

健康福祉



合同筋力トレーニング



日時・内容 11月14日(木)▽午後1時30分～2時40分Ⅱ10の筋トレ総復習▽午後2時50分～3時30分Ⅱ予防リハビリ最新線～フレイルにならないために

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
持ってくる物 動きやすい服装
申し込み 当日会場へ
問い合わせ 介護高齢課(☎④2809)

フレイル予防教室

高齢期に陥りやすいフレイルは、適切な食事と生活習慣で予防できます。健康で長生きをするために、フレイルの

予防方法を学びましょう。

日時 11月14日(木)午前10時～午後1時

会場 市保健センター
内容 ▽講話Ⅱフレイル予防について▽調理実習Ⅱごはん・豚ひれ肉のカレー風味焼き・青菜とちくわのからし和え・すいとん(郷土料理)・カットフルーツ
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・三角巾・マスク・手拭きタオル
申し込み・問い合わせ 10月23日(水)～11月6日(水)に健康づくり課(☎④2808)へ

デイズニerland 日帰り旅行

期日 12月1日(日)
集合場所 ちらん藤岡
対象 県内在住のひとり親家庭の親子(高校生以下)および寡婦
定員 200人(抽選)
参加料 ▽大人(非会員)Ⅱ1万500円▽大人(会員)・

その他



中学生・高校生Ⅱ9000円
 ▽小学生以下Ⅱ6500円▽3歳以下Ⅱ2500円(バス代・保険料・パスポート代を含む)
申し込み・問い合わせ 11月5日(火)(必着)までに往復ハガキに住所・電話番号・参加者全員の氏名・年齢(学年)・「東京デイズニerland」らん藤岡と記入して〒371-0843 前橋市新前橋町13-12 県母子寡婦福祉協議会(☎027-255-6636)へ

粗大ごみ有料回収



収集日 11月11日・18日・25日の月曜日(各日先着6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)

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、体重計や料理用は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 県計量検定所(☎027-263-2436)・商工観光課(☎④2318)

群馬県最低賃金改定 時間額835円

群馬県最低賃金(地域別最低賃金)は、時間額809円から835円に改定され、10月6日に発効されました。群

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 10月31日(木)～11月4日(休)
その他 市社会福祉協議会は

都市計画変更の長期縦覧

藤岡都市計画道路3・4・3号北部環状線の変更および藤岡都市計画地区計画(中地区)の変更を決定しました。関係図書は市都市計画課、県都市計画課で縦覧できます。
問い合わせ 市都市計画課(☎④2824)

犬の登録と 狂犬病予防注射



馬県最低賃金は、県内の事業所で働く全ての労働者とその使用者に適用されます。また、特定の製造業については、群馬県最低賃金より時間額が高い特定(産業別)最低賃金が定められています。
問い合わせ 群馬労働局(☎027-896-4737)・藤岡労働基準監督署(☎②1418)

生後91日以上の犬は、登録と年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。今年度まだ注射を受けていない場合には、必ず受けてください。
日時・会場 下表のとおり(都合の良い会場を受けてください)
 ※下表の日程で都合がつか

犬の登録と狂犬病注射日程表

期日	時間	会場
11月11日(月)	8:55～9:15	浅間神社
	9:30～9:40	芦田町町内公会堂
	9:55～10:10	藤岡公民館
	10:20～10:30	小林地区公会堂
	10:45～10:55	上戸塚青年会館
	11:10～11:25	神流公民館
	11:40～11:55	岡之郷下郷公会堂
	13:10～13:25	立石北公会堂
	13:40～13:55	小野公民館
	13日(水)	8:55～9:05
9:20～9:30		森新田公民館
9:45～9:55		篠塚公会堂
10:10～10:20		上落合長津公会堂
10:35～10:55		美土里公民館
11:10～11:20		上大塚公民館
11:35～11:45		白石公民館
13:00～13:15		平井公民館
13:30～13:40		駒形集会所
13:55～14:05		旧多野藤岡農協日野支店駐車場
15日(金)	9:00～9:10	土師神社
	9:25～9:40	美九里公民館
	9:55～10:05	平公民館(平・根際農事集会所)
	10:25～10:35	三波川第2コミュニティセンター
	10:50～11:00	満福寺前
	11:15～11:25	旧町民体育館跡地
17日(日)	9:00～10:00	市保健センター前駐車場
	10:30～10:50	旧鬼石総合支所駐車場

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