

イベント

歴史館春季企画展

新たに市指定文化財に指定された中大塚城跡・牛田廃寺跡をはじめ、最新の調査で見つけた市内の各史跡や古墳、国指定重要文化財の平井1号墳出土大刀の修復状況などについて紹介します。

日時 3月6日(土)～5月9日(日)午前9時～午後5時

会場 藤岡歴史館

内容 未来に伝える藤岡の歴史

問い合わせ 藤岡歴史館(☎26999)

図書館情報
問 ☎221669

図書館ボランティア

図書館では地域に開かれた身近な図書館づくりを進めていくため、図書館ボランティアを募集します。

期間 4月～令和4年3月31日

内容 書架の整理・行事の手伝いなど(都合の付く2時間程度)

スポーツ
問 ☎508213

健康・体力づくり教室

期間 ▽A組(初めて受講する人) 4月1日～8月19日の第1・3木曜日 ▽B組(以前に同教室の受講経験がある人) 4月8日～8月26日の第2・4木曜日(各組全10回)

時間 午前9時30分～11時30分

会場 庚申山第2体育館

対象 市内在住・在勤の45歳以上の

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 3月

対象 市内在住・在勤・在学・近隣(高崎市・安中市・玉村町・多野郡)在住で、図書館活動に関心があり、年間を通して活動可能な18歳以上の

定員 40人(先着順)

その他 詳細は図書館ホームページを確認してください

申し込み・問い合わせ 3月18日(木)までに申込用紙に記入して図書館へ

手話をやってみよう(第24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「何?/どうした?/どうしましたか?」を紹介します。

【何?/どうした?/どうしましたか?】



人差し指を数回左右に振り、少し首をかしげる

※右上の2次元コードを読むと動画が再生されます

初心者ラウンドゴルフ教室

4日(木)～25日(木)に参加料を持ってスポーツ課へ

日時 4月5日～5月13日の月・木曜日(全10回)午前10時～正午

会場 中央公園(初日は藤岡)



市民陸上競技大会

日時 5月9日(日)午前9時競技開始

3月は「自殺対策強化月間」です



問い合わせ 福祉課(☎2384)

自殺は、さまざまな悩みや問題が原因で心理的に追い込まれた末の死です。悩みは決してひとりで抱え込まず、まずは誰かに相談しましょう。家族や友人など、周りに悩んでいる人がいたら、声を掛け、話を聞いて、相談を勧めてください。市では随時相談や訪問を行っています。

電話相談窓口

相談窓口	開設時間
こころの健康相談統一ダイヤル(☎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～午前0時 【第2・4金】午前9時～翌午前9時
いのちの電話(☎0120・783・556)	【毎日】午後4時～9時 【毎月10日】午前8時～翌午前8時
よりそいホットライン(☎0120・279・338)	【毎日】24時間対応
市福祉課(☎2384)	【月～金】午前8時30分～午後5時15分(年末年始・祝日を除く)

SNS相談窓口

LINEやチャットなどで相談ができます。インターネットブラウザで「厚生労働省SNS相談」と検索するか、右の2次元コードからアクセスしてください。



こころの体温計

メンタルチェックシステム「こころの体温計」では、パソコンやスマホでいつでも簡単にこころの健康状態をチェックすることができます。市ホームページまたは右の2次元コードからアクセスしてください。



市民陸上競技教室

日時 4月10日～令和4年3月12日の土曜日(全37回)午前9時～11時

会場 総合運動公園陸上競技場

対象 市内在住・在勤・在学の小学3年生以上の人

参加料 ▽小・中学生 1150円 ▽高校生以上 2000円(保険料など)

申し込み・問い合わせ 4月2日(金)までに参加料を持ってスポーツ課へ

会場 総合運動公園陸上競技場

種目 ▽男女 100m・200m・800m・1500m・3000m・走高跳・走幅跳・砲丸投 ▽男子のみ 400m・1000m・三段跳

※学年別・年齢別の種目があります。小学4年生以下は100mのみ出場できます

対象 県内在住の小学1年生以上の

出場制限 1人2種目まで

参加料 3000円(保険料など)

申し込み・問い合わせ 4月16日(金)までに参加料を持ってスポーツ課へ

高齢者水中健康体操

日時 4月8日～9月30日の木曜日(全22回)午後1時～2時

会場 みずとぴあ藤岡

内容 水中でのウォーキングや軽い体操

対象 市内在住の65歳以上で6カ月間参加できる健康な人

※通院している人はかかりつけ医に相談してください

定員 15人(先着順)

※新規申込者優先

参加料 無料(別途入場料が必要)

その他 市の健康マイレージ対象事業です

申し込み・問い合わせ 3月9日(火)～15日(月)に電話で介護高齢課(☎2809)へ

健康福祉

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