

ORA TOWN

Public Relations

9

SEPTEMBER 2023



【特集】身近に潜む危険な病

慢性腎臓病

【Close Up】10月1日配信スタート◇健康アプリ、

おうらてくてくアプリ

【裏表紙】両毛地域のグルメを満喫しよう

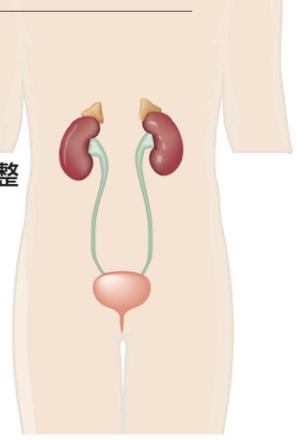
グルメスタンプラリー

連なる祭りの神輿

8月20日、第30回おうら祭りが行われました。4年ぶりの通常開催となった今年は町制施行55周年と併せた記念回。ステージでは八木節や和太鼓演奏、ダンス発表などに加え、特別ゲストの出演などで大いに盛り上がりました。本神輿渡御では、久しぶりの祭りとあって気合いに満ちあふれた担ぎ手たちによる、威勢のいい掛け声が会場に響き渡りました。

腎臓は背中側の腰骨の上の辺り、腸の後ろに左右に1個ずつあります。形はソラメ型で、血液量の最も多い臓器です。腎臓の中には約100万個の糸球体という毛細血管の塊があり、たくさんの血液が流れていきます。ここで血液がろ過されて尿が作られます。全身の臓器で作られた老廃物を尿に捨て、きれいになった血液を心臓に戻すという大切な役割を担っているのです。

腎臓とその働き



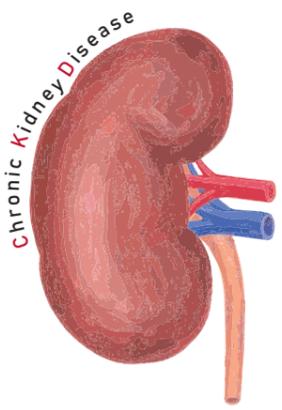
腎臓5つの働き

- 1 老廃物を体の外に出す
- 2 体液量やイオンバランスを調整
- 3 血圧を調整
- 4 血液を作る指示を出す
- 5 骨を強くする



腎臓の機能が低下すると…
尿毒症 貧血 高血圧
体のむくみ 骨の障害
 最悪の場合**死**に至ることも

日本人の
8人に1人
 邑楽町国民健康保険
 入院費 第**2**位
 外来医療費



慢性腎臓病

【特集】身近に潜む危険な病

腎臓病は人工透析の原因になるだけでなく、心疾患のリスクが3倍になるなど、死亡に結びつく原因になることが指摘されています。腎臓病を早く発見して治療することで、腎不全や循環器病の発症を阻止することができます。この特集では慢性腎臓病を知り、その予防法について生活習慣で改善できることをお伝えします。

慢性腎臓病とは

慢性腎臓病(以下、CKD)とは、何らかの腎機能障害が3カ月以上続くことと定義されています。腎臓は一度悪くなってしまうと元に戻すことはできません。腎機能の低下を放置していると、末期腎不全となり人工透析(以下、透析)が必要になってしまいます。

CKDの進行度

CKDはその進行度によって5つに分類されます(表1)。ステージ1、2の段階では回復の余地があることから、原因となる病気を治療することや、生活習慣の改善が大切になります。ステージ3では生活習慣の改善に加え、各種薬物治療が必要に。腎不全にならないためには、ここでしっかり食いつめることが重要です。ステージ4の段階になると腎機能の回復は難しいため、現状を維持し透析療法の導入を遅らせることが目標になります。ステージ5では透析療法や腎移植などの腎代替療法が必要に。透析療法を一度始めると、ほとんどは生涯にわたって続けていかなければなりません。

(表1)CKDステージと重症度

CKDステージ	eGFR値 (ml/分/1.73m)	重症度
1	90以上	腎障害はあるが機能は正常
2	60~89	軽度の機能低下
3	30~59	半分程度の機能低下
4	15~29	重度の機能低下
5	15未満	腎不全

eGFR値とは……腎臓内糸球体のろ過量

CKDの進行を防ぐために、私たちはどうすればよいのでしょうか。次ページからは腎臓を守る生活習慣について見ていきます。



邑楽町 町制施行55周年記念
 2023.8.20 SUN

おうち祭り

THANK YOU FOR EVERY ONE...

写真協力▶町の記録ボランティア 飯野祐司・高根澤高明・原田八重子・松村光明・高根重信

Photo
 Motto





役場健康づくり課
(保健センター)
保健師 篠村 順子さん

慢性腎臓病(CKD)から守りたい……!!

保健指導実施中

町民の皆さんのCKD予防対策の一環として、糖尿病性腎臓病重症化予防プログラムに基づき、血糖値の改善や腎機能低下予防についての相談を中心とした保健指導を実施します。対象者には通知をお送りしますので、ぜひご参加ください。

通知の対象とならなかった人にも、健康相談(日程は広報おうらやくらのカレンダー、町ホームページなど)にて相談を受け付けています。ご利用をお待ちしています。



透析療法の原因の一つ。糖尿病を知ろう
おうら打糖！セミナー

- ▶期日 10月18日(木)
- ▶時間 午後1時30分～3時
- ▶内容 糖尿病とその合併症の治療・予防法についてや、透析療法の実際について
- ▶講師 おうら病院スタッフ(院長・秋山仁先生、臨床工学技士・鈴木雄二先生、看護師・角田和美先生)
- ▶会場 保健センター
- ▶定員・参加費 40人・無料
- ▶申込方法 前日までに電話で申し込む

正しい姿勢や歩き方を学ぶ
健康ウォーキング教室

- ▶期日 10月3日(日)
- ▶時間 午前9時30分～11時45分
- ▶内容 ウォーキングに関する講話と実技
- ▶会場 保健センター
- ▶定員・参加費 20人(先着順)・無料
- ▶申込開始 9月19日(木)午前8時30分
- ▶申込方法 来所または電話で申し込む

けんしん結果の見方を解説します
健診結果説明会

- ▶日時 10月25日(木)午前9時30分～11時
- ▶内容 講話と簡単な運動(ストレッチなど)
- ▶会場 保健センター
- ▶定員・参加費 30人(先着順)・無料
- ▶持ち物 健診や人間ドックなどの結果報告書
- ▶申込開始 9月19日(木)午前8時30分
- ▶申込方法 来所または電話で申し込む

**保健センター
実施事業のご案内**

「健康」と「お得」を両方GET!

ヘルスワンポイント事業

ヘルスワンポイントとは、各種けんしんや健康教室に参加するとポイントをもらえて、10ポイント貯めると景品と交換ができます。

対象事業はこのマークが目印▶



動ける体づくりを始めよう

モビリティアップ教室

- ▶期日 10月6日(金)、13日(金)(2回1コース)
- ▶時間 午前9時30分～11時
- ▶内容 関節の可動域を高めるトレーニング方法
- ▶会場 保健センター
- ▶定員・参加費 20人(先着順)・無料
- ▶持ち物 ヨガマット、上履き(かかとのあるもの)、飲み物
- ▶申込開始 9月19日(木)午前8時30分
- ▶申込方法 来所または電話で申し込む

骨粗しょう症や関節の痛みなど気軽に相談
整形外科医師の健康相談

- ▶日時 10月26日(木)午後1時～2時
- ▶会場 保健センター
- ▶定員・参加費 7人(先着順)・無料
- ▶申込開始 9月19日(木)午前8時30分
- ▶申込方法 来所または電話で申し込む

申込・問合せ先▶役場健康づくり課(保健センター) ☎88-5533



腎臓を守る生活習慣



腎臓病予防の方法をインターネットで学べる



●腎臓を痛める習慣を改める
喫煙は動脈硬化を進行させ、腎臓病の原因に。また、睡眠不足や多量飲酒は血圧を上げ、腎臓への負担が増します。十分な睡眠をとることを心がけ、お酒の量もほどほどにしましょう。体を冷やし過ぎないことも大切です。

●生活習慣病の治療・改善
血圧、血糖値、コレステロールなどの値が高い人は正常値に近づくように、医師の指示の下での確かな方法で取り組みましょう。

●適度な運動
適度な運動は、腎臓のろ過機能の回復やたんばく尿の改善だけでなく、生活習慣病の改善も期待できます。軽く息が弾む程度の運動を無理のない範囲で日常の中に取り入れましょう。

生活編

●たんばく質を取り過ぎない
たんばく質を取り過ぎると血液中の老廃物が増え、腎臓への負担に。1食あたりのたんばく質の量は片手の平程度まで。
例)豚肉もも薄切り3枚60グラムや「タラ」切れ100グラムなど

- ①標準体重を求める
身長 m × 身長 m × 22 = kg
- ②自身の身体活動量を知る
BMI25以上の人: 20~25kcal
デスクワーク中心の人: 25~30kcal
立ち仕事の多い人: 30~35kcal
力仕事の多い人: 35kcal以上
- ③1日の適正な摂取エネルギー量(kcal)を求める
標準体重① × 身体活動量② = ③

[BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)]

1日 男性 **7.5g** 女性 **6.5g** 未満を目安に
食べ方を工夫して塩分量を減らしましょう
※CKDの人は6g未満。



●水分を十分に取り、排尿を我慢しない
1日1.5~2リットル程度、水分を小まめに取った方が、血管や腎臓に負担がかりません。

●減塩して高血圧を防ぐ
塩分を取り過ぎると、心臓や血管の負担が大きくなります。麺類の汁は残す、調味料を追加しない、ナトリウムを体外に排出するカリウムが多く含まれる食品(野菜や果物など)を積極的に取るなど、減塩に取り組みましょう。

料理を作るときには調味料に含まれる塩分量を知っておくことが大切です。旬の食材を使うなど、素材そのものの味を生かすこともおすすめです。

食事編

医師から制限を受けていない人は次のことに取り組みましょう。

●肥満を解消する
1日の適正な摂取エネルギー量(左表参照)を守り、BMI25以下を目指しましょう。



10月1日 配信スタート [Close up]

健康アプリの名前は **おうらてくてくアプリ**

「生涯を通じた健康管理」の実現に向けて、
あなたの健康づくりを「ポイント」で“見える化”！
お得に楽しく活用すべし！



New あるいて歩く 健康アプリ活道

「ポイント活動」

今日の日常生活では意識せずとも自然と貯まるさまざまなポイントサービスがあります。ポイントを貯めたり、貯まったポイントで買い物などに利用したりすることは「ポイント活動=ポイント活」と呼ばれています。



町ではウォーキング(歩くこと)を通じた新たな健康マイレージ事業として健康アプリ「おうらてくてくアプリ」の配信を10月1日からスタートします。アプリには健康につながるさまざまなメニューを用意。中でも、地域通貨「コハクペイ」に交換して町内のお店で食事や買い物に使える「おうらてくてくポイント」は、必見です！



健康づくりが課題に健康アプリを10月導入

人口減少、超高齢化社会においては、町民の健康づくりが喫緊の課題です。この課題解決のためには、これまでの個人や地域における健康づくりに加え、働き世代にも健康づくりをより意識してもらう必要があります。そこで、スマホで健康づくりの取り組みをポイント化したり、体調管理したりできるシステム「健康ア

健康づくりをポイント化

誰でもいつでもどこでも取り組みやすい「歩くこと(歩数)」を主に、健(検)診を受診したり健康教室に参加したりすることでポイントを貯めるだけでなく、血圧や体重、睡眠時間などの情報を入力し、日々の体調管理にも使用できます。歩数に応じて得るポイントを「おうらてくてくポイント(以下、ポイント)」と名付けました。そして、このポイントをも地域通貨「コハクペイ」(以下、コハクペイ)に

交換できることがこのアプリ最大の魅力です。

毎度おなじみ

地域通貨「コハクペイ」
令和3年度に導入したコハクペイ。導入の目的は、コロナ禍で売り上げが減少している町内事業者を支援することでした。また、非接触型の電子決済を活用することで、感染防止対策を促進したい考えもありました。さらに、この事業が町内事業者のキャッシュレス化拡大のきっかけになり、地域全体のデジタル化につながる狙いもありました。

健康づくり×コハクペイ

地域に新たな好循環を
おうらてくてくアプリは、健康づくりに取り組むことで、ポイントを獲得でき、そのポイントをコハクペイに交換して町内の登録店舗で食事や買い物に利用できる仕組みです。

「健康づくり×コハクペイ」で、使う人にもお店にもお得な、使えば使うほど地域が元気になる、そんな好循環を生み出す仕組みを目指していきます。

健康づくり×コハクペイ=地域を元気に

健康づくり活動でポイント付与



ウォーキングや健(検)診の受診、健康教室への参加でポイントが貯まる



1円

交換

1ポイント

町内の登録店舗でコハクペイ利用



食事や買い物の支払いに使う

1冊1円で使える

300ポイントをプレゼント!!!

アプリの初回インストールで、もれなく

令和6年
3月25日まで

おうちでくたくアプリの対象は
18歳以上の人です
町内在住の人に限らず
町外在住の人にも
ご利用いただけます



そーかい、そーかい
ならば、ならば



スマホ？アプリ？ 苦手な人でも大丈夫！ 操作サポート

スマホを買ってみたいけれど、使い方が分からない。写真や動画を撮ったり送ったりしたいけれど、アプリの使い方が分からない。スマホに興味はあるけれど使えるか分からないから手を出せない。そんな人たちのためのスマホ教室を開催します。



アプリで買い物をしたい
スマホで調べものをしたい
健康アプリを使ってみたい

やさしいスマホ活用講座

内容 おうちでくたくアプリの操作や、貯めたポイントをコハクペイで使う方法などを学ぶ
対象 町内在住でスマホを持っている人
期日・会場・申込方法など 下の📍のとおり
時間 午前9時30分～11時30分
定員 各回7人(先着順) **参加費** 無料

やってみよう！スマホ体験教室

内容 貸し出し用スマホを使って、スマホの基本操作や利用料金、調べものの仕方、地図の見方などを学ぶ。
※希望者にはスマホ販売会あり(役場会場限定)。
対象 町内在住でスマホに興味はあるが、スマホを持っていない人
期日・会場・申込方法など 下の📍のとおり
時間 午後1時30分～2時30分
定員 各回7人(先着順) **参加費** 無料

2023 10/1日 おうちスポーツフェスティバル



特設テント設置

おうちスポーツフェスティバル当日はアプリ配信初日。会場内に特設テントを設置して、担当スタッフが健康アプリのインストール方法や使い方をご案内します。スマホを持ってご来場ください。

おうちスポーツフェスティバルの詳細は、本紙18ページの他、広報おうちNo.683(令和5年8月号)をご覧ください。
▶ 問合せ先 町民体育館 ☎88-5355



期日	会場	期日	会場
① 10月10日(水)	長柄公民館	⑤ 11月7日(水)	邑楽町役場
② 10月11日(木)	邑楽町役場	⑥ 11月15日(水)	高島公民館
③ 10月18日(水)	邑楽町役場	⑦ 11月16日(木)	邑楽町役場
④ 10月26日(木)	高島公民館	⑧ 11月21日(水)	長柄公民館

申込方法 役場福祉介護課へ電話で申し込む
申込開始 9月13日(水)午前9時
申込・問合せ先 役場福祉介護課 ☎47-5045

「健康アプリ、おうちでくたくアプリ」は、ポイントを取り組めるシステムです。ぜひご利用ください。

▼ 問合せ先 役場健康づくり課(保健センター) ☎88-5353

アプリで変わるあなたの毎日

アプリの“ここ”も楽しい

1 地域を巡る ウォーキングコース

町周辺を巡るコースを随時更新。一覧からコース内容を確認し、①から順番にスポットを巡る。最後のスポットに到達したらポイントをゲット！あなたはいくつのコースを踏破できるかな？

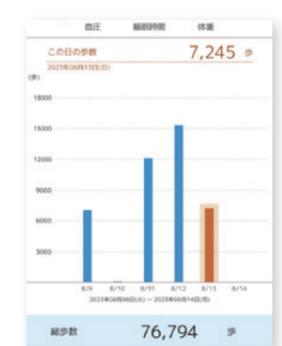


2 良いものはシェアする時代 写真投稿で新たな発見も



歩く途中の景色や見どころの他、趣味の活動などを撮影してアップする写真投稿機能。アプリ内のユーザー同士で投稿した写真を共有することができます。

3 アプリに記録 活動が見えるから続けやすい



歩数(歩行距離・歩行時間)や消費カロリーなど日々の活動記録を確認したり、血圧や睡眠時間、体重といった自身のバイタルデータを記録できます。歩数計測はウェアラブル端末*と連携して使うこともできます。



※画面はいずれも開発中のイメージです。

*ウェアラブル端末……手首や腕、頭などに装着するコンピューターで腕時計型が主流。通知や健康管理など機種によって機能や用途はさまざま。



進化形アプリで飽きさせない
ならではの楽しみ方をあなたの手に

アプリに工夫。継続して取り組める要素も

「邑楽らしさ」を感じてもらえるかという点でも工夫しました。トップ画面に邑楽の町並みのシルエットを入れたり、歩数ランキング機能で仲間と競い合えるようにしました。ゲーム性を盛り込んだことで、働き世代や若い世代の人にも取り組んでいただけるのではないかと思います。

歩いてポイントが貯まることで、自分が頑張ったことが見える化され、そのポイントを食事や買い物などに活用できるので、継続しやすいのではないのでしょうか。ポイントをたくさん貯められるように、ポイント付与内容(事業)は随時更新していく予定です。



表彰

表彰
ボート競技でインターハイ優勝
木部結月さんが全国一位に



館林女子高等学校3年生
木部 結月さん
(前瀬戸宿・8区)

木部結月さんが7月27日から31日にかけて行われた全国高等学校総合体育大会(インターハイ2023)のボート女子シングルスカルで優勝しました。木部さんは「インターハイに臨む意気込みとしてトップを譲らないと決めていました。その気持ちが結果に表れ、予選から1位を取り続けることができました。」

ました。決勝はスタートから独走し、抜かれることがなかったことでゴールした瞬間に1位であることを確信しました。今までの努力が実ったことに感情が抑えきれず、思わず叫んでいました。次は9月末に国体があるので、優勝を目指します。また、10月にはウズベキスタンでU19アジア大会が開催されるので、そこでも金メダルを目指します。日本代表として、自分の力を発揮し、勝利に貢献したいです。国内の大会だと千メートルの競技ですが、国際大会になると2千メートルに変わります。それでも苦意意識はないので、いつも通り戦いたいです」と話しました。

人権

共生社会の実現を目指す取り組み
「奥山佳恵」人権啓発活動講演会

▼日時 10月29日(土)午後1時30分～3時15分(午後1時開場)
※講演前に人権作文の発表あり。
▼会場 中央公民館「邑の森ホール」
▼テーマ 『生きてるだけで100点満点!』
▼定員・費用 450人(先着順)・無料
▼申込方法 電話または電子申請、住民保険課窓口で申し込む



奥山佳恵●俳優・タレントとして幅広く活動。著書『生きてるだけで100点満点!』など

▼申込開始 9月19日(土)
▼申込・問合せ先 役場住民保険課☎47-50117
電子申請

入札

申請はインターネットで
令和6、7年度の入札参加資格申請

町や県などでは令和6、7年度の入札参加資格申請を受け付けます。町と取引を希望する場合は必ず申請してください。ただし、小規模契約登録を希望する場合は、今回の申請は不要です。
▼契約対象・申請期間
10月2日(月)～31日(土)
▼調査・測量・コンサルタントなど
12月6日(水)～22日(金)
▼建設工事など
令和6年1月5日(金)～30日(土)

▼申請方法 「ぐんま電子入札共同システム」ホームページから行う
▼提出書類 個別添付書類、共通添付書類
※個別添付書類は邑楽町へ、共通添付書類は群馬県CALS/EC市町村推進協議会(群馬県庁内)へ郵送する。
※個別添付書類の様式は、町ホームページにあります。
▼問合せ 役場財政課☎47-5005、群馬県CALS/EC市町村推進協議会☎027-226-3533

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.14

(株)ザスパ
ホームゲームに町民を招待

7月9日、ザスパクサツ群馬は町のスポーツ活性化を図ることを目的に、前橋市の正田醤油スタジアムで行われたホームゲームに町民100人を無料招待しました。大宮アルディージャと対戦した試合結果は、町民の応援による後押しを受け、見事に2-0で勝利を上げました。参加した飯塚小陽さん(新中野・33区)は「近くでプロの選手を見ることができて楽しかった。足が速くて驚いた」と話しました。



©THESPA



©THESPA

▶サポーターを前に勝利を報告するザスパクサツ群馬の選手たち

町ファミリー・サポート・センター 申込・問合せ先 役場子ども支援課☎47-5048

ファミサポがあなたの子育てを応援
新規会員募集中

ファミリー・サポート・センターは、育児の支援を受けたい人とできる人が会員となって、一時的な育児の支援を有償で行う組織です。現在センターでは、子育ての支援を受けたい人「おねがい会員」と、支援ができる人「まかせて会員」を募集しています。

●会員の種類・対象

まかせて会員▶子育ての支援ができる人

- ①町内在住または在勤
- ②20歳以上の人(学生は除く)
- ③センターの趣旨を理解いただける人

おねがい会員▶子育ての支援を受けたい人

- ①町内在住または在勤し、おおむね3か月～小学6年生までの子どもがいる人
- ②センターの趣旨を理解いただける人

どっちも会員▶両方に該当する人

●料金基準(子ども1人1時間あたり)

月～金曜日(午前8時～午後6時)▶700円
土・日曜日、祝日など(午前8時～午後6時)▶800円
※上記以外の時間は1時間あたり100円増。
※その他、食費・交通費などは事前に両方で確認。

●支援内容

- ▶保育施設や放課後児童クラブなどの送迎
- ▶保育開始前や終了後、放課後の預かり
- ▶保護者の病気や冠婚葬祭のときの預かり
- ▶保護者が買い物など外出のときの預かり …など

新規「まかせて会員」
会員養成講習会



新規「まかせて会員」になる人の会員養成講座を実施します。

- ▶期日 10月24日(土)、25日(土)、26日(土)、27日(日)、30日(日)(全5日間)
- ▶場所 役場2階201会議室
- ▶定員・参加費 20人(先着順)・無料
- ▶申込方法 電話、または直接申し込む
- ▶申込・問合せ先 役場子ども支援課☎47-5048

詳細は町ホームページで▶



子ども

幼稚園・保育園・認定こども園入園児募集
令和6年度入園申し込み

○町内幼稚園・保育園・認定こども園案内

園名	住所・電話番号(保育開所時間)
【公立】 中野幼稚園	中野3176 ☎88-4808
【公立】 長柄幼稚園	狸塚1256 ☎88-0049
【公立】 中央保育園	中野4398-1 ☎88-0230 (7:30～18:30)
【公立】 南保育園	篠塚1735-1 ☎88-1240 (7:30～18:30)
【私立】 風の子保育園	中野2204-1 ☎88-5850 (7:00～19:00)
【公立】 おうらこども園	藤川451-4 ☎70-2251 (7:30～18:30)

幼稚園・認定こども園(教育利用)
▼対象 3～5歳までの就学前の幼児
▼申込期間 9月1日(金)～25日(土)
※土・日曜日、祝日を除く。
▼申込方法 入園を希望する園へ直接申し込む
▼保育料・認定こども園(保育利用)
▼対象(次の全てに該当する乳幼児)
①町内在住で住民登録がある
②0～5歳児までの就学前
③両親が共に働いている、または病気などにより家庭で保育ができない
▼申込日時 10月10日(土)午前9時30分～午後4時30分
▼会場 役場1階エントランスホール
※1歳以上の幼児はその場で簡単な面接をしますので同伴してください。
※当日、申し込みができない人は、10月31日(土)までに申し込んでください。
▼申込方法 申請書に必要事項を記入

3～5歳児の給食費を無償化

▶対象 次の全ての要件を満たす児童
①町内在住で住民登録がある3～5歳児
②幼稚園・保育園・認定こども園などを利用している
③「教育・保育給付認定」を受けている
▶対象額 月額上限4,500円まで
※上限を超える場合は実費負担。
▶申請方法 役場子ども支援課に申請する(町内の公立施設を利用している場合は申請不要)



して会場で直接申し込む(就労証明などを添付)
※5月以降の入園希望の申し込みも同時に受け付けます。
▼申込・問合せ先 役場子ども支援課☎47-5023
町ホームページ

年金

国民年金保険料の臨時特例免除

新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少した人の国民年金保険料免除などの臨時特例措置が令和4年度分の申請をもって終了します。学生納付特例制度および保険料免除・納付猶予制度は申請する月の2年1カ月前の月分から令和4年度分までは引き続き申請手続きが可能です。

申請書類は太田年金事務所または役場住民保険課、日本年金機構のホームページ(<https://www.nenkin.go.jp/>)にあります。

▼問合先 太田年金事務所 49-3716

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、消費税率引き上げ分を活用し、年金に上乗せして支給されるものです。

該当者には、日本年金機構から案内が送付される予定です。支給要件を満たしていても、請求書を提出しないと受け取ることができません。

▼専用ダイヤル受付時間(祝日・年末年始を除く)

平日 午前8時30分～午後5時15分
※月曜日は午後7時まで。

募集

住民公開講座

▼日時 10月14日(土)午後2時～4時(午後1時30分開場)

▼会場 館林市三の丸芸術ホール

▼内容 「生き方・逝き方を考える」少し楽に生きるための「提案」(玉置紗憂先生)

▼定員・参加費 500人(先着順)・無料

▼申込方法 当日直接会場へ来場する

▼問合先 在宅医療介護連携相談センター 055-01118

相談

群馬弁護士会 無料法律相談

第2土曜日 午前9時30分～午後4時

▼問合先 給付金専用ダイヤル 0570-0514092(ナビダイヤル)

▼日時 10月5日(土)午後1時～4時

▼会場・定員 役場3階12人(先着順)

▼申込方法 電話または役場住民保険課で申し込む

▼申込・問合先 役場住民保険課 47-5017

身体障害者巡回相談

▼日時 11月8日(土)午前10時～正午

▼会場 館林市総合福祉センター(館林市苗木町)

▼内容 身体障害者の補装具判定などに提出する

※申請書は窓口にあります。

▼申込・問合先 役場福祉介護課 47-5024

高齢者向け消費生活特別相談

▼期日 9月19日(土)、20日(日)

▼時間 午前9時～正午、午後1時～4時30分

▼会場 町消費生活センター(役場商工振興課内)

▼対象 町在住のおおむね65歳以上の人

▼申込方法 当日直接来所または電話

高齢者体力測定会

▼期日 10月20日(金)

▼時間 午前9時30分～11時30分

▼会場 保健センター

▼対象 おおむね65歳以上で、運動に支障がない人

▼内容 握力や柔軟性などの体力測定と運動のアドバイス、栄養相談など

▼定員・費用 25人(先着順)・無料

▼持ち物 動きやすい服装、靴、飲み物

▼申込方法 電話で申し込む

▼申込開始 9月19日(土)午前9時

▼申込・問合先 地域包括支援センター 080-93300

子育て

就学時健康診断

▼対象 町内に住んでいる(住民登録がある)平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれの児童

▼内容 健康診断と発達検査

▼会場 各小学校

学校	受付開始時間・対象行政区
中野小学校	9月26日(土)午後0時45分 3～9区
高島小学校	10月11日(土)午後1時 10、11、16～21区
長柄小学校	10月25日(土)午後0時45分 22～32区
中野東小学校	9月27日(土)午後1時 1、2、12～15、33、34区

※受付時間は15分間(高島、中野東は10分間)。

妊娠届け出時の面談

妊娠届け出時に保健師が30分程度の面談を行います。届け出予定の日時を保健センターに連絡した後、受付時間内に来てください。

▼持ち物 医療機関が発行した妊娠届出書、マイナンバーカード(個人番号が確認できるもの)

※妊娠した本人または夫以外の人が届け出に来る場合は委任状が必要です。

▼受付時間 午前9時～11時、午後2時～4時

▼問合先 保健センター 088-5533

ふれあい保育

10月の予定 [9:00～12:00]
※予定は変更になることがあります。

親子活動日	内容
2日(月)	お話を聞く会
5日(木)	ふれあい遊び
12日(木)	季節の製作
16日(月)	消防署見学
19日(木)・23日(月)	誕生会
26日(木)・30日(月)	ハロウィンごっこ

開放日

日	内容
3日(火)・4日(水)・10日(火)・11日(水)・17日(火)・18日(水)・24日(火)・25日(水)・31日(火)	のびのび遊ぶ自由時間が中心
6日(金)・13日(金)・20日(金)・27日(金)	サークル活動支援・開放日

☆子育てに関する電話相談、来園相談も受付中

【火・水・金曜日】0歳～就学前の子どもと保護者

【月曜日】0歳～1歳の子どもと保護者 【木曜日】2歳以上の子どもと保護者

▶問合先 子育て支援センター(中野幼稚園内) 088-4808(9:00～15:00)

子育て支援室

子育て中のお母さん、これからお母さんになる妊婦さん、支援室に遊びに来ませんか。風の子保育園子育て支援室では、赤ちゃん体操や親子遊び、リズムや園庭遊び、そしてお散歩や園外遊びを親子で楽しんでいきます。また、子育ての悩みや疑問を出し合える時間も大切にしています。きっと子育ての参考になりますよ。ぜひどうぞ!

▼申込・問合先 風の子保育園子育て支援室 088-7655(9:00～14:00)

英語力向上「ハロウィン体験」

英語力と学習意欲の向上を目的に、ハロウィンイベントを開催します。

▼日時 10月28日(土)午前9時30分～正午

▼会場 役場会議室(状況によりオンラインになる場合あり)

▼対象 町内在住の小学1年生～中学1年生

▼内容 英語・日本語が話せる多国籍のALTと

▼問合先 町教育委員会学校教育課 047-15041

すてきな町をつくるため

9月1日～10日 屋外広告物適正化期間

屋外広告物美化キャンペーン

9月1日～30日

屋外広告物の設置には原則、許可が必要です

問合先 館林土木事務所 072-4355

就労なんでも相談会

消費者ホットライン「188」

「悪質商法などによる被害にあった」「製品を使ってけがをした」などの消費者トラブルで困ったら、「188」に相談ください。

泣き寝入りは絶対「188」で覚えてね

▼申込・問合先 町消費生活センター 047-5047

▼日時 10月14日(土)午前10時～午後4時30分(1組50分程度)

▼会場 役場1階会議室

▼対象 就職や転職について疑問や悩みのある49歳以下の人とその家族

▼定員・参加費 5組(先着順)・無料

▼申込方法 電話または申込用紙を役場商工振興課に提出する(ファクス可)

※申込用紙は窓口または町ホームページにあります。

▼申込・問合先 役場商工振興課 047-5010 088-3247

定例相談

法律相談(要予約・定員8人)

9月16日(土)・神谷弁護士

10月21日(土)・相澤弁護士

午後1時20分～4時、邑楽町役場 役場住民保険課 047-5017

人権・行政相談

10月12日(木)、11月9日(木)

午後1時30分～4時・邑楽町中央公民館 青葉・福島・猿橋・関口・齊藤・小倉相談員 役場住民保険課 047-5017

女性のための法律相談(要予約)

9月16日(土)・午前10時～午後4時30分 定員4人、JSM・コスト千代田町プラザ

10月18日(水)・午後1時～4時30分 定員3人、洋泉興業大泉町文化むら 役場住民保険課 047-5017

福祉相談(専用電話)

月～金曜日(祝日除く)

午前9時～午後4時

社会福祉協議会 088-7620

緑の相談室(祝日・年末年始除く)

毎週木曜日・午前10時～午後3時 県森林公園「おうらの森」 088-7188

消費生活相談(平日のみ)

午前9時～正午、午後1時～4時30分 町消費生活センター 047-5047

交通事故相談

平日・午前9時～午後4時 県交通事故相談所 027-243-2511

年金相談(要予約)

10月19日(木)

午前10時～午後3時 館林市役所保険年金課 047-5139

ストレス・こころの相談(要予約)

10月5日(木)・午後1時～3時 館林保健福祉事務所 072-3230

自死遺族相談(要予約)

10月5日(木)、11月2日(木)・午後1時15分～ 県こころの健康センター 027-263-1156

小中学生に関わる教育相談

月～金曜日(祝日除く)

午前9時～午後5時 町教育相談室 088-9779

ひきこもりに関する相談

月～金曜日(祝日除く)・午前9時～午後5時 ひきこもり支援センター 027-287-1121

交通事故などの治療に保険証は使える？
届出をすれば、使えます



このような第三者行為で、けがや病気をした場合は、保険証を使用して医療機関にかかることができます。この場合、町が治療費を一時的に立て替え、後日加害者に請求します。そのため、必ず役場住民保険課国民健康保険係への届出を。
▶問合先 役場住民保険課 ☎47-5020

ハロウィンジャンボ5億円 (1等3億円・前後賞各1億円合わせて)
ハロウィンジャンボミニ5千万円 (1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)
9月20日(水)~10/20(日) 全1枚 2種類同時発売! 300円
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

お知らせ
大規模な土地取引には届出が必要です
一定面積以上の土地取引を行った場合には、買主は国土利用計画法に基づく土地売買等届出書の提出を行う必要があります。忘れずに届出してください。
▼届出が必要な面積
市街化区域 2千㎡以上
市街化調整区域 5千㎡以上
▼届出期間 売買契約を締結した日から起算して2週間以内
▼届出問合先 役場都市計画課 ☎47-5039

税金は納期限内に納めましょう
町税は、暮らしやすいまちづくりのために使われています。滞納額が増えると、町の財政を圧迫し、住民サービスに支障が出る恐れがあります。忘れず納期限内に納めましょう。
選べる納付の方法
①口座振替で 納期限に自動的に引き落としになるので、納め忘れがなくなり、便利です。引き落としは、受付した日の翌月の納日から始まります。
▼申込方法 通帳と通帳届出印を持参し、町内または近隣の取扱金融機関や役場税務課の窓口へ申し込む
②コンビニやスマホで コンビニエンスストアや、決済アプリ、地方税お支払いサイトなどで納付書のバーコードまたは二次元コードを読み取り、いつでも納付できます。詳しくは地方税お支払いサイト、または役場税務課にお問い合わせください。
地方税お支払いサイト
滞納処分とは
納期限までに完納していない人には、督促状を送付します。その後も滞納が続いているときは、文書や電話などでお知らせします。
納税でお困りのときは相談を
事前に相談日時を連絡してから来庁してください。
役場税務課 ☎47-5014

- ▼日時 9月26日(火)午後7時~8時30分(6時30分開場)
- ▼場所 長柄公民館
- ▼問合先 (株)SUBARU総務部環境課 ☎26-2107



(仮称)大泉完成車工場整備事業に係る環境影響評価
環境影響評価条例に基づき、事業が周辺環境に与える影響の調査・予測・評価方法などをまとめた環境影響評価方法書の縦覧と説明会を行います。
▼事業名 (仮称)大泉完成車工場整備事業
▼種類 工場または事業場の新設または増設の事業
▼所在地 大泉町いずみ1丁目1番1号

人口の動き
世帯数 10,852世帯 (+35)
男 13,115人 (+30)
女 12,672人 (-4)
計 25,787人 (+26)
内外国人 1,122人 (+27)
※8月1日現在(前月比)

火災と救急
火災発生件数 3件(15)
交通事故出動 10件(44)
急病出動 89件(442)
その他の出動 25件(144)
救急出動合計 124件(630)
※7月分(1月からの累計)

9月・10月の健康カレンダー ▶会場・問合先 保健センター ☎88-5533

月日	種目	受付時間	対象
9/25(月)	健康相談	午前10:00~11:30	健康上の悩みや疑問のある人
26(火)	4カ月児健診	午後 0:50~ 1:15	令和5年5月生まれの乳児
28(木)	子育て相談	予約制	幼児(希望者)
29(金)	離乳食相談	午前 9:30~ 9:45	生後4カ月~12カ月までの乳児(予約制)
29(金)	2歳児歯科健診	午後 0:50~ 1:15	令和3年7・8月生まれの幼児
10/2(月)	健康相談	午前10:00~11:30	健康上の悩みや疑問のある人
4(水)	両親学級(1日目)	午前 9:15~ 9:30	妊婦または妊婦とその夫
4(水)	3歳児健診	午後 0:50~ 1:15	令和2年6月生まれの幼児
11(火)	8カ月児健診	午後 0:50~ 1:15	令和5年1月生まれの乳児
12(水)	ことばの相談	予約制	幼児(希望者)

※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。

自殺予防週間 9月10日~16日
SNS相談 『いきづらびと』 (チャット) (LINE)
生きづらい... 元気がでない... 体がづらい...
まずは相談。あなたの気持ちを声に出して
#いのちのSOS ☎0120-061-338

10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)
◇救急病院の問合先 救急テレホン ☎73-5699 ※必ず電話してから保険証をお持ちになって受診してください。

	外科系	内科系	耳鼻科	歯科	
1日(日)	堀井乳腺外科クリニック 館林市北成島町 ☎55-2100	後藤内科医院 館林市西本町 ☎72-0134	真中医院 館林市本町 ☎72-1630	板倉耳鼻咽喉科クリニック 板倉町海老瀬 ☎80-4333	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
8日(日)	田沼整形外科医院 中野 ☎88-9223	県西在宅クリニック館林 館林市東広内町 ☎55-3818	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
9日(月)	ふじの木 板倉町飯野 ☎91-4070	蜂谷病院 大泉町朝日 ☎63-0888	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
15日(日)	高木整形外科(午前のみ) 大泉町いずみ ☎62-6611	福田ペイン 明和町大佐貫 ☎84-1233	神尾内科医院 館林市緑町 ☎75-1288	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
22日(日)	井上整形外科医院 板倉町板倉 ☎82-1131	ましも内科・胃腸科 大泉町城之内 ☎62-2025	うえの医院 館林市赤生田町 ☎72-3330		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
29日(日)	慶友整形外科病院 館林市赤生田町 ☎49-9000	高橋クリニック 館林市本町 ☎75-7772	堀越医院 館林市北成島町 ☎73-4151		歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818

群馬県保険医協会 9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...10月11日(日)午後7時30分~9時
☎ ドライマウス・口腔乾燥症 ☎ 高齢者の皮膚病 ☎ マネージャー乳がん検診の勧め
☎ もの忘れが気になったら ☎ 歯が痛い時の応急手当 ☎ 犬にかまれたら



おうらスポーツフェスティバル

GO!GO!ORA!!

今年から新しく始まる町民体育祭にかわるイベント。子どもから高齢者、障がいのある人まで、誰もが参加できるお祭り感覚のイベントとなっています。みんなで体を動かして来ませんか。

10月1日(日)

午前9時～午後1時

トラック内プログラム スポーツ・レクリエーション広場

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| 09:00 小学校区対抗リレー(小学生の部) | 11:00 みんなで玉入れ |
| 09:20 保育園対抗「デカパン」競争 | 11:20 42.195m競争 |
| 09:40 スポーツ少年団対抗リレー | 11:40 邑一GP～邑楽最速チームを目指せ～ |
| 10:00 わくわくティラノサウルスレース | 12:10 表彰式 |
| 10:10 幼稚園・こども園「台風の目」リレー | 12:20 小学校区対抗リレー(中学生の部) |
| 10:30 団体対抗カクテルリレー | |

ふわふわ遊具 エリア

ラグビー

ゴルフ

熊倉選手が来ます!

体験したらもらえます

品をゲットしよう!

受付 スタンプラリー 景品交換所

スワンジャー&オーランドさん

救護

グラウンド・ゴルフ

町民体育館

ターゲットバード

ポッチャ

車いすバスケ

フライングディスク

モルック

チエック

健康

物販 マルシェ コーナー

輪投げ

ラダーゲッター

e-スポーツ

熊倉 巧也さん (天王元宿・5区)

くまくら・たくや●1985年生まれ。アメリカのフロリダ州オーランドで開催されたフットゴルフワールドカップ2023の日本代表。団体ベスト8、個人は約600人が参加する中70位の成績を残す。フットゴルフジャパンツアー2018と2019～21シーズンでツアーランキング2位。

町民テニスコート

ソフトテニス

テニス

町立図書館 LIBRARY INFORMATION 10月 情報板 October

問合先 町立図書館

休館日

▶期日 10月1日㊤、2日㊤、9日㊤、16日㊤、17日㊤～19日㊤、23日㊤、30日㊤、31日㊤

※1日㊤はおうらスポーツフェスティバル。17日㊤～19日㊤は蔵書点検。31日㊤は月末整理日のため休館。

新しいスタンプカードに!!

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。詳しくは図書館まで。

オーリーブ「読み聞かせ」

▶期日 10月5日㊤、12日㊤、26日㊤

▶時間 午前11時

図書館プチ情報

図書館で学習する場合には2階の集会室が利用できます。利用する際には、利用する人の図書館の利用券が必要です。時間は午前9時から午後5時まで。また集会室へ館内の資料を持って行く場合には、資料の貸し出し手続きを行ってください。

はくちょう号

▶期日 10月12日㊤、26日㊤

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	住宅型有料老人ホーム おうらの里
15:30	ショートステイくるみ

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。

新刊

この夏の星を見る

辻村深月/著 KADOKAWA



コロナ禍で登校や部活動が次々と制限され、複雑な思いを抱えている中高生たち。そこで、天体観測のオンライン会議を通じてつながる茨城、東京、五島列島の学生たちの青春を描いた作品。

いつもと違う野菜の食べ方

小田真規子/著 Gakken



食べ方がマンネリ化しがちな野菜を、いつもと違う切り方・加熱法・味付けでおいしく食べよう!思わず試したくなるレシピを紹介。

ツクサナツコの一生

益田ミリ/著 新潮社



32歳のナツコは漫画を描く。世界と、誰かと、自分と“わかり合う”ために……。予期せぬ展開に心揺さぶられる、著者史上 longest 編作!

師匠はつらいよ

杉本昌隆/著 文藝春秋



将棋界を席卷する藤井聡太。その師匠である著者が、瞬く間に頂点に立った弟子との交流と、将棋界のちょっとユーモアなエッセイ集。

住みたくない星ずかん

入澤宣幸/著 創元社



宇宙には熱い鉄の雨が降る星や超高速回転する星などびっくりする星がいっぱい。宇宙人の不動産屋と、星の物件を巡る図鑑。

60歳からの青春18きっぷ入門

松本典久/著 天夢人

桃を煮るひと

くどうれいん/著 ミシマ社

まんがでわかる偏頭痛の治し方

坂井文彦/著 イースト・プレス

おばあちゃんちのふしぎなまど

シビル・ドラクロー/作 ほるぷ出版

ココロとカラダを整えるオトナ女子の休み方

友野なお/著 イースト・プレス

ペンギンたんけんたい

斉藤 洋/作 講談社

図書館映画会

日時	上映作品
10/6(金) 14:00	隣の女(102分) 平凡な若い主婦が奔放な世界に憧れニューヨークへ……。
10/20(金) 14:00	ドクター・ドリトル(日本語字幕86分) 動物と話せるドリトルと動物たちの大騒動コメディ作品。

▶時間 午後2時(1時50分開場) ▶会場 町立図書館 2階視聴覚室
▶定員 70人(開場時に定員に達した場合は抽選) ▶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



おもしろ科学教室②偏心モーターで変身！ すばやく動くぶるぶるブラシで対戦バトル

期 10月28日④ 時 午前9時30分～正午 場 長柄公民館 内 偏心モーターという振動を作り出すモーターを利用して、ぶるぶると振動しながら動くふしぎなおもちゃを作る 対 小学生(3年生以下は保護者同伴) 定 15人 費 1,000円(材料代) 申 9月30日④午前9時30分 問 長柄公民館



邑の森ホール バックヤードツアー ～舞台の裏側見学＆お仕事体験～

期 10月14日④ 時 午前10時～11時30分、午後2時～3時30分 場 中央公民館 内 邑の森ホールの音響や照明などを体験する 対 小学3年生から中学生 定 各回10人 費 無料 申 9月16日④午前10時 問 中央公民館

邑楽町歴史探訪① ～町内のお寺を訪ねて～

期 10月3日④ 時 午前10時～11時 場 中央公民館 内 永明寺を訪ね歴史を学び、国指定天然記念物のキンモクセイを観賞する 対 18歳以上の人 定 10人 費 無料 申 9月19日④午前10時 問 中央公民館

IT講習会⑦関数

期 10月17日④、18日④(全2回) 時 午

後7時～9時30分 場 中央公民館 内 エクセルで合計や平均などの役立つ関数や、VLOOKUPで請求書を作成する 対 18歳以上でエクセルの基本操作ができる人 定 20人 費 800円(教材費) 申 10月3日④午後7時 問 中央公民館

知っておきたい！ 新NISAについての基本

期 10月28日④ 時 午前10時～正午 場 中央公民館 内 令和6年1月から始まる新NISA(少額投資非課税制度)について学ぶ 対 18歳以上の人 定 30人 費 無料 申 9月30日④午前10時 問 中央公民館

ビギナー向け ZUMBA

期 10月19日④、26日④、11月2日④(全3回) 時 午前10時～11時 場 中央公民館 内 軽快な音楽に合わせて体を動かすことで心肺機能や筋力を鍛える 対 18歳

以上の人 定 10人 費 無料 申 9月21日④午前10時 問 中央公民館

ORA MUSIC FES 2023 参加バンド募集

期 12月3日④ 時 午後2時～5時(1時30分開場) ※演奏時間は1組30分以内(準備撤収含む)。場 中央公民館 邑の森ホール 対 町内在住者などで構成しているアマチュアバンド 定 6組 費 10,000円(高校生以下は5,000円) 申 9月16日④午後1時から 問 中央公民館

生き生き倶楽部

期 10月13日④、27日④、11月10日④、24日④、12月8日④、22日④、令和6年1月12日④、26日④、2月9日④、16日④、3月8日④、22日④(全12回) 時 午前10時～正午 場 長柄公民館など 内 グラウンド・ゴルフ、町内施設見学、バス研修、うたごえサロンなどを行う 対 65歳以上の人 定 17人 費 3,000円(教材費) 申 9月22日④午前10時 問 長柄公民館

PPバンドの花模様バッグ作り教室

期 10月18日④、25日④、11月1日④、8日④(全4回) 時 午前9時～正午 場 長柄公民館 内 PP(ポリプロピレン)バンドを用いて花模様



の籠バッグを作る 対 18歳以上の人 定 8人 費 1,000円(材料代) 申 9月20日④午前9時 問 長柄公民館

つまみ細工で飾り額作り教室

期 10月19日④、26日④(全2回) 時 午後1時30分～3時 場 長柄公民館 内 丸つまみで、キキョウの花を作る 対 18歳以上の人 定 12人 費 800円(材料代) 申 9月21日④午後1時30分 問 長柄公民館



トレッキング入門講座①

期 10月21日④ 時 午前9時～午後3時 場 大坊山(栃木県足利市) 内 けがをしない歩き方やストックの使い方など、山歩きの基本を学ぶ 対 18歳以上80歳以下の人 定 15人 費 500円(保険代など) 申 9月16日④午前9時 問 長柄公民館

大人の陶芸教室

期 10月13日④、27日④、11月10日④、24日④、12月8日④(全5回) 時 午前9時30分～午後0時30分 場 高島公民館 内 色土を使い、手びねりで足付き小鉢、足付きカップ、花器を作る 対 18歳以上の人 定 8人 費 1,500円(材料代) 申 9月15日④午前9時30分 問 高島公民館



キッズアウトドア体験教室

期 11月4日④ 時 午前9時30分～午後2時 場 高島公民館隣の平地林 内 自然の中で秋の工作など、野外活動を行う 対 小学生 定 20人 費 700円(昼食代、教材費など) 申 9月16日④午後2時 問 高島公民館

ロビーコンサート

期 11月10日④ 時 午後7時開演(6時30分開場) 場 高島公民館 内 ギター金子勝也・フルート吉田恵美・ピアノ柿沼恵美子3人によるロビーコンサート 定 50人 費 無料(要整理券。配布初日のみ1人2枚まで) 申 9月30日④午前11時 問 高島公民館

Jrニュースポーツ体験教室

期 11月4日④、11日④、25日④、12月2日④、9日④、16日④(全6回) 時 午前9時30分～11時 場 町民体育館、スポーツ・レクリエーション広場 内 モルック、ミニテニスなどを体験する 対 小学生(2年生以下は保護者同伴) 定 25人 費 500円(保険代) 申 10月7日④午前9時30分 問 町民体育館

展示会

▶翠風会(盆栽の展示)
期 時 10月14日④午前9時～15日④午後4時 場 中央公民館

邑の森ホール コンサートチケット情報

須川展也サクソフォン リサイタル

▶期日 10月15日④
▶時間 午後2時開演(1時30分開場)
▶内容 須川展也(サクソフォン)、小柳美奈子(ピアノ)、神保佳祐(サクソフォン)によるコンサート
▶定員 450人
▶チケット 一般3,000円、高校生以下1,500円(全席自由)
※未就学児の入場はご遠慮ください。
▶チケット 販売中
▶申込・問合先 中央公民館

ジャズコンサート

▶期日 11月18日④
▶時間 午後2時開演(1時30分開場)
▶内容 藤原清登(ベース)、片倉真由子(ピアノ)、野澤宏信(ドラム)によるジャズコンサート
▶定員 450人
▶チケット 前売券3,500円、当日券4,000円(全席自由)
▶チケット 販売中
▶申込・問合先 中央公民館

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、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 ☎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、『ヘルスワンポイント事業』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.161 大好き文化財

収蔵資料紹介
 赤堀広谷出土中世和鏡(蓬菜文鏡)④
 生涯学習課文化財保護主事 吉沢 貴



最後に、この鏡の出土地についてお話します。この鏡は畑の中から出てきました。寄贈者からの聞き取りでは、現在は鞍掛第一工業団地になっている場所にあった畑から出てきたとのことでした。
 写真は、昭和33年撮影の航空写真で、推定したその畑の位置を示しています。写真からは、出土地点周辺の状況がわかります。北側には鞍掛山(埋没河畔砂丘)の丘陵が東西に延びており、南側は二筋の低地が合流する地形が読み取れます。出土地点は、大まかに北側の丘陵から南側の低

地へなだらかに傾斜している、比較的平坦な様子うかがえます。
 出土遺物は何らかの遺跡や遺構に伴うものです。出土地点にどんな遺跡があったのか気になるところですが、写真からはその痕跡は読み取れません。中世出土和鏡の研究によると、和鏡は、経塚・墓跡・居住区域・祭祀跡といった性格の遺構から出土しています。経塚、墓跡からの出土例が6割近くを占め、中でも関東では墓跡から出土する事例が多いとされます。よって、そのような遺構が候補として挙げられそうです。

SPORTS | スポーツ大会結果

第48回町長杯争奪ソフトテニス大会

7月30日④、町民テニスコートにて第48回町長杯争奪ソフトテニス大会が行われました。



男子の部 優勝 新見哲也、野村丈幸(邑楽クラブ) 準優勝 小林康男、小林優樹(邑楽町) 第3位 上村直樹、阿部航平(邑楽クラブ)
 女子の部 準優勝 小名杏莉、成塚真悠(邑楽クラブ)

第67回町内対抗野球大会

大会関連情報は本紙22ページへ。▼優勝の前原チーム



優勝 前原 準優勝 十三塚塚 第3位 鷗上下、馬場大林 個人賞 最優秀選手賞 井草賢悟(前原) 敢闘賞 根岸拓也(十三塚塚) 打撃賞 木村駿之助(前原)



親 長柄公民館「親子料理教室」 親子で楽しく家庭料理を作ろう

7月29日、長柄公民館で親子料理教室が行われ7組16人の親子が参加。参加した鈴木るなさん(十三坊塚・6区)は「両親が仕事で忙しいので料理を覚えて、作ってあげたいと思い参加しました。昨年も参加していて、参加するごとにレパートリーが増えてうれしい。料理が好きなのでこれからもおいしい料理を作れるように頑張ります」と話していました。

大 町立図書館「1日図書館員」 大切な本、大事に読んでね

8月8～10日、町立図書館の仕事を体験する1日図書館員体験が行われ、6人の小学生が参加。参加した金子詩穂さん(前原・4区)は「本が好きなので参加しました。本のカバーをつけるのが難しかったけれど、慣れたら楽しかったです」と話していました。



町 中央公民館「邑楽演劇2023」 出身の役者が地元で開催

8月5～6日、邑楽演劇2023が開催されました。来場者の小倉明日香さんは「主演の築比地さんとは中学からの友達。町で公演が開催されると聞いて愛知県から来ました。築比地さんの町に対する愛を強く感じました」と話していました。(関連26ページ)

地 狸塚納涼祭 地域で受け継がれる、それぞれの祭り

8月15日、第28区自治会集会所で4年ぶりに狸塚納涼祭が開催されました。27～29区の町民が集まり午前中にみこしを担いで練り歩き、夕方から狸塚音頭や八木節などを披露。ビンゴ大会や抽選会、花火も上がり来場者が盛り上がる納涼祭となりました。



切 高島公民館「子どもと大人のきりえ体験教室」 切って描く、不思議な体験

8月12日、子どもと大人のきりえ体験教室が行われました。参加した小澤アリスさん(前原・4区)は「工作が好きで切り絵にも興味がありましたが、やったことがなかったので参加。作品を好きな色で切れて楽しかったので家ででもやりたい」と話していました。

PHOTO PALETTE

町のさまざまな話題を
カメラでおいかけます。フォトパレット

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

第67回町内対抗野球大会(盆野球) 暑い夏の熱い戦い

8月13日、盆野球の決勝戦で前原(4区)が十三坊塚(6区)を6-4で下し、大会4連覇を果たしました。前原の監督の金井孝司さんは「チーム全員でつかみ取った勝利。1人でも欠けていたら優勝はできませんでした」と話していました(大会結果は20ページ)。



中央公民館「ジュニアリーダーキャンプ'23」 忘れられない夏の思い出

8月12～14日、足利市の名草キャンプ場と中央公民館でジュニアリーダーキャンプが行われました。台風の影響により途中から室内でも料理やレクリエーションを行いました。参加した23人の子どもたちはお互いに協力しながら3日間を楽しんでいました。



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。

ひとつこと

災害は突然に

谷津止彦さん(十三坊塚・6区)
災害についてはいつ起こるか分からない状況です。一人一人が意識する必要がありますが、毎年この時期にアナウンスすることはとても重要だと思います。子どもから大人まで町民全員に届くよう、これからもお願いします。防災クイズなんかも面白そうですね。

PN・亀の子

防災の記事を読んで、改めて対策が必要だと感じました。私が生まれてから大きな災害に遭うことはありませんでしたが、災害はいつ起こるかわかりません。備えておけば憂いはありませんね。

そうだ展示会に行こう

PN・kazuuuu

広報おうら8月号に掲載されたいた中村節也展の記事を読みました。町出身の人でこんな素敵にすごい画家がいたとは、知りませんでした。ぜひ、展示会に行きたいです。

友達に会える広報紙

吉田哲理さん(坪谷・22区)
知り合いや友達の名前が広報に載るのが楽しみです。中学生から町外に通っているため町内の友達の情報があまり取得できない中、活躍しているところが広報で見れるのはとてもうれしいです。

猛暑が続く日々

中村安子さん(野野・34区)

今年の夏はとにかく「暑い」。町の近くの市が全国一番というニュースを聞いたびイヤになるくらい。熱中症アラートが発表されていなくても屋外・屋内関係なく対策をしたいと思っています。

活気あるおうら祭り

PN・サボテン

通常開催のおうら祭りが楽しみです。やっぱり夏は祭りですね。必ず行きます。

おうら祭りは楽しんでいただけましたか。祭り関連の写真は本紙2ページに掲載しています。



情報板

イベント

第22回ドッグタウンカップス



ディスタドッグとはフライングディスクを使って人と犬が協力して行うドッグスポーツです。このディスタドッグの日本選手権を開催します。
▼期日 9月22日(金)・23日(土)・24日(日)
▼時間 午前8時30分～午後4時(22日は正午～午後4時)
▼会場 おうら中央多目的広場
▼内容 競技会、ディスタドッグ世界チャンピオンデモ、観客プレゼントなど
▼問合せ ドッグタウン
▼カブス実行委員会 027-8124-7628(当日は090-01932713352)

学習支援人づくり教室受講生

令和5年度町協働のまちづくり事業
絆会が主催する学習支援人づくり教室の受講生を募集しています。
▼期日 10月15日(日)、11月5日(日)、12月3日(日)(全3回)
▼時間 二時限 午前9時30分～10時30分(数学・算数) 二時限 午前10時40分～11時40分(英語)
▼会場 高島公民館
▼対象・費用 小学5年生～中学生・無料
▼定員 30人(応募者多数の場合抽選)
▼申込方法 町内の各小中学校または高島公民館、中央公民館に直接申し込む
▼問合せ 絆会(飯塚) 8814940

○募集

ファミリー健康体力測定

東毛地区に在住、在勤の6歳以上の人を対象にファミリー健康体力測定を行います。
▼期日 10月7日(土)
▼時間 午前9時30分～正午
▼会場 太田市総合体育館

▼実施項目 ①64歳以下 ②反復横とび、上体起こし、長座体前屈 握力、立ち幅とび、20mシャトルラン ③65歳以上 上体起こし、開眼片足立ち、長座体前屈



わが家のアイドル

平田 理奈さん・大和くん(1歳5か月)

(天王元宿・5区)

大和はテーブルに置いてあるリモコンを取ってテレビの音量を大きくしたり、エアコンを冷房から暖房に変えたりとイタズラが好きな子。イタズラが見つかるニコニコしているので、自分が悪いことをしているのがわかっているみたいです(笑)。また、あまり泣かない子で、泣いても抱っこするといつものニコニコに戻ります。将来は大和が幸せでやりたいことをやれる人生を歩んでほしいです。

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 10月1日配信スタート「おうら〇〇アプリ」
A.てくてく B.よしよし C.はいはい (ヒント 6～9ページ)
第2問 町内対抗野球大会。写っているバットの数は?
A.2 B.3 C.4 (ヒント 22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 9月15日(日)(当日消印有効)※当選者は広報おうら次号で発表。

【8月号の当選者】(応募数25通、全問正解25通)
安楽岡洋世(6区) 横山大晟(6区) 江原允子(13区) 萩原恵太(13区)
小林靖夫(16区) 井上千代子(17区) 箕輪忠夫(18区) 佐藤汎馬(24区)
久保田純一(24区) 小林初江(34区) ※敬称略

俳句 文芸

しらさぎのうなじが目立つ青田かな坂本 幸子 風鈴の音のすき間にちろろかな
ぬくもりが香るわがやの月の盆 丸山 初枝 かき氷無口になりて皆笑顔
雲の峰どっしり眺む寝観音 中谷 和子 初蟬やはれ地上に数時間
酷暑ゆえ虫も出番の待機かな 石橋弥代江 星祭り白寿の夢を金色紙
ボレー打つ喚声高く夏空に 斎藤真紀子 三人の孫持ち来れし京みやげ
白桃の幸せ色や未来あり 大塚 初代

人生の卒寿になりて思うなり杞人の憂い真なるかも 遠藤 博道
炎天下緑カーテン日毎のび思わず破顔ちびつちよゴーヤ 持田 静江
見下ろせば樹林は遙かかすむまで山風のなか歩き休んだり 阿部 安全
虫の音をちらっと聞いたお盆前猛暑の中に秋色みえた 大塚 博司
北海道高校総体出て来たよ。と男孫手土産抱へ我が家へ来 壽命 秀次

投稿募集

①イラスト・絵手紙 ②4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。
●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。

おうらの森主催講座	
講座	第13回緑化講座 第14回緑化講座
日時	10月12日(土) 午前10時～正午 10月26日(土) 午前10時～正午
場所	おうらの森 おうらの森
テーマ	早めに知りたい落葉樹の剪定の仕方 いまこそ知っておきたい庭木の剪定のポイント
定員	20人(先着順) 20人(先着順)
申込開始	9月25日(日) 10月10日(日)
申込・問合せ	おうらの森 ☎88-7188

広告面	広告面



演劇を始めたところからの夢の邑楽町公演を楽しむ築比地さん

夢に見た公演を実現 それは支えがあるから



築比地 令華さん
 (上下西宿・7区)

ついひじ・れいか●1999年生まれ。舞台俳優。テレビCM・ドラマ・人気ユーチューバーのミュージックビデオに出演などで活躍中。「台詞は散歩をしながら覚えます。すれ違う人は何をしているのだろうと不思議そうな顔をしますが、動いていないと覚えられないので(笑)」と語る。

演劇に出会ったのは中学校の部活動紹介での発表。その発表を見てから演劇に引き込まれました。中学と高校で演劇部に所属し、高校3年生から本気で舞台俳優を目指し、卒業と同時に上京。事務所に所属して稽古をしつつ、映像関係の仕事にも携わりました。3年前に脚本・演出家の菅野太朗さんと舞台の仕事をする機会があり、もらった台本を見て衝撃を受けました。私が普段何気なく見ていた景色は、菅野さんには全く違う視点で見えていました。菅野さんとの舞台は2度あり、1度目は開催できましたが、2

度目はコロナ禍の影響で中止に。それでも、ずっと演劇の指導をしてきました。稽古では毎回違った演技を意識し、表現力を広げています。「これだな」と思う動きを見つけても本番では違った動きになることも。会場の雰囲気合わせた演技をしています。また、与えられた役になりきるのではなく、その役に共感しながらも自分らしさを出すようにしています。

役者として出演のみでしたが、今回は自身で企画や出演者のスケジュール管理などを行いました。そして、迎えた本番は今までで最大の緊張。あっという間に公演が終わり、苦労はありましたが達成感を感じました。菅野さんや共演者、両親たちの支えがあったから、この公演ができたと思います。友達は就職する中、自分は違った生き方をしていると不安になることもありましたが、今はこの道が続けて良かったと心から思えます。これからも俳優と映像の仕事を両立しながら、演技力を磨き、いつか大きな舞台に立つてみたいです。

・若・者・紹・介・



瀬山 琴音さん 19歳
 Seyama Kotone (前原・4区)

■現在は何をしていますか？
 栃木県の大学で保健体育の分野を専攻している大学1年生。中学生から始めた陸上競技を現在も続けていて、走幅跳と三段跳が専門です。

■この道を選んだ理由は？
 陸上競技に長く携わる方法を考えてたときに教師を思いつきました。今の大学は、保健体育の教師になるために必要な知識を学ぶことや陸上競技を続けることに合っていました。また、夢の一人暮らしを始めるきっかけもくれました。

■今後の目標は？…
 まずは、保健体育の教師になるための勉強と、陸上競技を頑張ります。今までは、自分の成長を目指してやってきました。これからは、指導者として、どうしたら生徒が成長できるかを考えなければいけません。私自身、ケガが多かったので、生徒たちにはケガに悩まされず成長できるような指導をしていきたいです。



DREAM 夢

とちまるくん
©栃木県



©群馬県
ぐんまちゃん
00268-02



両毛地区の
自慢グルメが
満載!!

巡って! 食べて!
楽しんで!



スタンプを集めて応募しよう!!

群馬・栃木両県にまたがる両毛地域「11市町」をめぐる、ご当地のグルメや地域の魅力に触れることができるイベントです。しかも、豪華な賞品もご用意! ご家族と、お友達と、はたまたお一人で、両毛をとことん堪能してください!!

イベントサイトはこちら▶▶

両毛地域の情報やグルメスタンプラリーの情報は「両毛広域」で検索!

両毛広域 検索



問合せ▶役場企画課 ☎ 47-5009

令和5年9/15(金)▶12/24(日)

スタンプラリー参加方法

合計86名様に抽選で豪華賞品があたる!

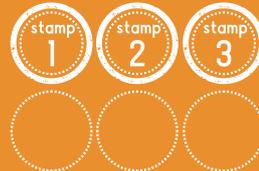
まずはイベントサイトに登録しましょう。チラシのQRコードや協会ホームページからイベントサイトにアクセスできます。



イベント期間内に、両毛地域内の参加店舗でお食事やお買い物をして、ご当地スタンプをもらいましょう。どのメニューでもスタンプをゲットできます。



3種類以上のスタンプを集めたら、素敵な賞品が当たる抽選に応募できます!(全11種類)



応募完了後はスタンプ台紙をリセットして再度イベントに参加できます。



主催 両毛広域都市圏総合整備推進協議会 <http://www.ryomo-kouiki.jp> 共催 両毛地域青年会議所協議会

まの
風の
景

雨ふる前に……
(シンボルタワー)



Photo 広報担当

ひとりごと From editors

▶実に4年ぶりの通常開催となった今年のおうら祭り。皆さんは来ていただけましたか? 活気に満ちた会場のテンションは常にMAX! 御神輿を担いでいる人たちの「せいや!」という声が遠くまで響いていました。花火では「希望に満ちた新時代の幕開け」をテーマに過去最多となる11,055発が打ち上げられ、素晴らしいフィナーレとなりましたね。天気も悪くならず良かったです。▶天気と言えば、ゲリラ豪雨が最近多くなってきましたね。庁舎から駐車場に移動するわずかな時間で晴れから雨へ、なんてことも。でも私、雨は嫌いではありません。雨の降った地面の匂い、雲間からみれる陽光、雨粒の落ちる音。そんなひとときを、コーヒーを飲みながら楽しむのも乙なものなのです。(堀)

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



令和5年9月号 No.684

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@swan.town.ora.gunma.jp

お知らせメール
配信を希望する人は、右の二次元バーコードから、ご登録をお願いします。
🌐 <http://cc9.easypocket.jp/> (PC)
🌐 <http://cc9.easypocket.jp/k/> (携帯電話)



(PC)



(携帯電話)