



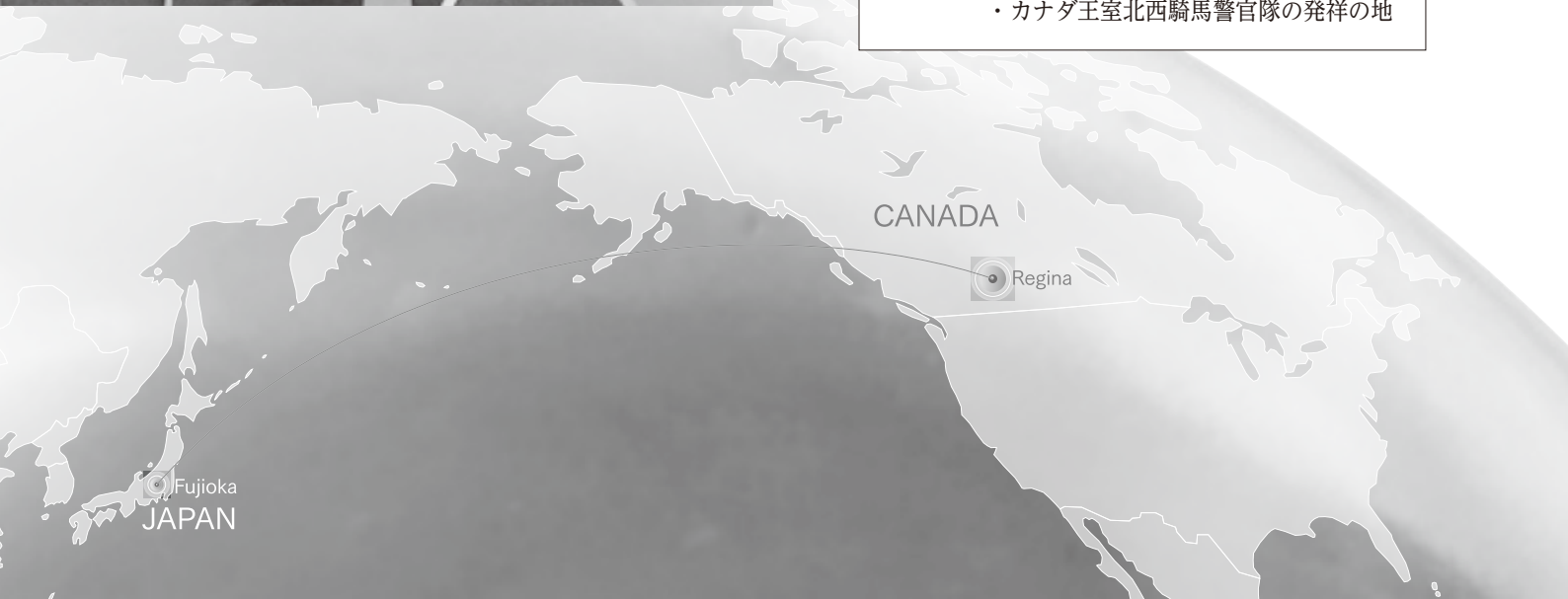
握手を交わすマイケル・フジエア リジャイナ市長と新井藤岡市長

## カナダ リジャイナ市と フレンドシップ協定を締結

8月3日、藤岡市とカナダリジャイナ市は文化・教育面の市民交流を目的としたフレンドシップ協定を締結しました。平成3年から中学生相互交流事業として、ホームステイ団の受け入れと派遣を各年で行ってきました。今後も交流を通じて、お互いの文化を理解し合い、国際的視野を持つ人材の育成を行っていきます。

### リジャイナ市とは

- 位置 カナダ西部の広大な平原地帯の中央
- 人口 約23万人
- その他
  - ・カナダサスカチュワン州の州都
  - ・小麦生産地域の重要な集散地
  - ・カナダ王室北西騎馬警官隊の発祥の地



イベント



マタニティプラネタリウム

アロマの芳香の中で星を眺め、朗読や音楽でリラクゼーション。  
**日時** 10月24日(木)午前10時30分～11時30分  
**会場** みかぼみらい館  
**対象** 妊娠中の人や育児中の母親およびその家族  
 ※子どもは入場できません  
**定員** 60人(先着順、要事前申し込み)  
**参加料** 無料  
**託児** 満1歳以上(事前に電話か会館窓口で申し込んでください)  
**申し込み・問い合わせ** 8月21日(水)からみかぼみらい館 ☎(25511)へ

**日時** 9月7日(土)午後1時30分～3時30分  
**会場** 市民ホール  
**講師** 武井礼子さん(音楽講師)  
**定員** 500人(先着順)  
**参加料** 無料  
**申し込み** 当日会場へ  
**問い合わせ** 美土里公民館 ☎(21249)

梨の共進会・無料配布



**梨共進会**  
**期日** 9月6日(金)  
**内容・時間** ▽出品梨の展示 ▽午前11時30分～正午 ▽出品梨の即売 ▽正午～売切れ次第終了  
**会場** ▽出品梨の展示 ▽市役所第1会議室 ▽出品梨の即売 ▽正面玄関前  
**梨の無料配布**  
**日時** 9月7日(土)午前10時～無くなり次第終了

**会場** ちらん藤岡ふれあい広場  
**内容** 先着300人に梨を無料配布(1人1個)  
**問い合わせ** 農林課 ☎(402304)

季節の草木染体験

**日時** 9月10日(火)・29日(日) ▽午前10時30分～ ▽午後1時30分～  
**会場** 土と火の里公園  
**内容・体験料** ▽エコバッグ型染め ▽1500円 ▽ストール ▽2700円  
**定員** 各回10人(先着順)  
**申し込み・問い合わせ** 電話で土と火の里公園 ☎(280385)へ

図書館情報

問 ☎21669



あかちゃんといっしょのおはなし会

親子で一緒に絵本の読み聞かせや手遊びを楽しみます。終了後には保健師による育児相談会も開催します。気軽に相談してください。  
**日時** 8月28日(水)午前10時30分

分～11時  
 ※午前9時～正午は「赤ちゃんタイム」です(毎週水曜日)  
**おたまじゃくしおはなしの会**  
**日時** 9月7日・14日・21日の土曜日、午後3時～3時40分  
**会場** おはなしのへや

9月の移動図書館	
神流地区	3日(火)
小野地区	18日(水)
美土里地区	17日(火)
美九里地区	11日(水)
平井地区	10日(火)
日野地区	12日(木)
鬼石地区	4日(水)

講座・教室



人権啓発指導者養成講座

全ての人々の人権を尊重し、思いやりと優しさに満ちた市民生活の実現を目指して、全5回にわたり実施します。  
**第1回**  
**日時** 9月24日(火)午後2時～  
**会場** 市教育庁舎  
**内容** 性的少数者の人権とLGBTの基礎知識  
**第2回**

うたごえ広場



懐かしい歌謡曲を生演奏と一緒に歌いましょう。

**日時** 10月17日(木)午後2時～  
**会場** 市教育庁舎  
**内容** 障がい者の人権、障がい児・者との共存・共栄とは？

**第3回**  
**日時** 11月11日(月)午後2時～  
**会場** 市教育庁舎  
**内容** 部落問題について

**第4回**  
**日時** 12月12日(木)午後2時40分～  
**会場** みかぼみらい館  
**内容** 人権講演会

**第5回**  
**日時** 令和2年1月20日(月)午後2時～  
**会場** 市教育庁舎  
**内容** 人権意識を高めるために

共通事項

**定員** 20人  
**申し込み・問い合わせ** 9月6日(金)までに電話で生涯学習課 ☎(26888)へ

ホームページ作成講習

集客や販路開拓につながるため、ビジネスや商売にホームページを活用する方法を学びましょう。  
**日時** 9月18日・25日の水曜日(全2回)午後1時30分～

4時30分  
**会場** (株)五和ピーアツスクール  
**内容** 無料で出来るホームページ作成・スマートフォンの活用  
**対象** 市内在住・在勤で、ビジネスや商売にホームページの活用を考え、パソコンの基本操作(マウス操作・キーボード操作・ファイル保存など)ができる人  
**定員** 20人(先着順)  
**参加料** 1922円(テキスト代)  
**申し込み** 8月22日(木)～9月12日(木)に電話で(株)五和ピーアツスクールへ  
**問い合わせ** (株)五和ピーアツスクール ☎(24811)・商工観光課 ☎(402319)

台湾料理教室



**日時** 9月15日(日)午前10時～午後1時  
**会場** 藤岡公民館

**内容** ▽魯肉飯(煮込み豚肉かけご飯) ▽滷白菜(白菜の煮込み) ▽醃黄瓜(ピリ辛きゅうり)  
**講師** 入莉莎さん(市国際交流協会特別講師)  
**定員** 20人(先着順)  
**参加料** 1000円  
**持ってくる物** エプロン・三角巾・布巾

男性料理教室(初級編)

**日時** 9月17日(火)午前9時30分～午後1時  
**会場** 市保健センター  
**内容** ▽調理実習 ▽豚肉のシヨウガ焼き・肉じゃが・きゅうりの酢の物・みそ汁・季節の果物 ▽自宅のみそ汁塩分チェック(希望者のみ)  
**対象** 市内在住・在勤の人  
**定員** 20人(先着順)  
**参加料** 500円  
 ※料理本初級・中級編を3600円で販売します(希望者のみ)  
**持ってくる物** エプロン・三

後期初級英会話教室



角巾・手拭きタオル・マスク・自宅のみそ汁1000cc(塩分チェック希望者のみ)  
**申し込み・問い合わせ** 8月22日(木)～9月5日(木)に健康づくり課 ☎(402808)へ

**日時** 9月17日～11月26日(10月22日を除く)の火曜日(全10回)午後7時～8時30分  
**会場** 総合学習センター北棟  
**講師** ヒカル・タンジさん(市ALT)  
**対象** 中学生以上  
**定員** 15人(先着順、最少実施人数10人)  
**参加料** 5000円(教材費込み)  
**持ってくる物** 筆記用具  
**申し込み・問い合わせ** 8月22日(木)～9月4日(水)に藤岡地方ユネスコ協会事務局(生涯学習課内) ☎(26888)へ

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

### スペイン語入門講座

**日時** 9月19日～11月28日(10月31日を除く)の木曜日(全10回)午後7時～8時30分  
**会場** 総合学習センター北棟  
**講師** ヒカル・タンジさん(市ALT)  
**対象** 中学生以上  
**定員** 15人(先着順、最少実施人数10人)  
**参加料** 5,000円(教材費込み)  
**持ってくる物** 筆記用具  
**申し込み・問い合わせ** 8月22日(木)～9月4日(水)に藤岡地方ユネスコ協会事務局(生涯学習課内 ☎26888)へ

### 応急手当講習会

**日時** 9月19日(木)午前10時～正午  
**会場** 藤岡公民館  
**内容** 心肺蘇生・AEDの使用  
**方**



## ヘルプマーク・ヘルプカードの交付が始まります



ヘルプマーク・ヘルプカードは、障がいのある人や妊娠初期の人などが援助・配慮を必要としていることを周囲の人に知らせることで援助・配慮を受けやすくするためのものです。

ヘルプマークを持っている人に会ったら、援助・配慮にご協力ください。

助け合いのしるし  
ヘルプマーク

**ヘルプマーク**  
 バッグなどに取り付け、援助・配慮を必要としていることを周囲の人に知らせます

**ヘルプカード**  
 医療情報や必要とする配慮の内容などを記載して携帯できます

**ヘルプマークを見かけたら**  
 ▷電車やバスの席をお譲りください  
 ▷災害時は安全に避難するための支援をお願いします

**申込用紙配布場所** 福祉課・介護高齢課・子ども課・市保健福祉事務所  
**申請開始日** 8月20日(火)  
**問い合わせ** 福祉課(☎40 2384)

### 公園等指定管理者

**対象施設** 庚申山総合公園・藤岡総合運動公園・烏川緑地および神流川緑地・毛野国白石丘陵公園および中央公園



**指定期間** 令和2年4月1日～5年3月31日(3年間)  
**対象** 申請者(グループで申請する場合はその構成団体)は市内に本社または支社を有する法人、その他団体  
**応募要項配布** 8月20日(火)～29日(木)(土・日曜日を除く)午前8時30分～午後5時15分に市民体育館へ  
 ※都市施設課ホームページからダウンロードできます  
**現地説明会** 9月10日(火)～12日(木)(詳細は後日通知)

※説明会に参加しないと応募できません

**申し込み** ▽受付予約 9月13日(金)午前9時～午後5時に電話または直接市民体育館へ  
 ▽提出 9月18日(水)・19日(木)午前8時30分～午後5時15分に郵送または直接市民体育館へ  
 ※直接提出する場合は予約が必要です。郵便の場合は書留郵便で提出日の午後5時までに必着  
**問い合わせ** 市民体育館(☎29850)

### アイタッチ交流会

独身男女の出会いの場を提供する交流会を開催します。  
**日時** 10月19日(土)午前11時受け付け開始、午前11時30分～午後3時30分  
**会場** レストランカフェアーネソナンサ(藤岡商工会議所内)  
**対象** 40歳未満の独身社会人  
**定員** 男女各20人(抽選)  
**参加料** ▽男性4,000円 ▽女性2,000円  
**申し込み・問い合わせ** 9月27日(金)までに参加申込書を藤岡商工会議所女性会事務局(☎

221230)へ

### 藤岡商工祭出展企業

商工祭に出展する企業を募集します。  
**日時** 11月3日(祝)午前10時～午後3時30分  
**会場** 中央公園  
**内容** 市内および周辺地域の商工業者による伝統工芸品や特産物を含めた自社商品の展示・販売

### スキルアップセミナー

新任「自動車管理者」のための運行前点検の講習を実施します。  
**日時** 11月7日(木)・8日(金)・14日(木)・15日(金)の4日間、午後5時～8時15分  
**会場** 高崎産業技術専門学校  
**内容** 作業方法と留意点、異常時の対策などを実習により

### 募集

**シルバー人材センター会員**  
**仕事内容** 一般家庭・企業・公共団体などから依頼された



**講師** 多野藤岡広域消防職員  
**対象** 市内在住・在勤・在学の人の人  
**定員** 15人(先着順)  
**参加料** 無料  
**申し込み・問い合わせ** 8月21日(水)～9月17日(火)に電話で藤岡公民館(☎20534)へ

習得

**対象** 会社や学校などで所有している車両を管理している人  
**定員** 5人(先着順)  
**参加料** 9,600円  
**持ってくる物** 筆記用具・作業服・テキスト  
**申し込み** 10月17日(木)までに高崎産業技術専門学校へ  
**問い合わせ** 高崎産業技術専門学校(☎027・320・2221)・商工観光課(☎402318)

### スポーツ

問 ☎8213



### 市民剣道大会



**日時** 9月8日(日)午前9時15分開会  
**会場** 市民体育館  
**種目** ▽初心者部(始めて1年未満の人、男女混合) ▽小学1・2年生 ▽小学3・

### 市民テニス大会

**日時** 10月6日(日)・13日(日)午前9時競技開始  
 ※予備日10月19日(土)  
**会場** 庚申山総合公園テニスコート  
**種目** ▽シングルス(男女別) ▽ダブルス(男女別) ▽クラブ対抗団体戦(3ダブルス) ▽競技方法 6ゲームマッチ(6オールタイムブレイク・セミアドバンテージ方式)  
**対象** 市内在住・在勤・在学・在クラブの人  
**参加料** ▽シングルス 1人1,500円 ▽ダブルス 1組1,500円 ▽団体戦 1グループ

### 健康福祉



#### 不妊治療費補助事業・不育症治療費補助事業

不妊治療による経済的負担を軽減するため、治療費の一部助成します。  
**助成額** 治療費の2分の1(1年度につき上限10万円)  
**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治療費を一部助成します。  
**助成額** 治療費の2分の1(1年度につき上限20万円)  
**共通事項**  
**助成回数** 1年度につき1回  
**申請期限** 令和2年3月31日  
 ※治療終了後おむね1ヵ月以内に申請してください  
**申し込み・問い合わせ** 子ども課(☎402268)

#### 不妊治療費補助事業

不妊治療による経済的負担を軽減するため、治療費の一部助成します。  
**助成額** 治療費の2分の1(1年度につき上限10万円)

#### 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治療費を一部助成します。  
**助成額** 治療費の2分の1(1年度につき上限20万円)

#### 共通事項

**助成回数** 1年度につき1回  
**申請期限** 令和2年3月31日  
 ※治療終了後おむね1ヵ月以内に申請してください  
**申し込み・問い合わせ** 子ども課(☎402268)

### 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れます。  
**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  
**申し込み・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)・子ども課(☎2268)へ

### 週末活動支援事業

障がいのある人を対象にフロッカー・ドッチビー・和太鼓を行います。支援員と共に運動不足の解消や気分転換をしませんか。  
**日時** 9月7日・10月5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** 18歳以上・高校3年生

## 藤岡市国際交流協会 市民友好訪問団参加者募集

### 友好都市・中国江陰市 に行ってみませんか？

藤岡市と江陰市は、桜と藤が取り持つ縁で友好都市となりました。訪問団は江陰市主催の歓迎レセプションへの参加や市内観光を予定しています。通訳も同行しますので、海外旅行が初めての人でも安心して参加できます。個人旅行では体験できない魅力ある中国を体感してみませんか。

主な行程	
1日目	市役所集合、成田へ成田から北京へ ・北京市内で夕食【北京泊】
2日目	北京郊外観光 ・万里の長城【北京泊】
3日目	北京市内観光 ・天安門広場 ・故宮博物館など【北京泊】
4日目	北京市内観光 北京から上海経由で江陰へ 江陰市内観光 ・江陰市表敬訪問 ・歓迎レセプション【江陰泊】
5日目	江陰市内観光 ・江陰大橋など 江陰から上海経由で成田へ 成田から市役所へ

**日時** 11月8日(金)～12日(火) 4泊5日  
**対象** 市内在住・在勤の人または市国際交流協会会員  
**定員** 30人(最少実施人数15人)  
**参加料** 108,800円(食事、空港諸税、移動交通費、燃油サーチャージ代などを含む)  
 ※燃油サーチャージ代は今後変更になる場合があります  
 ※1人部屋を希望の場合は追加料金がかかります  
**その他** ▽市職員・中国語通訳が同行します  
 ▽国際情勢の変化に伴い、訪問を中止することがあります  
**申し込み** 8月22日(木)～9月25日(水)に郵送・ファクスまたは持参で参加申込書を〒370-0828高崎市宮元町212東武トップツアーズ(株)高崎支店(FAX)027・325・3913)へ  
 ※参加申込書は市役所市民相談室・鬼石総合支所・各地区公民館・総合学習センター・東武トップツアーズ(株)高崎支店にある他、市ホームページからダウンロードできます  
**旅行内容の問い合わせ** 東武トップツアーズ(株)高崎支店(☎027・325・3201)  
**交流事業の問い合わせ** 市国際交流協会事務局(地域づくり課内☎402428)

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・動きやすい服装  
**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)・福祉課(☎2384)へ

### その他

### 水道メーターの検針にご協力ください



水道メーターの検針は2か月に1度基準日を決めて検針員が行い、使用料をお知らせします。検針が能率よく行えるよう次のことについてご協力をお願いします。  
**お願い** ▽犬は出入り口やメー

ターから離れた場所につないでください▽メーターボックスの上に車や物を置かないでください▽家の増改築などメーターが床下や屋内になるときは検針しやすい場所へ移してください  
 ※メーターの検針ができない場合は、認定水量(過去の使用料を参考にして決める水量)で検針したと見なして使用料をお知らせします  
**その他** 市では、検針業務・料金の徴収収納業務・開栓業務などを委託しています。委託業者の職員は、身分証を携帯しているの、不審に思った場合は身分証の提示を求めてください  
**問い合わせ** 経営課(☎21951)

### プレミアム付き商品券の有効期限

プレミアム付き商品券の有効期限は令和元年8月31日(土)までです。お早めにご利用ください。  
**対象店舗** 藤岡商工会議所のホームページ(<http://www.fujoka-ci.or.jp/>)で確認でき

### おわび

広報8月1日号と一緒に配布しました市制施行65周年記念花火大会のチラシの協賛企業・団体欄に下記企業の記載漏れがありました。深くおわび申し上げます。

#### 【協賛企業】

- (株)高田建材
- (株)堀越一土木
- (株)ネオテック
- (株)原田・ガトーフェスタ ハラダ
- (株)藤五郎
- (株)細川洋行群馬藤岡工場

**問い合わせ** 市制施行65周年記念花火大会実行委員会事務局(商工観光課内)☎402317・藤岡商工会議所☎21230)

### 宝くじの助成金で実施



(公財)群馬県市町村振興協会は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として、宝くじの収益金を財源に自治会などへの助成事業を行っています。本年度は、平井地区区長会がLED照明器具・御正服(おんせいふく)・差袴(さばかま)・白衣などの備品整備を行いました。  
**問い合わせ** 地域づくり課(☎2211)

### 粗大ごみ有料回収

**収集日** 9月2日・9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)

### 太陽光発電設備設置事業の事前届出

太陽光発電は新たなエネルギーを生み出す一方、発電設備を設置する際は災害防止とともに自然環境や生活環境を保全する必要があります。  
 本市では、9月1日から太陽光発電設備を設置するときは、届出が必要になるので事前にご相談ください。  
**対象区域** 市内全域  
**対象事業** 太陽光を電気に変換する設備およびその附帯設備を設置する事業  
 ※建築物の屋根や屋上で行う事業、主に自家用のための事業や公共団体が公益のために行う事業は除きます  
**対象面積** 1000平方メートル以上  
**問い合わせ** 都市計画課(☎402824)

### 自衛官採用試験案内

この制度は適切な経営・管理が行われていない森林を市が仲介し、林業経営者に委託するものです。詳しくは農林課へご相談ください。  
**問い合わせ** 農林課(☎40304)

### 防衛医科大学校学生

**受験資格** 高校卒業(見込み含む)～21歳未満  
**受付期間** 9月5日(木)～30日(月)  
**試験日** 一次試験11月9日(土)・10日(日)  
**防衛医科大学校学生**  
**学科** 医学科・看護学科  
**受験資格** 高校卒業(見込み含む)～21歳未満  
**受付期間** 9月5日(木)～30日(月)  
**試験日** ▽医学科11月26日(土)・27日(日)▽看護学科11月19日(土)

### 自衛官候補生

**受験資格** 18歳～33歳未満  
**受付期間** 随時募集  
**試験日** 受付時にお知らせします  
**問い合わせ** 自衛隊高崎地域事務所(☎027・326・1761)

### 森林経営管理制度

平成31年4月1日から森林経営管理制度が始まりました。

## 通信販売・・・ 「お試し」のつもりが定期購入に？

**A** インターネットなどの通信販売にはクーリング・オフ制度はなく、解約・返品についてや返品できる場合の送料負担などの条件(返品特約)は表示内容に従うことになります。返品特約がない場合には商品到着後8日以内であれば送料負担で返品できます。注文する際には、申し込み最終確認画面で定期購入が条件となっていないか、条件となっている場合はその期間や総額など契約内容をしっかり確認しましょう。「定期購入とは知らなかった」「期待した効果がない」ことでは解約・返品できません。安いからといってすぐに申し込まず、契約内容をよく確認しましょう。

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** インターネットで健康食品が割引価格だったので、お試しのつもりで注文したら、2回目の商品が届き定期購入であることを知った。業者に問い合わせたところ「4回の定期購入である。4回まで購入してほしい」と言われた。定期購入だと思わなかった。どうしたら良いか。



## 子育てstyle 褒める・認める・励ます子育て ～「褒める・認める・共感する」子育て～

**Q** 子どもを褒めることが良好な親子関係を築くことは分かりましたが、実際に子どもをどのように褒めていいのかわかりません。

**A** 私たちは普段「褒める」ということは特別なことができたときに行いがちです。子どもの自己肯定感を高め自主性を育むために、まずは日常生活の中で子どもができていることを褒めてみましょう。ポイントは①できた行動を具体的に伝える②感謝や喜びの言葉を伝える③結果よりも動機や努力を認めるようにする④決して人と比べないでその子なりに進歩があったことを褒める、の4つです。イメージできない時は子どもが現在できていることを5つ取り上げ、それを褒める言葉を書き出してみましょう。例としては「毎朝、早く起きられて偉いね」「いつも自分で着替えができてすごいね」などです。このように日常の何げない行動を親から褒めてもらうことで「認められた」と感じ、「次も頑張ろう」と思うのです。できていることを確認するためにも、普段から子どもをよく見ることが大事です。

**こども医療電話相談 ☎ #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(24時間)

## 9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
マタニティクラス ※要予約	12日(木) 午後1時20分～1時30分	栄養指導・妊婦体操など (先着12組)
股関節健診	11日(水) 午後1時15分～2時	令和元年6月生まれ
4カ月児健康診査・ ブックスタート	24日(火) 午後1時15分～2時	令和元年5月生まれ
前期離乳食教室	6日(金) 午前10時～10時10分	平成31年3月生まれ
後期離乳食教室 ※要予約	12日(木) 午前10時～10時10分	平成30年12月生まれ
1歳児健康診査	25日(水) 午後1時15分～1時45分	平成30年9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15分～1時45分	平成30年2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29年5月生まれ
3歳児健康診査	19日(木) 午後1時15分～1時45分	平成28年5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26年9月生まれ ※集団遊びがあります



## 大切な人の悩みに気づき、支えよう

福祉課 ☎ 2384

### 自殺で失われる命

国内では2万人を超え、群馬県では350人前後、本市においても10人前後の人が、毎年自殺で命を失っています。自殺の背景には、病気・けがなどの健康問題、失業・倒産・多重債務・長時間労働などの社会的・経済的問題、職場・学校・家庭の問題といったさまざまな悩みを抱えて心理的に追い込まれた末の死があるといわれています。自殺を防ぐには、家族や職場の同僚、学校の友人といった周囲の人がサインに気づいて本人を支えていくことが大切です。

- 神面だけでなく身体面や日常生活にも影響を及ぼしていることがあります。
- いつもと違う様子なら注意が必要です。自殺を考える人は、次のようなサインを示すことがあります。
- 元気がなくなったり
- よく眠れていない
- 口数が減った。ため息が増えた
- 感情が不安定になる(不安・イライラ)
- 飲酒量が増える
- 暴飲暴食や食欲不振
- 今まで興味・関心があったものに興味が持てない
- 自殺をほのめかす

**異変に気づいた瞬間**  
自殺を考えている人は「誰も分かってくれない」と孤独な状況です。いつもの様子と

違っていることに気付いたら、「どうしたの?」「眠れてる?」などと声を掛けることから始めてみましょう。「心配しているよ」と言葉にして伝えることが大切です。○ 気付く⇨家族や身近な人が異変に気付いて、勇気を出して声を掛ける  
○ 傾聴⇨本人の気持ちを尊重し、できる限り話を耳を傾ける  
○ つなげる⇨周囲の人や専門家(医療機関・相談窓口など)へ協力を求めるように促す  
○ 見守る⇨専門の相談員や医療機関につなげた後も、気に掛け見守っていく  
相談窓口 このころの健康相談  
統一ダイヤル ☎ 0570・064・556  
このころの健康センター ☎ 027・263・1156  
藤岡保健福祉事務所 ☎ 1420  
福祉課 ☎ 2384

## 9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)	鬼石病院 鬼石・☎23121	山崎外科医院 芦田町・☎21331	木村内科医院 仲町・☎20333
8日(日)	くすの木病院 旭町・☎243111	飯塚クリニック 下戸塚・☎407700	前田歯科医院 7丁目・☎20569
15日(日)	松岡内科医院 1丁目・☎20014	戸塚クリニック 上栗須・☎201800	飯田整形外科医院 篠塚・☎25770
16日(祝)	篠塚病院 篠塚・☎29261	秋山医院 小林・☎28315	やまうち内科 2丁目・☎245792
22日(日)	光病院 本郷・☎241234	おおすか子どもクリニック 芦田町・☎258676	光病院 本郷・☎241234
23日(祝)	鬼石病院 鬼石・☎23121	小山医院 中・☎201200	藤岡外科内科クリニック 中栗須・☎21356
29日(日)	くすの木病院 旭町・☎243111	よしだ内科クリニック 白石・☎508958	むらかわ歯科 中栗須・☎26480

☎救急テレホンサービス(☎26699) 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。

## 9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8月27日(火)、 20日・26日は9月 10日(火)から	
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	地域づくり課 (☎402211)
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	
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	
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	市社会福祉協議会 (☎25647)
成年後見・相続・遺言相談	17日(火)	午後 1時～4時	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 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 (☎244150)
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 (☎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  
令和元年8月1日現在



男……………32,035人(-37)  
女……………33,272人(-7)  
計……………65,307人(-44)  
世帯数………27,522世帯(-2)

火災・救急 ( )内は前年比  
令和元年7月31日現在



数字は平成31年1月からの累計(概数)です。

火災 29件 (+8) 救急 1,877件 (+51)

小まめな水分補給で、熱中症予防!

交通事故 ( )内は前年比  
令和元年7月31日現在



数字は平成31年1月からの累計(概数)です。

人身 183件 (+14) 物損 679件 (+47)  
事故 事故

事故多発傾向が続いています。「ルールを守って思いやり運転」を心掛けてください!

## 納税

期日: 9月2日



市県民税…2期  
国民健康保険税…2期  
介護保険料…2期  
後期高齢者医療保険料…2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)

満天の星空に咲く遠花火  
緋目高に白き花びら傘となり  
蹇跛に句友の肩借る蚩狩  
せせらぎと風の狭間に河蜻蛉  
雲切れし空滑らかに梅雨の蝶  
ひまわりよぐんぐん育て太陽へ

横堀 義久  
中山由里子  
佐藤 文一  
杉浦 達成  
蛭川 準司  
中野 桜

敬称省略  
小学生

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