

新体操教室

初心者向けの新体操教室です。リズムに乗って楽しく体を動かしましょう。

日時 4月23日～7月9日の毎週火曜日(全10回)午後5時～6時30分

会場 市民体育館

対象 市内在住・在学・在園の年長児・小学4年生

定員 20人(先着順)

参加料 1,000円(保険料など)

申し込み 3月22日(金)～4月8日(月)に参加料を持ってスポーツ課へ

市民パークゴルフ教室

日時 4月16日(火)～5月30日(木)(全10回)午前10時～正午

会場 藤岡パークゴルフ場(かな川水辺の楽校)

対象 市内在住・在勤の人、藤岡パークゴルフ協会会員

定員 20人(初心者優先、先着順)

参加料 5,000円(保険料など)

申し込み 4月5日(金)までに参加料を持ってスポーツ課へ

健康福祉

在宅支援サービス事業

在宅高齢者などの生活支援を強化するため、令和6年4月から事業内容を一部変更します。

紙おむつ等購入費補助事業(旧紙おむつ等給付事業)

常に紙おむつなどの使用を必要とする人の紙おむつなどの購入費用を一部補助します。

※旧紙おむつ等給付事業は、6年3月配達分で廃止します

配食サービス事業

自力で調理や食事を用意することが難しい高齢者にお弁当を届け、安否確認を行います。

変更内容 利用回数を2回から3回に増やし、夕食の時間帯が選べるようになります

※4月以降も利用内容を変更しない場合、手続きは不要です

緊急通報体制整備事業

持病などにより緊急時に自力で助けを呼ぶことができない人に緊急通報装置を貸与します。

変更内容 利用者負担金が無

令和6年度集会所定例教室(生徒募集)

令和6年度集会所定例教室の受講生を募集します。参加料(年会費)▷高校生以上=1,000円▷中学生以下=500円

対象 誰でも参加できます(一部年齢制限あり)

定員 各教室定員になり次第締め切り(先着順)

※申込者が少ない場合は教室が開催できないことがあります

■駒形集会所

教室名	曜日	開始時間	教材費など	定員
ダンス(18歳以上)	月(月3回)	午前10時	-	15人
書道(小学3年～中学生)	第2・4月	午後4時	1,100円/月	15人
茶道	第1・3火	午後7時30分	1,000円/月	15人
生け花	第2・4火	午後7時30分	1,000円前後/回 正月用別途	15人
書道(18歳以上)	第1・3水	午後3時	1,000円/月 展示は別途	15人
詩吟	第1・2・4木	午後1時	初回2,000円 1,000円/月	15人
着付け	第2・4木	午後7時30分	初回1,000円	20人
歌唱(18歳以上)	第2・3土	午後7時	必要時	20人

■中原集会所

教室名	曜日	開始時間	教材費など	定員
民踊	月(月2回)	午後7時	-	15人
大正琴	第1・3水	午後2時	-	15人
生け花	第1・3金	午後7時30分	1,000円前後/回 正月用別途	15人

■上大塚東組集会所

教室名	曜日	開始時間	教材費など	定員
生け花	第1・3火	午後7時30分	1,000円前後/回 正月用別途	15人
歌唱	第1・3水	午後2時	-	20人
書道(中学生以下)	第1・3木	午後4時30分	-	16人
書道(高校生以上)	第2・4木	午後5時30分	-	16人
ヨーガ	第1・3金	午後7時30分	-	20人

■外ノ平集会所

教室名	曜日	開始時間	教材費など	定員
書道(中学生以下)	火(月4回)	午後6時30分	1,500円(年2回)	25人
書道(高校生以上)	第1・3水	午後7時	必要時	20人
歌唱(18歳以上)	第1・3木	午後7時	-	20人

※各定例教室のほか、集会所で自主サークルを開催している場合があります。詳しくは生涯学習課へお問い合わせください

料になります

その他 ▽対象者要件や事業内容の詳細は、市ホームページを確認してください▽担当ケアマネジャーによる代理申請も可能です▽不明点は介護保険課または担当ケアマネジャーへ問い合わせてください

問い合わせ 介護保険課(☎2294)

令和6年度健康マイレージ日

健康マイレージ事業のうち、次の3つを実施します。

期日 4月4日(木)・5月14日(火)・6月3日(月)・7月9日(火)・8月21日(水)・9月25日(水)・10月9日(水)・11月11日(月)・12月2日(月)・令和7年1月31日(金)・2月14日(金)・3月11日(火)

時間 午前10時～11時30分

会場 保健センター

内容・対象 ①健康マイレージポイントを1ポイント付与②「G-WALK+」で実施日の前月中に24万歩達成した人

②ゴミ袋セットと交換③健康マイレージポイントを5ポイント貯めた人③マイレージポイントのさかのぼり付与

健康づくり課が担当する対象の検診を受けた時にマイレージポイントが付与されなかった人

健康づくり課が担当する対象の検診を受けた時にマイレージポイントが付与されなかった人

持ってくる物 ▽健康マイレージポイントカード▽1ヵ月24万歩達成したことが分かるスマートフォン(①のみ)▽マイレージポイント付与の対象となる検診の検診結果(③のみ)

その他 ▽②は年度内で1人1回のみとなります▽③において、さかのぼり付与ができるのは、年度内に受けた検診のみとなります

問い合わせ 健康づくり課(☎2808)

自殺対策強化月間

不安や困っていること、つらいことを相談したり、思いを話せる相談窓口を設置しています。

一人で抱え込まず、まずは相談してください。相談窓口は次のとおりです。

LINE相談

受付時間 毎日午後7時～翌午前0時

アカウント名 このころのオンライン相談@ぐんま

厚生労働省ではチャットでの相談も受け付けています。「厚生労働省SNS相談」を検索してください。

登録方法 下記2次元コードから友達追加してください

電話相談

相談窓口	開設時間
こころの健康相談統一ダイヤル(☎0570・064・556)	【月～金】午前9時～午後10時(祝日、年末年始を除く)
群馬県こころの健康センター(☎027・263・1156)	【月～金】午前9時～午後5時(祝日、年末年始を除く)
藤岡保健福祉事務所(☎21420)	【月～金】午前8時30分～午後5時15分(祝日、年末年始を除く)
群馬いのちの電話(☎027・221・0783)	【毎日】午前9時～翌午前0時【第2・4金】24時間対応
いのちの電話(☎0120・783・556)	【毎月10日】24時間対応
よりそいホットライン(☎0120・279・338)	24時間対応



SNS相談

厚生労働省ではチャットでの相談も受け付けています。「厚生労働省SNS相談」を検索してください。

を正確に伝えてください

問い合わせ 保険年金課(☎2822)

春の青少年健全育成運動

次の期間中、青少年育成推進員が地域の子どもたちの安全・安心のためパトロールを行います。

期間 4月30日(火)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「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

※「おぜのかみさま」は県民に親しみのある「尾瀬」をモチーフにした、青少年がインターネットを安全に使うための7つの約束です▽おぜ(写真をおくらない▽ぜ(写真情報)のせない▽か(個人情報)などをかきこまない▽さ(有害サイト)をみない▽ま(出会い)をさがさない▽ま(ルール)をまもる

問い合わせ 生涯学習課(☎26888)

メンタルチェックシステム「こころの体温計」

いつでもこころの健康状態をチェックすることが出来ます。市ホームページまたは下記2次元コードからアクセス。

問い合わせ 福祉課(☎2384)

その他

柔道整復師(整骨院・接骨院)の施術には国民健康保険証が使える場合と使えない場合があります。

保険適用の対象

対象 骨折・脱臼・打撲・捻挫などで、内科的原因によらない疾患。ただし、骨折および脱臼については、医師の同意が必要となります(応急手当を除く)

対象外 単なる肩凝りや筋肉疲労などに対する施術、仕事や通勤途中の負傷など

その他 施術を受ける場合には、柔道整復師に負傷の原因