

木 ったときの無料相談

11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) 18日(金) 24日(木)	午後 1時～4時	市役所市民相談室 24日は鬼石公民館	4日は10月25日(火)、 18日・24日は11月8 日(火)から	
行政相談	9日(水) 16日(水) 17日(木)	午後 2時～4時	市役所市民相談室 17日は鬼石公民館	当日会場へ	自治交流課 (☎④2211)
人権相談	11日(金) 25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	2日(水) 9日(水) 16日(水) 30日(水)	午後 1時～4時	市社会福祉協議会 (仲町)	当日会場へ	市社会福祉協議会 (☎②5647)
結婚相談	5日(土) 10日(土) 17日(土)	午後 1時～4時	市社会福祉協議会 (仲町)	印かんとスナップ写 真(L版)を持って、 当日会場へ	
青少年 電話相談	毎週 土・日曜日	午後 1時～4時	青少年センター (総合学習センター内)	電話でも面接でも受 け付けます	青少年センター (☎④4150)
教育相談	毎週 月・火・木曜日	午前9時～ 午後4時	教育研究所 (総合学習センター内)	電話でも面接でも受 け付けます	教育研究所 (☎③9801)
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 (☎④2268)

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。

健康 Health

インフルエンザ

健康づくり課 ☎④2808

インフルエンザとは

季節性インフルエンザは12月から3月の空気が乾燥する時期に流行します。のどの痛み、鼻水、咳などの風邪に似た症状の他、38℃を超える熱や関節痛、筋肉痛などの全身症状が現れます。

インフルエンザは非常に感染力が強い病気です。症状が



予防の大切さ

インフルエンザは重症化すると脳症などの合併症を引き起こす可能性もあります。予防行動にあわせて、予防接種を受けることが効果的です。予防接種を受けることで、感染しても発症する可能性が低くなり、また発症しても軽い症状で済むようになります。接種から2週間ほどで効果が始まり、5カ月間ほどは効果が続きます。流行前の11月から12月中旬までに予防接種を済ませておきましょう。

治まっても体内にウイルスが残っていると他人にうつしてしまうため、熱が下がってから2日は外出せずに安静にすることを心掛けてください。周囲の人もマスクの着用や手洗いがいなどの感染予防をしましょう。

11月休日当番医

診療時間は午前9時～午後5時
歯科医院は午前9時～正午

日	医療機関	地区	電話
3日(祝)	篠塚病院	篠塚	③9261
	おおすかこどもクリニック	芦田町	⑤8676
	アイリス診療所	森	②2542
歯科	里村歯科クリニック	高崎市 吉井町	027・ 387・8114
	光病院	本郷	④1234
6日(日)	しのめクリニック	中栗須	②8851
	産婦人科	光病院	本郷
歯科	清水歯科医院	上栗須	②6655
	鬼石病院	鬼石	⑤3121
13日(日)	原内科クリニック	下戸塚	④2255
	栗原胃腸科外科医院	神田	④2299
	歯科	中島歯科医院	6丁目
20日(日)	くすの木病院	旭町	④3111
	歯科	小山医院	中
23日(祝)	藤岡こどもクリニック	小林	④0024
	藤岡外科内科クリニック	中栗須	②1356
	産婦人科	島田クリニック	中大塚
歯科	藤岡総合病院	宮本町	②3311
	前田歯科医院	7丁目	②0569
27日(日)	篠塚病院	篠塚	③9261
	すぎやまメディカルクリニック	下大塚	②01666
	木村内科医院	仲町	②0333
歯科	江本歯科医院	宮本町	④1955

救急医療機関案内(24時間対応) ☎③6699

歯

8020達成のために
の健康

口臭の原因

- 口臭は大きく3つに分類されます。
- 誰にでもある生理的口臭
健康的な人でも起床時、空腹時など一時的ににおいます。
 - 飲食物・嗜好品による口臭
食べ物・飲み物による口臭。原因物質が胃腸や血液の中にある間は一時的ににおいます。
 - 病的口臭
口内や体の病気が原因となる口臭。原因のほとんどは歯周病です。その他むし歯、胃腸や肺の病気、糖尿病などが原因になります。
口臭を防ぐには、毎日のセルフケアで口腔内を清潔に保つことが必要です。また、プロフェッショナルケアとして、定期的に歯科医院での検診を受けましょう。歯周病やむし歯の治療をすることは口臭予防につながります。
10月22日の健康福祉祭では口腔内の細菌を顕微鏡で見ることができます。歯科医師による相談コーナーもあるので、これを機に自分の口内環境をもっと知ってみませんか。

ふじおか Culture

～藤岡の文化を探る～ No.7

問い合わせ 文化財保護課 (☎③5997)



↑現在はダムの湖底に沈んでしまっている遺跡群。山間部でも見事な遺跡が発掘されています。

ダムに沈んだ遺跡

～神流川流域の縄文遺跡～

昭和42年、保美濃山遺跡と坂原遺跡の発掘調査が行われました。神流川沿いの緩い斜面上で発見された2つの遺跡は縄文時代後晩期を中心としたもので、平野部に位置している遺跡と遜色ない遺物や住居跡が発掘されました。このことから縄文時代でも山間部で積極的な土地利用がされていたことが分かってきました。遺跡群は下久保ダムの建造によって湖底に沈んでしまい、残念ながら現在では場所も確認できません。

藤岡歴史館では、遺跡群に関する初の企画展を11月末まで開催しています。県立歴史博物館が所蔵する発掘調査資料を中心に展示し、10月23日には当時の調査担当者の講演を聞くことができます。