

ぐんま広報

No.348 2018 5

発行：群馬県広報課 〒371-8570 前橋市大手町1-1-1 ☎027-226-2162 ☎027-243-3600
 県ホームページ <http://www.pref.gunma.jp/>

県対人前月：1,955,034人
 対前月：-993人
 男女：965,341人
 女：989,693人
 世帯数：792,977世帯
 (県移動人口調査・平成30年3月1日現在)

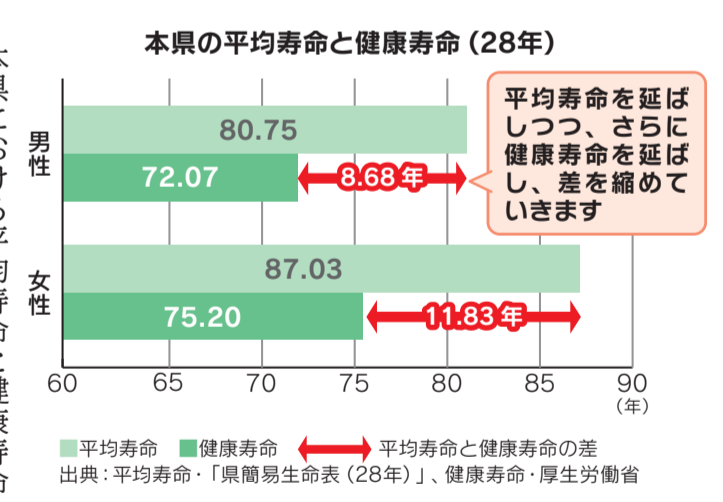


ぐんま元気(GENKI)の5か条

- 第1条 **G** げんき(元気)に動いて **ぐっすり**睡眠 (運動・休養)
- 第2条 **E** えんぶん(塩分)ひかえて **食事は**バランスよく (食生活)
- 第3条 **N** なかま(仲間)をつかって **健康づくり** (社会参加・健(検)診)
- 第4条 **K** きんえん(禁煙)めがして **お酒は**適度に (喫煙・飲酒)
- 第5条 **I** いいは(歯)を保って **いつも**笑顔 (歯とロ・こころの健康)

毎日プラス10分 何ができるかな?

本県における平均寿命と健康寿命を比較すると、28年では、男性は8・68年、女性は11・83年平均寿命の方が長くなっています。前回調査時の22年と比較すると、その差は男女共に広がっています。



本県の現状

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことを健康寿命といいます。医療水準が高まったことなどに伴って全国的に平均寿命が延びる一方、疾病全体に占める、がんや循環器病などの生活習慣病にかかる人の割合は増加しています。

このような状況の中で、単なる長寿ではなく、健康寿命を延ばすことが重要です。また健康寿命を延ばすことは医療費の適正化にもつながります。

健康づくりのための実践事項をまとめた「ぐんま元気(GENKI)の5か条」の内容を紹介します。

一人一人が生涯にわたり健康で生き生きとした生活を送ることができるよう市町村や関係機関と連携して取り組みを進めていきます。

また健康増進に役立ててもらえるよう、県内のウォーキングルートがスマートフォンで見られるアプリを開発します。

今年度は、働く世代を対象に「ぐんま元気(GENKI)の5か条」を策定し、健康づくりの実践指針として活用してもらいたいと思います。

この計画を基に、生活習慣として身に付けてほしい運動や食生活、健診・検診、喫煙・飲酒、歯と口の健康といった事項を「ぐんま元気(GENKI)の5か条」として策定し、県内各地でシンポジウムを開催するなど周知を図っています。

健康寿命の延伸に向けさまざまな取り組みをしています。

特集

体も心も元気に健康寿命を延ばそう

年齢を重ねても健康で生き生きとした生活を送るためには、日常生活習慣を身に付けることが大切です。日常生活を見直し、できることから取り組んでみませんか。

健康寿命とは

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことを健康寿命といいます。医療水準が高まったことなどに伴って全国的に平均寿命が延びる一方、疾病全体に占める、がんや循環器病などの生活習慣病にかかる人の割合は増加しています。

健康寿命を延ばすために

県は、県民の健康増進に向けた基本的事項を示した計画「元気県ぐんま21(第2次)」を25年に策定し、健康寿命の延伸に向けさまざまな取り組みをしています。

イベント情報

※県観光情報誌「ググっとぐんま(春号)」に掲載されている主なイベントを紹介します。詳しくはお問い合わせください
 ※内容が変更になることがあります。お出掛けの際はご確認ください

名称	日程・時間	会場	内容	費用	問い合わせ先
春の揚船 谷田川めぐり	5月1日(火)~4日(金)、5・6月の土・日曜日 午前10時、11時、正午、午後1時、2時、3時、4時	群馬の水郷(板倉町岩田)	揚船に乗り、新緑の木々が生い茂る谷田川に向かいます。ゆったりとした時間と心休まる景色が楽しめます	千円 ※小学生以下は無料	板倉町産業振興課 ☎0276-70-4040 ☎0276-70-4041
森林浴ガイドウォーク	5月7日(月)~31日(木) ※25日(金)を除く	田代鹿沢園地(嬬恋村田代鹿沢園地)	清流の小径からかえでの小径までの約5*のコースを、新緑の自然を楽しみながらガイドと一緒に歩きます	500円	鹿沢インフォメーションセンター ☎・☎0279-80-9119
「安政遠足」待マラソン	5月13日(日) 午前8時スタート	安中城址武家長屋(安中市安中) ※スタート地点	江戸時代に安中藩で行われた日本最古のマラソン大会「安政遠足」にちなみ、さまざまな仮装をしたランナーが健脚を競います	無料 ※参加の申し込みは締め切られています	安政遠足待マラソン実行委員会事務局 ☎027-382-2500 ☎027-382-2511
川場村田植祭	5月29日(火) 午前10時~11時	道の駅川場田園プラザ(川場村萩室)	戦前、皇室に献上する米の豊作を願って行われた祭を再現します。小学生が「早乙女」「早男」に扮して田植えをします	無料	川場村田園整備課 ☎0278-52-2111 ☎0278-52-2333

クロスワードパズル

正解者の中から抽選で「県有施設の無料ご招待券(2枚組み)」などを各5人にプレゼントします

4月号の答えは「シンセイカツ(新生活)」でした。応募総数は935通でした。たくさんのご応募・ご意見をありがとうございました。

たてのかぎ

- 1 日常の衣食住のための道具類。たんすなど
- 2 動物の皮膚にある、紫外線を吸収する色素
- 3 良い匂い。花の○○○
- 4 登山などの身支度を整えること。またその備品や道具
- 5 山の間の細長くくぼんだ所。山あり○○あり
- 6 マグロの腹側にある脂肪の多い部分

よのかぎ

- 1 歩みのがるい、長寿で縁起が良い動物
- 2 液体が気体になること
- 3 ガラス製のコップ。ワイン○○○など
- 4 雪などの上を、滑り走る乗り物
- 5 受け持つその事に当たること。引き受けること
- 6 ホテル・劇場などにある、玄関に続く通路を兼ねた広間

応募方法 はがき、Eメールまたは「ぐんま電子申請受付システム」。

応募先 はがき 〒371-8570 群馬県庁広報課クロスワードパズル係
 Eメール crossword@pref.gunma.lg.jp
 電子申請 <http://www.shinsei.elg-front.jp/gunma/navi/index.html>
 ※スマートフォン(Android 5以上 およびiOS 5以上)用のURLは右図から読み取れます

応募期限 5月16日(水)消印有効
 ※Eメール、電子申請は16日送信分まで
 賞品 次の中から希望のものを明記してください
 近代美術館、館林美術館、歴史博物館、自然史博物館、土屋文明記念文学館、日本編の里、カネコ種苗ぐんまフワワーパーク、ぐんま天文台、ぐんま昆虫の森、ぐんまちゃんトートバッグ、ぐんまちゃんグッズ、サスバクサツ群馬(6月9日セッション大阪U-23戦)、群馬ダイヤモンドベガス(今シーズンホームゲーム共通)、群馬交響楽団定期演奏会(6月16日)
 ※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます

おたよりコーナー

クロスワードパズルへの応募はがき・メールを紹介します

◆4月号の県予算を読みました。古墳時代が好きなので、東国文化周知のイベントが開催されるのうれしいです。埴輪の人気投票「群馬HANI-Iグランプリ」がどんなものなのか気になります。古墳探訪アプリも更新が楽しみです。(玉村町 31歳)

◆県予算が決まり、30年度が動き出す4月。群馬で生まれ育ち、ずっと群馬で暮らす私は、群馬が一番だと思っています。人口が減少し、活力も低下しそうなこんな時こそ、群馬を誇りに思えるものが大切だと思います。群馬が一番だということをみんなで発信していきたいですね。(高崎市 61歳)

※掲載された人には、ぐんまちゃんのぬいぐるみをプレゼントします

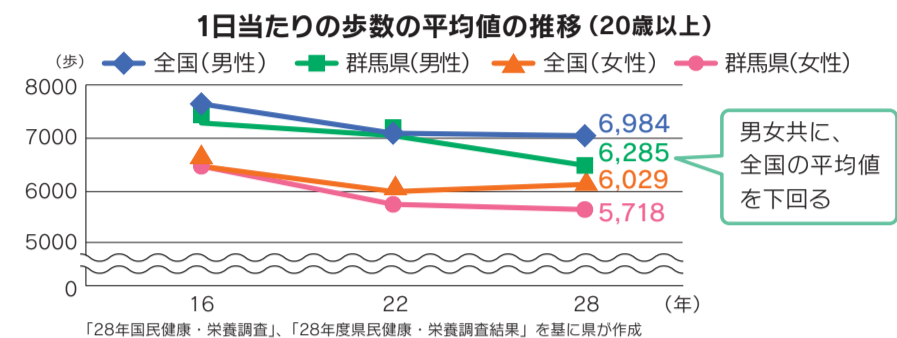
編集室だより

特集の担当になったことをきっかけに、職場で階段を使うようになり、昼休みに散歩をしたりと今まであまりしていなかったことを始めました。しかし数日後、急にやり過ぎたのか、足に痛みを感じるようになってしまいました。取材先で「運動量は徐々に増やしていくことが大事」という話を聞いたことを思い出しました。運動以外にも、日頃の生活で改善できることに気付いたので、実践し、続けることで健康な生活を送りたいです。(中澤)

ぐんま元気 (GENKI) の

G げんき (元気) に動いて ぐっすり睡眠 (運動・休養)

運動は、生活習慣病の発症予防や症状の改善に役立つだけでなく、高齢者の認知機能や運動器機能の低下も予防します。また睡眠は、心身の疲労回復や心の健康を保つために重要です。



高崎健康福祉大学健康福祉学部 教授 木村 典代さん

「歩行は最も手軽に体の活動量を上げる方法です。いつもより少し歩幅を広げ、速く歩くことで筋力が向上します。同時に骨にも刺激が加わることで骨密度も保たれ

転倒や骨折を防止できます。日頃歩く習慣のない人は『ながら運動』から始めてほしいです。歯を磨いている時は爪先立ち、テレビを見ている時は腹筋運動など自分で決まりを作り、まずは1日当たり『プラス10分』を目標に、できることからやってみましょう。運動には生活習慣病の予防はもちろん、ストレス解消などさまざまな効果があります。また適度な運動は質の高い睡眠にもつながりますね」

毎日「プラス10分」意識して体を動かす

- ・テレビを見ながら体操をする
- ・仕事の休み時間に10分散歩をする
- ・いつもより10分早起きをしてストレッチをする
- ・近所への外出には車を使わず歩く

「5分×2回」で「プラス10分」にしよう！



歩くとこんな効果が！

- 1日 10,000歩 (うち徒歩30分以上) **メタボの予防**
- 1日 8,000歩 (うち徒歩20分以上) **高血圧症・糖尿病の予防**
- 1日 7,000歩 (うち徒歩15分以上) **骨粗しょう症・がんの予防**
- 1日 5,000歩 (うち徒歩7.5分以上) **認知症・心疾患・脳卒中の予防**
- 1日 4,000歩 (うち徒歩5分以上) **うつ病の予防**

プラス10分 歩くだけで歩数は1,000歩アップ！

出典：青柳幸利 (東京都健康長寿医療センター研究所) 「中之実研究」

良い睡眠を心掛ける

- ・早起きをしてカーテンを開け、日差しを浴びる
- ・運動などにより適度な疲労を感じておく
- ・寝る前に仕事や食事・飲酒をしない
- ・寝る前はスマートフォンやテレビを見ない

N なかま (仲間) をつくって 健康づくり (社会参加・健(検)診)

地域の仲間と励まし合い、支え合うことが健康づくりにつながります。また自分の健康状態を把握するために、健康診断 (健診) ・がん検診などを定期的に受けることが大切です。



県立県民健康科学大学 地域連携センター長 齋藤 基さん

「仲間と支え合うことで健康づくりの取り組みが継続しやすくなります。健康に関わるイベントと一緒に参加する機会が増えますし、会っておしゃべりするだけでも気分転換になります。地域の高

齢者サロンに参加した人からは『最初は面倒だと思っていたが、今では生きがいになっている』という話を聞きます。仲間をつくるためには家族や友人の他、職場の人とのコミュニケーションを深めることも有効です。会話をきっかけに仲間を広げていくのもいいですね。健診やがん検診は『自分は大丈夫』と思わずに受けてみるのが大切です。がんは初期症状が現れにくいので定期的に検診を受けましょう」

県内の高齢者サロンの参加者からの声



みんなでおしゃべりすることが何より楽しいです

全身を動かすと元気になります

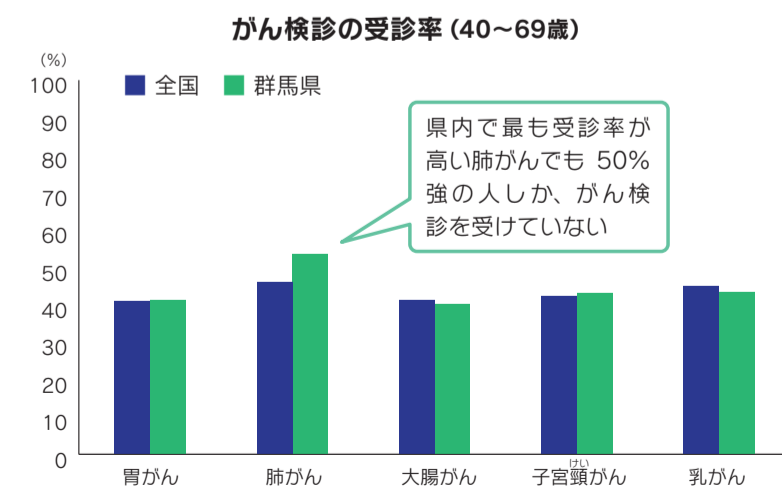
練習した歌を、納涼祭で発表することが楽しみです

家族や仲間とのつながりを大切に

- ・家族や職場の仲間とウォーキング大会などのイベントに参加する
- ・地域の子育てサークルや清掃活動、公民館での生涯学習、介護予防体操などに参加する

健診やがん検診などを定期的に受ける

- ・仲間と一緒に定期的に健(検)診を受ける
- ・健(検)診の結果に基づき、具体的に生活を改善する

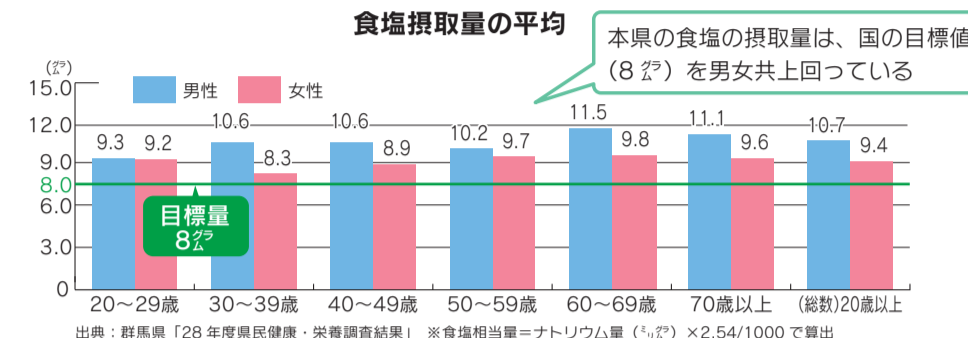


出典：国立がん研究センター「国民生活基礎調査による都道府県別がん検診受診率データ (28年)」 ※子宮頸がんは20～69歳の受診率 ※がんは日本人の死因の第1位。県内で亡くなる人が一番多いがんは、肺がん

5か条で健康寿命を延ばそう！

E えんぶん (塩分) ひかえて 食事はバランスよく (食生活)

バランスの取れた食生活は、生活習慣病を予防するためにも重要です。主食・主菜・副菜を基本に、食塩は控えめに、野菜はたっぷり取りましょう。



県立がんセンター栄養調理課 課長 井上悦子さん

「食塩の取り過ぎは、高血圧につながり、脳血管疾患や心疾患の原因になります。県内ではこれらによる死亡率が高く、減塩は重要です。自分の食生活を見直し、ま

ずは食塩摂取量のマイナス1gを心掛きましょう。食事のバランスを良くするには主食・主菜・副菜をそろえることが重要です。不足しがちな野菜を多く摂取するためにいつもの食事にプラス1皿を心掛けてください。また市販のお弁当にはサラダや和え物、具だくさんスープなどを1品加えるとバランスが良くなります。野菜が取れないときには飲み物を野菜ジュースにしてもいいですね」

食塩マイナス1gを心掛ける

食塩1gを含む食品例

- ソーセージ 1本 (53g)
- 塩サケ 1/2切れ (35g)
- ちくわ 1.5本 (50g)
- 梅干し 1/2個 (5g)
- キュウリのぬか漬け 3切れ (19g)
- しょうゆ 小さじ1強 (7g)

加工食品は控えめに、漬物を食べる回数を減らす、麺類の汁は飲まずに残す、しょうゆはかけずにつける

野菜は1日350gを食べる

1日5皿を目標に！ 野菜70gの料理例

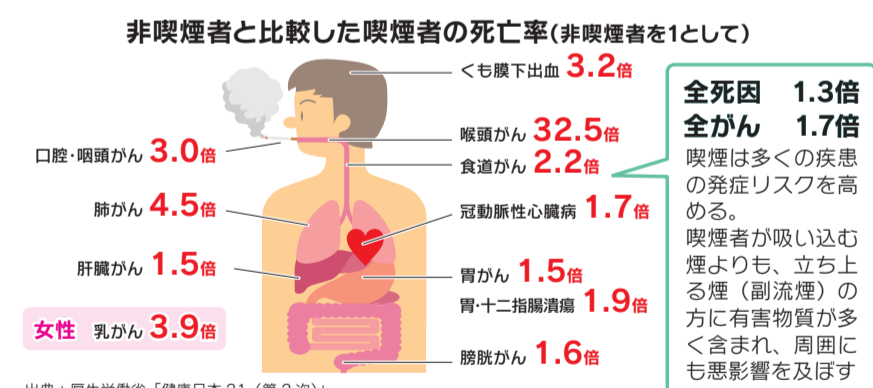
- カボチャの煮物
- きんぴらごぼう
- サラダ
- 具だくさんのみそ汁
- 枝豆

主食・主菜・副菜をそろえる

- ・丼もの1品より定食を選ぶ
- ・弁当に野菜1品を付ける
- ・カット野菜や冷凍野菜を利用する

K きんえん (禁煙) めざして お酒は適度に (喫煙・飲酒)

たばこによる健康への影響が生じない社会の実現が健康生活の基本です。また飲酒は適量を守ることも重要です。



禁煙にチャレンジする

- ・禁煙開始日を決める
- ・禁煙外来を利用する

受動喫煙をさせない

- ・公共の場では吸わない

飲酒は節度を守る

- ・アルコール度数が低いものを選ぶ
- ・飲まない日をつくる

主な酒類の純アルコール量の目安

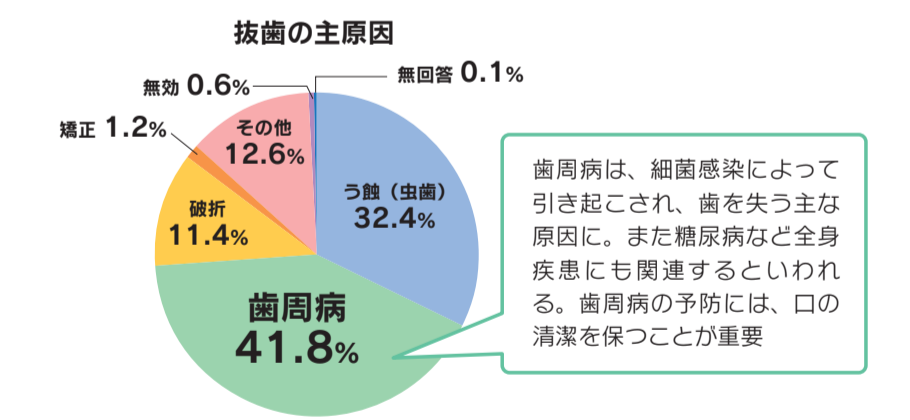
お酒の種類	ビール (中瓶1本500g)	清酒 (1合180g)	ウイスキー フラントニ (ダブル60g)	焼酎 (25度) (1合180g)	ワイン (1杯120g)
アルコール度数	5%	15%	43%	25%	12%
純アルコール量	20g	22g	20g	36g	12g

出典：厚生労働省「健康日本21 (第2次)」

※生活習慣病のリスクを高める飲酒量は1日の平均純アルコール摂取量が、男性で40g以上、女性で20g以上としている

I いいは (歯) を保って いつも笑顔 (歯と口・こころの健康)

歯と口の健康は、食べる喜び、人と話す楽しみを保つ上で重要です。また心の健康を保つことは健康寿命の延伸にもつながります。



口の中の機能が低下すると… 食べられない物や食べこぼしが増える、滑舌が悪くなるなどの影響がある

しっかりと歯を磨く

- ・鏡を見ながら歯磨きをする習慣を身に付ける

症状がなくても、歯医者で検診を受ける

- ・定期的に歯磨き指導を受けたり、歯石を除去したりする

笑顔を大切に

- ・自分の時間をつくって、好きなことをする
- ・悩み事は身近な人に相談する

お知らせ

児童扶養手当・特別児童扶養手当

対象 次の条件に該当する子どもを監護する母子家庭などの母一監護し、かつ生計を同じくする父子家庭などの父、父母に代わり養育している養育者

- ・ 父母が離婚している
- ・ 母が未婚である
- ・ 父または母が死亡している
- ・ 父または母が生死不明である
- ・ 父または母に重い障害がある
- ・ 父または母から1年以上遺棄されている
- ・ 父または母が1年以上拘禁されている

父または母がDV保護命令を受けた月額手当額 4万2500円～1万30円

※第2子は1万40円～5020円、

知事コラム

県立吾妻・沼田特別支援学校高等部開設記念式典

4月10日に、県立吾妻特別支援学校と沼田特別支援学校の高等部開設記念式典に出席しました。特別支援学校の未設置地域を解消しなければならぬという強い思いで取り組み、27年には特別支援学校を県内の全地域で設置することができました。

これらを通じて、保護者や関係者のご理解とご協力のたまもの



沼田特別支援学校高等部開設記念式典であいさつする大澤正明知事

第3子以降は、1人につき6020円～3010円が加算されます。※所得に応じて異なります。支給期間 子どもが18歳に達する日以後の最初の3月31日まで

※一定の障害がある場合は、20歳の誕生日の前日まで

特別児童扶養手当

対象 心身に一定の障害がある、20歳未満の子どもを監護する父または養育者

※障害の程度など、詳しくはお問い合わせください

月額手当額

- ・ 1級 5万1700円
- ・ 2級 3万4430円

【共通事項】

申請方法 所定の申請用紙を提出し、資格喪失要件などがある場合は、詳しくはお問い合わせください

申請用紙配布場所 市役所・町村役場

ご利用ください

県後継者バンク

県後継者バンクは、後継者不在で困っている事業主と意欲のある起業家(創業希望者)を結び付け、事業の円滑なバトンタッチを支援する事業です。登録している事業主と起業家の中から、業種や地域などの条件が合う相手を紹介いたします。両者が面談を行い合意に達した場合、契約手続きなどを支援します。

事業主は、後継者不在により廃業の危機にある事業を存続させることができます。また起業家は、事業主が培った経営資源(販売先、店舗などの設備やノウハウ)を引き継ぎ、起業リスクを抑えることができます。事業を譲りたい人や起業リスクを抑えて事業を始めたい人は、ぜひ活用してください。

費用 無料

登録方法 所定の申込用紙を提出し、市役所・町村役場、県内の商工団体、県事業引継ぎ支援センター(前橋市亀里町 群馬産業技術センター内)

お問い合わせ先 県事業引継ぎ支援センター ☎027-2655-5040 ☎027-2655-5049

募集

「ぐんまクールシエア」参加施設

夏の暑い日、「涼しく快適に過ごす」ことができない間を提供する「ぐんまクールシエアスポット」に登録していただける公共施設や商業施設を募集しています。

「クールシエア」とは、家庭における夏季の省エネルギー対策を推進す

自転車の交通マナーを守りましょう

5月は「自転車のマナーアップ運動強化期間」です。自転車利用者の安全意識を高め、交通ルールと交通マナーを守ることにより、自転車利用中の交通事故と危険・迷惑行為を防止しましょう。



- 運動の重点**
- ・ 交通ルールの順守と正しい交通マナーの実践
 - ・ 歩道通行時の歩行者保護の徹底
- 県民の皆さんへ**
- ・ 自転車利用者は、車道では左側を通行しましょう。また信号を守り、一時停止が必要な交差点では必ず停止して安全を確認するなど、車両としての交通ルールの順守と安全確認を徹底しましょう
 - ・ 自転車が通行できる歩道では、歩行者の通行を妨げないように一時停止するなどして道を譲りましょう
 - ・ 大人もヘルメットを着用し、子どもの手本となる運転をしましょう
 - ・ 自転車利用者は事故の加害者にもなり得るため、損害賠償責任保険などに加入しましょう
- お問い合わせ先** 県警察本部交通企画課 ☎027-243-0110内線5042 ☎027-224-6655

県議会「第2回定例会」

5月25日(金)に開会し、本会議と委員会は、誰でも簡単な手続きで傍聴できます。

日程・議事予定

日程	議事予定	日程	議事予定
5月 25日(金)	本会議(開会・委員の選任・提案説明)	8日(金)	常任委員会
5月 31日(木)	本会議(質疑および一般質問)	11日(月)	常任委員会
6月 1日(金)	本会議(質疑および一般質問)	13日(水)	特別委員会
6月 5日(火)	本会議(質疑および一般質問)	18日(月)	本会議(委員長報告・議決・閉会)

- 開会時刻** 午前10時(予定)
- 費用** 無料
- 申し込み方法** 当日、直接会場にお越しください
- その他** 本会議は、県議会ホームページ(<http://www.gunma-pref.stre.am.jfit.co.jp/>)でご覧になれます。また質疑および一般質問は、群馬テレビでも生中継します
- お問い合わせ先** 県議会事務局政策広報課 ☎027-897-2892 ☎027-243-4211

県地域おこし協力隊ポータルサイト「ツナグンマ」を開設しました

現在、県内では約70人の地域おこし協力隊員が活動しています。県では、県地域おこし協力隊ポータルサイト「ツナグンマ」を開設しました。県内の地域おこし協力隊の活動情報および市町村の募集情報を集約・発信するとともに、隊員同士の情報共有の場を作ることによって、隊員の活動を支援します。

URL <https://chiikiokoshi-gunma.jp/>

※右図から読み取れます

※スマートフォンにも対応しています

ページ構成

- ・ 地域おこし協力隊とは…協力隊の制度概要、活動までの流れなど
- ・ インタビュー…隊員インタビュー(現役隊員の活動内容や生活をインタビュー形式で紹介)



・ 県内協力隊情報…活動情報(隊員の活動報告や隊員が企画したイベント情報など)、隊員情報(プロフィールなどの紹介)

・ 隊員募集…市町村の隊員募集情報

・ 研修会情報…県・国などが実施する研修会の情報

・ 県地域おこし協力隊公式フェイスブック

お問い合わせ先 県庁地域政策課 ☎027-226-2370 ☎027-243-3110



試験

県職員採用I類・II類試験、選考考査

第1次試験日 6月24日(日)

第1次試験合格発表日 7月6日(金)

第2次試験日 7月中旬～8月上旬

第3次試験日

- ・ I類試験 8月中旬～下旬
- ・ II類試験および選考考査は実施しません

最終合格発表日

- ・ I類試験 8月31日(金)
- ・ II類試験および選考考査 8月17日(金)

※獣医師だけ8月6日(月)

職種

- ・ I類試験：事務系、技術系職種
- ・ II類試験：事務系職種

・ 選考考査：薬剤師、獣医師、福祉などの特定の資格や免許、技能などを要する職種

※募集する職種は試験(受験)案内で確認してください

受験資格

- I類試験 次のいずれかに該当する人
 - ・ 平成元年4月2日から9年4月1日までに生まれた人

るため、家族が冷房の効いた部屋に集まって過したたり、家のエアコンを止めて公共施設や商業施設などで快適に過ごしたりすることです。地球温暖化の原因となる二酸化炭素の排出を削減するとともに、経済や地域の活性化にもつながります

・ おおむね1時間以上過ごすことができる

・ 誰でも利用することができる

・ 公序良俗に反しない

応募期限 5月25日(金)

※期限後も受け付けますが、県が作成するポスター・リーフレットなどを配布できない場合があります

応募方法 所定の応募用紙を提出し、熱中症防止対策のため、短時間滞在は福祉施設、自治体が設置する休憩所など、や会員制の施設なども登録できます。詳しくはお問い合わせください

応募用紙配布場所 県庁環境エネルギー課 ☎027-226-2817 ☎027-243-7702

※応募用紙は、県ホームページ(<http://www.pref.gunma.jp/04/bi0100010.html>)からも入手できます

ぐんまグローバル塾 海外インターンシップ実習生

実習先 アメリカ、中国、香港、シンガポールなど複数の国・地域および業種から選択できます

※実習期間、定員などは実習先により異なります。詳しくは、県ホームページ(<http://www.pref.gunma.jp/04/3600404.html>)をご覧ください

対象 県内に在住または在勤、在学する



住民団体による花植え

温かい地域社会の形成と美しいふるさとづくりのため、住民組織による公共施設の除草や花植えなどの自発的な活動に対して、奨励金を交付します。

対象 次の全てに該当する団体

- ・ 自治会やボランティア組織など
- ・ 自主的な美化・保全を行う
- ・ 構成員が10人以上である

30年4月から31年2月末までの間

に3回以上、県内で活動を行う(そのうち3回は、県管理の道路・河川などであることが必要)

交付額 2万円

申請期限 6月8日(金)

申請方法 所定の申請用紙を提出し、市役所・町村役場、県庁都市計画課 ☎027-897-2879 ☎027-226-15566

※申請用紙は、県ホームページ(<http://www.pref.gunma.jp/06/15800357.html>)からも入手できます

美術館・博物館 などの催し

近代美術館企画展示「生誕150年 湯浅一郎」記念講演会

期日 5月12日(土)
時間 午後2時～3時30分
会場 県立近代美術館(高崎市縄貫町)
内容 企画展示に関連するテーマについて専門家が話します。
演題 湯浅一郎と明治・大正の洋画
講師 染谷滋(元当館学芸員)
定員 200人(先着順)
費用 無料
申し込み方法 当日、直接会場にお越しください
☎027・346・5560
FAX027・346・4064

自然史博物館「博物館の日イベント」*

期日 5月13日(日)
時間 午前10時～午後4時
会場 県立自然史博物館(富岡市上黒岩)
内容 「国際博物館の日」を記念して特別イベントを実施します
○学芸員などでも相談
・時間 午前10時～午後4時
・費用 無料
○学芸員リレートーク
・時間 午後1時30分～3時30分
・費用 無料
※観覧料がかかります
○化石のレプリカ色付け体験
・時間 午前10時～午後4時
・費用 無料
※観覧料がかかります
○小学生以下は保護者の付き添いが

埋蔵文化財調査事業団 最新情報展「甲を着た古墳人の武器・武具」

必要 観覧料 一般110円、大学・高校生130円、中学生以下110円
☎0274・60・1200
FAX0274・60・1200

必要 観覧料 一般110円、大学・高校生130円、中学生以下110円
☎0274・60・1200
FAX0274・60・1200

期日 5月26日(土)
時間 午後2時～3時30分
会場 スマーク伊勢崎(伊勢崎市西小保方町)
内容 白衣の展示・試着や健康・家庭看護に関する相談、妊婦の疑似体験、ハンドマッサージ、進学・再就業相談など。県のマスクット「まんまちゃん」も登場します

日本絹の里企画展「竹久夢二」*

期日 5月26日(土)～7月9日(月)
※火曜日休館
時間 午前9時30分～午後5時
会場 県立日本絹の里(高崎市金古町)
内容 大正ロマンを代表する画家である竹久夢二が絹の布に描いた着物姿の美人画や、浴衣・半襟などの図案を展示し、和装文化の魅力を紹介いたします
観覧料 無料
☎0279・52・2513
FAX0279・52・2604

期日 5月26日(土)～7月9日(月)
※火曜日休館
時間 午前9時30分～午後5時
会場 県立日本絹の里(高崎市金古町)
内容 大正ロマンを代表する画家である竹久夢二が絹の布に描いた着物姿の美人画や、浴衣・半襟などの図案を展示し、和装文化の魅力を紹介いたします

ぐんま昆虫の森自然観察会「ホタル観賞会」*

期日 6月2日(日)、9日(土)
時間 午後8時～9時(入園は8時30分まで)
会場 県立ぐんま昆虫の森(桐生市新里町)
内容 園内の水辺を散策しながら、ホタルを観賞します
対象 一般
※小学生以下は保護者の付き添いが必要
費用 一般200円、小・中学生110円、未就学児110円
申し込み方法 当日、直接会場にお越しください
☎0277・74・6441
FAX0277・74・6466

期日 5月26日(土)
時間 午前11時～11時30分
内容 展示作品や竹久夢二の人物像などについて、展示作品を鑑賞しながら話します
講師 塩川香峰子(竹久夢二伊香保記念館理事長)
費用 無料
※観覧料がかかります
申し込み方法 当日、直接会場にお越しください
観覧料 一般1400円、大学・高校生1250円、中学生以下1100円

上武大橋完成 県民リポーターだより

3月17日に、伊勢崎市と埼玉県深谷市を結ぶ「県道伊勢崎深谷線・上武大橋」の完成記念式典が行われました。
上武大橋は、もともと昭和9年に開通した橋ですが、老朽化が進んだため、9年前から下流に新しい橋の建設が始められました。
開通から80年以上経過した旧上武大橋に替わり、車道の幅が11m広がった新しい橋は、長さ888mと未だの数字となっています。
橋の上では、くす玉割りとテープカットが行われ、参加者たちによる渡り初めが行われました。またぐんまちゃんをはじめ、伊

乗馬を楽しむ子どもたち

期日 5月13日(日)
時間 午前10時～午後4時
会場 県立自然史博物館(富岡市上黒岩)
内容 「国際博物館の日」を記念して特別イベントを実施します
○学芸員などでも相談
・時間 午前10時～午後4時
・費用 無料
○学芸員リレートーク
・時間 午後1時30分～3時30分
・費用 無料
※観覧料がかかります
○化石のレプリカ色付け体験
・時間 午前10時～午後4時
・費用 無料
※観覧料がかかります
○小学生以下は保護者の付き添いが

県民リポーター自薦受け付け中！詳しくは県庁広報課まで(☎027-226-2171)。リポーターの記事は県ホームページ(http://www.pref.gunma.jp/01/b211261.html)でご覧になれます

催し

看護フェスタ

5月12日の「看護の日」にちなみ、記念行事として開催します。
期日 5月19日(土)
時間 午前11時～午後6時
会場 スマーク伊勢崎(伊勢崎市西小保方町)
内容 白衣の展示・試着や健康・家庭看護に関する相談、妊婦の疑似体験、ハンドマッサージ、進学・再就業相談など。県のマスクット「まんまちゃん」も登場します

障害者雇用促進「トッピンナー」

期日 5月24日(木)
時間 午後1時15分～4時30分
会場 群馬会館(前橋市大手町)
内容 基調講演、県内事業所による取り組みの発表など
企業 これから障害者雇用に取り組み企業経営者や人事担当者など、障害者雇用に関心のある人
定員 300人(先着順)
費用 無料
申込期限 5月17日(木)
申し込み方法 Eメールまたは所定の申込用紙。Eメールの場合は、所属する企業・事業所名、部署名、氏名、電話番号を記入してください
申込用紙配布場所・☎ 県庁労働政策課(☎027・226・3403 FAX027・226・3756) 県庁 rouseika@pref.gunma.jp

ぐんま「こんやくまつり」

期日 5月26日(土)
時間 午前10時30分～午後4時
会場 道の駅らっく藤岡(藤岡市中)
内容 こんにやくを使った料理の試食や製品販売、手作り体験教室、料理レシピ集などの配布、資料の展示、種芋の無料配布
※こんにやく製品を購入した人の中から抽選で景品を差し上げます
※種芋の無料配布は数に限りがあります
入場料 無料

ふるさと伝統工芸士による実演・販売

期日 5月26日(土)
時間 午前10時30分～午後4時
会場 道の駅らっく藤岡(藤岡市中)
内容 こんにやくを使った料理の試食や製品販売、手作り体験教室、料理レシピ集などの配布、資料の展示、種芋の無料配布
※こんにやく製品を購入した人の中から抽選で景品を差し上げます
※種芋の無料配布は数に限りがあります
入場料 無料

2018 MAY 5

特集 医療先進県ぐんま
かお 洋ラン農家 関根洋一さん
県政の話題 花と緑のぐんまづくり in 吉岡
ぐんま名山探訪(雨山坊主)、ぐんま湖けむり浪漫(伊香保温泉)、おさんぽ日和(安中城址周辺エリア)など

5月10日(日)発売予定 定価360円(税込) 販売場所：県庁県民センター、県内取扱書店
☎ 県庁広報課(☎027-226-2162 FAX027-243-3600)

「ぐんま広報」配布場所のお知らせ
「ぐんま広報」は、新聞折り込みの他、新聞を購読していない人には、県内の郵便局(簡易郵便局を除く)や一部の銀行、農協、スーパーマーケットなどで配布しています。
※県ホームページや電子書籍でもご覧いただけます。詳しくは、県ホームページ(http://www.pref.gunma.jp/cate_list/ct00001205.html)を確認してください
☎ 県庁広報課(☎027-226-2162 FAX027-243-3600)

ザスパクサツ群馬試合情報

期日	開始時刻	対戦相手
5月20日(日)	午後7時	FC東京U-23

会場 正田醤油スタジアム群馬(前橋市敷島町)
入場料 指定席=2,900円 ※自由席は座席などにより異なります。詳しくはお問い合わせください
前売り券販売場所 ペイシアワールドスポーツ西部モール店(伊勢崎市宮子町)・前橋みなみモール店(前橋市新堀町) など
☎ ザスパクサツ群馬 ☎027-225-2350 FAX027-225-2355
http://www.thespa.co.jp/

群馬ダイヤモンドペガサス試合情報

日程	開始時刻	会場	対戦相手
5月9日(日)	午後6時	敷島球場	福島ホース
5月10日(月)	午後1時	敷島球場	武蔵ヒートベアーズ
5月16日(日)	午後1時	敷島球場	武蔵ヒートベアーズ
5月20日(木)	午後1時	伊勢崎市野球場	信濃グランセローズ
5月25日(日)	午後1時	城南野球場	武蔵ヒートベアーズ
5月27日(火)	午後1時	城南野球場	福島ホース

入場料 全席自由(当日券だけ) 一般=1,500円、小・中学生=500円 ※小学生未満は無料
☎ 群馬ダイヤモンドペガサス ☎027-386-6088 FAX027-386-6083
http://d-pegasus.com/

・9年4月2日以降に生まれた人で、次のいずれかに該当する人
ア 学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業または31年3月31日までに卒業する見込みであるイ 県人事委員会がアに掲げる人と同等の資格があると認める
○Ⅱ類試験 平成30年4月2日から11年4月1日までに生まれた人
○選考審査 職種により異なります。詳しくは受験案内で確認してください
出願期間 5月10日(木)～25日(金)
※電子申請は24日(木)まで
出願方法 所定の出願用紙
※ぐんま電子申請受付システム(http://www.shinsei-elig-front.jp/gunma/nav/index.html)からも申し込みます
試験受験案内・出願用紙配布場所 県庁県民センター、県行政課事務所(県庁東事務所)千代田区平河町、県人事委員会事務局
その他 詳しくは、県ホームページ(http://www.pref.gunma.jp/saiyou/)を閲覧ください
☎ 県人事委員会事務局(☎027・226・2744 FAX027・221・6247)

入場料 無料

☎ 県庁医療課(☎027・226・2538 FAX027・223・0531)

健康に関する相談コーナー

テーマ この両手 緑増やす手 支える手
内容 式典、記念植樹、地元特産品や木工品などの展示・販売など
費用 無料
申し込み方法 当日、直接会場にお越しください
その他
・植樹作業に適した服装や履物でお越しください
・会場周辺は混雑が予想されます。時間に余裕を持ってお越しください
☎ 県庁緑化推進課(☎027・226・3272 FAX027・223・0154)

県民公開講座

県民の健康と福祉の増進に寄与することを目的として、歯科保健に関する県民公開講座を開催します。
期日 5月26日(土)
時間 午後2時～4時
会場 群馬会館(前橋市大手町)
演題 あいづ体操があなたと家族の健康を守る。口呼吸は万病のもと
講師 今井一彰(みらいクリニック院長)
定員 410人(先着順)
費用 無料
申し込み方法 当日、直接会場にお越しください
☎ 県庁保健予防課(☎027・897・2649 FAX027・223・7950)

ぐんま一番

群馬FM 毎週金曜日 午後7時30分(再放送) 日曜日 午前9時30分

群馬の宣伝部長ぐんまちゃん、宣伝部員のタイムマシーン3号とフレッシュな女性部員が、群馬を全国に宣伝するために、地域の魅力を紹介します。

5月11日/仁田町 5月18日/棟東村
5月25日/アンコール 6月1日/伊勢崎市

☎ 県庁広報課(☎027-226-2167 FAX027-243-3600)

群馬交響楽団定期演奏会情報

期日 5月19日(日) 開演時刻 午後6時45分(6時開場)
会場 群馬音楽センター(高崎市高松町)
内容 指揮：井上道義、ピアノ：福岡光太郎、曲目：ショスタコーピチ/ハレエ組曲《黄金時代》作品22a、交響曲第1番 へ短調 作品10、パンスタイン/交響曲第2番「不安の時代」他
入場料 S席=4,600円、A席=4,100円、B席=3,600円、C席(自由席)=2,100円
入場券販売場所 群馬音楽センター、チケットぴあ、群馬交響楽団事務局(高崎市高松町) など
☎ 群馬交響楽団事務局 ☎027-322-4316 FAX027-322-4943
http://www.gunkyo.com/

チケットプレゼント クロスワードパズルの正解者の中から抽選で、ザスパクサツ群馬(6月9日レッソU-23戦)、群馬ダイヤモンドペガサス(今シーズンホームゲーム共通)、群馬交響楽団定期演奏会(6月16日)のチケット(2枚組み)をそれぞれ5人にプレゼントします。詳しくは8ページをご覧ください