

City-Fujioka-Gunma Public Relations



広報

ふじおか

2023  
11.15

No.1311



## 全国からの挑戦者、珠算の腕を競う。

11月3日に4年ぶりに開催された関孝和先生顕彰第71回全日本珠算競技大会。

北は青森から、南は徳島と全国から250人の挑戦者が集いました。

真剣に競技に打ち込む選手たちのそろばんをはじく音が会場に響き渡りました。

イベント

花の共進会・特別販売

市内の農家が育てた花の展示や即売、特別販売を実施します。

展示・即売

展示日時 12月8日(金)正午～午後6時
展示品の即売 12月9日(土)午前10時30分～売り切れ次第終了
会場 ちらん藤岡花の交流館
お問い合わせ 農政課(☎402304)

藤岡地区子どもまつり

日時 12月2日(土)午前10時～正午
会場 市民ホール
内容 餅つき大会・お手玉作り・ミニ電車・クリスマスリース作り・応急手当講習会・パトカーと白バイ展示など
参加料 無料
その他 藤岡地区以外の人も参加できます

問い合わせ 地域づくりセンター 藤岡(☎220534)・藤岡中央児童館(☎248060)

少年少女合唱団 群馬県フェスティバル

日時 12月3日(日)午後1時開場、1時30分開演
会場 みかぼみらい館
入場料 無料(予約不要)
問い合わせ 藤岡地方ユネスコ協会事務局(生涯学習課内 ☎226888)

外国人日本語弁論大会

日時 12月10日(日)午後1時30分
会場 総合学習センター南棟
内容 県内在住外国人による意見発表会▽中学生英語弁論大会最優秀生徒の発表
入場料 無料
問い合わせ 藤岡地方ユネスコ協会事務局(生涯学習課内 ☎226888)
国際交流パーティー 2023
外国人との交流を通して、異文化に対する理解を深めてみませんか。

日時 12月9日(土)午後6時～8時
会場 藤岡商工会議所
参加料 2000円
問い合わせ 市国際交流協会事務局(企画課内 ☎402428)

人権講演会

日時 12月14日(木)▽受け付け11時～午後1時15分▽講演会12時40分～15分▽講演会12時40分～15分
会場 みかぼみらい館
内容 人権啓発パネル展示▽小中学生人権ポスター入賞作品展示▽小中学生人権標語・作文・ポスター表彰式▽人権作文最優秀者の朗読▽人権講演会(演題「虐待の淵を生き抜いて、人にも自分にもあたらぬ社会をめざして」)
講師 島田妙子さん(一般財団法人児童虐待防止機構オレソングCAPO理事長)
参加料 無料
問い合わせ 生涯学習課(☎226888)

人権ポスター展示会

日時 11月21日(火)～30日(木)午前9時～午後9時

会場 総合学習センター北棟
問い合わせ 生涯学習課(☎226888)

妙成寺PRイベント

石川県羽咋市にある妙成寺の国宝指定に向け、ボランティア「アガイド「こんちま羽咋」が、姉妹都市である藤岡市の皆さんに妙成寺を紹介します。
日時 12月3日(日)午前10時30分～11時
会場 ちらん藤岡花の交流館
参加料 無料
問い合わせ 石川県羽咋市商工観光課(☎0767・22・1118)・企画課(☎402428)

図書館情報

やさしい遺産相続・遺言のはなし

財産の相続・登記の手続きを分かりやすく紹介します。
日時 12月16日(土)午後1時30分～3時30分
会場 図書館
講師 清水由妃さん(司法書士)

もっと知りたい!

藤岡市のこと

シリーズ~目指せ!健康寿命全国1位~Vol.3

保健事業と介護予防の連携で心も体も健康に!

市では、高齢者の心身の課題に対する支援として、本年度より保健事業と介護予防などの一体的な事業を実施しています。
保健師などの医療専門職が、フレイル状態になりやすい高齢者に対して、一人一人の状況に合わせた支援を行っています。



「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施策を紹介します。
問い合わせ 秘書課(☎402200) 保険年金課(☎402259)

個別支援

- ①藤岡市に多い糖尿病患者の重症化予防のための保健指導や、適切な受診の勧奨
②生活や心身の健康状態を個別訪問して問診

集団支援

- ①筋力トレーニング教室での体力測定と問診
②保健師・管理栄養士による相談会
③リハビリ専門職による実地指導



リハビリ専門職による教室

講座・教室

藤岡で編む「作り」

日時 12月17日(日)午後1時
会場 ふじふれあい館
定員 10人(先着順)
参加料 1000円
持ってくる物 剪定ばさみ・エプロン・手巾
申し込み・問い合わせ 11月24日(金)～12月8日(金)に電話で商工観光課(☎402317)へ

韓国料理教室

韓国の家庭料理を味わってみませんか。
日時 12月17日(日)午前10時～午後1時
会場 地域づくりセンター藤岡
講師 ホン・ジョンアさん(藤岡ハンゲル愛好会講師)
内容 ビビンバなど3品
定員 20人(先着順)
参加料 1000円(市国際交流協会会員は500円)

スポーツ

市民スケート教室

日時 令和6年1月20日(土)午前8時20分市役所集合、午後3時30分帰着
※会場にはバスで移動します
会場 ALSOKぐんま総合スポーツセンター(前橋市関根町)
対象 市内在住・在勤・在学の人(未就学児は保護者同伴)
定員 30人(先着順)
参加料 一般2000円▽高校生以下1500円(貸し靴、保険料など)
その他 帽子・手袋などを用意し、スケートのできる服装で参加してください
申し込み 11月22日(水)～12月20日(水)までに参加料を持ってスポーツ課へ

イベント

図書館情報

講座・教室

募集

スポーツ

健康福祉

その他

### ジュニアマラソン大会

**日時** 令和6年1月8日(祝)午前9時競技開始  
**会場** 総合運動公園陸上競技場  
**競技内容** ▽小学1・2年生 11.1km ▽小学3〜6年生 2.0km ▽中学生(男子) 3.4km ▽中学生(女子) 2.8km  
**対象** 市内在住・在学の小中学生(中学3年生を除く)  
**参加料** 500円  
**申し込み** 11月30日(木)までに参加料を持ってスポーツ課へ

### ジュニアマラソン大会 ボランティア募集

**日時** 令和6年1月8日(祝)午前8時〜11時30分(予定)  
**会場** 総合運動公園陸上競技場  
**内容** 受け付け・走路員・その他  
**対象** 市内在住・在勤・在学の高校生以上  
**申し込み** 11月30日(木)までにスポーツ課へ

### 市民綱引き大会

**日時** 令和6年1月14日(日)午前9時30分開会 10時競技開始

### 市民体育館

**種目** ①小学生(4年生以上) ②中学生 ③一般(中学生除く15歳以上)の男女  
**チーム編成** ① 監督(大人)・マネージャー各1人、選手10人、交代要員5人の計17人 ② ③ 監督(大人)・マネージャー各1人、選手8人、交代要員2人の計12人  
**対象** 市内在住・在勤・在学の人  
**参加料** 1チーム1000円  
**その他** 代表者は1月4日(木)午後7時から総合学習センター教育庁舎で開催される代表者会議に出席してください  
**申し込み** 1月4日(木)までに申込用紙と参加料を持ってスポーツ課へ

### 健康福祉

#### 带状疱疹予防接種 費用一部助成

市内協力医療機関で接種する带状疱疹任意予防接種費用の一部助成を開始します。助成希望者は予防接種を受ける前に市へ申請し、予防票

### まちなかキャンパス

群馬医療福祉大学の先生を講師に招き、講座を開催します。  
**期日・演題・会場** 下表のとおり  
**時間** 各回午後2時〜3時  
**対象** 市内在住・在勤・在学の人  
**定員** ▷①〜④=15人 ▷⑤=30人 ※各回先着順  
**参加料** 無料  
**申し込み・問い合わせ** 11月22日(水)から開催日の1週間前までに地域づくり課(☎402211)へ

期日	演題	会場
① 12月18日(月)	“がん”ってどんな病気か知っていますか?	会遊亭
② 令和6年1月15日(月)	認知症の方の気持ちを考えてみませんか	会遊亭
③ 1月29日(月)	自分でできるストレス解消法	地域づくりセンター 藤岡
④ 2月6日(火)	災害に備える～災害に強くなる知恵と技～	地域づくりセンター 藤岡
⑤ 2月20日(火)	睡眠について考えよう	群馬医療福祉大学 藤岡キャンパス

の交付を受けてから、医療機関へ接種の予約をしてください。医療機関窓口では各医療機関の接種費用から助成額を除いた金額を支払います。  
**対象** 予防接種日時点で、市内に住民登録がある満50歳以上で、過去に带状疱疹予防接種の助成を受けたことがない人  
**助成額** 予防接種1回当たり▽生ワクチン(乾燥弱毒生水痘ワクチン(ビケン)) 4000円(接種回数1回) ▽不活化ワクチン(乾燥組換え带状疱疹ワクチン(シングリックス)) 1万円(接種回数2回)  
**その他** ▽協力医療機関一覧表は申請者のみ配布します ▽接種は令和6年1月4日(木)から協力医療機関で開始します。1月4日以前の接種は助成対象外

### 粗大ごみ有料回収



**問い合わせ** 下水道課(☎4330)  
**問い合わせ** 下水道課(☎42327)  
**430**  
**問い合わせ** 下水道課(☎42327)  
**収集日** 12月4日・11日・18日・25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** 11月22日(水)から電話で清掃センター(☎408305)へ

### 年末のし尿くみ取り・浄化槽の清掃

12月になると、し尿のくみ取りや浄化槽清掃の申し込みが多くなり、混雑することが予想されますので、次の期日を目安に業者に早めに申し込んでください。  
**期日** ▽し尿 12月4日(月)まで ▽浄化槽 早めの申し込みをお願いします  
**担当者** (株)上信メンテナンス(☎21051)・(株)多野防衛(☎22526)・(株)さみの(☎20725)・(株)サニティション(☎2248)・(株)平和メンテナンス(☎222)へ

### 決算説明会・申告説明会

青色申告決算書、収支内訳書、個人事業者の消費税申告書の作成方法などについて、説明会を開催します。参加には事前の電話予約が必要です。  
**日時・会場** 下表のとおり  
**予約・問い合わせ** 藤岡税務署(☎20973)

### 決算説明会・申告説明会日時・会場

説明会の種類	対象	期日	時間	会場	予約締め切り
決算説明会	青色申告者(事業所得関係)	12月4日(月)	午後1時30分	藤岡税務署	11月29日(水)午後5時
		12月8日(金)	午後1時30分〜3時30分	神流町商工会館	12月5日(火)午後5時
	青色申告者(農業所得関係)	12月5日(火)	午後1時30分〜3時	J Aたのふじ本店	11月29日(水)午後5時
		白色事業所得者	12月11日(月)	午後1時30分〜3時30分	藤岡税務署
申告説明会	消費税課税事業者	12月13日(水)	午後1時30分〜3時30分	藤岡税務署	12月8日(金)午後5時



### 健康マイレージ日

対象です  
**申し込み** 12月1日(金)から直接または郵送、電話で予防票発行申請書を健康づくり課へ提出してください。市で提出書類を確認後、接種に必要な予防票を交付します。予防票発行申請書は健康づくり課窓口で配布または市ホームページからもダウンロードできます  
**問い合わせ** 健康づくり課(☎42808)

### その他

**野焼きは禁止**  
 家庭や事業所などから出るごみや廃棄物を野外で燃やすことは法律や県条例などで原則禁止されており、焚き火などであっても、近隣住民に不快な思いや、生活環境上支障をきたす場合は指導の対象となります。また、野焼きによ

# みずとびあ藤岡 定期教室



**教室時間** 55分 (短い教室もあります)  
**開催日程**  
 月曜日 1月15日～3月25日 全9回  
 水曜日 1月10日～3月27日 全9回  
 木曜日 1月11日～3月28日 全9回  
 金曜日 1月5日～3月29日 全10回  
 土曜日 1月6日～3月23日 全10回  
 日曜日 1月7日～3月24日 全10回

※介護者休息プログラムは1月5日と3月1日

**対象** 18歳以上の人 (一部子ども向け)  
**料金** 参加料の他に施設利用料がかかります  
**申し込み** 次の各日時から事務室前で受け付け開始  
 ▷市内在住者=12月4日(月)～10日(日)の希望する各教室終了後  
 ▷市外在住者=12月11日(月)～17日(日)の希望する各教室の曜日の午前10時  
**問い合わせ** みずとびあ藤岡 (☎0977)

内容		開始時間	参加料
月曜	大人水中健康教室	午後2時	2,820円
	大人水泳教室・初級	午後3時	2,820円
	大人水泳教室・中級B	午後7時	2,820円
水曜	アクアビクス	午後1時	4,600円
	らくらくマスターズ・上級	午後3時	7,080円
	アクアビクス	午後7時	4,600円
木曜	大人水中健康教室	午後1時	2,820円
	大人水泳教室・中級B	午後2時	2,820円
	大人水泳教室・中級A	午後3時	2,820円
金曜	大人水泳教室・わかば	正午	3,140円
	大人水泳教室・中級B	午後1時	3,140円
	大人水中健康教室	午後2時	3,140円
土曜	大人水泳教室・初級	午後7時	3,140円
	介護者休息プログラム (障がいがある人を介護している人)	午後3時	2,510円
	大人水泳教室・上級	午後7時	3,140円
日曜	幼児水泳教室(年少～年長児)	午前10時30分	6,290円
水曜	キッズダンス(年中児～小学2年生)	午後4時	5,750円
	ジュニアHIPHOP(小学2～6年生)	午後5時	5,750円
	キッズダンス(年長児～小学2年生)	午後5時	5,750円
木曜	ジュニアHIPHOP(小学3～中学生)	午後6時	5,750円
	キッズフラダンス(年長児～中学生)	午後5時	6,390円
月曜	体力向上体操	午前10時15分 (40分間)	3,440円
	ZUMBA	正午	6,900円
	フラダンス	午後1時	6,900円
	ストレッチ健康体操	午後2時	4,600円
	脂肪燃焼エアロビクス	午後3時	4,600円
	エアロビクス	午後6時	4,600円
ポディシェイプ	午後7時	5,750円	

内容		開始時間	参加料
水曜	ボディメンテナンス 骨盤体操	午前10時15分 (40分間)	3,440円
	体力向上体操	午前11時	4,600円
	ZUMBA GOLD	正午	6,900円
	ピラティス	午後1時	6,900円
	ストレッチ健康体操	午後2時	4,600円
	やさしいヨガ	午後3時	6,900円
木曜	ヨガトレ	午後7時	6,900円
	ストレッチ健康体操	午前10時15分 (40分間)	3,440円
	腰痛・肩こり改善体操	午前11時	4,600円
金曜	ヨガ	午後2時	6,900円
	パワーヨガ	午後3時	6,900円
	ステップエアロ	午後7時	6,900円
土曜	朝ヨガ	午前10時15分 (40分間)	5,110円
	ストレッチ健康体操	午前11時	5,110円
	24式太極拳	正午	5,110円
日曜	初級エアロビクス	午後1時	5,110円
	フラダンス	午後4時	7,660円
	ウェーブヨガ	午後6時	7,660円
月曜	ナイトエアロビクス フィジカル	午後7時	5,110円
	BOKWA ～ボクワ	午後1時	6,900円
	ZUMBA	午後2時	6,900円
	バランスボール	午後3時	7,660円
	姿勢改善エクササイズ	午後4時	6,390円
	フィジカルトレーニング	午後5時	7,660円
水曜	ナイトエアロビクス フィジカル	午後6時	5,110円
	ヨガ	午後7時	7,660円
	脂肪燃焼エアロビクス	午前10時30分	5,110円
日曜	ZUMBA	午前11時30分	7,660円

# 学童保育所をご利用ください



学童保育所は、仕事をしているなどの事情により家庭で保育ができない人のため、学校が終わってから保育ができるまでの間、子どもたちをお預かりしています。希望者は直接各学童保育所に連絡してください。

なお、一部施設は夏休み加算や送迎費などが発生します。

申し込み・問い合わせ 各学童保育所

小学校区	学童保育所名	住所・電話番号	開所時間		月額など
			平日	土曜日	
第一小	藤岡中央児童館学童保育所	藤岡1567-1 ☎248060	午後0時30分～7時	午前8時30分～午後7時	全学年8,000円 (夏休み5,000円追加)
	ひかり学童クラブ ひかり学童クラブII	藤岡2378 ☎508855	正午～午後7時30分	午前7時～午後7時30分	1年生9,000円、2年生8,000円 3年生以上7,000円 ひとり親家庭一律6,000円(おやつ代込み)
	ふじおか中央こども園学童部	藤岡1618-1 ☎258090	正午～午後7時30分	午前7時30分～午後6時15分	1～4年生1万2,100円 5年生以上8,100円 ひとり親家庭割引あり
	学童クラブ未来	藤岡410-1 ☎504732・☎8515	午後0時30分～6時30分	午前8時30分～午後6時30分	全学年8,000円
第二小	なかよしキッズクラブ	藤岡1449-10 ☎25381	午前11時～午後8時	午前7時～午後6時30分	全学年1万円
	ナースリー学童保育所	藤岡1336-1 ☎243080	午前11時～午後8時	午前7時～午後6時30分	1～3年生8,000円 4年生以上6,000円
	ナースリーキッズクラブ	藤岡1335-22 ☎508080	午前10時30分～午後8時	午前7時～午後6時30分	1～3年生8,000円 4年生以上6,000円
	光明学院学童クラブ	藤岡1041-2 ☎509065	正午～午後8時	午前8時～午後8時	1～3年生7,000円 4年生以上4,000円 第3子以降割引あり
神流小	キンダー学童保育所	岡之郷1316-3 ☎243004	正午～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	全学年8,000円 ひとり親家庭割引あり
	かなな学童クラブ(KGC)	岡之郷441-1 ☎241164	正午～午後7時	午前7時～午後6時	1～3年生8,300円 4年生以上4,150円
	神流学童保育所	下戸塚577 ☎25210	正午～午後7時	午前7時30分～午後7時	1～3年生1万4,000円 4年生以上1万円 第2子以降・ひとり親家庭割引あり
小野小	小野学童保育所	立石495-1 ☎25959	正午～午後7時	午前7時30分～午後7時	1～3年生1万4,000円 4年生以上1万円 第2子以降・ひとり親家庭割引あり
	立石第1学童 立石第2学童	立石779-1 ☎241138	正午～午後7時	午前7時～午後5時	1・2年生8,000円 3年生以上7,000円
	中栗須学童クラブ	中栗須701-2 ☎080・1395・5120	正午～午後7時	午前7時～午後7時	1・2年生8,000円 3年生以上7,000円
美土里小	美土里学童保育所	下大塚675 ☎23023	正午～午後7時	午前7時～午後5時30分	全学年8,000円
	あかね学童クラブ	上大塚1593-1 ☎239060	正午～午後7時	午前7時30分～午後6時30分	1～3年生8,000円 4年生以上7,000円
	あかね第2学童クラブ	上大塚1519-8 ☎239060	正午～午後7時	午前7時30分～午後6時30分	同時入所2人目から2,000円引き
	あけぼの学童クラブ	篠塚564-1 ☎232167	正午～午後7時	午前7時～午後7時	1年生8,000円 2年生以上7,000円 長期休暇に給食提供あり(1食370円) 同時入所2人目以降・ひとり親家庭割引あり
	学童クラブ直心	上落合862-1 ☎258262	午後1時～7時	午前8時～午後7時	1～3年生7,000円 4年生以上4,000円 ひとり親家庭半額
美九里西小	美九里東学童保育所	本郷2095-4 ☎230186	午後0時30分～7時	午前7時～午後5時30分	1年生8,500円 2年生以上6,500円
	美九里西学童保育所	神田1388-1 ☎230187	正午～午後7時	午前8時～午後5時	1年生8,000円 2年生以上6,000円 夏休みのみの利用12,000円
日野小	みどの学童クラブ	緑埜388-4 ☎258311	午後1時30分～6時30分	午前8時30分～午後6時30分	全学年8,000円 (8月5,000円追加)
鬼石小	浄法寺児童クラブ	浄法寺842 ☎23817	午後0時30分～7時30分	午前7時30分～午後7時30分	1～3年生8,000円 4年生以上5,000円 第2子以降・ひとり親家庭割引あり
	鬼石児童クラブ	鬼石439 ☎23812	正午～午後7時	午前7時30分～午後5時	1～3年生8,000円 4年生以上5,000円 第2子以降・ひとり親家庭割引あり

# 人権を考える



～犯罪被害者の人権～

犯罪は、平穏な暮らしの中で突然起こり、普通に暮らしている誰もが犯罪被害者になり得ます。犯罪被害者は、犯罪そのものの直接的な被害を受けるだけでなく、被害後も経済的な損失や精神的な苦痛などの被害と向き合っていないままに生きていくことになります。

## 犯罪被害者の苦しみ

### ◆心身の不調

大切な家族や身近な人を突然奪われた場合の衝撃については、言うまでもありません。また、命を奪われなくても、暴力を受けた記憶などに長い間苦しめられます。急に気持ちが悪くなったたり、身体的に不安定になったり、身体的にも完治せず、いろいろな形で不調を訴えることが多くなります。

### ◆経済的な問題

家計を担う人を失ったり、怪我をした人や精神的に支援が必要になった人には、治療費の負担がのしかかります。また、治療や療養が長引き、長期間仕事を休まなければなら

らない、失職・転職を余儀なくされる、これまでの住居に住めなくなり、生活を変えざるを得ないなどの場合もあります。

### ◆生活上の問題

捜査や裁判、公判手続きなどのために時間を取られたり、その過程で、被害を受けた際の詳細を思い起こしたり、語ることは、大きな精神的負担となります。そのため、職場や家庭内でうまくいかなる場合も考えられます。

例えば、家族の場合、犯罪被害を受けた後は、心や体に変調をきたすことが少なからずあり、互いに上手く支え合えず、家族関係にひずみが生じてしまうこともあります。

### ◆二次被害

事件発生後の取材や報道による被害のほかに、犯罪の被害を受けたことが周囲の人に知られた場合、そのこと自体が負担になることがあります。心ないうわさ話や中傷、興味本位の質問などにより、傷つけられたり、悩んだりしてしまいます。また、「頑張ってる」「早く元気になって」など、

周囲の人にとっては慰めや励ましのもりの言葉掛けや対応が、逆に被害者を傷つけてしまうことも考えられます。

## 犯罪被害者を守る

本市では、4月に犯罪被害者等の被害の回復と軽減を図り、安全で安心な暮らしができる地域社会の実現を目指して、「犯罪被害者等支援条例」を制定し、「犯罪被害者等支援ワンストップ窓口」を地域づくり課に設置しました。窓口を一本化することで、相談しやすい環境を整備し、犯罪被害者の負担軽減を図ります。相談内容に応じて担当課と連携し引き継ぐため、その都度事情を説明する必要はありません。

犯罪被害者に対しては、言葉で励ますよりも普段どおりに接すること、自分の家族だったらどうするかなどを考えながら支援することが重要です。犯罪被害者の置かれた状況や支援の重要性を理解し、人権に配慮した行動が取れるよう心掛けることが大切です。

### 【相談窓口】

▷群馬県警察(犯罪被害者相談(☎027・221・7777))、平日

午前8時30分～午後5時15分

▷公益社団法人被害者支援センターすてっぷぐんま(☎027・

253・9991)、平日午前10時～午後4時

【「犯罪被害者等支援条例」に関する問い合わせ】

▷地域づくり課(☎④2211)



## 身近な人を助けるゲートキーパー

福祉課(☎④2384)

### 命の門番

年間、全国で約2万1000人、県内で350人、本市においても10人前後の尊い命が自殺によって失われています。自殺を考えている人の多くは、何らかのサインを発しています。そのSOSサインにいち早く気づき、支える「命の門番」がゲートキーパーです。専門的な資格は必要なく、少しの心掛けで、誰でもゲートキーパーになれます。

### ゲートキーパー4つの役割

①身近な人の変化に「気づく」  
声を掛ける  
②悩みを抱え、自殺を考えている人は、それまでと様子が変わったり、死をほのめかす発言をしたりと何らかのサインを発していることがあります。表情が暗く

元気がない・体調不良や不眠を訴える・食欲がない・飲酒量が増えた・周囲との交流を避けるなどの兆候が見られたら、ためらわずに「あなたのことを心配している」気持ちを伝えましょう  
○掛ける言葉「最近、眠れている?」「元気がないけど大丈夫?」「私でよければ話を聴かせてくれない?」  
②相手の気持ちに寄り添い「傾聴する」  
③適切な相談機関につなぐ  
④温かく「見守る」  
元気がない・体調不良や不眠を訴える・食欲がない・飲酒量が増えた・周囲との交流を避けるなどの兆候が見られたら、ためらわずに「あなたのことを心配している」気持ちを伝えましょう  
○掛ける言葉「最近、眠れている?」「元気がないけど大丈夫?」「私でよければ話を聴かせてくれない?」  
②相手の気持ちに寄り添い「傾聴する」  
③適切な相談機関につなぐ  
④温かく「見守る」  
元気がない・体調不良や不眠を訴える・食欲がない・飲酒量が増えた・周囲との交流を避けるなどの兆候が見られたら、ためらわずに「あなたのことを心配している」気持ちを伝えましょう  
○掛ける言葉「最近、眠れている?」「元気がないけど大丈夫?」「私でよければ話を聴かせてくれない?」

張れば大丈夫!」「考えすぎ!」「もっと大変な人はいるよ!」「あなたにも原因があるので?」  
③適切な相談機関につなぐ  
④温かく「見守る」  
元気がない・体調不良や不眠を訴える・食欲がない・飲酒量が増えた・周囲との交流を避けるなどの兆候が見られたら、ためらわずに「あなたのことを心配している」気持ちを伝えましょう  
○掛ける言葉「最近、眠れている?」「元気がないけど大丈夫?」「私でよければ話を聴かせてくれない?」  
②相手の気持ちに寄り添い「傾聴する」  
③適切な相談機関につなぐ  
④温かく「見守る」  
元気がない・体調不良や不眠を訴える・食欲がない・飲酒量が増えた・周囲との交流を避けるなどの兆候が見られたら、ためらわずに「あなたのことを心配している」気持ちを伝えましょう  
○掛ける言葉「最近、眠れている?」「元気がないけど大丈夫?」「私でよければ話を聴かせてくれない?」

## 12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
3日(日)	篠塚病院 篠塚・☎③9261 中島整形外科クリニック 芦田町・☎④1777	やまうち内科 2丁目・☎④5792	前田歯科医院 7丁目・☎②0569
10日(日)	光病院 本郷・☎④1234	しののめクリニック 中栗須・☎②8851	光病院 本郷・☎④1234
17日(日)	鬼石病院 鬼石・☎②3121 すぎやまメディカルクリニック 下大塚・☎②01666	原内科クリニック 下戸塚・☎④02255	松岡デンタルクリニック 上大塚・☎②5533
24日(日)	くすの木病院 旭町・☎④3111	あいおいクリニック 芦田町・☎④8811	むらかわ歯科 中栗須・☎②6480
29日(金)	中田医院 旭町・☎②0385 小山医院 中・☎②01200	星野医院 仲町・☎②0116	茂木歯科医院 鮎川・☎②8788
30日(土)	篠塚病院 篠塚・☎③9261 おおすかこどもクリニック 芦田町・☎⑤8676	栗原胃腸科外科医院 神田・☎④02299	森歯科診療所 森・☎④2828
31日(日)	光病院 本郷・☎④1234	よしだ内科クリニック 白石・☎⑤08958	石川歯科医院 藤岡・☎④1100

◎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す、秘密は厳守します。

## 12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	1日(金) 7日(木) 15日(金)	午後1時～4時	市役所本庁舎	1日は11月21日(火)、7日は27日(月)、15日は12月5日(火)から	地域づくり課 (☎402211)
行政相談	13日(水) 20日(水) 21日(木)	午後2時～4時	市役所本庁舎 21日は地域づくりセンター鬼石	当日会場へ	
人権相談	8日(金) 21日(木) 22日(金)	午後1時～3時	市役所本庁舎 21日は地域づくりセンター鬼石	当日会場へ	
不動産相談	20日(水)	午後1時30分～3時	市役所本庁舎	事前に予約が必要です	
心配ごと相談	13日(水) 20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 (☎25647)
結婚相談	2日(土) 21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	
相続・遺言相談	19日(火)	午後1時～3時30分	総合学習センター北棟	事前に予約が必要です	
青少年相談	毎週月～金曜日 毎週土・日曜日	午前9時～午後4時 午後1時～4時	青少年センター(市教育庁舎内)	電話・面接・LINE(アカウント名:藤岡市青少年センター)でも受け付けます	青少年センター (☎244150)
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5年11月1日現在



男……………30,599人 (-27)  
女……………31,739人 (-26)  
計……………62,338人 (-53)  
世帯数………27,946世帯 (+22)

火災・救急 ( )内は前年比  
令和5年10月31日現在



数字は令和5年1月からの累計(概数)です。

火災 29件 (+10)      救急 3,007件 (+332)

火災予防運動実施中です！

交通事故 ( )内は前年比  
令和5年10月31日現在



数字は令和5年1月からの累計(概数)です。

人身 210件 (+14)      物損 1,032件 (+9)  
事故                      事故

令和5年冬の県民交通安全運動  
12月1日(金)～12月10日(日)  
外出は 明るい服装 反射材

## 納税

期日：11月30日



固定資産税…4期  
国民健康保険税…5期  
介護保険料…5期  
後期高齢者医療保険料…5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)

ひらひらと枯葉舞い散る散歩道

横堀 義久

秋の空愛猫に似た雲二つ

相見めぐみ

秋麗や昔を語る土師の辻

柳井 照子

コスモスの揺れて見送る下校の子

山本 博子

空の下赤き世界の彼岸花

千木良篤子

秋の鐘歌懐かしき母想う

小林 貴美

敬称省略

作品に住所、氏名(ふりがな)、年齢(小・中学生の場合は学年)、電話番号を明記して375-8601(住所不要)市役所秘書課広報聴係「文芸の里」応募係まで