務	477人	37人
	土木	17人	6人
II種(短大卒程度)	一般事務	14人	0人
III種(高校卒程度)	一般事務	9人	0人
特別選抜	一般事務	33人	3人
経験者	一般事務	222人	14人
	土木	12人	0人
障害者を対象とした試験	一般事務	27人	1人
管理栄養士	51人	3人	
保健師	20人	4人	
薬剤師	8人	2人	
保育士	44人	9人	
心理士	5人	1人	
社会福祉士	40人	2人	
幼稚園教諭	5人	1人	
給食技士	58人	5人	
運転技士	57人	3人	
児童福祉司	38人	3人	
児童心理司	12人	0人	

2. 職員の採用の状況(令和3年4月採用分)

事務職	技術職	獣医師	管理栄養士	保健師	合計
29人	4人	2人	2人	2人	
保育士	社会福祉士	心理士	幼稚園教諭	給食技士	合計
8人	3人	1人	1人	3人	55人

3. 職員の退職の状況(令和3年4月1日～4年3月31日)

定年退職	早期退職	普通退職	死亡退職	合計
47人	6人	7人	3人	63人

2 職員の人事評価の状況

評価の種類	対象者	実施時期
定期評価	課長以下の職員	令和3年10月
特別評価	条件付採用(新規採用)職員	令和3年9月

3 職員の勤務時間そのほかの勤務条件の状況

1. 勤務時間の状況

1週間の勤務時間	始業時刻	終業時刻	休憩時間
38時間45分	午前8時30分	午後5時15分	正午～午後1時

2. 年次有給休暇の取得状況

平均取得日数14.7日、平均取得率38.9%

3. 介護休暇および病気休暇の取得状況

介護休暇1人、介護時間1人、病気休暇75人

4 職員の休業の状況

育児休業および部分休業の取得状況
育児休業111人、部分休業90人

5 職員の分限および懲戒処分の状況

- 分限処分者数
心身の故障によるもの…休職18人
- 懲戒処分者数
なし

6 職員のサービスの状況

- 営利企業などの従事の許可の状況
申請件数85件、許可件数85件
- 職務に専念する義務の特例に関する条例による免除の状況
人間ドックの受診、運転免許の更新などの際に、職務に専念する義務を免除しています。

7 職員の研修の状況

研修区分	研修課程	受講者数
一般研修	17課程	926人
専門研修	12課程	233人
派遣研修	39課程	73人

8 職員の福祉および利益の保護の状況

- 職員の健康の保持増進対策
①定期健康診断、がん検診などの健康診断
②医師・カウンセラーによる健康相談
③ストレスチェック
④メンタルヘルス研修
- 安全衛生に関する事項
予防接種(B型肝炎、破傷風、インフルエンザ)
- 災害補償の実施状況
地方公務員災害補償基金群馬県支部による認定・補償件数24件
- 互助会(高崎市職員厚生会)に対する助成の状況

項目	金額など
①互助会に対する助成金の額	1,389万9,000円
②会員による掛け金の額	2,725万106円
③公費負担率 ① / (①+②)	33.8%

9 高崎市等公平委員会からの報告事項

- 勤務条件に関する措置の要求の状況
該当なし
- 不利益処分に関する審査請求の状況

令和3年度中の件数	0件
令和3年度中に審理継続とした件数	0件

- 保健予防課……………☎027-381-6112 群馬保健センター ……☎027-373-2764
 健康課母子保健担当…☎027-381-6113 新町保健センター ……☎0274-42-1241
 健康課健康づくり担当 ☎027-381-6114 吉井保健センター ……☎027-387-1201
 箕郷保健センター ……☎027-371-9060 榛名・倉淵保健センター ……☎027-374-4700

季節の変わり目は体調の変化に注意
食事と睡眠で体調管理を

「夏より過ごしやすくなってきたけれど、体調が優れない」と感じていませんか。夏から秋へと変わる今の季節は、自律神経が乱れやすく、体調を崩しやすくなります。夏に溜まった疲れや、朝夕と日中との寒暖差、気圧の変化などの影響が考えられます。次のポイントを参考に、体調管理を心がけてください。



旬の食材は栄養が豊富

「夏より過ごしやすくなってきたけれど、体調が優れない」と感じていませんか。夏から秋へと変わる今の季節は、自律神経が乱れやすく、体調を崩しやすくなります。夏に溜まった疲れや、朝夕と日中との寒暖差、気圧の変化などの影響が考えられます。次のポイントを参考に、体調管理を心がけてください。

- 1日3食、主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事を取る ● サツマイモやクリ、サンマなど旬の食材を食べる ● 寝る前に、39度前後のぬるめのお湯に15～20分入って体を温める ● スマートフォンやパソコンの利用は、就寝2～3時間前まで切り上げる

「誰かのために」の会 ☎3万9420円
寄せられた善意
 市社会福祉協議会へ（敬称略）
 ● 期日と会場 10月11日(火) 自遊空間みちくさ（新町）16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 がん体験者などによる悩みや不安の相談 ● 費用 無料 ● その他 電話による相談は随時受け付け ● 申し込み 当日直接会場へ ● 問い合わせ先 びあサポくん事務局（☎080・6817・7234）

このころの健康相談
 ● 日時 10月5日(水) 午後1時30分～3時30分 ● 会場 市役所1階障害福祉課 ● 内容 精神科医師による相談 ● 対象 市内に在住で、心の悩みや不安がある人かその家族 ● 定員 4人（予約制） ● 費用 無料 ● 申し込み 9月28日(水)までに、電話で障害福祉課（☎321・1358）へ

障害者就労相談
 ● 日時 10月12日・26日の水曜日、午後1時30分～3時30分 ● 会場 市総合保健センター2階障害者支援SOSセンター・ばるーん

車いす対応車両を貸し出し
 市社会福祉協議会は、車いすによる介助が必要な人を対象に、車いすに座ったまま乗降できる車両を貸し出しています。車いす使用者が市内に在住であれば利用することができ、費用は無料（燃料代は利用者負担）です。
 利用には登録が必要です。1回の申し込みで5日間まで借りることができます。通院や買い物などに気軽にご利用ください。

このころの病を抱える人のストレッチ教室
 ● 日時 10月11日(火) 午前10時～11時30分 ● 会場 市総合保健センター1階第4会議室 ● 内容 楽しく体を動かして、健康増進を図る ● 対象 市内に在住のうつ病や統合失調症などの人 ● 定員 先着8人 ● 費用 無料 ● 持ってくる物 体育館シューズ、タオル ● 申し込み 10月7日(金)までに、電話で障害福祉課（☎321・1358）へ

がん患者とその家族のための地域がんサロン
 問い合わせ先は、同協議会（☎370・8855）へ。

12月26日まで「受診を国保特定健診・後期高齢者健診」
 市は、国民健康保険に加入している40～74歳の人が対象の特定健診と、群馬県後期高齢者医療制度に加入している人が対象の後期高齢者健診を実施しています。糖尿病や高血圧などの生活習慣病を予防するための基本的な健康診断です。
 対象者に、4月に受診券を郵送しました。健診は、市内約200の指定医療機関で無料で受けられます。受診期間は12月26日(月)までで、受診には予約が必要です。健診を受けられる医療機関など詳しくは、受診券に同封した案内で確認してください。問い合わせは、健康課健康づくり担当へ。

年に一度は受けてください 胸部エックス線検査
 9月24日～30日は結核予防週間です。結核は、結核菌によって主に肺に炎症を起こす病気です。免疫力や抵抗力が低下した高齢者で、特に80歳以上の人は注意が必要。結核の患者数は毎年、全国で新たに約1万3000人が報告され、そのうちの約4割は80歳以上の高齢者です。40歳以上の人は、健康づくり受診券を使うと、市が行う集団検診やがんセット検診、市内の実施医療機関の胸部（肺がん・結核）検診が500円で、65歳以上と生活保護世帯・市民税非課税世帯の人は無料で受けられます。

口腔がん検診
 市と高崎市歯科医師会は、口の中にできるがん・口腔がんの早期発見につなげるため、専門医による検診を行います。
 ● 日時 10月30日(日) 午前9時～午後2時 ● 会場 市総合保健センター1階第4会議室 ● 対象 市内に在住の人 ● 定員 先着150人 ● 費用 無料 ● 申し込み 10月3日(月)の午前9時～正午・午後1時～4時に、電話で同会（☎325・8808）へ

禁煙チャレンジ教室
 ● 日時 10月18日(火) 午後1時30分～3時 ● 会場 市総合保健センター1階第4会議室 ● 内容 禁煙方法の紹介、尿中のニコチン代謝物の測定、個別相談 ● 対象 市内に在住

がんセット検診で早期発見・早期治療

市は、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。受けられるがん検診と対象は右表のとおりです。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。いずれも、検診会場は市総合保健センター2階健康検診センターです。受診には予約が必要です。
 申し込みは、電話で受付専用電話（☎381-6114、6115）へ。

10月の胃がんセット検診
 検診日は、4月に配布した健康のしおりか健康づくり受診券に同封した案内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。

10月のミニがんセット検診
 ● 検診日 4日(火)・12日(水)・21日(金)・27日(土) ● 受付時間 午後2時～3時

医療機関でも各種検診が受けられます
 健康づくり受診券を使って受診できる検診は、医療機関でも受けられます。実施医療機関など詳しくは、健康課健康づくり担当に問い合わせてください。市ホームページでも確認できます。



市ホームページ▶

■ 検診の種類

検診の種類	対象	費用※1
胃がん（バリウム）		800円
胸部（肺がん・結核）※2	40歳以上の人	500円
大腸がん		800円
胃がん（リスク）	40・45歳、50歳以上で、平成29年度以降に市の検診を受けていない人	500円
前立腺がん	50歳以上の男性	500円

※1 70歳以上の人（胸部は65歳以上）と生活保護世帯・市民税非課税世帯の人は無料
 ※2 喫煙状況などにより、喀痰検査が必要な人は別途500円

My City's Angel ～わが家の天使～

國廣侑人くん（右）
 （1歳1か月の男の子・女の子）
 出来ることが日々増えていくね。ママ・パパも毎日幸せだよ。

荻野翔太くん
 （9か月の男の子）
 ニッコリと笑うその笑顔は、家族を幸せな気持ちにしてくれます。すくすく育ってね。

休日当番医・接骨院

●受診の際は保険証を持参してください
 診療時間＝午前9時～午後6時
 (前橋市の病院は午後4時まで)



モバイルたかさき

	10月2日(日)	10月9日(日)	10月10日(祝)	10月16日(日)	10月23日(日)	10月30日(日)
内科	うえはらクリニック (高関町) ☎322-4965	稲村クリニック アレルギー・呼吸器内科 (南大類町)☎353-1769	やまなクリニック (山名町) ☎350-5777	小野垣医院 (中居町3丁目) ☎352-2233	近藤医院 (岩鼻町) ☎346-2208	いわた内科クリニック (石原町) ☎327-1241
	清水内科 (飯塚町) ☎362-2838	桃ノ木クリニック (八幡町) ☎344-3130	大塚医院 (下小島町) ☎360-3321	乾内科クリニック (下小島町) ☎343-3368	沼野クリニック (柳川町) ☎322-2926	花水木内科 (下小島町) ☎329-7007
小児科	寺尾こどもクリニック (寺尾町) ☎324-7788	善如寺医院 (倉賀野町) ☎346-2382	ひうら医院小児科 (剣崎町) ☎344-1175	乾小児科内科医院 (宮元町) ☎322-3252	重田こどもアレルギークリニック (島野町) ☎350-1700	小児科あさひクリニック (矢中町) ☎345-2323
夜間休日急病診療所(市総合保健センター1階☎381-6119)、午前9時～正午(診療実施の有無は問い合わせください)						
外科	真木病院 (筑縄町) ☎361-8411	第一病院 (下小島町) ☎362-1811	野口病院 (請地町) ☎322-2288	高崎中央病院 (高関町) ☎323-2665	黒沢病院 (矢中町) ☎352-1166	小坂橋記念クリニック (上小島町) ☎344-6677
整形外科	植原整形外科医院 (飯塚町) ☎364-8180	整形外科はせべ医院 (井野町) ☎361-0177	高他整形外科クリニック (石原町) ☎323-1212	植原整形外科医院 (飯塚町) ☎364-8180	整形外科はせべ医院 (井野町) ☎361-0177	ありさわ整形外科 (上小島町) ☎387-0511
婦人科	ヒルズレディースクリニック (前橋市総社町) ☎027-253-4152	斎川産婦人科医院 (岩押町)☎327-0462 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	セキールレディースクリニック (栄町)☎330-2200 診療時間は午前9時～正午	ベルフィーユ今井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)☎381-6119 診療時間は午前9時～正午
10月9日・16日・30日の午後1時～6時は、産科婦人科館出張佐藤病院(若松町☎322-2243)で診療します。						
耳鼻科	いとう耳鼻咽喉科 (前橋市朝倉町) ☎027-287-4707	つれいし耳鼻咽喉科 (上小島町) ☎343-2131	斉藤クリニック耳鼻科 (前橋市日輪寺町) ☎027-235-8880	耳鼻咽喉科やまぐち医院 (柴崎町) ☎353-5473	いづか耳鼻咽喉科 (前橋市樋越町) ☎027-280-2111	耳鼻咽喉科はるクリニック (江木町) ☎384-3387
眼科	羽生田眼科医院 (前橋市本町2丁目) ☎027-226-1010	大西眼科 (中居町4丁目) ☎353-1303	宮久保眼科 (前橋市荒牧町2丁目) ☎027-234-3511	たかはし眼科クリニック (西島町) ☎350-7077	前橋中央眼科 (前橋市下小出町2丁目) ☎027-210-1116	まゆずみ眼科医院 (日高町) ☎388-8461
群馬郡医師会	野呂医院 (倉渕町三ノ倉) ☎378-3213	関越中央病院 (北原町) ☎373-5115	上芝ファミリークリニック (箕郷町上芝) ☎360-7235	永井外科胃腸科 (箕郷町上芝) ☎371-5555	新生会診療所 (中室田町) ☎374-5825	下田内科胃腸科 (箕郷町西明屋) ☎371-5182
	あすなろクリニック (棟高町) ☎372-8060		宇都木医院 (西国分町) ☎372-1404	県中央歯科クリニック (中泉町) ☎372-1231	みどりクリニック (北原町) ☎373-8611	吉原クリニック (中泉町) ☎360-6600
藤岡多野医師会	島田医院(耳鼻科) (吉井町吉井) ☎387-3558	—	—	日高リハビリテーション病院 (吉井町馬庭) ☎388-2005	—	—
夜間	夜間休日急病診療所(市総合保健センター1階☎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☎325-4100) ●深夜早朝営業時間(365日)=午前0時～8時					
歯科	休日応急歯科診療所(市総合保健センター1階☎381-6120) ●診療日時=日曜日・祝日、午前10時～正午と午後1時～3時 (休日応急歯科診療所は、高崎市歯科医師会の歯科医が診療します) 吉井地域：かねた歯科医院(吉井町下長根☎387-8691) ●診療日時=10月9日(日)午前9時～正午					
	土曜夜間 休日応急歯科診療所(市総合保健センター1階☎381-6120) ●診療日時=土曜日、午後8時～10時					
接骨院	たかぎ接骨院 (箕郷町生原) ☎371-8066	おおるい接骨院 (南大類町) ☎384-8607	鎌塚接骨院 (沖町) ☎343-7428	須藤忍接骨院 (大八木町) ☎362-5614	すがわら鍼灸整骨院 (山田町) ☎321-5110	やすらぎ接骨院 (剣崎町) ☎386-9355
	飯島接骨院 (新町) ☎0274-42-6308	あおば整骨院 (飯塚町) ☎364-5916	渡辺接骨院 (山名町) ☎346-8688	丸山接骨院 (上中居町) ☎323-0185	くすの樹接骨院 (上並榎町) ☎363-0411	高橋接骨院 (小八木町) ☎363-1172
	大河原接骨院 (京目町) ☎352-8505	栗原接骨院 (新町) ☎0274-42-0316	たなか接骨院 (金古町) ☎372-0590	とみざわ鍼灸接骨院 (冷水町) ☎373-7377	湯浅接骨院 (矢中町) ☎346-5678	ひらい接骨院 (倉賀野町) ☎080-1135-5074
●病院案内(24時間、高崎・倉渕・箕郷・群馬・新町・榛名地域☎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

ウクライナ国立歌劇場「カルメン」

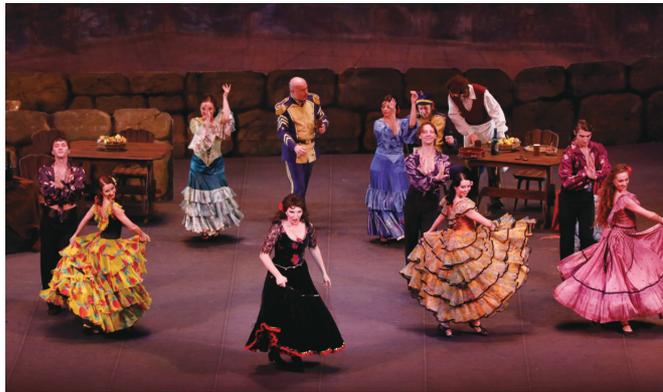
日時 来年1月14日(土)午後3時開演

会場 高崎芸術劇場 大劇場



東欧の名門歌劇場・ウクライナ国立歌劇場が送る、作曲家・ビゼーの最高傑作を日本語字幕付きでお届け。魅惑の女性カルメンと、^{ほんろう}翻弄される男性ホセの運命を劇的に描きます。

●出演=アツラ・クルババ(指揮)、ウクライナ国立歌劇場管弦楽団、ウクライナ国立歌劇場合唱団 ●入場料=S席1万5,000円、A席1万2,000円、B席9,000円、C席6,000円、25歳以下(C席)=2,000円(全席指定、未就学児は入場できません) ●チケット インターネット(メンバーズ)=9月22日(木)午前10時発売 電話=27日(火)午前10時から高崎芸術劇場チケットセンター(☎321-3900)で受け付け 窓口=取扱窓口で28日(水)発売 ●問い合わせ先=高崎芸術劇場チケットセンター



パスカル・ロジェ ピアノ・リサイタル

日時 11月27日(日)午後2時開演

会場 高崎芸術劇場 音楽ホール



パスカル・ロジェさん

全曲ドビュッシーの名曲でお送りする、フランスを代表するピアニスト、パスカル・ロジェさんのリサイタル。繊細なタッチで奏でられる、優雅で美しい音色をお楽しみください。

●出演=パスカル・ロジェ(ピアノ) ●曲目=ドビュッシー「前奏曲第1集」、「版画」、「映像第1集より〈水の反映〉」、「映像第2集」、「喜びの島」 ●入場料=6,000円、25歳以下3,000円(全席指定、未就学児は入場できません) ●チケット=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(☎321-3900)、取扱窓口で販売中 ●問い合わせ先=株式会社パシフィック・コンサート・マネジメント(☎03-3552-3831)

チケットは、高崎芸術劇場チケットセンター、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、倉淵支所、群馬支所で販売します。受付時間は、劇場チケットセンターは午前10時～午後6時、それ以外は午前8時30分～午後5時15分(発売日は午前10時から)です。倉淵支所と群馬支所は土・日曜日と祝日、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。

このマークのある公演は、パソコンやスマートフォンからチケットの予約・購入ができます。利用には「高崎芸術劇場メンバーズ」の登録が必要です(登録は無料、通信料は利用者負担)。手続きにはチケット代金の他に手数料がかかります。支払いは、クレジットカードが現金です。チケットの受け取りは、セブン・イレブンでの発券になります。

チケット購入は高崎芸術劇場メンバーズが早くて便利 問い合わせ先:高崎芸術劇場(☎321-7300)

高崎芸術劇場メンバーズは、高崎芸術劇場で開催される公演のチケットを、インターネットで購入できるサービスです。窓口や電話での販売よりも早く購入することができ、座席の指定も可能です。登録料や年会費は無料です。登録は、高崎芸術劇場のホームページ(右記)で行ってください。



今回の表紙 たかさき✿すまいる㊦ 高崎市消防団と高崎市女性防火クラブ



9月18日(日)にもてなし広場で実施される「消防隊総合訓練」。当日に向けて一斉放水などの事前訓練に取り組むのは、高崎市消防団と高崎市女性防火クラブの皆さんです。40年以上消防団で活動しているという市消防団長の高橋喜良さん(表紙:前列左から3番目)は「最近自然災害が増えており、火災だけでなく水害などへの対応もより重要になってきている。いざというとき確実に対応できるよう、一層気を引き締めて取り組みたいですね」と4年ぶりの開催となる総合訓練への意気込みを力強く語りました。撮影場所:もてなし広場(高松町)

