



～食生活改善推進員のおすすめ～ 健康レシピ 008

毎日寒いですね。こんな時は、熱々の具たくさんな汁物で、体の中から温めましょう。



食生活改善推進員の大美賀さん ▶

2月は肥満予防のあったかメニュー

1 冬の根菜すいとん

- 2 菜飯
- 3 空也蒸し
- 4 レンコンのシャッキリきんぴら

Pick up
(1人分:169kcal)



※2~4の材料と作り方は、市ホームページをご覧ください

●●用意する材料(4人分)●●

すい	小麦粉	80g	生シイタケ	2枚
とん	塩	小さじ1/6弱	シュンギク	65g
	水	50~60cc	だし汁	1000cc
	鶏肉	80g	しょうゆ	大さじ1と1/3
	ジャガイモ	210g	A 塩	小さじ1/3
	ゴボウ	45g	酒	小さじ2
	ネギ	45g	ユズ	少々
	ニンジン	45g	七味唐辛子	適量
	ダイコン	45g		

●●作り方●●

- 1 ボウルに小麦粉と塩を入れ、水を少しずつ入れながら練る。Point
- 2 ゴボウは表面をこそげて(※)さがきにし、酢水に浸す。
- 3 ネギは小口切り、シイタケは厚めのそぎ切り、ジャガイモ・ニンジン・ダイコンは皮をむいてイチチョウ切りにする。
- 4 鶏肉は小さめに切る。
- 5 シュンギクはゆでて冷水にとり、水気を絞って3cmの長さに切る。
- 6 鍋にだし汁とジャガイモ・ニンジン・ダイコン・シイタケを入れ、煮立ったら弱火にして鶏肉を加えてふたをする。あくを取りながら柔らかくなるまで煮る。
- 7 ①を手で一口大にちぎりながら鍋の中に入れ、火が通ったらAとネギを加えて一煮立ちさせる。
- 8 器に盛り、シュンギクと細かく切ったユズを乗せる。好みで、七味唐辛子を振る。(※)こそげる=表面を包丁の峰(背)やタワシなどでこすり取ること

Point

耳たぶくらいの柔らかさになるまで練ります。水は一度に入らず、様子を見ながら加えます。



編集後記

本年は冬季五輪、そしてサッカーW杯南アフリカ大会が開催されます。W杯最終予選の4試合を観戦し、ゴール裏で声を上げていましたが、さすがに本大会会場の南アフリカは遠いな、と思っていた僕に新成人の抱負がささやきかけます。「自分次第」「成せば成る」。夢と希望にあふれた言葉に誘惑されそうですが「大人として責任ある行動」として遠くから応援したいです。がんばれ日本、がんばれ新成人。
(か)

いっしょに伊勢崎散歩



伊勢崎駅

現在、伊勢崎駅周辺の開発が進んでいます。本年中には、JR両毛線の高架工事が終わります。駅周辺の変わりゆく様子を見ながら、昔や未来の伊勢崎を想像してみたいはいかがでしょうか。

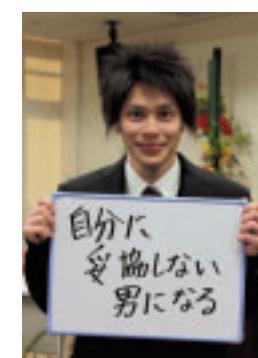


成人式

1月10日、成人式が中学校区ごとに各地域の会場で開催されました。本市では2,137人の新成人が誕生。会場では、家族や地域の皆さんが見守る中、市長や来賓の皆さんから新成人へ向けて激励の言葉が贈られました。

二十歳の抱負を聞きました

それぞれの夢に向かって進んでいく新成人に、二十歳の抱負を聞きましたので、ご覧ください。



今回の成人式で実行委員会の会長を務めた阿部豊さんに話を聞きました。

—どんな成人式にしたかったか

「みんなの思い出に残る・盛り上がる・参加できる」楽しい成人式です。一生に一度のお祝い事なので、楽しむことを第一に考えました。

—実行委員として印象に残っていることは

各会場共通で使われた横断幕や今年の成人式のテーマ「ハタチでCHALLENGE!! 集え成人! 平成のNEWフェイス」を決めるときは、各中学区の実行委員が一堂に会して話し合いをしました。みんなが一丸となって、開催の日を迎えられたことがとてもうれしい

です。

—節目の一日を迎えて思うことは

これからは、大人として責任ある行動をとることを目標に掲げて、生活できればと思います。

—今、一番お礼を言いたい人は

これまでに自分が出会ったすべての人に、お礼が言いたいです。いろんな人に支えられて、ここまで成長できたと思っています。強いて挙げるとすれば、やっぱり両親ですね。

—阿部さんの夢は

国際線の飛行機のパイロットになりたいです。大好きな飛行機を操縦して、世界中を飛び回るのが夢です。



▲会場で配布されたパンフレット

新成人の皆さんが、自分たちで進行などを行っていたので、手作り感がある、アットホームな成人式でした。また、式典中は私語などがなく、とても厳かな雰囲気でした。私も身が引き締まるような思いがしました。

保護者や地域の人たちが参加できる成人式は新鮮ですね。小・中学生くらいまでであれば、地域にどんな子どもがいるかは分かります。しかし、その後は、接点がなくなってしまいます。今回の成人式は、大人の仲間入りをした皆さん

成人式は、 新成人と地域の人の顔合わせ。

南地区青少年育成推進会 会長 鈴木利政さん



と、地域に住む私たちとの顔合わせの場になったような感じがします。こういう機会を大切にしていきたいですね。

新成人の皆さんには、大人としての自覚を持って、これから大いに活躍してもらいたいです。

今回、中学校区ごとの開催で、自分達が住んでいる地域出身の新成人の記念式典に、ボランティアとして参加できて、とてもうれしかったです。会場では、新成人の皆さんが積極的に話しかけてくれて、私たちも久しぶりに若い人たちと話ができて、元気を分けてもらった気がします。

二十歳は一生に一度だけ。家族や友達と有意義な時間を過ごし、多くの出会いを大切にしながら、立派な社会人になってほしいですね。



着付けボランティア (左から) 木島勝恵さん・六本木芳美さん 田代昭子さん・井上やすさん

二十歳は一生に一度。 時間と出会いを大切に。



石井直充さんは、特別支援学校区の成人式実行委員を務め、式典の中では「新成人代表のことは」を発表する役割を担いました。学生のとき、学校の行事や式典などでも生徒代表としてあいさつをした経験があったので、この役割を引き受けたといいます。式

典が始まる前に心境を尋ねると、「成人式は、今回のような出席しやすい会場があればいいなと思っていました。成人式に出席できること自体が、とてもすばらしいこと。同級生と会うことができ、人とのつながりも深まります。代表のことは、頑張ります」と話

成人式を祝ってくれた 皆さんに感謝します。

石井直充さん(ふくしプラザ会場)



みんなの成人式

夢に向かって進む新成人。彼らを見守ってきた地域の人。式典を支えたボランティアスタッフ。新成人をはじめ成人式にかかわった皆さんに、20年間の思いや式典に参加した感想、新成人へのメッセージなどを聞きました。

短くて長かった二十年。 自立したカッコいい女性に。

今井央華さん(市役所会場)



市役所会場で成人式実行委員を務めた今井央華さんに、二十年間を振り返った感想を尋ねると、いろいろな出来事を思い返すように一瞬遠くを仰ぎ、思い出し笑いでもしたかのような笑顔で答えてくれました。

「二十年間は、あつという間だった気がします。でも、家

族や友達と過ごした時間を振り返ると、すごく長かった気もするんですよ。何だかとても不思議な感じがです」

地元の会場で、懐かしい友達に再会でき、たくさん思い出がよみがえってきたのかもしれません。次に、将来について聞くと、大きな瞳を輝かせて話してくれました。

「現在は大学で、理系の勉強をしています。卒業後は、開発などに携われるような、研究者になるのが目標です。そして、自立したカッコいい女性になります」

しっかりと話す彼女からは、凛とした大人の女性の強さが感じられました。

最後に、二十年後の自分への一言をお願いすると「幸せな家庭を築いていますか」と照れくさそうにメッセージを残してくれました。



色とりどりの衣装



地域・家族でお祝いします



ハタチを祝うクラッカー



久しぶりの再会



団結力のある実行委員たち



皆さんとても素敵なモデル



各会場で記念写真を撮影しました



集え成人!!

久しぶりの再会を果たした友人と、成人を迎えた喜びを分かち合う新成人たち。各会場で盛り上がる、夢や希望にあふれた新成人の皆さんを紹介します。



親子で成人式に参加

ハタチで CHANGE!!

式典前の各会場では、華やかな振袖やスーツに身を包んだ新成人が、旧友との再会を喜び合っていました。互いの成長を祝い、尽きることのない思い出話が、あちらこちらで花を咲かせていました。

式典の終了後は、クラッカーを全員で鳴らした後、記念の集合写真を撮りました。新成人の皆さんは、家族や地域の人とともに、成人になった喜びを実感していました。



会場のいたるところで写真撮影



みんなのために撮影します

各会場で成人式に参加した皆さん

市役所会場
東館5階大会議室
第一中学校区
男性=64人・女性=67人
宮郷中学校区
男性=90人・女性=75人

市民プラザ会場
第二中学校区
男性=84人・女性=78人
第四中学校区
男性=81人・女性=111人

文化会館小ホール会場
殖蓮中学校区
男性=81人・女性=69人
第三中学校区
男性=94人・女性=88人

赤堀芸術文化プラザ会場
赤堀中学校区
男性=92人・女性=83人

あずまホール会場
あずま中学校区
男性=96人・女性=90人

境総合文化センター大ホール会場
境南中学校区
男性=79人・女性=66人
小ホール会場
境北中学校区
男性=36人・女性=36人
境西中学校区
男性=23人・女性=33人

ふくしプラザ会場
特別支援学校区
男性=7人・女性=3人



実行委員の合図でクラッカー

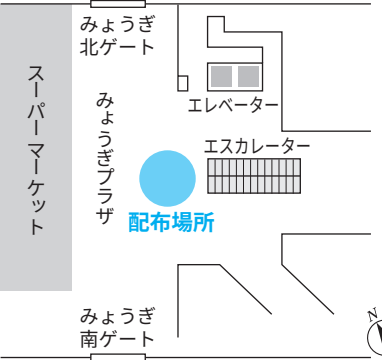


結び方が難しい



厳肅な雰囲気の中式典が進みました

市・県民税の申告 スマーク伊勢崎会場では 整理券を配布します



スマーク伊勢崎会場では、午前9時から10時までの間、みょうぎプラザ（建物西側1階のスーパーマーケット付近）のエスカレーター前で申告受け付けの整理券を配布します。
※申告の会場は、3階のスマークホールです

問い合わせ 市民税課（内線2230）

期間 所得税の還付・贈与税の申告 2月8日（月）から3月15日（月）まで

●所得税・個人事業者の消費税の申告 2月16日（火）から3月15日（月）まで

※土・日・祝日は除きます

※2月8日（月）から3月15日（月）までは、伊勢崎税務

市・県民税の申告が必要
な人

本年1月1日現在、本市に在住していて、次のいずれかに該当する人です。

●事業所得・不動産所得・譲渡所得などがある人（所得税が発生しない人）

●給与の年末調整が済んでいて、給与以外の所得が20万円

申告書の郵送提出

申告書は郵送でも受け付けます。申告書の氏名欄に押印し、電話欄に昼間連絡のとれる電話番号を必ず記入してください。

あて先 〒372-8501 今泉町二丁目410 市役所市民税課

税理士会の無料相談

期間 2月8日（月）から3月12日（金）まで
※土・日・祝日は除きます

時間 午前9時～午後4時

会場 文化会館

問い合わせ 伊勢崎税務署（☎25-4045）

税理士事務所でも無料相談を行います

期日 2月15日（月）・23日（火）

時間 午前9時30分～午後4時

会場 各税理士事務所

※相談の内容により有料になる場合があります

問い合わせ 関東信越税理士会伊勢崎支部（☎24-3678）

所得税の確定申告

問い合わせ 伊勢崎税務署（☎25-4045）

確定申告が必要な人

次のいずれかに該当する人です。

●事業所得・不動産所得・譲渡所得などがあり、各種の所得金額の合計額が所得控除の合計額を超える人

●年間の給与収入額が20万円を超える人

●給与の年末調整が済んでいて給与以外の所得が20万円を超える人

●2か所以上の事業所から給与をもらっていて、源泉所得税の精算が済んでいない人

市・県民税の申告

問い合わせ 市民税課（内線2230）

申告書は自分で記入を

「所得税の確定申告書の引き」を伊勢崎税務署・市民税課・各支所などで配布しています。申告書は、できるだけ自分で記入してください。また国税庁のホームページ（<http://www.nta.go.jp>）では、申告書や決算書などを作成することができます。

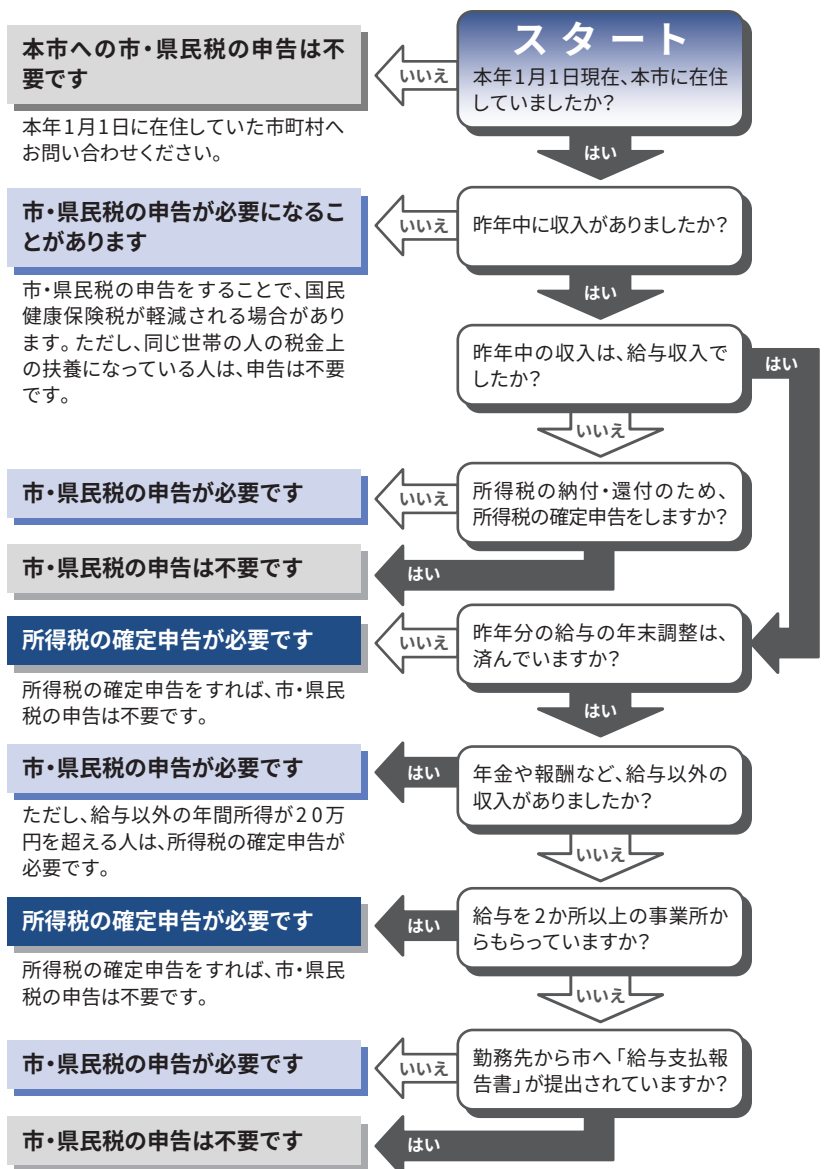
※事前手続きを済ませた人は、e-TAXで電子申告もできます

申告書の受け付け

期日・時間・会場 次ページの表のとおり

※スマーク伊勢崎会場では受け付けの整理券を配布します（左上図参照）

※青色申告、損失申告、土地や建物・株式などの譲渡所得がある確定申告、先物取引にかかる所得がある確定申告、住宅借入金等特別控除（1年目）を受けようとする確定申告、準確定申告（亡くなった人の確定申告、海外に扶養家族がいる確定申告は、次ページの表の会場では申告ができませんので、文化会館をご利用ください



用意する物

- 印鑑（朱肉を使用する物）
- 公的年金などの源泉徴収票の原票（コピーは不可）
- 給与所得の源泉徴収票の原票（コピーは不可）
- 事業所得などがある人は、根拠となる帳簿類や領収書など（収入・経費などは、あらかじめ項目ごとに計算し、収支内訳書に記入して提出してください）
- 各種の控除を申告するとき、各種の控除を申告する人は、その証明書や領収書などが必要で、
- 「医療費控除」領収書が必要です（昨年中に支払った医療費と高額療養費や入院給付金などで補てんされた金額を、あらかじめ集計しておいてください。）など

は、該当書類にならないのでご注意ください

【障害者控除】対象者の障害者手帳や認定書などを確認しますので、必ず原本（コピーは不可）を提示してください。

【社会保険料控除】昨年中に支払った自分や家族の国民年金保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料・国民健康保険税などが控除の対象となります。

国民年金保険料は、控除証明書または領収書が必要です。後期高齢者医療保険料・介護保険料・国民健康保険税で、年金から特別徴収されている人は源泉徴収票、窓口などで納付した人は領収書、口座振替の人は振替済通知書が必要です。

※年金から特別徴収されている保険料などを控除として申告できるのは、特別徴収された本人だけです

所得税の確定申告 市・県民税の申告

期間 2月16日（火）から3月15日（月）まで

所得税の確定申告と市・県民税の申告について、左の流れ図を参考に、該当する申告を確認してください。昨年の1月1日から12月31日までの1年間に得た自分の所得の申告を、必ず期間内に済ませましょう。

問い合わせ 市民税課（内線2230）



平成21年10月1日付で橋本富美江さんが、1月1日付で狩野都さん、斎藤しげ子さんが、法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。今後の活躍が期待されます。

人権擁護委員を紹介します



▲ 斎藤しげ子さん
(西久保町二丁目)



▲ 狩野都さん
(市場町二丁目)



▲ 橋本富美江さん
(田部井町一丁目)

問い合わせ 人権課 (内2405)

市議会議員選挙の期日が決まりました

4月30日任期満了に伴う市議会議員選挙の日程が、決まりました。

期日 4月25日(日)
告示日 4月18日(日)
定数 32人

立候補予定者等説明会
立候補届け出の要領・選挙運動などの内容についての説明会を行いますので、出席してください。

期日 3月17日(水)
時間 午後1時30分開始
会場 市役所東館5階大会議室

対象 立候補予定者を含む関係者(3人以内)
問い合わせ 選挙管理委員会 (内線5459)



市内企業の事業所説明会

福祉関係・製造業などの企業が、市内での就業を希望する人に向けた説明会を開催します。

期日 2月23日(火)
時間 午後2時～4時
※午後1時受付開始
会場 市役所東館5階中会議室

内容 福祉関係・製造業などの企業による仕事内容の説明、求人情報の提供、生活関連の情報提供をします

問い合わせ 商工労働課 (内線3350)

親子クラブ会員募集

児童センターと境児童センターでは、平成22年度の親子クラブ会員を募集します。

親子で一緒に遊んだり、いろいろな物を作ったりして交流しませんか。また、両児童センターの行事やボランティア活動にも参加しませんか。

【児童センター】

活動日 月曜日
定員 36組(抽選)
説明会 3月8日(月) 午後1時30分開始
※本人または家族の人が必ず出席してください

【境児童センター】
活動日 水曜日
定員 20組(抽選)
説明会 3月3日(水) 午後2時開始

※本人または家族の人が必ず出席してください

※同じ幼児・母親での継続は2年までとします

申し込み 2月13日(土)から28日(日)までに直接希望する児童センターへ

※両方の親子クラブに申し込むことはできません

※火曜日・祝日は休館です

問い合わせ 児童センター(☎236463)・境児童センター(☎706100)

魅力ある地域コミュニティづくりを目指して

南千木町区では、市町村振興宝くじを財源とする「魅力あるコミュニティ助成事業」を利用して、地域の会議所を新たに建設しました。

今後は地域交流の活動拠点

として、地域のコミュニティ活動などに利用され、地域の一層の発展と、まちづくりに生かされていきます。

問い合わせ 行政課 (内線2323)

市・県民税の申告受付日程

会場 期 日	市役所 東館5階大会議室		スマーク伊勢崎 3階スマークホール	赤堀支所 2階大会議室	境支所 会議用庁舎大会議室1	
	午前9時～11時	午後1時～4時	午前10時～12時 午後 2時～ 5時	午前9時～11時 午後1時～ 4時	午前9時～11時	午後1時～4時
2月16日(火)	曲輪、大手、平和、本、中央、緑、三光	若葉、喜多、宗高、柳原、寿、西田、華蔵寺、堤西、堤下、八幡、末広、乾			境新栄、元町	南町、境仲町、上町、清水町、諏訪町
17日(水)	今泉一丁目・二丁目、粕川、上泉、八坂	下植木、鹿島、上植木本、昭和、宮前			萩原町、美原	百々、百々東、西今井
18日(木)	日乃出、東本、北千木、南千木	茂呂一丁目・二丁目、美茂呂			栄町	女塚
19日(金)	ひろせ、茂呂南、保泉一丁目、羽黒	新栄、葦塚			伊与久1区・2区	伊与久3区、木島
22日(月)	波志江一丁目・二丁目、本関	波志江三丁目、太田			上矢島、三ツ木	上武士
23日(火)	安堀、宮子	稲荷、田中、東上之宮、西上之宮、宮古、中、阿弥大寺			下武士西	下武士東
24日(水)	連取、田中島	連取本、連取元			下淵名6区・7区	保泉
25日(木)	今井、堀口	山王			新地、新野新田、立作、北向、西島前河原	平塚、南米岡、北米岡
26日(金)	馬見塚、大正寺	長沼、下道寺、八斗島			上蓮町、下蓮町、国領町、飯島町	小此木、中島、境東町
3月1日(月)	柴、戸谷塚、福島	除ヶ、富塚	下代区、下区、下谷区	下触町、西久保町一丁目		
2日(火)	若葉、喜多、宗高、柳原、寿、西田、華蔵寺、堤西、堤下、八幡、末広、乾	曲輪、大手、平和、本、中央、緑、三光	東町区、西小保方町区	西久保町二丁目・三丁目		
3日(水)	下植木、鹿島、上植木本、昭和、宮前	今泉一丁目・二丁目、粕川、上泉、八坂	八寸町区、三室町区	曲沢町、間野谷町		
4日(木)	茂呂一丁目・二丁目、美茂呂	日乃出、東本、北千木、南千木	田部井上区	香林町一丁目・二丁目、赤堀鹿島町		
5日(金)	新栄、葦塚	ひろせ、茂呂南、保泉一丁目、羽黒	田部井下区、新町区	赤堀今井町一丁目、野町		
8日(月)	波志江三丁目、太田	波志江一丁目・二丁目、本関	東国定上区、東国定下区、向原区	赤堀今井町二丁目、磯町、西野町		
9日(火)	稲荷、田中、東上之宮、西上之宮、宮古、中、阿弥大寺	安堀、宮子	西国定上区、西国定下区、上田町区	市場町一丁目		
10日(水)	連取本、連取元	連取、田中島	東新井、平井町区、小泉町区			
11日(木)	山王	今井、堀口	上淵名			
12日(金)	長沼、下道寺、八斗島	馬見塚、大正寺	市場町二丁目、五日牛町、堀下町、三和町			
15日(月)	除ヶ、富塚	柴、戸谷塚、福島	豊城町、上諏訪町			

※会場により時間が異なりますので、ご注意ください

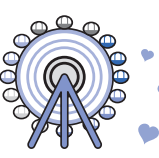
※所得税の確定申告は文化会館で行われますのでご利用ください

- 伊勢崎市役所……………☎0270-24-5111
- 赤堀支所……………☎0270-62-1151
- あずま支所……………☎0270-62-1311
- 境支所……………☎0270-74-1111
- 開庁時間 午前8時30分～午後5時15分
- 火災情報案内(24時間)……☎0180-99-2999
- 救急テレホンサービス(24時間)……☎0270-23-1299

華蔵寺公園遊園地 ☎25-4478
http://www8.wind.ne.jp/kezouji/

バレンタインときめかナイト2010

期日 2月13日(土)・14(日)
内容 大観覧車まわりほか一部遊具を午後9時まで運転し、ライトアップで園内を演出します。また、午後3時から8時まで、焼きいもハウスにて、観覧車を利用したカップルに、無料で恋愛占いをします。さらに、午後4時30分から観覧車をご利用の先着100人・スーパーシューティングライドで3万点以上得点された人にプレゼントを差し上げます



市立伊勢崎養護学校 合同作品展

児童・生徒の作品展示や販売、学習発表など多数の催しを行います。

期日 2月19日(金)・20日(土)
時間 午前10時～午後3時30分
会場・問い合わせ 市立伊勢崎養護学校(☎25-4461)

あおぞらバスを利用する高齢者の皆さん

タクシー助成制度をご利用ください

自宅とあおぞらバスの最寄りのバス停までの間で、タクシーを利用する在宅の高齢者に、タクシー料金の一部を助成するタクシー券を交付します。

対象 市内に在住の65歳以上の人で、自宅から最寄りのバス停までの距離が500m以上ある人

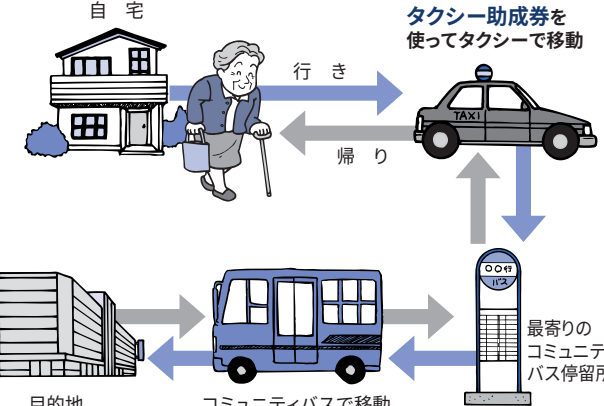
※福祉タクシー利用券を受給している人は除きます

申し込み 本人を確認できる物(運転免許証・健康保険証など)・印鑑(朱肉を使用する物)を用意して、高齢福祉課・各支所福祉課へ

※代理人が申請する場合は、代理人の本人確認ができる物と印鑑が必要です

問い合わせ 高齢福祉課(内線5220)

タクシー助成券の利用例



自宅 → タクシー(助成券使用) → 最寄りのコミュニティバス停留所 → コミュニティバス → 目的地

再就職準備セミナー

商工労働課(内線3350)

期日 2月23日(火)
時間 午前10時～午後0時30分
会場 文化会館

対象 出産・育児・介護などで退職し、再就職を希望する人

定員 20人(先着順)

内容 履歴書・職務経歴書の書き方、面接時の留意事項、ワークシート演習など

参加料 無料

※託児(1歳以上)が無料で利用できます

申し込み・問い合わせ 21世

お知らせ

おひさま発達相談(乳幼児発達相談)

期日・会場

- 2月9日(火) II あずま保健センター
- 2月24日(水) II 境保健センター

時間 午前9時～11時

内容 発達がゆっくり、落ち着きがないなどの相談

年金受給者住所が変わるときは届け出が必要です

年金医療課(内線5215)

申し込み・問い合わせ 電話 27-2231・2023

内容 引っ越しなどで年金受給者の住所が変わるときは、年金受給者住所変更届をお近くの年金事務所へ提出してください。変更届は、年金事務所・年金医療課・各支所住民課にあります。そのまま郵送でも提出できます。

伊勢崎佐波高等職業訓練校 職業訓練生募集

商工労働課(内線3350)

訓練科・訓練期間

- 木造建築科 II 3年
- とび科 II 2年
- 配管科 II 1年
- 機械加工科 II 1年

対象 訓練科に関連する事業所に勤務していて、労働保険に加入している18歳以上の人

定員 各10人

受講料 年7万2000円

申し込み・問い合わせ 3月31日(水)までに伊勢崎佐波高等職業訓練校(☎257568)

障害者家族のおしゃべり会

障害福祉課(内線5251)

期日 2月18日(木)

時間 午前10時～正午

会場 絆の郷(円形交流館)

参加料 無料

問い合わせ 榎の木ネットワー(☎305011)

あずま公民館(☎620115)

新聞紙でつくるエコバッグ

期日 3月11日(木)・18日(木)(全2回)

健康促進講座

期日 2月20日(土)

時間 午前10時～11時30分

会場 境東公民館

対象 市内に在住・在勤・在学の人

定員 50人(先着順)

内容 脳卒中について

講師 中島重良さん(市民病院脳神経外科診療部長兼救急センター長)

参加料 無料

申し込み 2月17日(水)までに境東公民館へ

聞いて学ぶ講演会

人権課(内線2446)

期日 2月27日(土)

時間 午後0時45分～3時

会場 文化会館

定員 550人(先着順)

内容・講師

- 落語と講演「笑いと情けが人の輪をひろげる」II 林家染二さん
- 唄と津軽三味線ライブII 来世楽さん

入場料 無料

※手話通訳があります

※障害者福祉団体による物品販売を予定しています

※2歳以上の未就学児を持つ人は、無料で託児が利用できます(定員10人・先着順)。

2月17日(水)までに人権課へ申し込みください

ベーゴマ教室

市民活動課(☎216712)

市民提案型協働まちづくり事業「ふるさとに伝わる味と遊びの再発見」に採択されたベーゴマ教室を開催します。

期日 2月21日(日)

時間 午前10時～正午

会場 絆の郷

対象 市内に在住の小学生

内容 昔ながらのベーゴマの回しかたを学びます

講師 原田勝さん

参加料 100円(ベーゴマ代)

申し込み・問い合わせ みち

いせさき明治館 語部の集い

文化観光課(内線3404)

期日 2月13日(土)

時間 午後1時30分～3時

会場 いせさき明治館

演題 史詩「国定忠治」への想い

講師 石山幸弘さん(県立女子大学非常勤講師)

参加料 無料

問い合わせ 伊勢崎まちガイドの伊比さん(☎249315)

不妊治療費を助成します

一般不妊治療に要する費用の一部を助成します。

※体外受精・顕微授精などの不妊治療は除きます

対象 以下のすべての条件を満たす人

- 医師による不妊治療を行っている法律上の婚姻関係にある夫婦
- 市内に在住で、申請の一年以上前から引き続き住民登録・外国人登録をしている人
- 医療保険各法の医療保険に加入している人
- 市税・国民健康保険税の滞納がない人

助成額 不妊治療に要した医療費の自己負担額の2分の1

※5万円を限度とします

申し込み 平成21年4月1日以降に行った不妊治療の関係書類を添えて3月31日(水)までに各保健センターへ

※年度あたり1回まで、通算で2回まで助成します

問い合わせ 健康管理センター(☎23-6675)・赤堀保健福祉センター(☎20-2210)・あずま保健センター(☎62-9918)・境保健センター(☎74-1363)



市文化協会各部門の催し

いけばな展

期日 2月13日(土)・14日(日)
時間 午前10時～午後5時
※14日は午後4時まで
会場 ふくしプラザ
入場料 無料
問い合わせ 文化観光課(内線3452)

邦楽舞踊のついで

期日 3月14日(日)
時間 午前10時30分開演
会場 文化会館
内容 邦楽舞踊27団体による日本舞踊・新舞踊・箏など
入場料 無料
問い合わせ 文化観光課(内線3452)

スポーツ

市民ボウリング選手権大会

スポーツ振興課(☎301302)
期日 3月7日(日)
時間 午前9時45分開会
会場 伊勢崎イモンボウル(柳原町)
対象 市内に在住・在勤の人、ボウリング協会会員、センター会員
内容 男女別の個人戦で前半・後半各3ゲーム合計6ゲームの合計(アメリカ方式)
参加料 4000円
申し込み・問い合わせ 3月4日(木)までに参加料を添えて伊勢崎イモンボウル(☎261225)

これから始める

フィットネス教室

スポーツ振興課(☎301302)
期日 ●ボクシングエクササイズ(エアロビクス) コースⅡ 2月20日・3月6日・20日の土曜日(全3回)
●リフレッシュ・ヨガコースⅡ 2月26日・3月12日・26日の金曜日(全3回)
時間 午後7時～8時30分

会場 餅の郷

対象 市内に在住・在勤の人
定員 各コース15人(先着順)
内容 初心者向けの、ボクシングの動きを取り入れたエアロビクスと、セルフコンディショニング系のヨガを行います
講師 ボクシングエクササイズⅡ 秋山賢一さん、リフレッシュ・ヨガⅡ 竹本明美さん
参加料 1回500円
※保険料を含みます
申し込み・問い合わせ 伊勢崎西部スポーツクラブ事務局(☎222338)

市立学校施設

校庭夜間照明利用団体の登録

スポーツ振興課(☎301302)
対象 スポーツ団体内に在住・在勤・在学の人10人以上で構成した各種スポーツ団体
※平成22年度以降も継続して利用する団体は、登録の更新が必要です
※提出書類はスポーツ振興課・境運動施設管理事務所にあります
利用施設 ●伊勢崎地区Ⅱ第一・第二・第三・第四・殖蓮・宮郷中学校
●境地区Ⅱ境南・境北中学校

スキー教室



期日 3月13日(土)
時間 午前6時出発(市役所集合)
※午後7時帰着予定
会場 万座温泉スキー場(吾妻郡嬬恋村)
対象 市内に在住・在勤・在学の小学生以上
※小・中学生は保護者の同意が必要です
※スノーボードはできません
定員 40人(先着順)
※高原ロッジの温泉に入浴できます
参加料 3,500円(リフト代・レンタルスキー代・昼食代が別途必要です)
申し込み・問い合わせ 2月8日(月)から22日(月)までに直接スポーツ振興課(市民体育館内、☎30-1302)

利用期間 通年

利用時間 午後7時～9時

利用料 1回2100円

申し込み・問い合わせ 3月12日(金)までにEメールまたは直接スポーツ振興課(市民体育館内)へEメールアドレス info@isesaki-ha.net
組み合わせ会議

期日 3月15日(月)

時間 午後7時30分開場

会場 市民体育館

【登録】

大会の会場で平成22年度の登録を受け付けます。

時間 午前9時～午後4時

対象 市内に在住・在勤・在学の中学生以上で編成したチーム

登録料 4000円



健康まつり

2010

健康一番!!
みんなで楽しむ健康づくり



時間 午前9時30分～午後3時

※入場は午後2時30分まで

会場 健康管理センター

問い合わせ
健康管理センター(☎236675)
赤堀保健福祉センター(☎202210)
あずま保健センター(☎629918)
境保健センター(☎741363)

健康チェック・相談コーナー

各種測定

血圧・体脂肪・血管老化度・貧血検査を行います。

手洗いチェック

手に特殊な光を当てて、洗い残しを確認します。

各種健康相談

感染症・メンタルヘルス・健康全般についての相談、パネル展示、ジェネリック医薬品についての情報提供を行います。

歯科検診・歯科相談

歯科医師による検診、歯科衛生士による相談、出血傾向チェック、咀嚼力判定を行います(受け付けは午前11時30分までです)

運動コーナー(はつらつ健康教室特別編)

●のんびりコース(ウオーキング・約5km)Ⅱ西部公園↓栄橋↓旧時報鐘楼↓旧徳江製

糸所跡煉瓦製隧道↓辛抱地藏↓竜宮橋↓西部公園

●さわやかコース(ウオーキングとスロージョギング・約7.4km)Ⅱのんびりコース↓西部公園

※自分の体力・ペースに合わせてコースの短縮もできます
※荒天の時は中止します
時間 午前9時45分開場
※午前9時15分受付開始
集合場所 西部公園

※小学生以下は保護者と一緒に参加してください

こどもコーナー

●親子で手作り
時間 折り紙Ⅱ午前9時30分～11時30分、手作りおもちゃⅡ午後1時～2時30分

●親子でリトミック

親子で歌に合わせて体を動かします。
時間 午前10時～11時30分

健康川柳の展示

皆さんから寄せられた健康川柳を展示し、来場者の投票によって優秀作品を選びます。

人権を考える

地区別人権学習会を終えて

教育委員会では、人権問題を周知するため、学習会などを開催しています。

本年度「地区別人権学習会」を、5地区で開催し、約400人の参加がありました。学習会では、身近にあるさまざまな人権問題の紹介や人権啓発ビデオの視聴と意見交換を行いました。多数の感想や意見が寄せられましたので、その一部を紹介します。

●自分の生活を振り返ることができました。意見交換では、皆さんが自分の体験について語り、心に染みましました。

●優しい気持ちを取り戻したいです。「他人と過去は変えられないが、自分と未来は変えられる」と自分に言い聞かせています。
●「人の心を傷つけると自分の心も傷つく」という言葉は、とても心に残りました。教育にかかわる立場か

ら、子どもにうまく伝えられるようにしていきたいと思っています。

●人間は、家族・友人・職場の人・地域の人など、いろいろな人と出会って成長しています。誰に対しても公平に笑顔で接することが、大切だと感じました。

●私たち一人ひとりの意識改革が大事だと思います。まずは、身近な家庭から。子ども・夫・妻などそれぞれの立場を理解・尊重することから始めたいですね。
●他人の心・自分の心、両方大切です。自分がしたことは、自分に返ってくると思います。

今後、多くの皆さんに参加してもらい、人権の大切さを周囲に広めてもらうことで、さまざまな人権問題が解決されることが期待されます。
(生涯学習課)

なくそうよ 言葉の暴力 差別の目(赤堀中 木村恵理さん)



大きなはけて味噌だれを塗るミスひまわり



宮司が大串まんじゅうに祈願



まんじゅうに文字入れ



巫女役を務めたミスひまわり



直径55cmの大串まんじゅう



長さ20mの長串まんじゅう



分けられたまんじゅうをいただきます

上州焼き饅祭

直径55cm(約300個分)の特大まんじゅうが、伊勢崎神社の境内に登場。宮司による祈願の後、年男・年女が思いを込めて「昇」「就」「礎」「笑」と書き入れました。まんじゅうは、巫女の衣装をまとったミスひまわりが味噌だれを塗り、見事に焼き上げられると、来場者に「福分け」として振る舞われました。

一方、いせさき明治館前の通りでは、全長20mの長串まんじゅうが、大勢の参加者の協力により、豪快に焼き上げられました。



自分で焼いたまんじゅうをパクリ



味噌だれを塗る子どもたち



参加者が協力して長串まんじゅうを焼き上げる



本町通りは家族連れで大にぎわい

和太鼓～粋な響き～



勇壮な太鼓の演奏が会場を盛り上げる

思い出の伊勢崎銘仙展



伊勢崎銘仙がずらりと並ぶ

和の共演～Pop&Cute～



伊勢崎銘仙をバックに三味線と箏の共演



みこしの出初めが夜の会場を盛り上げる

百円商店街



100円商品にたくさんの人が集まる



ミニだるまを手にとりこり

新春恒例の「いせさき初市」が1月11日に開催。「上州焼き饅祭」や「思い出の伊勢崎銘仙展」などの共催イベントも行われました。会場の本町通り周辺には、たくさんの人が集まり、寒さを吹き飛ばす冬の祭典となりました。

いせさき初市

本町通り周辺は、200店舗を超える露店などが立ち並び、夜遅くまで威勢の良い掛け声が飛び交い、家内安全や学業成就を願って縁起だるまを買い求める人でにぎわいました。

また、共催イベントとして、太鼓の音が会場全体に響き渡った「和太鼓」、調査で見つけた「和太鼓」、調査で見つけた着物や反物がいせさき明治館・赤石楽舎に展示された「思い出の伊勢崎銘仙展」、津軽三味線と箏がきれいなハイモニーを織り成した「和の共演」が行われ、多くの人を集めました。

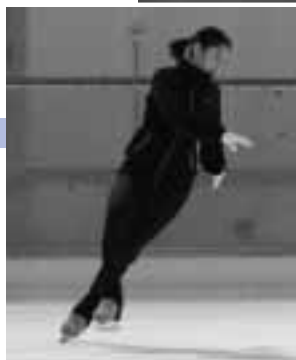
商店会連合会では、商店街を百円ショップに見立てた「百円商店街」を実施。各店頭で100円のワゴンセールなどが行われました。

わかば 白書

Profile

やなぎはら・るい

フィギュアスケートの伊勢崎クラブに所属。1週間のほとんど毎日を練習に費やし、フィギュアスケート漬けの日々を送っている。中学3年生。



フィギュアスケートに
夢中の柳原瑠偉さん
国体の舞台上で
氷上に舞う



柳原瑠偉さんは、6歳のときにフィギュアスケートを始めました。「始めたころはそんなに一生懸命じゃありませんでした。小学校2年生のときに1回転半のアクセルジャンプを跳べたのがきっかけで、フィギュアスケートに夢中になりました。今は、トリプルループという3回転のジャンプに挑戦中です。頑張れば頑張っただけ上達するので、この競技が大好きです」

これまでに最も印象に残った大会は、一昨年に行われた「2008神宮スプリングトロフィー・フィギュアスケート競技大会」。瑠偉さんは、この大会で3位になりました。「今まで、大会で思うように自分の実力が発揮できなかったんですが、この結果が自信になりました」

瑠偉さんにこれからの目標を聞きました。「くしろサッポロ氷雪国体で悔いのない演技ができればと思っています。自分の力を信じて、がんばります」

瑠偉さんの努力が氷上で実を結ぶときは、すぐそこに来ている。

大学生 ナビ

東京福祉大学 社会福祉学部 4年

相馬麗奈さん

あこがれの仕事

旧宮城村（現前橋市）出身の相馬麗奈さん。4月からは旧粕川村（現前橋市）にある老人ホームへの就職が決まっている。

「成人式の日に、小学6年生のときのタイムカプセルを掘り起こしたんです。そこには『介護福祉士になりたい』って書いてありました」

小学生のころには、すでに介護の仕事に就こうと考えていたのだ。

ふくらむ夢・さわやかな笑顔

勤め先となる老人ホームは、実習でもお世話になった施設。そこで仕事を教わったり体験したりする中で、もっといろいろなことをやってみたいという気持ちになったという。

「ベテランの職員が多い施設なので、

すてきな明るい笑顔で、 たくさんの人を幸せな気持ちに。

そこに若い発想が入れば、さらに面白いことができるんじゃないかと思いました。利用者の皆さんが喜ぶような新しいことを、どんどんやっていきたいんです。それに、宮城とか粕川は人口が少ない地区なので、大好きな地元で働いて、地域をもっと盛り上げたいと考えているんです」

そう話す彼女の顔は、とてもすてきな明るい笑顔。もうすぐ始まる仕事に胸を躍らせていることが伝わってくる。

「昔は泣き虫だったんですけど、それでは前向きになれないので、いつでも笑顔を忘れないようにしています。これからはもっと、笑顔で頑張っていきます」

夢を持った彼女の笑顔は、きっとこれからたくさんの人を幸せな気持ちにしていくだろう。



100歳 ばんざい

平成21年12月・本年1月に100歳を迎えられた人を紹介します。

100歳を迎えられた皆さん、そして、ご家族の皆さんに心からお祝いを申し上げます。いつまでも健やかにお過ごしください。

問い合わせ 高齢福祉課（内線5220）

滝沢しげさん（豊城町）
宮田かくさん（山王町）
田島ユキさん（境伊与久）
松本サカさん（太田町）
久保田とよさん（太田町）



伊勢崎オート

◆【場外発売】SG第23回全日本選抜オートレース（浜松）

2/11・12・13・14・15

◆【場外発売】飯塚市営第11回1節

2/17・18・19

◆三國コカ・コーラ杯GIIグランプリ

2/20・21・22・23・24

◆【場外発売】川口市営第13回1節

2/25・26・27・28

売上金は機械工業の振興・社会福祉などに広く役立てられています



外国人相談窓口

●市役所東館2階相談室2＝国際課（内線5432）

日時 月・水曜日 午後1時30分～4時30分

●赤堀支所住民課（☎62-9794）

日時 第1・3火曜日 午後1時30分～4時30分

●あずま支所住民課（☎62-9908）

日時 第2・4木曜日 午後1時30分～4時30分

●境支所住民課（☎74-0237）

日時 第1・3金曜日 午後1時30分～4時30分

※いずれも祝日は除きます

【ポルトガル語】

Serviço de atendimento para os estrangeiros

●Sala de consulta No2, 2do andar, sede da Prefeitura Central Novo Prebido (Higashi Kan)＝Depto de Assuntos Internacionais (ramal 5432)

Data e Horário Segunda e quarta feira às 13:30～16:30

●Akabori Shisho Jumin Ka（☎62-9794）

Data e Horário 1ª e 3ª Terça feira do mês, 13:30～16:30

●Azuma Shisho Jumin Ka（☎62-9908）

Data e Horário 2ª e 4ª Quinta feira do mês, 13:30～16:30

●Sakai Shisho Jumin Ka（☎74-0237）

Data e Horário 1ª e 3ª Sexta feira do mês, 13:30～16:30

※exceto nos feriados

無料求人情報ホームページ

ワーク広場いせさき

パソコン用アドレス <http://w-isesaki.com>

携帯用アドレス <http://w-isesaki.com/m>

問い合わせ 商工労働課（内線3350）



携帯用QRコード

休日の漏水などの連絡先

電宮浄水場（☎24-1760）または下記の水道指定工事店へ。

●2月20日（土）中央水道 ☎25-1592

●2月21日（日）矢内設備工業 ☎32-6053

●2月27日（土）後藤設備 ☎50-7581

●2月28日（日）三和水工 ☎32-0575

本庄市給水区域（境島村の利根川右岸地域）は本庄市水道部水道課（☎0495-22-2151）へ、深谷市給水区域（境平塚の利根川右岸地域）は深谷市水道部工務課（☎048-574-6661）へ連絡してください。

