

**スポーツ**  
問番508213

**グラウンドゴルフ大会**

**日時** 10月11日(日)午前8時30分開会(小雨決行)  
**※予備日**10月12日(月)  
**会場** 保美憩いの広場  
**対象** 市内在住・在勤・在クラブの人  
**参加料** 300円  
**プレー方法** 8ホール×3ラウンド(24ホールストロークプレー)  
**申し込み・問い合わせ** 9月8日(火)～25日(金)に参加料を持ってスポーツ課へ

**市民ボウリング大会**

**日時** 10月18日(日)午前10時開会  
**会場** 藤岡ボウル  
**種目** 男女別▽ジュニア(高校生以下)の部▽マイボール一般の部▽マイボールシニアの部▽ハウスボール(一般・シニア混合)の部  
**※シニア**は当日50歳以上の人  
**対象** 市内在住・在勤・在学の人および市ボウリング協会会員

**市民ボウリング教室**

**定員** 56人(先着順)  
**参加料** ▽一般12000円  
 ▽高校生以下11500円  
**※貸し靴代込み**  
**その他** マイボール部門はアメリカン方式、他はヨーロッパ方式の3ゲーム  
**申し込み・問い合わせ** 10月16日(金)までに藤岡ボウル(☎2570)へ



**市支部対抗ゴルフ大会**

**日時** 10月26日～12月14日までの毎週月曜日(全8回)午後7時～9時  
**会場** 藤岡ボウル  
**対象** 市内在住・在勤・在学の人  
**定員** 20人(先着順)  
**参加料** 5000円(資料代・ゲーム代・傷害保険料など)  
**※貸靴代が別途必要になります**  
**申し込み・問い合わせ** 9月

**健康体力づくり教室(後期)**

8日(火)～10月9日(金)に参加料と印鑑を持ってスポーツ課へ  
**日時** ▽A組10月1日～令和3年2月18日の第1・3木曜日▽B組10月8日～令和3年2月25日の第2・4木曜日(各組全10回)  
**会場** 庚申山第2体育館  
**対象** 市内在住・在勤で45歳以上の人  
**定員** 各組30人(先着順)  
**参加料** 1000円(保険料など)  
**申し込み・問い合わせ** 9月1日(火)～25日(金)に参加料を持ってスポーツ課へ

**自殺予防月間**

**問い合わせ** 保険年金課(☎2822)  
**④02822**  
 県は9月を「自殺予防月間」と定め、県・市町村・関係団体などと連携し、自殺予防に取り組んでいます。  
 現代社会では、誰もが心の健康を損なう可能性があります。市では随時相談を受け付けているので、一人で悩みを抱え込まず、誰かに相談しましょう。  
 また、身近にいる人の悩み

**市以外の主な相談窓口**

相談窓口	開設時間
こころの健康相談(☎0570・064・556)	【月～金】午前9時～午後10時(年末年始・祝日を除く)
県こころの健康センター(☎027・263・1156)	【月～金】午前9時～午後5時(年末年始・祝日を除く)
藤岡保健福祉事務所(☎21420)	【月～金】午前8時30分～午後5時15分(年末年始・祝日を除く)
群馬いのちの電話(☎027・221・0783)	【毎日】午前9時～翌午前0時 【第2・4金】午前9時～翌午前9時
自殺予防いのちの電話(☎0120・738・556)	【毎月10日】午前8時～翌午前8時

**高齢者用肺炎球菌ワクチン予防接種**

秋から冬は感染症が流行するため、肺炎にかかりやすくなります。今年度の予防接種補助対象者には4月に予防票を送付しましたが、まだ接種していない人は感染症が流行する前に必ず接種を済ませましょう。  
**対象者** 今年度65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人で過去に一度も接種したことがない人  
**個人負担金** 2000円  
**接種に必要な物** 保険証・送付された予防票  
**問い合わせ** 健康づくり課(☎2808)

**成人健康相談**

**日時** 9月28日(月)午後1時～4時(要予約)  
**会場** 市保健センター  
**内容** ▽健康や栄養についての相談会▽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)

**新しい国民健康保険証**



国民健康保険の保険証を9月中に郵送します。保険証が届いたら、氏名・住所などの記載内容を確認し、10月1日から使用してください。  
 有効期限の切れた保険証は、市役所へ返却するか、各自で処分してください。  
**届出は14日以内に**  
 届出が遅れてしまうと、国民健康保険と社会保険の二重加入になったり、どちらの保険にも未加入となる可能性があります。  
**届け出が必要となった日から14日以内に手続きをしてください。**

**手話をやってみよう(第18回)**



手話は音声言語と異なり、手指や体の動き、表情を使って視覚的に表現する言語です。手話が身近な言語となるよう、皆さんもやってみましょう。  
 今月は「仕事／働く」「学校／勉強」を紹介します。

【仕事／働く】

両手の指先を向かい合わせて、繰り返し近づける

【学校／勉強】

両手を本を読むように並べ、手の甲の方向へ軽く2回下げる

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