

人口 211,021人
世帯数 80,638戸
6月1日現在



P2-5
夏を健康に過ごそう

主な内容

- P 6 いせさき七夕まつり
あかぼり蓮園まつり
- P 7 国民健康保険税の納税通知書などを発送
- P 9 福祉医療制度をご存じですか

表紙写真：はつらつ健康教室(西部公園)
暑くなっていくこれからの季節、熱中症の予防や紫外線対策など、この時季ならではの健康への備えが必要です。その一つが、日頃の体力づくり。少しずつでも、継続して体を動かすことを心掛け、無理をせずできることから始めましょう！

～食生活改善推進員のおすすめ～
健康レシピ 024

7月は肥満予防の健康メニュー

- 1 豆モヤシの豚肉ロール
- 2 おかかあえ
- 3 ミョウガのかき玉汁
- 4 果物のヨーグルトかけ
- 5 ご飯

Pick up
1人分
216kcal

※2～5の材料と作り方は、市ホームページをご覧ください

彩り良く野菜を
組み合わせると、
目でも楽しむこ
とができます



用意する材料 (4人分)

- | | | |
|--------------------|-----------------|--------------|
| 豚薄切り肉 …… 12枚(180g) | 小麦粉 …… 適量 | |
| 豆モヤシ …… 200g | ごま油 …… 大さじ2/3 | |
| ニンジン …… 45g | 塩 …… 小さじ1/8 | |
| 大葉 …… 8枚 | こしょう …… 少々 | |
| 大根 …… 130g | A { | |
| 小ネギ …… 4本 | | しょうゆ …… 大さじ2 |
| サラダ菜 …… 4枚 | | 酢 …… 大さじ2 |
| ミニトマト …… 8個 | みりん …… 大さじ1と1/3 | |
| | 砂糖 …… 大さじ1/2弱 | |
- ※豚肉は、肩ロースのしゃぶしゃぶ用の肉などがおすすめです

作り方

- 1 ニンジンは皮をむいて3～4cmの千切りにし、豆モヤシと一緒にたっぷりの湯でゆでる。ゆで上がってザルにあげたら、人数分に分けておく。
- 2 Aの材料を混ぜ合わせて、たれを作る。小鍋でさっと一煮立ちさせてもよい。
- 3 豚肉3枚を少し重ねながら並べて、塩・こしょうを振る。大葉2枚を載せ、その上に人数分に分けた1の野菜を載せて豚肉をクルクルと巻き、巻き終わりに小麦粉を絡めて下にしておく。
- 4 フライパンを熱してごま油を薄くひき、3の豚肉を、巻き終わりを下にして並べ入れる。全体を転がしながら、表面がカリッとするまで焼く。Point-1
- 5 フライパンから取り出して、食べやすい大きさに切り分ける。
- 6 大根をおろして水気を軽く絞る。小ネギは細かく小口切りにする。
- 7 皿にサラダ菜を敷き、5の肉を並べ小ネギと大根おろし、ミニトマトを添えて、2のたれを掛ける。

Point

余分な油はペーパータオルで拭き取りながら焼きましょう。



編集後記

うとうしいこの梅雨の季節 皆さんはどのようにお過ごしでしょうか。

関東地方は5月27日に梅雨入りしました。平年より12日、昨年より17日早い梅雨入りで、観測史上2番目に早い梅雨入りだそうです。ちなみに、関東地方が観測史上1番早く梅雨入りしたのは1963年の5月6日で、この年の梅雨明けは7月24日でした。

平年の関東地方の梅雨明けは7月21日ごろです。梅雨が明けると夏本番。熱中症、食中毒、紫外線に注意し、節電を心掛け、夏を満喫しましょう。(す)

ふらり
伊勢崎
散歩

あずま総合運動公園

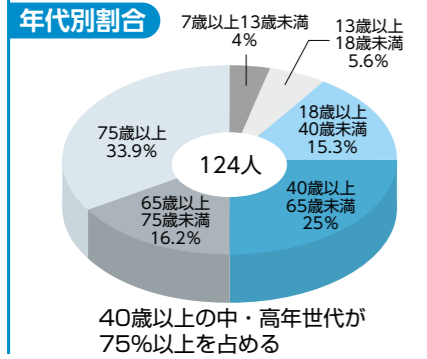
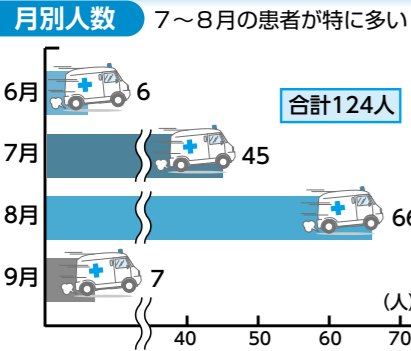
体育館や運動場(多目的広場)、テニスコートなどのスポーツ施設を備えた運動公園。園内には、広々とした芝生広場、小さな山、遊具があります。あずまウォーターランドとあずま図書館が隣接し、家族で出かけるにはぴったりの公園です。夏にはあずま夏まつり、秋にはあずま産業祭が行われています。



「暑さで体調がおかしいと思ったら、我慢せず早めの対応を心掛けましょう。症状が軽いうちに適切な対処ができれば、回復も早くなります」

熱中症患者の救急搬送状況

(平成22年度伊勢崎市内発生)



コラム 暑さに負けない体力づくり

蒸 暑い季節を迎えるにあたり、体づくりの第一歩として、まずは日常生活の中で、暑さや気候の変化に体を慣らすことから始めましょう。少しでも外に出る機会をつくり、気候の変化を体で実感するようにしましょう。その中で、自分の体の変化、体の「声」を聞いてください。運動習慣を身につけていく過程で「自分の体を知る」ことが、体の不調を敏感に感じ取ることに繋がります。

日 常生活のリズムを崩してしまうと、体に大きな負担がかかります。規則正しい生活リズムをつくり、睡眠と食事をしっかり取りましょう。体力をつけて代謝のいい体をつくることで、食欲も出てきます。しっかり食べて生まれたエネルギーが、夏場の暑さを乗り切る糧になるのです。運動して気持ち良くなって、おながわいおいしくご飯が食べられれば、それが一番です。

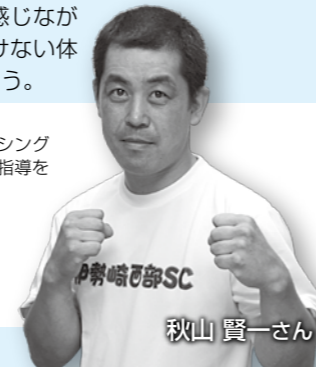
運 動する上で忘れてはいけないのが水分補給です。ある程度長い時間運動を継続するのであれば、冷やしたスポーツドリンクを飲むのが効果的です。日常的な軽い運動であれば、水やお茶のようにさっぱりとした飲みやすいもので構いません。喉がかわいたときに一気に飲んでも、体内に吸収しづらくな

はつらつ健康教室 西部公園会場担当 **秋山 賢一さん**

てしまうので、水分は小まめに取りるようにしましょう。特に子どもたちは、夢中になると水分補給を忘れて遊んでいることがあります。周りで見ている大人が声を掛けて、しっかりと水分を取らせましょう。

こ れからの時季は、気温や湿度の変化が激しくなります。当たり前ですが、ものすごく暑いとき、体調が悪いときは決して無理をしないでください。運動を毎日続けるためには、物足りないと感じるくらいがちょうどいい。運動して「楽しかったな」「気持ちいいな」と感じられるのが一番いい。暑いなら暑いなりに、気候の変化を体で感じながら運動を楽しんで、暑さに負けない体をつくり、夏を乗り切りましょう。

プロフィール
伊勢崎西部スポーツクラブで、ボクシングエクササイズやエアロビクスなどの指導を担当。日本体育協会公認のスポーツプログラマー。群馬県健康スポーツ指導者。プロボクサーライセンスを取得し、プロとしての戦歴もある。私生活では二人の男児の父。茨城県出身。



秋山 賢一さん

インタビュー

市消防本部・**秦野 秀樹さん**
伊勢崎消防署・**松井 和之さん**

熱中症で多い事例は

高齢者や部活動の中・高校など、室内・屋内で熱中症になる人が多いです。閉め切った工場内での作業中に熱中症になる人もいます。

室内で熱中症になる人、特に高齢者に共通していることは、「冷房が嫌いでエアコンは使わない」ということです。閉め切りで窓も開けていない例もありました。

また、高齢者で、夏の自動車内で体調を崩し、一時的に心肺停止となった事例がありました。検査の結果、熱中症が原因でした。熱中症は軽く見られがちですが、命を落とす危険もある

ということを覚えておいて欲しいですね。もし、室内で倒れて救急車を呼ばなければならなくなるときは、救急隊が到着するまでに、窓を開けて換気をしておいてください。少しでも早く、暑い状態を解消することが大切です。

普段の備え

体を冷やせる保冷剤を用意しておくといでしょう。冷えたペットボトル飲料などでも代用できます。体温を下げるには、おでこよりも、首筋や脇の下、足(太もも)の付け根など、太い血管が皮膚の表面近くを通るところを冷やすと効果的です。

屋外で気分が悪くなったら
木陰に連れて行くだけでも効果があります。風通しが良

水分補給について
意識があつて自分で飲める人には、水分補給をさせてください。一度にたくさん飲ませると、嘔吐してしまうことがあるので、様子を見ながら少しずつ飲ませてください。意識のない人やぐったりしている人に水を飲ませると、水が肺に入ってしまうことがあり危険です。



大きくなあれ、ニガウリのグリーンカーテン

暑い季節がやってくる!

夏を健康に過ごそう

これから夏を迎えるにあたり、心配になってくる熱中症、食中毒、そして紫外線。伊勢崎の暑〜い夏を元気に健康で過ごすために、知っておきたいポイントとその対処法をまとめました。

問い合わせ 健康づくり課(☎27-2746)



熱中症を予防する

暑さが厳しくなるこれからの時季は、熱中症で救急搬送される人が増えてきます。今年の夏は、節電対策で室内の冷房も控えめ運転となり、熱中症への備えが例年にも増して重要でです。特に、体がまだ暑さに慣れていない夏の初めは注意が必要です。熱中症を予防するためのポイントや、熱中症になってしまったときの適切な対処法を知って、暑い夏を元気に乗り切りましょう!

熱中症とは?

熱中症は、高温の環境の中で、体内の水分と塩分のバランスが崩れたり、体温が異常に上昇したりすることで起こる、体の障害の総称です。体を動かしているときはもちろん、体調が良くないときには室内でじっとしていても熱中症を発症することがあります。

熱中症の症状は?

めまいや頭痛がする、吐き気や体のだるさを感じる、手足がけいれんする、などの症状があります。また、ひどくなると意識障害を引き起こすこともあります。

熱中症になりやすい条件は?

気温・湿度が高い、風がない、日差しが強いなどの環境

の条件と、暑さに慣れていない、睡眠不足、体調が良くないなどの体の条件が重なると、熱中症になりやすくなるので注意が必要です。また、高齢者や子ども、体力に自信がない人も注意してください。

予防のポイント

- 【外出するときは】暑い日、暑い時間帯は外出を控える
- 屋外での作業は、早朝や夕方に行うようにする
- 帽子や日傘などで直射日光を遮る
- 通気性や吸水性のよい衣服を着て、熱や汗を発散しやすくする
- 【水分の補給方法】喉のかわきを感じなくても、小まめに水分補給をする
- 運動や作業が長時間になる

場合は、スポーツドリンクなど塩分の入ったものを飲む

【屋内では】

- すだれやグリーンカーテンなどで直射日光を防ぎ、室温が上がり過ぎないようにする
- 窓を開け、空気の流れを作り、風通しをよくする
- 窓を閉め切る場合は、エアコンを上手に利用する
- 【暑さを我慢し過ぎない】暑いのに無理をして、エアコンなどを使わずに我慢していると、体調を崩すことがあります。節電を意識し過ぎて熱中症になってしまうことがないようにしましょう。

熱中症かな?と思ったら

- 熱中症は、適切な応急処置をすれば、症状を軽くすることができます。
- 【意識がしっかりしている場合】①涼しい場所に移動する
 - ②体を冷やす
 - ③水分・塩分を補給する
- ※症状が改善されないときは、すぐに病院へ行きましょう
- 【意識がない場合】①直ちに救急車を呼ぶ
 - ②涼しい場所に移動する
 - ③体を冷やす
- ※吐き気や嘔吐、意識障害がある場合は、顔を横向きにして寝かせましょう

食中毒に「用心」

食中毒は一年中発生していますが、細菌による食中毒は6月から10月にかけての暑い時期に多発しています。飲食店や学校、旅館などだけでなく、一般家庭でも多く発生しており、食材の温度管理の不備や手や指からの二次汚染、調理器具の洗浄不足が主な要因です。

食品の取り扱いに注意し、安全な食事づくりをしましょう！

食中毒予防の3原則

- ① 清潔にして、細菌を付けない
- ② 手早く作業して、細菌を増やさない
- ③ 加熱・冷却で殺菌する

【食品購入時】

- 肉・魚・野菜などの生鮮食品は消費期限などを確認し、新鮮なものを選ぶ
- 生肉や魚は水分が漏れてほかの食品に掛からないよう、ビニール袋に入れて持ち帰る

【家庭での保存】

- 冷蔵・冷凍が必要な食品はすぐに冷蔵庫・冷凍庫に入れ、早めに使い切る

【調理】

- 清潔なタオルや布巾を使う
- 調理前や、生肉・魚・卵などを扱った後は必ず手を洗う
- 生肉や魚を切った後に、野菜・果物などの生で食べる食

品や調理の終わった食品を扱うときは、包丁やまな板を洗って熱湯を掛けてから使う

- できれば、包丁やまな板は生肉・魚用と野菜・果物用に使い分ける
- 加熱して調理する食品は、十分に加熱する
- 生で食べる野菜などは、よく水洗いする
- 冷凍食品は解凍・冷凍を繰り返さない

【食事】

- 食事の前に手を洗う
- 調理後は早めに食べる

【残った食品】

- 小分けにして冷蔵庫・冷凍庫で保存する
- 温め直すときは十分に加熱する
- みそ汁やスープなどは沸騰するくらいまで加熱する
- 作ってから時間が経ち過ぎた食品は思い切って捨てる



紫外線対策もしっかりと

これからの時期は、紫外線が特に気になる季節でもあります。紫外線対策をしていますか？最近では、オゾン層破壊による紫外線増加といった環境問題だけでなく、紫外線の浴び過ぎによる健康への影響についても関心が高まっています。

紫外線は5月から9月の日中、最も強くなります。効果的な対策を心掛け、紫外線の浴び過ぎに注意しましょう！

インタビュー

POLA伊勢崎連取店
店長 北渡瀬 泉さん

―日常生活での紫外線対策は

なるべく紫外線を浴びないようにするために、日傘や帽子を使うのはもちろん、日焼け止め化粧品を使うこともお勧めします。

この時期、主婦が1日の生活の中で意識しない間に浴び

ている紫外線の量は、真夏のビーチに1時間いるのと同じ量と言われています。朝からしっかりと紫外線対策をすることが大切です。

―紫外線の体への影響は

紫外線は肌のシミ、シワやたるみを引き起こし、老化のスピードを早めます。これは男女を問わず、浴びた量に応じて、年齢を重ねるとともに

紫外線を浴び過ぎると

紫外線は肌の老化を早め、シミやシワなどの原因となります。長時間の日焼けを繰り返すことは、皮膚がんの原因の一つであると考えられており、眼の病気を引き起こすこともあります。

紫外線対策の基本

- 紫外線の強い時間帯(午前11時頃～午後2時頃)は外出を控える
- 日陰を上手に利用する
- 日傘を使い、帽子をかぶる
- 袖が長く、襟のついた濃い色の服を選び、肌の露出を控える
- サングラス(UVカットの効果があり、幅が広いもの)を使用する
- 日焼け止め化粧品などを上手に使う

基本の手洗い

保健師が実演



せっけんを付けたら…
清潔なタオルで拭きましょう

バーベキューによる食中毒を防ぐために



屋外でのバーベキューや焼肉は楽しいもの。食中毒を起こさないように、十分に注意して楽しんでください。

【大切なこと】
どんなに注意していても、生肉には食中毒を起こす細菌が付いている可能性があります。ただし、十分に火を通せば細菌は死滅するので、安全に食べることができます。

- 【次の点に注意しましょう】
- 食肉は、購入してから調理を始めるまで、低温(10度以下)で保存する(クーラーボックスなどを利用する)
 - 生肉、内臓(レバーなど)を、生の状態または加熱が不十分な状態では食べない
 - 腸管出血性大腸菌(O-157)などの細菌は、加熱により死滅するので、食材の中心部まで十分に加熱する
 - 生肉に触った後は、手をよく洗う
 - 生肉を扱った tong や箸などを、サラダなどの調理に使わない



―紫外線と日焼け止めについて

紫外線にはUVA波・B波・C波とあり、肌に影響を与えるのはA波とB波です。A波はじわじわと肌の内部へ入り、肌の若さの源であるコラーゲンなどの組織を崩して、シワやたるみの原因をつくり

ます。B波は肌表面の炎症を起こして日焼けさせ、内部でシミをつくります。A波は窓ガラスも透過するので、車や

部屋の中でも油断は禁物です。日焼け止め商品の効果は、SPFやPAという数値で表

されます。SPFは、B波による日焼けを防ぐ時間を表し

ます。SPF1は、B波による日焼けを20分間防ぎ、皮膚

が赤くなるのを防ぎます。こ

れからの季節、日常生活ではSPF15〜30程度のもの、レジャーに出掛けるときはSPF30〜50程度のもので紫外線を防ぐことができます。

PAはA波の防止効果を表します。「+」の記号三段階で表され、PA++が、A波の防止効果が非常に高いということになります。

―特に気を付けるポイントは

フェイスラインや髪の毛の生え際、顎の裏、首筋などは、紫外線を浴びやすい部分ですが、日焼け止めを塗り忘れてしまいがちです。また、二の腕やうなじ、手の甲、足の甲にも気を配りましょう。

実は、顔よりも肩や胸も太陽光を多く受けています。汗や水で流れてしまったり、タオルなどで拭いたりした後は、十分な紫外線カットのため、小まめに日焼け止めを塗り直しましょう。

気温の低い日や曇りの日は、つい油断して無防備になりがちですが、晴れていなくてもたっぷり紫外線が降り注いでいます。じりじり熱く感じるのは太陽光で、紫外線は

ありません。心地良く過ごせる日こそ、忘れずに紫外線

対策をしましょう。



国保税が変わります

平成23年度の国保税の課税の上限額(課税限度額)が次のとおり変更となります。

医療分	支援金分	介護分
51万円 (50万円)	14万円 (13万円)	12万円 (10万円)

※()内は平成22年度の課税限度額です

国民健康保険税(国保税)の納税通知書と、後期高齢者医療制度・介護保険の保険料額決定通知書を、7月中旬に郵送します。

それぞれの保険料(税)は、定められた納期限までに収めてください。納付の方法は、口座振替や納付書で納付する普通徴収と、年金からあらかじめ差し引いて納付する特別徴収があります。普通徴収の納期は、下表のとおりです。特別徴収の納期は、年金支給月(年6回)と同じです。郵送された通知書を確認してください。

国民健康保険・後期高齢者医療制度・介護保険納税通知書・保険料の決定通知書を送付します



保険料(税)などの総合相談窓口を開設します
期間 7月19日(火)から29日(金)まで

※土・日曜日も受け付けます
時間 午前8時30分～午後5時15分
会場 市役所東館1階特設会場

支払いに困ったときは

災害など特別な事情で一時的に保険料(税)が払えない場合には、分割納付、一定期間の納付猶予、減免を受けられることがあります。困ったときは、早めに相談してください。

倒産・解雇による退職者の国保税減額制度

企業の倒産、解雇などの理由により離職し、かつ雇用保

保険料(税)普通徴収の納期

納期	納期限	納期	納期限
第1期	8月 1日(月)	第5期	11月30日(水)
第2期	8月31日(水)	第6期	12月26日(月)
第3期	9月30日(金)	第7期	平成24年 1月31日(火)
第4期	10月31日(月)	第8期	平成24年 2月29日(水)

険を受給している人は、国保税が減額されることがあります。申請が必要ですので、詳しくは問い合わせください。すでに申請が済んでいる人は、再申請の必要はありませんが、一度国保をやめた人は、再加入時に申請が必要です。

問い合わせ

- 国保税 II 国民健康保険課 (☎27)2736)
 - 後期高齢者医療保険料 II 年金医療課 (☎27)2739)
 - 介護保険料 II 介護保険課 (☎27)2742)
- ※各支所住民福祉課でも問い合わせを受け付けます



いせさき七夕まつり

本年も、色とりどりの七夕飾りが伊勢崎の街中を彩ります。また、共催イベントとして、東日本大震災の被災者に対する復興支援を行います。

問い合わせ 文化観光課(☎27)2759)
伊勢崎商工会議所(☎24)2211)

期日 7月16日(土)・17日(日)

※荒天で両日とも中止のときは18日(祝)

時間 午後1時～9時

会場 本町通り、中央銀座通り、大手町通り、南銀座通り

七夕まつり共催イベント

■にぎわい広場(本町有料駐車場)

期日 7月16日(土)・17日(日)

※小雨決行

- 16日 II 午後1時～5時
 - 17日 II 午後1時～4時30分
- 内容 子ども体験教室(木や竹、繭を使った工作)、グリーンタッチいせさきによる草花の販売(売り上げの一部を義援金とします)、コケ玉作り、農作物即売会(東日本大震災の被災者支援)、くまさんのドーム型フアア
- 問い合わせ 市民活動課(☎20)3368)
- ※農作物即売会、くまさんの

ダンピアいせさき

期日 7月16日(土)
時間 午後5時30分～6時
会場 本町通り
問い合わせ 文化観光課(☎27-2758)

ドーム型フアアは文化観光課(☎27)2758)
■赤石染舎
期日 7月16日(土)
時間 午後4時～7時
内容 ぐんま天文台が赤石染舎にやってくる(星のパネル展ほか)、読み聞かせなど
問い合わせ 生涯学習課(☎27)2794)

天幕城址あかぼり蓮園まつり

あかぼり蓮園は、緑豊かな天幕城外堀跡(磯町)に、日中国交正常化30周年を記念して、在日中国大使から贈られた中国蓮を植え付け、平成14年に開園しました。

白やピンクの大輪の花が早朝から午前中にかけて一斉に咲きそろう、暑い夏をすがすがしく感じさせてくれます。

蓮の花は、7月上旬から8月中旬まで楽しむことができます。ぜひお出掛けください。

問い合わせ 赤堀経済振興室(☎20)9101)

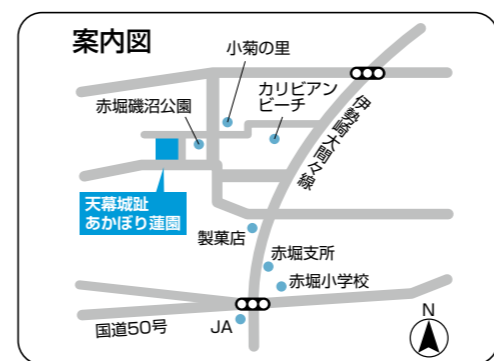
フラワーアート教室

期日 7月17日(日)
※雨天決行です。荒天の場合は18日(祝)
時間 午前9時～11時30分
会場 あかぼり蓮園駐車場
※左下図参照
内容 花の苗・赤飯・かき水の配布など

定員 50人(先着順)
内容 蓮の花を使ったフラワーアートを作ります
参加料 300円(材料費)
※参加者には手拭いをプレゼントします



咲き誇る大輪の中国蓮

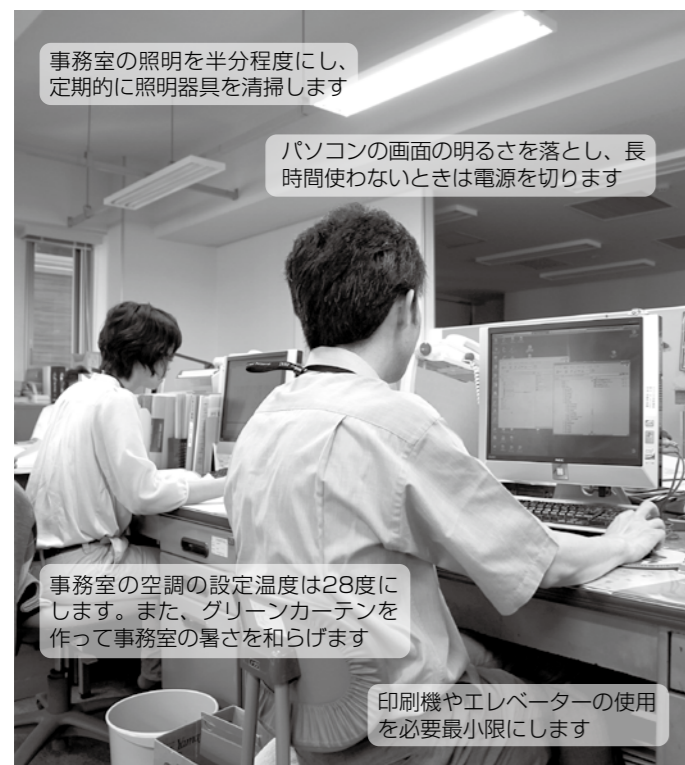
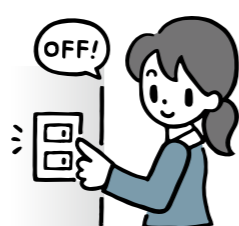


6月から9月まで 市役所は20%節電中

東日本大震災の影響により、今年の夏は電力が不足すると見込まれています。本市では、9月30日(金)までの期間、市役所をはじめとする市の各施設で、節電に取り組んでいます。市役所を利用する皆さんにご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

問い合わせ 環境保全課(☎27)2733)

市役所では、「使用最大電力を20%削減」という目標を設定しました。使っていない設備の電源を切ることを基本として、左写真に示す節電対策を実行しています。



事務室の照明を半分程度にし、定期的に照明器具を清掃します

パソコンの画面の明るさを落とし、長時間使わないときは電源を切ります

事務室の空調の設定温度は28度にします。また、グリーンカーテンを作って事務室の暑さを和らげます

印刷機やエレベーターの使用を必要最小限にします

後期高齢者医療制度 被保険者証の更新・医療費の軽減

新しい被保険者証(紫色)は、7月中旬に、原則として加入者本人に郵送します。8月1日(月)からは新しい被保険者証を使用してください。

問い合わせ 年金医療課(☎2739)・各支所住民福祉課

被保険者証の裏面に臓器提供意思表示欄が設けられました。臓器移植に関する法律が改正されたことを受けて、被保険者証の裏面(左図)に臓器提供に関する意思表示欄が設けられ、7月中旬に、原則として加入者本人に郵送します。この欄に必要事項を記入することで、臓器を提供するかどうかの意思を表すことができます。

記入は任意のため、必ず記入しなければならぬものはありません。

記入した内容を見られたくない場合は、記入した後に「個人情報保護シール」を貼ってください。シールは、年金医療課・各支所住民福祉課にあります。

注意事項
保険医療機関等において診療を受けようとするときは、必ずこの証をその窓口で渡してください。

備考

※ 以下の欄に記入することにより、臓器提供に関する意思表示を行うことができます。記入する場合は、1.から3.までのいずれかの番号を○で囲んでください。

1. 私は、脳死後及び心臓が停止した死後のいずれでも、移植の為に臓器を提供します。
2. 私は、心臓が停止した死後に限り、移植の為に臓器を提供します。
3. 私は、臓器を提供しません。
《1又は2を選んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください。》

【心臓・肺・肝臓・腎臓・脾臓・小腸・眼球】

〔特記欄〕

署名年月日： 年 月 日

本人署名(自筆)： _____

家族署名(自筆)： _____

▶被保険者証の裏面(見本)



次のいずれかに該当する人は、申請により医療費の軽減などが受けられます

- 市民税非課税世帯の人
市民税非課税世帯の後期高齢者医療制度の被保険者は、入院時に医療機関などに支払う自己負担額や食事が軽減されます。対象者には限度額適用・標準負担額減額認定証を交付しますので、年金医療課または各支所住民福祉課で申請してください。
- 現在、限度額適用・標準負担額減額認定証を持っている人も、更新の手続が必要で受ける必要がある、国が定める特定疾病(血友病・人工透析を必要とする慢性腎不全・H1V感染症など)の治療にかかる自己負担限度額は、申請して認定を受けると、月額1万円になります。詳しくは問い合わせてください。

福祉医療制度を「存じ」ですか

福祉医療制度は、子どもやひとり親家庭、重度心身障害者などの医療費を市が負担する制度です。受給者には「福祉医療費受給資格者証」または「福祉医療費受給資格者承認通知書」が交付され、医療機関で保険証などと一緒に提示することで、自己負担額が無料になります。

問い合わせ 年金医療課(☎2740)・各支所住民福祉課

福祉医療制度の認定を初めて受ける人は申請が必要です。福祉医療の制度は申請し、認定を受けないと適用されません。下表の資格要件を満たす人で、福祉医療の認定をまだ受けていない人は申請をしてください。申請は、年金医療課または各支所住民福祉課で受け付けています。

※既に認定を受けている人は申請の必要はありません

福祉医療の認定日

- 出生の場合 出生の日から認定
- 県内に転入(転入日から14日以内に申請)した場合 転入の日から認定
- 前記以外の場合 申請日から認定

ひとり親の受給資格者証を交付します

ひとり親の受給資格者証を更新します。新しい受給資格者証は7月下旬に郵送します



こんなときには届け出をしてください

- 加入している健康保険が変わった
- 住所や氏名が変わった
- 死亡した
- ひとり親が婚姻をした
- 事実婚を含みます
- 障害等級などが変わった
- 受給資格者証を紛失した、または汚してしまった

福祉医療制度 一覧表

種類	資格要件	申請に必要なもの
子ども	15歳に達する日以後の最初の3月31日までの子ども	保険証・印鑑
母子・父子家庭 父母のいない子ども	18歳未満の子ども(※)を扶養している母子・父子家庭、または18歳未満の父母のいない子ども(※)	保険証・印鑑・戸籍謄本(本籍が本市にない人)・所得税の課税状況がわかる書類(1月1日現在、本市に住所がない人)・結婚していない証明(外国籍の人)
重度の障害者	身体障害者手帳1級または2級	保険証・印鑑・身体障害者手帳
	障害年金1級	保険証・印鑑・年金証書
	特別児童扶養手当1級または2級	保険証・印鑑・特別児童扶養手当証書または認定通知書および有期認定通知書
	療育手帳判定A	保険証・印鑑・療育手帳
精神疾患での受診者	障害者自立支援法施行令第1条第3号に該当し通院している人	保険証・印鑑・自立支援医療受給者証
	精神保健指定医により入院加療の必要があると診断された人で、本人、配偶者および世帯主の市民税の合計額が235,000円未満の人	保険証・印鑑・所定の医師の意見書

※18歳に達する日以後の最初の3月31日までの子どもを含む

介護保険居宅サービス 利用者負担金を助成します

介護保険サービス利用者の自己負担金(1割負担分)を助成します。希望する人は事前に問い合わせてください。

対象 次の全ての条件を満たす人

- 介護保険法に規定する要支援・要介護被保険者
- 市民税非課税世帯の人
- 世帯の前年分の収入が、介護サービス自己負担金や介護保険料などを支払ったときに生活保護の基準を下回る、またはそれと同程度で、利用者負担額の支払いが困難である

と認められた人

- 介護保険料の未納がない人
- 市民税課税者の扶養になっていない人

助成対象サービス 訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所介護、通所リハビリテーション、福祉用具貸与、短期入所生活介護などの居宅サービス

※介護予防サービスを含みません

問い合わせ 介護保険課(☎2743)・各支所住民福祉課

防犯標語コンクール作品募集

防犯意識を高めるような標語を募集します。優秀作品には、賞状と記念品を贈呈します。

期間 7月15日(金)から8月19日(金)まで

対象 市内に在住または在勤・在学の人

申し込み 所定の応募用紙に必要事項を記入して、市役所本館受付・公民館・各支所まで

たは各地区の防犯委員へ ※応募用紙は、申し込み先にあります

※作品は1人1点で、未発表のものに限りません

問い合わせ 安心安全課(☎2706)



市営住宅入居募集一覧

住宅名	対象	募集戸数
茂呂島住宅	子育て世帯①	2戸
	子育て世帯②	2戸
	母子世帯①	1戸
	母子世帯②	2戸
豊城西住宅	身体障害者世帯	1戸
	子育て世帯①②	2戸
	母子世帯①②	1戸
羽黒住宅	高齢者世帯	1戸
	子育て世帯①②	1戸
	母子世帯①②	1戸
	身体障害者世帯	2戸
高田住宅	一般世帯	1戸
	子育て世帯①②	1戸
山王住宅	子育て世帯①②	2戸
	母子世帯①②	1戸
波志江住宅	子育て世帯①②	1戸
今泉住宅	母子世帯①②	1戸
豊城北住宅	子育て世帯①②	1戸
赤堀千鳥住宅	子育て世帯①②	1戸
	母子世帯①②	1戸
境熊野前住宅	子育て世帯①②	1戸
	母子世帯①②	1戸
境の前住宅	子育て世帯②	1戸
	母子世帯①②	1戸
境百々第1住宅	子育て世帯②	1戸
iタワー	子育て世帯①②	2戸
花の森住宅	中堅所得者世帯	2戸

市営住宅の入居者を募集します。入居には、同居親族がいること、市税の滞納がないこと、また所得制限などの条件があります。申し込みの前に、住宅課または市ホームページで詳細を確認してください。※申し込み件数が募集戸数を超えた場合は、抽選となります。

期間 7月15日(金)まで
 ※土・日曜日は除きます
時間 午前8時30分～午後5時15分
申し込み・問い合わせ 住宅課 ☎(27)2764

抽選となる場合
抽選会 7月31日(日)
期日 午前9時15分
時間 市役所東館5階第1会議室
会場

対象の説明

- 子育て世帯①=小学校未就学の子どもがいる世帯、または婚姻から3年を経過せず、夫婦の年齢の合計が70歳以下の世帯
- 子育て世帯②=子育て世帯で子どもが2人以上の世帯
- 母子世帯①=現在婚姻していない昭和31年4月2日以降に生まれた母と未成年の子どもの世帯
- 母子世帯②=母子世帯で未成年の子どもが2人以上の世帯
- 高齢者世帯=昭和31年4月1日以前に生まれた人で2人以上の世帯(子どもがいる場合は18歳未満に限ります。)
- 単身者世帯=昭和31年4月1日以前に生まれた人
- 身体障害者世帯=入居者の中に身体障害者がいる世帯
- 一般世帯=上記のいずれにも該当しない2人以上の世帯
- 中堅所得者世帯=収入月額が15万8000円以上48万7000円以下の世帯

※募集戸数は変更になることがあります
 ※県営住宅も、7月15日(金)まで入居者を募集しています(応募書類などは住宅課にあります)

市営住宅の入居者を募集します

いせさきまつり
いせさき市民百人みこし担ぎ手募集

いせさきまつりで行われる、いせさき市民百人みこしの担ぎ手を募集します。



勇壮な百人みこし

期日 8月7日(日)
時間 午後4時本町通り集合
対象 市内に在住または在勤・在学の20歳以上の人
内容 祭りの衣装または白のTシャツ・短パンと足袋で参加してください。希望者には先着200人まで、はつぴを貸し出します
申し込み 7月19日(火)までにフアクスまたはメールで伊勢崎青年会議所へ
※住所、氏名、年齢、性別、
URL <http://www.iisaki-jc.jp>

連絡先(電話番号・フアクス番号・メールアドレス)、はつぴ貸し出しの希望の有無を記入してください
FAX (26)5691、**Info@isesaki-jc.jp**
問い合わせ 平日の午前10時から午後3時までに伊勢崎青年会議所 ☎(23)2982 または文化観光課 ☎(27)2759 ※詳しくは伊勢崎青年会議所ホームページを確認ください



多くの担ぎ手が集まります

定期予防接種対象者が変更になります

●麻しん風しん混合(MR)4期
 修学旅行など学校行事で海外へ行く高校2年生に当たる年齢の人も対象になりました。希望する人は、学校が発行する証明書を持参して、各保健センターで予防票の交付を受けてください。

●日本脳炎

日本脳炎ワクチンの接種をお勧めしていなかった期間に接種しなかった人も、定期接種の対象になりました。対象者の年齢が7歳6カ月以上9歳未満または13歳以上20歳未満の場合、接種できます。

対象 平成7年6月1日から平成19年4月1日までに生まれた人
 ※本年4月に「日本脳炎予防接種のお知らせ」が送付された小学3年生は、9歳の誕生日以前に、予防接種を受けられるようになります

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

男女共同参画カルタ作成のための川柳募集

男女が社会で対等なパートナーとして活躍する男女共同参画社会。男女共同参画カルタ作成のための川柳を募集します。

男女共同参画社会について、生活の中で気付いた事を川柳にしてみませんか。
対象 市内に在住または在勤・在学の人

内容 男女共同参画をテーマにしたもので、1人3句まで応募できます

申し込み 作品、住所、氏名、電話番号、加入団体名(クラブなど)を記入し、はがきを郵送またはフアクス・メールで人権課へ
宛先 〒372-8501 (住所不要) 市役所人権課、**FAX** (23)9800、**jinKen@ci.iisaki.lg.jp**

締切日 8月1日(月)必着
 ※10月に開催予定の男女共同参画講演会の会場で、カルタにした応募川柳を展示する予定です

※作品は未発表のものに限り
問い合わせ 人権課 ☎(27)2730

風水害への備えを万全に
水防訓練を行います

消防署、消防団などの各機関から約200人が参加し、水防訓練を実施します。

この訓練は、これからの季節に予想される台風の上陸や集中豪雨などにより、実際に風水害が起きたときの被害を最小限に抑えることを目的として、水防の意義と重要性について再確認するためにを行います。

※見学は自由です
問い合わせ 消防本部警防課 ☎(25)3916
期日 7月9日(土)
時間 午前9時～正午
会場 波志江沼環境ふれあい公園

- 巡視・危険箇所調査・広報・水防工法訓練
- 水難検索救助訓練



昨年の訓練の様子



月の輪工法

釜段工法



腕を振って、膝を上げて、イチ、ニ!

はつらつ健康教室で運動習慣を

6月5日、伊勢崎西部スポーツクラブの皆さんを講師に迎え、市内6つの会場で「はつらつ健康教室」が開催されました。本年度の第1回目となるこの日、西部公園会場では、ストレッチやウォーキングのこつについて楽しく指導が行われ、参加者たちは爽やかな汗を流しました。

「はつらつ健康教室」は8月を除いて、平成24年3月までの毎月第1日曜日に引き続き開催される予定です。運動を始めるきっかけとして参加してみたい人は、健康管理センター(☎23-6675)までお問い合わせください。



楽しく体を動かそう



ホールポストに入りますように

市民レクリエーションスポーツ祭

6月5日、「市民レクリエーションスポーツ祭」が華蔵寺公園運動施設などで開催されました。生涯スポーツは、子どもから高齢者まで、幅広い世代の人たちが交流しながら楽しむことができます。参加した人たちはそれぞれの種目に夢中になり、運動を通じて交流を深めました。



テンポ良く、ジャンプ



風を切ってサイクリング



見守られる中、狙いを定めて



フッ素を塗って虫歯予防

歯っぴいフェスタ

6月の歯の衛生週間の行事として、文化会館で伊勢崎佐波歯科医師会により開催された「歯っぴいフェスタ」。虫歯予防と口腔環境の改善について関心を持ってもらうため、口腔衛生相談と無料フッ素塗布が行われました。会場では、歯科衛生士が丁寧に歯磨き指導をしていました。



紙芝居で歯の大切さを伝えます



グリーンカーテンの講習会も大にぎわい

環境への意識高まる

6月3日、「環境の日イベント」が市役所東館市民ホールで行われました。東日本大震災を受けて節電への意識が高い今年は、植物の力で直射日光を遮るグリーンカーテンが全国的に注目されています。この夏を快適に過ごすために、会場にはたくさんの来場者が訪れ、琉球アサガオやニガウリの苗を受け取っていました。

塗装ボランティアで公共施設をきれいに

6月5日、伊勢崎塗装組合の皆さんによる公共施設の塗装奉仕活動が行われました。この活動は「普段、地域の皆さんにお世話になっているお礼に」という思いから始められ、これまでに、公園のトイレや文化財施設などの塗装奉仕が行われてきました。活動を始めてから11年目となる本年は、曲輪町の下水道中継ポンプ施設をきれいに塗り直しました。



高い所も足場を組んできれいに塗ります

情報掲示板

- 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

児童センターの夏まつり

期日 7月15日(金)(雨天決行)
 時間 午後6時～8時
 会場 児童センター
 内容 盆踊り・ゲーム・模擬店・花火など
 ※模擬店は有料です
 ※中学生以下の子どもは保護者と一緒に参加してください
 問い合わせ 児童センター(☎23-6463)

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の患者や家族への対応を学び、認知症を地域で見守り、支えよう認知症サポーターの養成講座です。各地区の公民館で7月、9月、10月に開催します。

期日・会場
 7月 8日(金)=北公民館
 7月14日(木)=南公民館
 7月19日(火)=三郷公民館
 7月21日(木)=殖蓮公民館
 7月27日(水)=茂呂公民館
 ※9月、10月の日程は、後日広報いせさきでお知らせします
 *
 いずれも
 対象 市内に在住または在勤・在学の人
 時間 午前10時～11時30分
 申し込み・問い合わせ 地域包括支援センター(☎27-2745)

催し

親子でリトミック

境児童館どんぐり
 (☎70-2415)
 期日 7月26日(火)
 時間 午前10時30分～11時30分
 会場 境児童館どんぐり
 対象 市内に在住の1歳以上3歳未満の子どものとその保護者
 定員 10組(抽選)
 参加料 無料
 申し込み 7月19日(火)午前10時から11時までに直接境児童館どんぐりへ

企画展

赤堀歴史民俗資料館
 (☎63-0030)
 「赤堀文書と伊勢崎地域の城館」赤堀氏と那波氏の盛衰をテーマとして、中世伊勢崎地域に割拠した赤堀氏と那波氏を紹介します。
 期間 7月16日(土)から8月28日(日)まで
 ※月曜日は休館です
 時間 午前9時～午後5時
 会場 赤堀歴史民俗資料館
 入場料 無料

夏休みおもしろ教室

生涯学習課(☎27-2794)
 期日 8月13日(土)・14日(日)(1泊2日)
 ※7月18日(祝)に説明会を行います
 会場 青少年育成センター
 対象 小学4年生から中学3年生
 定員 40人(先着順)
 内容 創作活動、キャンプファイヤー、野外炊飯など
 参加料 4000円(教材費・食事代・保険料など)
 申し込み・問い合わせ 7月10日(日)午前9時から電話で青少年育成センター(☎23-5

〔特別講座〕

期日 8月13日(土)
 時間 午後1時30分～3時30分
 会場 赤堀公民館
 定員 80人(先着順)
 演題 赤堀文書の世界
 講師 森田真一さん(県立歴史博物館職員)
 参加料 無料
 申し込み 電話で赤堀歴史民俗資料館へ

地域生活支援ネットワーク会議

障害福祉課(☎27-2753)
 障害を持つ人とその保護者のための情報交換、相談の場として開催します。
 期日 8月23日(火)
 時間 午前10時～午後0時30分
 会場 渡良瀬養護学校しろうがね分校(前橋市)
 対象 市内または玉村町内に在住の障害者とその保護者
 申し込み・問い合わせ 7月29日(金)までに、電話またはファクスで前橋高等養護学校伊勢崎分校(☎74-1991、FAX74-3643・津久井)

東雲夢工房

生涯学習課(☎27-2793)
 ●ラジオの製作
 時間 午前8時50分～午後0800)
 ※一回の通話で2人まで申し込みできます

公民館

赤堀公民館(☎62-1153)
 お父さんのためのアウトドア料理体験
 お父さんがアウトドア料理を作っている間、子どもはソフトラレーボールやグラウンドゴルフを楽しみます。
 期日 7月16日(土)
 時間 午前10時～午後1時
 会場 せせらぎ公園

市母子会 親子ふれあい交流事業

若年親子旅行参加者募集

期日 8月21日(日)・22日(月)(1泊2日)
 時間 午前7時30分緋の郷出発
 行き先 葛西臨海水族館(東京都)と勝浦市(千葉県)
 対象 市内に在住の母子・父子家庭の親子
 ※子どもは高校生まで
 定員 40人(先着順)
 参加料
 ●父親・母親・高校生=10,000円
 ※市母子会員でない父親・母親は12,000円
 ●中学生=8,000円
 ●4歳以上小学生以下=5,000円
 ●3歳以下=1,500円
 ※バス代・宿泊料、保険料を含みます
 申し込み 7月25日(月)午後6時から8時までに参加料を添えてふくしプラザへ
 問い合わせ 社会福祉協議会あずま支所(☎20-2666)・市母子会(☎24-7928・大沢)または児童家庭課(☎27-2750)

時30分

対象 小学4年生から中学3年生
 ※小学生は保護者と一緒に参加してください
 ●大型ロボットの製作
 時間 午前8時50分～正午
 対象 小学4年生から中学3年生
 ●ガラスコップに絵を描こう(サンドブラスト)
 時間 午前8時50分～正午
 対象 小学生
 ※保護者も参加できます
 ●電子オルゴール付き小物入れの製作

時

時間 午前8時50分～午後3時
 対象 小学3年生から6年生
 ※保護者も参加できます
 *
 *
 いずれも
 期日 7月29日(金)
 会場 県立伊勢崎工業高等学校
 定員 各5人(先着順)
 参加料 500円(保険料など)
 申し込み・問い合わせ 7月8日(金)から15日(金)までに電話で県立伊勢崎工業高等学校(☎25-3216)

対象 市内の小中学生とその父親
 定員 10組(先着順)
 参加料 500円(材料費)
 申し込み 7月8日(金)午前9時から参加料を添えて赤堀公民館へ

会場 あずま公民館
 定員 各25組(先着順)
 参加料 無料
 申し込み 7月7日(木)午前10時からあずま公民館へ

花リハビリ講座

期日 7月26日(火)
 時間 午後7時～9時
 会場 境東公民館
 対象 市内に在住または在勤・在学の人
 定員 20人(抽選)
 内容 フラワーアレンジメントでストレス解消と活力増進
 参加料 1500円(材料費)
 申し込み 7月19日(火)までに境東公民館へ

境東公民館(☎74-0453)

あずま公民館(☎62-0115)

親子で楽しむリトミック教室
 期日 7月21日(木)・8月9日(火)(全2回)
 対象・時間
 ●乳幼児クラス(市内に在住の平成20年4月から平成22年3月までに生まれた子どもとその保護者) 午前10時～11時
 ●幼児クラス(市内に在住の平成18年4月から平成20年3月までに生まれた子どもとその保護者) 午前11時～正午

殖蓮公民館(☎26-4560)

赤ちゃんとおててサイン講座
 期日 7月25日・8月22日・9月5日の月曜日(全3回)
 時間 午前10時30分～正午
 会場 殖蓮公民館
 対象 市内に在住の6カ月以上1歳6カ月以下の子どもとその保護者
 定員 8組(先着順)
 参加料 100円(教材費)
 申し込み 7月14日(木)午前9時から殖蓮公民館へ

休日の漏水などの連絡先

竜宮浄水場(☎24-1760)または下記の水道指定工事店へ連絡してください。

- 7月16日(土) 矢内設備工業 ☎32-6053
- 7月17日(日) 高岸設備工業 ☎25-7278
- 7月18日(祝) 福田設備工業 ☎26-0665
- 7月23日(土) 三和木工 ☎32-0575
- 7月24日(日) 須田設備工業 ☎62-2349
- 7月30日(土) 豊鉄水工業 ☎32-1526
- 7月31日(日) 丸橋設備 ☎25-2412

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



夏休み 子ども絵画教室



小・中学生を対象とした絵画教室を開催します。参加料は無料です。夏休みの思い出づくりに、ぜひ参加してください。

茂呂公民館

期日 ①7月21日(木)・22日(金)、②7月25日(月)・26日(火)
 時間 午前9時30分～11時30分
 定員 各20人(先着順)
 申し込み・問い合わせ 7月11日(月)から茂呂公民館(☎25-2671)

名和公民館

期日 ①7月28日(木)・29日(金)、②8月1日(月)・2日(火)
 時間 午前9時30分～11時30分
 定員 各20人(先着順)
 申し込み・問い合わせ 7月12日(火)から名和公民館(☎32-0034)

あずま公民館

期日 ①8月1日(月)・2日(火)、②8月8日(月)・9日(火)
 時間 午前10時～正午
 定員 各24人(先着順)
 ※あずま公民館は小学生だけが対象です
 申し込み・問い合わせ 7月20日(水)からあずま公民館(☎62-0115)

町内対抗軟式野球大会

期日 9月4日(日)開始
 対象 本年4月から引き続き伊勢崎地区に在住で、区長がその事実を証明した16歳以上の人で構成されたチーム
 ※学生は除きます
 ※1チームは25人以内です
 参加料 1万円
 申し込み 7月11日(月)から29日(金)までに直接スポーツ振興課へ

ミニトライアスロン大会

スポーツ振興課(☎27-2747)
 期日 7月17日(日)
 時間 午前6時30分境プール集合
 会場 境総合運動場周辺
 対象 小学生以上で、体調を整え参加できる人
 ※小・中学生は保護者と一緒に参加してください
 種目
 ●一般Ⅱスイム900m・バイク25km・ラン5km

●中学生Ⅱスイム360m・バイク15km・ラン5km
 ●小学生Ⅱスイム360m・バイク5km・ラン2km
 ※リレーまたは1部門だけでも参加できます
 参加料
 ●一般Ⅱ2000円
 ●女性・中学生以下Ⅱ1000円
 定員
 ●一般Ⅱ30人
 ●中学生Ⅱ10人
 ●小学生Ⅱ20人

※いずれも先着順
 申し込み 7月12日(火)までにパワーキッズ(☎23-9080・高庭)へ
 県スポーツリーダー養成講習会兼スポーツ少年団認定員養成講習会
 スポーツ振興課(☎27-2747)
 期日・会場
 ●10月29日(土)・30日(日) 下仁田町公民館
 ●11月12日(土)・13日(日) 川場村文化会館

●11月19日(土)・20日(日) 館林市役所
 ●12月3日(土)・4日(日) 前橋工科大学(前橋市)
 時間 午前9時～午後6時
 対象 スポーツ少年団に登録している指導者、来年度新規登録予定の指導者
 定員 各会場によって50人から200人まで(先着順)
 ※1団体につき2人まで参加できます
 内容 日本スポーツ少年団指導者制度に基づく11科目14時間の講習と21時間の自宅学習
 参加料 1人3000円(テキスト代など)
 ※当日会場で支払ってください
 申し込み 7月22日(金)までに直接スポーツ振興課へ

献血にご協力ください

～全血献血(200ml・400ml)～



期日 7月8日(金)
 時間 午前9時30分～正午
 会場・問い合わせ 茂呂公民館(☎25-2671)

自衛官募集

市民課(☎27-2727)
 ●航空学生
 対象 21歳未満で高卒または高卒見込みの人
 試験日 9月23日(金)
 ●一般曹候補生
 対象 18歳以上27歳未満の人
 試験日 9月17日(土)
 ●自衛官候補生
 対象 18歳以上27歳未満の人
 試験日 男性Ⅱ受付時に説明、女性Ⅱ9月25日(日)
 * *
 いずれも
 申し込み・問い合わせ 8月

市民水泳大会

スポーツ振興課(☎27-2747)
 期日 8月7日(日)
 時間 午前8時30分開会
 会場 市民プール
 対象
 ●市内または玉村町内に、在住または在勤・在学の人に市内のスイミングクラブ会
 員
 種目
 ●小学生の部Ⅱ自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの各50mと200mリレー
 ●中学生の部Ⅱ自由形50mと100m、平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの各100mと200mリレー
 ●高校生の部Ⅱ自由形50mと100m、平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの各100mと200mリレー
 ●29歳以下の部Ⅱ自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの各50mと200mリレー
 ●30歳代・40歳代・50歳代・

外国人相談窓口

●市役所東館2階相談室2=国際課(☎27-2731)
 期日・時間 月・水曜日 午後1時30分～4時30分
 ●赤堀支所住民福祉課(☎62-9794)
 期日・時間 第1・3火曜日 午後1時30分～4時30分
 ●あずま支所住民福祉課(☎62-9908)
 期日・時間 第2・4木曜日 午後1時30分～4時30分
 ●境支所住民福祉課(☎74-0237)
 期日・時間 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
 【英語】
 Counseling Service For Foreigners
 ●Isesaki Municipal Main Office New Bldg (Higashi Kan) Counseling Room 2, 2nd floor=International Affairs Division (☎27-2731)
 Date Every Monday and Wednesday, 13:30 ~ 16:30
 ●Akabori Branch, Jumin Fukushi Ka (☎62-9794)
 Date 1st and 3rd Tuesday, 13:30 ~ 16:30
 ●Azuma Branch, Jumin Fukushi Ka (☎62-9908)
 Date 2nd and 4th Thursday, 13:30 ~ 16:30
 ●Sakai Branch, Jumin Fukushi Ka (☎74-0237)
 Date 1st and 3rd Friday, 13:30 ~ 16:30
 ※Except national holidays

●小学生のための初心者水泳教室
 スポーツ振興課(☎27-2747)
 期日 ①7月21日(木)から25日(月)まで(全4回)
 60歳代・70歳以上の部Ⅱ自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの各50mと200mリレー
 ※全種目タイムレース
 ※1人2種目まで(リレーは除きます)
 参加料 500円
 申し込み 7月15日(金)までに参加料を添えて直接スポーツ振興課へ
 対象 市内の小中学生
 定員 各30人(抽選)
 参加料 1回1500円
 申し込み ①は7月13日(水)、②は7月20日(水)のそれぞれ午後6時30分から6時45分までに参加者の保護者が直接あずまウォーターランドへ
 問い合わせ あずまウォーターランド(☎62-9966)

平和展



期間 7月26日(火)から8月1日(月)まで
 時間 午前8時30分～午後5時15分
 ※8月1日は午後1時までです
 会場 市役所東館1階市民ホール
 内容 平和な社会の実現を願い、ヒロシマ・ナガサキ原爆写真パネルを展示します。期間中は啓発用のうちわを配布します
 問い合わせ 行政課(☎27-2702)

募集

混合型特定施設設置希望者の募集

高齢福祉課(☎27-2752)
 混合型特定施設の設置を希望する法人を募集します。関係書類は高齢福祉課にありま
 す。
 詳しくはお問い合わせください。
 募集施設数 1施設(定員21人)
 申し込み 8月31日(水)までに高齢福祉課へ

スポーツ

1日(月)から9月9日(金)までに自衛隊群馬地方協力本部前橋募集案内所(☎027-233-8960)

伊勢崎オート

ナイター開催は自家発電で対応し、約30%の節電を実施します
売上金は機械工業の振興・社会福祉の増進などに広く役立てられています

◆【場外発売】千葉県営第1回2節(船橋)

7/ 4・5・6

◆さわやか杯争奪戦(ナイター開催)

7/ 7・8・9・10

◆【場外発売】浜松市営第4回1節(浜松)

7/ 7・8・9・10

◆【場外発売】川口市営第1回2節(川口)

7/ 11・12・13

◆【場外発売】GI開場55周年記念ゴールデンレース(浜松)

7/ 14・15・16・17・18

キラオ



お知らせ

水道メーター・止水栓の調査にご協力を

給水課(☎30)1230

水道局では、給水装置の安全管理と水を有効に利用するための資料を更新することを目的として、宅内の水道メーター類・道路上の止水栓などの調査を行います。

調査員は身分証明書や腕章を身に付け、あらかじめ了解を得て立ち入りますので、ご協力ください。

※この調査に伴う、物品の販売などの営業活動は一切ありません

期間 平成24年2月15日(水)まで

対象 給水区域全域

浄化槽の設置を補助します

下水道管理課(☎27)2775

合併処理浄化槽を設置する人に対して補助金を交付します。

本年度に限りエコ補助金制度を創設し、汲み取り槽や単独処理浄化槽から合併処理浄化槽に転換する場合に、上乗せ補助を実施します。ただし、

公共下水道などが利用できる区域は補助対象外です。
※エコ補助金額は10万円です

まちづくり交付金

フローアアップの結果公表
土木課(☎27)2760

まちづくり交付金で整備したあずま観光資源集積地区の整備効果について公表します。関係図書は、土木課・市ホームページで閲覧できます。
期日 平成24年6月29日(金)まで

国民年金保険料免除・納付猶予の申請は毎年必要です

年金医療課(☎27)2741

国民年金には、所得が少なく保険料を納めることが困難な場合に、一定の基準により保険料が免除される制度があります。また、30歳未満の人には、保険料の納付が猶予される若年者納付猶予制度があります。

保険料の免除または若年者納付猶予の申請は原則として毎年必要です。

今まで全額免除または若年者納付猶予の承認を受けており、継続申請をしていない人一部免除の承認を受けたい人は、6月で承認期間が切れて

います。引き続き免除を希望する場合には申請が必要です。
問い合わせ 年金医療課・各支所住民福祉課または前橋年金事務所(☎027)231-1706

社会を明るくする運動

社会福祉課(☎27)2748

7月は、「社会を明るくする運動」犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」の強調月間です。

全ての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築くためにご協力をお願いいたします。

問い合わせ 社会福祉課または社会福祉協議会あずま支所(☎26)2666

未就職卒業者の再チャレンジを応援します
商工労働課(☎27)2755

就職先が決まらないまま卒業した人に対して、正社員への就職を支援します。

内容 県内企業での有期雇用(6カ月)を通じて、スキルや資格を身に付けるため、働きながら企業実習(OJT)や企業外実習(Off-JT)を受

ける機会を提供し、60人程度の正規雇用につなげます。
対象 高校や大学などを卒業しておおむね3年以内の未就職者
締切日 8月19日(金)
費用 無料
申し込み・問い合わせ 電話でジョブカフェぐんま高崎センター(☎027)33014510

東日本大震災により被害を受けた人へ税金に関するお知らせ

市民税課(☎27)2716

東日本大震災により被害を受けた人は、所得税の軽減・免除が受けられ、所得税が還付される場合があります。そのほか、源泉所得税の徴収猶予や還付、廃車となった自動車の自動車重量税の還付などの特例があります。詳しくは、税務署に事前に問い合わせるか、国税庁のホームページを確認してください。

また、地方税についても特例があります。詳しくは問い合わせてください。

問い合わせ 市民税課または伊勢崎税務署(鹿島町、☎25)4045・伊勢崎行政県税事務所(今泉町一丁目、☎24)4350

広告のページ