



上州藤岡蚕マラソン

藤岡総合運動公園陸上競技場を発着点として上州藤岡蚕マラソンが11月24日に開催されました。第8回を迎えた今回は、北は北海道から南は三重県まで全国各地から2,162人の申し込みがありました。台風被害の影響で一部コース変更がありました。沿道では参加者を応援で盛り上げようと太鼓の演奏やさまざまな衣装を身にまとった人など、たくさんの観衆が声援や拍手を送りました。メイン会場ではキムトマウどんが振る舞われ、参加者全員に藤岡産の米1合が配られました。



イベント



成人式



日時 令和2年1月12日(日)午後0時15分開場、1時開会

会場 みかぼみらい館
対象 平成11年4月2日〜12年4月1日に生まれた人

※本市に住民票がない人でも、本市出身者や本市内に在勤・在学中の人は参加できます
その他 ▼2階席を一般に開放します▼当日は会場周辺が混雑しますので、時間に余裕を持って来場してください
問い合わせ 生涯学習課(☎26888)

図書館情報



問 ☎ 1669

冬休み子ども上映会

日時 12月26日(木)午後2時〜
内容 パパはわるものチャン

ピオン(ビデオ投影) 定員 40人(先着順)

その他 5歳以下は保護者同伴
申し込み 当日会場へ

おたまじやくし おはなしの会

日時 令和2年1月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

読書感想画指定図書

小学校低学年

▽エレベーターのふしぎなボタン▽キツネのはじめてのふゆ▽くもとそらのえほん▽たてる

小学校高学年

▽スペース合宿へようこそ▽おばあちゃん、わたしを忘れてもいいよ▽モノ・ジョーンズとからくり本屋▽クジラのおなかからプラスチック

中学校・高等学校

▽徳治郎とボク▽南西の風やや強く▽マレスケの虹▽子犬たちのあした▽これからを生きる君へ

※多くの人が利用できるよう、令和2年1月7日(火)まで

は1人1冊1週間の貸し出しとなります(予約も1人1冊)

Table with 2 columns: 地区, 1月の移動図書館. Rows include 神流地区, 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



生涯現役塾笑って健康に! 笑いヨガ教室

介護予防のための笑いヨガ教室です。笑うことの楽しさを学びませんか。

日時 令和2年1月30日、2月6日・13日・20日・27日の木曜日(全5回)午前11時〜正午

会場 老人福祉センター

対象 市内在住の65歳以上の人 定員 15人(先着順)

持ってくる物 動きやすい服装・飲み物・タオル・膝掛けまたはバスタオル

申し込み・問い合わせ 12月23日(月)〜令和2年1月10日(金)に介護高齢課(☎2809)へ

募集



日商簿記検定試験

期日 令和2年2月23日(祝)

会場 藤岡商工会議所

受験料 ▼2級 4720円 ▼3級 2850円

※今回1級はありません

申し込み・問い合わせ 12月20日(金)〜令和2年1月24日(金)の午前9時〜午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始の休日を除く)に受験料を持って藤岡商工会議所(☎21230)へ

スポーツ



問 ☎ 8213

都市対抗 スケート競技大会



日時 令和2年2月1日(土)午前10時競技開始
会場 県総合スポーツセンター

その他



冬の青少年健全育成運動

青少年育成推進員が地域の子どもたちの安全・安心のためパトロールを行います。期間 12月15日(日)〜令和2年1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
問い合わせ 生涯学習課(☎26888)

探鳥会

日時 令和2年1月11日(土)午前9時〜正午(雨天中止)
会場 庚申山(ふじふれあい館前集合)
参加料 200円(保険料) 持ってくる物 双眼鏡
申し込み 当日会場へ
問い合わせ 日本野鳥の会群馬小井土さん(☎090・1034・1353)・商工観光課(☎2317)

政治家の寄付禁止

年末年始は贈り物やお祝いをする機会が多い時期ですが、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 ▼お歳暮・お年賀など▼病気見舞い▼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、設立目的により行う行事などに関する寄付以外の寄付をすること▼答礼のための自筆によるものを除き、年賀状などのあいさつ状を出すこと
問い合わせ 市選挙管理委員会事務局(総務課内☎2221)

受動喫煙防止対策説明会



受動喫煙のない社会を!

令和2年4月1日から改正健康増進法が全面施行され、事業所や飲食店などは原則屋内禁煙となります。事前の対策が必要となる場合がありますので、説明会にご参加ください。

日時 令和2年1月16日(木)午後2時〜3時20分

会場 藤岡商工会議所

内容 ▷受動喫煙による健康影響に関する講演 ▷事業者への支援制度の紹介など

申し込み・問い合わせ 電話またはFAXで住所・氏名・電話番号を藤岡保健福祉事務所(☎21420 FAX23149)へ

※QRコードからも申し込みできます



健康福祉



週末活動支援事業

障がいのある人を対象に上毛かるた・バドミントン・卓球を行います。支援員と共に

伊香保リンク

種目 ▼男子年代・距離別▼女子距離別▼男女混合リレー(男子3人・女子1人)

対象 市内在住・在勤・在学の人

申し込み・問い合わせ 12月20日(金)までにスポーツ課へ

運動不足の解消や気分転換をしませんか。

日時 令和2年1月18日・2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 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

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3日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

令和元~2年 年末年始の業務のお知らせ

市役所・鬼石総合支所の休業日

12月28日(土)~1月5日(日)

※出生・婚姻・死亡の届け出や偕同苑(斎場)の予約は、
休み中でも市役所宿直室で受け付けています

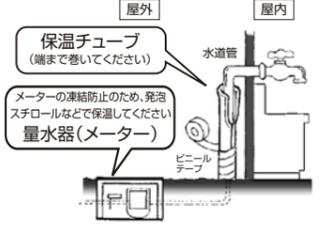
各施設の休業日 (●=休業・休場日)

※施設によって年末年始の休みが異なります。
不明な点は各施設に問い合わせてください

施設名(問い合わせ)	12月							1月						
	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)	30(月)	31(火)	1(祝)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)
総合学習センター(☎508228)					28							4		6
ボランティアネットワークセンター ウィズ(☎28883)					28									6
偕同苑(☎21211)	※1				※1				1	2	※1			
ごみの搬入					28							4	※2	
清掃センター(☎38305)									1					5
可燃ごみの収集 不燃・資源ごみの収集					28									5
鬼石資源化センター(☎526653)					28									5
公民館(生涯学習課☎26888)						29					3		※3	
市民ホール(☎23305)					28							4		6
鬼石多目的ホール(☎203011)					28							4		6
体育館などのスポーツ施設・ミニ遊園地など (市民体育館☎29850)					28							4		6
みずとぴあ藤岡(☎20977)	24				28							4	※4	
図書館(☎21669)					28									6
藤岡歴史館(☎26999)				27								4		
高山社跡(文化財保護課☎25997)					28							4		
高山社情報館(☎27703)					28							4		
みかぼみらい館(☎25511)	24				28							4		
ふじふれあい館(☎28111)	24													※5
土と火の里公園(☎280385)			25									4		6
体験学習館MAG(☎523300)	24					29						3		
藤岡中央児童館(☎28060)						29						3		5
老人福祉センター(☎23877)					28									5
コミュニティ・センターやすらぎ (☎240057)		25			28							4		
栗須の郷(☎26475)					28							4		6

※1: 通夜のみ ※2: 午前8時30分~11時30分は搬入可 ※3: 藤岡・鬼石公民館以外は休館
※4: 午後6時に閉館 ※5: 7日まで休館

水道管の凍結に注意



寒さが厳しくなると水道管や水道メーター器・蛇口などが凍結して水が出なくなったり、水道管が破裂したりする事故が発生しやすくなります。十分な防寒対策をお願いします。

凍結・破裂が起きやすい場所
▽日当たりが悪い場所▽北向きに設置され風当たりの強い場所▽野外に配管され水道管が露出している場所

防寒方法 外蛇口には保温材(ホームセンターなどで販売)や古毛布などをビニールテープやひもでしっかりと縛り付けます。また市販の電熱式保温チューブを使用する方法もあります。メーターボックス内は発泡スチロールやビニール袋に古布などを入れて保温

してください
その他 個人敷地内で水道管の破裂や漏水が生じた場合は、市指定給水装置工事業者に修理を依頼してください(有料)

問い合わせ 水道工務課(☎21953)

鬼石多目的ホール
定期使用団体登録受付

令和2年度に鬼石多目的ホールを定期使用する団体は登録が必要です。定期使用を希望する団体は説明会に参加してください。

日時 令和2年1月15日(水) 31日(金)午前9時~午後5時(毎週月曜日を除く)

受付場所 鬼石多目的ホール

提出書類 登録申込書(指定用紙)・団体会員名簿など

※指定用紙は鬼石多目的ホール・生涯学習課にあります

問い合わせ 鬼石多目的ホール(☎203011)

総合学習センター
定期使用団体登録受付

令和2年度に総合学習センターを定期使用する団体は登録が必要です。定期使用を希望する団体は説明会に参加してください。

日時 令和2年1月7日(火) 午前10時~11時

会場 総合学習センター南棟

登録受け付け
日時 令和2年1月8日(水) 20日(月)~19日(日)を除く 午前9時~午後5時

受付場所 総合学習センターエントランス棟

提出書類 登録申込書(指定用紙)・団体会員名簿など

※指定用紙は、総合学習センター・生涯学習課・各地区公民館にあります。市ホームページからもダウンロードできます

粗大ごみ有料回収

収集日 令和2年1月6日・20日・27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)

申し込み・問い合わせ 12月23日(月)から電話で清掃センター(☎28305)へ

就学援助制度

経済的な理由で子どもを小・中学校へ通学させることが困難な人に対して、経費の一部を援助します。学用品費・給食費などの経費が対象で一定の基準に基づき認定します。

※詳細は各学校から配布される「就学援助制度のお知らせ」をご確認ください

申し込み 市内の小・中学校にある申請書に記入して子どもが通学している各学校へ

問い合わせ 子どもが通学している学校・学校教育課(☎508212)へ

国の教育ローン

融資金額 子ども1人当たり350万円以内

金利 年1.66%(11月1日現在)

対象 高校・大学などへの入学時・在学中にかかる費用

返済期間 15年以内

問い合わせ 教育ローンコールセンター(☎0570・008656)・商工観光課(☎2318)

おわびと訂正

広報ふじおか12月1日号21ページの「耳より情報」の中で八塩温泉の問い合わせ先に誤りがありました。おわびして訂正いたします。
(正) ☎24143

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

また、ノロウイルスなどの
 感染性胃腸炎の患者数は、毎
 年12月ごろにピークとなる傾
 向があります。症状は、下痢、
 嘔吐、腹痛、発熱などです。
 インフルエンザ同様、乳幼児



○の部分が残りの多い箇所です

や高齢者は重症化する恐れが
 あります。
感染症の予防
 これら感染症の予防方法は、
 口から体の中に病原体を入
 れないことが基本です。
 ①手洗いをする 調理や食事
 の前、トイレ補助やおむつ交
 換の後、動物に触った後、そ
 の手が汚れた時に流水とせっ
 けんで洗います。洗い残しの
 多い箇所を意識しましょう

②咳エチケットを心掛ける 他
 の人に向けて咳やくしゃみ
 をしないこと、マスクを着用
 すること、手で咳やくしゃみ
 を受け止めたら手を洗うこと
 に気を付けましょう
 ③部屋の湿度を適度に保つ 空
 気が乾燥すると、ウイルスは
 軽くなって空気中に浮遊し
 やすくなります。加湿器など
 で湿度50〜60%を保ちましょ
 う
 ④十分な栄養と休養を取る 普
 段から栄養バランスの良い
 食事を心掛け、十分な睡眠を
 取って免疫力を高めましょ
 う
 ⑤不必要な外出を控える 流行
 時期に不必要な外出をする
 ことは控え、感染の機会を減
 らしましょう
 ⑥予防接種を受ける インフ
 ルエンザは、予防接種で重症
 化を防ぐことができます。13
 歳以上の人は原則1回、13歳
 未満の人は2回の接種です

1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(祝)	くすの木病院 旭町・☎②3111	おおさか子どもクリニック 芦田町・☎③8676	神流町歯科診療所 万場・☎⑤2019
2日(木)	しろやしき内科 芦田町・☎⑤08320	根岸産婦人科小児科医院 中栗須・☎②41111	中島整形外科クリニック 芦田町・☎②41777
3日(金)	篠塚病院 篠塚・☎③9261	中田医院 宮本町・☎②0385	木村内科医院 仲町・☎②0333
5日(日)	光病院 本郷・☎②41234	田原内科クリニック 相生町・☎③2552	光病院 本郷・☎②41234
12日(日)	鬼石病院 鬼石・☎⑤3121	星野医院 仲町・☎②0116	小山医院 中・☎②01200
13日(祝)	くすの木病院 旭町・☎②3111	藤岡外科内科クリニック 中栗須・☎②1356	くすの木病院 旭町・☎②3111
19日(日)	松岡内科医院 1丁目・☎②0014	しのめクリニック 中栗須・☎②8851	戸塚クリニック 上栗須・☎②01800
26日(日)	篠塚病院 篠塚・☎③9261	原内科クリニック 下戸塚・☎④02255	やまうち内科 2丁目・☎②45792
		藤岡総合病院 中栗須・☎②3311	服部歯科医院 鬼石・☎⑤2022
			原歯科医院 大戸町・☎②0079

◎救急テレホンサービス(☎③6699) 緊急に対応できる医療機関を24時間案内します

冬の感染症

インフルエンザが例年より
 早く流行を迎えています。突
 然の発熱で発症し、頭痛、筋
 肉痛、関節痛、喉の痛みなど
 の症状があります。熱が下がっ
 ても咳が続き完全に回復する
 までに1週間以上かかること
 があります。インフルエンザ
 の症状がある場合は、早めに
 医療機関に受診しましょう。
 また乳幼児や高齢者は重症化
 する恐れがあるため、発症後
 は様子をよく見て、呼吸が苦
 しいなどの症状があればすぐ
 に医療機関に相談してくださ
 い。



冬の感染症を予防しよう

健康づくり課 ☎④2808

教えて！消費生活

Q 突然訪問してきた業者に「台風
 などで破損した屋根などの修理
 を火災保険で自己負担なく修理
 できる。当社で見積もりを出し、保険適
 用されれば保険金が出る」と勧誘されま
 した。台風で屋根の一部が破損していて、
 契約するかどうか迷っています。信用で
 きますか。



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 習慣にしたいことがなかなかうまく
 子どもに伝わりません。良い伝え
 え方がありますか。

A 「子どもは、言われてすぐにできる
 ようにならない」この意識を持つ
 ことが、怒ったり、焦ったりしな
 い重要なポイントになります。子どもの成
 長のペースを尊重し、できるようになるまで、
 穏やかに繰り返し伝えましょう。伝えるべき
 ポイントを絞り、短い言葉で伝えることも
 大切です。例えば、おもちゃを片付けな
 い子どもに対して、
 母A:「おもちゃが出しっぱなしじゃない。
 何回言ったら分かるの。だらしがないんだ
 から!」
 母B:「遊び終わったら、おもちゃはこの箱
 に片付けようね」

母Bのように、今何をしてほしいのかを
 伝えましょう。また、言ったことができた
 ら、笑顔で「できたね」と褒めましょ
 う。子どもは大人に褒められることで、認
 められ受け入れられていると感じ、自己
 肯定感を高め自主性と自信を育むよう
 になります。

災害後の住宅修理トラブルに注意!

A 「自己負担なく修理ができる」と勧誘を受け
 ても、すぐに契約をするのはやめましょ
 う。勧誘を受けた時点では修理工事の費用が保
 険金額の範囲で収まるかどうか、保険金が支
 払われるかどうかわかりません。修理工事の
 契約をする際は、解約時の違約金など住宅
 修理工事契約や、保険金の申請代行など保
 険金請求サポート契約の内容について、業者
 へ確認することが重要です。業者の説明を
 うのみにせず、加入している保険の内容を
 確認するため、保険会社に相談すること
 をお勧めします。修理する場合は慌てず
 に複数の業者から見積もりを取り慎重に
 検討しましょう。

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

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)



1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	15日(水) 午後1時20分～1時30分	栄養指導・妊婦体操など (先着12組)
股関節検診	14日(火) 午後1時15分～2時	令和元年10月生まれ
4カ月児健康診査・ ブックスタート	28日(火) 午後1時15分～2時	令和元年9月生まれ
前期離乳食教室	10日(金) 午前10時～10時10分	令和元年7月生まれ
後期離乳食教室 ※要予約	15日(水) 午前10時～10時10分	平成31年4月生まれ
1歳児健康診査	22日(水) 午後1時15分～1時45分	平成31年1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15分～1時45分	平成30年6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29年9月生まれ
3歳児健康診査	23日(木) 午後1時15分～1時45分	平成28年9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27年1月生まれ ※集団遊びがあります

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。

1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	9日(木) 17日(金) 23日(木)	午後 1時～4時	市役所市民相談室 23日は鬼石公民館	9日は12月23日(月)、 17日・23日は令和 2年1月7日(火)から	地域づくり課 (☎④02211)
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	
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 ※1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	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	
成年後見・相続・遺言相談	21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 ※4・5日を除く	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・水・木曜日 ※1・2日を除く	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 ※1～3日を除く	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12月1日現在



男……………31,953人 (+4)
女……………33,192人 (-27)
計……………65,145人 (-23)
世帯数………27,576世帯 (+28)

火災・救急 ()内は前年比
令和元年11月30日現在



数字は平成31年1月からの累計(概数)です。

火災 35件 (+7) 救急 2,946件 (+25)

ひとつずつ いいね!で確認
火の用心

交通事故 ()内は前年比
令和元年11月30日現在



数字は平成31年1月からの累計(概数)です。

人身 277件 (+16) 物損 1,134件 (+155)
事故 (+16) 事故 (+155)

単独事故と、歩行者・自転車に関係する事故が多発!一人ひとりがルールを守って思いやりを!

納税

期日: 12月25日



国民健康保険税…6期
介護保険料…6期
後期高齢者医療保険料…6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)

ききようがねいろんなはなにかこまれる 富岡くるみ
もくせいのかおりゆらゆら風にのる 中野 桜
山紅葉秘境開けし湯西川 今井くに子
こうすいだきんもくせいがおったよ 大林 由佳
小春日やタイヤラの光る御列の儀 設楽 秀幸
はだらなる冠雪や浅間山 鈴木 昌英

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