

City-Fujioka-Gunma Public Relations



広報

ふじおか

2023
2.15

No.1293

赤く色づく、やよいひめ。

2月から3月にかけて出荷の最盛期を迎える「やよいひめ」。
藤岡市の産出額は県内1位で、やよいひめの一大産地です。
大粒の実を付けたやよいひめが、皆さんの手元に届くのを待ちわびています。

新型コロナウイルス関連情報

問い合わせ 市コロナワクチンコールセンター(☎408024) 健康づくり課(☎221211(代表))



県健康フォローアップセンターへ登録を

県は、相談・支援体制を充実させた県健康フォローアップセンターを設置し、自宅療養する人を支援しています。発生届(※)の対象外となる人は県健康フォローアップセンターへの登録をお願いします。
※医療機関から保健所に提出される新型コロナウイルス感染症の陽性者の届け出

医療機関を受診

届け出対象の人 (医師から発生届が出される人)

- ① 65歳以上の人
- ② 入院が必要な人
- ③ 重症化リスクがあり、かつコロナ治療薬または酸素投与が必要な人
- ④ 妊婦

保健所から電話で連絡があります。

症状の経過や体調について保健所が聞き取りを行い、療養場所(入院・宿泊施設・自宅)を調整します。

自宅療養となった人には、県健康フォローアップセンターまたは保健所が健康観察を行います。

自己検査

陽性が判明した人 (医療機関未受診)

自己検査をする際の抗原検査キットは、**体外診断用医薬品**または**第1類医薬品**を使用しましょう

届け出対象外の人 (医師から発生届が出ない人)

左記の①～④に該当しない人

保健所から連絡はありません

県健康フォローアップセンターに登録することで、健康相談や生活支援(食料品)、体調悪化時の受診案内、宿泊療養施設の入居調整などの支援を受けることができますので、登録をお願いします。

午前8時30分～午後5時30分

県健康フォローアップセンター
☎027・225・2125



▲県健康フォローアップセンターについて(県HP)

その他の新型コロナウイルスに関する問い合わせはこちら

受診の相談や、県健康フォローアップセンターの受け付け時間外で体調悪化時の急を要する問い合わせ

➡ **県受診・相談コールセンター(☎0570・082・820)**

抗原検査キットを使用した際の自己検査陽性による登録に関する問い合わせ

➡ **陽性者登録窓口(☎050・5530・2901、午前9時～午後5時)**

広報アンケート結果

市民の皆さんと行政を結ぶ「広報ふじおか」がより分かりやすく、皆さんのニーズに合ったものになるよう、令和4年8月26日～10月31日の期間でアンケート調査を実施し、ご意見やご要望をお聞きしました。調査では555件の回答をいただきましたので、その主な結果についてお知らせします。

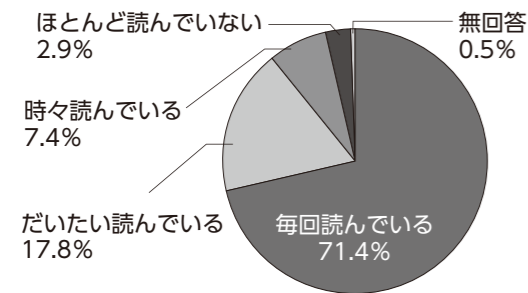
「読んでいますか?」は、紙面作りの参考にし、関心を持って読んでいただける広報紙を目指していきたいと思えます。

人が目を通しており、読みやすさについては「読みやすい」が65・8%という結果でした。

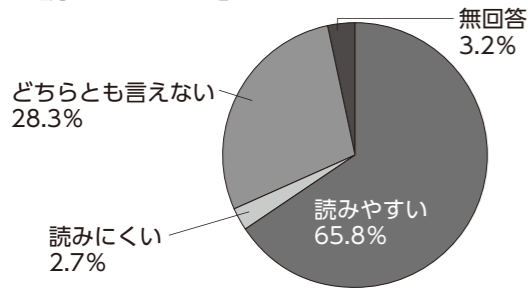
「市からのお知らせ・イベント募集」は68・5%の人が、「休日当番医」「藤岡元気人」が関心を持って読んでいますという結果でした。

「市内の文化・芸術の情報は興味深く楽しい」「地元の情報を得るために活用させてもらっている」「ページ数の割に中身が濃い」「紙面がカラーになって読みやすくなった」などの励みになるものや、「配布方法を検討してほしい」「文字を大きくしてほしい」「参加できるサークルやボランティアの案内を載せてほしい」「市役所各部署の仕事や職員紹介をしてほしい」など、数多くのご意見が寄せられました。

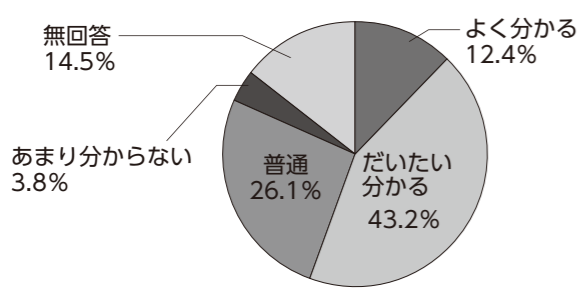
読んでいますか?



読みやすいと思いますか?



市政やまちの様子が分かりますか?

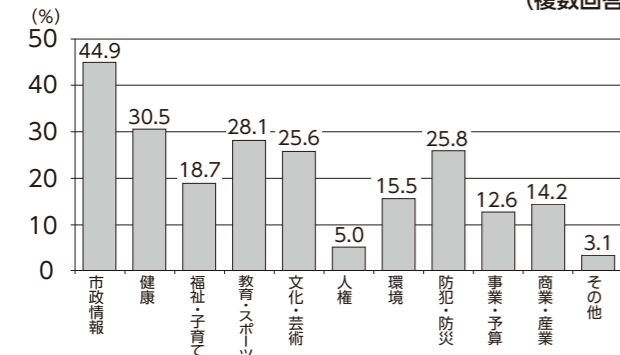


関心を持って読む記事は何ですか?(複数回答)

①市からのお知らせ・イベント募集	68.5%
②休日当番医	33.2%
③藤岡元気人(人物紹介)	29.9%
④まちの話題	28.8%
⑤いまからできる!日常防災(防災知識)	19.3%
⑥キラリ☆わたしの学校(学校の話)	19.3%
⑦ふじおかCulture(文化財)	13.0%
⑧Health(健康情報)	12.8%
⑨教えて!消費生活(消費生活のQ&A)	10.5%
⑩困ったときの無料相談	10.5%

※上位10項目

どのような記事があれば読んでみたいと思いますか?(複数回答)



※アンケート回答者の内訳: 区長など=222件、市主催のイベントなど=296件、その他=37件

イベント

市民展覧会

日時 3月8日(水)～12日(日)
前9時～午後5時(12日は午後3時まで)
会場 市民ホール
内容 一般公募による書道・美術・写真の展示
入場料 無料
問い合わせ 生涯学習課(☎26888)

ららん藤岡
ぐんまの洋蘭展



期間 3月10日(金)～19日(日)
前10時～午後6時(19日は午後3時まで)
会場 ららん藤岡花の交流館
内容 ▼洋ラン鉢物・切り花・寄せ植えコンテスト▼15年以上研究開発して誕生した「青いコチョウラン」の特別展示

作品募集

内容 洋ラン鉢物・切り花・寄せ植え作品
受付期間 3月8日(水)午後1時～5時、9日(木)午前9時～正午に直接会場へ
問い合わせ ららん藤岡(☎248220)

図書館情報
問 ☎221669

読書感想画展

市内・多野郡の小中学校の児童・生徒が描いた読書感想画を展示します。
日時 2月21日(火)～3月5日(日)午前9時～午後5時(2月27日(月)を除く)
会場 図書館

講座・教室

ホームページ作成講習
日時 3月28日(火)午後1時30分～4時30分
会場 (株)五和ピーアップスクール(小林)
内容 無料で簡単にできるホームページの作成

ホームページの作成

※すでにホームページを持っている人は、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)ができる人
定員 16人(先着順)
参加料 1980円(テキスト代など)
申し込み 3月1日(水)～24日(金)午前9時～午後5時に電話で(株)五和ピーアップスクールへ
問い合わせ (株)五和ピーアップスクール(☎24811)・商工観光課(☎402319)

藤岡中央児童館
親子教室

日時 4月～令和6年3月の木曜日(月2回程度)午前10時
会場 藤岡中央児童館
内容 リズム遊び・制作活動・季節の遊びなど
対象 2年4月2日～4年4月1日生まれの子どもと保護者
定員 12組(抽選)

スポーツ

春のボウリングフェスタ

日時 3月12日(日)午後2時受け付け、2時30分競技開始
会場 藤岡ボウル
種目 ▼ハウスボウルの部(男女混合)▼マイボウルの部(男女別)
対象 市内在住・在勤・在学の市および市ボウリング協会会員
定員 56人(先着順)
参加料 ▼一般12000円 ▼高校生以下15000円(貸し靴代込み)
その他 ハウスボウルの部はヨーロッパ方式の3ゲーム、マイボウルの部はアメリカン方式の3ゲーム
申し込み・問い合わせ 3月11日(土)までに藤岡ボウル(☎242570)へ

令和5年度定例教室 (生徒募集)

初心者を対象にしているので、誰でも気軽に参加することができます。

定員 全ての教室で先着順

※初めて参加する人優先

その他 ▷申し込みが少ない場合は教室を開催できない場合があります▷新型コロナウイルス感染症の拡大状況により定員を減らす場合があります▷各地区公民館は、4月1日(土)から地域づくりセンターに名称が変わります

申し込み・問い合わせ 3月1日(水)～10日(金)に▷総合学習センター定例教室＝生涯学習課(☎26888)▷各地区公民館教室＝各地区公民館へ

表の見方

▷月額費用に「別」と記載のある講座は別途、材料費・テキスト代がかかります

総合学習センター(☎26888)

教室名	曜日	開始時間	月額	定員
太極拳(初級)	第1～3水	午前10時	500円	30人

藤岡公民館(☎20534)

教室名	曜日	開始時間	月額	定員
キャンドルヨガ	第1・3木	午後7時	500円	12人
まゆクラフト	第2水	午後1時30分	1,000円	15人
てん刻	第2土	午後1時30分	1,000円	10人
シニアパソコン	第2・4火	午後1時30分	1,000円	10人
韓国料理	第2火	午後1時30分	500円別	12人

神流公民館(☎240809)

教室名	曜日	開始時間	月額	定員
ヨガ	第1・3金	午後1時	500円	20人
	第2・4金	午後1時	500円	20人

小野公民館(☎21239)

教室名	曜日	開始時間	月額	定員
フィットネス	第1～4木	午後7時30分	1,000円	15人
ウクレレ	第1～4月	午後1時30分	1,000円	15人
フラダンス	第1・3木	午後2時30分	500円	15人
季節を楽しむ料理	第2・4水	午前10時	2,000円	12人

美土里公民館(☎21249)

教室名	曜日	開始時間	月額	定員
健康増進	第1～3金	午前10時	1,000円	20人

美九里公民館(☎21334)

教室名	曜日	開始時間	月額	定員
オカリナ(初級)	第1・3月	午前10時	1,000円	15人
ヨガ(初級)	第1・3火	午前9時30分	500円	20人
ストレッチ	第2・4木	午後1時30分	500円	20人

平井公民館(☎21240)

教室名	曜日	開始時間	月額	定員
絵手紙	第2・4月	午後1時30分	1,000円	15人
歌唱	第2・4水	午後2時30分	1,000円	15人
ヨガ	第1～4木	午前9時30分	1,000円	15人

鬼石公民館(☎23881)

教室名	曜日	開始時間	月額	定員
ZUMBA GOLD	第2・4木	午前10時	1,000円	15人
料理	第2金	午前10時	1,000円	15人
寄せ植え	第3水	午後1時30分	500円別	15人
絵手紙	第3金	午後1時30分	500円別	15人
太極拳	第2・4火	午後1時30分	1,000円	15人

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

もっと知りたい!

藤岡市のこと

令和5年度予算案へ計上!

若手職員による未来創造を実現へ!

市では、市の未来を創造し、政策を推進していくことを目的として、「未来創生本部」を設置しています。本部には若手職員を中心とした4つの部会が設置され、各部会で検討した新たな政策を昨年12月に市長へ提案しました。

設置部会

- ①未来イノベーション部会 ②笑顔で子育て応援部会 ③元気な地域産業創出部会 ④市制施行70周年記念イベント検討部会

「10年、20年先の都市環境を創造するまちづくり」をテーマとした藤岡市の先進的な施策を紹介します。

問い合わせ 秘書課(☎402200)
企画課(☎402424)



未来イノベーション部会にて政策の提案を行う若手職員

提案内容には若手職員ならではの意見が盛り込まれ、採択された政策は令和5年度予算案へ計上し、実現を図ります。

提案内容の一例

- ▷リジャイナ市中学生ホームステイ交流事業の市民団体・地域団体との協働実施
- ▷高校の進路指導員を対象とした工業団地見学ツアーの実施

その他

粗大ごみ有料回収

収集日 3月6日・13日・20日・27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33円(消費税込み)

その他 収集日当日に収集する品を玄関先に出しておいてください

申し込み・問い合わせ 2月22日(水)から電話で清掃センター(☎28305)へ

不動産公売

市税の滞納処分として差し押さえた不動産(土地・建物)を入札によって公売します。

所在	内容	面積	最低入札価格	公売保証金
藤岡市13	土地 1筆	123.00㎡	126万円	13万円
	住宅 1棟	116.75㎡		
藤岡市14	土地 1筆	202.80㎡	288万円	29万円
	住宅 1棟	86.38㎡		

入札・公売保証金納付期間 2月24日(金)午前9時～3月3日(金)午後5時

開札日時 3月6日(月)午前10時

売却決定日時 3月17日(金)午前10時

その他 入札資料は担当課での手渡しまたは郵送をします。詳細は電話での問い合わせや市ホームページで確認してください。公売は直前で中止する場合があります

問い合わせ 納税相談課(☎402831)

ウイステリアカップ(新体操)

日時 3月26日(日)午前9時30分競技開始

会場 市民体育館

種目 ▽幼児の部Ⅱ個人徒手競技・集団演技▽小学生の部Ⅱ個人徒手競技・集団演技▽ジュニアの部Ⅱ個人徒手競技・団体競技▽シニアの部Ⅱ個人徒手競技・団体競技

対象 市内在住・在学・在クラブの人

参加料 1000円

申し込み 3月8日(水)までに参加料を持ってスポーツ課へ

知的障がい者水泳教室

日時 ▽第1期Ⅱ4月8日～5月13日(5月6日を除く) ▽第2期Ⅱ5月20日～6月17日 ▽第3期Ⅱ6月24日～7月22日(各期とも土曜日・5回) 午前8時30分～9時30分

会場 みずとびあ藤岡

対象 市内在住・在学で知的障がいのある小中学生および高校生

定員 各期小中学生6人、高校生4人(先着順)

参加料 各期3600円(保

険料など) 持ってくる物 水着・タオル・ゴーグル・水泳帽子・マスク

申し込み 2月22日(水)～3月30日(木)に参加料を持ってスポーツ課へ

問い合わせ 市水泳協会多胡さん(☎283544)・スポーツ課

市民軽スポーツのつどい

日時 3月4日(土)午前9時～正午

会場 市民体育館

種目 ドッチビー・インディアカ・ボッチャ・ヘルスバレーボールなど

対象 市内在住・在勤・在学の人

参加料 無料

申し込み 3月1日(水)までにスポーツ課へ

健康福祉

ひとり親家庭の自立支援

自立支援教育訓練給付

ひとり親家庭の親が就業に結び付く資格取得のために指定講座を受講し修了した場合、

受講費用の一部を支給します。

給付額 受講費用の6割(上限20万円)

※雇用保険制度の専門実践教育訓練給付金の指定講座を受講する場合は、修業年数×40万円(上限160万円)

その他 雇用保険制度から教育訓練給付金の支給を受ける人は、その支給額との差額分を支給します

高等職業訓練促進給付

ひとり親家庭の親が就業に役立つ一定の専門資格を取得するために1年以上(3月31日までに修業を開始する場合は6カ月以上)養成機関で修業し、資格取得が見込まれる場合、給付金を支給します。

給付額 ▽非課税世帯Ⅱ月額10万円▽課税世帯Ⅱ月額7万5000円

※修業終了後に一時金の支給もあります

支給期間 修業期間の全期間(上限4年間)

その他 通信課程での資格取得も対象です

高卒認定試験合格者支援

高等学校を卒業していない(中退を含む)ひとり親家庭

の親または子どもが、高等学校卒業程度認定試験(高卒認定試験)の合格を目指す場合に、対象講座の受講費用の一部を支給します。

給付額 ▽受講開始時給付金Ⅱ受講料の3割(上限7万5000円) ▽受講終了時給付金Ⅱ受講料の4割から受講開始時給付金の額を差し引いた額(受講開始時給付金と合わせて上限10万円) ▽合格時給付金Ⅱ受講料の2割(受講開始時給付金、受講終了時給付金と合わせて上限15万円)

※受講終了時給付金は対象講座受講時に、合格時給付金は受講終了日から起算して2年以内に高卒認定試験の全科目に合格した際に支給します

共通事項

希望者は必ず受講開始前に子ども課に相談してください

申し込み・問い合わせ 子ども課(☎402286)

子育て支援就職面接会

日時 3月6日(月)午後1時～3時

会場 市保健センター

対象 市内・近隣市町村在住

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

みずとびあ藤岡 定期教室

教室時間▷プール・フロア教室=55分
開催日程◎印は長期プール・フロア教室の日程・期間
 ★印は長期プール教室の日程・期間
 ☆印は長期フロア教室の日程・期間
 月曜日 4月3日～6月26日 全12回
 ◎ 4月3日～9月25日 全18回
 水曜日 4月5日～6月28日 全12回
 ★ 4月12日～9月27日 全19回
 ☆ 4月12日～9月27日 全23回
 木曜日 4月6日～6月29日 全12回
 ☆ 4月13日～9月21日 全22回

	内容	開始時間	参加料
月曜	大人水中健康教室	午後2時	3,770円
	大人水泳教室・初級	午後3時	3,770円
	大人水泳教室・中級B	午後7時	3,770円
	泳力向上教室・長期A	午後1時	9,050円◎
水曜	アクアビクス	午後1時	6,140円
	らくらくマスターズ・上級	午後3時	9,440円
	アクアビクス	午後7時	6,140円
木曜	泳力向上教室・長期B	午後2時	9,550円★
	大人水中健康教室	午前10時15分(40分間)	3,770円
	大人水泳教室・中級B	午後2時	3,770円
	大人水泳教室・中級A	午後3時	3,770円
金曜	大人水泳教室・わかば	正午	3,770円
	大人水泳教室・中級B	午後1時	3,770円
	大人水中健康教室	午後2時	3,770円
	大人水泳教室・初級	午後7時	3,770円
土曜	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	2,510円
	大人水泳教室・上級	午後7時	3,770円
日曜	幼児水泳教室(年少～年長児)	午前10時30分	7,550円
水曜	キッズダンス(年中児～小学2年生)	午後4時	7,670円
	ジュニアHIPHOP(小学2～6年生)	午後5時	7,670円
	キッズダンス(年長児～小学2年生)	午後5時	7,670円
	ジュニアHIPHOP(小学3～中学生)	午後6時	7,670円
金曜	キッズフラダンス(年長児～中学生・全11回)	午後5時	7,030円
	キッズフラダンス(年長児～小学2年生)	午後5時	7,670円
月曜	体力向上体操	午前10時15分(40分間)	4,590円
	ZUMBA	正午	9,200円
	フラダンス(全11回)	午後1時	8,440円
	ストレッチ健康体操	午後2時	6,140円
	脂肪燃焼エアロビクス	午後3時	6,140円
	エアロビクス	午後6時	6,140円
	ボディシェイプ	午後7時	7,670円
	初級エアロビクス・長期	午前11時	9,190円◎
	ヨガ・長期	午後4時	13,790円◎

Exercise

金曜日 4月7日～6月30日 全12回
 土曜日 4月1日～6月24日 全12回
 日曜日 4月2日～6月25日 全12回
 ※介護者休息プログラムは4月7日・5月12日・6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=3月6日(月)～12日(日)の希望する各教室終了15分後▷市外在住者=3月13日(月)～19日(日)の希望する各教室の曜日の午前10時
問い合わせ みずとびあ藤岡(☎0977)

	内容	開始時間	参加料
水曜	ボディメンテナンス 骨盤体操	午前10時15分(40分間)	4,590円
	体力向上体操	午前11時	6,140円
	ZUMBA GOLD	正午	9,200円
	ピラティス	午後1時	9,200円
	ストレッチ健康体操	午後2時	6,140円
	やさしいヨガ	午後3時	9,200円
木曜	ヨガトレ	午後7時	9,200円
	シェイプアップエアロ・長期	午後6時	11,750円☆
木曜	ストレッチ健康体操	午前10時15分(40分間)	4,590円
	腰痛・肩こり改善体操	午前11時	6,140円
	ヨガ	午後2時	9,200円
	パワーヨガ	午後3時	9,200円
	ステップエアロ	午後7時	9,200円
	機能改善エクササイズ・長期	正午	11,240円☆
	エアロビクス・長期	午後1時	11,240円☆
	ストレッチ健康体操・長期	午後4時	11,240円☆
金曜	朝ヨガ	午前10時15分(40分間)	6,140円
	ストレッチ健康体操	午前11時	6,140円
	24式太極拳	正午	6,140円
	初級エアロビクス	午後1時	6,140円
	ヨガ	午後2時	9,200円
	スローヨガ	午後3時	9,200円
	フラダンス(全11回)	午後4時	8,440円
	初級エアロビクス	午後6時	6,140円
	ナイトエアロビクスフィジカル	午後7時	6,140円
	BOKWA～ボクワ(全11回)	午後1時	8,440円
土曜	ZUMBA(全11回)	午後2時	8,440円
	バランスボール(全10回)	午後3時	7,660円
	姿勢改善エクササイズ(全10回)	午後4時	6,390円
	フィジカルトレーニング(全10回)	午後5時	7,660円
	ナイトエアロビクス・中級	午後6時	7,670円
	ヨガ	午後7時	9,200円
日曜	脂肪燃焼エアロビクス	午前10時30分	6,140円
	ZUMBA	午前11時30分	9,200円

ミツバチの飼育者は報告を
 養蜂振興法に基づき、ミツバチを飼養する全ての人(趣味での飼育などを含む)は、毎年1回、県知事に飼育状況などを届け出る必要があります。
 まだ届け出をしていない人、今後飼育する予定の人は、家畜保健衛生所まで連絡をしてください。
報告内容 住所・氏名・連絡先・ミツバチの飼育場所・群数・飼育計画
その他 ミツバチの飼育に際して、適切な衛生管理をお願いするとともに、異状が見られた場合は、家畜保健衛生所に相談してください
問い合わせ 西部家畜保健衛生所(☎027・362・2261)・農政課(☎02304)



学校給食費の

第2子以降 無償化

問い合わせ 学校給食センター(☎08998)

4月から市内の学校に通学する第2子以降の学校給食費の無償化を実施します。また、市外の学校へ通学する第2子以降の対象者には、補助金を交付します。該当となる人は、配布した申請書に必要事項を記入の上、早めに提出してください。申請がない場合、無償化などの対象とはなりませんので注意してください。



無償化の対象

以下の両方に該当する場合
 ▷第2子以降の児童・生徒、保護者の住民登録が藤岡市にあり、第2子以降の児童・生徒が市内の小中学校および藤岡特別支援学校(高等部を除く)に通学している
 ▷国または地方公共団体などから、学校給食費の全部支給を受けていない

補助金交付の対象

第2子以降の児童・生徒、保護者の住民登録が藤岡市にあり、以下のいずれかに該当する場合
 ▷第2子以降の児童・生徒が市外の小中学校・義務教育学校・中等教育学校(前期課程に限る)・特別支援学校(高等部を除く)に通学している
 ▷第2子以降の児童・生徒がアレルギーや宗教上の理由などで、学校給食センターか

ら給食の提供の全部または一部を受けていない

申請期日・方法

▷在校生=2月17日(金)までに在籍している学校へ提出
 ▷新入学1年生=2月28日(火)までに返信用封筒で提出

共通事項

▷無償化および補助金交付は、保護者に学校給食費の滞納がないことが条件です
 ▷小中学校に2人以上通学している家庭には同じ書類が届きますが、申請書は1枚に子どもの氏名を全員分記入し、1世帯当たり1枚を提出してください
 ▷第1子のみ小中学校に通学している家庭は、申請書の提出は不要です
 ▷無償化などの対象条件を満たさない場合は、申請書を提出しても対象とはなりません

人権を考える



～「あなたらしい」を築く、「あたらしい」社会へ～

日本における男女共同参画の推進がまだ十分でない要因の一つとして、社会全体において固定的な「性別役割意識」や「無意識の思い込み（アンコンシャス・バイアス）」が挙げられます。

無意識の思い込みとは

無意識の思い込みとは、自分自身は気付いていない「ものの見方や捉え方のゆがみや偏り」をいいます。自分自身では意識しづらく、ゆがみや偏りがあるとは認識していないため、「無意識の偏見」と呼ばれます。

内閣府が令和4年8月に実施した「性別による無意識の思い込みに関する調査」について見てみましょう。

性別役割意識

性別役割意識（性別を理由として役割を分ける考え方）では、男女ともに上位に入った8項目のうち7項目は、「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と回答した割合は

男性が高くなりました。男女ともに「男性は仕事をして家計を支えるべきだ」が最も高くなっています。また、男女差が大きく開いたのは「デートや食事のお金は男性が負担すべきだ」「男性は結婚して家庭をもって一人前だ」「男性は人前で泣くべきではない」の3項目で、男性が高い割合となっています。

無意識の思い込みと向き合う

過去の経験や見聞きしてきたことは、未来への貴重な財産であり、否定されるものではありません。一方で「無意識の思い込みが良くない影響をもたらすこともある」という意識を持つことも必要です。大切なことは、一人一人がその時々と向き合うことです。

市の取り組みについて

本市では、男女共同参画社会の実現に向け、広報紙などによる意識啓発と情報発信、リーフレット（小学生用）の作成配布による教育・学習の

機会を提供しています。これからも「あなたらしい」を築く、「あたらしい」社会に向け、取り組んでいきます。

性別役割意識（全体）（「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」の合計）

男性 上位10項目	女性 上位10項目
1 男性は仕事をして家庭を支えるべきだ 48.7	1 男性は仕事をして家庭を支えるべきだ 44.9
2 女性には女性らしい感性があるものだ 45.7	2 女性には女性らしい感性があるものだ 43.1
3 女性には感情的になりやすい 35.3	3 女性には感情的になりやすい 37.0
4 デートや食事のお金は男性が負担すべきだ 34.0	4 育児期間中の女性は重要な仕事を担当すべきでない 33.2
5 育児期間中の女性は重要な仕事を担当すべきでない 33.8	5 女性には結婚によって、経済的に安定を得る方がよい 27.2
6 女性には弱い存在なので、守らなければならない 33.1	6 女性には弱い存在なので、守らなければならない 23.4
7 男性は結婚して家庭をもって一人前だ 30.4	7 共働きでも男性は家庭よりも仕事を優先すべきだ 21.6
8 男性は人前で泣くべきではない 28.9	8 デートや食事のお金は男性が負担すべきだ 21.5
9 女性には結婚によって、経済的に安定を得る方がよい 28.6	9 組織のリーダーは男性の方が向いている 20.9
10 共働きでも男性は家庭よりも仕事を優先すべきだ 28.4	10 大きな商談や大事な交渉事は男性がやる方がいい 20.9

※□男女両方で上位10位に入っている項目 ※【対象】全国男女20～60代10,906人(男性5,452人、女性5,384人、その他70人) ※単位：%



骨粗しょう症を予防しましょう

介護保険課 (☎402294)

骨密度が低くなり、骨がもろくなる骨の病気を骨粗しょう症といいます。

骨粗しょう症になると、転倒などのわずかな衝撃で骨折しやすくなります。大腿骨を骨折すると寝たきりの原因になり、背骨に強い圧力がかかり起こる圧迫骨折は腰痛や背骨が曲がる原因になります。骨粗しょう症を予防するためには、①バランスのよい食事②適度な運動③日光浴をすることが大切です。

バランスよく食べましょう

○1日3食規則正しく食べましょう
Ⅱ主食（ごはん・パン・麺）、副菜（野菜・キノコ・イモ・海藻）、主菜（肉・魚・卵・納豆など大豆製品）のそろった食事を取りましょう。骨の健康のためには、カルシ

ウムの吸収を助けるビタミンDやビタミンKなど、さまざまな栄養素が必要です

○適量の牛乳・乳製品を取りましょう
Ⅱ骨の主成分であるカルシウムは、牛乳・乳製品に多く含まれています。毎日取ることを心掛けましょう。カルシウムの1日の推奨量は、成人男性で700～800mg、成人女性で600～650mgです。牛乳であれば、コップ1杯に約200mg、プレーンヨーグルト100g中には約120mgのカルシウムが含まれています。カルシウムを強化したタイプの牛乳・乳製品もあるので、工夫して取り入れてみましょう。

適度に運動をしましょう

骨粗しょう症予防のためには、骨に刺激を与えるウォー

キングや筋力トレーニングが適しています。骨を丈夫にし、転びにくい体を作ることができます。

ウォーキングや筋力トレーニングが難しい人は、「両足を肩幅に開き、背伸びをするように両足のかかとを上げてから床にストンと落とす」「壁やテーブルにつかまって、片足を床に付かない程度に上げて、左右1分間ずつキープする」といった動作を1日何回か行っただけでも効果的です。

日光浴をしましょう

日光を浴びると、皮膚の表面でビタミンDが作られます。ビタミンDにはカルシウムの吸収を助けてくれる役割があるため、天気の良い日は積極的に外に出て、日光浴をしましょう。

新型コロナウイルス感染症からあなたと身近な人の命を守りましょう

3つの密を避けましょう ▶換気の悪い密閉空間▶多数が集まる密集場所▶近所で会話する密接場面
※手洗い、うがい、咳エチケット、室内の換気、免疫力を高める十分な睡眠や健康管理も重要です

3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
5日(日)	あいおいクリニック 芦田町・☎248811	栗原胃腸科外科医院 神田・☎402299	すぎやまメディカルクリニック 下大塚・☎201666	藤岡総合病院 中栗須・☎223311
12日(日)	篠塚病院 篠塚・☎239261	アイリス診療所 森・☎22542	小山医院 中・☎201200	ほりぐち歯科医院 下栗須・☎408566
19日(日)	光病院 本郷・☎241234	根岸産婦人科小児科医院 中栗須・☎241111	光病院 本郷・☎241234	リオ歯科クリニック 立石・☎246230
21日(祝)	鬼石病院 鬼石・☎23121	島田クリニック 中大塚・☎230005	飯田整形外科医院 篠塚・☎225770	パールデンタルクリニック 旭町・☎230006
26日(日)	くすの木病院 旭町・☎243111	よしだ内科クリニック 白石・☎508958		かねた歯科医院 高崎市吉井町・☎027-387-8691

◎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。

3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	3日(金) 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	3日は2月21日(火)、 17日・23日は3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	8日(水) 22日(水)	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	4日(土) 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	
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 (☎24150)
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5年2月1日現在



男……………30,844人 (-60)
女……………31,959人 (-21)
計……………62,803人 (-81)
世帯数………27,755世帯 (-18)

火災・救急 ()内は前年比
令和5年1月31日現在



数字は令和4年1月からの累計(概数)です。

火災 4件 (+2) 救急 341件 (+75)

火災多発中！火周り見回り、忘れずに

交通事故 ()内は前年比
令和5年1月31日現在



数字は令和5年1月からの累計(概数)です。

人身 21件 物損 94件
事故 (±0) 事故 (+4)

群馬県警察交通安全年間スローガン
「ルールを守って 思いやり運転」

納税

期日：2月28日



国民健康保険税…8期
介護保険料…8期
後期高齢者医療保険料…8期

文芸の里

俳句を募集します。投稿はハガキ1枚に1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)

白一面足跡残し消えた霜
あの人この人思い出多き年賀状
老いて尚明日への一歩初日の出
青空に心弾ませ春を待つ
春障子破れて光園児さす
南国に思いを馳せる冬の旅

石関 花音 (中学生)
林 節子
新井 武夫
相見 百愛
柳井 照子
湯浅 留加
敬称省略

作品に住所、氏名(ふりがな)、年齢(小・中学生の場合は学年)、電話番号を明記して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