

# 健康

## 健康の鉄人教室⑤ お口の健口ケア教室

### 健康エンジヨイポイント

お口のケアを怠ると要介護状態につながります。毎日の「健口」ケアで介護予防に努めましょう。

**日時** 8月22日(木) 午前10時～11時30分

**場所** 中央公民館3階第2・3会議室

**内容** オーラルフレイルとお口のケアに関する講義

**講師** 館林邑楽歯科医師会  
谷山愛 歯科衛生士

**募集人数** 30人

**受付開始** 8月15日(木) 午前8時30分

**申込み・問合せ** 包括支援係  
☎82-6135

## 家族介護を語ろう会 夏の部

### 健康エンジヨイポイント

家族などの介護経験や思いを語り合いませんか。言葉にするだけで気持ちが軽くなったり、介護経験を語ることで誰かの介護を軽減するかもしれません。

**日時** 8月23日(金) 午後1時～

30分～3時

**場所** 福祉センター 学習室

**内容** 介護に関する経験や思いを語るグループでのフリートーク

**募集人数** 20人

**対象者** 家族などの介護をしているかたまたは介護の経験があるかた

**申込み・問合せ** 包括支援係  
☎82-6135

## アクティブ教室 9月期

### 健康エンジヨイポイント



楽しく運動習慣を身につけませんか。初めての参加も大歓迎です。

**日程** 9月4日(水)、11日(水)

※どちらの日程も同じ内容です。申込み時に、希望の日程をお伝えください。

**時間** 午後2時30分～3時30分

**場所** 中央公民館2階講座室

**送迎** 日程により各地区の送迎対応が可能です。ご希望のかたは、申込み時に送迎の希

望をお知らせください。

日程	送迎地区
9月4日(水)	北・東
9月11日(水)	西・南

送迎地区以外の送迎はできません。

**講師** めぐデイサービス板倉 服部優子 介護福祉士

**内容** 椅子に座って行う自分の体重やゴムバンドを使った運動や認知症予防のための脳トレレクリエーション

**対象者** 主治医に運動を禁じられていない65歳以上のかた

**募集人数** 各日程15人

**受付開始** 8月21日(木) 午前8時30分

**申込み・問合せ** 包括支援係  
☎82-6135

## 夏休みに予防接種を受けましょう

定期予防接種は、対象者や接種期間が法令により定められているワクチン接種で、対象年齢のかたは無料で接種することが出来ます。母子健康手帳を確認し、受けていない予防接種がある場合は、夏休みを利用して、接種を受けましょう。予診票がないかたは、お問い合わせください。

## くらし

### 児童扶養手当 特別児童扶養手当

児童扶養手当・特別児童扶養手当の支給要件を満たしている、未受給のかたは、申請

**申込み・問合せ** 健康推進係  
(保健センター)  
☎82-3757

してください。  
※所得制限により、手当が支給されない場合があります。  
▼児童扶養手当  
**対象** 18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にあり、かつ次のいずれかに該当する児童を監護する母子家庭などの母、監護し生計を同じくする父子家庭などの父または養育者  
○父または母が死亡  
○父または母が重度の障害者

○父または母の生死が不明  
○父または母から一年以上遺棄  
○父または母が裁判所からDV保護命令を受けた  
○父または母が一年以上拘禁  
○未婚の母の子  
○孤児など父母が不明  
**手当額(月額)**  
10,740円～45,500円  
**現況届の提出**  
既に児童扶養手当の認定を受けているかたは、現況届の提出が必要です。対象のかた

には通知を郵送しますので、必要書類を持参し、提出してください。  
**提出期間**  
8月1日(水)～15日(木)  
▼特別児童扶養手当  
**対象** 20歳未満の精神もしくは身体に一定の障害のある児童を監護する父または養育者  
**手当額(月額)**  
○1級 55,350円  
○2級 36,860円  
**所得状況届の提出**  
既に特別児童扶養手当を受

給しているかたは、所得状況届の提出が必要です。対象のかたには通知を郵送しますので、必要書類を持参し、提出してください。  
**提出期間**  
8月9日(金)～23日(金)  
**申込み・問合せ**  
○児童扶養手当  
○児童扶養手当  
子育て支援係  
☎82-6134  
○特別児童扶養手当  
社会福祉係  
☎82-6133

【広告】

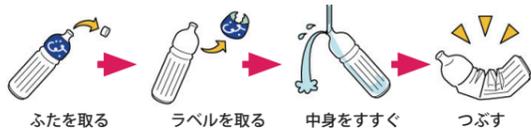
有料広告掲載欄

捨てれば「ごみ」、分ければ「資源」

## ペットボトルの処理方法

夏は、ペットボトルが多く捨てられます。きちんと出すことで、「ごみ」ではなく貴重な「資源」となります。

### ■出す前にやっていただきたいこと



Q：なぜふたとラベルを取るの？

A：素材が異なるためです。ボトル本体はペットボトルとして、ふたとラベルは容器包装プラスチックとして出してください。

Q：なぜ中身をすすぐの？

A：虫が集まることを防ぐほか、リサイクル過程における洗浄を少なくするためです。

Q：なぜつぶすの？

A：ごみ集積場所において、少ないスペースで済むようにするためです。

※全てに共通して、リサイクルをしやすいためのひと手間です。

### ◆出し方(主に以下の3種類です)

#### ①ごみステーションに出す

資源ごみの収集日に、指定ネットに入れてください。

#### ②公民館に出す

各公民館に設置されている収集用ネットに入れてください。

#### ③スーパーなどの店頭回収を利用する

各店舗のルールに従って利用してください。

町で回収したペットボトルはリサイクル業者に売却しています。令和5年度は約40トン回収し、約79万円となりました。

問合せ 環境下水道係 ☎82-6132

水道の手続き、水道の漏水や濁り、工事の申込み、各種証明など水道に関する問合せは

## 群馬東部水道企業団館林支所

☎0276-80-3201

※休日・夜間の場合は、自動音声ガイダンスに切り替わります。切り替わるまで電話を切らず、アナウンスに従って用件をお伝えください。

○板倉営業所(役場窓口)は、館林支所に統合されました。

【広告】

有料広告掲載欄

【広告】

有料広告掲載欄

全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

法務省および全国人権擁護委員連合会では、8月21日(水)から27日(火)までの一週間を全国一斉「こどもの人権相談」強化週間として、いじめや体罰、虐待など、こどもの人権に関する相談の取扱時間を延長します。

相談は、電話のほか、LINEでも受け付けていますので、こどもの人権に関する悩みごとがありましたらお聞かせください。人権擁護委員と法務局職員が相談に応じ、秘密は固く守ります。

受付時間 月～金曜日 午前8時30分～午後7時 土・日曜日 午前10時～午後5時

こどもの人権110番 0120-0007-110 (通話料無料) ※IP電話からは接続できません。 LINEじんけん相談 LINE公式アカウント「SNS人権相談」を友だち登録してください。

キユウリ栽培新規就農者募集

邑楽館林施設園芸等担い手受入協議会では、本格的にキユウリ栽培に取り組む熱意あるかたを募集します。

募集要件 邑楽館林地域に居住し就農できるかた 募集人数 若干名

申込期限 9月17日(火) 現地説明会 9月21日(土) ※キユウリ栽培の農業体験を10月に実施予定です。農業体験後に面接を実施し、農家での実践的研修を行います。

問合せ 邑楽館林施設園芸等担い手受入協議会事務局(邑楽館林農業協同組合 園芸企画課内) 0276-7314991



登録はこちら

国税庁 経験者採用試験(国税調査官級)

国税局や税務署において、税のスペシャリストとして働く職員(国家公務員)を募集します。 受験資格 令和6年4月1日

館林衛生施設組合 職員採用試験

募集職種 事務員若干名 受験資格 日本国籍があり、平成2年4月2日以降に生まれ、高等学校卒業(卒業見込)

048-6000-3111

ぐんま創業スクール 受講生募集

創業するために必要な基本的ノウハウと創業後の顧客獲得方法や売上アップのための極意を学ぶ「ぐんま創業スクール」を開催します。 日程 10月6日・13日・20日・27日・11月3日(全5回)

において、大学など(短期大学を除く)を卒業した最も古い日から起算して、8年を経過したかた 第一次試験日 9月29日(日) 第二次試験日 11月2日(日)

第三次試験日 11月下旬または12月上旬で指定する1日 採用予定数 約100人

申込み【原則】インターネット申込み ト申込み https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html

申込期限 8月13日(火)(受信有効) 問合せ インターネット申込みに関する問合せ

03-3581-5311 〇右記以外の問合せ 関東信越国税局人事第二課試験係

みを含む)以上の学歴を有しているかた 第一次試験日 10月27日(日) 試験内容 職務能力試験・職務適応性検査・作文

〇受験申込書・履歴書・受験票(これらは館林衛生施設組合で配布するほか、ホームページからダウンロード) 〇最終学校卒業(見込み)証明書

〇返信用封筒(宛名を明記し、140円切手を貼った角型2号封筒) 受付期間 9月2日(月)～9月30日(月)(土・日曜日および祝日を除く)

受付時間 午前8時30分～午後5時15分 申込み・問合せ 館林衛生施設組合事務局総務課

0276-7211624

第11回緑化講座



日時 9月19日(木) 午前10時～正午 場所 おうらの森(邑楽町中野3924-1) テーマ 鉢で楽しむオリーブの品種と育て方

募集人数 30人 受付開始 9月2日(月) 午前8時30分(定員になり次第締め切り) 費用 無料

※おうらの森では、毎週木曜日(祝日を除く)午前10時から午後3時まで「緑の相談室」を開設して、庭木の作り方などの専門の相談員が相談に応じています。なお、本講座は「群馬県民カレッジ連携講座」として認定されています。

問合せ おうらの森(旧群馬県緑化センター) 88-7188



山産のビール麦を使用した美味しいビールを味わえます。 日時 9月6日(金) 午後5時30分～9時・7日(土) 正午～午後9時 場所 小山御殿広場 価格 前売券2,000円(5枚つづり)、当日券500円(1枚) 問合せ 小山市観光協会 0285-13014772

野木町(栃木県)

野木町ふれあい夏祭り おはやし、盆踊りや体験コーナー、模擬店など盛りだくさんのイベントを用意しています。



栃木市(栃木県)

夏にたのしむ器 竹のかたち×陶のいろ 「夏にたのしむ器」をテーマに竹籠の形や陶磁器に給付けされた色に注目します。竹工芸では二代飯塚鳳齋、飯塚琅玕齋など飯塚一門、陶芸では重要無形文化財保持者(人間国宝)に認定された加藤士師萌らの茶碗や水滴など約80点を展示します。

開館時間 午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで) 休館日 月曜日(祝日を除く) 観覧料 一般800円(中学生以下無料) 問合せ 栃木市立美術館 0282-12515300

小山市(栃木県)

第13回小山の日本一ビールまつり 小山産の農産物をつまみに、小山産のビール麦を使用した美味し

加須市(埼玉県)

オニバスを観に行こう! 加須市内には県内唯一のオニバスの自生地があり、例年8月いっぱいまで紫色の花を咲かせます。開花は早朝から昼頃までと短く、午後には花を閉じてしまいます。8月24日(土)には、オニバスフェスタを開催します。オニバスの生育状況やイベントなど、詳細は加須市ホームページをご覧ください。

古河市(茨城県)

夢あんどんと夕涼み 幻想的なあんと どんの明かりと共に、夜風に当たりながら、周辺散策もお楽しみください。 日時 8月14日(水)・15日(木) 午後6時～8時 場所 古河歴史博物館周辺 問合せ 古河歴史博物館 0280-12215211



くらしの情報

いたくらお知らせメール



スマートフォン・パソコン用 二次元コード 携帯電話用 二次元コード

まちの動き

人口 13,540人(-19) うち外国人 625人(+4) 男 6,817人(-3) 女 6,723人(-16) 世帯数 5,937戸(-3) ( )内は前月比 令和6年7月1日現在

今月の税金

納税は口座振替が便利です

町県民税(2期) 国民健康保険税(2期) 介護保険料(2期) 後期高齢者医療保険料(2期) 問合せ 収税係 82-6129 〇納付書のかたはコンビニ、auPAY、d払い、LINEPay、PayPayでも納められます

事故と犯罪の発生状況

Table with 3 columns: Category, Total Count, and Year-over Change. Rows include人身事故, 物件事故, 侵入窃盗, etc.

町ホームページ https://www.town.itakura.gunma.jp/

県立多々良沼公園  
8月のイベント

▼野菜即売会  
日時 8月11日(祝) 午前9時  
30分～午後0時30分(商品が  
なくなり次第終了)  
場所 松沼南駐車場入口広場  
(館林市松沼町)

▼太極拳教室③  
日時 8月17日(出) 午前10時  
～11時30分  
場所 ボランティアセンター  
前多目的広場(館林市松沼町)  
費用 500円  
持ち物 飲み物、タオル、運  
動靴(上履き)



▼きんぎょすくい  
日時 8月24日(出) 午前10時  
～午後0時30分  
場所 ボランティアセンター  
付近

対象 小学生(3年生以下は  
保護者同伴)  
費用 無料  
持ち物 飲み物、帽子、タオ  
ル、熱中症対策  
問合せ 県立館林多々良沼公  
園管理事務所  
☎56-9978

栃木県立東南産業技術専門校  
10月受講生募集

募集人数  
セレクトスキル科(機械・  
CAD・DXモデリング)  
10人  
溶接板金科 5人  
選考日 9月27日(金)  
訓練期間 10月9日(水)～令和  
7年3月26日(水)  
費用 無料、ただしテキスト  
代など自己負担あり  
募集期間 8月19日(月)～9月  
25日(水)  
問合せ 栃木県立東南産業技  
術専門校  
☎0284-91-0803

放送大学  
入学生募集のお知らせ

○放送大学では、10月入学生  
を募集しています。  
○10代から100歳代の幅広  
い世代、約8万5千人の学生

が、大学を卒業したい、学び  
を楽しみたいなど、さまざま  
な目的で学んでいます。  
○授業には3つのスタイルが  
あり、BS放送やインター  
ネット視聴、講師から直接受  
ける授業があります。

○心理学・福祉・経済・歴  
史・文学・情報・自然科学な  
ど、300以上の幅広い授業  
科目があり、1科目から学ぶ  
ことができます。  
○卒業すれば学士の学位を取  
ることができます。

○放送授業1科目の授業料は  
12,000円(入学金は別)。  
半年ごとに学ぶ科目分だけの  
授業料を払うシステムです。  
○全国にキャンパスにあたる  
学習センターやサテライトス  
ペースが設置されており、面  
接授業(スクーリング)の開  
講やサークル活動などの学生  
交流も行われています。  
○資料を無料で差し上げてい  
ます。お気軽に資料請求して  
ください。

出願期限  
第一回 8月31日(土)  
第二回 9月10日(火)  
問合せ 放送大学群馬学習セ  
ンター  
☎027-230-11085

ペダル付き電動バイクはナンバーの登録  
が必要です

ペダル付き電動バイク  
は、一般原動機付自  
転車または自動車とし  
ての交通ルール(無免  
許運転の禁止、歩道走  
行不可、乗車用ヘルメッ  
トの装着義務など)が  
適用されます。



また、ナンバープレ  
ートの装着が義務づけら  
れているため、購入の  
際は役場で登録の手続  
が必要で  
ペダル付き電動バイクとは、次のいずれかに該当する車両  
のことです。

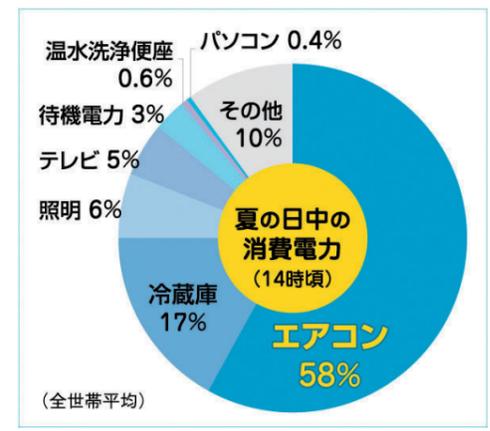
○電動アシスト自転車のアシスト比率の基準を超えるもの  
○スロットルが備えられており、モーターのみで走行させる  
ことができるもの

※自転車の交通ルールが適用されるもの  
型式認定を受け「TSマーク」が付いている電動アシスト  
自転車には、自転車の交通ルールが適用されます。TSマー  
クが付いているものを選びましょう。

問合せ 住民税係  
☎82-6127

板倉の夏を涼しく～クールシェアを意識しましょう～

夏の暑い日は家庭の電気使用量の半分  
以上をエアコンが占めています。複数台  
のエアコン使用をやめ、なるべく一つの  
部屋に家族が集まる工夫をしたり、商業  
施設などの涼しい場所で過ごしたり、1  
人あたりのエアコン使用を見直すことが  
クールシェアの考え方です。公共交通機  
関などを利用しての外出と街中でのひと  
涼みで、CO2削減と熱中症予防にもな  
ります。ぜひ、クールシェアを意識しま  
しょう。



おうちでクールシェア



例えば3台のエア  
コンをつけていたら  
2台を止め、一部屋  
に集まり家族団らん  
で過ごしましょう。

ご近所でクールシェア



自宅のエアコンを  
止め、ご近所のお宅  
に集まってご近所同  
士のコミュニケーションのきっかけに  
しましょう。

自然でクールシェア



木陰や水辺といっ  
た、自然が多く涼し  
い場所に行き、ゆっ  
たりとした時間を過  
ごしましょう。

まちでクールシェア



商業施設やカフェ  
など、身近にある涼  
しい場所に集まって、  
楽しい時間を過ごし  
ましょう。

一般的に省エネを目的として、冷房環境を共有するための場所でこれまで涼みどころとし  
ても提供されてきた、屋外を含む施設のことをクールシェアスポットといいます。クールシェ  
アスポットは下記サイトから探すことができます。

ECOぐんま(PCサイト) <https://www.pref.gunma.jp/site/eco/647557.html>



ECOぐんま

問合せ 環境下水道係 ☎82-6132

