



飛行の仕組みを学ぶ

9月15日、子どもたちに空への憧れや科学的に考える力を養ってもらうことを目的として「航空スポーツ教室」が市民ホールで行われました。当日は雨天により屋外での熱気球体験乗りは中止となってしまいましたが、参加した子どもたちは、飛行機や熱気球の飛行の仕組みを実験をしながら学んだ後、ホール内で膨らませた熱気球の球皮(風船)の中に入って写真を撮影したり、風船の下に取り付けるバスケットに乗ったり、パラグライダーの立ち上げ体験や模型飛行機を制作して飛ばしたりして楽しみました。



イベント



ららん藤岡秋まつり



日時 10月27日(土)・28日(日)午前10時〜午後4時
会場 ららん藤岡

内容 ▽藤岡産キノコを使ったキノコ汁の無料配布(なくなり次第終了)▽ららん藤岡の商品などが当たる大抽選会(28日午後3時まで抽選補助券配布)▽ららん藤岡各店舗期間限定サービス▽イルミネーション点灯式(27日午後5時〜)
▽観覧車の上からイルミネーション(27日〜12月24日の土・日曜日、祝日、午後5時〜7時)
問い合わせ ららん藤岡(☎248220)

月を撮ろう！
観望会&撮影会

スマートフォンを望遠鏡に付けて月の撮影に挑戦します。

日時 11月16日(金)午後6時30分〜8時
会場 みかぼみらい館駐車場
参加料 無料

その他 ▽小学生以下は保護者同伴▽天候不良で月が見えない場合は中止
申し込み 当日会場へ
問い合わせ みかぼみらい館(☎225511)

市民菊花大会

丹精込めて育てられた400点以上の色鮮やかな菊が展示されます。

日時 11月1日(木)〜15日(木)午前10時〜午後6時
会場 ららん藤岡花の交流館
問い合わせ 商工観光課(☎402317)

戦没者追悼式

終戦から73年という長い年月が過ぎました。戦争の悲惨さを後世に伝えるとともに、犠牲になった戦没者のご冥福をお祈りするため、追悼式を行います。

日時 11月10日(土)午前9時受け付け開始、午前10時開式
会場 市民ホール

問い合わせ 福祉課(☎402297)

桜山公園ライトアップ



桜山公園の日本庭園周辺の冬桜や紅葉、ケヤキなどをライトアップします。薄紅色の冬桜と真っ赤な紅葉などが夜空に浮かび、幻想的な雰囲気を楽しめます。

期間 10月26日(金)〜11月25日(日)の金・土・日曜日
時間 午後4時〜9時(入園は8時30分まで)

協力金 ▽普通車 500円
▽大型バス 2000円
▽バス 1000円
▽自動二輪車 1000円

※ライトアップ期間中の午後4時からは、駐車料金は無料となりますが、電気代や器具の補修費として市鬼石商工会へ協力金をお願いします。なお10月1日号の無料駐車券は協力金としても利用できます

問い合わせ 市鬼石商工会(☎22062)

図書館情報

☎21669



図書館講演会

日時 11月17日(土)午後1時30分〜3時
会場 2階視聴覚室

演題 絵本作家20周年を迎えて、今思うこと…
講師 なかやみわさん(絵本作家)

定員 80人(先着順)
申し込み 当日会場へ

おたまじゃくし
おはなしの会

日時 11月3日・10日・17日・24日の土曜日、午後3時〜3時40分
会場 おはなしのへや

あかちゃんじっしょい
おはなしの会

親子で一緒に絵本の読み聞かせや手遊びを楽しみます。
日時 10月24日(水)・11月8日(木)午前10時30分〜11時

募集



市有施設見学会



日時 11月22日(木)午前9時市役所市民相談室集合、午後3時15分散会予定
コース 市役所内見学(市長室)→市議会議場→譲原防災センター→体験学習館MAG(木工体験)→鬼石総合支所(昼食休憩)→桜山公園→市役所(解散)

対象 市内在住・在勤・在学の人
定員 20人(抽選、最少催行人数10人)
参加料 300円(木工体験代)

※昼食は鬼石総合支所で各自。500円でお弁当も予約できます

申し込み・問い合わせ 11月2日(金)までに電話で秘書課(☎402208)へ

11月の移動図書館

神流地区	6日(火)
小野地区	21日(水)
美土里地区	20日(火)
美九里地区	14日(水)
平井地区	13日(火)
日野地区	15日(木)
鬼石地区	7日(水)

※午前9時〜正午は「赤ちゃんタイム」です(毎週水曜日)

講座・教室



食から始める
フレイル予防教室

日時 11月15日(木)午前9時30分〜午後1時
会場 市保健センター
内容 ▽講話Ⅱ低栄養予防について▽調理実習Ⅱナメタケとツナの炊き込みごはん・サラダチキンのピカタ・ホウレンソウのごまあえ・かちゅー湯▽自宅のみそ汁塩分チェック(希望者のみ)
講師 市管理栄養士・食生活改善推進員
対象 市内在住の人
定員 20人(先着順)
参加料 500円
持ってくる物 エプロン・三

クレマチスを育てよう

クレマチスの育て方と日常の管理方法を紹介します。

日時 11月10日(土)午前10時30分〜正午
会場 藤岡公民館

講師 金子明人さん(園芸研究家)
対象 市内在住・在勤・在学の人

定員 80人(先着順)
参加料 500円(材料費)

申し込み・問い合わせ 10月22日(月)〜31日(水)に電話で藤岡公民館(☎220534)へ

女性のための
再就職セミナー

日時 11月20日(火)午前11時〜午後0時30分
会場 総合学習センター
内容 これから働きたい女性

SNS活用セミナー

SNSを活用した商品のPR方法やメリット・リスクなどについて学びます。

日時 12月19日(水)午後2時〜4時
会場 市役所東庁舎

対象 市内在住・在勤で、ビジネスや商売にSNSの活用を考えている人

定員 20人(先着順)
参加料 無料

申し込み・問い合わせ 10月22日(月)〜12月11日(火)に商工観光課(☎402318)へ

学校給食センターの見学と試食会

日時 11月20日(火)～22日(木)午前9時30分～11時30分
会場 学校給食センター
内容 学校給食センター概要説明・調理場見学・栄養講話
対象 市内在住の人
定員 各日40人(先着順)
参加料 224円(試食代)
その他 参加料は釣り銭のないようお願いいたします。また、申し込み後は返還できませんのでご了承ください
申し込み・問い合わせ 10月22日(月)～11月9日(金)に参加料を持って、学校給食センター(☎238998)へ

スポーツ
 問 ☎8213

親子コーディネーショントレーニング教室

日時 11月11日(平成31年1月27日)12月23日・30日を除く(の日曜日(全10回)午後2時～3時
会場 みずとびあ藤岡

合同筋力トレーニング

日時・内容 11月2日(金)▽午後1時30分～2時20分Ⅱ健康寿命を延ばすコツⅢ自分の体力を知ろうⅣ午後2時30分～3時30分Ⅱ高齢者の暮らしを拓ける10の筋力トレーニング
会場 市民ホール
講師 浅川康吉さん(首都大学東京健康福祉学部教授)
参加料 無料
その他 動きやすい服装で参加してください
申し込み 当日会場へ
問い合わせ 介護高齢課(☎2809)

その他

計量強調月間

11月は計量強調月間です。県計量検定所では、体重計や料理用ばかりなどの精度確認や、計量についての相談を受け付けています。
相談日時 月～金曜日(祝日・年末年始を除く)、午前9時～午後4時
相談・問い合わせ 県計量検

健康福祉

胸部レントゲン検診

日時・会場 左表のとおり
対象 昭和54年4月1日以前に生まれた人で、会社や病院

期日	時間	会場
11月5日(月)	午前9時～11時30分	総合学習センター
	午後1時30分～3時30分	総合学習センター 藤岡歴史館
11月7日(水)	午前9時～11時30分	市民ホール
	午後1時30分～3時30分	美九里公民館 藤岡ボウル
11月13日(火)	午前9時～11時30分	小野公民館 みずとびあ藤岡
	午後1時30分～3時30分	神流公民館 美土里公民館
11月17日(土)	午前8時30分～10時30分	市保健センター

新しい教育委員に田村洋子さん



小柏 繭子さん(下野)の任期満了に伴い、田村洋子さん(新任・白石)が市議会の同意を得て、10月1日付けで藤岡市教育委員会委員に任命されました。

および、6・7月に市で実施した胸部レントゲン検診を受けていない人
検診料 ▽胸部レントゲン検診Ⅱ500円(65歳以上、住民税非課税世帯、生活保護世帯の人は無料)
持ってくる物 個人通知(ハガキ)・検診料
問い合わせ 健康づくり課(☎2808)

市民公開講座

日時 11月10日(土)午後2時
会場 藤岡多野医師会館
演題 胸部健診の狙い2018・結核、がん、そしてCOPD
講師 飯塚邦彦さん(公立富岡総合病院内科・副院長)
申し込み 当日会場へ
問い合わせ 藤岡多野医師会事務局(☎20251)

運転免許証自主返納者サポート制度

運転免許証自主返納者が運転経歴証明書を協力店に掲示することで、さまざまな特典を受けられる制度です。
 10月25日(木)からは市内在住の運転経歴証明書を掲示した人に対し、市内の協賛店でもお得なサービスが受けられるようになっています。
特典内容 制度協力店ごとに異なります(詳細は市ホームページで確認してください)
問い合わせ 地域安全課(☎2245)

中小企業季節資金

11月1日より年末資金の取り扱いが開始になります。
融資対象 市内に事業所を有する中小企業者
融資限度額 1企業500万円以内
資金使途 運転資金
融資期間 6カ月以内
返済方法 一括返済または月賦返済
融資利率 年1.5%
保証人・担保 金融機関の規定のとおり
申し込み 取扱金融機関(群馬銀行・東和銀行・しのめ信用金庫・ぐんまみらい信用組合の市内各支店)
問い合わせ 取扱金融機関・商工観光課(☎2318)

バス停留所の新設



藤岡中央高校南側にバス停留所「藤岡総合病院東」を新たに設置しました。
対象路線 藤岡～上平線・市内循環線・三ツ木～高山線

群馬県最低賃金改正 時間額809円

群馬県最低賃金(地域別最低賃金)が改正され、10月6日から発効されます。群馬県最低賃金は、県内の事業所で働くすべての労働者とその使

粗大ごみ有料回収

収集日 11月5日・12日・19日・26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 10月22日(月)から電話で清掃センター(☎28305)へ

総合学習センター休館

関孝和先生顕彰全日本珠算競技大会の開催に伴い、総合学習センターを休館します。
期間 11月1日(木)～5日(月)
その他 市社会福祉協議会は業務を行っています
問い合わせ 生涯学習課(☎26888)

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

詐欺的なサクラサイト商法に注意！

A サイト業者に雇われた「サクラ」が、異性やタレントなどに成り済まして、消費者の気持ちを利用してサイトに誘導し、さまざまな名目でポイントを購入させる手口です。消費者側で「サクラ」の存在を証明することは困難なため、支払った金額を取り戻すことは難しいと思われます。同情心や興味本位でサイトにアクセスしてしまうことがトラブルのきっかけとなります。メール交換している相手が実在するかどうか、メールの内容が本当かどうかという確認はできません。インターネット上で知り合ったメール交換の相手を安易に信用することはやめましょう。

消費生活の相談は市消費生活センター

☎fax 兼用 ②1133 (来庁相談要予約)
相談時間 平日午前9時～午後4時

教えて！消費者生活

Q スマートフォンに突然「自分はアイドルです。誰にも言えない悩みの相談に乗ってほしい」というメールが届いた。メールのやりとりの中で、出会い系サイトに誘導され登録した。連絡先交換などのさまざまな名目でポイントを購入し、3日間で20万円にもなってしまった。だまされているのでしょうか。

アイドルをしています。
悩みを相談できる人は、あなたしかいないの…
誰にも言わないでね…

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9時～翌朝午前8時



11月子どもカレンダー

問い合わせ：子ども課(☎④2268) 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	9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	15日(木) 午後1時～1時45分	平成30年8月生まれ
4カ月児健康診査	27日(火) 午後1時～2時	平成30年7月生まれ
BCG・ブックスター ※要予約	13日(火) 午後1時～1時20分	平成30年5月生まれ
前期離乳食教室	5日(月) 午前10時～10時10分	平成30年5月生まれ
後期離乳食教室 ※要予約	9日(金) 午前10時～10時10分	平成30年2月生まれ
1歳児健康診査	21日(水) 午後1時～1時30分	平成29年11月生まれ ※フッ素塗布券配布
1歳6カ月児健康診査	29日(木) 午後1時～1時30分	平成29年4月生まれ
わくわく相談 (2歳児相談)	16日(金) 午前9時30分～9時40分	平成28年7月生まれ
3歳児健康診査	22日(木) 午後1時～1時30分	平成27年7月生まれ
5歳児健康診査	6日(火)・7日(水) 午前8時50分～9時	平成25年11月生まれ ※集団遊びがあります

子育てstyle

褒めることの大切さ

Q 2歳の子どもがいます。いたずらが激しくなってきたり怒鳴ってしまうことが増え、叱り方に悩んでいます。

A 2歳になると自我もはっきりしてくる時期です。子どもはいたずらを通して体験的知識が豊かになっていきますが、危険なことや汚いことはきちんとやめさせる必要があります。しかし子どもは大きな声で怒鳴られると不安や恐怖でいっぱいになり、大人が伝えたい意図が伝わりません。結果として、いたずらは繰り返され、また怒鳴るという悪循環になります。子どもへ伝えるように「静かな声で、ゆっくり、短文で」叱りましょう。

また親は子どもが失敗せずにやり遂げたときなどは「当たり前」のこととしてなかなか褒めません。子どもは褒められることでやる気が生まれます。失敗したときも頑張った過程などを褒めてもらえたら、もう一度挑戦する気持ちになります。褒めることは認めることであり、それが自信になります。朝一人で起きられたなど日常生活の中でできたことを褒めてやりましょう。



乳がん検診とセルフチェック

健康づくり課 ☎④2808

乳がんは、日本人女性が最も多くかかるがんで、約11人に1人がかかると言われ、特に40～50歳代で多く見られます。乳がんは乳房に固いしこりができる病気です。しこりがなくても乳頭から出血があり見つかることもあります。

定期的に検診を

乳がんは早期に発見され、適切な治療を受けた場合、多くが治癒すると言われています。早期発見・早期治療のためには、定期的に検診を受けることが大切です。

本市では、平成31年2月28日まで、40歳以上の偶数年齢の人と国の示す無料クーポン対象者(本年度は41歳の人)を対象に乳がん・甲状腺がん検診を行っています。本年度まだ検診を受けていない人は

ぜひこの機会に受診しましょう。

セルフチェックが大切

乳がんは自分で発見できる可能性のあると言われているので、月に1回のセルフチェックが大切です。

セルフチェックの時期は、乳房の張りが少ない月経終了後1週間程度が最適です。閉経後の人は、毎月、日にちを決めて行いましょう。

セルフチェックの方法

①鏡の前で、両腕を下げた状態で左右の乳房・乳頭の形を観察します。その後両腕を上げた状態で変形やくぼみ、引きつれ、ただれなどがなければ調べます。
②調べる乳房側の腕を上げて、

反対側の手の指(中3本の指)で「の」の字を書くように乳房を隙間なく触れます。また乳頭を軽くつまみ、異常な分泌物がないか調べます。
③あおむけに寝て、調べる乳房側の肩の下に枕やクッションを敷きます。腕を上げて乳房の内側半分を、腕を下げて乳房の外側半分を指の腹で軽く圧迫しながら調べます。脇の下に手を入れ、しこりがないか調べます。

異常を感じたら…

セルフチェックをして「しこりや痛みを感じる」「引きつれや凹凸がある」「乳頭から血の混じった分泌物が出る」「乳頭部や乳輪部に湿疹やただれができる」などの症状があれば、医療機関で受診しましょう。

11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
3日(祝)	深沢内科医院 上戸塚・☎②6555	小山医院 中・☎②1200	飯田整形外科医院 篠塚・☎②5770	藤岡総合病院 中栗須・☎②3311
4日(日)	篠塚病院 篠塚・☎③9261	飯塚クリニック 下戸塚・☎④7700	やまうち内科 2丁目・☎④5792	守谷歯科医院 高崎市新町・☎④2007
11日(日)	光病院 本郷・☎④1234		木村内科医院 仲町・☎②0333	光病院 本郷・☎④1234
18日(日)	鬼石病院 鬼石・☎⑤3121	すぎやまメディカルクリニック 下大塚・☎②1666	星野医院 仲町・☎②0116	飯島歯科医院 仲町・☎③1177
23日(祝)	くすの木病院 旭町・☎④3111		藤岡外科内科クリニック 中栗須・☎②1356	上野村歯科診療所 上野村・☎⑤2034
25日(日)	田原内科クリニック 相生町・☎③2552	よしだ内科クリニック 白石・☎⑤8958	薬師寺整形外科クリニック 下栗須・☎②1555	藤岡総合病院 中栗須・☎②3311
				坂井歯科医院 2丁目・☎②0680

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す、秘密は厳守します。

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	2日(金) 16日(金) 22日(木)	午後 1時～4時	市役所市民相談室 22日は鬼石公民館	2日は10月23日(火)、 16日・22日は11月 6日(火)から	自治交流課 (☎④2211)
行政相談	14日(水) 15日(木) 21日(水)	午後 2時～4時	市役所市民相談室 15日は鬼石公民館	当日会場へ	
人権相談	9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 ※7日を除く	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	10日(土) 15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・水・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10月1日現在



男……………32,335人 (-4)
女……………33,537人 (-35)
計……………65,872人 (-39)
世帯数………27,416世帯 (-13)

火災・救急 ()内は前年比
平成30年9月30日現在



数字は平成30年1月からの累計(概数)です。

火災 23件 (-1) 救急 2,380件 (+216)

住宅用火災警報器は、
あなたの命を守ります！

交通事故 ()内は前年比
平成30年9月30日現在



数字は平成30年1月からの累計(概数)です。

人身 216件 (+21) 物損 791件 (-65)
事故 事故

高齢者講習は、早期に受講予約を！

納税

期日：10月31日



市県民税…3期
国民健康保険税…4期
介護保険料…4期
後期高齢者医療保険料…4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)

かぶとむしかっこいいのげんきだよ
花すすき風に押されて戻されし
癒される森林セラピー秋日和
大編隊風の広場に赤蜻蛉
竹春や真青の空を深めをり
鍋囲み縁結んで観世繕り

大林 由佳 (小学生)
青木 洋
横堀 義久
杉浦 達成
佐藤 文一
大久保 純

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)市役所秘書課広報広聴係「文芸の里」応募係まで