



## 落差約100m迫力の放流！

6月24日、下久保ダムの管理50周年を記念したイベントが開催されました。3年ぶりに4つ全ての放流ゲートを使った「4門放流」が行われ、舞い上がる大きな水しぶきに会場からは歓声が上がりました。下久保ダムは全国でも珍しいL字型のダムで、特撮やドラマなどの撮影にもよく使われています。当日は県内外から多くの方が訪れました。

また会場ではダムカレーや地元の名産品などが販売された他、ご当地ヒーロー「鬼神戦隊ダムセイバー」やご当地アイドルなどのステージイベントも行われ、にぎわいを見せました。



イベント



藤岡歴史館夏季企画展

本市の高山社、児玉の競進社は共に明治中期〜大正期、全国にその名を知られた養蚕の指導・教育・研究組織です。研究・指導者たちのつながりなどを資料を基に描きます。

日時 7月21日(土)〜9月2日(日)午前9時〜午後5時(入館は午後4時30分まで)  
会場 藤岡歴史館  
入場料 無料  
問い合わせ 藤岡歴史館(☎26999)

夏休み特別体験



夏休みの思い出に手作り体験はいかがですか。工作の宿題にもどうぞ！

期間 7月28日(土)〜8月31日(金)午前9時〜午後4時  
会場 土と火の里公園  
内容・体験料 ▽竹トンボ

会場 本郷地内



内容・時間 調査担当者による解説▽午前10時〜午前11時▽午後1時〜午後2時(各回30分程度)  
その他 できるだけ乗り合わせで来場してください  
申し込み 当日会場へ  
問い合わせ 文化財保護課(☎25997)

プラネタリウム  
夏休み特別投影

期間 8月11日(祝)〜19日(日) ※8月14日(火)を除く  
番組・時間 ▽スターリーテイルズ▽星座は時をこえて▽午前11時〜午後3時▽星の見える丘▽午後1時30分〜  
入場料 ▽大人¥300円▽小・中学生¥200円▽未就学児無料  
内容 トコトコ馬・ビニール  
おもしろ工作 投影前に工作を行います。

袋バラシユート

対象 プラネタリウム観覧者  
参加料 無料  
問い合わせ みかぼみらい館(☎25511)

メンタルエステ  
プラネタリウム

アロマの香りを感じながら星を眺め、読み語りや音楽に耳を傾けます。  
日時 9月7日(金)午後2時〜3時・午後7時〜8時  
会場 みかぼみらい館  
対象 18歳以上の人  
定員 各回80人(先着順)  
参加料 無料  
申し込み・問い合わせ 7月25日(水)からみかぼみらい館(☎25511)へ

図書館情報

問 ☎21669



おたまじゃくし  
おはなしの会

日時 8月4日・11日・18日・25日の土曜日、午後3時〜3時40分  
会場 おはなしのへや

8月の移動図書館	
神流地区	7日(火)
小野地区	29日(水)
美土里地区	28日(火)
美九里地区	22日(水)
平井地区	21日(火)
日野地区	23日(木)
鬼石地区	8日(水)

講座・教室



美土里公民館歴史講座

高山社の養蚕法の「清温育」の普及・指導を全国規模に展開した町田菊次郎と高山社養

イベントアシスタント「ふじ娘」



市のイベントアシスタント「ふじ娘」の新しいメンバーが決まりました。

平成30年度のふじ娘は、相見有花さん、上原朋美さん、大家黎さん、奥寺遥さんの4人です。任期は7月1日から来年の6月までの1年間で、藤岡まつりやふじまつり、観光キャンペーンなど各種行事に参加します。  
問い合わせ 商工観光課(☎2317)

蚕学校について学ぶ歴史講座です。  
事前学習  
日時 8月20日(月)午前10時〜  
会場 美土里公民館  
講師 小林敏夫さん(郷土史家)  
定員 30人(先着順)  
参加料 無料  
館外学習  
日時 9月7日(金)午前8時30分集合出発  
集合場所 美土里公民館  
学習先 田島弥平旧宅・妻沼聖天山など

県母子家庭就業・自立支援パソコン講習会  
対象 事前学習を受講した人  
参加料 2000円(昼食代など)  
申し込み・問い合わせ 美土里公民館(☎21249)



日時 10月7日〜11月25日の日曜日(全8回)午前10時〜午後4時  
会場 TAC群馬校(前橋市新前橋町)  
内容 ▽ワード(20時間)▽簡単な文章作成の習得▽エクセル(20時間)▽簡単な表計算技術の習得  
対象 県内在住のひとり親家庭の親および寡婦  
定員 20人(抽選)  
参加料 無料(テキスト代4320円が必要です)  
申し込み・問い合わせ 9月14日(金)(必着)までに往復ハガキで、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・ひと

スキルアップセミナー  
日時 10月2日(火)〜5日(金)(全4回)午後5時〜8時15分  
会場 高崎産業技術専門学校  
内容 普通ボイラー溶接士の実技試験合格に向けた講習  
対象 アーク溶接特別教育修了者  
定員 5人(先着順)  
参加料 9600円  
持ってくる物 筆記用具・材料・作業服・溶接用保護具・工具一式・受験に使用予定の溶接棒  
応募締め切り 9月11日(火)  
その他 応募締め切り後、定員に空きがある場合は募集期間を延長することがあります。  
訓練内容などを個別に設定するオーダー型コースもあります  
申し込み・問い合わせ 高崎産業技術専門学校(☎027・320・2221)☎027・347・1210

**危険物取扱者保安講習**

危険物取扱者免状を所持し、現在危険物を取り扱っている人は、3年に1度、危険物取扱者保安講習を受講することが義務付けられています。受講しないと免状返納の対象となるため、該当する人は受講してください。  
**日時** 9月7日(金)▽午前9時～午前11時 9時～正午▽午後の部 11時～午後1時30分 午後1時30分～4時30分  
**会場** 諏訪神社  
**参加料** 4700円(テキスト代など)  
**申し込み・問い合わせ** 7月24日(火)～8月16日(木)(土・日曜日、祝日を除く)に免状と参加料分の県証紙を持って消防本部予防課(☎22467)へ

**募集**



**長寿社会・私のメッセージコンクール**

家庭、学校、職場、地域社会との関わりの中で感じた長寿社会についての意見を募集します。

**応募部門** ▽小学校低学年の部 ▽小学校高学年の部 ▽中学生の部 ▽高校生の部 ▽一般の部 ▽シニアの部  
**応募資格** 県内在住・在勤・在学の人  
**応募要領** 400字詰め原稿用紙3枚以内・縦書き(ワープロ可)  
**応募要領配布** 市介護高齢課  
**申し込み・問い合わせ** 9月7日(金)(消印有効)までに群馬県長寿社会づくり財団「長寿社会・私のメッセージコンクール」係(☎027・255・6511)へ

**ぐんまねりんピック 2018**



**日時** 10月25日(木)午前9時開会式、10時競技開始(小雨決行)  
**会場** 県総合スポーツセンターなど  
**種目** ゲートボール・テニス(ダブルス)・マラソン・水泳

**市母子会デイズニージー 日帰り旅行**

**日時** 8月25日(土)午前5時45分市役所集合  
**対象** 市内在住で市母子会に

**シニア海外ボランティアとしてニカラグアへ**



シニア海外ボランティア(国際協力機構)として2年間、ニカラグア共和国に派遣される町田和弘さん(藤岡)が市長を訪問し、出発の報告をしました。  
 町田さんは「24年間の教員経験を生かして、現地の小中学校を巡回しながら効果的な授業方法などを教員に教えて、ニカラグアの教育レベルアップにつなげたい」と抱負を述べました。

**計量啓発標語**



県計量検定所では正確な計量への意識を高めてもらうため、計量啓発標語を募集しています。  
**応募締め切り** 8月31日(金)(必着)  
**募集テーマ** ▽正しい計量の

大切さと呼び掛けるもの▽適正な計量器が使用・流通されることを促すもの  
**募集規定** 未発表、自作で1人2作品まで応募可  
**対象** 県内在住の人  
**表彰** 入選2点(図書カード2000円分を贈呈)  
 ※入選者には9月に書面で通知します  
**その他** ▽応募用紙は県計量検定所のホームページ(<http://www.pref.gunma.jp/07/2500001.html>)からダウンロードしてください▽著作権は県

計量検定所に帰属するものとします  
**応募・問い合わせ** 応募用紙に、応募作品・住所・氏名・職業(学年)・電話番号を記入して、郵送またはファクスで〒379-2152前橋市下大島町81-13県計量検定所(☎027・263・2436)☎027・263・3142へ

**販路開拓視察会**

全国規模の見本市「東京インターナショナル・ギフト・ショー」が開催されます。販路開拓やプロモーションの手掛かりにしませんか。  
**日時** 9月5日(水)午前6時50分市役所集合、午後5時30分解散予定  
 ※バスで移動します  
**会場** 東京ビッグサイト  
**対象** 販路開拓などを考えている市内の事業者(1事業所あたり2人まで)・創業予定者  
**定員** 20人(先着順、最少催行人数10人)  
**参加料** 無料  
**申し込み・問い合わせ** 7月17日(火)～8月28日(火)に商工観光課(☎2318)へ

**スポーツ**

問 ☎8213



**ぐんぐん体操のこい**



全国版ラジオ体操第一・第二とは違った群馬県独自の体操です。  
**期間** 7月29日(日)～8月5日(日)午前6時30分  
**会場** 中央公園  
**問い合わせ** スポーツ課

**高校生弓道大会**

**日時** 8月18日(土)午前9時開会  
**会場** 総合運動公園弓道場  
**種目** ▽個人の部 ▽団体の部(1チーム3人まで)  
 ※団体戦は男女混成チーム可  
**競技方法** 近的競技(36cmかすみの的中制・各自四矢2回)  
 ※団体戦は各自四矢4回  
**対象** 市内在住・在学の高校生  
 ※市内在住で市外の高校に通学している人は顧問が同伴した場合のみ可

**知的障がい者水泳教室**

**参加料** 1人100円  
**申し込み・問い合わせ** 8月9日(木)までにスポーツ課へ  
**日時** ▽第3期 9月22日～10月27日(10月6日を除く) ▽第4期 11月3日～12月1日の土曜日(各期5回)午前8時30分～9時30分  
**会場** みずとびあ藤岡  
**対象** 市内在住・在学で知的障がいのある小・中学生  
**定員** 各期10人(先着順)  
**参加料** 各期1人3500円(保険料など)  
**持ってくる物** 水着・タオル・ゴーグル・水泳帽子  
**申し込み** 8月13日(火)～9月7日(金)にスポーツ課へ  
**問い合わせ** 市水泳協会多胡さん(☎23544)・スポーツ課

**藤岡総合病院 全国で高い評価を受けました**



平成30年3月20日、厚生労働省告示第71号にて機能評価係数Ⅱが告示され、藤岡総合病院は全国の急性期病院群(1,493病院)の中で機能評価係数Ⅱが0.1318(全国平均0.0862)となり高い評価を受けました。  
 「機能評価係数Ⅱ」とは、医療機関が担うべき役割や機能を評価した係数で、「この係数が大きい病院の方がより高度な医療機能を有すると見なされます。」

藤岡総合病院 全国35位/県内1位

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

健康福祉



不妊治療費補助事業・不育症治療費補助事業

不妊治療補助事業

不妊治療による経済的負担を軽減するため、治療に要する医療費を一部助成します。

助成額 治療費の2分の1(1年度につき10万円が上限)

不育症治療費補助事業

妊娠しても流産・死産を繰り返す不育症の医療費を一部助成します。

助成額 治療費の2分の1(1年度につき20万円が上限)

共通事項

助成回数 1年度につき1回とし通算5回(5年度)まで  
申請期限 平成31年3月31日  
※治療終了後おおむね1カ月以内に申請してください  
申請・問い合わせ 子ども課(☎22268)

不妊・不育症の相談

県不妊専門相談センターでは不妊・不育症に関する相談を受け付けています。相談は女性産婦人科医が受けます。

や差し入れ▽政治家の後援会が花輪・香典・祝儀などを出すこと、寄付をすること(後援会設立目的で行う行事などに関する寄付を除く)▽答礼のための自筆によるものを除き、暑中見舞状などのあいさつ状を出すことなど  
問い合わせ 市選挙管理委員会(総務課内☎22221)

夏の青少年健全育成運動

期間 7月15日(日)～8月31日(金)  
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もう▽「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」とはインターネットを安全に使うための標語です▽おぜ(写真を送らない▽ぜ(絶対に会わない▽の(個人情報)を載せない▽か(悪口)を書き込まない▽み(有害サイト)を見ない▽さ(出会い)を探さない▽ま(ルール)を守る  
問い合わせ 生涯学習課(☎26888)

日時 毎月第1・第3木曜日、午前10時～午後3時30分(祝日・年末年始を除く、要予約)  
会場 県不妊専門相談センター(前橋市堀之下町、県健康づくり財団内)

内容 ▽検査・治療方法▽治療への不安▽家族関係など相談料 無料

その他 9月20日(木)、安中保健福祉事務所にて出張相談を実施します(予約は左記へ)  
予約・問い合わせ 平日午前9時～午後5時に県不妊専門相談センター(☎027・269・9966)へ

その他



粗大ごみ有料回収

収集日 8月6日・13日・20日・27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あたり30円(消費税別)  
申し込み・問い合わせ 7月20日(金)から電話で清掃センター(☎238305)へ

週末活動支援事業

障がいのある人を対象に、フットサルや上毛かるたを行います。支援員とともに運動不足の解消や気分転換をしてみませんか。  
日時 8月4日・9月1日の土曜日、午後1時～3時  
会場 県立藤岡特別支援学校  
対象 市内・多野郡在住の18歳以上(高校3年生を含む)で、障害者手帳を持っている人  
参加料 無料  
持ってくる物 上履き・飲み物・運動のできる服装  
申し込み・問い合わせ 各開催日の1週間前までに障害者就業・生活支援センタートータス(☎258335)へ

中小企業退職金共済制度

国がサポートする中小企業のための退職金制度です。従業員の福祉の向上と雇用の安定のためにご利用ください。  
内容 ▽掛け金の一部を国が助成▽掛け金は全額非課税で手数料も不要▽社外積立などで管理が簡単▽パートタイマーや家族従業員も加入可能

総合学習センター交流サロンの利用制限

「来て・観て・作ろう展」の開催に伴い、総合学習センター北棟交流サロンの一般利用者の利用を制限します。  
日時 8月4日(土)午前9時～午後4時  
問い合わせ 生涯学習課(☎26888)

政治家の寄付禁止

夏はお祭りやお中元などが多い時期ですが、政治家が選挙区内の人にお金や物を贈ることは公職選挙法で禁止されています。また有権者が政治家に寄付や贈り物を求めることも禁止されています。ルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。

禁止行為

▽お中元など▽病氣見舞い▽葬式の花輪・供花、落成式・開店祝いの花輪▽入学祝い・卒業祝い▽秘書などが代理で出席する結婚祝い、葬式の香典▽お祭りへの寄付や差し入れ▽地域の運動会など行事への飲食物の差し入れ▽町内会の集会などへの寸志

問い合わせ 中小企業退職金共済事業本部(☎03・6907・1234)

警察官採用試験

採用区分・対象 ▽警察官A(男女) ▽大学卒業者(卒業見込み含む)▽警察官A(武道指導)▽警察官B(男女) ▽警察官Aの受験資格に該当しない人  
試験日程 9月16日(日)  
申込期間 7月23日(月)～8月10日(金)(必着)  
問い合わせ 藤岡警察署警務課(☎20110)

出張ハローワーク

就業・自立を目指すひとり親家庭の人を支援するための臨時相談窓口です。普段は忙しくてハローワークに行けない人も是非ご利用ください。  
日時 8月27日(月)午前10時～午後4時  
会場 市保健センター  
対象 児童扶養手当受給者のうち、ひとり親家庭の親  
参加料 無料  
申し込み・問い合わせ 電話で子ども課(☎22286)へ

桜山俳句大会 俳句募集

吟行会・表彰式

日時 11月28日(水)▷吟行会=午前9時受け付け開始、9時30分～正午▷表彰式=午後1時30分～  
会場 ▷吟行会=桜山公園▷表彰式=鬼石多目的ホール  
投句 正午までに鬼石多目的ホールで投句  
定員 50人(先着順)  
参加料 無料(駐車場代は自己負担)  
持ってくる物 筆記用具

俳句募集

応募規定 ▷桜山の自然などを題材として詠んだものおよび当季雑詠▷1人4句まで、書体は楷書▷未発表作品に限り、二重投句は不可  
※応募規定に違反する場合は入賞などを取り消すことがあります

賞 長谷川零余子賞(大会大賞)、藤岡市長賞など  
選者 中里麦外さん、木暮陶句郎さん  
参加料 無料

共通事項

応募 ▷吟行会=10月10日(水)～11月16日(金)に電話、ファクス、メールで鬼石総合支所にぎわい観光課(郵便番号・住所・氏名・電話番号を明示)へ▷俳句募集=7月17日(火)～9月10日(月)(必着)にハガキ1枚に2句までの俳句(郵便番号・住所・氏名・電話番号を明示)を記入して〒370-1492鬼石総合支所にぎわい観光課へ  
※桜山公園内設置の投句箱に「現地投句箱用の所定用紙」で応募も可能  
問い合わせ にぎわい観光課(☎23111・FAX24853・✉o-sanken@city.fujioka.gunma.jp)

農業者の皆さんへ

◆遊休農地の利用状況調査 耕作放棄地の解消・発生抑制に向け農地の状況を把握する利用状況調査(耕作放棄地調査)を8～9月に実施する予定です。  
耕作放棄地(遊休農地)の増加は、地域の景観を損なうだけでなく、病害虫の温床や野生鳥獣の隠れ場所となるなど、近隣の農作物へ被害を及ぼします。  
農地の所有者は、耕作放棄地にならないよう農地の適正管理に努めましょう。

◆全国農業新聞の購読 全国農業新聞は、農業者の公的機関である農業委員会系統組織が発行する週刊の農業総合専門紙です。  
内容 農業・農村振興のニュースを分かりやすく解説してあります  
発行日 毎週金曜日  
購読料 月額700円  
申し込み 農業委員会事務局へ

農業者年金の加入

老後の備えは万全ですか? 農業者年金は皆さんの老後の生活がっちりサポートします。  
内容 農業者年金のメリット▽少子・高齢化時代に強い積み立て方式▽終身年金で、80歳までの保証付き▽支払った保険料は全額社会保険料控除▽手厚い政策支援。保険料の国庫補助(認定農業者など一定の要件を満たす人が対象)もあります

◆全国農業新聞の購読 対象 農業をする人(農業に年間60日以上従事する60歳未満で、国民年金第1号被保険者であれば、農地などの権利名義が無くても、誰でも加入できます)  
加入申し込み 農業協同組合の各支店へ  
問い合わせ 農業委員会事務局(☎2307)

# 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 一般コース全8回(月曜日は全6回)。

下段は長期コース(★印)の日程・期間  
月曜日 9月10日～11月5日  
9月3日～平成31年3月25日・全22回  
水曜日 9月5日～10月24日  
9月5日～平成31年3月20日・全26回  
木曜日 9月6日～10月25日  
9月6日～平成31年3月7日・全22回

金曜日 8月31日～10月19日  
9月7日～平成31年3月29日・全26回  
土曜日 9月8日～10月27日  
日曜日 9月9日～10月28日

※介護者休息プログラムは9月7日と10月5日  
対象 18歳以上(一部子ども向け)  
申し込み 事務室前で午前9時から受け付け開始  
○プール・キッズフロア教室は8月22日(水)～  
○フロア教室は8月23日(木)～  
問い合わせ みずとぴあ藤岡(☎0977)

	内 容	開始時間	参加料
月曜	大人水泳教室・中級A	午前11時	770円
	大人水中健康教室	午後2時	770円
	大人水泳教室・初級	午後3時	770円
	大人水泳教室・中級B	午後7時	770円
水曜	泳力向上教室・長期A	午後1時	4,750円★
	大人水泳教室・初級	午前11時	1,030円
	アクアビクス	午後1時	2,060円
	らくらくマスターズ・上級	午後3時	2,570円
木曜	大人水泳教室・初級	午前11時	1,030円
	アクアビクス	午後7時	2,060円
	泳力向上教室・長期B	午後2時	5,620円★
	大人水泳教室・中級B	午後2時	1,030円
金曜	大人水泳教室・中級A	午後3時	1,030円
	大人水泳教室・中級A	午後7時	1,030円
	大人水泳教室・わかばA・B	午前11時	各1,030円
	大人水泳教室・中級B	午後1時	1,030円
土曜	大人水中健康教室	午後2時	1,030円
	大人水泳教室・初級	午後7時	1,030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	各1,030円
	小学生水泳教室・わかば	午前10時30分	1,030円
日曜	小学生水泳教室・初級	午前11時30分	1,030円
	大人水泳教室・上級	午後7時	1,030円
	幼児水泳教室(年少児～年長児)A・B	午前10時30分	2,060円
キッズフロア教室	キッズスポーツ(小学1～3年生)	午後5時	1,930円
	キッズダンス(年中児～小学2年生)	午後5時	2,570円
	ジュニアHIPHOP(小学2～6年生)	午後6時	2,570円
フロア教室	キッズフラダンス(年長児～中学生)	午後5時	2,570円
	体力向上体操	午前10時15分 (45分間)	1,160円
	ZUMBA GOLD	正午	2,320円
	フラダンス	午後1時	2,320円
	ストレッチ健康体操	午後2時	1,550円
	脂肪燃焼エアロビクス	午後3時	1,550円
	エアロビクス	午後6時30分	1,550円
	ボディシェイプ	午後7時30分	1,930円
	初級エアロビクス・長期	午前11時	5,660円★
	ヨガ・長期	午後4時	8,490円★

	内 容	開始時間	参加料
水曜	腰痛・肩こり改善体操	午前10時15分 (45分間)	1,540円
	体力向上体操	午前11時	2,060円
	ZUMBA GOLD	正午	3,090円
	脂肪燃焼エアロビクス	午後1時	2,060円
	ストレッチ健康体操	午後2時	2,060円
	やさしいヨガ	午後3時	3,090円
	ヨガ	午後7時30分	3,090円
木曜	脂肪燃焼エアロビクス・長期	午後6時30分	6,690円★
	ストレッチ健康体操	午前10時15分 (45分間)	1,540円
	腰痛・肩こり改善体操	午前11時	2,060円
	ヨガ	午後2時	3,090円
	ヨガレッチ	午後3時	3,090円
	エアロビクス	午後7時	2,060円
	エアロビクス・長期	午後1時	5,660円★
フロア教室	ストレッチ健康体操・長期	午後4時	5,660円★
	ヨガ	午前10時15分 (45分間)	2,060円
	ストレッチ健康体操	午前11時	2,060円
	太極拳	正午	2,060円
	初級エアロビクス	午後1時	2,060円
	フラダンス	午後4時	3,090円
	初級エアロビクス	午後6時30分	2,060円
金曜	ダイエットエアロ	午後7時30分	2,570円
	腰痛肩こり改善体操・長期	午後2時	6,690円★
	ステップエアロ	午前10時30分	3,090円
	初級エアロビクスサーキット	午前11時30分	2,570円
	BOKWA～ボクワ	午後1時	3,090円
	ZUMBA	午後2時	3,090円
	バランスボール	午後3時	3,090円
土曜	姿勢改善エクササイズ	午後4時	2,570円
	フィジカルトレーニング	午後5時	3,090円
	中級エアロビクス	午後6時30分	2,570円
	ヨガ	午後7時30分	3,090円
	脂肪燃焼エアロビクス	午前10時30分	2,060円
	ZUMBA	午前11時30分	3,090円
	ヨガピラティス	午後0時30分	3,090円

## 上州藤岡蚕マラソン

### 参加者募集



日時 11月25日(日)午前8時開  
会(雨天決行)  
競技会場 藤岡総合運動公園  
陸上競技場周辺(三本木・高  
山・浄法寺地区)  
受け付け 前日受け付け  
午後1時～5時▽当日受け付  
け 午前7時30分～10時▽受  
付会場 藤岡総合運動公園陸  
上競技場

競技種目・参加料 下表のと  
おり  
対象 健康に自信がある人で、  
注意事項・申し込み規約に同  
意した人  
※ハーフコースへの参加は  
3時間以内に完走できる人  
申込用紙配布場所 総合学習  
センター・各地区公民館・市  
役所市民相談室・鬼石総合支所  
申込期間 7月23日(月)～10月  
19日(金)  
申し込み 郵便振替 所定  
の申込用紙(郵便振替用紙コ  
ピー不可)に必要事項を記入  
し、参加料を最寄りのゆうちょ  
銀行または郵便局より送金し  
てください(窓口手数料130  
円・ATM手数料80円)▽イ  
ンターネット[RUNTESJ]  
「スポーツエントリー」・「ス  
ポーツナビDo」のいずれかの  
ホームページから申し込んで  
ください。参加料の支払いは  
コンビニエンスストアかクレ  
ジットカードから選べます(別  
途エントリー手数料がかかります)  
問い合わせ 藤岡市上州藤岡  
蚕マラソン実行委員会(スポー  
ツ課内 ☎8213)

コース	種 目	参加料
ハーフ	一般男子(39歳以下・40～49歳・50～59歳・60歳以上)	一般 3,500円
	一般女子(49歳以下・50～59歳・60歳以上)	
10km	高校生男子	高校生 2,000円
	一般男子(18～39歳・40～59歳・60歳以上) 一般女子(39歳以下・40～59歳・60歳以上)	
5km	一般男子(39歳以下・40～59歳・60歳以上) 一般女子(39歳以下・40～59歳・60歳以上)	1,000円
	中学生男子	
3.6km	中学生女子	1,000円
2km	小学生男子・女子(3～6年生)	
1km	小学生男子・女子(1・2年生)	
2km	親子・ファミリー(小学生以下とのペア)	3,500円
	カップル(高校生を除く18歳以上の男女ペア)	
	のんびりジョギング(記録計測なし)	2,000円
5km	ウォーキング(記録計測なし)	2,000円

**協賛金を募集しています**  
蚕マラソンはメインのハーフコースを始め、気軽に参加できる種目も導入するなど全国から参加者が集まる、本市最大のスポーツイベントです。  
ゼッケンなどへの協賛を募集していますので、ご協力をお願いします。

■協賛金

ゼッケン(企業名など刷り込み)	50,000円
プログラム(A4サイズ)	10,000円
プログラム(A5サイズ)	5,000円

申し込み・問い合わせ 藤岡市上州藤岡蚕マラソン実行委員会

※本大会はスポーツ振興くじ助成金を受けています

## 電気通信サービスの契約に注意

**A** 電気通信事業法改正に伴い導入された初期契約解除制度により、書面受領日から8日以内であれば、事業者の同意なく契約が解除できます。契約書面記載の連絡先に、契約解除の意思を書面で申し出てください。対象は光回線サービスや携帯電話サービスですが、一緒に購入した機器やサービスの契約は、原則対象外なので注意してください。契約解除までに提供されたサービス利用料や工事費などを請求される場合もあります。光回線などの電話勧誘や訪問販売があってもすぐに了承せず、契約内容・利用料金・解約条件などを確認し、必要なければきっぱり断ることが重要です。

消費生活の相談は市消費生活センター

☎ 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** 大手電話会社を名乗り「簡単な手続きで光回線の利用料が安くなります」と電話があった。現在契約している業者と思い、言われるまま手続きをしたところ、知らない業者から契約書面が届いた。解約したい。



## 子育てstyle

### 夏の感染症に気を付けよう

**Q** 2歳の子どもの熱を出してヘルパンギーナと診断されました。夏に注意しなければならない感染症について教えてください。

**A** 夏になると暑さのために体力を消耗し、抵抗力が落ちてきます。抵抗力が落ちると細菌やウイルスに感染しやすくなってしまいます。

発熱に伴い口内炎や発疹のできる「ヘルパンギーナ」「手足口病」、高熱と結膜炎を伴う「プール熱(咽頭結膜熱)」、あせもをかきむしって悪化し、皮膚が化膿してしまう「とびひ」と夏にもさまざまな感染症があります。どの感染症も手洗いとうがい基本的な予防になります。

症状が現れた場合は、速やかに医療機関で受診し適切な治療を受けましょう。学校や保育園などは、体調が回復し医師の許可が下りるまで休み、感染を拡大させないようにすることが大切です。また、バランスの取れた食事と十分な睡眠を取り、普段から感染症に対する抵抗力をつけておくことを心掛けましょう。

### 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



## 8月子どもカレンダー

問い合わせ：子ども課(☎2268) 会場：市保健センター

項目	期日・受付時間	対象年齢・内容
両親学級 ※要予約	4日(土) 午前9時20分～9時30分	沐浴・妊婦体験など (先着12組)
股関節検診	9日(木) 午後1時～1時45分	平成30年5月生まれ
4カ月児健康診査	28日(火) 午後1時～2時	平成30年4月生まれ
BCG・ブックスター ※要予約	21日(火) 午後1時～1時20分	平成30年2月生まれ
前期離乳食教室	3日(金) 午前10時～10時10分	平成30年2月生まれ
後期離乳食教室 ※要予約	6日(月) 午前10時～10時10分	平成29年11月生まれ
1歳児健康診査	22日(水) 午後1時～1時30分	平成29年8月生まれ ※フッ素塗布券配布
1歳6カ月児健康診査	30日(木) 午後1時～1時30分	平成29年1月生まれ
わくわく相談 (2歳児相談)	24日(金) 午前9時30分～9時40分	平成28年4月生まれ
3歳児健康診査	23日(木) 午後1時～1時30分	平成27年4月生まれ
5歳児健康診査	7日(火)・8日(水) 午前8時50分～9時	平成25年8月生まれ ※集団遊びがあります



## 認知症カフェについて

介護高齢課 ☎ 2287

「認知症カフェ」という言葉を耳にしたことはありませんか。日本では平成24年ごろから認知症カフェが始まりました。高齢化が進む中、認知症の人にも住み慣れた地域で環境を変えずに、安心して生活できることが大切です。認知症の人の家族への支援を推進するとともに、地域の皆さんの理解や支えが必要です。

### 認知症カフェとは？

認知症の人とその家族が安心して過ごせる場所や家族が相談できる場所、地域の人など気軽に立ち寄れる場所が認知症カフェです。

認知症になってしまったため、外出が減ってしまった人も安心して行ける場所として利用できます。またカフェを利用することで地域の人たち

とのつながりを持つきっかけになります。認知症カフェでは、悩みを共有し合いながら交流や情報交換ができます。

### 認知症カフェのメリットは？

○地域の関わりや友人ができる  
認知症の人は家族以外の人との社会的なつながりを得て、生き生きと楽しい時間を過ごすことができます。何度も通うことで友人関係に発展するかもしれません。

○家族の不安の軽減や息抜き  
認知症の人を介護する家族は、誰にも言えないつらい悩みを持つ家族同士で悩みを打ち明け情報交換をすることで不安が軽減でき、お茶を飲んだりレクリエーションをするこ

認知症カフェには、医療・介護の専門職がいます。専門職に気軽に相談することで、行政サービスや早期支援につなげることができます。

### ふじおかほっとカフェ

藤岡市でも1月から認知症カフェ「ふじおかほっとカフェ」を始めました。今後も、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう支援していきます。

期日 毎月第4金曜日  
時間 午後1時30分～3時  
会場 自立センター藤岡(老人福祉センター敷地内)  
対象 認知症の人・認知症の人の家族・地域の人など  
参加料 無料  
申し込み・問い合わせ 地域包括支援センター(介護高齢課内 ☎ 2287)

### 熱中症に気を付けましょう 7月に入り気温も湿度も高い日が続きます

- ▷小まめに水分を取りましょう▷外出時は日傘や帽子を活用しましょう▷室内でも温度管理に気を付けましょう▷通気性の良い衣類を着用しましょう▷長時間の屋外作業や慣れない運動は避けましょう

## 8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
5日(日)	くすの木病院 旭町・☎243111	秋山医院 小林・☎228315	里村歯科クリニック 高崎市吉井町・☎027-387-8114
11日(祝)	鬼石病院 鬼石・☎523121	藤岡こどもクリニック 小林・☎240024	中島整形外科クリニック 芦田町・☎241777
12日(日)	よしだ内科クリニック 白石・☎508958	栗原胃腸科外科医院 神田・☎402299	おおすかこどもクリニック 芦田町・☎258676
19日(日)	篠塚病院 篠塚・☎29261	根岸産婦人科小児科医院 中栗須・☎241111	原内科クリニック 下戸塚・☎402255
26日(日)	光病院 本郷・☎241234	木村内科医院 仲町・☎220333	光病院 本郷・☎241234
			中村歯科クリニック 中大塚・☎220055

# 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。

## 8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	3日(金) 9日(木) 17日(金)	午後 1時～4時	市役所市民相談室	3日は7月24日(火)、 9日は7月30日(月)、 17日は8月7日(火)から	
行政相談	8日(水) 15日(水) 16日(木)	午後 2時～4時	市役所市民相談室 16日は鬼石公民館	当日会場へ	自治交流課 (☎④2211)
人権相談	10日(金) 24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	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	4日(土) 9日(木) 16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 (☎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 (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 (☎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)

## 人口 ( )内は前月比 平成30年7月1日現在



男……………32,362人(±0)  
女……………33,580人(+17)  
計……………65,942人(+17)  
世帯数………27,351世帯(+28)

## 火災・救急 ( )内は前年比 平成30年6月30日現在



数字は平成30年1月からの累計(概算)です。  
火災 21件 (+4)      救急 1,547件 (+90)  
小まめな水分補給で、熱中症予防!

## 交通事故 ( )内は前年比 平成30年6月30日現在



数字は平成30年1月からの累計(概算)です。  
人身 147件 (+28)      物損 546件 (-65)  
事故 (-65)  
ルールを守って 思いやり運転

## 納税

期日：7月31日



固定資産税…2期  
国民健康保険税…1期  
介護保険料…1期  
後期高齢者医療保険料…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(☎④2208)

新緑の朝風浴びて周る丘

草を刈るいまだ漂ふ野の息吹

刺あれど心と和ますバラの花

木漏れ日の揺らす大地の若葉風

かたつむりたくさんいるよなかまだね

桑の実や幼ごころの甦る

土田 佳子

青木 洋

伊藤とり子

高橋 純雄

須藤 勇氣  
(小学生)

齋藤 武雄  
(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