



## 日頃の練習成果を競う

6月3日、多野藤岡広域消防本部で消防団の「群馬県消防協会多野藤岡支部消防ポンプ操法競技大会」が行われました。この大会は2年に1度開催され、日頃から地域の防火活動や地域防災を考え準備をしている団員たちは、きびきびとした動きで的確に火点に放水し、その速さと正確さを競いました。団員たちは、仲間だけきを飛ばしながら一生懸命取り組んでいました。

なお、優勝した第3分団は、8月18日群馬県消防学校で開催される「群馬県消防ポンプ操法競技大会」に出場します。



イベント



少年の主張藤岡市大会

中学生が日常生活の中で感じている事、また心からの思いや考えを発表します。
日時 7月7日(土)午後1時30分
会場 市民ホール
入場料 無料
問い合わせ 生涯学習課(☎226888)

藤岡中央児童館 たなばたまつり



日時 7月7日(土)午前10時
会場 藤岡中央児童館
内容 育英短期大学JCCクラブの学生との手遊び、パネルシアター、歌や簡単なゲームなど
参加料 無料
申し込み 当日会場へ
問い合わせ 藤岡中央児童館(☎248060)

図書館情報

問 ☎21669



おたまじやくし おはなしの会

日時 7月7日・14日・28日
の土曜日、午後3時~3時40分
会場 おはなしのへや

あかちゃんといっしょのおはなし会

日時 7月11日(水)午前10時30分~11時
※午前9時~正午は「赤ちゃんタイム」です。7月から「赤ちゃんタイム」は毎週水曜日になります

読書感想文課題図書

小学校低学年

▽ルラルさんのだいくしごと
▽きみ、なにがすき?
▽なぞこのっぺ?
▽がっこうだつてどきどきしてる

小学校中学年

▽レイナが島にやってきた!
▽森のおくから
▽最後のオオカミ
▽すごいね!みんなの通学路
▽奮闘するたすく
▽こんびら

Table with 2 columns: 地区, 日. Rows include 流地区, 小野地区, 美土里地区, 美九里地区, 平井地区, 日野地区, 鬼石地区.

講座・教室



介護予防サポーター養成研修会

介護予防の普及を推進し、地域の高齢者を支援するボランティア(介護予防サポーター)を養成します。

子どもみこし担ぎ手

児童館のみこしを担いで藤岡まつりに参加しませんか。
日時 7月21日(土)午後2時30分~5時
対象 小学生(2年生以下は保護者同伴)

募集



日時 ①7月31日(火)午前10時~午後3時30分
②8月9日(木)午前9時30分~午後3時30分
③8月10日(金)午後1時~4時
会場 市役所中庁舎
内容 ①介護予防・筋力トレーニング初級
②老化を防ぐ食事・口腔ケア
③筋力トレーニング中級・上級
対象 全日程に参加でき、研修終了後に介護予防サポーター(ボランティア)として市内で活動できる人
定員 30人(先着順)
参加料 無料
※1・2日目に昼食を注文する人は別途必要
申し込み・問い合わせ 6月25日(月)~7月9日(月)に介護高齢課(☎22809)へ

スポーツ

問 ☎508213



市民水泳競技大会

日時 8月26日(日)午前7時30分
分受け付け開始、9時開会



飯島 クニさん(5月25日訪問)

よく食べ、よく働き、よく話すという飯島さん(5月23日生まれ・岡之郷)。1年前までは押し車を押しながら家の周りを歩いていたと言います。家族などに「ありがとう」と笑顔を見せていました。



若林 キクさん(5月25日訪問)

若い頃は和裁が得意だったという若林さん(5月24日生まれ・中栗須)。「100歳まで健康でいられてうれしい。何でもおいしくいただくことが健康の秘訣」と話してくれました。



北野 まづ子さん(5月28日訪問)

家族の心配をよそに夏の暑い日にも庭の草むしりに汗を流しているという北野さん(5月27日生まれ・川除)。100歳になった実感はないと優しく笑顔で話してくれました。

定員 25人(先着順)

参加料 無料

その他 お弁当と飲み物を用意します

申し込み・問い合わせ 7月2日(月)から電話で藤岡中央児童館(☎248060)へ

会場 みずとびあ藤岡

対象 市内在住・在勤・在学の1人

参加料 1種目▽中学生以下 1100円▽高校生以上 1500円▽リレー(4人1チーム) 11000円
出場制限 1人2種目まで(リレーを除く)

その他 当日の競技役員ボランティアも募集します

申し込み・問い合わせ 7月23日(月)までに参加料と印鑑を持ってみずとびあ藤岡(☎220977)・スポーツ課へ



初心者合気道体験教室

日時 7月6日・13日・20日の金曜日、午後7時30分～9時7月1日・8日・22日の日曜日、午後3時～4時30分  
※全日程同じ内容です

会場 総合学習センター武道場  
対象 市内在住・在勤・在学の  
人

参加料 無料  
その他 運動のできる服装で来てください

申し込み 当日会場へ  
問い合わせ 藤岡市民合気会  
山田さん(☎090・3098・2946)・スポーツ課

バレーボール選手権大会(一般男女の部)

日時 7月29日(日)午前9時開会  
会場 市民体育館  
種目 一般男女(高校生男女)・6人制

運動 Exercise

料金 参加料のほかに施設利用料がかかります  
申し込み 事務室前で受け付け  
お知らせ ○夏休み短期教室は7月8日(日)午前10時～7月31日(火)・8月26日(日)の一般開放は、水泳大会のため午後1時30分からです(8月26日の教室は時間を変更して開催します)  
問い合わせ みずとぴあ藤岡(☎0977)

みずとぴあ藤岡 定期教室

教室時間 1時間(短い教室もあります)  
開催日程 月曜日 8月6日～9月3日 } 全4回  
水曜日 8月1日～8月29日  
木曜日 8月2日～8月30日  
金曜日 8月3日～8月24日  
土曜日 8月4日～9月1日  
日曜日 8月5日～9月2日  
夏休み短期教室 7月24日～8月28日の火曜日(全5回)  
対象 18歳以上の人(一部子ども向け)

内容	開始時間	参加料		
プール教室	火曜 夏休み短期水泳教室(年少児～小学生)	午後4時 午後5時 午後6時	3,500円	
	月曜 大人水泳教室・中級B	午後7時	520円	
	水曜 アクアビクス	午後7時	1,030円	
	木曜 大人水泳教室・中級A	午後7時	520円	
	金曜 大人水泳教室・初級	午後7時	520円	
	土曜 大人水泳教室・上級	午後7時	520円	
	フロア教室	体力向上体操	午前10時15分(45分間)	770円
ZUMBA GOLD		正午	1,550円	
フラダンス		午後1時	1,550円	
ストレッチ健康体操		午後2時	1,030円	
脂肪燃焼エアロビクス		午後3時	1,030円	
キッズスポーツ(小学1～3年生)		午後5時	1,290円	
エアロビクス		午後6時30分	1,030円	
ボディシェイプ		午後7時30分	1,290円	
水曜		腰痛・肩こり改善体操	午前10時15分(45分間)	770円
		体力向上体操	午前11時	1,030円
		ZUMBA GOLD	正午	1,550円
		脂肪燃焼エアロビクス	午後1時	1,030円
		ストレッチ健康体操	午後2時	1,030円
		やさしいヨガ	午後3時	1,550円
	ヨガ	午後7時30分	1,550円	

内容	開始時間	参加料	
木曜	ストレッチ健康体操	午前10時15分(45分間)	770円
	腰痛・肩こり改善体操	午前11時	1,030円
	ヨガ	午後2時	1,550円
	ヨガレッチ	午後3時	1,550円
	キッズダンス(年中児～小学2年生)	午後5時	1,290円
	ジュニアHIPHOP(小学2～6年生)	午後6時	1,290円
フロア教室	エアロビクス	午後7時	1,030円
	ヨガ	午前10時15分(45分間)	1,030円
	ストレッチ健康体操	午前11時	1,030円
	太極拳	正午	1,030円
	初級エアロビクス	午後1時	1,030円
	フラダンス	午後4時	1,550円
	キッズフラダンス(年長児～中学生)	午後5時	1,290円
	初級エアロビクス	午後6時30分	1,030円
	ダイエットエアロ	午後7時30分	1,290円
	ステップエアロ	午前10時30分	1,550円
	初級エアロビクスサーキット	午前11時30分	1,290円
	BOKWA～ボクワ～	午後1時	1,130円
	ZUMBA	午後2時	1,550円
	バランスボール	午後3時	1,550円
姿勢改善エクササイズ	午後4時	1,290円	
フィジカルトレーニング	午後5時	1,550円	
土曜	中級エアロビクス	午後6時30分	1,290円
	ヨガ	午後7時30分	1,550円
	脂肪燃焼エアロビクス	午前10時30分	1,030円
	ZUMBA	午前11時30分	1,550円
日曜	ヨガピラティス	午後0時30分	1,550円

対象 市内在住・在勤・在学および市近隣招待チームの人  
参加料 1チーム▽一般113000円▽高校生120000円  
申し込み 代表者が参加料を持って7月17日(火)午後7時から市教育庁舎で行われる代表者会議へ  
問い合わせ スポーツ課

スポーツ少年団 軟式野球低学年大会

日時 7月21日(土)午前8時開会  
会場 鳥川緑地スポーツ広場  
野球場

対象 市内の小学1～3年生  
で編成されたチーム  
参加料 1チーム10000円  
申し込み 代表者が参加料を持って7月9日(月)午後7時から市教育庁舎で行われる代表者会議へ  
問い合わせ スポーツ課

その他

サマージャンボ宝くじ  
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

粗大ごみ有料回収

収集日 7月2日・9日・23日の月曜日(各日先着5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30円(消費税別)

下水道排水設備工事 責任技術者更新講習

下水道排水設備工事責任技術者の有効期限は5年間です。本年度が期限となる責任技術者は講習の受講が必要です。受講しないと資格が失効してしまうため、対象者は受講してください。  
対象 有効期限が平成31年3月31日の人  
※対象者には6月下旬に書

神田・三本木古墳群の出土品 全国5会場で展示

東京都江戸東京博物館で7月22日(日)まで「発掘された日本列島2018～新発見考古速報～」が開催され、本市の「神田・三本木古墳群」から出土した4体の人物埴輪が展示されています。  
この展示会は、近年発掘され、特に注目された出土品を中心とした展示を全国で行うことにより、埋蔵文化財に親しみ、その保護の重要性について理解を深めることを目的として文化庁が開催しているものです。なお、この展示会は、平成31年2月17日まで東京都の他、石川県、岐阜県、広島県、神奈川県での5会場で開催されます。  
問い合わせ 文化財保護課(☎035997)



鬼石夏祭り 檣敷席

期日 7月15日(日)  
利用料(前売り) マス席S(4人)1万5,000円、マス席A(4人)1万2,000円、イス席2,000円 ほか  
申し込み・問い合わせ 6月22日(金)から鬼石夏祭り実行委員会事務局(藤岡市鬼石商工会内☎02062)へ

類が自宅へ郵送されます  
申込期限 7月31日(火)(必着)  
その他 詳細は市ホームページを確認してください  
問い合わせ 東京都下水道サービス(株)☎03・3241・0818

## エステティックと関連商品の解約

**A** 契約期間が1カ月を超え金額が5万円を超えるエステティックの契約は、特定商取引に関する法律に規定される特定継続的役務提供に該当し、関連商品も含めて契約書面受領日から8日間以内ならクーリングオフができます。ただし関連商品(消耗品など)を自発的に使用した場合は、使用分については対象外となります。また中途解約の場合、一定の解約料を負担する必要があります。契約前に必ず概要書面の交付を受け、サービスの内容・価格・期間・支払方法・解約料などをよく確認することが必要です。特に中途解約の条件や解約料について理解しておきましょう。

消費生活の相談は消費生活センター

☎fax 兼用 201133 (来庁相談要予約)

相談時間 平日午前9時～午後4時

## 教えて！消費生活

**Q** 体験エステティックを予約し、サロンに行ったら痩身コースに勧誘され、6カ月24回の痩身コースとサプリメントを契約した。総額約80万円になりクレジットカードで36回分割払いにした。効果がなく解約したい。



## 子ども救急相談 ☎ #8000

休日や夜間に子どもの体調変化について対処方法などの相談ができます。

【受付時間】月～土曜日/午後6時～翌朝午前8時  
日曜日・祝日・年末年始/午前8時～翌朝午前8時



## 7月子どもカレンダー

問い合わせ：子ども課(☎402268) 会場：市保健センター

項目	期日・受付時間	対象年齢・内容
マタニティクラス ※要予約	6日(金) 午後1時20分～1時30分	栄養指導・妊婦体験など (先着12組)
股関節検診	11日(水) 午後1時～1時45分	平成30年4月生まれ
4カ月児健康診査	31日(火) 午後1時～2時	平成30年3月生まれ
BCG・ブックスター ※要予約	10日(火) 午後1時～1時20分	平成30年1月生まれ
前期離乳食教室	2日(月) 午前10時～10時10分	平成30年1月生まれ
後期離乳食教室 ※要予約	6日(金) 午前10時～10時10分	平成29年10月生まれ
1歳児健康診査	18日(水) 午後1時～1時30分	平成29年7月生まれ ※フッ素塗布券配布
1歳6カ月児健康診査	26日(木) 午後1時～1時30分	平成28年12月生まれ
わくわく相談 (2歳児相談)	20日(金) 午前9時30分～9時40分	平成28年3月生まれ
3歳児健康診査	19日(木) 午後1時～1時30分	平成27年3月生まれ
5歳児健康診査	3日(火)・4日(水) 午前8時50分～9時	平成25年7月生まれ ※集団遊びがあります

## 子育てstyle

### 子どもの虫歯予防

**Q** 子どもが歯磨きを嫌がってなかなか磨かせてくれません。虫歯が心配です。どうしたら虫歯予防ができるのでしょうか？

**A** 歯ブラシで歯を磨くことは強い刺激なので、慣れないうちは不快感が大きいものです。歯が生え始めるころから少しずつ歯磨きに慣らしていくことが望ましいです。家族が歯磨きをする様子を見せながら「歯磨きをすると気持ちいいね」と歯磨きへの意欲を高めるのもいいでしょう。虫歯の原因は虫歯菌だけではなく、虫歯菌が繁殖するための糖分の供給が問題です。お菓子などを控えることで虫歯の発生は抑えられますが、完全に与えないのは難しいので、だらだらと食べさせることはやめましょう。虫歯になりにくい歯にするためには、バランスの良い食生活に加えてカルシウムを積極的に摂取しましょう。またフッ素を使うことで歯を強くすることができます。かかりつけの歯科医に定期的にフッ素を塗ってもらうことはもちろん、家庭用のフッ素スプレーを毎日の歯磨きの仕上げに使うことをお勧めします。



## 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

健康づくり課 ☎ 28008

### 薬物乱用とは

薬物乱用とは、本来の使用目的や方法から外れて薬物を使うことです。たとえ1回だけの使用でも乱用に当たります。乱用される危険のある主な薬物は、覚醒剤・大麻・コカイン・MDMA・危険ドラッグなどがあります。

危険ドラッグは「ハーブ」「お香」などと称して販売されていますが、覚せい剤や麻薬に似た化学物質が添加されたもので、最悪の場合死に至ることもあります。

### 薬物依存の悪循環

薬物乱用は人の健康や社会生活に重大な影響を及ぼします。薬物の乱用により、私たちが生活していく上で最も大切な脳の仕組みや回路が破壊

されてしまいます。それによって、幻覚が現れたり、運動機能や内臓機能が低下したり、感情のコントロールができなくなったりします。一度ダメージを受けた脳は元の状態に戻ることはなく、その障害は一生ついて回ります。

薬物のもたらす快感は反復的な使用を促し(依存性)、反復的な使用により薬物の効果は弱くなります(耐性)。1回だけと思っただけで耐性によって使用する量と回数が増えていき、薬物依存の悪循環に陥ってしまいます。

薬物依存の悪循環に陥ると、自分の意志だけでは止めることができせん。薬物を入手するための窃盗・強盗・幻覚・妄想による交通事故や殺人などの重大犯罪を引き起こすこともあります。

### 「ダメ。ゼッタイ。」

薬物乱用者の多くは、ほんのちよつとした好奇心から安易に使い始め抜け出せなくなります。「1回だけなら大丈夫」「いらいらがとれてすっきりする」などの甘い誘いに気を付けましょう。

危険な薬物は一度乱用するだけで将来を台無しにしてしまふばかりでなく、家族や友人も傷つけてしまいます。誘われた時は、しっかり「ダメ。ゼッタイ。」と断りましょう。

### 相談窓口

- こころの健康センター  
(☎027・236・1156)  
薬物依存症に関する相談
- 群馬県薬務課  
(☎027・226・2665)  
薬物に関する相談
- 藤岡保健福祉事務所  
(☎21420)

## 7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(日)	光病院 本郷・☎241234	飯田整形外科医院 篠塚・☎25770	光病院 本郷・☎241234	リオ歯科クリニック 立石・☎246230
8日(日)	鬼石病院 鬼石・☎23121	深沢内科医院 上戸塚・☎26555	薬師寺整形外科クリニック 下栗須・☎201555	パールデンタルクリニック 旭町・☎230006
15日(日)	くすの木病院 旭町・☎243111	小山医院 中・☎201200		かねた歯科医院 高崎市吉井町・☎027・387・8691
16日(祝)	島田クリニック 中大塚・☎230005	飯塚クリニック 下戸塚・☎407700	戸塚クリニック 上栗須・☎201800	藤岡総合病院 中栗須・☎223311
22日(日)	篠塚病院 篠塚・☎29261	山崎外科医院 芦田町・☎21331	しのめクリニック 中栗須・☎28851	ふじおか歯科クリニック 中栗須・☎504182
29日(日)	光病院 本郷・☎241234	アイリス診療所 森・☎22542	光病院 本郷・☎241234	森歯科診療所 森・☎242828

# 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。

## 7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	6日(金) 20日(金) 26日(木)	午後 1時～4時	市役所市民相談室 26日は鬼石公民館	6日は6月26日(火)、 20日・26日は7月 10日(火)から	自治交流課 (☎402211)
行政相談	11日(水) 18日(水) 19日(木)	午後 2時～4時	市役所市民相談室 19日は鬼石公民館	当日会場へ	
人権相談	13日(金) 19日(木) 27日(金)	午後 1時～3時	市役所市民相談室 19日は鬼石公民館	当日会場へ	
不動産相談	25日(水)	午後 1時30分～3時	市役所市民相談室	事前に予約が必要です	
心配ごと相談	毎週水曜日	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	7日(土) 12日(木) 19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 電話相談	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・火・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  
平成30年6月1日現在



男……………32,362人(-19)  
女……………33,563人(-1)  
計……………65,925人(-20)  
世帯数………27,323世帯(+23)

火災・救急 ( )内は前年比  
平成30年5月31日現在



数字は平成30年1月からの累計(概算)です。

火災 18件 (+2)      救急 1,314件 (+54)  
忘れてない?      サイフにスマホに  
火の確認

交通事故 ( )内は前年比  
平成30年5月31日現在



数字は平成30年1月からの累計(概算)です。

人身 118件 (+18)      物損 435件 (-94)  
事故                      事故  
高齢者講習は、早期に受講予約を!

納税  
期日：7月2日



市県民税…1期

# 文芸の里

俳句を募集します。投稿はハガキ一枚に  
一作品、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)

このぼり天までおよげ悠悠と  
ふじのはなじかんをかけてながくなる  
たんぽぽのわたしはもうないとんだった  
労りのまなざし妻へ茄子の花  
愛らしい羽音さそうや花茨  
主なき庭にはびこるどくだみ草

中野 桜 (小学生)  
大林 由佳 (小学生)  
吉田 瑠依 (小学生)  
中山 隆  
杉浦 達成  
中林 節子  
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)市役所秘書課広報係「文芸の里」応募係まで