

City-Fujioka-Gunma Public Relations



広報

ふじおか

2024
9.15

No.1331

「生き方」を見つける。

市内の中学2年生が9月3日～6日に各事業所でチャレンジウィークを行いました。この事業は、学校、市内事業所や関係機関が協力し、「地域の子どもたちは地域で育てる」という考えのもと実施しています。中学生たちは教室を離れ、心の中の不安や緊張を抱きしめながら、社会への一歩を踏み出します。

イベント

手話言語の国際デー
ブルーライトアップ



9月23日は手話言語の国際デーです。

市民・地域・社会全体がひとつとなって、手話言語への理解を深め、きこえる人・きこえない人・きこえにくい人がともに暮らせる社会になることを願い、ららん藤岡の観覧車をライトアップします。

日時 9月23日(休)午後6時～8時30分

その他 ▽午後5時40分から手話サークルや手話関係者による手話コーラスやミニ手話講座を開催します▽天候の状況によっては、中止または変更する場合があります

問い合わせ 福祉課(☎402384)

パワーストーンの
ブレスレット作り

日時 10月5日(土)午前10時30分～正午

会場 地域づくりセンター美九里

対象 市内在住・在勤・在学の人の人

定員 20人(先着順)

参加料 2000円

申し込み・問い合わせ 9月21日(土)から電話で地域づくりセンター美九里(☎21334)へ

市民活動フェスティバル

市内で活動しているボランティア団体・NPO法人の発表や活動紹介をします。

日時 10月13日(日)午前9時30分～午後2時

会場 総合学習センター

内容 ▽活動パネルの展示▽手芸品などの販売▽楽器演奏・フラダンスなどの発表▽中学生のリジャイナ帰国報告▽SDGsクイズ▽キッチンカー出店など

入場料 無料

問い合わせ 市ボランティア



GO! **5ゼロアクション**
～ふじおか5つのゼロ宣言～
脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを創る国民運動

「デコ活」は国が新たに考案した国民運動です。二酸化炭素(CO2)を減らす(DE)脱炭素と環境に良いエコ(ECO)を合わせた「デコ」と、活動・生活を組み合わせた新しい言葉です。

本市も「デコ活」に賛同しています。市ホームページ(上記2次元コードを読み取り)で取り組みについて紹介していますので、皆さんもデコ活をエコーがけてみませんか。



デコ活ロゴマーク

問い合わせ 環境課(☎402264)

ネットワークセンターウイズ(☎28883)

藤岡歴史散歩with
ノルディックウォーキング

知ってみると面白い地元の歴史を運動しながら学びましょう。

日時 10月20日(日)・26日(土)午前9時～11時

会場 地域づくりセンター藤岡および藤岡地区内各所

内容 ▽20日Ⅱ歴史講義およびノルディックウォーキング

基礎講習▽26日Ⅱ文化遺産などをノルディックウォーキングで巡る

対象 市内在住・在勤・在学の小学5年生以上の人

定員 15人(先着順)

参加料 無料

持ってくる物 筆記用具・飲み物・動きやすい服装・帽子・リュックサック

申し込み・問い合わせ 9月24日(火)～10月4日(金)に地域づくりセンター藤岡(☎220534)へ

市文化協会文化祭・芸術祭

文化祭 舞台発表

日時・内容 ▽10月12日(土)午前10時Ⅱ民謡▽10月13日(日)午前9時30分Ⅱ歌謡▽11月2日(土)午前10時Ⅱ長唄・日舞・箏・尺八・新舞踊・太鼓・詩吟など▽11月3日(祝)午後0時30分Ⅱ大正琴

芸術祭

日時・内容 ▽10月25日(金)～27日(日)午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで)Ⅱ華道・書道・絵画・刻字・繻クラフト・写真・盆栽・俳句などの作品展示、姉妹都市石川県羽咋市文化協会の作品展示▽10月26日(土)Ⅱ藤岡茶道会による茶会(なくなり次第終了)

会場 市民ホール

問い合わせ 市文化協会事務局生涯学習課内(☎26888)

講座・教室

英会話講座

日時 10月17日～12月19日の木曜日(全10回)午後7時～

藤岡デジタル博物館

絹市の成り立ち、構造などの資料をデジタルアーカイブ(右記2次元コードを読み取り)で公開。



まちなか絹市歴史散歩まっぷ

▷絹取引が栄えた舞台である動堂町・笛木町コースの2種類の散歩コースを掲載

▷コース上に設置してある案内看板の2次元コードを読み取ることで、解説動画を見ることができます



講座・教室

青少年健全育成大会

日時 10月9日(水)午後6時

会場 みかぼみらい館

演題 子どものSO Sきこえていますか

講師 秋山千佳さん(ジャーナリスト)

対象 どなたでも参加できます

参加料 無料

問い合わせ 生涯学習課(☎26888)



もっと知りたい!

藤岡市のこと

上州最多の絹市!

江戸時代に栄えた絹のまち藤岡

江戸時代中期、藤岡市は下仁田道と十石街道が交差し、利根川の水運の拠点が近接しているなどの理由から絹の集散地として栄え、絹市が開かれた回数は上州最多の月12回と記録されています。また、三井越後屋(三越)や大丸屋など、当時有数の呉服商の支店が置かれ、絹の買い付けが行われていました。

市では、絹市の繁栄の様子や、舞台となった通りを散歩コースとして公開しています。

募集

ららん藤岡花の交流館
テナント

ららん藤岡花の交流館で物
販店舗(12坪)の出店者を募
集します。

募集期間 10月1日(火)～22日(火)
その他 詳しくはららん藤岡
ホームページ(下記
2次元コードを読み
取り)を確認してく
ださい



問い合わせ ららん藤岡(☎
0248-2202 contact@aranfujoka.
com 0248-2205)

ぐんまときめき
フェスティバル作品

美術展

期間 令和7年3月20日(祝)～
22日(土)

会場 昌賢学園まえばしホー
ル(前橋市南町)

募集部門 日本画・洋画・彫
刻・工芸・書・写真

対象 県内在住の昭和41年4
月1日以前に生まれたアマチュ
アの人

短歌大会

秋の全国交通安全運動

9月21日(土)～30日(月)

年間スローガン

家庭でも みんなで語ろう 交通ルール

サブスローガン

夕暮れに きらめく命の 反射材



◆反射材用品等の着用推進や安全な横断方法の実践等による歩行者の交通事故防止

▷夕暮れ時以降の外出は、目立つ色の服や反射材などを着用する
▷子どもに対して教育現場や家庭での交通安全教育を実施する

◆夕暮れ時以降の早めのライト点灯やハイビームの活用促進と飲酒運転等の根絶

▷夕暮れ時以降早めにライトを点灯し、ハイビームを活用する
▷飲酒運転根絶への取り組みを推進し、「飲酒運転を許さない社会環境」を目指す

◆自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

▷自転車用ヘルメットの着用に努める
▷自転車事故の危険性や正しい通行方法などについて話し合う

問い合わせ 地域安全課(☎02245)

宝くじの助成金で備品を整備しました

(一財)自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業の一環として、宝くじの受託事業収入を財源に自治会などへの助成事業を行っています。

今年度は、市内13公会堂などに冷蔵庫をはじめとする、コミュニティ活動関連備品を整備しました。

問い合わせ 地域づくり課(☎02211)



第1区(大戸町)に整備した冷蔵庫



第5区(栄町)に整備した折り畳みチェア

自治会名	整備を行った公会堂	備品名
第1区(大戸町)	大戸町町内会公会堂	冷蔵庫
第2区(二丁目)	二丁目会館	会議テーブル ほか
第3区(天川町)	天川町公会堂	脚折り座卓 ほか
第4区(四丁目)	四丁目会館	はんでん
第5区(栄町)	栄町公会堂	折り畳みチェア ほか
ほか8自治会	ほか8施設	

スポーツ

市民駅伝大会ボランティア

日時 12月8日(日)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 コース係(ランナー・
車両などの整理や誘導)

対象 県内在住の20歳以上の人
申し込み 10月1日(火)～31日
(木)に電話または直接スポーツ
課へ

体力測定



日時 10月5日(土)▽65～79歳
の人Ⅱ午前9時～10時30分▽
20～64歳の人Ⅱ午前10時30分～
正午

会場 総合学習センター体育館
内容 ▽65～79歳の人Ⅱ握力・
上体起こし・長座体前屈・開
眼片足立ち・10m障害物歩行・
6分間歩行▽20～64歳の人Ⅱ
握力・上体起こし・長座体前
屈・反復横跳び・シャトルラ
ン・立ち幅跳び

対象 20～79歳で市内在住・
在勤・在学の人
参加料 無料
持ってくる物 運動のできる
服装・上履き・タオル・飲み
物など

その他 本測定の記録は国民
の体力・運動能力の現状を把
握するための基礎資料として
活用します
申し込み 事前に電話でスポー
ツ課または当日会場へ

市民駅伝大会



期日 12月8日(日)

中学生以上の部

時間 午前8時～8時45分受け付け、9時30分競技開始(雨天決行)

コース 三本木地区周回コース▽1区113.8km(女子は3km)▽2区5区113km

対象 中学生以上の人
チーム編成 地区・中学・高校・事業所・官公庁・クラブチームなどで編成した5人のチーム

参加料 1チーム1000円
その他 各チームから競技役員を1人派遣してください

小学生オープン

時間 午前7時45分～8時10分受け付け、8時50分競技開始(雨天決行)

コース 総合運動公園陸上競技場▽1区11km▽2区4区11

0.6km

対象 市内在住の小学生男女(学年男女問わない)

チーム編成 1チーム4人(先着20チーム)

参加料 無料

共通事項

会場 総合運動公園陸上競技場
その他 駐車場は市民球場を利用してください

申し込み 10月1日(火)～31日(木)にスポーツ課へ



健康福祉

高齢者インフルエンザ予防接種一部公費負担



インフルエンザは、全身症状が強く肺炎などを合併し重症化しやすい感染症です。特に高齢者になるほど死亡率が高くなります。感染や重症化を防ぐためには、予防接種を

受けることが大切です。

予防接種費用の一部を公費負担しますので、対象者は実施期間内に接種してください。

実施期間 10月1日(火)～12月31日(火)

※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 市内在住で次のいずれかに該当する人▽接種日当日に65歳以上▽60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能の障害により、日常生活が極端に制限される(基準あり)

自己負担額 1200円

事前連絡が必要な人▽生活保護世帯(自己負担免除者証明書を発行します)▽市の予防接種が必要▽県外の医療機関などで接種を希望する

その他 ▽一部公費負担で接種できる回数は1回です▽市内で接種を希望する場合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場合は、接種が可能かどうかを医療機関に確認してください

問い合わせ 健康づくり課(☎2808)

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	医療機関	電話番号
あいおいクリニック	☎24 8811	田原内科クリニック	☎23 2552
アイリス診療所	☎22 2542	戸塚クリニック	☎20 1800
秋山医院	☎22 8315	中島整形外科クリニック	☎24 1777
飯田整形外科医院	☎22 5770	中田医院	☎22 0385
飯塚クリニック	☎40 7700	根岸産婦人科小児科医院	☎24 1111
石川医院	☎40 2535	原内科クリニック	☎40 2255
石渕皮膚科クリニック	☎50 4012	光病院	☎24 1234
くすの木病院	☎24 3111	深沢内科医院	☎22 6555
栗原胃腸科外科医院	☎40 2299	藤岡外科内科クリニック	☎22 1356
小山医院	☎20 1200	星野医院	☎22 0116
斎藤医院	☎22 0765	松山耳鼻咽喉科・気管食道科医院	☎24 3387
さわだ医院	☎43 1888	薬師寺整形外科クリニック	☎20 1555
篠塚病院	☎23 9261	やまうち内科	☎24 5792
しのめクリニック	☎22 8851	山崎外科医院	☎22 1331
島田クリニック	☎23 0005	よしだ内科クリニック	☎50 8958
しろやしき内科	☎50 8320	鬼石病院	☎52 3121
すぎやまメディカルクリニック	☎20 1666	藤岡総合病院	☎22 3311

新型コロナウイルス

感染症予防接種

新型コロナウイルス感染症予防接種は、季節性インフルエンザと同様、国が定める定

期接種B類となります。接種方法が、今までと異なりますので注意してください。なお、実施期間や実施医療機関は決まり次第、お知らせします。
対象 市内在住で次のいずれ

市民献血



愛の献血にご協力をお願いします。

日時 10月10日(木)▷午前9時30分～11時30分
▷午後0時45分～3時30分

会場 保健センター

献血方法 200ml献血・400ml献血

対象 献血に協力できる人

※年齢・体重・貧血の有無などの基準(右表のとおり)があり当日医師が判定します

その他 200ml献血は必要数が確保されれば受け付け終了

申し込み 当日会場へ

問い合わせ 健康づくり課(☎2808)

400ml献血の主な基準		
年齢	男性	17～69歳※
	女性	18～69歳※
体重	男性	50kg以上
	女性	
年間献血回数	男性	3回以内
	女性	2回以内

※65歳以上の人の献血は、献血する人の健康を考慮し、60～64歳の間に献血経験がある人に限ります

その他

岡之郷フリースセンターし尿搬入制限

施設の老朽化に伴う大規模改修工事のため、搬入制限を行います。制限期間中は汲み取りや清掃ができない場合があります。し尿の汲み取りなどが必要な人は担当業者に相談してください。

制限期間 11月5日(火)～8日(金)
担当者 (株)上信メンテナンス(☎221051)・(株)多野防疫(☎222526)・(株)き

粗大ごみ有料回収

みの(☎20725)・(株)サニティション(☎52248)・(株)平和メンテナンス(☎52430)
問い合わせ 下水道課(☎2327)

収集日 10月7日・21日・28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)

その他 収集日当日に収集する品を玄関先に出してください
申し込み・問い合わせ 9月20日(金)から電話で清掃センター(☎238305)へ

ハロウィンジャンボくじ・ハロウィンジャンボミニ

販売期間 9月17日(火)～10月17日(木)
抽せん日 10月25日(金)
当せん金 ▽ハロウィンジャンボくじ 最高5億円(前後賞含む)▽ハロウィンジャンボミニ 最高5000万円(前後賞含む)

広報の写真撮影にご協力ください

イベントなどで市広報広聴係員が写真や映像を撮影します。これらの写真などは市の記録写真として保存するほか、広報紙やホームページなどに使用します。

「藤岡市広報」と書かれた紫色の腕章を着けた担当職員がおじゃまして取材・撮影を行う際には、ご協力をお願いします。

問い合わせ 秘書課(☎2208)



人権を考える



～高齢者虐待を防ぎ、孤立させないために～

超高齢社会の介護問題

近年、高齢化が急速に加速し、2025年には国民の5人に1人が75歳以上という超高齢社会を迎えると予測されています。超高齢社会では介護する人も高齢になることから、負担が大きくなることが考えられます。そして、介護する人が心身ともに疲労し、気付かないうちに不適切な介護につながる可能性があります。虐待のような深刻な事態を防ぐためには、地域の「見守り」と「気付き」が重要です。

高齢者虐待とは

高齢者虐待とは、次の行為を指します。

- ①身体的虐待：つねる、殴る、蹴る、ベッドに縛りつけたり、部屋に閉じ込めるなど
- ②介護・世話の放棄・放任：食事、入浴、排せつなどの世話をしない、必要な介護サービスや医療を制限したり、使わせないなど
- ③心理的虐待：怒鳴る、ののしる、悪口を言う、威圧的な

虐待の背景

高齢者虐待の背景には、介護される人の「認知症の症状の出現や悪化」、介護する人の「介護疲れ、介護ストレス」などのさまざまな要因が考えられます。数時間おきのオムツ交換や体位変換、また、徘徊や時には大きな声を出すことがあるなど、高齢者の介護は考える以上に大変なことです。介護する人が追い詰められないよう、介護サービスやさまざまな制度を活用することも大切です。

虐待通報

「虐待かも？」と思ったら迷わず、市地域包括支援センターに連絡してください。相談者の情報は守られますので、安心して相談してください。相談窓口につながることは、高齢者を守るだけでなく、介護する人を救うことにもつながります。

高齢者の人権を守るため、地域で温かく見守り、支え合っていきましょう。

認知症カフェ

市では、認知症高齢者の居場所づくりや介護する人のストレス軽減・交流・情報交換の場として「ふじおかほっとカフェ」を開催しています。周囲に気を遣い、介護の悩みを話すのをためらう人もいるかと思ひます。同じ悩みを抱えている人と話をすることで、リフレッシュになることもあります。息抜きの場として活用してください。詳細は、市地域包括支援センターに問い合わせてください。

野菜を食べて健康増進

健康づくり課(☎④02808)



厚生労働省では、毎年9月を「健康増進普及月間」と定めています。この機会に、健康の大切さを改めて認識し、生活習慣病予防を心掛けましょう。また、現代人に不足している野菜を食べて生活習慣病を予防しましょう。

野菜のチカラ

野菜は、カリウム・ビタミンC・食物繊維などの成分を多く含み、炭水化物やたんぱく質などの栄養素が効率よく働くための役割を担っています。このほかにも、次の効果や作用があります。

カリウムは、身体機能の維持・調節に不可欠な成分で、塩分(ナトリウム)を尿中に排泄する作用があります。そのため、血圧を正常に保つ効果があり、そのほかにも筋肉

の収縮や神経伝達などにおいて、重要な働きを果たしています。カリウムを多く含む野菜として、ホウレン草・ニンジン・枝豆などがあります。

ビタミンCは、皮膚や骨、血管に必要なコラーゲンを作るために必須な成分です。ビタミンCを多く含む野菜として、ブロッコリー・赤ピーマン・黄ピーマンなどがあります。

野菜を食べると

野菜を食べることで次のようなメリットがあります。

- メリットⅡ▽高血圧・糖尿病・心臓病のリスクが下がる
- ▽免疫力が向上し、さまざまな病気から守る▽腸内細菌のバランスが整い、腸内環境が改善することで、便秘が解消される▽肌の調子が整い、美

肌やアンチエイジング効果が期待できる

野菜を多く取るヒント

厚生労働省では、成人の1日の野菜摂取目標量を350gとしています。これは、1皿70gの小鉢料理5皿程度です。目標量を取るために次のことを意識してみましょう。

- 毎食の主食と主菜に加え、副菜として必ず取りましょう
- 色々な種類の食べましょう
- 色んな種類を食べましょう
- バランスよく栄養をとることが出来ます
- 炒め物・蒸し料理・電子レンジを使用するなど、簡単に調理できるメニューを選びましょう
- スムージーやスープにするなどの工夫をしましょう。野菜が嫌いな人でも取りやすくなります

9月は「健康増進普及月間」です

期間 9月1日(日)～30日(月)
統一標語 1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠 ～健康寿命の延伸～

10月の休日当番医

診療時間は原則午前9時～午後6時 歯科医院は午前9時～正午
※急な変更が発生する場合があります。必ず連絡の上、受診してください

日	医療機関	産婦人科	歯科
6日(日)	光本郷・☎④1234 病 院	飯塚クリニック 下戸塚・☎④07700	光本郷・☎④1234 病 院
13日(日)	鬼石病 院 鬼石・☎⑤3121	栗原胃腸科外科医院 神田・☎④02299	長谷川歯科クリニック 高崎市吉井町・☎027・320・3400
14日(祝)	くすの木病 院 旭町・☎④3111	斎藤医 院 緑町・☎②0765	中島歯科医院 6丁目・☎④1135
20日(日)	しろやしき内科 芦田町・☎⑤08320	中島整形外科クリニック 芦田町・☎④1777	服部歯科医院 鬼石・☎⑤2022
27日(日)	篠塚病 院 篠塚・☎③9261	原内科クリニック 下戸塚・☎④02255	原歯科医院 大戸町・☎②0079
			神流町歯科診療所 神流町・☎⑤2019

◎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。

10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	4日(金) 10日(木) 18日(金) 24日(木)	午後 1時～4時 24日は午後 1時～3時	市役所本庁舎	4日は9月24日(火)、 10日は30日(月)、18日・ 24日は10月8日(火)か ら、電話または右記2 次元コードから予約	地域づくり課 (☎402211)  無料法律相談・ 無料不動産相談 (市ホームページ)
行政相談	9日(水) 16日(水) 17日(木)	午後 2時～4時	市役所本庁舎 17日は地域づくり センター鬼石	当日会場へ	
人権相談	11日(金) 25日(金)	午後 1時～3時	市役所本庁舎	当日会場へ	
不動産相談	16日(水)	午後 1時30分～3時	市役所本庁舎	電話または右記2次 元コードから予約	
心配ごと相談	9日(水) 23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)
相続・遺言相談	15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 (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 (☎24150)
教育相談	毎週 月・火・木曜日	午前9時～ 午後4時	教育研究所 (教育庁舎内)	電話・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	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6年9月1日現在



男……………30,320人(-30)
女……………31,515人(-19)
計……………61,835人(-49)
世帯数………28,147世帯(-7)

火災・救急 ()内は前年比
令和6年8月31日現在



数字は令和6年1月からの累計(概数)です。

火災 14件 (-13) 救急 2,354件 (-83)

救急車の適正利用にご協力をお願いします！

交通事故 ()内は前年比
令和6年8月31日現在



数字は令和6年1月からの累計(概数)です。

人身 160件 物損 882件
事故 (-8) 事故 (+63)

9月21～30日秋の全国交通安全運動
家庭でも みんなで語ろう 交通ルール
夕暮れに きらめく命の 反射材

納税

期日：10月2日



固定資産税…3期
国民健康保険税…3期
介護保険料…3期
後期高齢者医療保険料…3期

文芸の里

投稿方法 ①左上の2次元コードから投稿②はがき1枚
に1作品(未発表の自作のみ)、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、〒
375・8601(住所不要)市役所秘書課広報聴係(☎40
2208)「文芸の里」応募係まで

じいちゃんが蛍出るとこ知っていた
儂さを闇にあずけて散る花火
早朝を遠慮がちなる蟬の声
山車に乗り弾む心の気持ち良さ
こもれ日や神社へのぼる夏帽子
雨あがり東の空にかかる虹

敬称省略
小 重喜 林 節子 (中学生) 黒澤 凜 松本こと江 山本 博子 (中学生) 長井 湊

※作品は紙面の都合上掲載できない場合や、
選者が一部添削することがありますが、ご
了承ください(選者：木下涼薫)