

見つけよう！ぐんまの素晴らしい宝物を。



[ツルノス・プラス]

tsulunos PLUS

QUARTERLY MAGAZINE

6月号

summer
vol.20

ぐんま広報増刊号
保存版

| 特集 | ⊕ スペシャル

おいしく食べて暑い夏を乗り切る！

ぐんまの 夏野菜

- ⊕ パーソン YouTube・俳優 こびさん
- ⊕ トレジャー 県立自然史博物館
- ⊕ ワーク 花火師
- ⊕ カルチャー 俳句「ぐんまの川」
- ⊕ フード 盛りすぎ？高崎パスタ
- ⊕ ネーチャー ゲンジボタル
- ⊕ デジタル 簡単！画像の編集方法

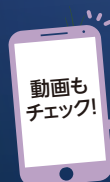
ぐんま心の情景

「田園に映える、たまむら花火」

毎年7月、県内でいち早く行われる玉村町の花火大会

水田に映り込む花火は二毛作が盛んな群馬ならではの。

玉村町の伝説に登場する龍も花火見物にやって来たようです。



県ホームページの他、電子書籍版をスマートフォンやタブレットでご覧になれます
<https://www.pref.gunma.jp/site/gunmakouhou/702744.html>

UD FONT

tsulunos PLUS



+ パーソン



GUNMA GOOD PERSON

\ MOVIE /
動画
メッセージ



ライフスタイルの発信を通して 群馬の魅力を伝えたい

看護師である傍らYouTubeを始め、マルチクリエイターへと転身したこぴさん。活動拠点を都心に移したことで、地元群馬への深い愛情を再確認し、魅力を発信しています。

緑豊かな群馬の公園で育まれた チャレンジ精神

大学時代に趣味で投稿していたギターの弾き語り動画を見た、音楽プロデューサーのコバソロさんに声をかけてもらったのがきっかけで、自分でもSNSで発信していくようになりました。看護師として働く傍らYouTubeでの活動を始めるなど、好奇心旺盛な性格の源は、幼少期にあるのではないかと思います。私は公園などで知らない人にもよく話しかける子どもで、地元の人たちは温かく迎え入れ、友達になってくれました。この経験が、さまざまなことに興味を持ち、挑戦できる今の自分の性格に良い影響を与えていると思います。



「声を聞いたら“こぴ”だって分かる歌を歌いたい」とこぴさん

太田市出身であることを武器に 群馬の魅力発信に貢献したい

SNSでの発信を通じて視聴者さんからいただく温かいコメントに触れ、もっと近い距離で関わりたいと思い、音楽だけでなく自分の生き方も発信していくようになりました。そうした発信をする中で太田市出身だと知られるようになり、群馬のイベントやメディアで仕事をする機会が増えました。実家が農家ということもあり、群馬の野菜を使った簡単なおつまみを紹介する動画などを作って発信しています。今後は地元群馬での活動も精力的に行い、私なりの視点で群馬の魅力を伝えていきたいです。



群馬テレビ「ニュース×情報 がるがる」にて第一水曜日のレギュラーとして出演中！（1番右がこぴさん）

直筆サイン色紙をプレゼント！

こぴさんの直筆サイン色紙を「ぐんま広報」8Pの数独クイズ正解者の中から3人にプレゼント！



YouTuber、俳優、モデル、アーティスト

こぴさん

プロフィール 2019年にYouTubeチャンネル「こぴ」を開設。Netflix「こねこのチー ポンポンらー夏休み」主題歌、ベスト電器TVCM曲、映画「ゆい」主題歌など、数々の歌唱を担当。看護師の経験を生かし「アンメット ある脳外科医の日記」（フジテレビ）に出演。俳優やモデルの経験を重ね、活躍の幅を拡大中。現在、群馬テレビ「ニュース×情報 がるがる」や群馬のライフスタイルマガジン「motto」にレギュラー出演中

マイゲッド ぐんま

思い出の Auto Mirai 華蔵寺遊園地

子どもの頃、家族でよく遊びに行った華蔵寺遊園地は、レトロな雰囲気が若い人にも刺さるのではないかと思います。昔からずっと地域に愛されている遊園地で、お気に入りの場所です



県公式YouTubeチャンネル「tsulunos」に出演。理想の観光コースとしてAuto Mirai華蔵寺遊園地を紹介してます

群馬焼きねぎ味噌にんにく

ご飯のお供にもおつまみにもなる「焼きねぎ味噌にんにく」は、下仁田ネギを使っていて、東京の友人や仕事仲間へのお土産にすると、とても喜ばれます。自分でもストックしていて、卵かけご飯にしょうゆの代わりに乗せる食べ方が大好きです



最初はぐんまちゃんのパッケージに惹かれて買ったのですが、本格的な味にびっくり！

+ トレジャー

ぐんまちゃんと一緒に学ぶ

キラ★ズとぐんまの宝物

ぐんまちゃんとアシスタントのあかりんが「ぐんまの宝物(魅力)」を紹介します



ぐんまちゃん

あかりん(木暮あかり)
フリーアナウンサー

県立自然史博物館

地球と生命の進化の歴史が
分かる展示に心踊る

地球の誕生から生命の進化の歴史、群馬の豊かな自然を紹介している県立自然史博物館。高さ12mの天井高を生かして首の長いブラキオサウルスの標本などを展示しています。他にもガラス張りの床下に再現されたトリケラトプスの発掘現場の他、県内で見つかった化石を数多く見ることができます。大人から子どもまで、展示を見て、触れて学べる博物館です。7年3月には観覧者延べ500万人を達成しました。

案内人

県立自然史博物館 教育普及係

田中 佑典 さん

「最近はお癒やしを求めて1人で博物館に訪れる人も増えています。週末を中心に楽しいイベントも計画しているので、ぜひ来館してみてください」

群馬の自然を
学べるよ

動画もチェック！



▲ぐんまちゃんがバックヤードを探検！

動くティランノサウルスの実物大模型は大迫力！

ぐんまちゃんのこれ！知ってた！？

長い骨につ
カマラサウルスの右大腿骨
を触ってみるぐんまちゃん

ポイント①

貴重な化石や標本がいっぱい
7割が本物の骨化石だという全長15mのカマラサウルスをはじめ、恐竜の標本や動物の貴重な化石の数々に壮大な進化のロマンを感じます

オオツノジカの全身骨格。この角
の実物は県内で見つかりました

ポイント②

群馬の自然と環境を紹介
標高や地域別に特徴的な動植物を展示し、群馬の豊かな自然を再現。今にも動き出しそうな動物たちの剥製を間近で観察できます

広い館内にワクワクする
ぐんまちゃん本物の樹幹を使って再現された
ブナ林は圧巻ですあかりんの
取材メモ

新種だった！クジラの化石

南米で発掘されたクジラの化石(常設展示)が、研究により6年3月に新種と判明。この化石は開館時から展示されているそうです！



まとめ



世界中の標本や展示が

集まる国内屈指の博物館

世界中から恐竜、動植物の貴重な標本や鉱物などを収集しています。迫力ある展示が好奇心をくすぐる館内では、自然の神秘や生き物の不思議など自然史について楽しみながら深く学べます。

お知らせ

7月19日(土)から絵本「ながいながい骨の旅」を題材とした企画展を開催！背骨を獲得した動物が地上に進出し、発展してきた過程を紹介。詳細はホームページから

〒474-8674 富岡市上黒岩1674の1 ☎0274-60-1200

休月曜日(祝日の場合は次の火曜日) 〻 <https://www.gnmh.pref.gunma.jp/>

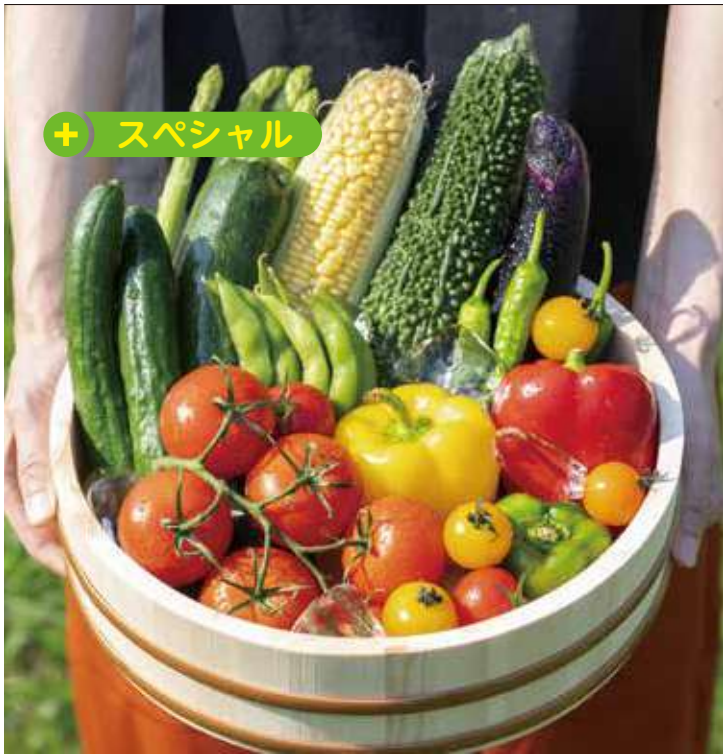
☎一般=510円、大学・高専・高校生=300円、中学生以下=無料、障害者手帳をお持ちの方とその介護者(1人)は無料 ※企画展の開催期間は料金が異なります



【読者プレゼント】

県立自然史博物館オリジナル筆箋を「ぐんま広報」8Pの数独クイズ正解者の中から1人にプレゼント！





+ スペシャル

おいしく食べて暑い夏を乗り切る！

ぐんまの夏野菜

夏に収穫時期を迎えるナスやキュウリなどの夏野菜。

その出荷量はどれも全国上位で“野菜王国ぐんま”を代表する野菜です。

ビタミンやミネラルが豊富な新鮮野菜を食べて暑い夏を乗り切ろう！



生産者が教える！

夏のおすすめレシピ付き

ぐんまが全国に誇る夏野菜5選

※出荷量出典：令和5年産野菜生産出荷統計（農林水産省）

主な産地

伊勢崎市、
前橋市、
高崎市など

■出荷量 全国1位■

〈夏・秋ナス〉

ナス



農業者
たかはし
高橋 あゆみさん

重宝される夏野菜
調理法もいろいろ

夏秋期の露地栽培など県内で広く栽培される夏秋ナス。煮る、焼く、揚げる、漬けるなど用途が広い万能野菜です。加熱すると油や調味料のうまみをよく吸って、柔らかくなります。



生産者に聞きました

夏のおすすめ
レシピ

ナスとサバのラタトゥイユ

材料（2人前）

ナス2本、タマネギ1/2個、ニンニク1片、オリーブ油大さじ1、サバ水煮缶150g、トマト缶200g、塩・コショウ適量

作り方

- 1 ナスは乱切りに、タマネギはくし形切りにする。ニンニクは半分に切ってつぶす
- 2 鍋にオリーブ油とニンニクを入れて中火にかけ、香りが出たらナスとタマネギを入れて炒める
- 3 全体に油が回ったらサバ缶（汁ごと）、トマト缶を加え、ふたをして15分ほど煮る
- 4 汁気が少なくなったら塩・コショウで味を整え、冷蔵庫で冷やす



ポイント

おいしい野菜の見分け方 へたの切り口が新しく、ガク部分のトゲがとがっているもの

主な産地

板倉町、
館林市、
前橋市など

■出荷量 全国2位■

キュウリ



かしわ農園
かしわき ゆうこ
柏崎 祐子さん

みずみずしく
涼をもたらす野菜の代表

日照時間に恵まれ、出荷量全国2位のキュウリは水分を多く含み、体を内側から冷やしてくれます。サラダや漬物など生で食べる他、炒めても違った食感が楽しめます。



生産者に聞きました

夏のおすすめ
レシピ

キュウリとツナの冷や汁そうめん

材料（2人前）

キュウリ1本、ツナ缶70g、味噌大さじ2、すりゴマ大さじ4、冷水200ml、青ジソ4枚、ミョウガ1個、そうめん2束

作り方

- 1 キュウリは薄い輪切りにして塩少々を振り、しんなりしたら水気を絞る
- 2 ミョウガは小口切り、青ジソは千切りにする
- 3 味噌、すりゴマ、ツナ缶（汁ごと）を混ぜ合わせ、冷水を少しずつ加えながら混ぜる
- 4 ゆでたそうめんを水で締め、器に盛り、3をかける



ポイント

おいしい野菜の見分け方 色つやがよく、イボがとがっているもの

主な産地

昭和村、
沼田市、
片品村など

■出荷量 全国3位■

レタス



農園星ノ環
ほしの たかゆき
星野 高章さん

シャキッとした
歯触りが特徴的

主な生産地は北部の中山間地。夜明け前の冷涼な時間帯に収穫され、鮮度を保持したまま消費地に運ばれます。水分をたっぷり含んでシャキッとした食感が特徴です。



生産者に聞きました

夏のおすすめ
レシピ

レタスの浅漬け

材料（2人前）

レタス1/2玉、ショウガ1片、水500ml、塩大さじ1

作り方

- 1 レタスは大きめに手でちぎる。ショウガは千切りにする
- 2 水に塩を溶かす
- 3 ジッパー付き保存袋に1、2を入れ、半日～1日漬ける



ポイント

おいしい野菜の見分け方 葉にツヤとハリがあり、あまり固く巻きすぎでないもの

群馬の夏野菜の魅力

中山間地から平地までさまざまな環境で野菜が作れることに加え、流通網が整備されていることで、多様な野菜を新鮮な状態で運ぶことができます。ビタミンやミネラルを多く含む夏野菜は加熱してもおいしいですが、生食がおすすめ！野菜自体の甘みや鮮度の良さが分かり、サラダはレストランでも人気の一品です。皆さんも県産のおいしい夏野菜を食べて暑い夏を乗り切りましょう。

取材協力
柴崎農園／cafe&marche nôfu
こばやし ふみ こ
小林 郁子さん
食育インストラクターや介護食士、調理師の資格を持ち、家族で柴崎農園を営みながら、野菜をふんだんに使った農家レストランを経営



出荷量が全国上位の代表的な夏野菜を5つピックアップ。その特徴はもちろん、生産者に聞いたおいしい野菜の見分け方、暑い夏にぴったりの「夏のおすすめレシピ」を紹介します

レシピ監修／林道子（フードコーディネーター）

主な産地

嬬恋村、
長野原町、
昭和村など

■出荷量 全国1位■

〈夏秋キャベツ〉

キャベツ



つまごいみのりファーム
さとう てつや
佐藤 哲哉さん

冷涼な気候を生かして 生産される高原キャベツ

出荷量全国1位のキャベツは昼夜の温度差や高原の朝つゆにより、柔らかくて甘みが強くなるのが特徴。みずみずしくシャキシャキの食感で生で食べても、加熱調理してもおいしいです。



生産者に聞きました

夏のおすすめ レシピ

お好み焼き風キャベツサラダ



ポイント

おいしい野菜の見分け方 芯の切り口が新しく、硬く身が締まっているもの

材料（2人前）

キャベツ1/4玉、豚バラ薄切り肉100g、卵2個、ソース・マヨネーズ適量、お好みでカツオ節・青ノリ・紅ショウガ

作り方

- 1 キャベツは千切りにする。豚肉は約10cmの長さに切る
- 2 フライパンに豚肉を並べ、中火でカリカリになるまで焼く。キャベツの上に豚肉を乗せ、出た脂もかける
- 3 卵を溶いてスクランブルエッグを作り、2の上に乘せる
- 4 ソース、マヨネーズをかけ、お好みでカツオ節、青ノリ、紅ショウガを乗せる

主な産地

沼田市、
伊勢崎市、
片品村など

■出荷量 全国8位■

トマト



今村農園
いまむら よしのり
今村 義範さん

色つやがよく高品質で 甘みのあるトマト

夏期は昼夜の温度差の大きい冷涼な高原地帯で作られ、冬春期は日照に恵まれた平坦地で作られるトマト。濃厚な甘みと酸味のバランスが取れた特徴的な銘柄トマトなどがあります。



生産者に聞きました

夏のおすすめ レシピ

トマトのシャーベット



ポイント

おいしい野菜の見分け方 皮にハリとツヤがあり、ヘタの緑色が濃いもの

旅の思い出とともに 夏野菜を採りに行こう♪

昭和村とうもろこしまつり

【開催日】7月27日（日）

【料 金】600円（5本）

【場 所】道の駅 あぐりーむ昭和

〒370-0001 昭和村森下2406の2 ☎0278-25-4831

道の駅に隣接した「あぐりーむファーム」では、昭和村特産のトウモロコシの収穫体験ができます。収穫する品種「ゴールドラッシュ 88」は、甘みが強く、粒皮が柔らかいのが特徴です。



鮮度が良く、
甘みがある！

香ばしさに誘われて

片品村のとうもろこし街道

☒片品村東小川

片品村下小川地区から栃木県日光市へ向かう約4kmの街道は、最盛期の8月上旬に焼きトウモロコシの販売店が立ち並び、辺りがしょうゆの香ばしい香りに包まれます。



+ ワーク

ザ・バックステージ

魅力の裏舞台

「花火師」

人の心に響く花火を作る技術者

夜空に大輪を描く夏の風物詩、花火大会。その構成から打ち上げ花火の制作、大会当日の花火の設置、打ち上げ、撤去までを行う花火大会の総合演出家兼技術者。今回は、たまむら花火大会、高崎まつり大花火大会など、県内の花火大会を支えている「菊屋小幡花火店」の花火師を紹介します。



人

菊屋小幡花火店 五代目 おばた としあき 小幡 知明さん

「高校卒業後は都内の専門学校に進学しました。夏に帰省して玉村町の花火大会を手伝った時、間近で見た花火のきれいさに衝撃を受け、家業を継ぐ決意をしました」

仕事

花火大会当日は、工場で筒に仕込んだ状態の花火玉を運び込み、固定して配線作業を行います。法律で禁止されている風速10m以上を除き、雨でも打ち上げ可能です



花火のシミュレーションソフトを使って、花火大会の構想を練ります



工場で花火玉を作り、大きな尺玉に詰めて花火をデザインします

音楽に合わせて打ち上げる花火など、ライブエンターテインメントとして進化を続ける花火業界。花火師の仕事には、構成や打ち上げプログラム、演出も含まれます

道具

代々受け継がれる技術と心意気

時代と共に花火の打ち上げ方が変わっても、真円を描く菊型花火へのこだわりや新しい花火の制作など、花火玉に込める技術は明治5年の創業から受け継がれてきたもの。そろいの法被は、仲間の協力が不可欠な花火屋の結束を強固にするアイテムです



花火玉

法被



昨年(2024年)のたまむら花火大会で夜空を彩った花火

+ カルチャー

- 俳句で見つける群馬の魅力 -

つるのすぶらす俳句部

ぐんままで

特選

白鷺の碓氷の川面かすめ発つ

山口さん(高崎市・70代)

【評】掲句の「碓氷の川面かすめ発つ」の措辞には臨場感があります。俳句は頭で作らず五感で眼前の感動をすくい取る文学。その結果の十七音が読み手に鮮明な映像を伝えることに成功しました。

特選

大利根の中州に咲いて月見草

まさるさん(榛東村・80代)

【評】利根川の中州にはさまざまな季節の草花が生息しています。その中で作者が見つけたのは夕暮の中州をともし「月見草」。季語に焦点を絞りつつ、そこから広がる大きな景色を見せてくれる秀句です。

今回のお題「ぐんまの川」

お手本

水色は川瀬に貫ひ糸とんぼ

木暮陶句郎

つるのすぶらす俳句部がリニューアル!

毎号、特選2作には選者の木暮さんが制作した陶芸作品を進呈します。また来年3月には特選作品から選ばれる「年間大賞」を決定。初心者も愛好家も奮ってご応募ください!

【解説】烏川の中流域、丸木橋が渡され早瀬の音が心地よいところを吟行した時に、6月の季語である「糸とんぼ」が飛んでいました。蛍光色をおびた水色の尾が印象的な糸とんぼ。その色はこの瀬の水色からもらったのかもしれないと思いました。

【選評】

群馬には多くの河川が流れ、豊かな水に恵まれています。暮らしの中に河川のある景色が自然に溶け込んでいて、その周りには緑や草花が生き生きと育ちます。そんな群馬の魅力的な情景を切り取った俳句に引かれました。次回もテーマに沿って季語を生かし、ぐんま愛を俳句に託してください。

選者 木暮陶句郎氏

陶芸家・俳人。伊香保町生まれ。俳句結社「ひろそ火」主宰。県俳句作家協会会長



入選作品の発表と投稿は県HPで!

●入選作品発表…惜しくも特選に届かなかった「入選」3作品を発表しています。●投稿募集中…9月号のお題は「ぐんまの山」応募締切:7月21日(月)

<https://www.pref.gunma.jp/site/gunmakouhou/702759.html>



6月号には44通の応募をいただきました。たくさんのご応募ありがとうございました!

+ フード

“やりすぎ”な群馬の食を調査

#やりすぎ?
ぐんま

県内には数多くの名物料理があります。
その中でも思わず「〇〇すぎ!」と驚いてしまうようなメニューを、やりすぎぐんまの調査員が調べてきました。

Vol.1「盛りすぎ? 高崎パスタ」

群馬の名物として認知度が高まっている「高崎パスタ」。その特徴は一般的なパスタに比べて、麺量が多いこと。また高崎市にはイタリア料理店が多く、外食でパスタを食べる文化が根付いています。

小麦王国「ぐんま」

古くから小麦の栽培が盛んで、生産量は東日本1位(北海道除く)。消費量も多く、地域ごとに特色のある小麦料理が発展してきました。「高崎パスタ」もその1つで県民食として定着しています。

詳しい調査結果は
動画で配信中!



やりすぎ料理を募集中
Instagramに
「#やりすぎぐんま」で
やりすぎ料理を投稿しよう!



あなたの投稿した
やりすぎ料理が調
査されるかも!?

ハンブルジョア(Mサイズ)

350gのパスタの上に、300gの牛肉のハンバーグを載せ、
自家製ミートソースをたっぷりかけた総重量800g以上の
人気メニュー



ミートソースもかなりの量

計800g以上



#やりすぎ
ぐんま

成り立ち

創業当時、学生客が多かったため「安くたくさん食べてほしい」とメニューを考案。当初ハンバーグは200gだったが、情報誌に300gと誤って掲載されたことでこの量に変更。高橋さん夫妻の太っ腹な対応が生んだ名物



マスターの高橋さん夫妻

デルムンド

1978年創業の老舗
洋食店。親子3代で
通う常連も多い
☎高崎市通町141の3
☎027-325-2314



+ ネチャー

いぎもの
スケッチ

群馬で見られる動植物の特徴や生態を紹介します

光を放って飛び交う光景は
初夏の訪れを告げる

水がきれいで餌が豊富など生息環境が整えば自然発生すると言われ、日本にしか生息しないゲンジボタル。県内でも地元の保護ボランティアなどがホタルの育つ環境づくりに取り組み、成虫が発生する6~7月にかけては「ホタル鑑賞会」を行っています。オスとメスが意思疎通のために、夜空に光を放ち飛び交う幻想的な風景は、日本の初夏の訪れを感じさせます。

見られる場所

北関東有数のホタルの自然生息地
みなかみ町「月夜野ホタルの里」

JR上毛高原駅裏手の獄林寺を
囲むように、ホタルの里を整
備。6月中旬~7月中旬にか
けて、地元ボランティアの案
内で、ゲンジボタルを鑑賞で
き、6月下旬にはヘイケボタ
ルとの同時乱舞が見られます



写真提供: みなかみ町観光協会

観賞の注意点

フラッシュやライトの使用には注意!
静かに楽しむホタル観賞

ホタルは強い光を嫌い、音にも敏感です。
ライトやフラッシュの使用は避け、静かに
鑑賞しましょう。ホタルは希少な生き物な
ので、捕まえたりせず、大切に見守ってく
ださい

【特徴】

九州、四国、本州などに分布し、成虫の体長は10~20mmで日本に生息するホタルの中では最大級です。名前の由来は小説「源氏物語」の光源氏になんだという説や、平家との戦いで命を落とした源氏の武将が亡霊となり、ホタルになったという伝説があります

まだある!
観賞場所

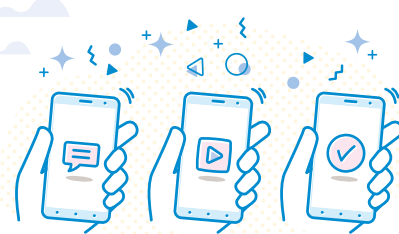
県内には夏の夜を彩るゲンジボタルが観賞できる場所がいくつかあります。マナーを守って、この時季ならではの幻想的な光景を楽しんでください



+ デジタル



tsulunos PLUS スマホの学校



tsulunos PLUS紙面で「スマホの学校」開校中！実技、会話、時事情報など多彩な授業内容でお届けします。
しっかり勉強して、皆さんの“スマホ力”をアップしましょう。

今回の授業

- 1 時限目 簡単！画像の編集
- 2 時限目 LoGoフォームの使い方



スマ川校長



スマ山先生



スマぼう

過去のスマホ講座で各自復習をしよう！

過去のスマホ講座を閲覧できます。復習して、スマホの活用役に立てましょう



1時限目

簡単！画像の編集

標準搭載アプリで楽々画像編集

特別なアプリを使わなくても、スマホに標準搭載されているアプリには便利な編集機能がそろっています。「写真を明るくしたい」「写したい部分だけを切り取りたい」「雰囲気を変えたい」など、そんなときに役立ちます。

はじめの一歩



写したかった部分だけを切り取ってみよう！

画像を切り取る方法を知っていれば、写したかった部分だけを切り取り、簡単によりすてきな写真に仕上げることができます。

【iPhoneの場合】



画像を写真アプリから選んで①メニューをタップ



②「切り取り」をタップすると黒枠が出てくるので、指で滑らせて写したい範囲を指定する



④右上のボタンをタップすると画像を保存できます

★Androidの場合、フォト→編集→切り抜きで同様の編集ができます
※一部機種は表示が異なります

画像の調整次第で、印象ががらりと変わるね！



■撮影した写真の明るさや彩度を変えてみよう！ ※一部機種は表示が異なります

旅行やイベント、日々の何気ない光景などを撮影した写真は、明るさや彩度などを調整するだけで、質が上がりすてきになります。今回は、簡単に印象が変わる補正方法を厳選して紹介します。

【iPhoneの場合】



【元画像】
編集したい写真を選んで、メニューボタンをタップ



【調整①色味】
写真の色味を自動で調整してくれます。この調整でよければ、右上のボタンをタップして保存



【調整②彩度】
彩度とは画像の鮮やかさのこと。彩度の数字を上げれば鮮やかな印象になります

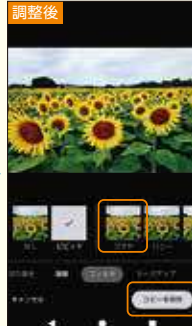
【Androidの場合】



【元画像】
フォトから編集したい写真を選んで、編集ボタンをタップ



【調整③コントラスト】
コントラストは画像の明るい部分と暗い部分の差のこと。数値を上げるとメリハリが付きやすくなります



【調整④フィルタ】
画像の印象を変えられるフィルタは種類がたくさんあります。選択したら右下のボタンで保存できます

編集した画像を写真投稿コンテストに応募してみよう！

「ぐんまの風景・食べもの（春）」をテーマに撮影した写真を編集し、「ぐんま応援びと」に応募してみませんか？表彰者にはすてきな副賞も！

「ぐんま応援びと」について詳しくはこちら▶



2時限目

LoGoフォームの使い方

スマホで簡単にできる申請フォームで「ぐんま広報」数独クイズに応募してみよう

県では、インターネットで利用できる電子申請サービス「LoGoフォーム」を導入しています。利用者は窓口に来庁せずにスマホなどでいつでも各種申請や施設予約、アンケート回答ができて便利です。



数独クイズに挑戦してみよう！

■LoGoフォームで読者プレゼントに応募してみよう



スマホのカメラで2次元コードを読み込む



入力項目に氏名や住所などの必要事項を入力する



入力内容を確認し、「送信」ボタンをタップすれば、応募が完了します

※数独クイズについて詳しくは「ぐんま広報」8Pをご覧ください