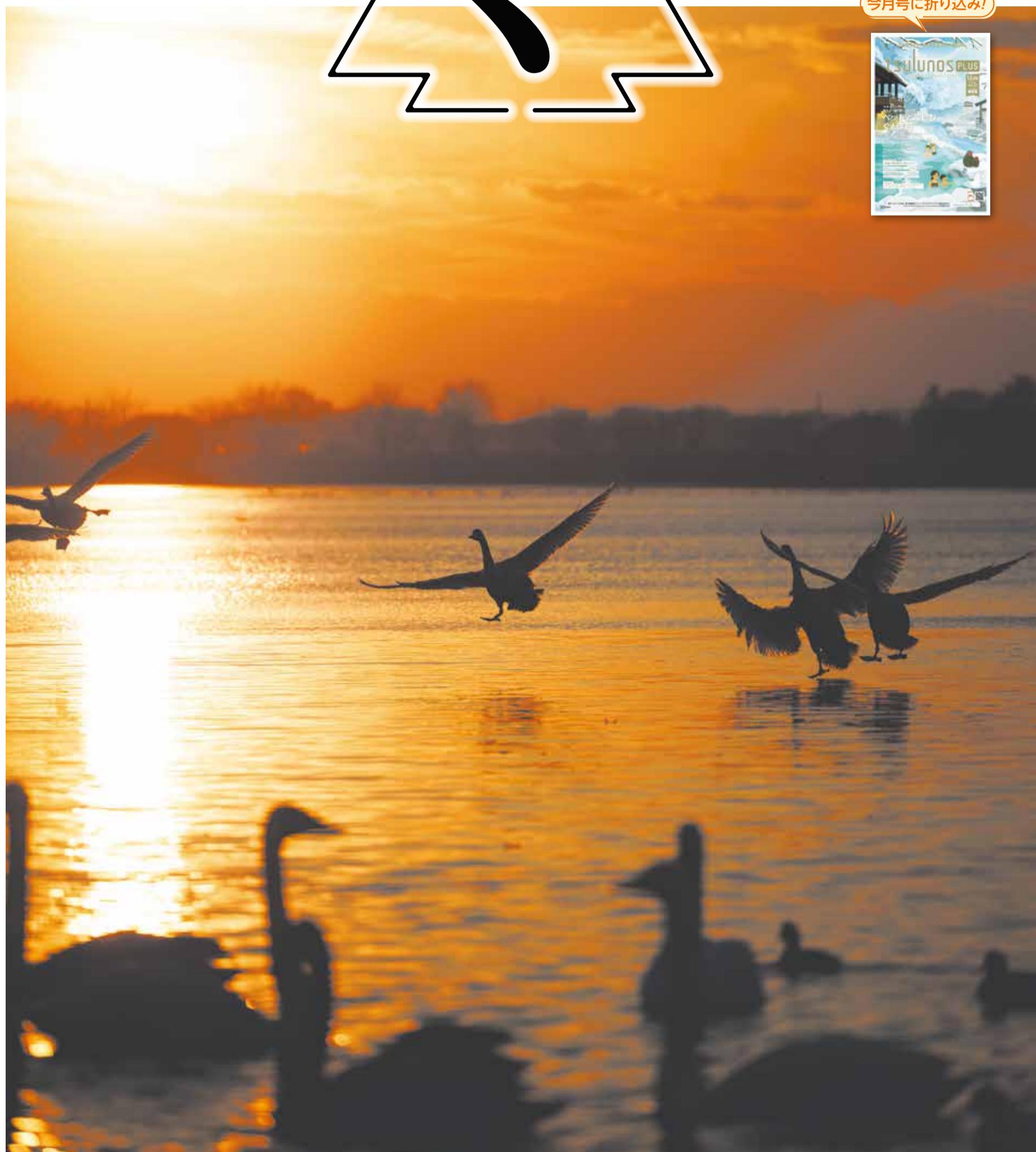


ぐんま広報

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>

2025 12 | no.439 |



「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



今月号に折り込み!

Contents 主な記事

- P2 まずは1グラムから～ちょっと減塩、ずっと健康～
- P4 令和6年度 群馬県一般会計決算
- P5 ニューイヤー駅伝2026 in ぐんま
- P6 【上毛電気鉄道・上信電鉄・わたらせ渓谷鐵道】
冬のイベント情報
- P8 おでかけGuide

多々良沼(館林市) 群馬県の魅力を発信するSNS投稿事業「ぐんま応援びと」より

インスタグラム
@y.m.8.7_eosr5さん(Instagram)撮影

多々良沼には11月から3月にかけて多くの白鳥が飛来します

県の最新情報は
公式SNSを
チェック!



X



LINE



Facebook

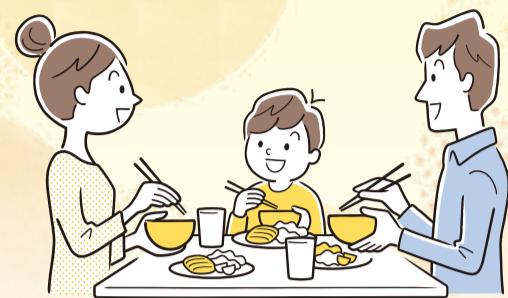
まずは1グラムから～ちょっと減塩、ずっと健康～

「健康のために塩分を控えましょう」とよく耳にしませんか？

塩分(食塩)の取り過ぎは高血圧の原因となり、脳卒中などの脳血管疾患や心不全・腎臓病をはじめとする重病を引き起こすリスクを高めてしまいます。

群馬県民の1日の平均食塩摂取量は約10グラム。「群馬県健康増進計画」で目標とする7グラムを超えることは10年間で、血圧が6ミリガルHg上昇する摂取量だといわれています。

今回は、家庭での食事や外食時、スーパー・マーケットでの買い物などで簡単に実践できる減塩方法や、県内企業の取り組みを紹介します。未来の健康な体を守るために、今日から食事にひと工夫してみませんか？



いくつ当てはまる？食塩の取り方チェック

- 料理の際に調味料を自分量で入れることが多い
- 味の濃さを確認せずにしょうゆやソースなどをかけることがある
- かまぼこなどの練り製品や、ハム、塩鮭、いくらなどの塩蔵品をよく食べる
- 漬物を小皿に分けずに大皿で食べることが多い
- 顆粒だしや麺つゆなどの調味料をよく使う
- 中華料理やパスタソースなどの合わせ調味料やルウ類(カレー・シチューなど)をよく使う

- ラーメンやうどんなどの麺類のスープを全部飲み切る
- みそ汁などの汁物を毎食飲むことが多い
- ラーメンとチャーハンやパスタとピザなど、味のついた主食を組み合わせて食べることがある
- 加工食品や外食を利用するときに、栄養成分表示を参考にしていない

皆さんはいくつ当てはまりましたか？
実は、1つでも当てはまるとき食塩を取り過ぎている可能性があり、高血圧のリスクが高まっています



参考：食塩減らして健康家族



高血圧の原因とその予防法とは？

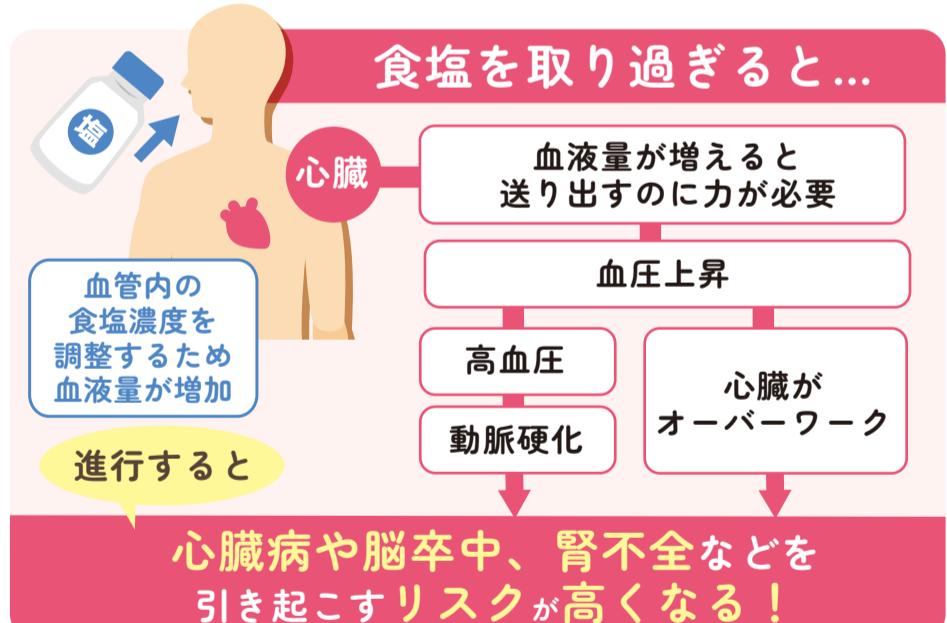
群馬県医師会 副会長
内科医 川島 崇さん

高血圧の原因としては肥満やストレスの他、たばこ、飲酒などがありますが、塩分の取り過ぎも大きな原因の一つです。「減塩」は取り組みやすく効果的な予防法です。

特に群馬県民は食塩摂取量が多い傾向にあり、食生活で見直せる点がたくさんあると思います。例えば、ラーメンやうどんのスープを飲み干さないだけでも1～2グラムの減塩につながります。

また群馬県は車社会で、近所での買い物にも車で移動している人が多いです。まずは、その移動を歩くことから始めてみてください。少しの距離でも、継続すれば高血圧の予防や改善につながります。

実は、高血圧などが原因となる脳血管疾患は初期症状がほとんどありません。そのため若いうちから規則正しい生活をすること、定期的に健康診断を受けることなどが大切です。そして健康診断などで異常が見つかった際には必ず病院を受診し、再検査や治療を受け、発見された異常を見過ごさないようにしましょう。



ご覧ください！一太のふらっとCafe

10月に開催した知事と県民の対話イベント「一太のふらっとCafe」でも、医療従事者の皆さんから脳卒中の早期発見や日常生活における減塩など、予防の重要性について意見がありました。

山本知事はこの対談を受け、定例記者会見で県民の皆さん



に健康的な生活を心掛けるようメッセージを送りました。



視聴はこちら▶



県庁健康長寿社会づくり推進課
管理栄養士 明尾 祐希さん

管理栄養士から学ぶ！ おいしい減塩生活

減塩と聞くと「薄味で、物足りない」という印象を持つ人もいるかもしれません。実は工夫次第でおいしく減塩することができます。まずは毎日1グラムの減塩から始めてみませんか？

みそ汁は 具だくさんに！



みそ汁は野菜や豆腐、肉などで具だくさんになると汁の量が減り、1杯で約0.5グラムの減塩に。

栄養豊富で一石二鳥！減塩みそを使うことでさらに効果アップ！

調味料の使い方に ひと工夫！

しょうゆやソースなどの調味料は、上から「かける」より、小皿などに調味料を入れて「つける」と減塩につながります。

豆知識

野菜や果物を食卓に！

塩分(ナトリウム)を体内から排出する働きのあるカリウムは野菜や果物に多く含まれます。積極的に食事に取り入れましょう。

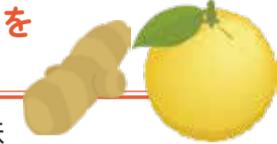
※腎臓病などでカリウム制限のある人は医師・管理栄養士に相談してください



野菜レシピは
こちら▼



うま味や香りを 楽しもう！



だしでうま味を足したり、生姜やゆずなどの香りが良い食材を料理に使ったりすると、調味料が少なめでも、満足感を得られます。

主食^{プラス} + 主食の食塩量は？

ラーメンとチャーハンやうどんといなりすしなどの主食同士の組み合わせは、1食で1日の食塩摂取量を超えててしまいます。このような食塩の多い食事をしたときには、前後の食事で塩分を控え、調整することを心掛けましょう。



栄養成分表示をチェックしよう！

栄養成分表示

(1缶(190g)当たり)

熱量	317 kcal
たんぱく質	26.8 g
脂質	23.4 g
炭水化物	0.0 g
食塩相当量	1.2 g

栄養成分が分かる

上手に食品を選ぶ

食塩摂取量などを把握できる

健康の維持・促進

食品のパッケージには栄養成分表示があります。スーパーなどで買い物をするときには、食塩相当量の少ないものを選ぶようにしましょう。

ぐんまへらしお アクション

県では県内企業と連携して、減塩に向けた商品の提供や、広報などを行う「ぐんまへらしおアクション」に取り組んでいます。日常生活で自然に減塩できる食環境づくりを目指していきます。

事業者の皆さんへ

一緒に県民の減塩生活を応援してくれる食品事業者を随時募集しています！



詳しくはこちら▶



「へらしおアクション」に参画する とりせんの皆さんに話を伺いました

私たちとは食品を販売するだけでなく、子どもたちに向けた食育体験学習や料理教室などを20年以上開催してきました。

また塩分を控えた商品の開発にも取り組み、食塩相当量が基準値以内の「適塩」の惣菜などを販売しています。この取り組みが県の「ぐんまへらしおアクション」の目的に

合っていると思い、参画しました。

適塩商品の開発では「おいしさを損なわない」ということを最も大切にしています。例えば「適塩増酢」という惣菜のシリーズでは、食塩を減らす分、酢を加えることで味の深みやコクがプラスされ、満足感が得られます。

今後も適塩商品などの販売や食育活動を通して、地域の皆さんと一緒に健康づくりに取り組んでいきたいと思っています。



▲適塩商品の販売

令和6年度 群馬県の決算をお知らせします

一般会計決算



問い合わせ先 県庁財政課

027-226-2098

※詳しくはHPからご覧ください



6年度の決算規模は、歳入・歳出ともに前年度と同水準で、実質収支は70億円の黒字となりました。

歳入 総額 8,256億円

前年度に比べて1億円(0.0%)減少しました。これは、好調な企業業績などにより県税収入が158億円(5.8%)増加し、過去最高となつた一方、新型コロナウイルス感染症等対応経費などの減により、国庫支出金が210億円(17.9%)減少したことなどによるものです。

歳出 総額 8,086億円

前年度に比べて9億円(0.1%)減少しました。これは、社会保障関係経費が45億円(4.0%)増加したことや、定年引き上げに伴う退職手当の増や給与改定に伴う増により人件費が169億円(8.4%)増加した一方、新型コロナウイルス感染症等対応経費が224億円(88.9%)減少したことなどによるものです。

県債残高

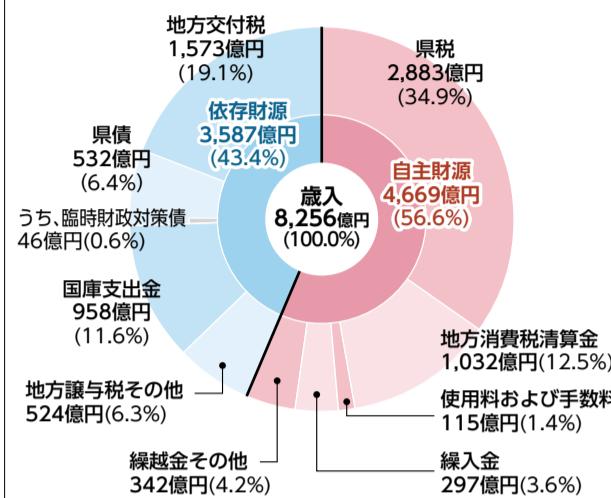
県の借金である県債残高は、1兆2,177億円となり、前年度に比べて377億円(3.0%)減少しました(3年連続で減少)。

積立基金残高

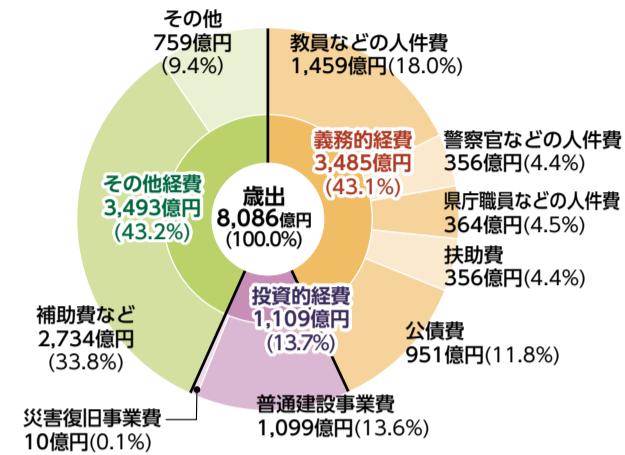
県が自由に使える貯金に当たる積立基金(財政調整基金)の基金残高は833億円となり、前年度に比べて88億円(9.5%)減少しました。

このうち7年度当初予算の財源として442億

歳入総額 8,256億円



歳出総額 8,086億円



※端数処理の関係で、合計と一致しない場合があります

地方消費税 … 最終消費地に地方消費税の税収を帰属させるため、都道府県の間で清算を行うもの
清算金 … 地方消費税の税収を都道府県に清算するための金額
地方譲与税 … 国税として集められ、国から県に譲渡されるお金
国庫支出金 … 使い道を決めて、国から支払われるお金
臨時財政 … 地方交付税の不足分の一部を、いったん県で対策債を借りておいたために発行する県債
地方交付税 … いったん国が税として集め、その一定割合が地方公共団体に配分されるお金

義務的経費 … 任意に削減することが困難な経費
投資的経費 … 将来にわたり使用される施設などの建設費
扶助費 … 生活保護費や児童手当など、住民福祉を支えるための経費
公債費 … これまでに借り入れた県債の返済金と利子
補助費など … 負担金、補助金など、県から市町村や民間に対して交付される経費

決算の概要

(単位: 億円)

	6年度	5年度	前年度比(%)
歳入総額 A	8,256	8,257	△ 0.0
歳出総額 B	8,086	8,095	△ 0.1
歳入歳出差引 C = A - B	170	162	4.9
翌年度に支払うことが決まっているもの D	99	69	43.7
実質収支 E = C - D	70	93	△ 24.7
国へ返還予定のコロナ関連国庫支出金除き	70	65	7.7
積立基金残高	833	920	△ 9.5
県債残高	12,177	12,554	△ 3.0
臨時財政対策債	5,071	5,346	△ 5.1
臨時財政対策債以外の県債	7,105	7,207	△ 1.4

※表示単位未満を四捨五入しているため、前年度比が一致しないものがあります

中期財政見通し

少子高齢化に伴う社会保障関係経費の増加など、地方財政を巡る環境は厳しさを増しています。こうした中、県では、中・長期的な視点を持ち、持続可能な財政運営を行っていく必要があります。

そのため、現在の状態が継続した場合に、今後の県の財政がどうなるのかを推計しました。

今後の財源不足の推計

社会保障関係経費の増加などにより、8年度以降も大幅な財源不足が見込まれます。今後、財源不足解消のために積立基金を取り崩した場合、残高は枯渇し、大規模な災害が起きた場合などに対応しきれなくなります。

積立基金の残高の推移

積立基金の残高は、6年度末は833億円を確保できました。しかし、財源不足解消のために取り崩しを続けた場合、10年度には基金残高が枯渇してしまう恐れがあります。

県債残高の推移

今回の推計では、前回推計より残高が増加していく見込みです。これは、県有施設の長寿命化に必要な経費などの増加や、10年度以降、財源対策的な県債発行が必要になることを見込んでいるためです。

今後の対応

国際情勢の変化や経済の先行きの不透明さに加え、社会保障関係経費の増加や物価上昇により、引き続き厳しい財政環境が予想されます。このため、限られた資源で最大限の効果を上げる「ワイスペンディング」を徹底した事務事業の見直しや、自ら「稼ぐ」施策、デジタル化による業務効率化により、引き続き行財政改革に取り組む必要があります。

【推計の考え方】…税収の水準や制度、県の判断で決定できる歳出(裁量的経費)の規模などが現在の水準で推移したものと仮定して推計

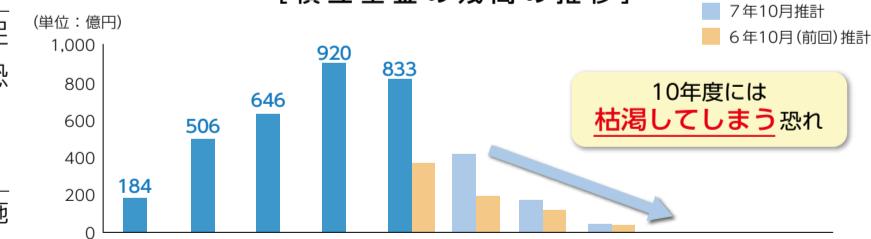
群馬県中期財政見通し

【財源不足の推計】



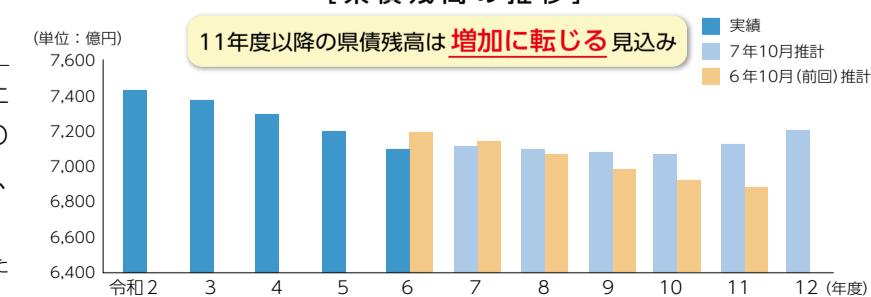
社会保障関係経費増加によって今後も大幅な財源不足が見込まれる

【積立基金の残高の推移】



10年度には枯渇してしまう恐れ

【県債残高の推移】



11年度以降の県債残高は増加に転じる見込み



中継所イベント

※時間は変更になる場合があります

※飲食物などの無料配布や販売は、なくなり次第終了となります

会場	開始時刻	内 容	会場	開始時刻	内 容
群馬県庁	7:30	前橋華龍太鼓演奏	第1中継所	8:00	高崎頬政太鼓演奏
	7:45	上州ハ木節踊りの披露		9:00	
	8:30	やよいひめフェスティバル	第2中継所	10:10	上州あづま太鼓会による和太鼓演奏
		パブリックビューイング		10:50	
	8:58	キッチンカー	第4中継所	10:20	焼きそばや牛乳製品などの配布
		前橋華龍太鼓演奏		11:00	新田太鼓演奏
				11:50	

コースガイド

1区 スタート直後は集団内の駆け引きが見られます。終盤に繰り広げられる先頭争いは必見です

7区 ゴールへ向けて、各チームが激しい競り合いを見せます。先頭で県庁に戻ってくるチームは?

6区 向かい風が吹き、激しい高低差のある区間。最後まで勝負の行方に目が離せません

2区 日本人エース区間! 各チームの主力選手が走る見どころです



※…通過予想時刻

※各区間の距離は、若干変動する可能性があります

応援ポイント (無料駐車場)



1 群馬県教科書販売株式会社	2 セキチュー前橋駅前店	3 道の駅おおた	4 松原橋公園	5 フレッセイ赤堀店
6 J Aたかさき本店	7 沢野行政センターおよび 澤野スポーツ広場	8 みどり市役所	9 みどり市役所 笠懸庁舎	10 桐生競艇場 みどり市営第1駐車場
8 たむらや南部店	9 人材派遣ワゴンコーポレーション 境総合文化センター西駐車場	10 県勤労福祉センター		
11 県立東毛産業技術センター	12 みどり市役所 笠懸庁舎			
13 みどり市役所 笠懸庁舎				

※応援の際は、競技の妨げにならないよう注意してください
※無料駐車場の利用は、原則として走者の通過予想時刻の1時間前から最終走者通過の30分後までです
※青色の番号の無料駐車場は、数台まで大型車の駐車が可能です
各応援ポイントの駐車台数など詳しくは、[H]をご確認ください



大会中の交通規制にご協力ください

※規制は、通過予想時刻のおおむね15分前から約45分間です

※全面通行止め区間のう回にご協力ください

問い合わせ先

ニューイヤー駅伝実施委員会(県庁スポーツ振興課) ☎ 027-226-2081

Information



- 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](https://www.pref.gunma.jp)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
- ファッ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
- 11月20日現在の情報です。掲載している内容は、状況により変更となる可能性があります。ぐんま広報はこちらからも読みます



凡 例

日 程・時 間	休 休館日	所 場 所	内 内 容
対 対象・資 格	￥ 費 用	他 その他の	申 申込先
問 問い合わせ先	定 定員(先 先着 抽 抽選 選 選考)		
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 電話	E Eメール
F ファクス	〒 郵便番号	フ フリーダイヤル	
シ 電子申請受付システム(LoGoフォーム)			

※シはHPからアクセスしてください

【上毛電気鉄道・上信電鉄・わたらせ渓谷鐵道】冬のイベント情報

【上毛電気鉄道 イルミネーション】

駅や沿線を色とりどりの電飾で飾り付けたイルミネーションが点灯します。電車に乗って、思い出に残る幻想的な光景をお楽しみください。

日 8年2月1日(日)まで
点灯時間 午後5時~10時
点灯場所 中央前橋駅・大胡駅・赤城駅・西桐生駅
問 上毛電気鉄道(027-231-3597)



【上信電鉄 1日500円で全線乗り放題キャンペーン】

「寿・ワンコイン1日フリー乗車券」を販売します!帰省や初詣に便利です。ぜひご利用ください。

利用可能日 8年1月1日(木)または2日(金)
販売期間 12月29日(月)~8年1月2日(金)
￥ 大人=500円、小学生=250円
購入方法 上信電鉄 各駅(無人駅を除く)
※支払いは現金のみ
問 上信電鉄(027-323-8073)



▲この日だけの特別デザイン切符

【わたらせ渓谷鐵道 トロッコわっしー号で行くイルミネーションの旅】

桐生駅から間藤駅までの往復の運賃と弁当付きのお得なツアーです。期間中、沿線の各駅は鮮やかなイルミネーションに彩られます。

日 8年2月28日(土)まで ※開催日はわたらせ渓谷鐵道ホームページをご覧ください
￥ 大人=3500円、小学生=2800円、未就学児=1800円、未就学児(弁当なし)=520円
問 わたらせ渓谷鐵道(027-73-2110)



かんな・かぶらぐるぶらの旅みちえきマルシェ

多野藤岡・甘楽富岡地域の特産品販売や試食会を行う他、ステージイベントや抽選会の開催など、盛りだくさんな内容です。ぜひお越しください。

日 12月21日(日) 午前10時~午後3時

所 道の駅ららん藤岡(藤岡市中)

マルシェ出店予定ブース

多野藤岡・甘楽富岡地域の道の駅や神流町恐竜センターなど

ステージイベント(予定)

ご当地キャラクターショー、楽器演奏

問 県藤岡行政県税事務所(0274-22-5101)



「こんにゃくグルメ大作戦!!」実施中

こんにゃくグルメをたくさん食べて、みんなで県内のこんにゃく産地を応援しましょう!

12月から、参加店(飲食店・宿泊施設など)で県産こんにゃくを使った料理を提供しています。

定番の味はもちろん、各店ならではの工夫が光るオリジナルメニューまで、多彩な味をお楽しみください。

他 詳しくはぐんまアグリネットホームページをご覧ください

問 県庁ぐんまブランド推進課(027-226-3129)、こんにゃくグルメ大作戦!!運営事務局(027-234-8000)



詳しくはこちら▶



※写真はイメージです



年末ジャンボ宝くじ発売中!

販売期間 12月23日(火)まで

抽せん日 12月31日(水)

種類・当せん金

・年末ジャンボ宝くじ…1等=7億円、1等の前後賞=1億5千万円 など

・年末ジャンボミニ…1等=3千万円、1等の前後賞=1千万円 など

￥ 1枚300円

他 県内で販売された宝くじの売上金の約40%が県に納められ、子育て、医療、教育、公共施設の整備など、さまざまな事業に役立てられています。宝くじはインターネットでも購入できますのでぜひご利用ください。詳しくは、宝くじ公式サイトをご覧ください(HP参照)



問 県庁財政課(027-226-2094)



尾瀬保護財団設立30周年記念フォーラム参加者募集!

「尾瀬の未来を考えるー持続可能な新しいかたちー」をテーマに、基調講演・パネルディスカッションを通して、尾瀬で始まった新たな取り組みの紹介や、これから尾瀬が目指す方向性を考えます。一緒に尾瀬の未来を考えてみませんか?

日 8年1月24日(土) 午後1時~4時
所 東京国際フォーラム(東京都千代田区丸の内)

￥ 無料 定 240人

申 不要。当日、会場に直

問 尾瀬保護財団(027-220-4431)



演奏会情報

日程	開演時刻	会場	内容
1月25日(日) 定期演奏会	午後4時 (3時開場)	高崎 芸術劇場	指揮: ヤン・ヴィレム・デ・フリント ピオラ: 池田美代子 クラリネット: 田村知子 曲目: 山田耕作/序曲 二長調(1912)、 ブルック/クラリネットとヴィオラのための協奏曲 木短調 作品88、シュー ベルト/交響曲 第8番 ハ長調「ザ・ グレート」D944

問 群馬交響楽団事務局 027-322-4316



▶

スポーツ情報



群馬クレインサンダーズ試合情報

日程	開始時刻	会場	対戦相手
12月10日(水)	午後7時5分		サンロッカーズ渋谷
12月13日(土)			越谷アルファーズ
12月14日(日)			OPEN HOUSE
12月20日(土)	午後3時5分	アリーナオオタ	アリーナオオタ
12月21日(日)			広島ドラゴンフライズ
12月27日(土)			三遠ネオフェニックス
12月28日(日)			

問 群馬プロバスケットボールコミッショナ 0276-50-1962

プレゼント 数独クイズの正解者の中から抽選で、群馬交響楽団定期演奏会(8年1月25日)のチケット(2枚組み)を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

県警察音楽隊「おまわりさんのふれあいコンサート」

音楽隊による年に1度のコンサートを開催します。今年は、静岡県警察音楽隊が賛助出演します。

日 8年2月21日(土) 午後1時30分(開場は0時30分)

所 かぶら文化ホール(富岡市上黒岩)

定 千人 抽

¥ 無料

受 12月23日(火)まで

申し込み方法 シまたは往復はがきを郵

他 詳しくは、県警察ホームページまたは、各警察署・交番・駐在所のポスターなどをご覧ください

申・問 県警察本部広報広聴課(〒371-8580、☎027-243-0110)

対話こそ共生社会を拓くカギ ~全盲弁護士、障害者差別解消法を語る~

全盲で司法試験に合格した日本で3人目の弁護士、大胡田誠氏が障害者差別解消法の意義や誰もが安心して暮らせる共生社会の実現に向けたヒントを語ります。

日 8年1月21日(水) 午後1時30分~3時30分

所 県社会福祉総合センター(前橋市新前橋町)

定 300人先

¥ 無料

山本一太の

知事コラム

県民の命と暮らしを守る防災力
~県総合防災訓練実施~

10月18日(土)、高崎市と共催で「群馬県総合防災訓練」を実施しました。県では毎年、県内の各市と合同で総合防災訓練を実施し、昨年度からは「計画検証型」の訓練に取り組んでいます。「計画検証型」とは、今ある計画に沿って訓練をすることで、検証を行い、より実際の災害時に役立つ計画となるよう改善しようとするものです。

JR高崎駅は、県内外の多くの方が、通勤・通学などで利用しています。地震などの大規模災害により、鉄道網が大きな被害を受ければ、駅周辺に「帰宅困難者」が多数発生することが予想されます。そこで帰宅困難者を安全に誘導する方法や、広いスペースのあるGメッセ群馬を活用し、一時滞在施設の設営について実地での検証を行いました。

他にも高崎市箕郷町では、地震により中山間地域の集落の一部が孤立したという想定で、情報収集や通信手段の確保、救助・避難、物資輸送などの訓練を実施しました。

当日は、県、市、防災関係機関だけでなく、地域住民やボランティアの皆さんにも参加いただき、より実践的な訓練を行うことができました。県全体の防災力向上に向けた大きな一歩につながったと思います。知事として、県民の命と暮らしを守る責任を改めて胸に刻み、あらゆる災害にも対応できる「強くしなやかな群馬県」を築くため、これからも防災体制の強化に全力で取り組んでまいります。



一時滞在施設の設営について説明を受ける山本知事(左)

受 8年1月15日(木)まで

申・問 県視覚障害者福祉協会(☎027-255-6677)

学生寮「上毛学舎」新入寮者募集

所 東京都世田谷区経堂(小田急小田原線千歳船橋駅下車徒歩3分)

対 県内出身で、東京都およびその近郊の大学、短期大学または専門学校の1年次に入学する人(入寮許可期間は原則2年間)

定 男子…40人程度、女子…35人程度

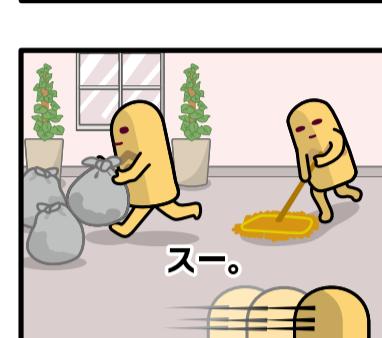
選考方法 書類審査、面接

受 8年1月19日(月)消

申し込み方法 所定のフォームから応募し、必要書類を郵

募集要項入手方法 県育英会(県庁管理課内)ホームページからダウンロード

申・問 県育英会(〒371-8570、県庁管理課内☎027-226-4543)



美術館・博物館などの催し

施設名	12月	1月
①近代美術館 所 高崎市綿貫町 休 月曜日(12/8、15除く)、12/11、17~3/31 ☎ 027-346-5560	水野暁 視覚の層 絵画の層 ~12/16	12月17日~3月31日まで館内の設備更新工事のため臨時休館します
②館林美術館 所 館林市日向町 休 月曜日、12/15~1/16 ☎ 0276-72-8188	ロイヤル コペンハーゲンと北欧デザインの煌めき ~12/14	Dear Animals and Plants —親愛なる仲間たち— 1/17~4/5
③歴史博物館 所 高崎市綿貫町 休 月曜日、12/29~1/3、10~16 ☎ 027-346-5522		世界遺産 縄文 1/17~3/8
④自然史博物館 所 富岡市上黒岩 休 月曜日(1/12除く)、12/15~1/1、5~9、13 ☎ 0274-60-1200	ながいながい骨の旅 Season II ~12/7	ぐんまの自然の『いま』を伝える 1/17~2/8
⑤土屋文明記念文学館 所 高崎市保渡田町 休 火曜日、12/27~1/7、19~21 ☎ 027-373-7721		愛の手紙-友人・師弟篇- ~1/18

施設名	12月	1月
⑥日本絹の里 所 高崎市金古町 休 火曜日、12/27~1/2、4~6 ☎ 027-360-6300		まゆクラフトと絹の作品展 ~2/1
⑦ぐんま昆虫の森 所 桐生市新里町 休 月曜日(1/12除く)、12/27~1/9、13 ☎ 0277-74-6441		「虫の絵」作品展 ~12/26 第20回 フォトコンテスト作品展 1/10~2/23 季節展「虫たちの冬越し展」 1/10~2/23
⑧キーテクノロジー ぐんま天文台 所 高山村中山 休 月曜日(1/12除く)、12/27~1/5、13 ☎ 0279-70-5300	「宇宙・私の夢」絵画展 ~12/16 ふたご座流星群観察会 ● 12/13 双眼鏡で天体を探そう ● 12/20	星空さんぽ ● 1/10 スマホやデジカメで月を撮ろう ● 1/31
⑨Gunma Flower Park 所 前橋市柏倉町 休 火曜日(12/30除く)、12/31~1/1 ☎ 027-283-8189		GARDEN LIGHT UP 12/5~3/1

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4時(入館は3時30分まで)、夜間(土・日曜日、祝日) 午後6時~9時(入館は8時30分まで)、⑨…正午~午後8時30分

料金 ①~⑧中学生以下は無料。⑨未就学児は無料。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



しぶかわイルミネーション

西洋の城を象った大型イルミネーションなどの光り輝くオブジェが赤城健康公園を彩ります。幻想的な光の世界で、冬の夜を華やかに演出します。

日 12月25日(木)まで
午後5時~8時
所 赤城健康公園(渋川市赤城町)
問 渋川市まちづくり財団
☎ 0279-25-7070



たかやまむら illumination

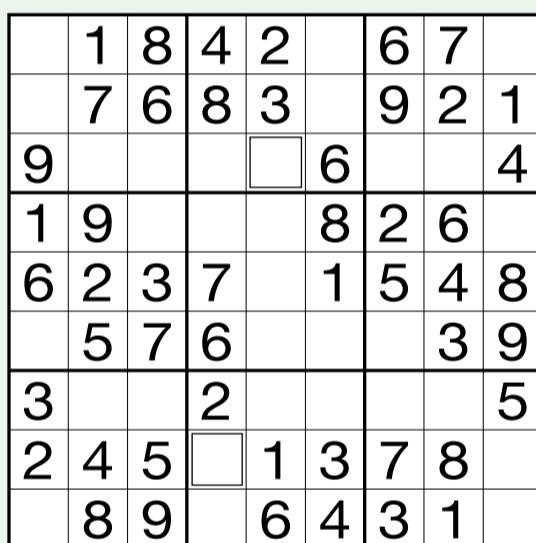
「中山盆地」の芝生広場で輝く光のトンネルやツリーを楽しむことができます。イルミネーションを楽しんだ後は、併設の天然日帰り温泉「ふれあいプラザ」で温まることもできます。

日 8年1月31日(土)まで
午後5時~9時
所 道の駅中山盆地(高山村中山)
問 高山村役場地域振興課
☎ 0279-26-7944



抽選で賞品をプレゼント!

数独クイズ



パズル制作/ニコリ

11月号の答えは「マイボトル」でした。応募総数は1543通でした。たくさんのご応募・ご意見ありがとうございました。

80人にプレゼント!

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

進め方

①まだ数字の入っていないマスに1から9までの数字のどれかを1つずつ入れましょう。0(ゼロ)は使いません
②縦列(9列)、横列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(9つ)のどれにも、1から9までの数字が1つずつ入るようにします
③縦・横・ブロックの中で、同じ数字が重複して入ることはできません

問題

二重枠に入った2つの数字の合計はいくつになるでしょう?

解き方のヒント

中央左のブロックにまだ入っていないのは4と8です。8は上の空きマスに入れると、横の列で数字が重複するので下に入ります。このように確実に決まるところから解いていきましょう

応募方法

はがき(85円)、ファクス、Eメールまたは「ぐんま電子申請受付システム(LoGoフォーム)」。①クイズの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名(ふりがな) ⑤年齢 ⑥今月のぐんま広報・tsulunos PLUSへのご意見・ご感想 ⑦希望の賞品名を書いてください(Eメールは件名に「数独クイズ12月」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 数独クイズ係
・ファクス 027-243-3600
・E メール crossword@pref.gunma.lg.jp
・電子申請 <https://logoform.jp/f/ZzRXV>

(上図から読み取れます。▲
HPにもリンクを掲載しています)

応募期限

12月17日(水) 溝 ※ファクス、Eメール、電子申請は17日送信分まで

賞品

※次のの中から希望のものを1つ明記してください
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、日本絹の里、ぐんま昆虫の森、キーテクノロジーぐんま天文台、Gunma Flower Park (2人)、ロックハート城、ぐんまちゃんトートバッグ(15人)、ぐんまちゃんエコバッグ、ぐんまちゃんアクリルキーホルダー(ぐんま広報限定)、群馬交響楽団定期演奏会(1月25日)、木村ミサさんサイン色紙(1人)、群馬クレインサンダース観戦チケット(2人・要キーワード).....

※当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます

tsulunos PLUSの動画から
キーワードを見つけて
応募しよう!



広告の内容に関する一切の責任は、広告主に帰属するものです。この広告内容を県が推奨・保証等するものではありません

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

◆今年の夏も暑かったです。地球温暖化を食い止めるために、一人一人が努力しなくてはと思います。特集にもあるように、今でできることから始めようと思いました。

紹介されていた脱炭素チャレンジを今後も心掛けたいと思いますし、少しでも多くの人に協力してもらえるといいなと思います。
(富岡市 64歳)

◆広報の表紙に掲載された「逆さ榛名富士」の写真を見て、群馬にはまだまだ素晴らしい景色があるのだと感じました。

移住してくる人にとって、このような魅力が紹介されることで、より群馬を好きになってもらえると思いました。
(伊勢崎市 49歳)

※掲載された人には、ぐんまちゃんジッパーコインケースをプレゼントします

県人口	1,876,416人	(対前月: -925人)
男	929,257人	女 947,159人
出生	851人	死亡 2,108人
世帯数	840,170世帯	

県移動人口調査 令和7年10月1日現在

※出生・死亡は9月1日~30日