

City-Fujioka-Gunma Public Relations



広報ふじおか

2021
12.15

No.1265



木と触れ合う木工体験 ～土と火の里公園～

▷感染が疑われる人が家庭内にいる場合のポイント

ポイント⑥ 他の同居者の部屋を可能な限り分けましょう



- 療養する部屋と他の家族がいる部屋をできるだけ分けましょう。療養する部屋は窓があるなど換気の良い個室とし、極力部屋から出ないようにして接触を減らすことが大切です
- トイレや風呂などの共用スペースの利用も最小限とし、窓をしばらく開けたままにするなど十分な換気を行いましょう
- 部屋を分けることができない場合は、2m以上の距離を保てるようにし、仕切りなどを設置してウイルスの拡散による感染の可能性を減らしましょう

ポイント⑦ 世話をする人はできるだけ限定しましょう



- 感染が疑われる人の身の回りの世話がが必要な場合、世話をする家族に感染する可能性があるため、可能な限り世話をする人を1人に決めておきましょう(持病のある人や免疫の低下した人、乳幼児、妊娠中の人は避けるようにしましょう)

ポイント⑧ 家の中でもできるだけ全員がマスクを使用しましょう



- 感染が疑われる人、家族の両方がマスクを着用することでウイルスの拡散を防ぐことができます。使用したマスクは他の部屋には持ち出さず、すぐに捨てましょう
- マスクを外す際はゴムやひもをつまんで外し、マスクの表面に触れないように廃棄しましょう。マスクを外した後はせっけんでの手洗いやアルコール消毒をしましょう

家庭内感染予防物品の配布

市外の保育所や小中学校などに通う子どもを対象に、家庭内感染予防物品を配布します。

配布期間 12月15日(水)～令和4年1月31日(月)(土・日曜日、祝日、12月29日(水)～4年1月3日(月)を除く)

配布場所 市保健センター

配布物品 ▷ボトル入りアルコール消毒液1本▷除菌シート2個(1個20枚入)
▷家庭内感染対策リーフレット

対象 市内在住で市外の保育所・幼稚園・認定こども園・小中学校に通う子ども(市内に通っている場合は各園・学校経由で配布します)

申し込み 本人または家族が申請書を持って市保健センターへ

※申請書は窓口に設置しているほか、市ホームページからもダウンロードできます



新型コロナウイルス関連情報

問い合わせ 健康づくり課(☎221211 内線2844)

家庭内での感染を予防するために

海外で流行し始めている新たな変異株(オミクロン株)が国内でも確認されていることや、冬場は気温の低下により密が生じる機会が増えることなどから、感染の再拡大が懸念されています。変異株であっても基本的な感染対策は従来と同様です。家庭内では普段から次のポイントに注意しましょう。

▷家庭内で普段から注意すべき感染予防のポイント

ポイント① こまめに手洗い・うがいをしましょう



- ウイルスの付いた手で目や鼻、口などを触ると粘膜・結膜から感染することがあります。こまめにせっけんを使った手洗いやアルコール消毒をしましょう

ポイント② 日中はできるだけ換気をしましょう



- 定期的に部屋の換気をしましょう。エアコンや換気扇を回したり、日中の暖かい時間には窓を開けるのも良いです

ポイント③ 共用する部分を消毒しましょう



- タオルや食器などを共用しないようにしましょう。トイレや風呂は水拭きするか、家庭用の掃除用洗剤で掃除することでウイルス量を減らすことができます
- ウイルスは物に付いてもしばらく生存しているため、ドアの取っ手やノブなどは0.05%の次亜塩素酸ナトリウム(薄めた漂白剤)で拭いた後に水拭きするか、70%以上のアルコールで拭きましょう

ポイント④ 汚れたシーツや衣服などを洗濯しましょう



- 使用したシーツや衣服などは、一般的な家庭用洗剤を使用して洗濯機で洗濯して完全に乾かしましょう。感染が疑われる人がいる場合に分けて洗う必要はありませんが、洗濯前のものを共用しないようにしてください

ポイント⑤ ごみは密閉して捨てましょう



- 鼻をかんだティッシュなどにもウイルスがついています。家族が触ると感染する可能性があるため、すぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨てましょう

募集

市障害者計画

障害者基本法第11条第3項の規定に基づき、令和4年度から8年度における障がいのある人のための施策に関する基本的な計画として、「第4次藤岡市障害者計画(案)」をまとめました。この計画について意見を募集します。

閲覧・意見提出期間 令和4年1月24日(月)までの午前8時30分～午後5時15分(土・日・曜日、祝日、12月29日(水)～4年1月3日(月)を除く)

閲覧場所 市役所市政情報コーナー・鬼石総合支所鬼石振興課・市ホームページ

意見を提出できる人 ▼市内在住・在勤・在学の人▼市内に事務所や事業所を有する法人・個人▼手続きに関する事案に利害関係を有する人

その他 提出された意見を考慮し「藤岡市障害者計画」を策定します。意見の概要とその意見に対する市の考え方は、個人情報を除いて市役所市政情報コーナー・鬼石総合支所

健康福祉

インフルエンザ予防接種 一部公費負担の期間延長

実施期間 令和4年1月31日(月)まで(各医療機関の休診日は除く)

実施医療機関 下表のとおり

対象 市内在住で12月31日(金)までに次のいずれかに当てはまる人▼65歳以上になる▼60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能障害があり、予診票裏面の項目に該当する接種費用 1200円

※生活保護受給世帯の人は、自己負担免除者証明書を発行

医療機関	電話番号
田原内科クリニック	②3 2552
戸塚クリニック	②0 1800
中島整形外科クリニック	②4 1777
中田医院	②2 0385
根岸産婦人科小児科医院	②4 1111
原内科クリニック	④0 2255
光病院	②4 1234
深沢内科医院	②2 6555
藤岡外科内科クリニック	②2 1356
藤岡こどもクリニック	②4 0024
星野医院	②2 0116
松山耳鼻咽喉科気管食道科医院	②4 3387
薬師寺整形外科クリニック	②0 1555
やまうち内科	②4 5792
山崎外科医院	②2 1331
よしだ内科クリニック	⑤0 8958
鬼石病院	⑤2 3121
藤岡総合病院	②2 3311

表 インフルエンザ予防接種実施医療機関

医療機関	電話番号
あいおいクリニック	②4 8811
アイリス診療所	②2 2542
秋山医院	②2 8315
飯田整形外科医院	②2 5770
飯塚クリニック	④0 7700
石川医院	④0 2535
石淵皮膚科クリニック	⑤0 4012
くすの木病院	②4 3111
栗原胃腸科外科医院	④0 2299
小山医院	②0 1200
斎藤医院	②2 0765
さわだ医院	④3 1888
篠塚病院	②3 9261
しのめクリニック	②2 8851
島田クリニック	②3 0005
しろやしき内科	⑤0 8320
すぎやまメディカルクリニック	②0 1666

もっと知りたい!

藤岡市のこと

県内初!

おたふくかぜワクチン接種を全額助成

Q おたふくかぜってどんな病気?

A おたふくかぜの主な症状には発熱や唾液腺の腫れなどがあり、合併症を伴ったり、難聴などの後遺症を残すことがあります。

Q 予防するにはどうすればいいの?

A 予防にはワクチン接種が有効です。日本小児科学会は、おたふくかぜワクチンの2回接種を推奨しています。

「10年、20年先の都市環境を創造するまちづくり」をテーマとした藤岡市の先進的な施策を紹介します。

問い合わせ 企画課(☎④2424) 子ども課(☎④2268)

市は任意接種のおたふくかぜワクチン 2回分の費用を全額助成しています!

市では、1歳児と年長児(小学校入学前の1年間)が、市内の医療機関でおたふくかぜワクチンを接種するときの2回分の費用を全額助成しています。

子どもの健康と未来を守るために、ぜひおたふくかぜワクチンの接種を検討してください。



するので、必ず事前に健康づくり課に申請してください

その他 ▼一部公費負担で接種できる回数は1人1回まで

▼市内で接種を希望する人は各医療機関窓口にご相談してください▼市外(県内)の医療機関で接種を希望する人は、接種が可能かどうかを医療機関に確認してください▼県外の医療機関などで接種を希望する人や、市の予診票が必要な場合は健康づくり課に連絡してください

問い合わせ 健康づくり課(☎④2808)

糖尿病予防教室

基礎編・食事編

日時 令和4年1月26日(水)午後1時30分～3時

会場 市保健センター

内容 病態・食事についての講義

持ってくる物 筆記用具

運動編

日時 令和4年1月28日(金)午後1時30分～3時

会場 庚申山第2体育館

内容 健康運動指導士による運動教室

健(検)診期間の延長

8)

胃がん検診・特定健診・後期高齢者健診・歯周病検診の受診期間が令和4年1月末まで延長となっています。受診を見送ることで病気が進行し、治療の選択肢を狭めてしまうこともあり、早めにより受診し、自分の健康を見直しましょう。

期間 令和4年1月31日(月)まで

申し込み・問い合わせ 健康づくり課(☎④2808)

持ってくる物 体育館シューズ・タオル・飲み物

共通事項

対象 市内在住で次のいずれにも該当する人▼糖尿病と診断されていない▼両日参加できる

定員 20人(先着順)

参加料 無料

その他 参加者はマスクを着用してください。当日発熱や咳など風邪症状のある人は参加できません

申し込み・問い合わせ 12月22日(水)～令和4年1月21日(金)に健康づくり課(☎④2808)

子育て世帯への 給付金支給

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた子育て世帯を支援するために、18歳以下の児童に給付金を支給します。**給付額** 児童1人当たり5万円**対象** 次の該当児童の保護者のうち、生計を維持する程度の高い人(児童手当受給者もしくはそれに準ずる人)①令和3年9月分の児童手当支給対象児童(11月30日時点で児童手当の新規申請が完了している場合を含む)②令和3年9月30日時点で高校生(平成15年4月2日～18年4月1日生まれ、ただし保護者の所得が児童手当の支給対象となる金額と同等未満の場合のみ)③令和4年3月31日までに生まれた児童手当の支給対象児童(新生児)で、12月1日時点で児童手当の新規申請が完了していない児童

※児童手当について、特例給付の受給者は給付金の対象外**申請手続き** ①申請不要 ②③申請が必要

※公務員など、市から児童

手当の支給を受けていない人は申請が必要です

支給時期 ①年内に支給 ②③後日申請に関する案内通知を発送します

その他 市での児童手当受給歴がない場合、通知が届かない可能性があります。不明な人は問い合わせてください

問い合わせ 子ども課 ☎2286

親子スキー教室

日時 令和4年2月11日(祝)
会場 群馬みなかみほうだいぎスキー場(利根郡みなかみ町)

集合場所 たらん藤岡

対象 県内在住のひとり親家庭の親子(高校生以下)・寡婦**定員** 親子合わせて50人(抽選)

参加料 ①大人(母(父)子(父)) ②4000円 ③大人(非会員) ④5500円 ⑤子ども(高校生以下) ⑥3000円

⑦3歳未満の乳幼児 ⑧1000円(バス代・保険料・スキー教室参加料を含む)

※昼食代・用具レンタル料は自己負担

就学援助制度

経済的な理由で子どもを小・中学校へ通学させることが困難な世帯に対して、経費の一部を援助します。学用品費・給食費などの経費が対象で、一定の基準に基づいて認定します。

※認定要件や申請方法などの詳細については、各学校から配布される「就学援助制度のお知らせ」を確認してください

その他

申し込み・問い合わせ 令和4年1月14日(金)(必着)までに往復ハガキで住所・電話番号・参加者全員の氏名・年齢・「親子スキー教室」たらん藤岡と記入して〒371-0843 前橋市新前橋町13-12 群馬県母子寡婦福祉協議会 ☎027-255-6636 へ

粗大ごみ有料回収



の学校・学校教育課 ☎58212

収集日 1月17日・24日の月曜日の午後(各日先着6人)

収集品目 家具・自転車など

収集制限 各家庭4点以内

料金 1kg当たり33円(消費税込み)

申し込み・問い合わせ 12月22日(水)から電話で清掃センター ☎28305 へ

選挙啓発ポスター入賞者

たくさんのご応募ありがとうございました(応募総数266点)。

金賞 櫻井夢栞(小野小2年)・近藤初音(藤岡第一小5年)・黒澤湮(神流小6年)・富谷萌(北中1年)・五十嵐至(東中2年)・土谷比菜(西中3年)

※たらん藤岡花の交流館で

藤岡市シルバー人材センター会員募集

問い合わせ シルバー人材センター ☎2151

働く意欲のある60歳以上の健康な人なら誰でも会員になれます。入会説明会に気軽に参加してください。

入会説明会 毎月第4水曜日の午前10時(祝日の場合は翌日)

会場 シルバー人材センター

会費 年3000円(月割り有り)

互助会費 年5000円

60の「たい」を応援します

- ▽健康で元気に暮らしたい
- ▽気軽にできる仕事をしたい
- ▽時間を有効に活用したい
- ▽生活費の足しにしたい
- ▽知識経験を活かしたい
- ▽人の役に立つことをしたい

仕事は簡単なものです

剪定・草刈り・農作業・公共施設の受け付けのほか、家事の経験が生かせる仕事もあります。

作業の単価

1時間当たり870円、1200円程度で、作業内容別に単価を定めています。

こんなお仕事をしています(草むしりの例)

午前8時 現場到着

- ・準備、作業開始

正午 お昼休憩

午後1時 作業再開

- ・適時休憩
- ・片付け

午後4時 作業終了

- ・作業日報に依頼人の確認をもらう
- ・日報を事務所に提出

会員に聞きました

Q 入会のきっかけは?

A 生活費を補うことに併せて、元気に健康で暮らしたいから

Q 入会してよかったことは?

A 作業後のお客様の喜ぶ声と、きれいになった庭を見た時の充実感

Q シルバー人材センターに期待したいことは?

A これからも会員が安心して働き続けられること

市街化調整区域内の 開発行為基準改正

予定されていた入賞作品の展示会は、衆議院議員総選挙の執行に伴い中止となりました

問い合わせ 市選挙管理委員会(総務課内) ☎2221

市街化調整区域内の開発行為基準改正

開発許可に関する基準が改正され、令和4年4月1日(金)から、市街化調整区域内で想定浸水深3.0m以上の浸水ハザードエリアでは「分家住宅」「既存宅地内建物」「指定集落内建物」の基準を用いた宅地開発が原則でなくなります。該当する土地に住宅などを建てる計画のある人は早めに相談してください。

問い合わせ 都市計画課 ☎2827

総合学習センター 定期使用団体登録受付

令和4年度に年間を通して総合学習センターを定期使用する団体は登録が必要です。

登録受け付け

日時 令和4年1月6日(木)～18日(火)午前9時～午後5時(16日(日)を除く)

鬼石多目的ホール 定期使用団体登録受付

令和4年度に年間を通して鬼石多目的ホールを定期使用する団体は登録が必要です。

登録受け付け

日時 令和4年1月15日(土)～30日(日)午前9時～午後5時(月曜日を除く)

受付場所 鬼石多目的ホール

提出書類 登録申込書(指定用紙)・団体会員名簿など

※指定用紙は鬼石多目的ホール・生涯学習課にあります

申し込み・問い合わせ 鬼石多目的ホール ☎3011

政治家の寄付は禁止

年末年始は贈り物やお祝いをする機会が多い時期ですが、政治家が選挙区内の人にお金や物を贈ることは公職選挙法で禁止されています。また、有権者が政治家に寄付や贈り物を求めることも禁止されています。ルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。

禁止行為 ①お歳暮・お年賀など ②病氣見舞い ③葬式の花輪・供花、落成式・開店祝いの花輪 ④入学祝い・卒業祝い ⑤秘書などが代理で出席する結婚祝い、葬式の香典 ⑥お祭りへの寄付や差し入れ ⑦地域の運動会など行事への飲食物の差し入れ ⑧町内会の集會などへの寸志や差し入れ ⑨政治家の後援会が花輪・香典・祝儀などを出すこと、設立目的により行う行事などに関する寄付以外の寄付をすること ⑩答礼のための自筆によるものを除き、年賀状などのあいさつ状を出すことなど

問い合わせ 市選挙管理委員会事務局(総務課内) ☎2221

令和3～4年 年末年始の業務のお知らせ

市役所・鬼石総合支所の休業日

12月29日(水)～1月3日(月)

※出生・婚姻・死亡の届け出や偕同苑(斎場)の予約は、休み中でも市役所宿直室で受け付けています

各施設の休業日 (●=休業・休場日)

※施設によって年末年始の休みが異なります。不明な点は各施設にお問い合わせください

施設名(問い合わせ)	12月							1月						
	25(土)	26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	1(祝)	2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)
総合学習センター(☎508228)				●							●			
ボランティアネットワークセンター ウィズ(☎28883)		●		●							●			
偕同苑(☎21211)	※1						●	●					※1	
ごみの搬入					●						●			
清掃センター(☎38305)							●				●			
可燃ごみの収集							●				●			
不燃・資源ごみの収集					●						●			
鬼石資源化センター(☎26653)				●							●			
公民館(生涯学習課☎26888)		※2		●							●			
市民ホール(☎23305)			●								●			
鬼石多目的ホール(☎203011)			●								●			
体育館などのスポーツ施設・ミニ遊園地など (市民体育館☎29850)			●								●			
みずとぴあ藤岡(☎20977)				●							●			
図書館(☎21669)			●								●			
藤岡歴史館(☎26999)			●								●			
高山社跡(文化財保護課☎23597)				●							●			
高山社情報館(☎27703)				●							●			
みかぼみらい館(☎25511)				●							●			
ふじふれあい館(☎28111)	●													●
土と火の里公園(☎280385)	●													●
体験学習館MAG(☎23300)				●							●			
藤岡中央児童館(☎248060)		●		●					●					
老人福祉センター(☎23877)		●		●					●					
コミュニティ・センターやすらぎ (☎240057)				●							●			●
栗須の郷(福祉課☎2297)	※大規模改修工事に伴い休館中。休館予定期間：令和4年2月28日(月)まで													

※1：通夜のみ ※2：藤岡・鬼石公民館以外は休館

善行者の推薦

市善意の会では、社会や人のために善意で行動した善行者を毎年表彰しています。あなたの知り合いに善行者がいれば推薦してください。

推薦基準 次の項目に当てはまる人▽市内在住・在勤・在学▽役職上や学校活動ではない社会奉仕(ボランティアや人命救助など)をしている▽環境美化活動や土地の無償貸与・地域に対する貢献・奉仕などをおおむね3年以上行っている▽今まで国や県などから表彰されていない

推薦・問い合わせ 令和4年1月12日(水)までに各地区公民館にある内申書(市ホームページからもダウンロードできます)に必要事項を記入して市善意の会事務局(生涯学習課内☎26888)へ

マイナンバーカード申請窓口開設

マイナンバーカード未申請の人向けに、市内公民館(神流・美土里を除く)で申請サポートと無料の写真撮影サービスを行う窓口を開設しました。公民館で申請した人には図書カード1500円分を配布します。予約制なので申請を希望する人は各公民館まで問い合わせください。

日時 令和4年3月31日(木)までの午前9時～正午、午後1時～5時(土・日曜日、祝日、12月29日(水)～4年1月3日(月)を除く)

会場 各公民館(神流・美土里を除く)

持ってくる物 本人確認書類(運転免許証など)・2次元コード付き交付申請書・通知カード(所持している場合) ※詳細は予約時に確認します

その他 ▽必ず申請者本人が来てください▽申請者が15歳未満の場合は、必ず本人と法定代理人(親権者など)が来てください

▽カードの交付について市民課(☎2256)▽申請窓口について総務課(☎2221)

冬の青少年健全育成運動

青少年育成推進員が地域の子どもの安全・安心のため、パトロールを行います。期間 令和4年1月31日(月)まで

推進目標 ▽県民総ぐるみで次代を担う子どもたちの健全育成に取り組みよう▽「おぜのかみさま県民運動」を推進し、地域と家庭で子どもたちの安全・安心なインターネット利用を考えよう

水道管の凍結に注意

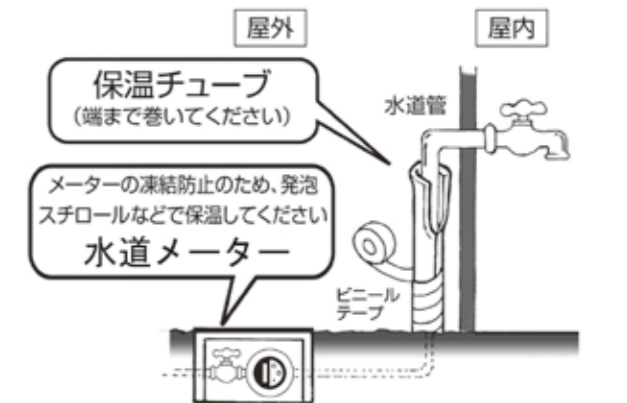
寒さが厳しくなると、水道管や水道メーター(量水器)・蛇口などが凍結して水が出なくなったり、破裂したりする事故が発生しやすくなります。水道管に十分な防寒対策をお願いします。

凍結・破裂が起きやすい場所

- ▷日当たりが悪い場所
- ▷北向きに設置され風当たりの強い場所
- ▷野外に配管され水道管が露出している場所

防寒方法 外蛇口には古毛布などをビニールテープやひもでしっかりと縛り付けます。また、市販の保温チューブや電熱式保温チューブを使用する方法もあります。メーターボックス内は発泡スチロールやビニール袋に古布などを入れて保温してください

その他 個人の敷地内で水道管の破裂や漏水が生じた場合は、市指定給水装置工事業者に修理の依頼をしてください



問い合わせ 水道工務課(☎21953)

人権を考える



～福祉と人権～

障がいのある人への理解と配慮
障がいのある人もない人も、誰もが住みやすく平等な社会をつくるには、国や市の取り組みだけでなく、社会を構成する全ての人の障がいに対する理解と配慮が必要です。見ただけで障がいがあると分かる人もいますし、一見しただけでは障がいがあると分からない人もたくさんいます。障がいのある人にとって何がバリアー(障壁)となるのかも人によってさまざまですから、その人の障がいを理解することが適切な配慮につながります。

ノーマライゼーションの考え方
障がいのある人を特別視するのではなく、社会の中で普通の生活が送れるような条件を整えるべきで、障害のある人もない人も共に生きる社会こそノーマル(普通)な社会であるという考え方を「ノーマライゼーション」といいます。しかし、生活環境の整備だ

けでなく、心の中のバリアーもなくならないとノーマルな社会とは言えません。

あなたならどうしますか？

○道の段差で車いすが動かせなくなった人がいたら
○白い杖を突いた人が交差点でずっと立ち止まっていたら
○聴覚障がいのある人に話しかけられたら
誰でも初めは戸惑うと思いますが、相手の気持ちになって、ちょっとした手助けができればそれでいいのではないのでしょうか。障がいのある人が困っているのを見かけたら、声を掛けてみるのが、共に生きる社会、ノーマルな社会につながる一歩です。

言語と手話

平成18年に障害者権利条約が国連総会で採択され、日本政府も平成26年に批准しました。
この条約や平成23年に改正された障害者基本法でも手話が言語であると規定され、世

藤岡市手話言語条例

藤岡市においても、平成30年3月に藤岡市手話言語条例が制定・施行されました。この条例は、ろう者と手話への理解を深め、手話を使って安心して暮らせる社会の実現、市民への手話への理解と手話の普及を図り、ろう者とろう者以外の人が、共に生きる社会の実現を目指すものです。

市では手話の普及啓発に取り組んでおり、手話通訳者の設置や手話教室を開催しています。また、広報ふじおかの毎月1日号では「手話をやってみよう」と題して手話の紹介をしており、動画の配信も行っています。

ろう者が使う手話は、私たちが使う言葉と同じです。筆談ではうまくコミュニケーションが取れない人もいます。ろう者の人と交流ができるよう、皆さんも手話を始めてみませんか。



あなたの歯は大丈夫？

健康づくり課(☎④2808)

虫歯や歯周病は歯だけの問題だと思っていないですか。虫歯や歯周病を放置すると、口の中の細菌が血管に入り込み、さまざまな病気を誘発し、全身の健康に影響を及ぼします。また、妊娠時の歯周病は、早産や低体重児出産などのリスクが大きくなります。

歯周病予防

基本は歯垢が付かないようにすることです。
○セルフケアⅡ自分で行う歯磨き、デンタルフロス・歯間ブラシによる歯間部清掃
○プロフェッショナルケアⅡ歯科医師や歯科衛生士によるセルフケアでは取り除けない歯垢や歯石の除去

口臭のしくみ

口臭の主な原因は歯周病、舌苔、進行した虫歯、唾液分泌の減少、義歯の清掃不良です。唾液には清浄・抗菌作用、粘膜の保護作用などがあります。口の体操や唾液腺マッサージで唾液の分泌を促し、口中を清潔にして口臭を予防しましょう。健康な人も口臭はあるので必要以上に神経質

虫歯や歯周病は歯だけの問題だと思っていないですか。虫歯や歯周病を放置すると、口の中の細菌が血管に入り込み、さまざまな病気を誘発し、全身の健康に影響を及ぼします。また、妊娠時の歯周病は、早産や低体重児出産などのリスクが大きくなります。
歯を失う原因のおよそ8割が虫歯と歯周病です。特に奥歯が失われると、かむ力が弱くなり、食生活が乱れ、栄養バランスが崩れます。その状態が長く続くと、歯・舌・口の周りの筋肉と機能が衰え、オーラルフレイル(口腔機能虚弱)となり、要介護状態になる危険が高まります。
○歯周病が引き起こす病気Ⅱ
▽血液・血管の病気(糖尿病・動脈硬化症など)▽肺の病気(誤嚥性肺炎など)▽心臓の病気(心筋梗塞など)

になることはありません。治療が必要になる病的口臭もあるので、口臭が気になったら歯科医院で相談しましょう。
歯と口の健康のために
○歯磨きⅡ正しい歯磨きで歯と歯茎を清潔に保ちましょう。特に寝る前の歯磨きは念入りにしましょう
○禁煙Ⅱたばこは歯周病の進行を早め、治りにくくします
○生活習慣の改善Ⅱ栄養バランスの良い食生活や適度な運動習慣により、質の良い睡眠を取り、免疫力を高めましょう
○歯科検診Ⅱかかりつけの歯科医院で定期的な歯科検診を受けましょう。市では20・30・40・50・60・70歳の人を対象に令和4年1月31日まで市内の歯科医院で歯周病検診を実施しています

1月の休日当番医

診療時間は午前9時～午後6時 歯科医院は午前9時～正午
※当番医は変更になる場合があります。連絡の上受診してください

日	医療機関	産婦人科	歯科
1日(祝)	くすの木病院 旭町・☎④3111	深沢内科医院 上戸塚・☎②6555	前田歯科医院 7丁目・☎②0569
2日(日)	飯田整形外科医院 篠塚・☎②5770	星野医院 仲町・☎②0116	おおすか子どもクリニック 芦田町・☎⑤8676
3日(月)	篠塚病院 篠塚・☎③9261	よしだ内科クリニック 白石・☎⑤8958	アイリス診療所 森・☎②2542
9日(日)	光病院 本郷・☎④1234	しのめクリニック 中栗須・☎②8851	光病院 本郷・☎④1234
10日(祝)	鬼石病院 鬼石・☎⑤3121	齋藤医院 緑町・☎②0765	島田クリニック 中大塚・☎③0005
16日(日)	くすの木病院 旭町・☎④3111	小山医院 中・☎②01200	原歯科医院 大戸町・☎②0079
23日(日)	戸塚クリニック 上栗須・☎②01800	中島整形外科クリニック 芦田町・☎④1777	田原内科クリニック 相生町・☎③2552
30日(日)	篠塚病院 篠塚・☎③9261	やまうち内科 2丁目・☎④5792	薬師寺整形外科クリニック 下栗須・☎②01555
		藤岡総合病院 中栗須・☎②3311	茂木歯科医院 鮎川・☎②8788
			守谷歯科医院 高崎市新町・☎④2007

◎救急テレホンサービス(☎③6699) 緊急に対応できる医療機関を24時間案内します

困ったときの無料相談

日常生活に関する悩み事、困り事の相談を無料で受けます。相談員は各分野の専門家で、秘密は厳守します。

1月の日程

相談	期日	時間	会場	申し込み	問い合わせ
法律相談	7日(金) 21日(金) 27日(木)	午後 1時～4時	市役所市民相談室 27日は鬼石公民館	7日は12月22日(水)、 21日・27日は令和 4年1月11日(火)から	地域づくり課 (☎402211)
行政相談	12日(水) 19日(水) 20日(木)	午後 2時～4時	市役所市民相談室 20日は鬼石公民館	当日会場へ	
人権相談	14日(金) 28日(金)	午後 1時～3時	市役所市民相談室	当日会場へ	
心配ごと相談	12日(水) 26日(水)	午後 1時～4時	総合学習センター北棟	当日会場へ	市社会福祉協議会 (☎225647)
結婚相談	8日(土) 20日(木)	午後 1時～4時	総合学習センター北棟	印鑑とスナップ写真 (L版)を持って、 当日会場へ	
青少年相談	毎週 土・日曜日	午後 1時～4時	青少年センター (市教育庁舎内)	電話でも面接でも 受け付けます	青少年センター (☎24150)
教育相談	毎週 月・水・木曜日	午前9時～ 午後4時	教育研究所 (市教育庁舎内)	電話でも面接でも 受け付けます	教育研究所 (☎239801)
家庭児童相談	毎週 月～金曜日	午前9時～ 午後4時	市保健センター	電話で子ども課へ	子ども課 (☎402268)

人口 ()内は前月比
令和3年12月1日現在



男……………31,196人 (-19)
女……………32,439人 (-24)
計……………63,635人 (-43)
世帯数………27,663世帯 (-14)

火災・救急 ()内は前年比
令和3年11月30日現在



数字は令和3年1月からの累計(概数)です。

火災 20件 (-3) 救急 2,710件 (+71)

お出かけ前、暖房の消し忘れにご注意!

交通事故 ()内は前年比
令和3年11月30日現在



数字は令和3年1月からの累計(概数)です。

人身 278件 (+70) 物損 994件 (-34)
事故 (-34) 事故 (-34)

車も、自転車も、歩行者も 道路を渡るときや、交差点を通るときは、「止まる・見る・確認」

納税

期日：12月27日



国民健康保険税…6期
介護保険料…6期
後期高齢者医療保険料…6期

文芸の里

俳句を募集します。投稿はハガキ1枚に1作品、未発表の自作のみ。紙面の都合上掲載できない場合がありますがご了承ください。(選者…木下涼薫)

問い合わせ 秘書課(☎402208)

どんぐりは虫に食われて穴空いた

ミカン狩り山が一面黄金色

故郷の宝自慢や冬桜

吹き荒ぶ落ち葉かけだし絡みあい

小春日にりんごのうさぎ笑ってる

枯葉散る木洩れ日絡み煌めいて

大林 由佳 (小学生)

黒澤 凛 (小学生)

新井 武夫

岸 さく子

井上 菜音 (小学生)

杉浦 達成

敬称省略

作品に住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を明記し〒375-8601(住所不要)市役所秘書課広報広聴係「文芸の里」応募係まで