

しんとう健康ダイヤル24 ☎0120-077-005

24時間・年中無休 通話料・相談料無料

健康相談、医療相談、介護相談、育児相談や医療機関情報を提供します。
医療機関を受診すべきか迷ったら、まずは電話でご相談ください。

※電話番号は必ず非通知設定を解除してご利用ください。



お元気ですか 保健相談センター です

あなたは「食育」してますか？

■毎年6月は食育月間です

食育とは『生きる上での基本であり、一人ひとりが健全な食生活を自分の力で送ることが出来るから育てること』です。

■ライフステージ別の「食育」について

「食育」というと子どもだけのものと思われがちですが「食育」は乳幼児から高齢者まで生涯にわたって続けることが大切です。離乳食を過ぎると、子どもから高齢者まで同じような食品や料理を食べますが、食べる量や食べ方、食べる環境などは異なるため、それぞれのライフステージにあわせた「食育」が大切です。

◆幼年期(0～4才)

様々な食べ物に触れ、関心を育てるようにし、食べる意欲を引き出しましょう。家族や友達と食卓を囲み、食事をおいしく楽しみながらマナーの基礎を身につけましょう。

◆少年期(5～14才)

早寝、早起き、朝ごはんを基本にして生活のリズムを定着させましょう。農業や調理など、様々な経験を通して食を学び、食に対する感謝の心を育てましょう。

◆青年期(15～24才)

身についた生活習慣や食生活

を維持しましょう。食品の安全や衛生などについても学び、食品を適切に取り扱う知識や技術を身につけましょう。

◆壮年期(25～44才)

食生活や健康管理を自らの判断で行い、バランスのとれた体型を維持しましょう。家庭では家族と食卓を囲むようにして、子どもの食育にも積極的に取り組みましょう。

◆中年期(45～65才)

体の変化に合わせて生活習慣や食生活などを整え、健康管理に努めましょう。次世代の子どもに伝統食、郷土料理などの食文化を継承しましょう。

◆高年期(65才以上)

食を楽しみ、生き甲斐のある生活を送るため、地域の人と交流を持ち、地域の食育活動に参加して、これまでに培った知識や食文化を伝えましょう。

■若い世代(20～30代)の方の食育

義務教育が終了したあとの『若い世代(20～30代)』は、生活環境等の変化が大きく、食生活に多くの問題があると言われています。健康に対する不安が少なく、健康への関心も低いといわれています。今は健康でも、若い時の食生活が問題で、将来生活習慣病になってしまうこともあります。

◆若い世代の食事のポイント

- ①1日3回規則正しく食べる。朝、忙しいからといって朝食を抜いたり、極端なダイエットで夕食を抜いたりしないようにしましょう。夜遅い夕食は、朝食を食べないことにもつながるので内容や量に注意しましょう。
- ②バランスの良い食事を心がけましょう。

- 主食(ごはんやパン、麺類)、副菜(野菜やきのこ、海藻を使った料理)、主菜(肉や魚、卵、大豆製品等)をそろえるように心がけましょう。自分で作ることで難しい場合は惣菜などを利用しましょう。
- ③食塩、脂肪の取りすぎに注意しましょう。

- 食塩や脂肪のとり過ぎは、肥満やがんなどの生活習慣病の原因になります。調味料の使い方や麺類の食べ方、調理法や料理の選び方を工夫しましょう。
- ④野菜を食べましょう。

- 若い世代の野菜の摂取量は他の世代に比べて少なく、今の食生活に野菜料理を一品プラスするよう心がけましょう。
- 毎月19日は家族でいただきますの日

群馬県では毎月19日を「家族でいただきますの日」としています。毎月19日は家族そろっての食事を心がけてみましょう。お問い合わせは、保健相談センター(☎70-8002)へ

●休日当番医●

※市外局番は0279です。

	内科		外科		耳鼻科	歯科
5月24日(日)	齊藤医院 (中郷) ☎53-5558	竹内小児科 (吉岡) ☎30-5151	高野外科胃腸科医院 (渋川) ☎24-2454	いのうえ耳鼻咽喉科医院 (有馬) ☎30-1133	エース歯科 (吉岡) ☎55-1181	
5月31日(日)	中野医院 (渋川) ☎22-1219	榛東さいとう医院 (榛東) ☎54-1055	高井医院 (渋川) ☎22-0076	川島医院 (渋川) ☎22-2421	さくら歯科 (吉岡) ☎30-6333	
6月7日(日)	石北医院 (渋川) ☎22-1378	奈良内科医院 (渋川) ☎25-1155	とまるクリニック (金井) ☎26-7711		いづか歯科医院 (八木原) ☎22-0808	
6月14日(日)	ふるまき内科医院 (八木原) ☎25-8881	赤城開成クリニック (赤城) ☎20-6500	西群馬病院 (金井) ☎23-3030		あおば歯科医院 (榛東) ☎25-8820	
6月21日(日)	湯浅内科クリニック (渋川) ☎20-1311	伊香保クリニック (伊香保) ☎72-4114	渋川総合病院 (渋川) ☎22-4111	川島医院 (渋川) ☎22-2421	ふくしま歯科医院 (金井) ☎22-0154	
6月28日(日)	塚越クリニック (渋川) ☎60-7700	痛みのクリニック長谷川医院 (吉岡) ☎30-5055	あだち整形外科 (金井) ☎30-1170	いのうえ耳鼻咽喉科医院 (有馬) ☎30-1133	明治歯科診療所 (吉岡) ☎25-8101	

※耳鼻科の診療時間は正午までです。 ※夜間急患診療所(午後7時～11時、年中無休)☎23-8899

暮らしの情報

お知らせ

オープンガーデン(第2回) 榛東 バラ愛好会 主催

昨年のオープンガーデンに引き続きたくさんの方々に見ていただきたく実施します。咲き誇ったバラが皆さまをお待ちしています。オープン期間中はご自由に庭へお入りいただけます。ぜひ、皆さままでお誘い合わせのうえ、お出掛けください。

■日時：5月23日(土)～5月24日(日) 午前9時～午後5時 ■場所：村内12軒(13カ所)の庭の提供 ▼お問い合わせは、中央公民館(☎54-2573)へ

休耕農地の「草刈り」をお願いします

休耕農地に雑草が生い茂ると、様々な問題が発生します。定期的な「草刈り」をお願いいたします。■雑草が生い茂ったときの問題点 ○野火火災の発生 ○産業廃棄物の不法投棄 ○隣接地との問題発生 ○病害虫や有害鳥獣の発生・潜伏 ○隣接する道・水路の機能低下 ○景観の悪化 ○非行・犯罪の発生 ○土壌力の低下 ■その他 雑草が伸びてからの草刈りはとて

も大変です。短いうちに行いましょう。諸事情により耕作が再開できないときは、問題が発生しないよう、善良な管理にご協力ください。

※なお、「農地を貸したい」、「農地の管理(草刈り等)を委託したい」とお考えの方は、農業委員会までご相談ください。▼お問い合わせは、農業委員会(☎54-2221 内線221)へ

刈り取った草は適正に処分してください

これからの季節は、農地の土手や宅地周りの除草をする機会が多くなりますが、草刈り後の草が道路側溝や用水路に入り、水が溢れると周囲に迷惑となります。お手数ではありますが、草刈り後の草は責任をもって処分してください。▼お問い合わせは、産業振興課(☎54-2211 内線222)へ

「榛東村防災ラジオ」の販売のお知らせ

村では、「防災ラジオ」の販売をしています。しんとう防災無線を自動受信します。■その他の機能 ・FM/AMラジオ ・ACアダプター ・手回し発電で充電可能 ・電池残量お知らせランプ付き。LEDラ

イト付き。携帯電話の充電機能付き。 ・サイズ 幅192mm ×高116mm ×奥行65mm

1. 販売金額 1台あたり5,000円
2. 販売申込み 「防災ラジオ貸与等申込書」に必要事項を記入の上、現金と一緒に役場総務課までお持ちください。
3. 注意事項(1)防災ラジオは、アナログ電波を受信するため放送に雑音が入ることがあります。(2)地形などの影響により、電波の受信状況に差が出る場合があります。(3)受信状況の改善のためのアンテナも希望により販売します。(別売3,000円)
- (4)防災ラジオを貸与により使用することも可能です。貸与のみで購入を希望しない場合には貸与期間中(概ね2週間)に必ずご返却ください。
- (5)防災ラジオを2台以上申し込むことも可能ですので、ご希望される方は担当にお伝えください。(6)平成28年5月のアナログ放送の免許失効に伴い、防災ラジオ放送は終了いたします。あらかじめご了承ください。▼お問い合わせは、総務課(☎54-2211 内線255)へ

群馬県シニア就業支援センターをご利用ください

群馬県シニア就業支援センターでは、中高年齢者の就職相

談や職業紹介のほか、企業等での豊富な知識・経験などを持つ人材データの登録・活用を図るシニア能力活用応援事業を実施しています。■内容：○再就職のための就職相談(適性診断、就職先の選び方、履歴書の書き方、面接対策など) ○求人情報の提供、職業紹介 ○企業などでの知識・経験を持つ中高年齢者の人材データの登録・活用・就農、起業、地域活動、生涯学習、年金など生活設計の情報提供や専門機関への案内

■日時：月々金曜日 祝日を除く 午前9時～午後5時15分

■場所：前橋市新前橋町13-12 (県社会福祉総合センター内)

■対象：中高年齢者など ■費用：無料 ※電話にて群馬県シニア就業支援センター(☎027-255-2300)に申し込んでください。▼お問い合わせは、県庁労働政策課(☎027-2226-3407)へ

法務局における登記相談の予約サービスについて

前橋地方法務局では、本年7月1日(水)から、登記の申請に関する相談について、予約サービスを開始します。不動産登記(相続登記や住宅ローン完済による抵当権抹消登記等)の申請手続に関する相談をされるお客様

不正大麻・けしの撲滅にご協力ください

大麻とは、かつて日本でも繊維をとる目的で広く栽培されていた麻のことです。大麻は、精神障害作用を起こす成分を含むため、所持や栽培などが法律で厳しく規制されています。しかし、若者を中心に、乱用目的で大麻を不正栽培する例が後を絶ちません。けしは、春から夏にかけて、色鮮やかで美しい大きな花を咲かせるものが多く、ガーデニングや切り花用の植物として人気があります。しかし、けしの仲間には、麻薬の一種であるアヘンの原料となるため、法律で栽培が禁止されている種類があります。昨年、県内では不正な大麻が126本、けしが6,043本発見されています。不正に栽培されている大麻や疑わしいけしを発見したときは、最寄りの県保健福祉事務所または警察署に連絡してください。

は、事前に電話等により予約していただきますようお願いいたします。予約いただいたお客様には、お待たせすることなく相談を受けいただくことができますので、皆さまのご協力をお願いします。▼予約及びお問い合わせは、前橋地方法務局渋川出張所(☎22-0242)へ

行政相談を開催します

■日時…6月19日(金)
午後1時30分～午後4時

■会場…中央公民館

■内容…国・県・市町村などの行政に関することについて、相談をお受けします。お気軽にご相談ください。

無料税務相談を開催します

■日時…6月17日(水)
午後1時～午後4時

■会場…榛東村役場 111相談室

■内容…関東信越税理士会高崎支部の税理士が税についての相談をお受けします。お気軽にご相談ください。

自衛官募集中

「平和」を仕事にしてみませんか？
 まずはお問い合わせをお待ちしています。
 自衛隊群馬地方協力本部前橋募集案内所
☎027-233-8960

教育にかかわるご相談は

榛東村教育研究所まで
 (榛東村教育委員会)
 午前8時30分～午後5時15分
☎54-2211 内線211

平成28年3月新規学校卒業者を対象とする求人説明会

ハローワーク渋川では、平成28年3月新規学校卒業予定者(大学・短大・高専・専修・高校・中学校)の採用を予定している企業(事業所)を対象に、次のとおり求人説明会を開催します。新規学校卒業者の円滑な就職を促進するために、事業主の方に採用に関して適切・公正な募集・選考を行っていただくことへの理解と協力が重要です。新規学校卒業者の採用を予定している企業(事業主)は、採用・人事担当者の出席をお願いします。
■日時：6月5日(金) 午後2時30分(受付開始午後2時)
■会場：渋川市勤労福祉センター(渋川市石原1629-1) ▼お問い合わせは、ハローワーク渋川 学卒担当
(☎22-2636)へ

「労働保険の年度更新」のお知らせ

平成27年度の申告・納付は「6月1日(月)から7月10日(金)」までの期間となっています。事業主は、新年度の概算保険料を納付するための申告・納付(労働保険の保険料に関する法律第15条)と前年度の保険料を清算するための確定保険料の申

告・納付(労働保険の保険料の徴収等に関する法律第19条)の手続きが必要です。労働保険の年度更新の手続きが必要な事業場に対しては、厚生労働省から、年度更新用の申告書類が6月1日(月)までに送付します。当該書類がお手元に届きましたら7月10日(金)までに申告・納付手続きを完了していただきますようお願いいたします。手続きが遅れますと、政府が労働保険料・一般拠出金の額を決定し、さらに追徴金(労働保険料・一般拠出金の10%)を課することがありますのでご留意願います。▼お問い合わせは、群馬労働局総務部労働保険徴収室(☎027-210-5001)または最寄りの労働基準監督署・公共職業安定所へ

「人権擁護委員の日」全国一斉特設人権相談について

群馬県人権擁護委員連合会及び前橋地方事務局では、人権擁護委員法が施行された日(昭和24年6月1日)を記念して、「人権擁護委員の日」特別人権相談所」を開設します。子どもに関すること、家庭内や近所のもめごと等、人権問題や困りごとで悩んでいる方は、お気軽に特設相談所へお越しください。料金は無料で、秘密は固く守ります。

なお、特設相談所へお越しにならない方は、前橋地方事務局及び各支局で電話相談等を受け付けていますので、お気軽にご利用ください。
■日時：6月12日(金) 午後1時30分～午後4時
■会場：榛東村保健相談センター
■全国共通人権相談ダイヤル(☎0570-003-110) ▼お問い合わせは、前橋地方事務局人権擁護課(☎027-221-4466)へ

ぐんまの木で家づくり支援事業補助金のご案内

群馬県では、ぐんま優良木材(群馬県内産木材を使用した認証製材品)を使用して、県内に自分の居住用の住宅を新築・購入または内装を改装する場合には、費用の一部を補助しています。補助額は最高80万円です。募集戸数(予算)の範囲内で申請の先着順に補助します。なお、構造材補助と内装材補助の併用は出来ません。
■構造材補助(募集戸数730戸) 構造材の50%以上に「ぐんま優良木材」を使用した木軸組工法による新築住宅の建設・購入に対して補助します。補助額は、柱の太さや延床面積、ぐんま優良木材の使用割合に応じて15万円～80万円を補助します。
■内装材補助(募集戸数60戸) 内装材及び

び建具に「ぐんま優良木材」を10㎡以上使用して新築住宅の建設・購入またはリフォームをする場合に補助します。
 補助額は、内装材3,000円/㎡、建具引き戸等3,000円/㎡ならびに建具(開き戸)11,000円/㎡で上限額は20万円です。
■申込先 ぐんま優良木材品質認証センター(☎027-266-8220 FAX027-266-8223) **■お問い合わせ先** 前記申込先または県庁林業振興課(☎027-226-3241 FAX027-223-0154)

自死遺族相談及び交流会のご案内

大切な家族を自死で亡くした場合、ショックを受け、悲しみ、不安、怒りなどの気持ちを抱くのは自然なことです。しかしその気持ちを周囲に話すことは難しく、一人で抱えてしまう方が多いと言われています。この健康センターでは、遺族同士が安心して思いを打ち明けられる場所をご用意しています。
■対象者：ご家族を自死で亡くされた方(親、配偶者、きょうだい、子ども) *対象者以外の方は参加は出来ません。
■場所：この健康センター(前橋市

野中町368) 要電話予約
■日時：○相談 第1火曜日午前
 ○交流会 月1回(相談を受けたい方にご連絡しています) ▼お申し込みとお問い合わせは、この健康センター(☎027-263-1156)へ

山菜の安全確認について

山野に自生する山菜は、高濃度の放射性物質が検出される恐れがあります。自家消費する場合は放射性物質の検査を実施したり、県などの検査結果を参考にするなどして、基準値以上の放射性物質を含んだものを摂取しないようにご注意ください。
○採取する場合の注意事項
 ・採取地が、放射性物質による採取自粛地域でないことを確認する。
 ・土地の所有者などの承諾を得て採取する。
 ・流通・販売する際の注意事項
 ・出荷自粛・制限地域から採取されたものを流通・販売させない。
 ・出荷自粛・制限地域ではない場所から採取した場合も、出荷前に必ず放射性物質検査をするか、関係機関に相談してください。
▼お問い合わせは、渋川森林事務所(☎22-2763)または役場産業振興課(☎54-2211 内線222)へ

**第64回 夏の山草展
(榛東山草会)**

■日時…6月20日(土)～21日(日)
午前9時～午後5時
■場所…中央公民館
▶お問い合わせは、中央公民館
(☎54-2573)へ

役場住民生活課からお知らせです

「太陽光発電システム」、「生ごみ処理容器」の補助金制度をご存じですか?

村には住宅用太陽光発電システム設置に対する補助制度、生ごみ処理容器の購入に対する補助制度があります。詳しくは村のホームページをご覧ください。

面積調査を実施します

農林水産省では、耕地面積などを正確に把握するため、面積調査を行っています。これは、全ての土地を隙間なく200m×200mの格子状に等分した区域の中から、無作為に抽出した区域(標本)内の耕地を現地職員等が調査するものです。
■調査の内容：耕地(田・畑)や作物の作付けの状況を確認します。
■期間：6月下旬から7月下旬
▼お問い合わせは、関東農政局前橋地域センター実査チーム(☎027-897-3001)へ

スキルアップセミナーの参加者を募集します



◇コース名 1.「2D・CAD入門(AutoCAD編)」
■概要：2次元CADであるAutoCADを利用した作図技術を習得します。 ■日時：6月13日(土)、6月20日(土) 午前9時～午後4時30分 ■受講料：9,600円 ■定員：10人(応募は先着順で受け付けます) ■応募締切：5月25日(月) ■持参物：筆記用具 ※Windows

wsの基本操作ができる方対象です。

2.「電気工事入門」

■概要：第二種電気工事士技能試験の受験を検討されている方向けの内容で、工具も貸し出しします。 ■日時：6月13日(土)、6月20日(土) 午前9時～午後4時30分 ■受講料：9,600円 ■定員：10人(応募は先着順で受け付けます) ■応募締切：5月25日(月) ■持参物：筆記用具、指定テキスト、材料(電線) ■備考：各コースとも定員に空きがある場合は講習開催初日の2週間前まで受付を延長することがあります。持参物の詳細は、前橋産業技術専門校のホームページ(<http://www.naitech.ac.jp>)をご覧ください。 ■場所：前橋産業技術専門校(前橋市石関町1-24-1) ▼お申し込みとお問い合わせは、前橋産業技術専門校スキルアップセミナー担当(☎027-230-2211)へ

食農体験講座

「渋川地域の農畜産物のPR&クッキング」

渋川地区農村生活アドバイザーの会では生産者と消費者の交流を図るため、農畜産物の生産と農産加工に興味のある消費者を募集します。

日曜緑化講座を開催します

①期日：6月20日(土)午後1時30分～午後3時 ②場所：北橋公民館(渋川市北橋町真壁2354) ③内容：家畜に親しもうと牛乳料理 ④参加費：1人500円 ⑤対象者と募集人数：渋川市、榛東村、吉岡町在住者に限る。30人(先着順に受付定員に達した時点で締め切りです) ⑥申込方法：電話で渋川地区農業指導センター担い手支援係(☎23-1321)へ

群馬県緑化センターでは、家庭緑化を推進するため、第3回日曜緑化講座を開催します。
■日時：6月14日(日) 午前10時～正午 ■場所：群馬県緑化センター(邑楽町中野3924-1) ■テーマ：「ツツジ類の整枝剪定と庭木の病虫害防除」
■講師：樹木医 熊倉弘先生
■定員：先着60人 ■申込：6月1日(月) 午前8時30分から電話による受付を開始し、定員になりしだい締切 ■受講料：無料 ※このほかにも毎週木曜日の午前10時～午後3時まで「緑の相談室」を開設して、専門の相談員が庭木や花の作り方、管理の仕方などの相談に応じています。▼お申し込みとお問い合わせは、群馬県緑化センター(☎0276-88-7188)へ

緑化講座(第2回)開催

庭木の適切な整枝剪定の方法について、緑地センター内に植栽してある樹木を教材に使いながらわかりやすく解説し、基本的なポイントを学びます。
■日時：7月9日(木) 午前10時～正午 ■場所：群馬県緑化センター(邑楽町中野3924-1)
■テーマ：「覚えておきたい庭木の整枝剪定」 ■講師：樹木医 関子田建二先生 ■募集人数：60人(電話による先着順)
■申込受付：6月22日(月)午前8時30分から開始し、定員になりしだい締切 ■受講料：無料
▼お問い合わせ、お申し込みは、群馬県緑化センター(☎0276-88-7188)へ

ボウリングの日県民無料招待のお知らせ

群馬県ボウリング連盟及び一般社団法人群馬県ボウリング協会では、県民のスポーツとして定着してきたボウリングをなお振興し、ボウリングの日の普及促進の日として進める目的で、1人2ゲームを無料とします。(貸靴代は有料) ■開催日時：6月22日(月) 各ボウリング場 オープン午後5時まで
○ジュニア特別企画として、小学生以下のお子さまは、6月21

日(日)も1人2ゲームを無料招待オープン午後5時まで ■会場：群馬県ボウリング場協会加盟センター(左図参照)

No.	ボウリング場名	所在地	TEL
1	伊勢崎イモンボウル	伊勢崎市柳原町16-1	0270-26-1225
2	桐生スターレーン	桐生市巴町2-1821-36	0277-44-8155
3	エメラルドボウル	前橋市国領町2-13-38	027-233-6405
4	パークレーン高崎	高崎市歌川町8	027-322-4571
5	太田パークレーン	太田市浜町4-1	0276-45-3421
6	上毛ゴールドレーン	桐生市広沢町6-185-1	0277-55-0501
7	藤岡ボウル	藤岡市上大塚1730-6	0274-24-2570

▼お問い合わせは、一般社団法人群馬県ボウリング場協会 ボウリングの日担当 伊勢崎イモンボウル(☎0270-26-1225)へ

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
	はつらつ教室 AM10:00 保健相談センター 健康相談 PM1:30 保健相談センター	障害福祉なんでも相談 AM10:00 ささえの家 2歳児健診 PM1:00 保健相談センター	歴史探訪(山子田方面) AM9:00 中央公民館集合	おはなしアイアイ AM10:30 保健相談センター	エアロピクス AM10:00 保健相談センター 農地・農業者年金相談 PM1:30 役場302会議室 園芸教室 PM1:30 中央公民館	
7	8	9	10	11	12	13
村民野球大会 AM8:30 総合グラウンド	はつらつ教室 AM10:00 保健相談センター 健康相談 PM1:30 保健相談センター 楽集シネマ PM1:30 楽集センター	障害福祉なんでも相談 AM10:00 ささえの家 3歳児健診 PM1:00 保健相談センター 呼吸法健康講座 PM1:30 中央公民館	七宝焼教室 AM9:30 中央公民館 川柳教室 PM1:30 中央公民館	生涯学習教室(写真) AM9:00 中央公民館集合 昔あそびサポーターの会 PM1:30 役場201会議室	心配ごと相談 PM1:30 保健相談センター 高齢者ふれあい講座 PM1:30 中央公民館	
14	15	16	17	18	19	20
	はつらつ教室 AM10:00 保健相談センター 健康相談 PM1:30 保健相談センター	障害福祉なんでも相談 AM10:00 ささえの家	七宝焼教室 AM9:30 中央公民館 無料税務相談 PM1:00 役場111相談室 人権相談日 PM1:30 楽集センター 川柳教室 PM1:30 中央公民館	すくすく教室(母乳・栄養相談) AM9:30 保健相談センター すくすく教室(リトミック) AM10:45 保健相談センター	行政相談 PM1:30 中央公民館	第64回夏の山草展(榛東山草会) AM9:00 中央公民館
21	22	23	24	25	26	27
村民バスケットボール大会 AM9:00 スポーツアリーナ 第64回夏の山草展(榛東山草会) AM9:00 中央公民館	はつらつ教室 AM10:00 保健相談センター 農業委員会定例会 AM10:00 役場301会議室 健康相談 PM1:30 保健相談センター 手話通訳者設置 PM3:00 役場子育て・長寿支援課	障害福祉なんでも相談 AM10:00 ささえの家	乳児健診 PM1:00 保健相談センター 川柳教室 PM1:30 中央公民館	生涯学習教室(写真) AM10:00 中央公民館 昔あそびサポーターの会 PM1:30 役場201会議室	無料法律相談 PM1:30 ささえの家 高齢者ふれあい講座 PM1:30 中央公民館	
28	29	30	1	2	3	4
日曜税務窓口 AM8:30 役場税務課 村民バレーボール大会 AM8:30 スポーツアリーナ 第21回榛東ジャズコンサート PM6:00 南部コミセン	はつらつ教室 AM10:00 保健相談センター 健康相談 PM1:30 保健相談センター	障害福祉なんでも相談 AM10:00 ささえの家				

【有料広告欄】

笑顔になれる住まいづくり
新築・リフォーム・不動産・太陽光発電・土木・上下水道・ガラス・カギ
(本店) 榛東村広馬場2207-1 (高崎支店) 高崎市中泉町640-9
ぐん.せい建商(株)
0120-266-110 <http://www.gunsei.com>
ぐんせい 検索

広告募集中

広告の掲載に関するお問い合わせは、役場総務課 ☎
54-2211 内線256)へ

長期優良住宅から介護リフォーム、網戸・畳交換まで
(有)羽鳥製材所
TEL.0279-54-5142
北群馬郡榛東村山子田1439-1 URL <http://www.hatori-woody.co.jp>
ぐんまの木の家「こもれび」 北群馬郡榛東村新井3252-5

お気軽に
ご相談して下さい。
診療時間 / AM8:30~PM12:00
PM2:30~PM 7:00
休診日 / 日曜日・祝祭日・水曜日
(祝日のある週は水曜診療日)
榛東村新井1223-1
☎0279-25-8820

AOBA
DENTAL CLINIC
あおば歯科医院

いちご直売
2013年
知事賞受賞 **ストロベリー**
12月~5月シーズン中無休 **みなみ**
自衛隊正門を南へ400m
榛東村広馬場2483 ☎0279-55-0127
<http://sbminami.blog.fc2.com/>

自然酵母・無添加
地球屋パン工房
Bakery & Cafe
100円券
この広告をお持ちいただいたお客様
お買い上げ金額から100円割引!!
※地球屋様名およびパン工房でご利用になります。※お一人様1回有効
〒370-3505 群馬県北群馬郡榛東村上野原1-1
地球屋様名 ☎0120-198867 パン工房 ☎0279-70-8000
www.chikyuya.co.jp