

City-Fujioka-Gunma Public Relations



広報

# ふじおか

2020  
8.15

No.1233



ぐんぐん体操で運動不足を解消 ～中央公園～



↑ぐんぐん体操  
紹介動画はこちら

イベント

梨の共進会



**期日** 9月4日(金)  
**内容・時間** ▽出品梨の展示  
 11午前11時30分〜正午▽出品  
 梨の即売11正午〜売切れ次第  
 終了

**会場** ▽出品梨の展示11市役  
 所防災センター▽出品梨の即  
 売11市役所正面玄関前  
 ※例年開催している梨の無  
 料配布は新型コロナウイルス  
 感染拡大防止のため実施しま  
 せん  
**問い合わせ** 農林課(☎④02  
 316)

ぐんま天文台の人に  
教えてもらわナイト

2年2カ月ぶりに地球に最  
 接近する火星を観察しよう。  
**日時・内容** 10月9日(金)▽解  
 説会11午後7時〜7時30分▽

観望会11午後7時30分〜8時  
 ※天候不良の場合は解説会  
 のみ実施  
**会場** みかぼみらい館  
**定員** 20人(先着順)  
**参加料** 無料  
 その他 小学生以下は保護者  
 同伴。参加の際はマスクを着  
 用してください  
**申し込み** 9月2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

9月の移動図書館	
神流地区	1日(火)
小野地区	16日(水)
美土里地区	15日(火)
美九里地区	9日(水)
平井地区	8日(火)
日野地区	10日(木)
鬼石地区	2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

ホームページ作成講習



ビジネスや商売にホーム  
 ページを活用し、集客や販路  
 開拓につなげましょう。

**日時** 9月17日(木)・24日(木)(全  
 2回)午後1時30分〜4時30分  
**会場** (株)五和ピアアップスクール  
**内容** 無料で簡単にできるホ  
 ムページの作成、スマートフォン  
 の活用  
 ※すでにホームページを持つ  
 ている人は、イベントやキャ  
 ンペーンサイトとして作成・  
 活用できます  
**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)

八塩温泉旅館組合と  
災害時協定締結



7月16日、八塩温泉旅館組合と市は「水  
 害時における緊急時避難協力施設としての  
 一時使用に関する協定」を締結しました。  
 この協定により、緊急時における要配慮者  
 や地元住民の新たな避難場所が確保できま  
 した。今後も協力して、安全、安心なまち  
 づくりに取り組んでいきます。  
**問い合わせ** 地域安全課(☎②7444)

**100歳のお誕生日  
おめでとうございます**  
 新井市長と松村市議会議長が慶祝訪問

山口 カツエさん(7月15日訪問)  
 好き嫌いなく何でも食べて、とても元  
 気で表情豊かな山口さん(7月13日生ま  
 れ・岡之郷)。長生きの秘けつは「いつ  
 もにここにこで、怒らないこと」と教えて  
 くれました。

民生の実現を目指して、全  
 5回にわたり実施します。  
 ※1回のみ参加もできます

**第1回**  
**日時** 9月23日(水)午後2時  
**会場** 教育庁舎  
**内容** 女性問題から人権を考  
 えよう

**第2回**  
**日時** 10月15日(木)午後2時  
**会場** 教育庁舎  
**内容** どんな人も人は人々  
 権感覚を磨くということハ  
 ンセン病問題、新型コロナウイルス  
 イルス感染症から考える

**第3回**  
**日時** 11月9日(月)午後2時

**会場** 教育庁舎  
**内容** 同和問題の現状と課題

**第4回**  
**日時** 12月10日(木)午後2時40  
 分  
**会場** みかぼみらい館  
**内容** 人権フェスティバル

**第5回**  
**日時** 令和3年1月18日(月)午  
 後2時  
**会場** 教育庁舎  
**内容** 人権意識を高めるために  
**共通事項**  
**定員** 10人(先着順)  
 その他 当日はマスクを着用  
 してください。発熱や風邪症  
 状がある人は参加できません

ができる人  
**定員** 12人(先着順)  
**参加料** 1958円(テキスト  
 1冊代)  
**申し込み** 8月24日(月)〜9月  
 7日(月)に電話で(株)五和ピアッ  
 プスクールへ  
**問い合わせ** (株)五和ピアッ  
 プスクール(☎②4811)・  
 商工観光課(☎④02319)

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  
 植木の剪定・草刈り・屋内外  
 の清掃・農作業・一般事務など  
**対象** 60歳以上の人  
**会費** 年間3000円  
**新規入会者説明会**  
**日時** 8月25日(火)・9月25日  
 (金)・10月26日(月)・11月25日(水)  
 午前10時  
**場所** シルバー人材センター  
 その他 詳細はシルバー人材  
 センターホームページ(http://  
 www.sjc.ne.jp/fujioaka/)を確  
 認してください  
**申し込み・問い合わせ** シル

平井城を再認識する勉強会

関東管領の居城として築か  
 れた平井城について学びます。  
**日時** 9月12日(土)午後3時  
**会場** 藤岡公民館  
**内容** 講演会「平井城跡を探る」  
**定員** 50人(先着順)  
**参加料** 無料  
**申し込み・問い合わせ** 9月  
 10日(木)までに関東管領平井城  
 址保存会事務局(地域づくり  
 課内☎④02428)へ

出張緑化講座

第4回出張緑化講座を開催  
 します。  
**日時** 9月10日(木)午前10時  
 正午  
**会場** 県前橋合同庁舎  
**内容** いま知りたい芝生の雑  
 草防除とモグラ対策  
**講師** 黛幸弘さん(樹木医)  
**定員** 30人(先着順)  
**参加料** 無料  
**申し込み・問い合わせ** 8月  
 24日(月)午前8時30分から県緑  
 化センター(☎0276・8  
 8・7188)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

スポーツ  
問 ☎ 8213



市民テニス大会

日時 10月4日(日)・11日(日)・17日(土)午前9時競技開始  
※予備日10月18日(日)  
会場 庚申山総合公園テニスコート  
種目 ▽シングルス(男女)▽ダブルス(男女)▽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オールタイプレック・セミアバンテージ方式)  
対象 市内在住・在勤・在学・在クラブの人  
参加料 ▽シングルスⅡ1500円▽ダブルスⅡ1組1500円▽団体戦Ⅱ1グループ3000円  
申し込み・問い合わせ 8月21日(金)～9月4日(金)にグラン

ドFテニスクラブ(☎246363)・スポーツ課へ

健康福祉

ぐんま妊娠SOS

思いがけない妊娠に一人で悩んでいませんか? 県では助産師による妊娠に特化した相談窓口を開設しています。相談は無料で、秘密は守ります。  
日時 ▽電話Ⅱ毎週火・土曜日午後7時～10時(祝日・年末年始を除く)▽メールⅡ24時間受け付け  
相談・問い合わせ ぐんま妊娠SOS(☎0276・37・5660、☒ホームページ <https://gunma-nishin-sos.com/>)のメールアドレスから) ※通信料・通話料は相談者負担  
不妊治療費補助事業・不育症治療費補助事業  
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、治療費の一部を助成します。  
助成額 治療費の2分の1(1年度当たり上限10万円)  
不妊治療費補助事業 妊娠しても流産・死産を繰り返す不育症の治療費の一部を助成します。  
助成額 治療費の2分の1(1年度当たり上限20万円)  
共通事項  
助成回数 1年度当たり1回とし通算5回(5年度)まで  
申請期限 令和3年3月31日(水)  
※治療終了後おおむね1カ月以内に申請してください  
申請・問い合わせ 子ども課(☎22268)

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カ月に一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。  
▷犬は出入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  
▷家の増改築などで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  
その他 市では、検針業務・料金の徴収収納業務・開栓業務などを業者に委託しています。業者の職員は身分証を携帯しているため、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)

各種検診(健診)を開始します

新型コロナウイルス感染症の拡大を受け延期していた各種検診(健診)を9月から開始します。8月中旬に対象者に通知を発送しますので、8月下旬までに受診票・受診券が届かない人は健康づくり課に連絡してください。  
※4月に毎戸配布した「令和2年度藤岡市検診等のご案内」の内容から日程・受診方法などの変更がありますので、

通知に同封されている改訂版の案内を確認してください

個別検診(健診)

9月1日(火)から指定の医療機関で受診できます。必ず事前に予約してから受診してください。指定医療機関は通知に同封されている一覧表を確認してください。

集団検診(健診)

一部検診を除き完全予約制とします。通知に同封されている日程表を確認し、予約受付期間に申し込んでください。申し込み・問い合わせ 健康づくり課(☎22808)

その他

粗大ごみ有料回収

収集日 9月7日・14日・28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 8月21日(金)から電話で清掃センター(☎23305)へ

新しい農業委員・農地利用最適化推進委員が決まりました

農業委員会法改正後、2期目の農業委員(14人)および農地利用最適化推進委員(18人)が決まりました。  
7月20日に新農業委員の初総会が行われ、会長に秋山幸夫さん、会長職務代理に浅見健司さんが選出されました。任期は令和5年7月19日までの3年間です。両委員が連携して農地利用の最適化の推進を図るとともに、農業者の相談役を務めます。

農業委員



認定農業者委員	
岩下 次夫 (小林)	関根 隆雄 (岡之郷)
福田 俊太郎 (上戸塚)	浅見 健司 (上落合)
秋山 幸夫 (本郷)	折茂 新一 (白石)
黒澤 義雄 (上日野)	浦部 隆 (浄法寺)

女性委員	
清水 文江 (藤岡)	茂木 由子 (西平井)
青年委員	
山口 暁 (中栗須)	折茂 高弘 (西平井)
中立委員	
金澤 貞夫 (藤岡)	宮澤 一夫 (神田)

(敬称略)

農地利用最適化推進委員

藤岡	神田 隆
	高橋 茂男
神流	温井 眞一
	根岸 和也
小野	渡邊 義晴
	清水 淑朗
美土里	茂木 幹夫
	松原 甚太郎
美九里	眞下 篤夫
	廣瀬 勉
平井	麻生 浩一
	浦部 信幸
日野	森田 勝幸
	堀越 昭彦
鬼石	新井 正次
	山田 武房
鬼石	川村 信行
	新井 勝政

(敬称略)

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(☎26888)

## ♂LGBT♀

### ～性的少数者の人権～

皆さんはLGBTという言葉を聞いたことがありますか。レズビアン(女性の同性愛者)、ゲイ(男性の同性愛者)、バイセクシュアル(両性愛者)、トランスジェンダー(このころの性と体の性が不一致の人の頭文字を合わせたものです。性的少数者を表す言葉ですが、性的少数者にはより多様な形があり、LGBTに含まれない人がいることも併せて覚えておいてください。

#### 性的少数者の悩み

性的少数者は早い人では物心が付いた頃から違和感を覚える場合がありますが、多くは思春期になり第二次性徴に伴う心身の変化や学校生活の中で、悩みが大きくなっていきます。

学校生活は設備や決まりが男女別を想定したもの(トイレ・更衣室・制服・髪型など)が多く、活動も性別で分けられる場面があり、性的少数者への配慮が十分ではないところがあります。また性的少数者は性の多様

性について学習する機会がほとんどないため、正しい知識を身に付けることができず、悩みを相談する相手を見つかることにも苦労しています。こうした中で、自分の将来像を具体的に想像することができず、日常的な悩みとともに、将来に希望が持てない不安が重なっているのが現状です。社会に出て、ハラスメントを受けたら、悩みを相談する場がなかったりします。

次には、周囲の大人(保護者や教員など)が子どもの行動から悩みが付き、一緒に解決方法を探していくように働き掛けることも必要です。こうした中で正しい知識を与えたり、ありのままの良いと安心させたりしていくことができればいいと思います。またカミングアウト(公表)された場合には、次の言葉を参考にし、相手の話をしっかりと聞くよう心掛けてください。「話してくれてありがとう」「私にできることはある?」「他に知っている人はいる?」そして許可なく他の人に話を広げないでください。

#### 周囲がわかること

一人一人が自分の周囲に性的少数者がいることを念頭に置いた言動を心掛けることが第一です。「からかい」は遊びではなく差別になることを理解し、「いいこと」「いけないこと」を自分で意識したり、周囲に意識させたりし

多様な性の在り方を正しく理解し、誰もが自分らしくありのままに生きられる社会をみんなで作っていきましょう。専門相談窓口 よりそいホットライン(☎0120・279・338、24時間無料電話相談)



### 朝食を食べよう

健康づくり課(☎2808)

朝食を食べると、その日1日を元気に過ごせるようになるだけでなく、毎日きちんと食べ続けることでさまざまな効果・役割を發揮します。

#### 朝食の効果・役割

○体のリズムを整える  
朝食を食べることで起床直後の体が目を覚まします。また朝食がどうしても食べられないという人は、夕食を食べる時間が遅過ぎたり、多過ぎたりする可能性があります。朝食は体のリズムのパロメーターにもなります。

○脳にエネルギーを補給する  
脳は寝ている間も活動しているため、脳のエネルギー源であるブドウ糖は起床の時点で不足しています。このブドウ糖を補給しないと、頭がぼんやりしたまま午前中を過ごす

ことになってしまいます

○体温を上げ基礎代謝を向上させる  
朝食を食べると体内のさまざまな器官が活動を始めて熱を発生するため、睡眠時に下がった体温を上昇させます。また代謝が向上して太りにくい体になります

○生活習慣病を予防する  
朝食を抜くと、空腹によるストレスで血圧が上昇したり、昼食・夕食を食べ過ぎてしまったりして、かえって肥満のリスクが高まります。また午前中に体温が上がらないために活発に動けないことも肥満につながります

○腸を刺激し排便を促す  
就寝中は内臓も休んでいるため、起床後もそのままでは本調子になれません。朝食を食べることで腸の蠕動運動が活発になり、排便が促されます

#### 季節のおいしい野菜を朝食に

このように朝食にはたくさん良い効果がありますが、現在、20〜40代の若い世代に朝食を食べない人が増えていきます。特に若い男性に欠食が多く、平成28年度県民健康栄養調査では、20代男性の約4人に1人が欠食とのデータがあります。

朝食を食べない人は、まずは何か食べる習慣を身に付けましょう。食べる人はバランスの良い朝食を心掛けましょう。特に野菜を取ることをお勧めします。

野菜の1日の目標摂取量は350gですが、不足しがちです。特に朝食を食べないと野菜の摂取量も少ない傾向です。季節のおいしい野菜を朝食に取り入れて元気な毎日を送りましょう。

## 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
6日(日)	鬼石病院 鬼石・☎523121	中田医院 宮本町・☎220385	原内科クリニック 下戸塚・☎402255	ほりぐち歯科医院 下栗須・☎408566
13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・☎220569
20日(日)	よしだ内科クリニック 白石・☎508958	藤岡こどもクリニック 小林・☎240024	藤岡総合病院 中栗須・☎223311	松岡デンタルクリニック 上大塚・☎225533
21日(祝)	篠塚病院 篠塚・☎239261	栗原胃腸科外科医院 神田・☎402299	小山医院 中栗須・☎201200	むらかわ歯科 中栗須・☎226480
22日(祝)	光病院 本郷・☎241234		しのめクリニック 中栗須・☎228851	光病院 本郷・☎241234
27日(日)	鬼石病院 鬼石・☎523121	やまうち内科 2丁目・☎245792	根岸産婦人科小児科医院 中栗須・☎241111	茂木歯科医院 鮎川・☎228788
				守谷歯科医院 高崎市新町・☎402007

☎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	4日(金) 18日(金) 24日(木)	午後 1時～4時	市役所市民相談室 24日は鬼石公民館	4日は8月25日(火)、 18日・24日は9月 8日(火)から	
行政相談	9日(水) 16日(水) 17日(木)	午後 2時～4時	市役所市民相談室 17日は鬼石公民館	当日会場へ	地域づくり課 (☎402211)
人権相談	11日(金) 17日(木) 25日(金)	午後 1時～3時	市役所市民相談室 17日は鬼石公民館	当日会場へ	
心配ごと相談	9日(水) 23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	5日(土) 10日(木) 17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 (☎245647)
成年後見・相 続・遺言相談	15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2年8月1日現在



男……………31,622人(-34)  
女……………32,917人(-33)  
計……………64,539人(-67)  
世帯数………27,616世帯(+15)

火災・救急 ( )内は前年比  
令和2年7月31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 1,643件 (-235)

人との接触は最小限に!!

交通事故 ( )内は前年比  
令和2年7月31日現在



数字は令和2年1月からの累計(概数)です。

人身 127件 物損 625件  
事故 (-57) 事故 (-54)

運転に不安を感じたらまずは相談 気持ち  
ハレバレ 安全運転相談ダイヤル#8080

納税

期日：9月30日



固定資産税…3期  
国民健康保険税…3期  
介護保険料…3期  
後期高齢者医療保険料…3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)

青葉風膨らむ庭に紅揺れる  
句を愛し句を生きがいに花水木  
自肅中ハンドメイドの夏マスク  
新緑の早朝ウオークコロナ避け  
あじさいや昨日より今日の美しさ  
朝顔のつるにまかせて咲きのぼる

敬称省略

中山由里子  
蛭川 準司  
関口 悦子  
初山 公子  
吉田佐太夫  
秋山 春子

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)市役所秘書課広報聴係「文芸の里」応募係まで