

ORA TOWN

Public
Relations

2

FEBRUARY
2026

見つめる先は
輝かしい未来

[Monthly PickUp]

二十歳のつどい

[Close Up]

令和7年分 税の申告

1月11日、二十歳のつどいが開催されました。表紙の甘舄瑞生さん（坪谷・22区）は「今は県外の専門学校に通っていて、ブライダルの勉強をしています。4月からは県内の結婚式場に勤務予定。自分の生活の基盤を整えながら、たくさんのお客様に幸せを届けられるウエディングプランナーになります」と話していました。

令和8年

二十歳のつどい

未来への一歩を踏み出す

令和8年の式典対象者は、平成17年4月2日から平成18年4月1日に生まれた275人(男性152人、女性123人)。1月11日の式典当日はそのうち195人が来場し、中央公民館「邑の森ホール」で開催されました。

会場には、華やかな振り袖や羽織袴、真新しいスーツに身を包んだ二十歳の若者が晴れやかな笑顔とともに集い、懐かしい顔を見つけては互いを祝い合いました。式辞に立った橋本光規町長は「今年の干支は『うま』」

橋本町長

古来より馬は、勇気と自由、そして道を切り拓く力の象徴とされてきました。たとえ、どのような困難に出会ったとしても、馬が荒野を駆け抜けるように、希望を胸に前へ進んでほしい」と激励しました。

続いて松島茂喜町議会議員は「迷ったときには、損得よりも善悪で物事を判断してほしい。困ったことがあれば役場や町議会議員を頼ってください。皆さんの輝かしい未来に幸多からんことを心よりご祈念申し上げます」と祝辞を述べました。

松島議長



掲載しきれない写真
少しだけあります

Photo
Motto



企画から準備、当日の司会進行までをやり遂げた二十歳のつどい実行委員の皆さん。左から北村心望さん(谷中蛭沼・11区)、山口未末さん(十三坊塚・6区)、村上荘太さん(千原田向地・9区)、米山昌希さん(大谷端宿赤東・31区)、山本耕太郎さん(光善寺・15区)。

激励と祝福を受けた二十歳を代表して村上荘太さん(千原田向地・9区)は謝辞の中で「青春期にコロナ禍という未曾有の時間を過ごしました。そんな中で、両親は家庭での支えや不安なときに寄り添ってくれ、進路の相談に真摯に向き合ってくれました。先生たちは、急な環境変化の中でも学びの場を守り、私たちの成長を諦めずに導いてくださったことに心からお礼を申し上げます」と感謝を述べました。そして「二十歳としての自由と権利を得る今、その責任を果たし、行動で示していきます」と決意を新たにしました。

実行委員長 村上荘太さん



二十歳の夢

中村 颯飛さん(前原・4区)

バイク店を営む親の影響でバイクや車が好きになり、自動車専門学校に通っています。趣味は愛車のZRX1100に乗ってツーリング。春から親の会社で働き、いつか会社を継ぐことが夢です。



小島 陽菜さん(上下西宿・7区)

大学で心理学の勉強をしています。公認心理士の資格を取得するため、大学院に進学予定。子どもたちに寄り添える大人になって、悩みを抱えている子どもたちの力になりたいです。



二十歳の誓い

飯塚 広輝さん(鶴新田・14区)

兄の影響で野球を始め、現在も大学で野球部に所属。部員数約200人の中、レギュラー19人という狭き門ですが、レギュラー入りを目指し、日々練習に打ち込んでいます。



矢口 桃花さん(水立大黒・23区)

振り袖は祖母と姉に相談して決めました。華やかな飾りと少し古風な柄がお気に入り。現在は看護師を目指して専門学校で勉強中。大変なこともあるけれど、実習に向けて頑張ります！



田部井 陸央さん(一本木・18区)

大学でロボットなどの先進工学を専攻しています。現在は姉と2人暮らしをしていて、家事を教えてもらっています。大変ですが……将来、家庭を支えるロボットを作ることが夢です。



二宮 慎太郎さん(明野・34区)

人を助ける職業に就きたいというきっかけから、現在は自衛官として働いています。国民を陰で支え、有事の際は先頭に立って国民を精一杯守っていくことが目標です！



與儀 優奈さん(十三坊塚・6区)

都内の大学でダンスを勉強しています。幼い頃から踊ることが大好きで、自分に自信が持てます。将来はダンサーとしてのスキルをより磨き、子どもたちのダンスの先生になりたいです。



山本 莉久さん(光善寺・15区)

4月から建築会社で働き、7月には2級建築士の試験を受験予定。2級に合格できたら、1級の合格を目指します。いずれ、独立し事務所を持つことが夢。「俺はビッグになる！」



新たに

浅海 のどかささん(秋妻・17区)

子どもの頃から小説を読むことが好きで、今は大学で日本文学を学んでいます。将来は出版社で働くことが目標です。編集者として作家さんと一緒に最高の作品を作りたいです。



大野 凌輔さん(明野・34区)

建設業で体力も使うけれど、先頭になつて考えられる人になりたい。サッカーは今も変わらず継続中で高校サッカー部の指導者もするくらい好き。これからサッカーに関わっていききたい！



石井 心華さん(住谷崎・21区)

付き添いで病院に行った際に、丁寧な対応を見て医療事務の道を志し、春から同じ立場になります。韓国アイドルの推し活にも励みつつ、患者さんの支えになる社会人を目指します！



岡田 珠季さん(明野・34区)

振袖はシックな感じにしたいと思い決定。振袖に合わせ、赤髪にしました。小さい頃から大好きな洋服を毎日買うことが夢です。そのためにアパレル社長になって、お金持ちになりたい！



多々木 翼希さん(谷中蛭沼・11区)

モットーは健康で幸せに。好きなことや楽しいことは常に全力でありたいです。父や祖父の影響で車やバイクが大好きで、いつかスーパーカーに乗ることを目指して、今は仕事に全力！



阿部 瑞姫さん(明野・34区)

英語が得意で強みを生かそうと、大学では英語や中国語、韓国語など外国語を中心に学んでいます。将来は大学で培ったことを生かせる外資系か役場で仕事がしたいです。



川合 飛翔さん(十三坊塚・6区)

自動車関係の会社で働いている社会人2年目です。役職にこだわらず、後輩から頼られる先輩を目指します。趣味のキックボクシングも大会出場を狙い腕を上げていきます！



長岐 美玲さん(坪谷・22区)

「いま」を大切に生きています。一目ぼれした振り袖に合わせアークセサリーを選び、髪も染めました。手に持っている花は、趣味の手芸で、振り袖に合うよう自作したものです。



清水 晃成さん(新中野・33区)

県内の大学で経営学を学んでいます。趣味は友人との古着屋巡りです。巡る中で、ストリートファッションに興味が沸きました。いずれは自分で衣服をデザインしてみたいです。



清水 大幹さん(西ノ根宮内中島・24区)

大好きなサッカーを大学生の今も続けています。朝から夜まで練習がありますが、楽しく真摯に取り組んでいます。やがていを感じるのは試合に勝ったとき。必ずプロになります。



塚本 彩乃里さん(石打・20区)

趣味のものづくりがきっかけで、ガラス建築に興味を持ちました。春からは東京で積算職としてガラス建築に携わります。初めての1人暮らし。不安よりも期待が大きいです。



長谷川 誠さん(十三坊塚・6区)

3年制の専門学校で情報システムを学んでいます。来年で卒業となるので、システムエンジニアになれるよう就活中。将来的には独立を目指し、個人事業主として活躍したい。



石渡 巴菜さん(上下西宿・7区)

管理栄養士を目指して東京の専門学校に通い、解剖学や生化学、給食の試作を行っています。国家資格を取って病院に勤め、患者さんによりよい病院食を提供できるよう頑張ります。



高柳 隼希さん(水立大黒・23区)

祖父から譲り受けたネクタイを身に着け、自慢の愛車で会場まで来しました。今は車に関する仕事を頑張っています。趣味は愛車のカスタム！塗装以外は自分の手で改造しています。



箕輪 英莉さん(一本木・18区)

大学で発達心理学を学び、子どもの発達に興味を持ちました。さらにサークル活動を通して、子どもが大好きになりました。将来の夢は、子どもに携われる仕事がしたいです。



山下 美咲さん(新中野・33区)

祖母に自分の作ったお菓子をおいしく食べてもらえ、パティシエールになることが夢になりました。4月から洋菓子店で働きます。食べた人が幸せな気持ちになるお菓子を作ります。



井野口 朔矢さん(坪谷・22区)

スキューバダイビングが好きで、大学のサークルで幹事を務めています。将来は通訳者を目指していて、春休みを使ってアメリカ留学に。不安もありますが、目標のために頑張ります。



阿部 美咲さん(十三軒・27区)

親戚の影響もあり、看護師を目指し大学で勉強中。将来は小児科で勤務したいです。自分のことを言葉にするのが難しい子でも、気づいてあげられる看護師になりたいです。



明日への歩みを また一歩

松岡 亮希さん(十三坊塚・6区)

医療器具の部品製造の仕事を2年目になります。社会人になって責任も増えてきたけれど、やりがいがあります。中学の友達とは今でも遊ぶ仲。落ち着いた大人になりたいです。



小室 芭和さん(店高原・28区)

父の影響で公務員を目指し、大学で法律を勉強中。中学生の時の役場での職場体験で得た経験も夢を追いかける原動力の一つです。これからは頼ってもらえる大人になりたいです。

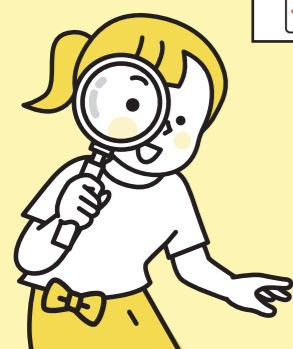


令和8年 二十歳のつどい

新てくてくアプリを始める2つの方法

データ移行

データ移行とは、旧「おうらてくてくアプリ」で記録した歩数やためたポイント、登録情報などを、新しいアプリにそのまま引き継いで使えるようにすることです。



チェックで分かる！あなたの手続き

- ☒ ① 今のスマホに「おうらてくてくアプリ」が入っている
- ☒ ② これまでに「てくてくポイント」を交換したことがある
- ☒ ③ 旧アプリのホーム画面に歩数が表示されている

●1つでも当てはまる人…… **データ移行**

●どれも当てはまらない人…… **新規登録**

新規登録

新規登録とは、これまで「おうらてくてくアプリ」を利用していない人が、新しいアプリに初めて会員情報を登録し、歩数記録やポイントサービスの利用を開始することです。

判断に迷う人は、保健センターにご相談ください

問 役場健康づくり課(保健センター) ☎88-5533

4月1日からは、旧アプリでは歩数やポイントが記録されなくなります。それまでに、新てくてくアプリへの「データ移行」または「新規登録」を済ませてください。

「自分はデータ移行？それとも新規登録？」やってみただけで途中で分からなくなってしまう……そんなときは、一人で悩まず保健センターにご相談ください。窓口では、スタッフがスマホの画面と一緒にしながら、「データ移行・新規登録ガイド」(詳細は本紙9ページ)に沿って操作をお手伝いします。お友達と一緒にでも大丈夫です。

2月は新アプリお引越しまし＆新規登録強化月間。個別サポートデーの他、通常の開所時間内であれば、電話や窓口での相談も受け付けています。ここが分からない「この画面から先に進めない」など、どんな小さなことでも構いません。気軽に声を掛けてください。

データ移行をしないとどうなりますか？

Q&A

旧アプリの配信期限を過ぎると、歩数やポイントなど**全てのデータが移行されないまま削除されます。いかなる理由でも復旧はできません。**

データ移行のところ新規登録をしてしまったら？

Q&A

ポイントや歩数などの健康記録は引き継がれますが、プロフィールなどの一部のデータを最初から入力(登録)し直す必要があります。

移行しても登録したIDとパスワードは一緒？

Q&A

いずれも自動的に変わります。新アプリの設定画面(プロフィール)から確認できます。確認後に変更することもできます。

移行されないデータ(内容)はありますか？

Q&A

新アプリに無い【コイン】【アイテム(バッジ)】は移行されません。また【達成カレンダー】や【投稿写真】はリセットされます。



[Close Up] 新てくてくアプリへお引越しまし＆新規登録月間スタート！



これまでの「てくてく」に、**ちょっとだけ、頑張れる、応援機能を追加**

New **あるトク** 健康アプリでポイント活用



令和7年12月号・令和8年1月号でお知らせしてきた「おうらてくてくアプリ」のリニューアル。いよいよ本番スタートです。旧アプリのままでは、近いうちに歩数やポイントがたまらなくなってしまう。新アプリを使っていくために、準備することは「データ移行」または「新規登録」のどちらか一つ。詳しい手順は、『データ移行・新規登録ガイド』と保健センターでしっかりサポートします。2月は“お引越しまし＆新規登録”強化月間。新しいてくてく生活を始めましょう。



新アプリ
配信開始は

令和8年2月18日(水) 午前9時

移行
(いこう)

ありがとう
(サンキュー)

いち早く
(いちはやく)

2月中
(ボーナス)

最大

150+39=189+1=190

ポイント

令和8年もみんなでぐぐぐを楽しみましょう

まずは自分で。自分のペースで 詳しい操作手順は「ガイド」にまとめました

新てくてくアプリへの「データ移行」「新規登録」の手順は、広報おうちの紙面だけでは紹介しきれないため、『データ移行・新規登録ガイド』にギュッとまとめました。.....
QRを読み取り、町ホームページからダウンロードして
まずは自分のペースで進めてみてください。

- ▶ 画面を1つずつ追いつながら進められるステップ形式
- ▶ よくあるつまづきポイントを、写真付きで解説
- ▶ Android・iPhone、それぞれ別ルートで案内

※印刷したガイドは2月13日(金)から、次の場所に置きます。
役場健康づくり課(保健センター)、役場福祉介護課、
中央公民館、高島公民館、長柄公民館、町民体育館

2月13日(金)
公開



ガイドQR



▶ スマホ画面を1ステップずつ
写真付きで説明しています。

新てくてくアプリ「個別サポートデー」 分からなくなったら、一緒にやりましょう

個別サポートデー

期日:2月18日(水)・19日(木)・21日(土)
時間:各日 8:30~17:15
場所:保健センター

スタッフがスマホ画面と一緒に確認しながら、データ移行や新規登録の操作をサポートします。予約不要・参加費無料で、受付順にご案内します。



スタッフ
増員!



通常時もOK

左記以外の日でも、お気軽に。
日時:平日 8:30~17:15
場所:保健センター
保健センター開所時間内(8:30~17:15)は、いつでもアプリの相談を受け付けています。

※健診や教室実施のため、すぐにご案内できない場合もあります。

旧てくてくアプリ配信期限...令和8年3月31日(水)

令和8年4月1日(木)からは、旧アプリは起動できなく(動かなく)なります。全てのデータは削除され、**削除されたデータは、いかなる理由でも復旧はできません。**それまでに、新てくてくアプリへの「データ移行」を済ませてください。

次回「Chiicaポイント移行」は5月7日(木)

新アプリ移行期間に伴い、3月5日(水)の「Chiicaポイント移行」は行いません。3月末日までにたまったてくてくポイントを合わせて、5月7日(木)に移行します。

データ移行・新規登録を応援!

期間限定のスペシャルポイント

どうせなら2月中がおトク!

最大190ポイントの「お引越」&新登録規

Xデーは、2月18日(水)
新アプリの配信開始は2月18日(水)午前9時。その後3月31日(水)までの期間に、新アプリへの移行手続きをした人や新規登録した人には、これからの健康づくりと一緒に頑張る気持ちを込めて期間限定の

190ポイントの秘密

移行(150)ポイントは新しうてくてくアプリへ一歩踏み出す人への応援ポイント。ありがとう(39)ポイントはこれまでアプリを使ってく



ていた人はもちろん、今回をきっかけに仲間入りしてくれる人も含めた、一緒に歩いてくれる皆さんへのありがとうポイント。この2つで189ポイントです。さらに、2月中に手続きを(189)してくれた人には+1ポイントのボーナス。3つ合わせて最大190ポイントになります。

もらえる人・もらえるタイミング

■ どんな人が対象?

- これまで「おうらてくてくアプリ」を使っていた人で、新てくてくアプリにデータ移行した人
- 今回初めて「おうらてくてくアプリ」を始める人で、新てくてくアプリに新規登録した人

■ てくてくポイントはいつもらえる?

📱	手続き完了日	2月中	3月中
📊	ポイント数	190	189
📅	ポイント付与日	3月6日(金)	4月6日(金)
chiica	Chiica移行日	5月7日(木)	



町政 HOT NEWS

邑楽町地方創生包括連携プラットフォームニュース

町と包括連携協定を締結している
企業・団体が参加した事業の情報を
お知らせします

ORCP
NEWS vol.43第一生命保険株式会社 睡眠講座
～快眠生活で健康に～

睡眠不足は集中力や注意力の低下、生活習慣病の発症リスクを高めます。健康的な生活を送るために快眠生活を身に付けてみませんか。

- ▶日時 2月24日⑧午前10時～11時
- ▶会場 役場3階大会議室
- ▶対象 おおむね65歳以上の人
- ▶内容 上質な睡眠を取るためのポイントなどを学ぶ
- ▶定員 電子申請15人(先着順) 電話申込15人(先着順)
- ▶参加費 無料
- ▶持ち物 飲み物
- ▶参加方法 電子申請または電話で申し込む
- ▶申込開始 2月16日⑧午前10時
- ▶申込・問合先 役場福祉介護課 ☎47-5045



電子申請

～地域と手をつなぐ活動～ VOL.11

邑助けネットワーク
活動報告

このコーナーでは邑助けネットワークの活動内容をお知らせします

中野東小区協議会
買い物ツアー

買い物後の食事もツアーの醍醐味

1月9日、中野東小区の人たちが買い物ツアーへ行きました。参加者の小島和子さん(新中野・33区)は「買い物はいつも近くの店舗になってしまい買うものも固定化しています。買い物ツアーは、普段行くことのないお店で買い物ができるので、とても助かっています。また、いつもは1人で食べる食事も大勢で食べられるので、みんなと話もできていつも以上に食事が楽しくなります」と話していました。



買い物ツアーの始まりは集合写真から

邑助けネットワークに参加、利用したい人は
こちらにご連絡ください▶役場福祉介護課 ☎47-5045

次回の掲載は5月号を予定しています

申請

町と取り引きを行う事業者の人へ
小規模契約希望者登録申請の受け付け

令和8・9年度の登録申請を受け付けます。令和6・7年度に登録している事業者も改めて申請が必要です。

▼対象①～⑥全てに該当する事業者

①町内に主な事業所がある②邑楽町に競争入札参加資格審査申請(電子申請)をしていない③契約を締結する能力があり、破産していない④業務を行うために必要な資格や許可を取得している⑤町税に未納がない⑥暴力団員および暴力団関係者でない

▼契約範囲 工事200万円以下、物

品購入150万円以下、借入れ80万円以下、その他委託など100万円以下

▼登録期間 令和8・9年度2年間

▼申請方法 所定の申請書に必要事項を記入し、町税の完納証明書と暴力団排除に関する誓約書を添えて申し込む ※所定の書類は役場財政課、町ホームページにあります。完納証明書は役場税務課で発行(一通300円)。

▼申請期間 3月2日⑧～23日⑧

▼申込・問合先 役場財政課 ☎47-5005

広聴

パブリックコメント(意見募集)を行います
邑楽町耐震改修促進計画の改定

▼件名 邑楽町耐震改修促進計画

▼閲覧期間 2月13日⑧～3月13日⑧

▼閲覧場所 役場建設環境課、町ホームページ、町立図書館、中央公民館、長柄公民館、高島公民館

▼閲覧時間 各閲覧場所の開庁・開館時間

▼意見の受付

▼対象者(次のいずれかに該当する個人または団体) ①町内在住・在勤②町内に事務所・事業所がある③その他本件に対して利害関係がある

▼提出方法 次のいずれかの方法で提出

①郵送 〒370-0692(住所記入不要)邑楽町役場建設環境課宛 ②☎88-3247 ③✉const-env@swan.town.ora.gunma.jp ④直接持参

▼受付期限 3月13日⑧

▼その他 提出された意見に対する町の回答は、町ホームページと役場建設環境課で公表します(提出された意見に対する個別の回答は行いません)

▼問合先 役場建設環境課 ☎47-5031

子ども

現在利用している人も、年度ごとの申請を
令和8年度町立児童館の利用登録

4月からの児童館の利用申し込みを受け付けます。登録には「一般児童」「留守児童」の区分があり、利用希望者は直接各施設に問い合わせください。

▼一般児童 小学校の放課後に児童館を利用できます。

▼利用時間 放課後～午後5時

▼留守児童 学校から帰宅後に仕事などで保護者が家庭にいない小学生が対象です。申し込みには、申請書と保護者の就労証明書などの提出が必要になります。帰宅の際は、保護者による迎えが必要です。

が必要で、

▼利用時間 放課後～午後6時30分

▼共通事項

▼対象 町内在住の小学生

▼利用料金 無料

▼受付開始 2月2日⑧

▼登録方法 各児童館にある申込書で申し込む

施設名	学校区	電話番号
南児童館	長柄小学校	☎ 88-2258
北児童館	高島小学校	☎ 88-3715
中央児童館	中野小学校	☎ 88-6135
東児童館	中野東小学校	☎ 88-1360



令和8年度 がん検診が一部変わります

令和8年度から、国の指針を踏まえ、がん検診の一部を見直します。
※検診が受けられなくなるわけではありません。

クーポン

婦人科検診

無料クーポン券
対象年齢が変更

無料クーポン券が届く年齢が変わります。検診が受けられなくなるわけではありません。

子宮頸がん	21歳(年度末年齢)
乳がん	41歳(年度末年齢)



前立腺がん検診

2年に1回
(偶数年齢男性)に

令和8年度から受診間隔を整理。偶数年齢の男性のみが対象になります。

対象者	50～80歳の偶数年齢の男性
-----	----------------



胃がんリスク検診

血液検査による
リスク検診は終了

血液検査によるリスク検診(血液検査)は終了。効果が確認されている胃がん検診に一本化します。

※今回の3つの変更は、国が示すがん検診の指針や最新の知見を踏まえ、検診の効果や公平性を考えて行うものです。町民の皆さんが、今後も安心してがん検診を受けられる体制づくりを進めていきます。

問 役場健康づくり課(保健センター) ☎88-5533

自転車

安全で快適な生活環境を確保
自転車などの放置の防止に関する条例

▼件名 邑楽町自転車等の放置の防止及び適正な処理に関する条例

▼施行日 4月1日⑧

▼概要 町道や駅前駐輪場などの町有地などにおける自転車など(自転車、原動機付自転車、大型自動二輪車、普通自動二輪車)の放置の防止および適正な処理について必要な事項を定めています

▼町の責務 町は、相当の期間にわたって放置されている自転車などの撤去および保管を行い、所有者に引き取るよう通知します。また、期限内に引き取り

のない自転車などについては、所有権が町に帰属し、処分を行います

▼その他 詳細は町ホームページを確認してください

▼問合先 役場総務課 ☎47-5018

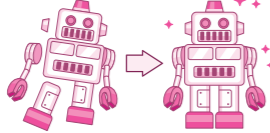
町ホームページ

自転車の放置はしないでください



正しいごみの出し方 vol.9

捨ててしまう前に
壊れたおもちゃは
おもちゃ病院へ



大切にしているおもちゃが壊れてしまったら、あなたは
どうしますか？もしも、おもちゃが直るとしたら、ごみとして
出してしまうにはもったいないですね。今回は、壊れたおも
ちゃについての相談ができる、おもちゃ病院の紹介です。

太田おもちゃ病院

おもちゃ病院では、子ども向けのおもちゃの相談を受け付
けています。修理ができる場合の費用は、部品交換がある場
合などを除いて、原則無料です。診察を希望
する場合は、開院してから早めに向かいま
しょう。また、おもちゃの状態によっては入
院修理も可能です。詳細はおもちゃ病院の
ホームページで確認してください。



おもちゃ病院
ホームページ

太田本院

▶開院日 毎月第2日曜日 ▶開院時間 午前10時～正午
▶場所 太田市外三町広域清掃組合 リサイクルプラザ内
(太田市)
▶問合せ リサイクルプラザ ☎33-7980

大泉分院

▶開院日 毎月第4日曜日 ▶開院時間 午前10時～正午
▶場所 いずみの杜内(大泉町)
▶問合せ いずみの杜 ☎20-0035

共通事項

▶診察数 1回の受診につき1家庭2個まで
▶おもちゃの回収 不要になった「電池で動くおもちゃ」

渡良瀬遊水地 ヨシ焼きの実施
3月7日(土) 午前8時30分～
☎ 渡良瀬遊水地ヨシ焼き連絡会 ☎0282-62-1161

農用地区域変更申出
農地の青地への編入や青地からの除
外を希望する人は申出してください。
※申出に必要な書類は、役場農業振興
課または町ホームページにあります。
▼受付期間 3月2日(月)～13日(金)
▼受付時間 午前8時30分～正午、午
後1時～5時
※役場開庁時間に限る。
▼申出・問合せ 役場農業振興課 ☎
47-50225

国民健康保険運営協議会
国民健康保険事業を審議する協議会
を開催します。希望者は傍聴できます。
▼日時 2月24日(火)午後1時30分
▼会場 保健センター
▼内容・定員 令和8年度国民健康保
険特別会計予算など・5人(先着順)
▼申込方法 会議当日に会場へ来場
し、受け付けで必要事項を記入する
※受け付けは、午後1時25分まで。
▼問合せ 役場住民保険課 ☎47-50
20

2月・3月の健康カレンダー ▶会場・問合せ 保健センター ☎88-5533

月日	種 目	受付時間	対 象
2/16(月)	健康相談	午前10:00～11:30	健康上の悩みや疑問のある人
18(水)	4カ月・10カ月児健診	午後 0:50～ 1:15	令和7年4月・9月生まれの乳児
27(金)	離乳食相談	午前 9:30～ 9:45	生後4カ月～12カ月までの乳幼児(予約制)
27(金)	2歳児歯科健診	午後 0:50～ 1:15	令和5年12月・令和6年1月生まれの幼児
3/2(月)	健康相談	午前10:00～11:30	健康上の悩みや疑問のある人
3(火)	1歳6カ月児健診	午後 0:50～ 1:15	令和6年7月・8月生まれの幼児
4(水)	3歳児健診	午後 0:50～ 1:15	令和4年11月生まれの幼児
9(月)	健康相談	午前10:00～11:30	健康上の悩みや疑問のある人
10(火)	5歳児健診	午後 0:50～ 1:15	令和3年2月生まれの幼児
11(水)	離乳食相談	午前 9:30～ 9:45	生後4カ月～12カ月までの乳幼児(予約制)
11(水)	4カ月・10カ月児健診	午後 0:50～ 1:15	令和7年5月・10月生まれの乳児

※健診は混雑回避のため、受付時間を区切ってご案内します。詳細は個別発送の通知を確認してください。

ヘルスワンポイントカード 終了\今までありがとう/

てくてくアプリが始まって2年半。
2月18日のリニューアルに伴い
ヘルスワンポイントカードは
令和7年度で終了します。



今後は
アプリで



令和7年度ヘルスワンポイントカードの
ポイント交換期限は**3月31日(火)** ▶問合せ 保健センター ☎88-5533

TOWN INFORMATION ORA 情報広場

教室・講座
脳の栄養講座
▼日時 ①2月26日(火)、②3月5日(火)、
③12日(水)(全3回) 午後2時～3時
▼会場 役場3階大会議室
▼対象 65歳以上の人
▼内容 ①チーズを知りチーズに親し
む②魚の話あれこれ③マヨネーズ教室
▼定員・参加費 【電子申請】20人(先着
順) 【電話申込】20人(先着順)・無料
▼持ち物 筆記用具
▼申込方法 電子申請また
は電話で申し込む
▼申込開始 2月17日(火)午前9時
▼申込・問合せ 役場福祉介護課 ☎
47-5045



理学療法士による
誤えん予防講座
電子申請

都市計画変更の縦覧
県が都市計画の変更を行いました
ので、縦覧を行います。
▼縦覧内容 東毛広域都市計画圏都市
計画区域の整備 開発および保全の方針
の変更(都市計画区域マスタープラン)
▼場所 県都市計画課 館林土木事務
所 役場都市計画課(開庁時間に限る)
▼問合せ 県都市計画課 ☎027-2
26-3654

お知らせ

3月の休日当番医 ◇診療時間 内科・外科/午前9時～午後5時 耳鼻科/午前9時～午後1時 歯科/午前9時～正午(受付は午前11時30分まで)
◇救急病院の問合せ 救急テレホン ☎73-5699 ※必ず電話してからマイナンバーカード(保険証)を持って受診してください。

	外科系	内科系		耳鼻科	歯科
1日 (日)	川島脳神経外科医院 館林市岡野町 ☎75-5511	ましも内科・胃腸科 大泉町城之内 ☎62-2025	小西医院 千代田町赤岩西 ☎86-2261	川田耳鼻咽喉科医院 館林市仲町 ☎72-3314	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
8日 (日)	館林市夜間急病診療所 館林市新栄町 ☎73-2313	おうら病院 篠塚 ☎88-5678	真愛ウィメンズクリニック (婦人科のみ) 館林市本町☎72-1630		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
15日 (日)	井上整形外科医院 板倉町板倉 ☎82-1131	森下内科医院 館林市花山町 ☎73-7776	つつじのさと内科医院 館林市松原 ☎50-1653	川村耳鼻咽喉科医院 館林市新宿 ☎72-1337	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
20日 (金)	慶友整形外科病院 館林市赤生田町 ☎49-9000	いたくら内科クリニック 板倉町朝日野 ☎70-4080	藤原医院 明野 ☎88-7797		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
22日 (日)	しんじょう整形外科クリニック 館林市富士見町 ☎55-3623	後藤内科医院 館林市西本町 ☎72-0134	こやなぎ小児科 (小児科のみ)館林市 富士原町☎80-2220		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
29日 (日)	新橋病院 館林市下三林町 ☎75-3011	加藤医院 光善寺 ☎89-1031	たけい小児科・アレルギー科 (小児科のみ)館林市 北成島町☎76-2525		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818

※感染症の流行状況により、電話がつながりにくい場合や診察に時間を要する場合があります。

群馬県保険医協会	2月の健康テレホンサービス(☎027-234-4970) ▶電話をすると3分間の健康講話が聞けます			
直接相談タイム(医師が相談や質問にお答えします) 日時 歯科…3月12日(火)午後7時30分～8時30分	☎ じんう腎炎	☎ かかりつけ医いますか？	☎ 子宮外妊娠	
	☎ 保険でできる歯周病の治療	☎ 歯茎が腫れたとき	☎・☎ 親知らず、抜歯が必要なの？	

絆深める白鳥オリエンテーリング

1月16日にたてわり班で白鳥オリエンテーリングに行きました。ガバ沼では「白鳥を愛する会」の人からお話を聞いたり、野鳥にエサをあげたりしました。多々良沼公園では6年生が考えた遊びを楽しみました。今年は浮島弁財天の見学や鶉新田広場の散策もしました。

この行事では、上級生が下級生のことをリードしたり、お互いの良さを認め合ったり、公共施設などの利用マナーを学んだりとたくさんの経験

をすることができます。そして、たてわり班の友達との絆も深めることができます。

これからも、たてわり班での活動を大切に、他の学年との絆が深い中野東小学校にしていきたいです。

【児童会本部委員 今野光】

「白鳥オリエンテーリング」は中野東小ならではの行事ですね。たてわり班での活動の中で、下級生が上級生に憧れを持つような関係づくりができたと思います。この素晴らしい行事をしっかりと引き継いでいってください。



たくさんの野鳥にエサをあげたよ



私のおじいちゃん「全盲」です。視界が真っ暗で何も見えない状態で、家以外では一人で歩けません。祖母と出かけるときは「思いやり駐車場」に車を止めます。思いやり駐車場とは車椅子利用者や障がい者、高齢者などが安心安全に駐車場を利用するためのものです。ですが、思いやり駐車場が空いていないときがあります。その車を見ると証明書が貼られています。実際に2015年に千葉県で実施された調査では、思いやり駐車場に止められていた8割は健康者だったそうです。ですが、健康者は使わないというルールになっていきます。なぜ健康者が思いやり駐車場に止

めるのでしょうか。一つ目は、証明書がない妊婦さんなども使えるからです。「なりすまし」をするのでしょうか。とても卑怯な考え方だと私は思います。二つ目は、罰則がないことです。思いやり駐車場の利用者はルールで決まっているので健康者が使っても罰金などはありません。アメリカでは州によって、約2万8千円の罰金が課せられるそうです。日本も罰則をつくらばルール違反も減るのかもしれないですね。ですが法律をつくるには時間がかかります。何よりも早いのは、ルール違反をして思いやり駐車場を使っている人が意識を改めることです。

思いやり駐車場を使うときは名前の通り、使うべき人のことを思いやって、譲ってください。その駐車場を使わないことだけが思いやりではありません。駐車スペースにポイ捨てをしない、その場に滞在しない、などは誰にでもできることです。明日から少しでも心がけてみませんか。

私たちの仲間たち No.446

グラウンド・ゴルフ協会



活動日 月曜日から土曜日
場所 町内の公園など
時間 団体による
問合せ 町民体育館 ☎88-5355

グラウンド・ゴルフ協会は、平成19年3月に発足しました。現在では、20団体が加盟しており、60代から90代の人々が健康増進や、交流の場として日々活動中。各団体が週2～3回のペースで、汗を流しています。多くの会員が所属しているので、自然とたくさんの仲間ができるはず。これからチャレンジする人にとって、適切な曜日と時間などで活動している団体を紹介することができます。春は花見をしながら、秋には紅葉を感じながら、季節も一緒に楽しめる魅力ある生涯スポーツ「グラウンド・ゴルフ」。興味のある人はぜひお問い合わせください。

JOY

あなたの心と身体をリフレッシュ 生涯学習のページ

学校教育課 ☎47-5040(直通) school-ed@swan.town.ora.gunma.jp	中央公民館 ☎88-1177 長柄公民館 ☎89-0123 高島公民館 ☎89-1501	町立図書館 ☎88-5900 町民体育館 ☎88-5355
--	--	----------------------------------

生涯学習課 ☎47-5043(直通)
further-ed@swan.town.ora.gunma.jp

邑楽町教育委員会



スポーツ団体登録説明会

町内には、スポーツを楽しめる施設がたくさんあります。これらのスポーツ施設の定期使用を希望する団体(チーム)は、必ず出席してください。

- ▶日時・会場 下表の通り
- ▶対象 令和8年4月1日～令和9年3月31日までの期間に定期的に町のスポーツ施設を使用する団体
- ▶内容 団体登録手続き、使用方法、使用料など
- ▶その他 新規登録の場合は審査があります。希望する団体は、事前に町民体育館へお問い合わせください
- ▶問合せ 町民体育館

施設、時間帯、種目など	期日	開始時刻	会場
運動場(軟式野球、ソフトボールなど)	2月17日㊥	19:00	町民体育館 2階会議室
町民体育館(昼間)、町武道館(昼間)	2月18日㊥	10:00	
運動場(グラウンド・ゴルフ)	2月18日㊥	13:30	
町民体育館(夜間)、学校体育館(夜間)、町武道館(夜間)	2月18日㊥	19:00	
町民テニスコート	2月19日㊥	18:30	
スポーツ・レクリエーション広場(サッカーなど)	2月19日㊥	19:30	

町民体育館



町武道館



学校体育館(夜間)



鶉農村広場



ひろや公園



松本公園



スポーツ・レクリエーション広場



青少年広場



鞍掛中央公園芝生広場



緑ヶ岡公園



町民テニスコート



町立図書館 LIBRARY INFORMATION 情報板

3月
March

問合先 町立図書館

休館日

▶期日 3月2日①、9日①、16日①、
23日①、30日①、31日①
※31日①は月末整理日。

キッズわくわくスタンプラリー

月ごとのテーマの本を借りてスタンプ
をもらおう
▶対象 小学生

オリーブ「読み聞かせ」

▶期日 3月5日①、12日①、19日①
▶時間 午前11時

「読書についてのアンケート」 にご協力ください

町読書活動推進計画の策定に向けて「読
書についてのアンケート」を実施しま
す。皆さまのご協力をよろしくお願いし
ます。

▶回答方法 以下のURLまたはQRから
▶締切 3月6日①

▼回答はこちらから▼

<https://logoform.jp/form/p7rR/1361347>



はくちょう号

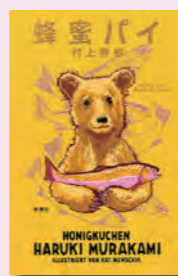
▶期日 3月12日①、
26日①

到着時間	場所
10:30	特別養護老人ホーム やまつつじ
11:05	介護老人保健施設 ラポール・レイゾン
11:40	グループホームヴィラ
13:40	邑楽町社会福祉協議会 デイサービスセンター
14:20	グループホーム つむぎの里
15:10	ショートステイくるみ
15:20	住宅型有料老人ホーム おうらの里

町立図書館には毎週約100冊の本が新しく仲間入りします。
貸出中の場合には、予約サービスも利用できます。

蜂蜜パイ

村上春樹／著 カット・メン
シック／イラスト 新潮社
小説家の淳平は、震災をきっかけに悪夢にうなされる友人の娘
沙羅に、蜂蜜とり名人の熊の話
を創作して聞かせる。村上春樹
の名短編とイラストを合わせた
大人気アートブック第5弾。



新刊



ばくうまばくめし

大和田獏／著 プティック社



Instagramで人気
の大和田獏のひと
りごはん「ばくめ
し」。ご飯ものや麺
はもちろん、おか
ずになるつまみや
副菜、旬を楽しむ
幅広いばくうまレ
シピを紹介。

成瀬は都を駆け抜ける

宮島未奈／著 新潮社



京大生となった成
瀬は新たな仲間た
ちと京都の街をひ
た走る。令和最強
の青春小説シリー
ズ堂々完結！最高
の主人公と、究極
のハッピーエンド
を見届けよ！

法獣医学者が解き明かす 動物の事件簿

田中亜紀／著 岩波書店



捨て猫や動物虐
待、卵の値段など、
動物と人との関係
性をすべてカバー
する法獣医学。さ
まざまな動物の事
件を法獣医学の視
点で解き明かす。

日本全国郷土料理ずかん

郷土料理ずかん編集室／著
メイツユニバーサルコンテンツ



47都道府県の「地
元の味」が大集合！
特産品や独自の技
術を使った個性豊
かな伝統メニュー
をおうちで作れる
レシピもたっぷり
掲載！

ポケモン サイエンスブック でんき

岩崎孝之／監修 小学館

私が投資したNISA・iDeCoの お金、このままで大丈夫？

塚本俊太郎／著 インプレス

いつ、誰に、何を、がわかる 12か月のギフトカレンダー

世界文化社



図書館映画会

日時	上映作品
3/6① 14:00	ねばけ (111分)2018年 うだつの上から落語家と、彼を支える恋人の愛と葛藤を描いた群像劇。
3/15① 14:00	嵐が丘 (日本語字幕105分)1994年 エミリー・ブロンテの不朽の名作を忠実に描き、完全映画化と呼べる名作。
3/20① 14:00	ピーターパン (77分)1953年 永遠の少年ピーターパンと子どもたちの冒険を描く世界的名作アニメ作品。

▶時間 午後2時(1時45分開場) ▶会場 町立図書館 2階視聴覚室
▶定員 70人 ▶入場料 無料 ▶その他 開場時間までに2階視聴覚室前へ
お越しください(開場までに定員に達した場合は抽選)

地域で育む笑顔と絆の高島公民館まつり

▶会場 中央公民館 ▶問合先 高島公民館

高島公民館まつり実行委員会では「地域で育む笑顔と絆の高島公民館まつり」をテーマに作品展示・舞台発表など公民館利用
団体の日頃の活動の成果を披露する他、陶芸や七宝焼き作品のチャリティーバザー、スタンプラリー、七宝焼き・点字の体験な
どを実施します。また、15日①にはオープニングイベントとして、高島子ども八木節隊が登場し、坂原董礼さん(石打・20区)
による記念音楽公演(ピアノ演奏)を開催します。皆様のご来場をお待ちしております。



スタンプラリーにチャレンジしよう！

14日①、15日①両日実施しているスタンプラ
リー。おまつり会場を巡って、4つのスタンプを探
してみよう。全部クリアすると、ここでしか手に
入らない高島公民館まつり限定のオーランドさ
ん缶バッジをゲットできるよ！



デザインは当日のお楽しみ



3月14日①
午前10時～午後4時

3月15日①
午前10時～午後3時

作品展示

陶芸、水彩画、書道、七宝焼き、点字、俳句、写真など

その他企画

チャリティーバザー、模擬店、スタンプラリー、体験など

オープニングイベント

▶出演 高島子ども八木節隊
▶時間 午前10時開演
▶申込 直接会場に来場する

舞台発表

コーラス、フラダンス、ズンバ
タヒチアンダンス、バントワリングなど

お茶会

▶時間 午前10時～午後2時
▶茶券 400円(先着順)

記念音楽公演

▶時間 午後2時(1時30分開場)
▶出演 坂原董礼
▶入場料 無料(要整理券)
▶整理券配布 2月14日①午後3時
※1人2枚まで。
▶申込・問合先 高島公民館

約1時間のコンサート
を行います。英雄ポロネーズ
やノクターンOp.9-2、月の光など
耳なじみのある曲を演奏予定です。
ぜひ聴きにいらしてください♪
皆様のご来場をお待
ちしています。



坂原董礼さん

S PORTS

スポーツ大会結果

第26回邑楽町武道大会

1月18日、第26回邑楽町武道大会(空手道、柔道)が行われました。関連情報は本紙26ページへ。

第26回空手道大会

小学生低学年以下の部 **準優勝** 眞仁田豪 **第3位** 木村晴人
小学生中学年の部 **優勝** 松永朝咲
小学生高学年の部 **優勝** 松永空
団体の部 **優勝** 群剛会(笠井啓翔、櫻井宏高、高橋義人、中野良一)



第54回柔道大会

幼年の部 **優勝** 佐竹夏芽 **準優勝** 仲島圭牙
小学生低学年の部 **優勝** 大川柊真 **準優勝** 津久井璃音
第3位 神谷祥多、仲島匠吾
小学生高学年の部 **優勝** 寺井大晴 **準優勝** 佐竹志堂
第3位 佐竹奏栄、小林透悟
中学生の部 **優勝** 津久井海翔



ジュニアリーダー養成研修

中央公民館では邑楽町レクリエーション・リーダーズクラブ(ORLC)を中心にジュニアリーダー養成研修を実施します。野外活動、レクリエーションなどを通してジュニアリーダーとしての技術や知識を習得することができます。

- ▶日時 3月21日㊥、22日㊤(1泊2日)
▶会場 中央公民館など ▶内容 レクや食事づくりを学ぶ ▶対象 町内の中学生 ▶定員 10人
▶参加費 3,000円(食事代、保険代など) ▶申込期間 2月14日㊥午前10時～3月7日㊥午後5時
▶申込方法 窓口で直接申し込む ▶申込・問合先 中央公民館

そもそもORLCって……？

邑楽町レクリエーション・リーダーズクラブの略称で、昭和58年から活動しており、子どもたちの笑顔のためのボランティア団体です。邑楽町周辺に住む高校生以上の学生や、社会人が活動しています。名前の通りレクリエーションを得意とし、イベントで見かけることも多いはず。主催イベントはリーダーキャンプ、子どもまつり、ジュニアリーダー養成研修の3つ。他にも依頼があればいろいろなイベントに参加しています。子どもたちを笑顔にするために、まずは自分たちが楽しむ。楽しさ、仲の良さは保証します！非日常を子どもたちにお届けしたい人は、ぜひ一緒に参加しませんか。



Instagram



子どもたちに囲まれるリーダー



イベント運営するリーダー

子ども料理教室 ～ありがとうランチ作り～

- 期 3月21日㊥ 時 午前9時30分～午後0時30分 場 中央公民館 内 家族にワンプレートランチを作り、一緒に食べ、感謝を伝える 対 町内の小学3～6年生 定 8人 費 1,200円(材料代) 申 2月21日㊥午前9時30分 問 中央公民館

めざそう！健康長寿 ～骨格筋を整える運動～

- 期 3月28日㊥ 時 午前10時～正午 場 期 3月7日㊥、14日㊥(全2回) 時 午後2

おうら中央多目的広場 内 骨格筋を整える運動を学ぶ 対 18歳以上の人 定 15人 費 無料 申 3月7日㊥午前10時 問 中央公民館

樹脂粘土でミニチュアフード教室



時～4時 場 長柄公民館 内 メモクリップと小さなパフェを作る 対 町内の中学生 定 12人 費 700円(材料代) 申 2月17日㊥午後3時30分 問 長柄公民館

雑誌古本市

- 期 3月7日㊥ 時 午前9時30分～11時 場 町立図書館 内 雑誌や古本の販売(雑誌1冊20円、古本1冊50円)※1人各10冊まで。 問 町立図書館



教室・講座などの申込方法 ◆申込開始当日 申込開始時間に申込先の窓口にて、本人または家族の人が直接申し込んでください。申込開始時点で定員を超えた場合は抽選になります。◆申込開始日翌日以降 定員に満たない場合、先着順で電話での申し込みを受け付けています。

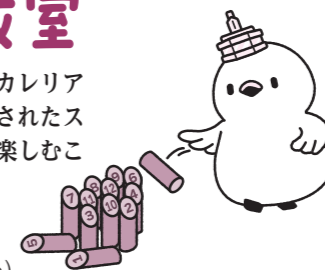
中央公民館 「子育てひろば」と「たけのこクラブ」の交流 OPIC 和太鼓をたたいてみよう

1月15日、邑の森ホールで、子育てひろばとたけのこクラブの三世代交流事業が開催されました。子育てひろばは2歳児とその保護者を、たけのこクラブは高齢者を対象にした年間事業です。子育てひろばから参加した篠崎彩香さん・星奈ちゃん(鶴下・13区)は「和太鼓を初めて聞かせました。太鼓をたたくとき、最初は手を引っ張られてママと一緒にたたけただけ、徐々に慣れて最後には1人でたたけるようになってうれしかったです。獅子舞は泣いちゃうのかなと思っていたら、まさかの『パクパクするのがかわいい』とのことで喜んで囃してもらっていました。新しい発見ができました」と話していました。たけのこクラブから参加した車嶋千代子さん(大谷端宿赤東・31区)は「和太鼓は初めてです。孫がやっているのは見たことあったが、意外と難しかったです。リズムに合わせてたたくので、脳トレやストレス解消にもなりますよね。こうやって三世代で活動できるのはとてもいい機会でした。小さい子と触れ合うと笑顔になりますね」と話していました。



モルック体験教室

皆さん、モルックはご存じですか。フィンランドのカレリア地方の伝統的なキイッカというゲームを元に開発されたスポーツです。とても簡単なルールで老若男女問わず楽しむことができます。



- ▶期日 3月14日㊥ ▶時間 午前10時～正午
▶会場 スポーツ・レクリエーション広場(雨天中止)
▶内容 モルックを学び、体験する
▶対象 小学生以上の人(3年生以下は保護者同伴) ▶定員 50人 ▶参加費 無料
▶申込期間 2月14日㊥午前10時～3月7日㊥午後5時 ▶申込・問合先 町民体育館

- ① モルッカーリ(投げる位置)を設置し、3～4メートル離れた位置にスキttlと呼ばれる数字の書かれた木棒を順番通りに並べます。



- ② 2チーム以上で対戦。モルックを下手で投げて、スキttlを倒します。倒れたスキttlはその場に立て直し、次のチームの人が投げます。



- ③ 倒れたスキttlの本数(1本の場合は書かれている数字)を加算していき、先に50点ピッタリになった方が勝ち！スキttl同士が重なっている場合は倒れた本数に含まれません。50点を超えてしまうと、25点から再スタートとなります。



中央公民館☎88-1177 長柄公民館☎89-0123 高島公民館☎89-1501 町立図書館☎88-5900 町民体育館☎88-5355 生涯学習課☎47-5043
※は、『おうらてくてくアプリ』のポイント付与対象事業です。詳しくは保健センターへ☎88-5533

No.190 大図き文化財

スズメノテッポウの仲間セトガヤ
邑楽町文化財保護調査委員 青木 雅夫



鶴新田のセトガヤ

スズメノテッポウは田んぼの縁に生え、ピーピー草などといって思いつくところのある人がいらっしやるでしょう。今の小学生や若いお母さん、お父さんなどで知っている人はどれくらいでしょうか。それだけ、私たちの生活が自然と離れているのを感じるよい例ではないでしょうか。スズメノテッポウの花穂を引っばると簡単に取れて、葉が葉鞘とともに残りますが、こをくわえて息を吹き込むと、ピーーっと音が出るのです。春先野道の楽しい遊びです。

物にセトガヤがあります。スズメノテッポウよりも一回り大きく同じところに生え、スズメノテッポウの雄しべの葯が橙黄色なのに比較して、白い色をしています。

セトガヤは群馬県の絶滅危惧Ⅱ類で、絶滅の危険が増大し、このままでは近い将来、絶滅危惧Ⅰ類に移行することが確実と考えられるものとされています。生物多様性の保全が重要とされていますが、多様性の保全は私たち人間の生命を支えるものであることを忘れてはならないでしょう。

スズメノテッポウによく似た植

おすすめ！デジタル化が進んだ今こそチャレンジ！

TAX
02

待ち時間なし！ 自宅でじっくり スマホで申告

確定申告には、e-Tax・スマホ申告が大変便利。マイナンバーカードとスマホ（マイナンバーカード読み取り対応）があれば、申告会場に行かなくても、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用して確定申告を行うことができます。

▶スマホ申告の便利な5つのメリット

👍1 24時間いつでも申告できる
※メンテナンス時間を除く。

👍2 税務署への書類持参不要

👍3 印刷・郵送料不要

👍4 添付書類不要
※一部を除く。

👍5 早期還付（3週間程度）
※書面提出の場合1カ月～1カ月半程度です。

書類の作成方法は動画でチェック

動画で見る確定申告

「国税庁動画チャンネル」で配信

確定申告書等作成コーナーはこちら▼

確定申告

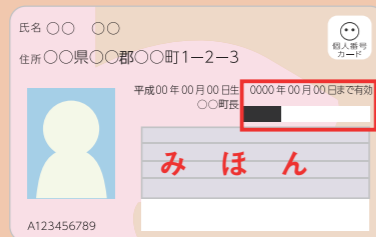
操作方法などのお問い合わせは
e-Tax作成コーナーヘルプデスク ☎0570-01-5901

e-Taxに必要なもの

- ✓ マイナンバーカード
- ✓ マイナンバーカード読み取り対応のスマートフォン（またはICカードリーダー）
- ✓ マイナンバーカードの暗証番号
①利用者証明用電子証明書の暗証番号（数字4桁）
②署名用電子証明書の暗証番号（英数字6～16文字）

すでに
約4人中3人が
e-Taxで
申告しています!!

※マイナンバーカードおよび電子証明書の有効期限にご注意ください



有効期限を過ぎた場合、電子申告などが利用できません。
特に、確定申告期は、更新窓口の混雑が予想されますので、
お早めに更新手続きをお願いします。

>有効期限や更新手続きの詳細は、
「デジタル庁公式note」をご確認ください。

▶今年から個人住民税申告も電子申告スタート!!

令和7年分の個人住民税の申告がeLTAX（エルタックス）からマイナンバーカードを利用して電子申告できます。24時間（メンテナンス時間を除く）申告でき、来庁も不要です。

※マイナンバーカードが必要です。

※マイナポータルアプリのダウンロードが必要です。

※別途書類の郵送が必要な場合があります。



「スマホで申告！」

TOPIC①

高額療養費の 発送時期にご注意

◀12月中に高額療養費の対象となる診療を受けた場合、「高額療養費支給申請のお知らせ」が発送されるのは、2月下旬以降です。それ以前に医療費控除の申告をされた場合、申告の訂正が必要になります。ご注意ください。

税 の申告

（問）住民税 役場税務課 ☎47-5011 所得税 館林税務署 ☎72-4373

[Close Up]

令和7年分

令和7年分所得税、8年度の住民税（町県民税）の申告受付が2月16日⑧から始まります。必要な書類をそろえて、館林税務署または役場1階エントランスロビーで忘れずに申告してください。

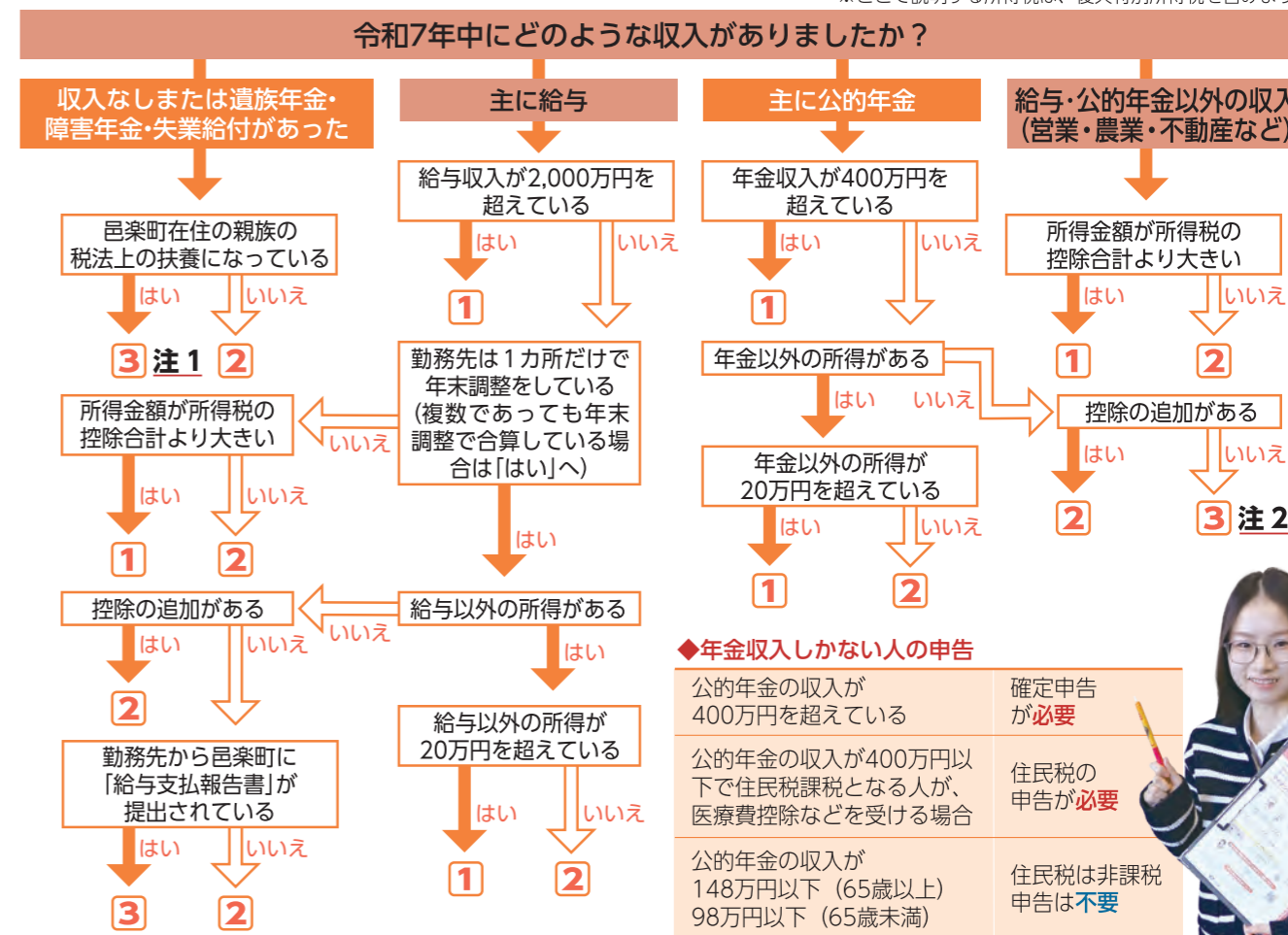
TAX
01

申告が必要？不要？フローチャートで確認

申告が必要かどうかを簡単に確認できるフローチャートを作成しました。まずは、ご自身が申告対象者かどうかを確認してみてください。



※ここで説明する所得税は、復興特別所得税を含みます。



◆年金収入しかない人の申告

公的年金の収入が400万円を超えている	確定申告が 必要
公的年金の収入が400万円以下で住民税課税となる人が、医療費控除などを受ける場合	住民税の申告が 必要
公的年金の収入が148万円以下（65歳以上）98万円以下（65歳未満）	住民税は非課税申告は 不要

①	所得税の確定申告が 必要	所得税の確定申告書を提出すれば、住民税の申告は必要ありません。確定申告書の「住民税・事業税に関する事項」欄に該当する事項、金額があれば必ず記入してください
②	住民税の申告が 必要	所得税（復興特別所得税含む）が源泉徴収されていて、申告により所得税の還付を受ける場合には、確定申告が必要です
③	確定申告・住民税の申告は 不要	「注1」の人で国民年金保険料の申請免除を受ける場合や所得・税金に関する証明書が必要な場合は、住民税の申告が必要です 「注2」の人で所得税が源泉徴収されていて、申告により所得税の還付を受ける場合には確定申告が必要です

フローチャートは一般的な例です。不明な点は役場税務課（☎47-5011）にお問い合わせください。



TAX

05

申告に必要なもの

TAX

03

館林税務署で申告

年間収入が分かる書類

【給与や年金を受給している人】
源泉徴収票（給与・年金など）、事業主の支払証明書など


【事業所得や不動産所得のある人】
事業所得（営業や農業）、不動産所得のある人は収支内訳書
※収入と経費を事前に収支内訳書に記載してください。

所得控除に必要な書類

【社会保険料控除などを使う人】
国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の「令和7年分納付額のお知らせ」、国民年金、生命保険・地震保険・旧長期損害保険などの控除証明書など

【医療費控除を使う人】
医療費の明細書、医療費通知（医療費のお知らせ）、高額療養費などの補てん金がかかるものなど
※医療費の領収書は自宅で5年間保管してください。

【障害者控除を使う人】
身体障害者手帳や療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、障害者控除対象者認定書など
※障害者控除対象者認定書についてのお問い合わせは、役場福祉介護課☎47-5024まで。


事業所得（営業・農業）や不動産所得の収支内訳書、医療費控除の明細書はご自身で記入していただくものです。作成できていない場合は申告相談できません。

「令和7年分納付額のお知らせ」を発送

該当の人へ1月末に役場税務課より国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料控除のお知らせを発送しました。確定申告の際にご利用ください。

年金からの特別徴収（天引き）分については、日本年金機構から送付される「公的年金等の源泉徴収票」をご確認ください。社会保険料控除の二重計上にご注意ください。



その他不明な点は
役場税務課（☎47-5011）へ

事前に必ず
 チェックを！

☒ **check!**

- ☐ **通帳など本人名義の口座番号が分かるもの**（所得税が還付になる人）
- ☐ **本人確認書類**（運転免許証など）
- ☐ **マイナンバー（個人番号）確認書類**

こちらを忘れずに！！

申告時には
マイナンバー
が必要です！

	番号確認書類	本人確認書類
本人	必要	必要
扶養家族	必要	不要

マイナンバーカードがあれば
1枚で本人確認と番号確認ができるので大変便利です！

TOPIC②

ふるさと納税の **寄附金控除**

ふるさと納税を行った時に「ふるさと納税ワンストップ特例」の申請を行った人でも、確定申告をする際は、ふるさと納税の「寄附金の受領書」または「寄附金控除に関する証明書」が必要です。ワンストップ特例は、会社勤めの人など確定申告しない人に適用されるもので、確定申告すると、ワンストップ特例が無効となるからです。ふるさと納税に係る寄附金控除も併せて申告する必要があります。

ここも読んで！

館林税務署で申告が必要な人

●次に該当する人は**館林税務署で申告が必要です**

▶青色申告をする ▶令和7年中に営業や農業、不動産事業を始めた ▶営業や農業、不動産所得の損失を繰り越す ▶土地・建物の不動産や自動車・貴金属などの動産を譲渡した ▶株式や先物取引で譲渡益があった、または株式や先物取引で生じた損失を繰越損失として申告する ▶特殊な配当所得がある ▶外国為替証拠金取引（FX）による所得がある ▶暗号資産（ビットコインなど）で利益が出た ▶肉用牛の販売により、特定肉用牛所得の申告をする ▶雑損控除の適用を受ける ▶贈与税・消費税の申告をする

期 間 2月16日（月）～3月16日（月）
 （土・日曜日、祝日を除く）

受付時間 午前8時30分～午後4時
 （入場整理券配布終了まで）

会 場 館林税務署 3階会議室
 （館林市仲町11－12）☎72-4373

TAX

04

邑楽町役場で申告

申告期間・時間・会場

期 間 2月16日（月）～3月16日（月）
 （土・日曜日、祝日を除く）

受付時間 午前9時～11時・午後1時～4時
 ※2月24日（火）は午後6時まで延長します。
 ただし、午後4時～6時の受け付けは予約が必要です。

会 場 役場1階エントランスロビー
 （税務課の隣）

※申告期間中は、税務課窓口で申告相談は実施しません。
申告相談を希望する場合は、申告相談会場へお越しください。

2月24日（火）午後4時～6時に申告を希望する場合、事前予約制となりますので、下記QRを読み取って、受付フォームから予約してください。予約の締め切りは2月20日（金）です。

事前予約
受付フォーム

簡単に予約できた！

※館林税務署会場の入場には、国税庁LINE公式アカウントから事前発行（または当日配布）により取得した入場整理券が必要です。

私は税務署かな？！

国税庁LINE
公式アカウント

入場整理券の配布

配布上限 午前券65枚・午後券80枚

配布時間 午前券：午前8時30分～（上限に達するまで）
 午後券：午後0時30分～（上限に達するまで）

注 意 点
 ※上限枚数があるので、配布状況に応じて後日の来場をお願いすることもあります。午前券は午前の受け付け、午後券は午後の受け付けのみ利用できます。発行は当日券のみで、違う日の入場整理券を取ることはできません。また、配布時間前に来場しても入場整理券の配布はできません。

▼対象地区の目安

期 日	対 象 地 区
2月16日（月）～27日（金）	【中野地区】 鶉、明野、中野、鶉新田、新中野、光善寺
3月2日（月）～5日（木）	【高島地区】 石打、藤川、秋妻
3月6日（金）	全行政区
3月9日（月）～16日（月）	【長柄地区】 狸塚、赤堀、篠塚

※例年、開始直後や午前中などは混雑します。できる限り時間をずらして来場してください。



町立中学校「おきりこみ調理実習」

どんを入れて最後は味付け！

1月、町立中学校で地域交流の一環で調理実習が行われ、町の郷土料理である、おきりこみを作りました。地域の人が講師となって作り方を説明し、生徒たちは役割を分担しながら実践。苦戦しながらも笑顔で調理して、最後は自分たちで作ったおきりこみを残さず食べていました。

家 横山ヨネさん100歳慶祝

家族に囲まれ、幸せの誕生日に

1月10日、横山ヨネさん(谷中蛭沼・11区)の100歳慶祝が行われ、橋本光規町長から慶祝状と花束が贈られました。ヨネさんは「今も元気でいられるのは好き嫌いせず、いっぱい食べているからです。家族と今日を迎えられて幸せです」と話していました。



細 高島公民館「年越しそば打ち講座」

く均一に切るって難しい

令和7年12月20日、高島公民館で年越しそば打ち講座が行われました。参加した関口幸浩さん(町外)は「初めてそばを打ちましたが、太さを均一に切ることが一番難しかった。おいしく作れるようになったら家族に食べさせたいです」と話していました。

大 長柄公民館「郷土料理講習会」

大切な郷土の味を失わないために

1月15日、郷土料理講習会が開催され、おきりこみを作りました。秋元貴美子さん(住谷崎・21区)は「おきりこみを作ったことがなく、郷土料理の知識を大切にしたいと思い参加。他の参加者との交流や郷土料理の知識を深められました」と話していました。



年 33区年忘れ歳末高齢者親睦会

の瀬にみんなで合唱

令和7年12月22日、町立集會場で33区の年忘れ歳末高齢者親睦会が行われ95人が参加しました。区民コーラス「ハナミズキ」による30人の大コーラスや築比地幸子さんの独唱が照内純子さんのピアノ演奏とともに届けられ、参加者を魅了していました。

スマイル！
み～つけた。



PHOTO PALETTE

皆さんの身近で起きた出来事や楽しい話題、イベントなどの情報を「広報おうら」編集部まで、お気軽にお寄せください。☎47-5007

武道大会「空手道・柔道」

限界を超える、己との闘い

1月18日、町民体育館と町武道館で武道大会(空手道・柔道)が開催されました。大会参加者は、武道家の心得として「応援に来てくれた人たちへ感謝の気持ちを忘れずに」の精神で競技に臨み、日頃の鍛錬の成果を存分に発揮していました(大会結果は本紙18ページ)。

空手道



柔道



俳句
文芸

海遠し想いを馳せつブリ食らう
うぐいすの初音きいてる春彼岸
毎日のうまい食事をありがとう
抱負はね歡に尽きる今年もね
いにしえの慣わし紡ぐ若菜かな
長靴の硬く冷たし春浅し
着ぶくれてローカル線の切符切り

上州 仙人
坂本 幸子
飯塚美知雄
長 政夫
山田 和子
速水 克子
大川いく代

初雪やうつすら積もる蔬菜畑
大霜の白き田畑の動かざる
兄・夫の逝きて師走の喪服皺
新しき生き方探る傘寿春
宝船運鈍根を身につけて
へそ天の子犬が二匹日向ぼこ
凍て蝶の褥を捲る風無情

小貫 榮子
吉田 和子
金子 睦子
中村 静江
長谷川繁樹
坂口 穰
砂川 登一

手を合わす目に射す温み初日の出
降りしきる雪に臘の残り柚子

短歌

目前に八十控えし幸せは
いるべき人がそばにること
大晦日地球も一十年をとり
年明けて吾八十一となる
澄まし顔陶器の猫は何見てる
心ほっこり物言いたげに

つかこし
春日 瑞章
前田 育実
壽命 秀次
持田 静江

投稿募集

①イラスト・絵手紙 ② 4コマ漫画 ③詩・ポエム ④短歌・俳句 ⑤告知コーナー（イベント案内やメンバー募集など）
ご質問・ご意見は、はがき・電話・FAX・Eメールなど、どんな方法でも結構です。掲載者には粗品を進呈します。

わが家のアイドル

新井 沙紀さん・七成世くん(1歳10カ月)
(店高原・28区)

ななくんはいつもニコニコしている優しい子です。絵本とお歌が大好きで、テレビの歌や童謡の他にもよく1人でオリジナルソングを歌っています。最近はできることが増えて、ベッドから飛び降りたり、お風呂にダイブしたりと目が離せません。でも、そんな姿に家族みんなが笑顔をもらっています。これからもななくんらしくのびのびと、周りの人も自分も大切にできる子に育ってね。

ORA TOWN Quiz 広報おうらクイズ

はがき、または電子申請から応募してください。全問正解者の中から、抽選で10人に500円のコハクペイをプレゼント。

- 【今月の問題】

第1問 4～5ページの袴を着た男性は何人？
A.3 B.2 C.1
(ヒント 4～5ページ)

第2問 確定申告は〇〇が便利！
A.e-Tax B.a-Tax C.t-Tax
(ヒント 22～25ページ)

- 【アンケート】

Q1 広報おうらで取り上げてほしい企画や内容を教えてください
Q2 広報おうらに関する意見や感想を教えてください
応募方法 はがきに、答え(例:第1問—A)・住所・行政区・名前・年齢・
ひとことまたはアンケートの回答を書いて郵送する
宛 先 〒370-0692 邑楽町役場企画課「広報クイズ」係
締 切 2月13日(金)(当日消印有効)※当選者は広報おうら次号で発表。
【1月号の当選者】(応募数44通、全問正解44通)
駒宮涼哉(4区) 坂本かおり(4区) 後藤宙翔(10区) 角田敏枝(10区)
間庭一樹(13区) 市川大貴(20区) 中越正雄(24区) 小林憧磨(29区)
西野美代子(33区) 小松原愛希(町外) ※敬称略

●あて先 〒370-0692 (住所は不要) 邑楽町役場企画課広報広聴係
☎ 47-5007 ☎ 89-0136 ✉ koho@swan.town.ora.gunma.jp
※誌上匿名はOKですが、記念品発送などに必要ですので、必ず実際の名前・住所・年齢・電話番号をお書き添えください。

みんなの広場

PATIOとは「中庭」という意味。
町民の皆さんが集い、自由に意見を語り合う広場です。

ひとこと

今年の抱負

吉田喜代子さん(寺中・26区)

年男・年女に聞く新年の抱負を読
んで、町が目指す「幸せあふれる住
みよいまち おうら」が感じ取れま
す。皆さんの抱負の実現に向けて頑
張ってください。

子どものために

PN・そうみゃん
コドモンの導入ページを読んで、
いいシステムだと思いました。こう
いうところに税金をたくさん使って
ほしいです。これからは子育てしや
すい町を目指してください。

イベント

探鳥会
日時 2月15日(金)午前9時～正午
集合場所 野鳥観察棟駐車場(館林
市日向町)
参加費 500円(中学生以下無料)
持ち物 双眼鏡、名札(住所・氏名・生
年月日・連絡先を記入したもの)
申込・問合先 多々良沼公園管理
事務所 ☎ 56-9978

まちかど情報板

PN・いちごたると
てくてくアプリを使っています。
で、リニョールが楽しみです。ミッ
ション&レベルアップ機能が楽しそ
うで早く使ってみたいです。
PN・スバちゃん
てくてくアプリを使っているの
で、リニョールが楽しみです。ミッ
ション&レベルアップ機能が楽しそ
うで早く使ってみたいです。

表彰・展示
2026多々良沼
白鳥絵画作品展入選作品

多々良沼白鳥絵画作品展の作品を募
集し、町内在住の小中学生から39点の
応募がありました。厳正な審査を行っ
た結果、各賞を次の通り選考しました。
▼審査結果 順不同敬称略 丸数字は学年
●最優秀賞 小野澤沙和(中野小学校
④)
●白鳥を愛する会長賞 大塚陽菜乃
(中野小学校⑤)
●館林土木事務所長賞 川崎依千華
(邑楽中学校②)
●JA邑楽館林組合長賞 武田れな
(中野東小学校④)
●多々良沼公園長賞 武田謡(中野東
小学校②)
●佳作 カドオカエマヌエリメグミ
(長柄小学校②)
●その他 作品は2月23日(金)までシン
ボルトワー、ガバ沼で展示します。
▼問合先 役場商工振興課 ☎ 47-50
26

[2026年 最優秀賞]
小野澤沙和さん(中野小学校4年)の作品

マナー・ポイントの確認方法(アプリタイプのみ)

プレミアム付商品券(コハクペイ)
ポイント(プレミアム分)の有効期限は
3月15日(日)まで
※マナー(チャージ分)の有効期限は
令和9年3月31日(水)までです。
有効期限を過ぎると
ポイントは失効します。
ご注意ください。
問合先▶役場商工振興課 ☎ 47-5026

マナー・ポイントは有効期限
の近いものから順に、自動で
使用されます。

▶磁気カードをもっている人
来年度以降もプレミアム付商
品券の販売が決定した場合は、
同じカードを使ってチャージ
できます。マナー・ポイント
を使い切ってもカードは捨て
ないでください。

広告面	広告面
広告面	広告面
広告面	広告面
広告面	広告面
広告面	広告面
広告面	広告面
広告面	広告面

幼少期から運動が大好きで、学生時代には、ラグビーやバレーボールをプレー。強豪大学からスカウトを受けるほどスポーツに打ち込んでいました。しかし、家庭の事情によりスポーツ選手の道は断念。その後、一般の大学を卒業して企業に就職しましたが「運動が好き」という思いに従い、フィットネスクラブでの仕事を見習いから始めました。

を経て、フリーランスとして独立しました。そこからは、多数の大手クラブでスタジオインストラクターやパーソナルトレーナーとして活動していき、多くの人に運動の楽しさを届けてきました。


健康や美しさ」を大切にするフィットネススタジオを立ち上げ、活動しています。常に心掛けているのは、運動が初めての人や苦手な人も安心して続けられる環境づくりです。「地域の皆さんが心身ともに元気でいられること」が一番の願いであり、これからも地域の健康づくりに貢献し続けます。興味を持たれた人はお気軽に施設を体験してもらえたらと思っています。利用者の輪が広がり、フィットネススタジオの会員が増えれば器具を使ったトレーニングスペースも増やす予定なので、応援よろしく願います。



フィットネススタジオで体幹トレーニングの指導をする片野さん

多くの人を健康に 信じたスポーツの力



片野 佑紀さん
(店高・28区)  フィットネス HP

かたの・ゆうき●1986年生まれ。埼玉県出身。厚生労働省所管団体認定の健康運動士。お世話になった町の人たちに貢献したいという思いからフィットネススタジオを開業。「体も心も健康にできる場所を目指します。ぜひ一緒に、楽しみながら健康づくりを始めてみませんか」と話す。

・若・者・紹・介・



坂口 駿介さん 23歳
Sakaguchi Shunsuke (水立大黒・23区)

■現在は何をしていますか？

埼玉県の包装関連機器の設計や製造を行う会社に勤めています。1年目で研修が中心でしたが、春から実務が始まるので楽しみです。

■現在の会社を選んだ理由は？

昔からのものづくりが好きで、大学では機械工業を専攻し、授業の中で3DCADを習いました。3DCADを使うことで、今まで以上に設計の幅が広がり、創作意欲も高まりました。これからも設計に携わりたいと思い、今の会社へ。

■今後の目標は？

1年間みっちり研修を受けて知識を養い、2年目から実務が始まります。お客様の要望に応えながら、不具合の出ない機器の設計を目指します。また、メンテナンスが行いやすい機器設計にすることで、長期的に見てお客様に安心して使ってもらえると思います。私が設計した機器が商品に梱包し、いずれ皆さんの手元へ。そんな笑顔が連鎖する仕事を頑張っていきます。



重点支援地方交付金

国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金(重点支援地方交付金)」を活用し、物価高騰による町民生活への影響を軽減することを目的に以下の3つの支援を3月から実施します。物価高騰対応電子地域通貨(コハクペイ)配布事業の詳細は広報おうら3月号で説明します。



町ホームページ

①物価高騰対応電子地域通貨(コハクペイ)配布事業

対象	2月1日時点で町に住民登録のある全町民
支給額	1人につき 1万円分 のコハクペイポイント
配布開始日	3月から世帯ごとに順次郵送
その他	手続きや申請などは不要
問合先	役場商工振興課 ☎47-5026



※配布されるカード

②物価高騰対応介護サービス等事業所支援金

対象	1月1日時点で町内に事業所を有する介護・福祉施設などの事業者
支給額	サービス種別ごとに 20万円
問合先	役場福祉介護課介護保険係 ☎47-5021 役場福祉介護課障害福祉係 ☎47-5024



③物価高騰対応民間学童保育所支援金

対象	1月1日時点で町内で民間学童保育所を運営する事業者
支給額	支援の単位ごとに 20万円
問合先	役場子ども支援課 ☎47-5044



映る飛翔
(多々良沼)

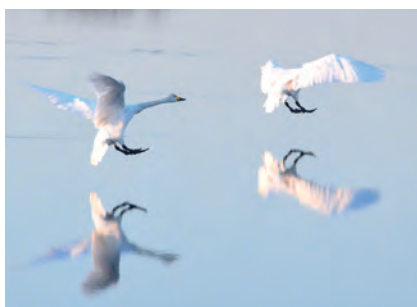


Photo 原田八重子(記録ボランティア)

ひとりごと From editors

▶今年も二十歳のつどいが開催されました。14年前の会場は町民体育館でしたが、当時はシートを敷いたり、椅子を並べたりと準備が大変だったんだなと。大きな変化です。そして、会場や中庭に保護者がたくさん。わが子の門出は近くで見守りたいですね。二十歳の皆さんには感謝を忘れず、タイムイズマネーをモットーに活躍してもらいたいです。▶とある研修会に出席してきました。講師の先生は幼少期から二十歳くらいまで「死のう」と考えていたが、お子さんを授かったことで「生きなきゃ」に変わったと仰っていました。先生にとって子どもが生きての活力になりましたが、もしかすると、人は何かしらの活力があつてこそ、日々生きているのかもしれないね。(ゆとり世代 大野)

UD FONT
by MORISAWA

この広報紙は、見やすいユニバーサル
デザインフォントを採用しています。



この広報紙は、自然保護のため
植物油インキを使用しています。

広報おうら
ORA TOWN Public Relations



令和8年2月号 No.713
毎月1日発行

編集・発行 邑楽町役場企画課
〒370-0692(住所記入不要)
☎0276-88-5511(代表)
☎0276-47-5007(企画課直通)
☎0276-89-0136
🌐https://www.town.ora-gunma.jp
✉koho@wan.town.ora-gunma.jp

公式LINE・公式X(Twitter)・
おうらお知らせメール
配信を希望する人は、右のQRから
登録をお願いします。



(公式LINE)



(公式X)



(お知らせメール)