

健康ガイド 4月

■対象：全域 申し込み・問い合わせ 健康課保健係☎内線76204、健康課予防係☎内線76207

種目	実施月日	受付時間	対象者など	場所
市民献血	4月はお休みです			
にこにこ健康相談	4月18日(火)	午前10時～11時30分	保健師・栄養士の個別相談 ○食事相談や体脂肪率・血圧測定など ※健康手帳を持参してください	市役所市民ホール
禁煙相談	月～金曜日 (祝日を除く)	午前9時～4時	効果的な禁煙方法を紹介 ○禁煙意志がある喫煙者とその家族など	保健福祉センター
母子健康手帳交付		午前8時30分～11時30分	妊娠届出書を持参してください	
マタニティセミナー	4月はお休みです			

問い合わせ 高齢福祉課介護予防係(東原庁舎内)☎内線77272

ふれあい健康相談	4月12日(水)	午前10時～11時30分	血圧測定・握力測定	ふれあい福祉センター
すこやか健康相談	4月はお休みです			

申し込み・問い合わせ 沼田市地域包括支援センター・高齢福祉課介護予防係(東原庁舎内)☎1112(直通)

あつぶりんカフェ	4月27日(木)	午前9時30分～正午	認知症の本人や家族、地域の人など、誰でも気軽に寄って集える場所です。相談も受け付けます	保健福祉センター 3階 研修室
----------	----------	------------	---	--------------------

■対象：全域 問い合わせ 健康課保健係☎内線76202

健康診査	4カ月児	4月26日(水)	午後1時～1時30分	平成28年12月生まれ	保健福祉センター
	10カ月児	4月11日(火)	午後0時45分～1時15分	平成28年6月生まれ	
	1歳6カ月児	4月12日(水)	午後1時～1時45分	平成27年9月1日～9月24日生まれ	
	2歳児歯科	4月27日(木)	午後1時～1時45分	平成27年4月生まれ	
	3歳児	4月20日(木)	午後0時45分～1時30分	平成26年1月1日～1月26日生まれ	
育児相談	エンゼルクラブ	4月7日(金)	午前9時30分～11時	乳児(1歳未満)	保健福祉センター
	わんぱくクラブ	4月21日(金)	午前9時30分～11時	幼児(1歳以上)	
	母乳相談	4月はお休みです			

近年の交通網の変わり様は目覚ましく、交通のスピード化が幅広く各所で進められている。道路案内の標識や、施設や建物への案内表示は通行する者に不可欠で、古今見やすく実効的に工夫され大事な役割を担ってきた。

江戸時代初期に街道が整備され、寺社や札所巡り、湯治や行楽地への遊山が盛んになると、道祖神や馬頭観音に道案内は刻まれたり、独自に方向を指す碑が建てられるようになった。沼田市にも、迦葉山、観音札所を始め、遠くは日光や会津を示す道標が、100基近く確認されている。

高さ65センチ・幅96センチ・厚さ32センチ、碑面はつばいに大きな腕を配す、実にインパクトのあるこの「道しるべ」は屋形原町の三叉路にある。

屋形原町の三叉路にある「道しるべ」

た、近所のご婦人が集まり、温かく協力してくれました。皆親戚で、いつも寄り合うという。先人の思いを見守る、大きな力を感じた。



中央に大きな腕、右には「ぬまた」左には「たかさき」の文字

ぬまた 歴史 探訪 128

沼田市文化財調査委員 金井 竹徳

風情を残す 指差し「道しるべ」

(屋形原町)

れ、沼田から高崎方面を示すものである。江戸時代の中頃から「沼田街道西通り」と呼ばれる街道が戸鹿野橋を出入口に、屋形原・岩本・上野そして桜の木・白井宿と通り三国街道へ結ばれている。また、高山村の中山宿方面から子持山の権現峠を越えた道が、川田の今井や入沢の集落を通り下川出へつながり、屋形原にも延びている。街道から外れてはいるが、子持山の裾野を南北に幹線路が川田地区を貫き、道祖神などがあちこちに佇む。現在、国道は利根川沿いを通行しているが、大水のことを考えると昔は川沿いを避けて、屋形原が一部交通路であったかもしれない。この指差し石はその名残だろうか。雪をかぶる「指差し石」を取材していたら、近所のご婦人が集まり、温かく協力してくれました。皆親戚で、いつも寄り合うという。先人の思いを見守る、大きな力を感じた。

相談

公証相談

とき 3月27日(月)午後1時～3時30分

ところ 市役所本庁舎1階相談室

内容 遺言、離婚に伴う養育費などの取り決め、金銭の貸借、土地・建物の賃貸借、任意後見契約などのほか、公正証書に関する事

相談料 無料(要予約)

申込期限 3月22日(水)

申し込み・問い合わせ 前橋公証役場☎027(223)8277へ

篤志

社会福祉事業へ

▽田中よし子(鍛冶町)→タオル12本、固形せっけん5箱(65個)▽一般社団法人沼田法人会女性部会(西倉内町)→タオル200本▽坂上初江(柳町)→フクロウの人形50個(寄付者作製)▽一般社団法人沼田法人会(西倉内町)→バスタオル200本

3月は自殺対策強化月間です

全国では、毎年約2万5,000人もの人が自らの命を絶っています。県内の自殺者数は、年間約400人で、これは交通事故死の約4倍です。

自殺は、健康・経済・生活・家庭問題などで心理的に追い込まれた状態から起こりやすく、亡くなった人の多くが自殺前にうつ病などを抱えていたことがわかっています。

ストレスや不眠などで心が疲れると誰でもうつ病になる可能性があります。

自身の変化に気付いたら早めに医療機関を受診するか、相談窓口を利用しましょう。

また、周囲に悩んでいる人がいたら、よく話を聴き、専門家につなぎ、見守っていくことが大切です。

相談窓口		
電話相談	こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556
	群馬県こころの健康センター	027-263-1156
	群馬県いのちの電話	027-221-0783
	フリーダイヤル 自殺予防「いのちの電話」(毎月10日)	0120-783-556
来所相談(予約)	利根沼田保健福祉事務所 「こころの健康相談」	23-2185
	沼田市社会福祉課障害福祉係 「精神保健福祉相談」	23-2111(内線77268)

問い合わせ 健康課保健係(保健福祉センター内)☎内線76204、社会福祉課障害福祉係(東原庁舎内)☎内線77268へ