

City-Fujioka-Gunma Public Relations



広報

ふじおか

2020
7.15

No.1231



短冊と手作り七夕飾りに願いを込めて

～小野保育園～

イベント
メンタルエステ
プラネタリウム

プラネタリウムの星の下、アロマの芳香を感じながら星を眺め、本の朗読や音楽に耳を傾けます。

日時 9月4日(金)午後2時～2時50分、7時～7時50分
※開場は投影開始時間の15分前

会場 みかぼみらい館

入場料 無料

対象 18歳以上の人

定員 各回35人(先着順)

その他 新型コロナウイルス感染症防止のためマスクの着用をお願いします

申込方法 7月22日(水)から電話または直接みかぼみらい館へ問い合わせ
みかぼみらい館 (☎25511)



図書館情報
問 ☎221669

御巣鷹山日航機墜落事故から35年

日航ジャンボ機墜落事故を振り返り、当時の新聞の切り抜きや関連図書などを展示します。

期間 8月4日(火)～30日(日)

プラネタリウム 夏休み特別投影

期間 8月8日(土)～16日(日)
※8月11日(火)を除く

番組・内容 ▼しまじろうとながればしのねがいごとⅡ 前11時～11時45分▼イルカのドビーと虹色の海Ⅱ 午後1時30分～2時15分▼オーロラを見た恐竜たちⅡ 午後3時～3時45分

※各回季節の星空の解説付きです

入場料 ▼大人Ⅱ310円▼小・中学生Ⅱ210円▼未就学児Ⅱ無料

問い合わせ みかぼみらい館 (☎25511)

講座・教室
母子家庭就業・自立支援パソコン講習会

日時 10月4日～11月22日の日曜日(全8回)午前10時～午後4時

会場 TAC群馬校(前橋市南町)

内容 ▼ワード(初級)Ⅱ20時間▼エクセル(初級)Ⅱ20時間

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 4400円(テキスト代)

申し込み・問い合わせ 9月11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

8月の移動図書館

| | |
|-------|--------|
| 神流地区 | 4日(火) |
| 小野地区 | 26日(水) |
| 美土里地区 | 25日(火) |
| 美九里地区 | 19日(水) |
| 平井地区 | 18日(火) |
| 日野地区 | 20日(木) |
| 鬼石地区 | 5日(水) |

募集
アイデア作品展

発明意欲の向上と科学技術の発展を図るため、創意工夫に満ちたアイデア作品を募集します。

展示期間 9月7日(月)～13日(日)

会場 らん藤岡花の交流館

募集作品 創意工夫作品(アイデア作品)、未来創造図(乗り物や街の未来図)など創造性豊かな作品(特許出願中のものでも可)

対象 藤岡多野地域に在住・在勤の人

その他 小・中学生は学校を通じて応募してください

申し込み・問い合わせ 9月3日(木)までに藤岡発明協会(藤岡商工会議所内 ☎21230)にある申込用紙に記入し、同協会へ

新型コロナウイルス感染症対策

—生活や事業資金に困っている人へ—

新型コロナウイルス感染症の影響により、休業などの理由で収入が減少した人や事業者へ各種支援があります。それぞれの支援によって「対象者・申請要件・申請に必要なもの」が異なりますので、詳しくは各担当課のホームページを確認してください。

生活に困っている人・ひとり親への支援

生活困窮者特別支援金

社会福祉協議会の生活福祉資金貸付制度の貸し付けを受けても、なお生活資金で困っている人へ特別支援金を給付します。

給付額 10万円上限(1世帯1回限り)

申請期間 11月30日(月)まで

申請書類 福祉課で配布しています。ホームページからもダウンロードできます

※申請には生活福祉資金貸付決定通知書の写しの添付が必要になります

その他 申請で来庁するときは電話で予約してください

問い合わせ 福祉課(☎402297)



ひとり親世帯臨時特別給付金

子育てと仕事を一人で担うひとり親世帯の負担の増加や収入の減少などを支援するため、臨時特別給付金を支給します。詳細は個別に通知しますので確認してください。

給付額 5万円、第2子以降1人当たり3万円加算

申請期間 7月27日(月)～令和3年2月26日(金)

申請方法 児童扶養手当が支給されている人は申請不要です。支給されていない人は申請が必要です

追加給付 収入が減少した人への1世帯5万円の追加給付は申請が必要です

問い合わせ 子ども課(☎402286)

事業者への支援

事業者特別支援金

売り上げが前年同月比で20%以上減少している市内事業者に対して、支援金を支給します。

支給額 10万円(1事業者1回限り)

申請期間 8月31日(月)まで

申請書類 ホームページからダウンロードできます。市役所・藤岡商工会議所・藤岡市鬼石商工会などでも配布しています

申請方法 郵送で〒375-8601(住所記載不要)市役所商工観光課商工労政係へ

問い合わせ 商工観光課(☎402318)

スポーツ
問 ☎ 8213

ぐんぐん体操の集い
県独自のぐんぐん体操を行います。
日時 7月26日(日)～8月2日(日) 午前6時30分～
会場 中央公園
問い合わせ スポーツ課

健康福祉

認知症サポーター養成講座
認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者になりましょう。
日時 7月28日(火)午前9時45分受け付け開始、午前10時～11時30分
会場 総合学習センター南棟
内容 認知症の症状や認知症の人との接し方など。受講後、認知症の人を支援する目印となる「オレンジリング」を渡します
対象 認知症に関心のある人
定員 20人(先着順)
参加料 無料

ファミリー・サポート・センター 提供会員募集

市ファミリー・サポート・センターでは子育ての手助けをしてくれる「提供会員」を募集しています。
内容 おおむね生後3カ月児～中学生の預かり、保育施設・習い事の送迎など
対象 市内在住の心身ともに健康な20歳以上の人
登録料 無料
※登録時にセンターで会員証用の顔写真を撮影します
報酬 下表のとおり
その他 安心・安全に活動できるように「ファミリー・サポート・センター補償保険」に加入しています
申し込み・問い合わせ 市ファミリー・サポート・センター(子ども課内 ☎ 235777)

| 利用日 | 利用時間 | 時給 |
|----------------------------|-----------|------|
| 月～金曜日 | 午前7時～午後7時 | 700円 |
| | 上記時間以外 | 900円 |
| 土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日) | 終日 | 900円 |

※交通費は自家用車を利用した場合、10km 当たり 100円

その他

成人健康相談
日時 7月28日(火)午後1時～4時(要予約)
※相談時間は1人45分程度です
会場 市保健センター

内容▽健康や栄養について相談▽生活習慣病予防▽禁煙相談▽血管年齢測定▽体組成測定など
持ってくる物 各種検診結果票・健康手帳・お薬手帳など
相談対象者の健康状態が分かる物
その他 ▽相談は家族など本人以外でも受け付けます▽ペースメーカー利用者は体組成測定を行えません
問い合わせ 健康づくり課 ☎ 2808

粗大ごみ有料回収

収集日 8月3日・17日・24日の月曜日の午後(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 7月22日(水)から電話で清掃センター ☎ 238305

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、暑中見舞状などのあいさつ状を出すことなど

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活用してください。
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
問い合わせ 中小企業退職金共済事業本部 ☎ 03・6907・1234・商工観光課 ☎ 2319

夏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。
日時 7月15日(水)～8月31日(月)
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み▽「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

警察官採用試験

採用区分 ▽警察官A(男女) ▽警察官B(男女)
試験日程 9月20日(日)
受付期間 7月29日(水)～8月18日(火)
申し込み・問い合わせ 藤岡警察署 ☎ 20110

マイナンバーカード申し込み開始

マイナンバーカードを活用した「マイナンバー」の申し込みが7月から開始されました。専用のアプリなどから申し込みを行い、9月以降にキャッシュレス決済サービスでチャージまたは買い物を行うことにより、マイナンバーが付与されます。

マイナンバーを利用するためにはマイナンバーカードの取得の他に、マイキーIDの設定が必要となります。市ではマイキーID設定支援窓口を設置し、マイナンバーカードを持っている人に対し、ID設定支援を行っています。
日時 午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日除く)
会場 市役所市民相談室
持ってくる物 マイナンバーカード
※マイナンバーカード取得時に設定した「利用者証明書電子証明書パスワード(4桁)」が必要となります
申し込み・問い合わせ 総務課 ☎ 2221

おわびと訂正

広報ふじおか7月1日号9ページの「多野藤岡広域市町村圏振興整備組合消防職員」募集の中で受付期間および第1次試験日に誤りがありました。おわびして訂正します。
(正) 受付期間 8月3日(月)～14日(金)
(正) 第1次試験 9月20日(日)

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。
令和2年度のふじ娘は、岡田桃葉さん、木村佳那さん、波澤知依さん、畑中奈々美さん、持田聖加さんの5人です。今後1年間、市内外の観光キャンペーンなどの各種行事に参加します。
問い合わせ 商工観光課 ☎ 2317

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

みずとぴあ藤岡 定期教室



教室時間▷プール教室=50分▷フロア教室=45分
開催日程一般コース全8回(水曜日は全6回)
 下段は長期コース(★印)の日程・期間
 月曜日 9月7日~10月26日 全8回
 9月7日~3月29日 全22回
 水曜日 9月2日~10月14日 全6回
 9月2日~3月31日 全24回
 木曜日 9月10日~10月29日 全8回
 9月17日~3月11日 全20回
 金曜日 9月11日~10月30日 全8回
 9月11日~3月19日 全26回

土曜日 9月5日~10月24日 全8回
 日曜日 9月6日~10月25日 全8回
 ※介護者休息プログラムは9月11日と10月2日
対象 18歳以上の人(一部子ども向け)
料金 参加料の他に施設利用料がかかります
申し込み 次の各日時から事務室前で受け付け開始▷市内在住者=8月17日(月)~23日(日)の希望する各教室終了15分後▷市外在住者=8月24日(月)~30日(日)の希望する各教室の曜日の午前10時
問い合わせ みずとぴあ藤岡(☎20977)

| | 内 容 | 開始時間 | 参加料 | |
|-----------|-----------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| プール教室 | 月曜 | 大人水泳教室・中級A | 午前11時 1,570円 | |
| | | 大人水中健康教室 | 午後2時 1,570円 | |
| | | 大人水泳教室・初級 | 午後3時 1,570円 | |
| | | 大人水泳教室・中級B | 午後7時 1,570円 | |
| | | 泳力向上教室・長期A | 午後1時 6,910円★ | |
| | | 大人水泳教室・初級 | 午前11時 1,180円 | |
| | 水曜 | アクアビクス | 午後1時 2,360円 | |
| | | らくらくマスターズ・上級 | 午後3時 2,950円 | |
| | | アクアビクス | 午後7時 2,360円 | |
| | | 泳力向上教室・長期B | 午後2時 7,540円★ | |
| | | 大人水中健康教室 | 午前11時 1,570円 | |
| | | 大人水泳教室・中級B | 午後2時 1,570円 | |
| 木曜 | 大人水泳教室・中級A | 午後3時 1,570円 | | |
| | 大人水泳教室・中級A | 午後7時 1,570円 | | |
| | 大人水泳教室・わかばA | 午前11時 1,570円 | | |
| | 大人水泳教室・わかばB | 午前11時 1,570円 | | |
| | 大人水泳教室・中級B | 午後1時 1,570円 | | |
| | 大人水中健康教室 | 午後2時 1,570円 | | |
| 金曜 | 大人水泳教室・初級 | 午後7時 1,570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 1,570円 | | |
| | 小学生水泳教室・わかば | 午前10時30分 1,570円 | | |
| | 小学生水泳教室・初級 | 午前11時30分 1,570円 | | |
| | 大人水泳教室・上級 | 午後7時 1,570円 | | |
| | 幼児水泳教室(年少~年長児) | 午前10時30分 3,140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 3,930円 | | |
| | キッズダンス(年中児~小学2年生) | 午後4時30分 2,950円 | | |
| | ジュニアHIPHOP(小学2~6年生) | 午後5時30分 2,950円 | | |
| | キッズダンス(年長児~小学2年生) | 午後5時 3,930円 | | |
| | ジュニアHIPHOP(小学3~中学生) | 午後6時 3,930円 | | |
| | キッズフラダンス(年長児~中学生) | 午後5時 3,930円 | | |
| フロア教室 | 月曜 | 体力向上体操 | 午前10時15分(30分間) 2,360円 | |
| | | ZUMBA | 正午 4,710円 | |
| | | フラダンス | 午後1時 4,710円 | |
| | | ストレッチ健康体操 | 午後2時 3,140円 | |
| | | 脂肪燃焼エアロビクス | 午後3時 3,140円 | |
| | | エアロビクス | 午後6時30分 3,140円 | |
| | 土曜 | ボディシェイプ | 午後7時30分 3,930円 | |
| | | 初級エアロビクス・長期 | 午前11時 8,640円★ | |
| | | ヨガ・長期 | 午後4時 12,960円★ | |
| | | 水曜 | 腰痛・肩こり改善体操 | 午前10時15分(30分間) 1,770円 |
| | | | 体力向上体操 | 午前11時 2,360円 |
| | | | ZUMBA GOLD | 正午 3,530円 |
| ピラティス | 午後1時 3,530円 | | | |
| ストレッチ健康体操 | 午後2時 2,360円 | | | |
| やさしいヨガ | 午後3時 3,530円 | | | |
| 木曜 | ヨガストレッチ | 午後7時30分 3,530円 | | |
| | シェイプアップエアロ・長期 | 午後6時30分 9,430円★ | | |
| | ストレッチ健康体操 | 午前10時15分(30分間) 2,360円 | | |
| | 腰痛・肩こり改善体操 | 午前11時 3,140円 | | |
| | ヨガ | 午後2時 4,710円 | | |
| | パワーヨガ | 午後3時 4,710円 | | |
| 金曜 | エアロビクス | 午後7時 3,140円 | | |
| | 機能改善エクササイズ・長期 | 正午 7,860円★ | | |
| | エアロビクス・長期 | 午後1時 7,860円★ | | |
| | ストレッチ健康体操・長期 | 午後4時 7,860円★ | | |
| | 朝ヨガ | 午前10時15分(30分間) 3,140円 | | |
| | ストレッチ健康体操 | 午前11時 3,140円 | | |
| フロア教室 | 土曜 | 24式太極拳 | 正午 3,140円 | |
| | | 初級エアロビクス | 午後1時 3,140円 | |
| | | スローヨガ | 午後2時 4,710円 | |
| | | フラダンス | 午後3時 4,710円 | |
| | | 初級エアロビクス | 午後6時30分 3,140円 | |
| | | シェイプトレーニング | 午後7時30分 3,140円 | |
| | 日曜 | 腰痛・肩こり改善体操・長期 | 午後2時 10,210円★ | |
| | | ステップエアロ | 午前10時30分 4,710円 | |
| | | 初級エアロビクスサーキット | 午前11時30分 3,930円 | |
| | | BOKWA~ボクワ | 午後1時 4,710円 | |
| | | ZUMBA | 午後2時 4,710円 | |
| | | バランスボール | 午後3時 4,710円 | |
| 日曜 | 姿勢改善エクササイズ | 午後4時 3,930円 | | |
| | フィジカルトレーニング | 午後5時 4,710円 | | |
| | 中級エアロビクス | 午後6時30分 3,930円 | | |
| | ヨガ | 午後7時30分 4,710円 | | |
| | 脂肪燃焼エアロビクス | 午前10時30分 3,140円 | | |
| | ZUMBA | 午前11時30分 4,710円 | | |
| ヨガピラティス | 午後0時30分 4,710円 | | | |

30%プレミアム付き! 事業者支援! 消費拡大プレミアム付き商品券を販売します

新型コロナウイルス感染症の影響により低迷している市内事業者の支援と消費拡大を目的に、1セット1万円の販売で1万3,000円利用できる30%プレミアム付きの商品券を販売します。購入を希望する人は、下記応募方法のとおり応募してください。

商品券利用期間 9月12日(土)~令和3年1月31日(日)
販売数 2万7,610セット
対象 市内在住の人
購入限度 1人5セットまで

※購入限度内の応募であっても、応募状況により購入できるセット数が減る場合があります。また、申込者数が販売数を上回った場合は抽選となります
販売価格 1セット1万円
 ※額面500円×26枚=1万3,000円
セット内訳
 ▷大型店・一般店併用券(5,000円)=500円×10枚
 ▷一般店専用券(8,000円)=500円×16枚
 ※一般店事業者支援のため、例年よりも一般店専用券の枚数が多くなっています

引換日 9月12日(土)・13日(日)
 ※時間・場所・引換日後の引換方法は改めてお知らせします
応募方法 購入を希望する人は、8月12日(水)(当日消印有効)までに、郵便ハガキで申し込んでください
ハガキの書き方
 郵便はがき 3758799
 「消費拡大プレミアム付き商品券」係
 藤岡郵便局留
 プレミアム付き商品券申し込み
 1. 郵便番号
 2. 住所
 3. 氏名(フリガナ)
 4. 生年月日
 5. 電話番号
 6. 購入希望セット数
 ※応募は1人ハガキ1枚のみ。1枚のハガキで複数人の応募はできません
 ※楷書ではっきりと記入してください
問い合わせ 藤岡商工会議所(☎221230)・藤岡市鬼石商工会(☎22062)

◆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います
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

◆農業者の皆さんへ

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を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の対象▽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
保険料 月額2万円を下限とし、10000円単位で6万7000円まで増額することができます
対象 農業をする人(農業に年間60日以上従事する60歳未満の人で、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、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)

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

人権を考える

問い合わせ 生涯学習課(☎226888)
学校教育課(☎508212)



いじめ問題解決に向けた子ども会議

～教育現場における人権教育について～

皆さんは「人権」と聞いて、どのようなことを考えますか？人権の内容には、生命や身体の自由の保障、法の下での平等、衣食住に関わる諸権利があります。また思想や言論の自由、教育を受ける権利、働く権利などが含まれます。人権について学習する「人権教育」で大切なことは、私たちに与ってかけがえのないさまざまな権利への知識や理解を深めることはもちろんですが、人権感覚「自分の大切さとともに他の人の大切さを認めること」を身に付けることが大切です。さらに、身に付けたことが、態度や行動に現れるようになることが重要です。

藤岡市の学校教育方針

本市の学校教育方針には「いじめ対策を重点においた人権教育の推進」を掲げ、特に生命尊重、基本的人権の尊重を根幹においた教育を推進しています。そのため、教師は子どもたち一人一人の理解に努め、

分かりやすい授業の実践や居心地の良い学級づくりなどにより、自尊感情の育成とよりよい人間関係づくりを心掛けています。また教師自身の人権感覚の高揚を図るとともに、日常の児童生徒の様子やアンケートなどから、いじめの早期発見に努め、いじめを認知した場合には全校体制で早期に解決を図っています。

いじめ問題解決に向けた子ども会議

子どもたちの人権意識を高める活動の一つとして、毎年、「いじめ問題解決に向けた子ども会議」を実施し、小・中学生、高校生の代表が、いじめ問題に真摯に向き合い、いじめのない学校づくりのための話し合いを行っています。昨年度の会議では「笑顔、やる気、希望いっぱい」の学校づくりに向け私たちができること、一人一人の違いに気づき、考え、行動する「をテーマにして話し合いました。グループ協議の中で、人それぞれ

行動していくことの大切さを

共有し合い、最後に「藤岡市いじめ解決 supporter 宣言」と題して、子ども会議で学んだことを自分の学校で広める決意表明をしました。こうした取り組みは本市のコミュニケーション・スクールの実践にも生かされており、各学校区で策定されている「いじめ防止基本方針」のつとめて体制の整備が進められ、豊かな体験活動などを通して人権教育が行われています。

笑顔・やる気・希望

これからは市教育委員会では、「笑顔・やる気・希望」に満ちた藤岡市の子どもたちの育成のために、各学校をはじめとした教育機関、家庭、地域とつながりながら教育現場における人権教育の一層の充実を図っていきます。

今般の新型コロナウイルス感染症においても、感染者や医療従事者などさまざまな人への人権の配慮が必要となっています。これを機に人権について改めて考えることも大切なことです。



自粛生活中のフレイル(虚弱)に気を付けて

介護高齢課 ☎2809

新型コロナウイルス感染症対策の自粛生活は、流行状況によっては今後も長期化することが予想されます。限られた環境や条件の中で、フレイル(加齢に伴う心身機能の低下)に陥らないための対策を実践しましょう。

生活リズムを整えましょう

食事・入浴・入眠・起床の時間は毎日同じ時刻を心掛け生活リズムを維持しましょう。日中は日光を浴びることで体内リズムが整います。また骨粗しょう症の予防にもなります。窓越しでもいいので1日20分ほど日光を浴びましょう。

身体活動を取り入れましょう

日中は少しでも体を動かし、適度な疲労を感じることで夜

の快適な睡眠につながります。散歩やウォーキングは、人混みを避けるなどの工夫をして行いましょう。運動教室などに参加していた人は、自分でできることを継続しましょう。運動の習慣がなかった人は、まずはラジオ体操から始めることがお勧めです。

また介護高齢課では、筋力トレーニング教室のCDやDVDを無料配布しています。ゆっくりとした動作を繰り返して行う体操なので、DVDを見ながらご自宅で取り組んでみるのはいかがでしょうか。

栄養を取りましょう

1日3食をしっかり食べましょう。3食のうち2食以上は主食(ご飯・パン・麺類)、主菜(肉・魚・卵・大豆製品など)、副菜(野菜・海藻類

など)がそろうように心掛けてみましょう。

特に食欲が落ちやすく体調を崩しやすい高齢期の人は、低栄養状態を予防するために「タンパク質」と「エネルギー」となる食品を意識して食べましょう。食欲がない人は最初に主菜から食べることで、1回の食事が少ない人は牛乳やヨーグルトなどの乳製品をおやつに食べることで、タンパク質やエネルギーを補給することができま

す。

人とつながりを持ちましょう

自分が信頼できる人と話すことは、ストレスや不安を緩和します。電話やメールを活用して家族や友人と交流しましょう。近所の人とあいさつをするだけでも人とのつながりの一つになります。

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 |
|--------|-------------------------------|------------------------|------------------------------------|
| 2日(日) | 光病院 本郷・☎241234 | 深沢内科医院 上戸塚・☎226555 | 光病院 本郷・☎241234 |
| 9日(日) | 鬼石病院 鬼石・☎523121 | さわだ医院 岡之郷・☎41888 | 木村内科医院 仲町・☎220333 |
| 10日(祝) | くすの木病院 旭町・☎243111 | 島田クリニック 中大塚・☎230005 | 長谷川歯科クリニック 高崎市吉井町・☎027・320・3400 |
| 16日(日) | すぎやまメディカルクリニック 下大塚・☎201666 | アイリス診療所 森・☎22542 | 中島整形外科クリニック 芦田町・☎241777 |
| 23日(日) | 篠塚病院 篠塚・☎239261 | 秋山医院 小林・☎228315 | 飯田整形外科医院 篠塚・☎225770 |
| 30日(日) | 光病院 本郷・☎241234 | しろやしき内科 芦田町・☎508320 | 光病院 本郷・☎241234 |
| | | | 江本歯科医院 宮本町・☎241955 |
| | | | 服部歯科医院 鬼石・☎520222 |
| | | | 原歯科医院 大戸町・☎220079 |
| | | | 大竹歯科医院 6丁目・☎220297 |
| | | | 中央歯科 下栗須・☎244180 |

☎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。

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 | 7日(金) 17日(月) 21日(金) | 午後 1時～4時 | 市役所市民相談室 | 7日は7月28日(火)、 17日は8月7日(金)、 21日は8月11日(火)から | |
| 行政相談 | 12日(水) 19日(水) 20日(木) | 午後 2時～4時 | 市役所市民相談室 20日は鬼石公民館 | 当日会場へ | 地域づくり課 (☎④02211) |
| 人権相談 | 14日(金) 28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 | 5日(水) 19日(水) | 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 | 8日(土) 20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 | 18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 (☎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 (☎④02268) |

人口 ()内は前月比
令和2年7月1日現在



男……………31,656人(-31)
女……………32,950人(-12)
計……………64,606人(-43)
世帯数……27,601世帯(+11)

火災・救急 ()内は前年比
令和2年6月30日現在



数字は令和2年1月からの累計(概数)です。
火災 17件 (-12) 救急 1,383件 (-219)
家の中でも、マスクと水分補給!

交通事故 ()内は前年比
令和2年6月30日現在



数字は令和2年1月からの累計(概数)です。
人身 109件 (-47) 物損 539件 (-32)
事故 事故 (-32)
いそいでも 心のブレーキ かけましょう
夏の県民交通安全運動実施中!

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(☎④02208)

ひと雨に空しき姿花茨

未知の地へローカル線で初夏の旅

万緑を駆る優駿の十八騎

どくだみも庭のにぎわい花白し

コロナ禍や熱中症も恐き夏

競い咲く紫陽花日ごと色を変え

杉浦 達成

横堀 義久

小林 錦一

林 節子

新井 武夫

伊藤とり子

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