

ぐんま広報

発行/群馬県メディアプロモーション課
〒371-8570 前橋市大手町1-1-1
☎ 027-226-2162
FAX 027-243-3600
<https://www.pref.gunma.jp/>

2021 **8** | no.387 |

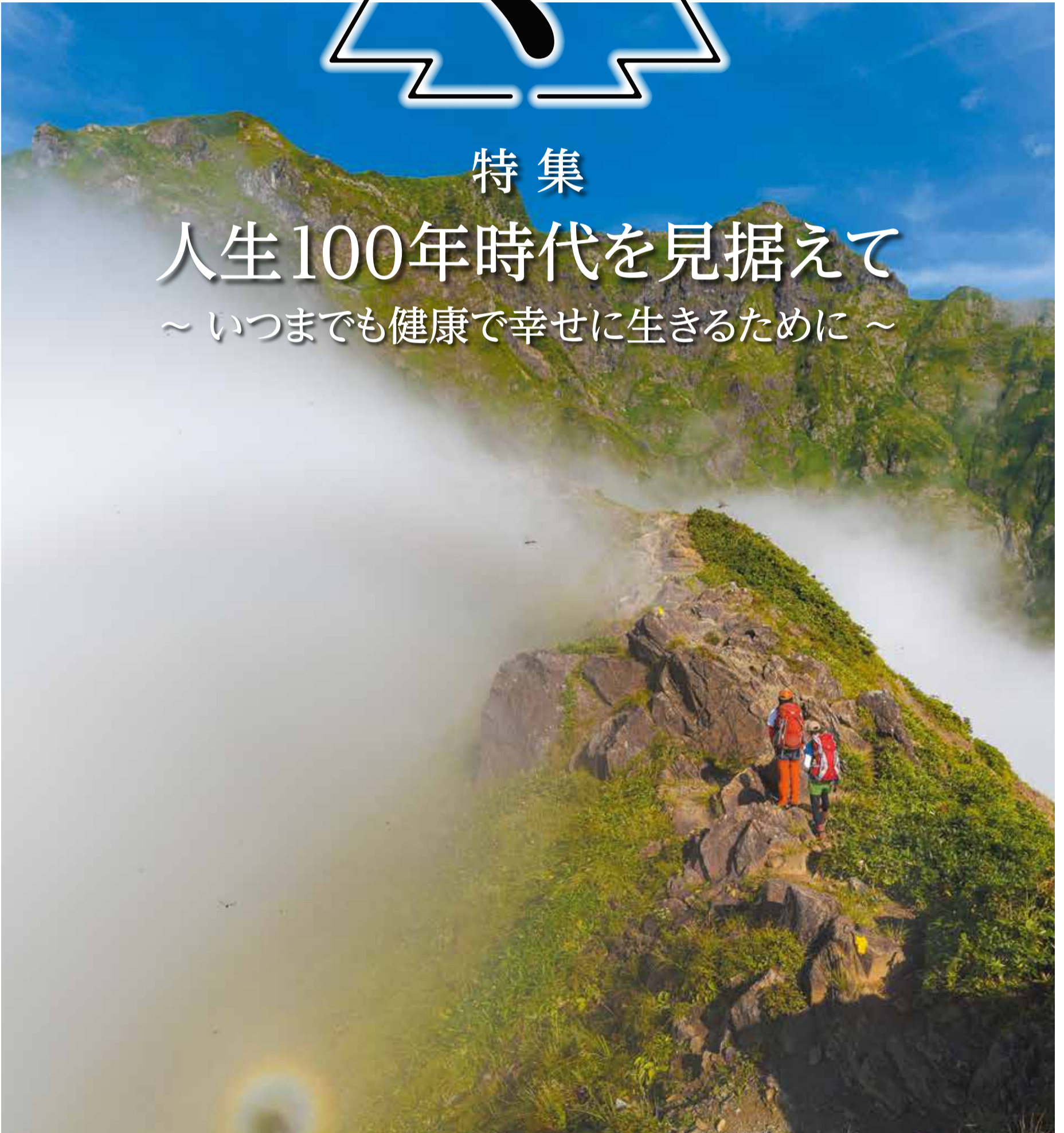
「ぐんま広報」電子書籍版
スマートフォンやタブレットでも
ご覧になれます。



特集

人生100年時代を見据えて

～いつまでも健康で幸せに生きるために～



令和2年度「ぐんま応援びと」入選作品 norano_kotatu_52 さん作「山の御光。急登に挑戦。」(谷川岳・西黒尾根)

Contents 主な記事

- P 2 人生100年時代を見据えて
～いつまでも健康で幸せに生きるために～
- P 4 **新型コロナウイルスワクチン接種についてのお知らせ**
- P 5 かな・かぶら∞ぐるぶらの旅スタンプラリー2021
- P 8 読者アンケート&クロスワードパズル

県の最新情報は
公式SNSを
チェック!



Twitter



LINE



Facebook

人生100年時代を見据えて

～いつまでも健康で幸せに生きるために～

人生100年時代といわれる中、生涯にわたり自分らしく健康で生き生きとした生活を送ることは多くの県民の願いです。

誰もが長く元気に活躍するために、健康づくりについて一緒に考えてみませんか。



平均寿命と健康寿命の差を短くすることが重要です!

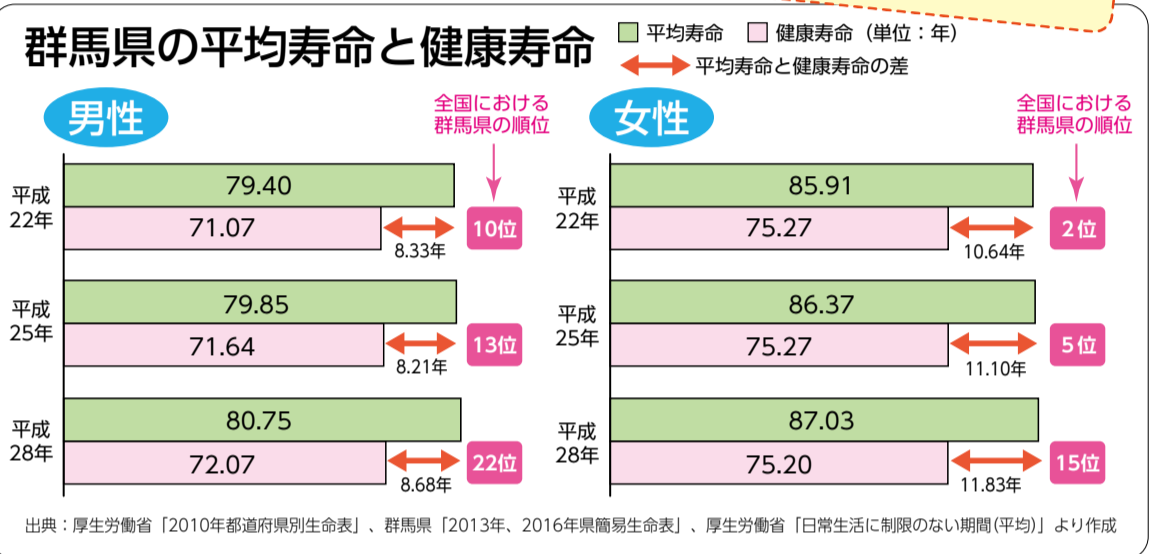
1 健康寿命を延ばすことが大切です

群馬県では男女ともに平均寿命と健康寿命※の差が広がってきています。平均寿命が伸びている中、その伸び以上に健康寿命を延ばし、不健康な期間を短くすることが重要です。

健康寿命を延ばすことで、より長く自分らしく生き生きとした生活を送ることができます。一人一人が運動や食事など日々の生活の改善に取り組み、生活習慣病の発症や重症化を予防することが大切です。

※健康寿命…健康上の理由など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

群馬県の平均寿命と健康寿命



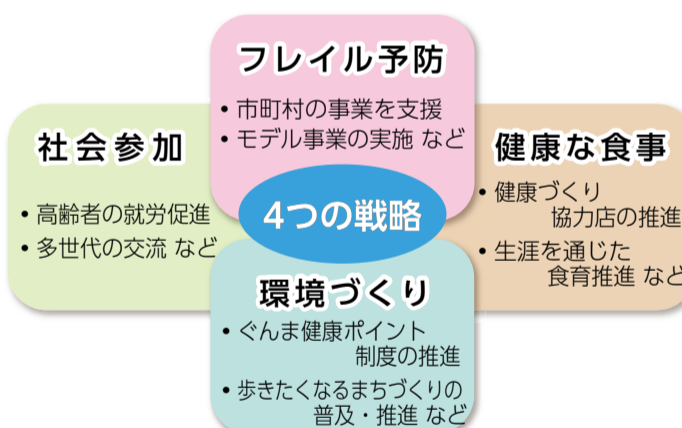
2 「群馬モデル」で健康づくりを強化します

県は、健康寿命を延ばし、誰もがより元気に活躍できる社会を実現するため、今年、群馬県ならではの新たな政策ビジョン「群馬モデル」を作成しました。群馬県の将来像を描いた「新・群馬県総合計画」にも位置付け、今後、県民の皆さんや市町村、関係団体などと協力しながら「群馬モデル」をフレイル予防をはじめとした4つの戦略によって実施します。これにより、すべての県民の皆さんが自然に健康になれる環境づくりを推進します。

「群馬モデル」の詳しい内容はこちらから



活力ある健康長寿社会実現のための「群馬モデル」4つの戦略



豆知識

フレイルって?

「虚弱」を表す英語「frailty (フレイルティ)」の日本語訳で、体や心の働きが低下し、要介護になる危険性が高まっている状態のことを言います。

軽度の介護が必要となった原因は、フレイル関連が4割を占めており、フレイルを予防することは**健康寿命延伸に向けた対策の鍵**ともいえます。



これからも元気に活躍するために

■健康づくりに取り組みましょう



県庁健康長寿社会づくり推進課 課長 神山智子さん(保健師)

健康寿命を延ばすことは、県民の皆さんが元気に活躍できる期間を延ばすことであり、一人一人の幸せな生活にもつながります。

また、フレイル予防などの健康づくりに大切なのが「きょうよう」と「きょういく」といわれています。「今日、用がある」「今日、行くところがある」といった行動を起こすことが自然と運動にもなり、楽しい気持ちを保つことにもなります。

今はまだ新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、生活の制約を余儀なくされていますが、そのような状況だからこそ自身の健康づくりのために今できることを考えましょう。

■若い頃からの意識が大切です

生涯を通じた健康づくりが重要です。若い頃からの食事や運動などのちょっとした生活習慣の積み重ねが、将来の健康寿命に大きく影響します。自身の生活スタイルを自分でデザインできるのは、一般的には一人暮らしを始める方が多くなる18歳ごろからと考えます。健康づくりは「他人事」ではなく「自分事」としてぜひ取り組んでみてください。

■運動を取り入れましょう ～Exercise is medicine.～

本県は車社会で運動不足になりがちなため、健康寿命を延ばすにはまず楽しく歩くことから始めていただければと思います。県公式アプリ「G-WALKプラス」を作りました。県医師会の須藤会長も「Exercise is medicine.」(適度な運動は良薬である)と言ってこの取り組みを勧めています。国の研究によると10分多く運動するだけでも、生活習慣病の予防効果があるといわれています。アプリを活用して、無理のない範囲でこれまでの生活に一日10分くらい多く歩いて、健康づくりを始めてみませんか。

3 フレイルを予防するためには…

運動や活動する機会が減り、家で過ごす時間が長くなると、高齢者は、気付かないうちにフレイルが進んでいるかもしれません。フレイルを予防する生活を心掛けましょう。



できるだけ体を動かしましょう!

家の掃除や庭仕事などで手足を動かしましょう。普段から散歩や体操など、体を動かしましょう。規則正しい生活を意識しましょう。



バランスの取れた食事をしましょう!

1日3食、肉や魚などのたんぱく質や野菜など栄養バランスを考え、しっかりかんで食べましょう。歯磨きも忘れずに。



家族や友人との支え合いが大切です!

人とつながることで心が元気になります。家族や友人などと電話やメール・手紙などで意識して交流しましょう。

自宅でできるオススメの体操

◎**ひざ伸ばし運動** ◎**しゃがみ運動**
 まずは**10回1セット**を目安にやってみましょう。 まずは**10回1セット**を目安にやってみましょう。



◎歌いながら腕振り・足踏み

3~5分を目安にやってみましょう。一緒に「しりとり」「計算」「童謡を歌う」など行くと、体だけでなく脳の老化を防ぐことも期待できます。



※週2~3回以上、1日当たり20~30分の運動が望ましいですが、痛みや疲労がある場合は、無理をしないようにしましょう。息を止めないで行ってください。継続することが大切です

県公式 YouTube チャンネル
「tsulunos」で動画も配信しています

ぐんまゆったり体操 自宅でできる介護予防体操です
群馬テレビでも放送中
毎週月~金曜日 午前7時45分~50分

高齢者の暮らしを拓げる10の筋力トレーニング
初級編から上級編まで配信しています

※その他、フレイル予防の情報を県地域リハビリテーション支援センターのホームページに掲載しています

群馬県地域リハビリテーション支援センター

4 健康づくりを始めましょう!

今より少しでも長く、少しでも元気に体を動かすことが健康への第一歩です。県では日々の運動や食生活をサポートするさまざまな取り組みを実施しています。その一部を紹介します。

このステッカーが目印!

健康づくり協力店 知っていますか?

健康メニューや健康サービスに取り組み、皆さんの健康づくりを応援するお店です。協力店は、県ホームページで紹介しています!

ウォーキングで

家で

ストレッチや体操をしよう!

健康運動体操

簡単なストレッチやリフレッシュできる体操の動画を県ホームページで紹介しています。

県公式アプリ「G-WALK+」で楽しく健康に!

「G-WALK+」はスマートフォンを持ち歩くだけで歩数を自動記録し、日々の体重・血圧・食事などの記録により、健康づくりの取り組みを見える化することができるアプリです。また健診(検診)や食生活の記録などの健康づくりの取り組みに応じてポイントが付き、たまったポイントは抽選で健康関連商品などの特典と交換できます。楽しく気軽に毎日の健康づくりに取り入れてみましょう。

「G-WALK+」を利用している高崎健康福祉大学の松村さんにインタビュー!



高崎健康福祉大学 3年 松村明紀さん

Q 使用した感想は?
 普段から歩数を気に掛けるようになりました。自分で設定した目標歩数に達していない日は、アプリが応援してくれたり、達成した日には褒めてくれたりするので、日頃から歩くことが楽しみになりました。

Q 勧めたい人はいますか?
 今度、大学の友人や家族を誘って、アプリ上で仲間をつくって歩数の競争を試みたいです。簡単に操作できるので、多くの人に使ってほしいですね。

Q どんな点が気に入っていますか?
 自分で選択した国内外の観光スポットなどをアプリ上で巡る「バーチャルウォーキング」ができるので、コロナ禍でも楽しめます。また、個人や市町村別のランキングなどが月ごとに表示されるので頻りにチェックしています。最近、運動不足になりがちでしたが「G-WALK+」で歩く機会が増えたので、自分の健康づくりの良いきっかけになっています。まだいろいろな機能があるので、皆さんもぜひ使ってみてください。

利用料 無料

※通信料はかかります
 アプリのダウンロードはこちらから

iOS版 Android版

●アプリについての問い合わせ
 カラダライブコールセンター
 ☎0570-077-122
 (月~金曜日 午前9時~午後6時)

新型コロナウイルスワクチン接種についてのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐためには、一人一人の感染予防が大切です。夏休みで県外との往来が活発になると、感染力が強い変異株による感染拡大などの恐れもあります。引き続き、感染防止策の徹底など、皆様のご理解とご協力をお願いします。

最新情報はこちら



県ホームページ



県感染症情報
Twitter

県営ワクチン接種センター

接種に当たっては、感染症の発症・重症化の予防の有効性と、接種による腫れ、痛み、発熱などの副反応のリスクを理解した上で、自身で判断してください。

東毛 ワクチン接種センター

——以下の条件を全て満たす人が対象です——

- ・桐生市、太田市、館林市、みどり市、板倉町、明和町、千代田町、大泉町、邑楽町に住民票がある人
- ・接種券を持っている人
- ・接種日時点で満18歳以上の人(太田市は18歳以上64歳以下の人)
- ・他の会場で接種をしていない人

予約時間
午前枠 9:00~11:30 / 午後枠 13:00~15:30
夜間枠 17:30~20:00



にらがわ
旧葎川西小学校
太田市安良岡町51番地
[鉄道]…東武伊勢崎線 葎川駅(徒歩11分)
[車]…校庭に駐車できます

県央 ワクチン接種センター

——以下の条件を全て満たす人が対象です——

- ・県内に住民票がある人
- ・接種券を持っている人
- ・接種日時点で満18歳以上の人
- ・他の会場で接種をしていない人

**1回目の接種は
8月中に
受けてください**

予約時間
午前枠 9:30~12:00 / 午後枠 13:30~16:00
夜間枠 17:30~19:45



Gメッセ群馬(展示ホール)
高崎市岩押町12番24号
[鉄道]…JR高崎駅(徒歩15分)
[車]…Gメッセ群馬駐車場(2時間無料)

市町村が実施するワクチン接種

・住民票のある市町村の医療機関や接種会場

※入院・入所している人など、やむを得ない事情がある人は例外的に住民票所在地外の市町村の会場・医療機関で接種を受けることができます

- 相談先
- 住所地の市役所・町村役場のワクチン接種相談窓口
 - 市町村のホームページや広報紙などで確認



県営ワクチン接種センターは「モデルナ社ワクチン」、市町村は「ファイザー社ワクチン」を使用して接種をしています。詳しくは県ホームページをご覧ください。

接種当日の持ち物

- 接種券
 - 予診票(事前に太枠内の必要事項に記入)
 - 本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)
 - お薬手帳(服薬している方のみ)
- ※半袖シャツなどの肩まで出しやすい軽装でおこしください

接種後の副反応などの県相談窓口

ぐんまコロナワクチンダイヤル

☎ **0570-783-910** ※24時間対応

FAX **027-223-7872**

ぐんまワクチン接種LINE予約システム

- 1 LINE公式アカウント「群馬県デジタル窓口」を友だち登録
- 2 「新型コロナワクチン接種予約」メニューを選択
- 3 「予約する」を選択。利用規約に同意の上、接種回数などの予約情報を入力



友だち登録はこちら

- 2回目の接種は、1回目の予約完了時に4週間後の同じ曜日と時間が自動予約されます。
- 2回目接種日の予定を確認の上、予約をお願いします。

●「LINE」予約について、分からないことがある場合は、下記コールセンターへ連絡してください。

ぐんま県営ワクチン接種センター問合せ等窓口

☎ **0570-001-720** 午前9時~午後8時30分

※コールセンターでは、予約受け付けはできません



夏休み中の感染拡大防止のお願い

リバウンドを防ぐため、引き続きご協力をお願いします

県外移動は…

極力控える

「緊急事態宣言」
「まん延防止等重点措置」
対象の地域

特に慎重に

その他感染が拡大している地域

帰省は
慎重に検討



※県をまたぐ帰省は、慎重に検討してください

新しい生活様式の
実践を



※外出の際は混雑を避け、行動歴を記録しておきましょう

集まりは
少人数・短時間



※食事は短時間で、会話の際はマスクを着用しましょう

Information

インフォメーション



- 問い合わせの際は、番号を間違えないようにお願いします
- **HP**は群馬県ホームページ(<https://www.pref.gunma.jp/>)から検索してご覧ください
- ファクスによる問い合わせは、県庁メディアプロモーション課(027-243-3600)へ

ぐんま広報は
こちらから

凡例

日 日程・時間 **休** 休館日 **所** 場所 **内** 内容
対 対象・資格 **¥** 費用 **他** その他 **申** 申込先
問 問い合わせ先 **定** 定員(先 先着 抽 抽選 選 選考)
受 受付・申込期間(必 必着 消 消印有効)

申し込み方法など

直 直接・持参 **郵** 郵送 **☎** 電話 **E** Eメール
F ファクス **〒** 郵便番号 **☐** フリーダイヤル
シ 電子申請受付システム(<https://s-kantan.jp/pref-gunma-u/>)

7月20日現在の情報です。掲載している内容は、状況により変更・中止となる可能性があります。また新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、県有施設への入場やイベント参加の際などに、入場制限やマスクの着用をお願いしている場合があります。詳しくは**HP**をご確認いただくか、お問い合わせください。

かな・かぶらぐるぶらの旅スタンプラリー2021

- 日** 11月30日(火)まで
内 多野藤岡・甘楽富岡地域の対象施設で所定の応募用紙に専用スタンプを集めて応募すると、抽選で賞品が当たります
応募方法 所定の応募用紙
スタンプラリー対象施設
 ・藤岡市…道の駅らん藤岡、道の駅上州おにし、高山社跡、土と火の里公園
 ・上野村…道の駅上野、不二洞
 ・神流町…道の駅万葉の里、神流町恐竜センター
 ・富岡市…道の駅みょうぎ、富岡製糸場、群馬サファリパーク、県立世界遺産センター、県立自然史博物館

- ・下仁田町…道の駅しもにた、荒船風穴、下仁田荒船の湯
- ・南牧村…道の駅オアシスなんもく
- ・甘楽町…道の駅甘楽、楽山園
- ・伊勢崎市…田島弥平旧宅

- 応募用紙配布場所** スタンプラリー対象施設、県富岡行政県税事務所、多野藤岡・甘楽富岡地域の主要な観光施設など
問 県富岡行政県税事務所(☎0274-62-9525)



ぐんまこどもの国児童会館「わくわく鉄道パーク」

- 巨大トイレールジオラマやNゲージ鉄道模型を設置し、さまざまな電車の模型を走らせます。Nゲージシミュレーターによる電車運転体験やミニ新幹線の乗車、紙に描いたオリジナルの電車がスクリーンの中を走る「紙トレイン」なども楽しめます。
- 日** 8月29日(日)まで 午前9時30分～11時、午前11時30分～午後12時30分、午後2時～3時、午後3時30分～4時30分
所 ぐんまこどもの国児童会館(太田市長手町)
対 一般 ※未就学児は保護者の付き添いが必要です
定 各40人(先) **¥** 無料
申し込み方法 当日、会場へ(直)
他 詳しくは、ぐんまこどもの国児童会館ホームページをご覧ください
問 ぐんまこどもの国児童会館(☎0276-25-0055)



高校生の不安や悩みをご相談ください

- 高校生の不安や悩みに対応するため、コミュニケーションアプリ「LINE」を活用した相談窓口「ぐんま高校生オンライン相談」を実施しています。匿名での相談も可能です。一人で悩まず気軽に相談してください。
- 日** 4年3月13日(日)までの毎週日曜日 午後6時～9時
 ※8月22日(日)～9月2日(木)、4年1月5日(水)～12日(水)は毎日相談を受け付けます
対 県内に在学する高校生など、一部地域の中学生
相談方法 学校で配布された周知カードからLINEの友だち登録をして、相談してください
他 電話での相談は「24時間子供SOSダイヤル(☎0120-0-78310)」へ連絡してください(24時間対応・通話料無料)
問 県庁高校教育課(☎027-226-4642)

8月は個人の事業税の納期です

- 個人の事業税は** 県内に事務所・事業所を持ち、事業を行う個人に課税される県税です
税額 事業の総収入から必要経費・事業主控除(年額290万円)などの各種控除額を差し引いた課税所得金額に、事業種別に定められた税率を掛けられたもの
納期限 第1期分…8月31日(火)、第2期分…11月30日(火)
納税場所 県内の金融機関、郵便局、県行政県税事務所、コンビニエンスストア、「Pay-easy」対応のインターネットバンキング・モバイルバンキング・ATM、スマートフォンアプリ(LINE Pay、PayPay)を利用した納税、「Yahoo! 公金支払い」サイトからのクレジットカードによる納税
 ※詳しくは、送付する納税通知書または**HP**をご確認ください
口座振替納税は
 ・8月31日が第1期分の引き落とし日になります。預金残高を前日までに必ず確認してください
 ・9月30日(木)までに申し込むと、第2期分(11月)の納税から利用できます
問 県行政県税事務所、県庁税務課(☎027-226-2196)

夏季における山岳遭難・水難事故防止

- 夏季シーズンは、各地で山岳遭難や水難事故の発生が予想されます。山や水辺に行く際は次のことに注意してください。
- 山岳遭難**
 ・登山届(登山カード)を提出する
 ・事前に気象情報や登山コース・危険箇所などを確認し、十分な装備を準備するとともに、体力に見合った計画を立てる
 ・単独登山は避け、天候の急変時は登山を中止し、下山する
 ・家族や職場などに、登山コースや帰宅時間、非常時の連絡方法を告げる
水難事故
 ・子どもには、保護者ができる限り付き添い、目を離さない
 ・河川や湖沼の危険な場所で遊んだり、泳いだりするのはやめ、魚釣りをするとき、ウェットスーツやライフジャケットを着用する
 ・カヌーや水上オートバイなどの水上スポーツは、十分な装備で、周囲の安全を確認するとともに、ルールやマナーを守る
問 県警察本部地域課(☎027-243-0110)



お知らせ

核兵器の廃絶と平和を願って

本県は、平成元年3月の県議会で「核兵器廃絶平和県」の宣言を決議しました。地球上から全ての核兵器が廃絶され、世界の平和がいつまでも続くことは、私たちの変わらない願いです。今年も広島、長崎に原爆が投下された時季を迎えます。心を新たに核兵器のない世界平和の実現を目指しましょう。
☎ 県庁地域外交課(☎027-897-2982)

児童扶養手当・特別児童扶養手当に関する届け出を提出してください

児童扶養手当、特別児童扶養手当を受給している人は、次の届け出が必要です。届け出がない場合、手当の支給が停止されますので、忘れずに手続きをしてください。所得制限により支給が停止されている人も届け出が必要です。

【児童扶養手当】
受 8月2日(月)～31日(火)
提出する届 現況届、一部支給停止適用除外事由届出書(受給から5年以上経過する人など)
※期間内に一部支給停止適用除外事由届出書が提出されない場合は、手当額の2分の1が支給停止となる可能性があります

【特別児童扶養手当】
受 8月12日(木)～9月13日(月)
提出する届 所得状況届
※前年度に引き続き、今年度も所得超過となる人については、市役所・町村役場が受給者に代わって、届け出をすることが可能です。詳しくはお問い合わせください

【共通事項】
・7月以前に受給資格喪失事由(婚

姻など)に該当した人は「資格喪失届」を提出してください
・8月以降に受給資格喪失事由に該当する予定の人は、現況届または所得状況届を提出する際に申し出て下さい

届け出先・☎ 住所地の市役所・町村役場

新規就農を目指す人に、就農前の研修を後押しする資金を交付します

次世代を担う農業者の育成・確保のため、先進農家などで研修を受ける就農希望者に資金(農業次世代人材投資事業(準備型))を交付します。
対 次の要件を全て満たす新規就農希望者
・就農予定時の年齢が、原則50歳未満である
・独立、自営就農または雇用就農を目指す
・県が認める研修機関などでおおむね1年以上研修をする
・常勤の雇用契約を締結していない
・生活費を支給する国の他の事業を受給していない
※他にも要件があります。詳しくはお問い合わせください

交付期間 2年間(最長)
交付額 年間150万円(最大)
定 10人程度 **選**

受 随時
申請方法 所定の申請用紙
申請用紙配布場所 県農業事務所、県立農林大学校
他 申請前に必ず相談してください
☎ 県庁農業構造政策課(☎027-226-3042)、県農業事務所



山本一太の知事コラム デジタルが創り出す未来

群馬県台湾総会との共催事業「台湾フェア」と、県が取り組む「湯けむりフォーラム」のコラボレーション企画として、世界的にも注目を集める台湾のデジタル担当大臣オードリー・タン氏と知事とのオンライン対談を行いました。大臣からは、大勢の人たちの多様な考え方に対応するツールとしてデジタル技術の活用が有効であることや、台湾で導入されている若者が大臣に助言する「リバースメンター」制度など、さまざまなお話を聞くことができました。対談後には、タン大臣と県内の高校生や大学生との意見交換も行われ、次世代を担う若者に対する示唆に富んだアドバイスもいただくことができました。

昨年度に策定した「新・群馬県総合計画(ビジョン)」では、自らの意志で一歩踏み出し、新しいことに挑戦する「始動人」の育成を掲げています。今回のような取り組みが、若者をはじめ、多くの人が自ら動き出すきっかけになることを期待しています。



オードリー・タン大臣と対談する山本一太知事(7月8日)

試験

県職員採用Ⅲ類試験・選考

第1次試験(考査)日 9月26日(日)
所 前橋市内

受 8月6日(金)～24日(火)
出願方法 **☎**

※**☎**での申し込みが困難な場合は、16日(月)までにお問い合わせください
他 受験案内や受験資格、採用予定人数などは、**HP**をご覧ください
☎ 県人事委員会事務局(☎027-226-2744)

県職員採用選考考査(ICT職)

第1次選考(書類選考) 11月上旬
対 3年6月30日時点で、企業などにおいて、システム開発・構築・研究・運用、システム運用業者への指導、技術相談などに5年以上の職務経験を有する人
採用予定人数 2人
受 9月27日(月)まで

※**☎**は28日(火)まで **酒**

出願方法 **☎**または所定の出願用紙
受験案内・出願用紙配布場所 県庁県民センター、県庁業務プロセス改革課、県人事委員会事務局、県行政県税事務所、県東京事務所(東京都千代田区平河町)

他 詳しくは **HP** または受験案内をご覧ください
☎ 県庁業務プロセス改革課(☎027-226-2334)

県毒物劇物取扱者試験

日 10月24日(日)
所 県立県民健康科学大学(前橋市上沖町)
試験の種類 一般、農業用品目、特定品目
¥ 1万700円(受験手数料)
受 8月23日(月)～9月3日(金)
出願方法 所定の出願用紙
出願用紙配布場所 県庁薬務課、県保健福祉事務所、前橋市保健所、高崎市保健所
☎ 県庁薬務課(☎027-226-2661)

県広報のお知らせ

テレビ番組(群馬テレビ)

ジャンポケロード
毎週金曜日 午後7時30分(再放送) 日曜日 午前9時30分

ジャンポケロードとは…
お笑いトリオ「ジャンポケロード」が、さまざまなミッションをクリアしながら群馬県内を巡る「ふれあいミッション旅バラエティー」です。
8月6日・8月13日・8月20日/前橋市
9月3日/嬶恋村
番組公式Twitterはこちらから!

ラジオ番組(エフエム群馬)

県の事業や施策、イベント情報など、県政に関する情報をお届けします。
●**ワイゲルPREF**
毎週月～木曜日 午前8時57分頃
●**ぐんま情報トッピング**
毎週月～木曜日 午後5時50分頃
☎ 県庁メディアプロモーション課 (☎027-226-2167)

スポーツ・文化情報

ガスパクサツ群馬試合情報

日程	開始時刻	会場	対戦相手
8月9日(月)	午後7時	正田醤油スタジアム群馬	愛媛FC
8月22日(日)	午後7時		レノファ山口FC
8月29日(日)	午後7時30分		ツエーゲン金沢

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
8月4日(水)		高崎城南野球場	福島レッドホープス
8月13日(金)			信濃グランセローズ
8月14日(土)	午後5時		新潟アルビレックスBC
8月15日(日)		伊勢崎市野球場	福島レッドホープス
8月20日(金)			新潟アルビレックスBC
8月22日(日)	午後1時	高崎城南野球場	福島レッドホープス
8月26日(木)			新潟アルビレックスBC
8月27日(金)			栃木ゴールデンブレーブス
8月28日(土)	午後5時		新潟アルビレックスBC
8月29日(日)			福島レッドホープス

群馬交響楽団 8月演奏会情報

日程・演奏会名	開演時刻	会場	内容
8月15日(日) 群馬サマーコンサート	午後3時(2時開場)	高崎芸術劇場	指揮:矢野博太郎、ピアノ:岡田博美、曲目:ドボルザーク/交響曲第8番 長調 作品88 他
8月23日(月) 東京オペラシティ公演	午後7時(6時開場)	東京オペラシティ コンサートホール	指揮:高瀬健、ピアノ:仲道郁代、曲目:リムスキー=コルサコフ/交響組曲「シェヘラザード」作品35 他

TOPIC ぐんま古墳カードを配布します!

古墳時代に畿内との密接な関係を持ち、東日本最大の古墳大国として栄えた「古墳県群馬」。その魅力をPRするため、令和元、2年度に引き続き、新たに12カ所の古墳カードを作成しました。カードは古墳に隣接する資料館などで配布しています。また全てのカードを集めた人には、先着500人限定で特製カードフォルダーをプレゼントします。
日 8月6日(金)～なくなり次第終了
所 指定する地域の歴史資料館など
他 対象の古墳やカードの入手方法など、詳しくは**HP**をご覧ください
☎ 県庁文化振興課(☎027-226-2525)



プレゼント 「読者アンケート」の回答者の中から抽選で「ジャンポケロード」番組オリジナルグッズ、ガスパクサツ群馬(ホーム戦(11月まで))、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)、群馬交響楽団関連グッズ(クリアファイル5枚セット)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

催し・募集

企業の人材募集をお手伝いします

東京23区などから県内に移住し、要件を満たす法人に採用された人に対して、県は移住支援金を支給しています。この支援金の対象となる法人の求人情報を募集しています。

対 資本金10億円未満、本店が東京圏(東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県)にないなどの要件を満たしている法人

受 随時
申し込み方法 所定の申請用紙
他

・対象法人の要件や申請用紙の入手について、詳しくは「ジョブカフェぐんま」ホームページをご覧ください
・移住支援金制度について、詳しくは「ぐんま暮らし」ポータルサイトをご覧ください

問 県庁労働政策課(☎027-226-3404)、ジョブカフェぐんま東毛サテライト(☎0277-20-8228)

無料住宅専門相談会

専門家が法律、建築、不動産などの相談に応じます。

日
・法律…8月6日(金)、20日(金)、27日(金)
・建築…8月21日(土)
・不動産…9月11日(土)
※時間はいずれも午後1時～3時

所 県住宅供給公社(前橋市紅雲町)
定 各3、4人**先**
申し込み方法 ☎。氏名、電話番号、希望日、相談内容(例 賃貸住宅の原状回復、工事請負契約についてなど)をお知らせください
申・問 県住宅供給公社「ぐんま住まいの相談センター」(☎027-210-6634 音声ダイヤル3番)

心臓病予防ヘルスアップ教室(にじいろコース)



講義で糖尿病について学ぶ

医師や健康運動指導士、管理栄養士、薬剤師などの医療スタッフによる健康教室。1時間の講義と2時間の運動実習を実施します。

日 9月1日～11月24日の水曜日(全13回) 午後1時50分～4時30分

所 県立心臓血管センター(前橋市亀泉町)

対 動脈硬化、メタボリック症候群が気になる20歳以上の人

定 5人**先**

¥ 3万5千円(医師の問診、運動負荷テスト、血液検査料、運動指導料など)

受 8月17日(火)まで
申し込み方法 ☎または[F]。住所、氏名、生年月日、電話番号をお知らせください

申・問 県立心臓血管センター(☎027-269-7455 [F]027-269-1492)

ぐんま林業就業支援研修の受講生を募集します

日 9月6日(月)～16日(木) ※土・日曜日を除く

所 県木材振興センター(前橋市西善町)他

内 チェーンソー・刈払機の基本操作、伐倒練習機での伐倒練習、現場での作業実習

対 県内で林業への就業を希望する人

定 8人**選**

¥ 無料

受 8月16日(月)まで

申し込み方法 所定の申込用紙

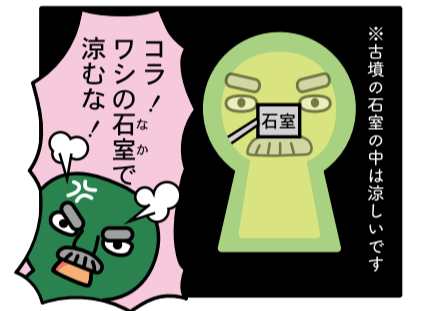
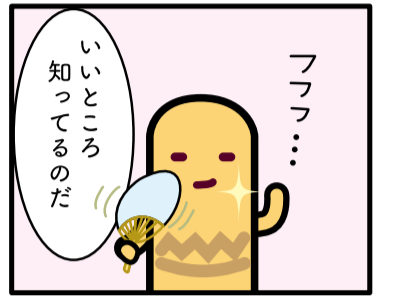
申込用紙入手場所 HP

他 詳しくはHPまたはぐんま森林・林業就業ナビ森ワークをご覧ください

問 県庁林業振興課(☎027-226-3235)



伐倒の練習をする受講生



美術館・博物館などの催し

※休館日・開館時間など、詳しくは事前に各施設へお問い合わせください

施設名	8月	9月
①近代美術館 所 高崎市綿貫町 休 月曜日(祝日の場合は翌日、8/16除く) ☎ 027-346-5560	線のメルヘン 南桂子と銅版画家たち ~8/22 群馬青年ビエンナーレ2021 ~8/22	
②館林美術館 所 館林市日向町 休 月曜日(祝日の場合は翌日、8/16除く) ☎ 0276-72-8188	野口哲哉展— THIS IS NOT A SAMURAI ~9/5	
③歴史博物館 所 高崎市綿貫町 休 月曜日(祝日の場合は翌日、8/16除く)、9/6~17 ☎ 027-346-5522(事前予約制・オンライン予約)	企画展「古墳大国群馬へのあゆみ」 ~9/5 新田猫絵展、再び ~9/5	昭和のくらし 9/18~ 11/21
④自然史博物館 所 富岡市上黒岩 休 月曜日(祝日の場合は翌日) ※8月は休館しません ☎ 0274-60-1200(事前予約制・オンライン予約)	鳥がトリであるために (season1) ~9/5	(season2) 9/11~12/5
⑤土屋文明記念文学館 所 高崎市保渡田町 休 火曜日(8/10、17除く) ☎ 027-373-7721	宮沢賢治 —みんなのほんとうのさいわいをさがしに— ~9/20	

施設名	8月	9月
⑥日本絹の里 所 高崎市金古町 休 火曜日(祝日の場合は翌日)、9/1~8 ☎ 027-360-6300	夏休みこども展「学ぼうカイク」 ~8/30	おおたけなつこ 大竹夏紀展 Mount Penglai 9/9~10/18
⑦ぐんま昆虫の森 所 桐生市新里町鶴ヶ谷 休 月曜日(祝日の場合は翌日、8/2、9除く)、8/31~9/3 ☎ 0277-74-6441 ※8/29までは予約制	夏の特別展「カブト・クワガタ展」 ~8/29 企画展「セミたちの夏」 ~10/24	秋の野山の昆虫展 9/4~10/24
⑧ぐんま天文台 所 吾妻郡高山村中山 休 月曜日(祝日の場合は次の平日、8/16除く)、8/17~19、8/24 ☎ 0279-70-5300	星空さんぽ ● 8/7 ※「星空さんぽ」では、天体観望の予約者を対象に、ボランティアによる星座の探し方などを案内します 天体写真展 ~10/3	
⑨カネコ種苗ぐんまフラワーパーク 所 前橋市柏倉町 ☎ 0120-1187-38	青色感謝祭 ~8/22	トロピカルガーデン ~9/26

共通事項
時間 ①~⑥…午前9時30分～午後5時(①~⑤の入館は4時30分まで)、⑦…午前9時30分～午後4時(入園は3時30分まで)、⑧…午前10時～午後5時(入館は4時30分まで)、夜間(午後7時～10時)は要予約、⑨…午前9時～午後5時(入園は4時30分まで)
料金 中学生以下は無料。その他はお問い合わせください
※障害者手帳などをお持ちの方とその介護者(1人)は無料です。証明できるものをお持ちください

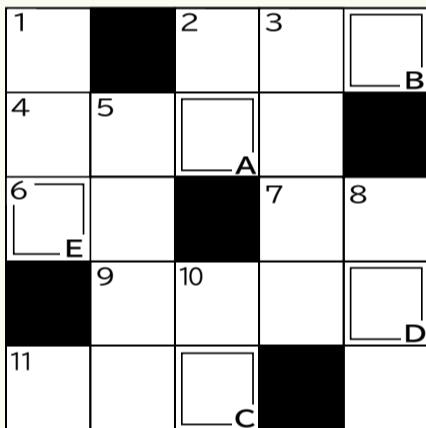
※新型コロナウイルス感染症の影響により、日程や内容が変更になる可能性があります。また県有施設への入場やイベントの参加の際などに、入場規制やマスクの着用をお願いしている場合があります。詳しくはHPをご確認いただくか、お問い合わせください

「ぐんま広報 & tsulunus PLUS」 読者アンケート・クロスワードパズル

アンケートにお答えいただいたクロスワードパズルの正解者の中から抽選で「ぐんまちゃんグッズ」や「県有施設のご招待券(2枚組み)」などを各5人に差し上げます。(前回の「tsulunus PLUS」は6月号に折り込み)

- ① 「ぐんま広報・tsulunus PLUS」の内容は分かりやすいですか？
1. 分かりやすい 2. おおむね分かりやすい 3. 少し分かりにくい(具体的に：) 4. 分かりにくい(具体的に：)
- ② 「ぐんま広報・tsulunus PLUS」の紙面レイアウト、デザイン、配色、文字の大きさなどは読みやすいですか？
1. 読みやすい 2. おおむね読みやすい 3. 少し読みにくい(具体的に：) 4. 読みにくい(具体的に：)
- ③ 普段「ぐんま広報・tsulunus PLUS」をどこで手に入れていますか？
1. 新聞折り込み 2. 県庁県民センター、県行政県税事務所 3. 市役所・町村役場 4. 銀行、農協 5. 郵便局
6. スーパーマーケット、コンビニエンスストア 7. 県ホームページ版で見ている 8. 電子書籍版で見ている 9. その他()
- ④ 「ぐんま広報」の中で、よく読むコーナーはどこですか？(3つまで選んでください)
1. 特集(1~3ページ) 2. インフォメーション(4~7ページ) 3. ぐんまちゃんの4コマ漫画(7ページ)
4. 美術館・博物館などの催し(7ページ) 5. おでかけGuide(前回掲載は7月号)など(8ページ)
- ⑤ 「tsulunus PLUS」の中で、よく読むコーナーはどこですか？(3つまで選んでください)
1. ツルノメ(特集) 2. ツルノショク(ぐんまちゃんのおでかけキッチン) 3. ツルハシ(群馬の定番研究所) 4. ツルノハネ(ワンダフォー! ぐんま)
5. ツルノオヤコ(つるの親子探検隊) 6. ツルノタヨリ(ぐんま応援びと) 7. ツルノヒト(上州人、はばたく) 8. ツルノツール(スマホでぐんま)
- ⑥ 電子書籍版「ぐんま広報・tsulunus PLUS」を、パソコンやスマートフォン、タブレットで読めることをご存じですか？また実際に読んだことがありますか？(複数選択可)
1. パソコンで読んだことがある 2. スマートフォン、タブレットで読んだことがある 3. 知っていたが、読んだことはない
4. 初めて知った
- ⑦ 今後「ぐんま広報・tsulunus PLUS」で取り上げてほしいテーマをご記入ください
- ⑧ ご意見・ご感想などをご記入ください
- ⑨ パズルの答え

クロスワードパズル



- たてのかぎ
 - 1 照明。光を出す物
 - 2 腰掛け。座る物
 - 3 銅とすずの合金。ブロンズ。青緑のさびが付く
 - 5 二人以上の人が心を一つにするさま。「〇〇〇〇団体」
 - 8 ある人の身の上や物事について陰で話すこと
 - 10 仕事の合間など、自由に使える時間
- よこのかぎ
 - 2 元気のあること。敵を恐れさせる力や勢い
 - 4 海の水のこと
 - 6 3.1415926...=円周〇〇
 - 7 動物などの首・手足・しっぽ以外の体の部分
 - 9 平成の一つ前の元号
 - 11 火山が爆発して、火口から溶岩やガスを噴き出すこと

答え：A~Eを順番に並べると？



7月号の答えは「ヒナンジョ(避難所)」でした。応募総数は1,183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。

おたよりコーナー



クロスワードパズル応募時に寄せられたご意見・ご感想を紹介します

◆コロナ禍における避難所の居住スペースや感染予防対策がどのような状況なのか大変気になっていたもので、参考になりました。避難所に行かず、自分の車に車中避難するなど、避難の方法を見極めることで、避難所に避難せざるを得ない方々の負担が減るよう、しっかり対策を取って準備をしていきたいです。(館林市 35歳)

◆「新型コロナウイルスワクチン接種についてのお知らせ」が参考になります。LINEでの予約方法も掲載しており、私たち老夫婦にとっては心強く、新型コロナウイルスワクチン相談窓口もありがたいです。集団接種時のスムーズな対応も素晴らしいです。(富岡市 73歳)

※掲載された人には、ぐんまちゃんぬいぐるみストラップをプレゼントします

県人口	1,917,157人(対前月:-1,187人)		
男	948,430人	女	968,727人
出生	922人	死亡	1,936人
世帯数	818,051世帯		
県移動人口調査 令和3年6月1日現在			
※出生・死亡は5月1日~31日			

応募方法

はがき、ファクス、Eメールまたは「ぐんま電子申請受付システム」。
上の設問①~⑨の各項目の回答 ⑩郵便番号 ⑪住所 ⑫氏名(ふりがな) ⑬年齢 ⑭希望の賞品名を書いてください(Eメールは件名に「ぐんま広報8月号読者アンケート・クロスワードパズル」と記入してください)

応募先

- ・はがき 〒371-8570 メディアプロモーション課「読者アンケート・クロスワードパズル」係
- ・ファクス 027-243-3600 ・Eメール dokusya@pref.gunma.lg.jp
- ・電子申請 <https://s-kantan.jp/pref-gunma-u/>

※下図から読み取れます

応募期限

8月11日(水)消印有効
※ファクス、Eメール、電子申請は11日送信分まで

賞品

※次の中から希望のものを一つ明記してください
ぐんまちゃんトートバッグ、ぐんまちゃんグッズ、ぐんまちゃんぬいぐるみストラップ、「ジャンポケロード」番組オリジナルトートバッグ、「ジャンポケロード」番組オリジナルステッカー、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、日本絹の里、カネコ種苗ぐんまフラワーパーク、ぐんま天文台、ぐんま昆虫の森、ザスパクサツ群馬(ホーム戦(11月まで))、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)、群馬交響楽団オリジナルグッズ(クリアファイル5枚セット)
※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

今月はプレゼントを拡大しています!

