

Toki

めくもりのある暮らしを 広報とき

2018
6.1
Vol.1671



主な内容

- 02 特集 食生活改善推進員
- 06 市民意識調査結果
- 07 市議会臨時会
- 09 危険物安全週間
- 10 特定健診の受診

5月13日(日) グランfond東濃サイクリング大会

県内外から約450人のサイクリストが集い、東濃5市を観光しながら自転車で巡る大会が、テラスゲート土岐を発着点に開催されました。



私達の健康は私達の手で

特集 食生活改善推進員

おいしくバランスのとれた食事は健康の基本ですよね。しかし、自分の食生活を改善しようと頑張ってみても、さまざまな問題にぶつかってしまいませんか。そんな時、あなたの近くで食生活の「生きた知恵」を貸してくれる食生活改善推進員の皆さん。今号は、そんな食を通じた健康づくりの担い手として活躍する皆さんを取材しました。

☎ 保健センター (☎5)2010)

食生活改善推進員の誕生

食生活改善の取り組みは、昭和20年代、食料が十分でなく乳児死亡率が高いという問題に、自分たちが健康生活の実践者になってこの問題に取り組もうとする意欲的な主婦のグループの誕生に始まりま

す。昭和32年には、保健所を中心の主婦を対象とした「栄養教室」も行われるようになってきました。

昭和58年になると健康に対する正しい知識・技術を学び、より良い食習慣を地域に広めようと、各都道府県では70世帯に1人の割合で、食生活改善推進員（ヘルスマイト）の養成が進められました。こうして、当時の主婦の自発的な取り組みであった活動が、社会的評価を受けながら国の施策にも取り込まれ、食生活改善推進員という「健康づくりの担い手」として期待される存在に成長しました。

活動とスローガン

食卓を充実させ、地域の皆さんの健康づくりに役立つ

と「食生活を改善する人」として出発した食生活改善推進員、愛称「食改さん」。その活動のすべてがボランティアであり、全国で約14万人（平成29年3月31日現在）、市内では77人が活躍しています。

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、日頃の食生活に深い関係がある生活習慣病などにも食を通して向き合います。皆さんの健全な食生活のために、バランスの取れた食事の普及・啓発、また、地産地消・郷土料理などの食文化の継承という視点からも食を通じた健康づくり活動を進めています。食べることは生きることの基本です。皆さん、健康づくりの輪を食改さんといっしょに地域全体に広めていきましょう。

市内の食生活改善推進員の内訳

(平成30年4月1日現在)

土岐津・下石・妻木地区	23人
駄知・肥田地区	19人
泉地区	16人
泉西地区	19人
合計	77人



活動紹介

— action —



①・②地域への訪問啓発活動

市内の家庭を訪問し、みそ汁の塩分測定や減塩の普及啓発活動を行っています。6月19日の“食育の日”には市内各地で食育推進のため街頭啓発活動も行っています。

③・④幼稚園などへの訪問啓発活動

市内の保育・幼稚園、こども園などに訪問し、手作りの大型紙芝居などを使って子どもたちが楽しく学べる食育活動を行っています。子どもたちも興味津々。

⑤学習会・調理実習

スキルアップのための学習会や調理実習は欠かせません。食事バランスや減塩などについて学び、「ヘルシークッキング」などを通じてその知識を皆さんに伝えます。

⑥健康を守る市民の集い（健康展）

毎年10月に開かれる同イベント。「食生活改善コーナー」を担当し“子どものおやつ”や“食品添加物”などのテーマを決めて展示や説明を行い、イベントを盛り上げます。

⑦公民館での活動

市内各地の公民館まつりに参加し、リーフレットなどを使って食育を推進するほか、「こども料理教室」を開催し料理の楽しさを伝えるなどしています。

最近では、会員の数が減っていることが課題です。若い世代の方にもどんどん仲間になってもらいたい活動の輪を広げていきたいです。皆さん、一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

私は、皆さんに減塩生活や生活習慣病の予防など、勉強会や実習で学んだこと、活動での経験も踏まえて伝えていけたらと思います。特に食生活は毎日のことです。健康にはもちろん気を付けてほしいですし、楽しく家族で食卓を囲む時間も大切にしたいと思っています。

子どもが幼稚園に入園し、時間に少し余裕ができたとき、市の広報で栄養教室を知りました。「料理が覚えられたら良いな」という軽い気持ちで参加しましたが、それ以来、気付けば26年目の食生活改善推進員となりました。



土岐市食生活改善推進協議会
会長 下司篤子さん



きゅうりの福神漬けあえ

- 材料 (4人分)
- きゅうり …… 280g
- 福神漬け …… 40g
- こしょう …… 少々
- ごま油 …… 大さじ1

- 作り方
- ①きゅうりをビニール袋に入れてすりこ木で叩き、袋から出して食べやすい大きさに切る。
- ②きゅうりを袋に戻し、福神漬け、こしょう、ごま油を入れ、空気を抜いて冷蔵庫で冷やす。

メニュー紹介

— menu —

食改さんお薦めのメニュー

家族や友人と一緒にチャレンジしてみてください。自分なりにアレンジを加えて、オリジナルメニューにしてみてもいかがですか。



POINT! きゅうりはひびが入る程度に叩くことで、味が染み込みやすくなります。あと一品が欲しいときお薦めですよ。

土岐市食生活改善推進員
林緑子さん

- 材料 (4人分)
- 豚もも薄切り …… 12枚
- 切りもち …… 2個
- しそ …… 12枚
- 溶けるチーズ …… 4枚
- こしょう …… 少々
- 薄力粉 …… 適量
- しょうゆ …… 大さじ1
- 酒 …… 大さじ2
- みりん …… 大さじ2
- 砂糖 …… 小さじ1
- オリーブオイル …… 少々

- 作り方
- ①切りもちは肉の幅に合わせてそれぞれ6等分に切る。
- ②肉の手前側にしそ、チーズ、もちを乗せて端から巻き、薄力粉を軽くまぶす。
- ③フライパンにオリーブオイルを熱し②の肉を並べ中火で焼く。
こんがり焼き目が付いたら蓋をして弱火で中まで火を通す。
- ④フライパンに混ぜ合わせたAを入れて、中火で加熱し肉に味をからめる。



おもちとチーズの豚しそ巻き

焼くときは、巻き終わりを下にして焼くと崩れにくくなります。ビタミンB1が豊富な豚肉は夏バテ防止に効果絶大。アスパラなどでアレンジしてもおいしいですよ。

POINT!



土岐市食生活改善推進員
清水明美さん



メンバーの声

—Voice—

食べることが大好きで、もっと料理や栄養のことを知りたいと思い、市の栄養教室に参加しました。それがきっかけで食改さんになりました。活動を続けて4年になりますが、世代を超えて皆さんの仲間ができたことは私の財産です。料理のことはもちろん、生活に役立つことなどいっぱい教わりました。これからも元気に活動を続けていきたいです。



土岐市食生活改善推進員
原しのぶさん

活動を通じて、皆さんの塩分摂取量が意外に多いと知りました。塩分を控えたみそ汁や料理の秘訣は、しっかり“だし”を取って効かせることです。少しでも皆さんの健康づくりに貢献できてうれしいです。



土岐市食生活改善推進員
横井せき子さん

食改さんになっていろいろな料理や調理方法を学ぶうちに、食卓の品数が増え家族も喜んでくれています。減塩になると思い野菜をたっぷり入れた具だくさんのみそ汁。今では我が家の定番です。皆さんぜひ一緒に活動しましょう。



土岐市食生活改善推進員
小島芳美さん

“食改さん”

食生活改善推進員 大募集!

健康は毎日の食習慣の積み重ねによって大きく左右します。栄養教室を受講して私たちと一緒に自分の健康はもちろん、地域の健康づくりのため活動しませんか。皆さん、ぜひ応募ください。

- ▶ 人と接することが好きな方
- ▶ ボランティア活動を始めたい方
- ▶ 料理をすることが好きな方
- ▶ 健康に関する知識を増やしたい方

大歓迎

平成30年度 栄養教室 (全7回)

期日	講義内容	調理実習
7月11日(水)	健康づくりと高血圧予防	高血圧予防食
8月22日(水)	暮らしの食品衛生、食事のバランス	バランス食
9月12日(水)	生活習慣病予防、適正体重と適正量	食物繊維の多い食事
10月17日(水)	運動と休養、運動実践	—
11月21日(水)	土岐市の保健衛生実態、年代別食育	貧血予防食
12月12日(水)	歯科衛生指導、献立の立て方	—
平成31年1月23日(水)	食生活改善推進員の地区組織活動	お弁当作り

場 所 保健センター
 定 員 20人(先着順)
 参 加 費 200円(材料費) ※10月17日と12月12日は不要
 持 ち 物 エプロン、三角巾、筆記用具
 申込方法 6月20日(水)までに保健センターへ電話で申し込みください。



市民意識調査の結果を報告します

皆さんの声を市政に反映させるため、市内に住む16歳以上の方、2,000人を無作為に抽出し市民意識調査を実施しました。調査結果の一部をお知らせします。※端数処理の関係上、一部数字が合わない場合があります。

問 総合政策課（内線213）

調査対象・回収結果（回収率）

16歳以上の市民2,000人・回答者802人（40.1%）

回答者の属性

▷性別 男性42.0% 女性55.4% 無回答2.6%
▷年齢 10代3.1% 20代7.2% 30代11.7% 40代14.3% 50代17.0%
60代20.9% 70歳以上24.8% 無回答1.0%



満足度・重要度調査

個別の施策35項目について、満足度と重要度を伺いました。

↑ 満足度の高い施策

1	消防・救急の充実
2	廃棄物処理・リサイクルの推進
3	交通安全の推進
4	防災・減災対策の推進
5	上下水道の整備

↓ 満足度の低い施策

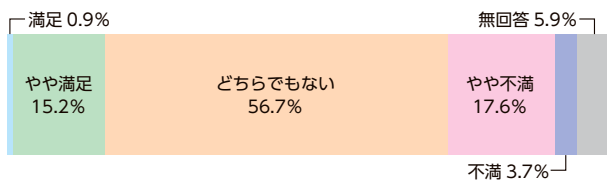
1	公共交通の充実
2	駅周辺の整備
3	地域医療の充実
4	国際交流・国際化の推進
5	観光の振興

! 重要度の高い施策

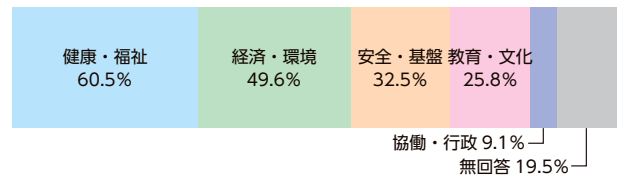
1	地域医療の充実
2	健康の増進
3	廃棄物処理・リサイクルの推進
4	消防・救急の充実
5	交通安全の推進

総合的な満足度や市の暮らしやすさについて

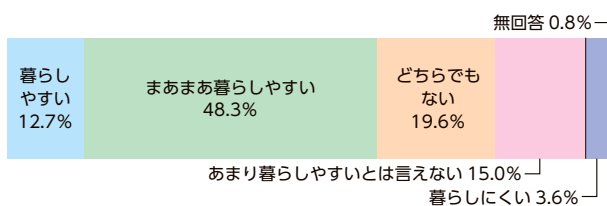
● 市政を総合的に評価した満足度は？



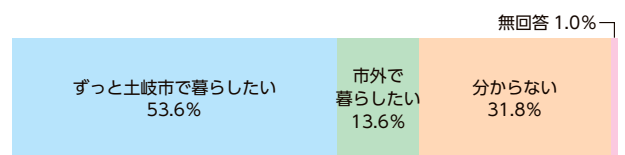
● 土岐市が住みよいまちになるために、今後特に力を入れるべき分野は？



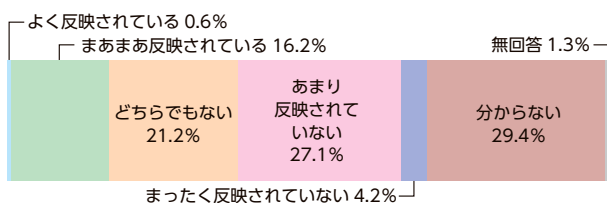
● 総合的に見て、土岐市は暮らしやすいまちですか？



● 今後も土岐市で暮らしたいですか？



● 市民の意見が土岐市のまちづくりに生かされていると思いますか？



市民の皆さんの意見を参考に、平成28年度から始まった第六次総合計画に基づいて市政運営を進めていきます。調査に協力いただいた皆さん、どうもありがとうございました。詳細については、市ホームページ「トップページ」>「市政情報」>「施策・計画」>「第六次土岐市総合計画策定」>「市民意識調査」からご覧ください。

平成30年 第2回市議会臨時会

平成30年第2回市議会臨時会は、5月10日(木)に開会し、監査委員の選任同意のほか条例改正などの議案が議決されました。今議会で議決された議案などは、次の通りです。

■人事案件

▽土岐市監査委員の選任同意
高井由美子氏
(土岐津町)



監査委員
高井由美子氏

■予算関係

▽平成29年度土岐市一般会計補正予算(第8号) 8112万6千円を追加し、総額を244億5839万4千円とするもの

■その他

▽土岐市税条例の一部を改正する条例
▽土岐市都市計画税条例の一部を改正する条例
▽土岐市地方活力向上地域における固定資産税の不均一課税に関する条例の一部を改正する条例

6月1日～7日は水道週間です

「水道水 安全 おいしい 金メダル」

私たちの生活に「水」は欠かせません。蛇口を開ければ当たり前のように出てくる水。6月1日～7日は水道週間です。この機会に、水についてあらためて考えてみましょう。

■土岐市の水道事業

昭和28年に事業認可を受け土岐津町を給水範囲として給水を開始しました。その後、給水範囲を広げ、平成14年度には濃南地区を含む市内全域に拡張しました。

市が利用できる水の権利は、牧尾ダム・味噌川ダム・阿木川ダムにあり、水は岐阜県の経営する東部広域水道事務所から購入しています。木曾川から取水した水を中津川市にある浄水場できれいにし、市内5カ所の受水池に送ります。受水池の水は、ポンプや配水池を経て皆さんの家庭や学校などに届けています。

■定期的に漏水点検を

敷地内や宅内にある水道管から漏水していたら大変です。水道メーターを見て、漏水の点検をしてみましょう。

〈漏水の点検方法〉

- ①全ての水道の蛇口を閉める。
- ②メーターのパイロットマークを確認する。
パイロットマークが回転していたら漏水の可能性がります。市水道工事指定店に修理を依頼してください。



パイロットマーク

クイズ

Q1 購入した水をためる5カ所の受水池はどこにあるの？

Q2 受水池から皆さんの家にするための送水管や配水管の長さを合計すると何kmになる？

答えは8ページへ

■暑い夏、水道水をおいしく飲むコツ

沸騰させる

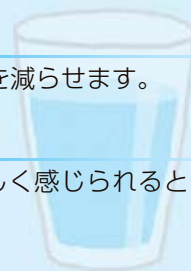
沸騰させることで残留塩素を減らせます。

冷やす

水温10～15℃が最もおいしく感じられるといわれています。

レモン果汁を入れる

レモンに含まれるビタミンCが残留塩素を減らします。コップ1杯に1～2滴程度が目安。



※塩素が減った水は、早く使い切ってください。

問 水道課 (内線128)

朝市には採りたて野菜が満載です

市では、安心・安全・新鮮な旬な野菜の「地産地消」を通して、皆さんが健康で楽しい食生活が送れるように、生産者と消費者を結びながら活気あふれる朝市を目指しています。

名称	開催場所	開催予定日時	販売品目
曾木温泉朝市	バーデンパークSOG I	5月～12月の毎週水・土・日曜日 午前9時30分～	野菜、山菜、鉢花 など
ふれあい朝市	駅前ゆのみの里広場	毎週土曜日 午前7時30分～	野菜、苗、切花、白米、漬物 など
柿野朝市	JA陶都濃南支店鶴里店	4月～12月の毎週日曜日 午前7時30分～ ※無人販売は毎日午前7時～	野菜、シイタケ、切花、山菜 など
	バーデンパークSOG I	毎週火・日曜日 午前9時30分～	



問 産業振興課（内線239）

あなたの町の母子保健推進員

母子保健推進員は、各家庭と保健センターのパイプ役として活動をしています。赤ちゃんが生まれた家庭へ電話や訪問をし、乳幼児健診などの案内を行います。

母子保健推進員は、次の皆さんです。（敬称略）

- 土岐津町 足立礼子、稲垣廣美、宮川孝子、石原恵子、森川たつ子、七澤千鶴子、黒田裕子、加納幸美、奥村久美子
- 下石町 谷口公子、鈴木琴恵、梶田ちづる、林泰子、長江春美、伊藤昌代、林あけみ、水谷とみ子
- 妻木町 市橋美幸、林しのぶ、大野はるみ、間宮妙子、戸田貴子、鈴木恵子、佐橋多恵子、加藤眞津子
- 鶴里町 小村智恵美、水野弥生
- 曾木町 水野明美、水野裕子
- 駄知町 服部純子、加藤美和子、加藤つじ江、上田八重子、正村緑、知崎清代香、林記子
- 肥田町 酒井里美、安藤元子、加藤孝子、松本洋子
- 泉町 永井朋子、田中栄美、加藤京子、田中裕子、小島里美、近崎奈保子、林美づ与、和田紀子、加藤千恵子、加藤真寿子、白石恵美子、戸谷智恵子



問 保健センター（☎52010）

洪水情報が 緊急速報メールで配信されます

国が管理する土岐川で川が氾濫する可能性が高まったときに、周辺にいる皆さんに氾濫の危険を知らせる情報が自動で発信されるようになりました。



緊急速報メールが来たらまずチェック！

国土交通省 川の防災情報

スマホ版「川の防災情報」では位置情報を取得することで、現在地の雨の様子や近くの川の状況をすぐ知ることができます。

アクセス！

パソコンから
<http://www.river.go.jp/>

スマートフォンから
<http://www.river.go.jp/s/>

問 総務課（内線224）または
庄内川河川事務所（☎052-914-6713）

6月3日～9日は危険物安全週間 危険物の取り扱いに注意しましょう

危険物とは①火災発生の危険性が高い②火災拡大の危険性が高い③消火の困難性が高いという性質があり、代表的な物としてガソリン、灯油、アルコールなどがあります。危険物を取り扱う場合は、火災に十分注意して、事故防止に努めましょう。

セルフスタンドにおける安全な給油

皆さんが行うセルフスタンドの給油は、危険物の取り扱いの代表例です。次のことを守り、安全に給油しましょう。



●給油前

- ▷白線などで示された位置に停車し、パーキングブレーキを作動させエンジンを停止しましょう。
- ▷体に帯電している静電気の火花は、給油口から出てくるガソリン蒸気に引火する恐れがあります。給油キャップを開ける前に静電気除去シートに触れ、静電気を除去しましょう。

●給油時

- ▷過剰給油による燃料の吹きこぼれを防止するために、給油ノズルを確実に差し込み、自動的に給油が止まったらそれ以上の継ぎ足しはやめましょう。

●その他

- ▷セルフスタンドでは、客がガソリンを携行缶などの容器に詰め替えることは禁止されています。必要なときは必ず従業員に依頼しましょう。
- ▷セルフスタンドに限らず、ガソリンスタンドでは決められた場所以外での火気の使用は厳禁です。喫煙などはもちろん、給油中に携帯電話などの電気機器は使用しないようにしましょう。



問 消防本部予防課 (☎543129)

付いていますか？ 住宅用火災警報器

火災は決して他人事ではなく、どこの家庭にでも起こり得る事です。しかし、万が一の場合でも住宅用火災警報器が設置してあればいち早く火災を知らせ、私たちの命を助けてくれます。

市消防本部が昨年11月に実施した調査では、市内の住宅用火災警報器の設置率は一部設置を含め75.2%で、全国平均81.7% (平成29年6月現在) と比べて低い状況です。火災から大切な家族の命を守るため、一日も早く設置しましょう。

■定期的に作動確認をし、音をききましょう！

警報器が設置されていても、正常に作動しなかったケースが増えています。いざという時に警報器がきちんと作動するかどうか、ひもを引いたりボタンを押したり、月に1回は作動点検をしましょう。音が鳴らない場合は、「電池切れ」か「機器本体の故障」ですので、取扱説明書を確認ください。

■取り換えの目安

古くなると火災を感知しない恐れがあります。
住宅用火災警報器は設置して10年が
取り換えの目安です。



問 消防本部予防課 (☎543129)

■住宅用火災警報器の設置場所

- ▷寝室 (普段就寝に使う全ての部屋)
- ▷階段 (2階以上に寝室がある場合)
- ※市では、台所への設置は義務ではありませんが、推奨しています。



各寝室 寝室のある階の階段

生活習慣病の予防 特定健診を受診しましょう

国民健康保険では、加入者を対象に“メタボリックシンドローム”に着目した生活習慣病予防のための健診と、その結果に基づいた保健指導を行っています。自身の健康管理と生活習慣病の早期発見・予防のため、年1回は特定健診を受診しましょう。

40歳～74歳の方の健診が始まりました。受診券や受診の詳細については5月末に郵送しましたので確認ください。
※受診券が届いていない方は再発行します。連絡ください。

※注意

今年度中に75歳に到達する方も誕生日の前日までであれば特定健診を受診することができます。また7月以降に75歳に到達する方には、誕生日前日が有効期限の受診券を交付しています。（※国保加入期間中のみ特定健診を受診可能）

また75歳以上の方は10月1日から「ぎふ・すこやか健診」が始まります。ぜひ受診しましょう。



☎ 市民課保険年金係（内線131）

追加募集 国保人間ドック

国民健康保険に加入している方を対象に人間ドックの募集を行いました。定員にまだ余裕があります。申し込みをしていない方はぜひ申し込みください。

※特定健診との重複受診はできません。

健診区分・自己負担額・定員

健診区分	自己負担額	定員
半日ドック		
胃カメラ検査	23,560円	合計120人
胃バリウム検査	21,400円	
胃検査なし	11,040円	
半日ドックー子宮・乳がん検査あり		
胃カメラ検査	29,510円	合計50人
胃バリウム検査	27,350円	
胃検査なし	16,990円	
脳ドック	27,990円	70人
肺がんドック	19,660円	若干名

受診時期

平成31年3月までに、市立総合病院から連絡します。

申込方法

人間ドック申込書（4月中旬送付の納付通知書に同封）を、市民課保険年金係へ提出（郵送可）してください。各支所でも受け付けます。

申込期限 6月15日（金）※先着順

☎ 市民課保険年金係（内線132）

ぎふ・さわやか口腔健診を受診しましょう

75歳以上の後期高齢者を対象に「ぎふ・さわやか口腔健診」が始まりました。

歯の状態だけでなく、口全体の情報を知ることが、豊かな生活を送る上で重要です。健診を受診し、口腔機能低下や肺炎の予防につなげていつまでも健康に暮らしましょう。

5月初めに受診券と受診の詳細を送付しました。受診券が届いていない方は再発行します。連絡ください。

☎ 市民課保険年金係（内線132）

歯と口の健康週間

6月4日～10日
「のばそうよ 健康寿命 歯みがきで」

生活習慣病の予防の基本は、「バランスの取れた食生活」です。お口は食生活を支える土台であり、自分の歯でよく“かむ”ことが大切です。よくかめなくなると、硬い食品を避けるようになり、ミネラル・ビタミン・食物繊維などの摂取量が低くなり、栄養摂取バランスの崩れにもつながります。1年に1回は、自覚症状がなくても定期健診を受診しましょう。

☎ 保健センター（☎552010）



募集

放課後教室の臨時職員

募集人数 10人程度
採用条件 10日以上勤務可能な健康で子どもが好きな方
実施期間 7月23日～8月31日(土・日曜日・祝日、8月13日～15日をのぞく)
勤務時間 午前8時～午後6時の間の4～8時間(要相談)
勤務場所 市内放課後教室
勤務内容 夏休み期間中、放課後教室で過ごす子どもの見守りや指導
賃金 時給881円
申込方法 6月12日(火)までに①氏名(ふりがな) ②郵便番号・住所 ③電話番号 ④

生年月日 ⑤所属(高校名など)を記入の上、メール(yonkago@city.tokigijyo.jp)または電話で申し込みください。
 (内線272)

問 生涯学習課



手話奉仕養成講座(入門編)の受講者

期日 6月27日～12月12日の水曜日(全20回) ※8月1日・15日、9月12日、10月10日、11月21日はのぞく
時間 午後7時30分～9時
場所 セラトピア土岐
費用 3240円(テキスト代)
対象 手話に興味のある市内在住、在勤の18歳以上の方
 ※高校生以下は保護者の同意が必要
定員 20人(先着順)

問 福祉課(内線152)
申込方法 6月18日(月)までに電話で申し込みください。



三日里親

県内の児童養護施設に生活する児童のうち、夏期の帰省時に帰省する家庭のない子どもや、家庭の事情で帰省できない子どもを3日間預かるボランティアです。子どもたちに温かい家庭の雰囲気を経験してもらうために行います。
委託期間 8月4日(土)～6日(月)

申込方法 子育て支援課で配布する「三日里親申込書」を、6月15日(金)までに同課へ提出してください。
決定の通知 三日里親に決定した方には、「子ども委託通知書」を送付します。

問 子育て支援課(内線161) または東濃子ども相談センター(☎②③1111)

ふれ愛パーティーの参加者

日時 6月24日(日)午後1時～4時30分
場所 ミュージアム中仙道「レストラン・クレイ」(瑞浪市明世町)

対象 20歳～49歳の独身男女(ただし男性は土岐市もしくは瑞浪市に在住または在勤の方)
定員 男女各15人(応募者多数時は抽選)
参加費 千円

申込方法 ①氏名(ふりがな) ②性別 ③年齢 ④職業 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦土岐・瑞浪市外在住の男性は勤務先名称および住所を記入の上、電話、はがき、FAX、メールのいずれかの方法で申し込みください。
申込期限 6月8日(金)

問 瑞浪市役所子育て支援室(☎⑧2114、FAX⑧0294、kosodate@city.mizunami.jp)

開放講座「水と街道」の会員

東濃地方・木曽南部地方を中心に、自分ではなかなか行くことのできない砂防ダムや、道路の工事現場などを見学します。郷土を見詰め直し、皆



さんの地域づくりに生かしましょう。
期日 9月13日～12月13日の毎月第2木曜日(全4回)
対象 18歳以上の健康かつ全講座に参加可能な方
定員 20人程度(応募者多数時は初めて参加する方優先)
集合場所 多治見砂防国道事務所、多治見駅または中津川駅

形式 会員制による座学・見学会・座談会
受講料 300円(保険料)
申込方法 はがき、FAXまたはメールに必要事項(①氏名 ②郵便番号・住所 ③電話番号 ④年齢・性別 ⑤集合場所 ⑥応募動機)を記入の上、7月27日(金)必着で申し込みください。

問 多治見市小田町4・8・6多治見砂防国道事務所開放講座「水と街道」事務局(☎0572-12517994・✉cor-s853030@mlt.go.jp)

問 多治見砂防国道事務所総務課(☎②⑤8020)



税務職員(高校卒業程度)

受験資格 ▽平成30年4月1日において、高校または中学校を卒業(平成31年3月卒業見込みを含む)した日の翌日から起算して3年を経過していない方

申込期間 6月18日(月)～27日(水) ※インターネットで申し込みください。

申・問 名古屋国税局(☎052-951-1351)・内線3451 または名古屋国税局職員採用ホームページ



ご案内

第1回あいさつデー

登校する子どもたちにみなで声を掛け、気持ちの良いあいさつを広げる「あいさつデー」。市内全域に心を通わせあいさつの声を響かせましょう。

期日 7月3日(火)

時間 午前7時～8時(児童・生徒の通学時間)

場所 市内小・中学校や高校

の通学路、土岐市駅、自宅前「あいさつデー」ののぼり旗が立っている所 など

問 生涯学習課(内線271)



身体障がい者の補装具巡回相談

日時 6月27日(水)午後1時30分～3時30分(受け付けは2時30分まで)

場所 ウエルフェア土岐

内容 補装具の判定
持ち物 身体障害者手帳、印鑑、個人番号カードまたは個人番号通知カード

問 福祉課(内線152)

青少年の主張大会

青少年の自由でユニークな主張を聞きに、ぜひお越しください。

日時 6月17日(日)午前9時30分～正午

場所 文化プラザ

内容 青少年の主張、濃南中学校合唱公演、表彰状の授与 など

問 生涯学習課(内線272)

スポーツ少年団春季大会の結果

土岐市スポーツ少年団春季大会が4月21日(土)・22日(日)に総合公園や駄知体育館で開催されました。

結果は以下のとおりです。
(空手は各部門の1位のみ掲載)

野球 A ①妻木 ②下石
野球 B ①泉 ②肥田・駄知(合同チーム)



空手

部門(形)	氏名(学校名)	部門(組手)	氏名(学校名)
小学1・2年男子	田口颯士(土岐津小)	小学1・2年男子	細江海吏(土岐津小)
小学3・4年男子	土本暖(泉西小)	小学3・4年男子	山口舜(土岐津小)
小学3・4年女子	恒松絢音(妻木小)	小学3・4年女子	久野向日葵(土岐津小)
小学5・6年男子	長江權士(泉小)	小学5・6年男子	恒松寛大(妻木小)
		中学男子	植月陸叶(西陵中)

教科書展示会

児童・生徒が学校で使う教科書を展示します。

期日 6月15日(金)～28日(木) ※土・日曜日を除く

時間 ▽午前9時～正午

▽午後1時～5時

場所 市教育研究所
市教育研究所(内線281)



好評
配信中

広報ときや市ホームページの最新情報などを、スマートフォンやタブレットで手軽に閲覧。ぜひご利用ください。



マチを好きになるアプリ



ダウンロードは
こちらから!



問 まちづくり推進課(内線185)

6月は土砂災害防止月間

台風や大雨、地震などによる土砂災害から身を守るためには、私たち一人一人が日頃から備えておくことが大切です。

市が作成した土砂災害ハザードマップを活用し、家族や地域の皆さんで防災意識を高めましょう。

問 監理用地課(内線304)



消防設備士予備講習

期日 ▼第1類 6月27日
(水) ▼第4類 6月28日(木)
▼第6類 6月29日(金)

時間 午前9時30分

場所 県防災交流センター
(岐阜市下奈良)

受講料 8千円 ※岐阜県消防設備協会およびその従事者は4千円、学生は5千円

申込方法 6月4日(月)～22日(金)に消防本部または南消防署にある申込書で岐阜県消防設備協会へ申し込みください。

消防本部 ☎☎0123

アーチェリー初心者教室

期日 6月17日～7月8日の毎週日曜日(全4回)

時間 午前10時～正午

場所 市総合公園・ウッドフィールド

対象 中学生以上(保護者同伴なら小学4年生以上も可)

参加費 800円(保険料)

※小学生の場合は、保護者の加入もお願いします。

申込期限 6月15日(金)

申・問 市アーチェリー協会

・水野さん ☎☎4634

✉ pansleo@yahoo.co.jp



カヌー教室

日時 7月16日(月・祝) 午前10時～午後3時(小雨決行)

場所 土岐川(セラトピア土岐南側)

対象 一般

定員 15人(先着順)

参加費 千円(保険、昼食代含む)

持ち物 水着またはぬれてもよい服・靴 ※眼鏡の方は、眼鏡留め

電話(午後6時以降可)または FAX(常時可)

で、住所、氏名、年齢を問い合わせ先へお知らせください。

市カヌー協会・櫻井さん

☎☎0369・FAX☎☎0489



いつでも学び だれでも習う 土岐市公民館だより

背骨骨盤体操

スマホやテレビゲーム、読書をするとき、前かがみになっていませんか。体の能力を引き出し、肩こりなどを改善しましょう。

期日 6月16日・23日・30日の土曜日

時間 午後7時30分～8時30分

場所 肥田公民館

対象 一般

講師 上山真理さん

定員 15人

持ち物 バスタオル4枚程度(タオルケット、毛布 など)

申込期限 6月9日(土)

申・問 肥田公民館 ☎☎4544

生演奏で歌いましょう

参加者全員で懐かしの曲を歌いましょう。

期日 6月9日、7月21日、8月18日、9月8日の土曜日

時間 午後2時～3時30分 ※申込不要

場所 肥田公民館

対象 一般

講師 Myすぺ～す

問 肥田公民館 ☎☎4544

あんだんてミュージカル
「竹取ものがたり」

日時 6月9日(土) 午後7時(6時30分開場)

場所 下石公民館

定員 240人(先着順) ※申込不要

問 下石公民館 ☎☎5727

夏休み思い出づくりコンサート
出演者募集

学校で習った歌や曲などジャンルは問いません。楽しい夏休みの思い出をつくりませんか。

日時 8月11日(土・祝) 午後6時

場所 下石公民館

対象 高校生以下の個人またはグループ

内容 ピアノ演奏、合唱、合奏(リコーダー、管楽器 など)

定員 20組(応募者多数時は選考)

申込期限 7月21日(土)

申・問 下石公民館 ☎☎5727



5/3
~5

見て聞いて、何を買おうかな

新緑に彩られたゴールデンウィークに、土岐美濃焼まつり(泉町)、定林寺まつり窯元巡り(同)、春の美濃焼伝統工芸品まつり(同)、だち窯やまつり(駄知町)が開催され県内外からお目当ての品を求めのお客さんや、品定めをする愛好家などでにぎわいを見せました。来場者は「毎年必ず来ているが、いつも品の多さに驚く」「気になっていた作家の器が買えてうれしい」など、この地ならではのイベントを満喫していました。



定林寺まつり窯元巡り



土岐美濃焼まつり



春の美濃焼伝統工芸品まつり



駄知窯やまつり

5/13

第64回 市民総合体育大会春季大会

5月13日(日)に第64回市民総合体育大会春季大会が開催され、4月29日(日・祝)に行われた自転車競技と合わせて約1,600人の選手が参加しました。あいにくの雨により中止となった競技もありましたが、市内各地の会場を舞台に、21の競技で熱戦が繰り広げられました。春季大会終了時点での結果は次の通りです。



- ① 泉町 (80点)
- ② 土岐津町 (56点)
- ③ 下石町 (54.5点)
- ④ 駄知町 (53.5点)
- ⑤ 妻木町 (51点)
- ⑥ 肥田町 (25.5点)
- ⑦ 鶴里町 (11.5点)
- ⑧ 曾木町 (8点)



※種目別の結果は、スポーツ振興課(内線275)へお尋ねください。

● Photo sketch ●



4/21-22
27~29

練習の集大成 観客を魅了

今年で39回目となる市文化団体連盟祭が開催され、ステージ部門が行われた文化プラザでは、フラダンス、和太鼓、箏曲、合唱など30団体が日頃の練習の成果を披露し会場を沸かせました。同部門のフィナーレでは、出演者合同で“土岐音頭”を踊ったり、観客と一緒に合唱したりするなど、会場の全員で楽しむ場面も。

作品の展示部門では、書道や絵画、俳句、写真など16団体の自慢の作品がセラトピア土岐に展示され、見る人を魅了していました。



4/26

採ったぞー！春の大収穫

駄知小学校の3年生48人が、総合的な学習の時間を利用して、地域の方や自然と触れ合おうと同町の竹林でタケノコ掘りを体験しました。

児童らはタケノコを見つけると、手やスコップを使って熱心に掘り進めていました。体験を終えると「みんなで探すことや掘って抜くことが面白かった」「目標より多く採れた、今日はお母さんにたけのご飯を作ってもらおう」などと笑顔いっぱいに話してくれました。



5/11

視野を広げてじっくり進もう

市内に本社や事業所のある企業の優れた技術や魅力を知ってもらい、市内企業への就職者を増やそうと土岐商工会議所が初の試みとなる「高校生のための合同企業説明会」をセラトピア土岐で開催しました。参加企業は製造業、製陶業、商社などの29社、市内や近隣にある高校の3年生約200人が来場。

生徒は就職を希望する業界や関心のある企業のブースで、メモを取ったり質問したりするなどして将来を真剣に考えている様子でした。



5/12

西部こども園 工事中の安全を祈願

西部こども園の建設工事にあたり建設予定地の旧西部支所跡地（下石町）で起工式が行われ、地元自治会役員や工事関係者など約40人が工事期間中の安全を祈願しました。

同園は下石・山神保育園、下石幼稚園の3園を統合し、市内のこども園では3園目。保護者の就労状況による転・退園が不要であり、アレルギーに対応した給食の提供も可能です。今後は、来年4月の開園を目指し工事が進められます。



“そのままに”

川柳

今月のお題

半分

楽しみも 苦労も常に はんぶんこ ぼこべん	人生も 半分過ぎれば 矢のごとし 真琴	半分の 言葉ほどよい 空気かな チロ	ご祝儀は 義理を半分 入れて出す 月丘夢子	注文は 鰻井一つ 老夫婦 浮草	ケーキ食べ なかよしこよし 半分子 ジョージ	半分に 腰をかがめて 田植え時 森本千代美	店長と 半額シールで もめる嫁 早乙女勇樹
-----------------------------	---------------------------	--------------------------	-----------------------------	--------------------	------------------------------	-----------------------------	-----------------------------

■応募方法
 住所・氏名またはペンネームを明記し、直接または郵送、Eメールで広報広聴係へ。
 〒509-5192 (住所不要) ☐ koho@city.toki.lg.jp
 ☎ 1111(内線185) / FAX 7763
 ※応募多数の場合は採用されないことがあります。

7月1日号の投稿募集
 お題は「口下手」です (1人1句)。
 締め切りは6月19日(火)です。



わたしのほやねさん

私には育児の悩みを気軽に打ち明けられる相手がいませんでした。自分がどれだけ悩んでいても誰かに「助けて」と言えず、「一人で何とかしなければ」と思っていたのです。育児の悩みが原因でイライラしていることを夫に責められ、さらに気持ちが張り詰め、子どもたちを必要以上に叱り付け自己嫌悪に陥る日々でした。


そんな時期に3歳児健診がありました。アンケートで「身近に相談できる人がいるか」との質問に「いいえ」と答える私、すると保健師さんが優しく問い掛けてくれました。私はなぜだか涙があふれて止まりません。辛い、苦しい、もう無理かもしれない。心の奥の気持ちも全部出てきました。その場で悩みを打ち明け、その後も保健師さんから電話をもらって何度も話を聞いてもらいました。今思えば、本当に限界で最悪の事態になる前に「助けて」と言えたのは、吐き出す場所があったからだと思います。


悩みを打ち明けても、抱える問題が即解決とはなりません。でも、共感してもらえたことが何よりうれしかったです。悩んでいる自分でも大丈夫と思えました。誰にも相談できず苦しんでいた私に声を掛け「そうだね」と受け止めてくれた保健師さん。彼女が私にとってのほやねさんでした。



ペンネーム かりんとう(土岐津町)

募集





掲載の「わたしのほやねさん」ストーリーの他、市内に実在する「まちのほやねさん」を募集します。あなたがこれまでに会ったほやねさんを400字程度の紹介文と一緒にお寄せください。

■応募方法
 住所・氏名またはペンネームを明記し、直接または郵送、Eメールでまちづくり推進課へ。
 〒509-5192(住所不要) ☐ machisui@city.toki.lg.jp
 ☎ 1111(内線186) / FAX 7763
 ※応募多数の場合は採用されないことがあります。

駄知小学校附属幼稚園

同園では「ぴっかりこ」を合言葉に「明るく元気な子」がたくさん育っていくように、たくさんの活動を進めています。目指す「ぴっかりこ」は、あいさつのできる子、返事のできる子、靴をそろえる子、話を最後まで聞く子です。こうして頑張る駄知の子どもたちは、たくさんの活動を楽しみます。



.....異年齢集会.....

3・4・5歳児の交流会。みんなで仲良くできるように工夫して楽しい会を作ります。



.....お茶会.....

茶陶で抹茶を味わうことで、地域の伝統を肌で感じ、趣のあるひとときを過ごします。



.....遠足.....

5歳児は、お弁当を持って陶史の森を目指します。山道も元気いっぱい歩きます。



.....のぼり起こしの会.....

元気な子どもに育ってほしいという願いから、全員でこのぼりを揚げます。その後はみんなで「ヨーイドン!」このぼりに向かって駆けっこをします。

我が園のキラリ先生



加藤里紗先生

今年度は3歳児を受け持つことになり、毎日子どもたちの笑顔に癒されています。体を動かすことが好きで、学生時代はバスケットボールをしていました。今後は、何か新しいスポーツに挑戦してみようと思っています。



給食センター掲示板

給食センター(☎546195)

給食センター探検隊 募集!

小中学生の皆さん! 毎日学校で食べている給食がどんなところで、どのように作られているか知っていますか? 夏休みに給食センターで大きな調理器具を使って、自分たちで給食を作って食べる体験者を募集します。ぜひ参加してみませんか。

<p>1日目 カレーライスを作ろう!</p> <p>給食の大人気メニュー! カレーライスなどを親子で作ります。</p> <p>期 日 7月21日(土)</p> <p>時 間 午前9時~午後2時(午前8時50分集合)</p> <p>対 象 市内の小・中学生とその保護者 (*親子での参加になります。未就学児の同伴不可)</p> <p>定 員 36人(保護者、引率者を含む)</p>	<p>2日目 地域の食材・生産者の方について知ろう!</p> <p>昨年度の「中学生学校給食選手権」出場メニューを作ります。地域の食材について知り、夏休みの課題研究を進めましょう!</p> <p>期 日 7月23日(月)</p> <p>時 間 午前9時~午後3時(午前8時50分集合)</p> <p>対 象 市内の小学4年生~中学3年生(*子どものみでの参加になります)</p> <p>定 員 30人</p>
--	---

【参加時の持ち物】 調理の服装: 調理場内に入るために洗濯をした清潔な服装(綿100%長袖長ズボンが望ましい)、エプロン、マスク、三角巾を着用
履 物: きれいに洗った体育館用靴などを持参(保護者、引率者を含む)
参加費: 1人につき300円(当日徴収)
その他: はし、ナプキン、お茶

申込方法

申込書に必要事項を記入し、FAXまたはメールで申し込みください
 申込期限 7月6日(金) ※応募者多数時は抽選
 申 込 先 学校給食センター
 ☎ 546195 FAX 546196
 ✉ kyusyoku@city.toki.lg.jp

申 込 書

申 込 書	日にち(希望日に○)	7月21日(土) ・ 7月23日(月)	
	児童・生徒名(学年) 参加希望者すべて記入		
	保護者氏名		
	学 校 名		
	住 所		
連絡先	電話番号	メールアドレス	

健康ガイド

保健センター(☎☎2010)

■ 離乳食教室

対象 4カ月～5カ月のお子さんの保護者
期日 7月2日(月)
時間 午後1時～2時30分
場所 保健センター
定員 20人(先着順) ※託児可
内容 離乳食の話、実習
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、母子健康手帳
締切 6月28日(木)


■ 7カ月児教室

対象 7カ月～8カ月のお子さんとの保護者
期日 7月2日(月)
時間 午前9時30分～11時
場所 保健センター
定員 20組(先着順)
内容 子どもの歯の話、離乳食の話、試食
持ち物 食事前エプロン、母子健康手帳
締切 6月28日(木)

■ こども発達相談

対象 言葉が遅いなどお子さんに対して心配のある保護者
期日 7月9日(月)
時間 ①午後1時30分～
 ②午後2時30分～
場所 保健センター
定員 各回1組(要予約)
内容 発達の専門家による個別相談
締切 7月6日(金)

予防接種

種類	対象者	接種方法
日本脳炎	1期初回(6～28日間隔で2回接種) 3歳以上7歳半未満のお子さん 1期追加(1回接種) 初回接種(2回)終了から、おおむね1年経過している7歳半未満のお子さん 特例対象者 平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれで、9歳以上13歳未満のお子さん 平成19年4月1日以前生まれで20歳未満の方 ※公費で4回接種できますが、接種回数・時期はこれまでの接種歴により異なりますので、詳しくは問い合わせください。	①6月20日(水)までに次のいずれかの方法で申し込みください。 ▷保健センターまたは支所窓口へ直接 ▷保健センターへFAX (FAX ☎0095) ▷市ホームページから ②7月以降に、申し込みをした医療機関へ接種日時を予約してください。 ③予診票と母子健康手帳を持ってお出掛けください。
麻しん・風しん	第1期 1歳以上2歳未満のお子さん 第2期 平成24年4月2日～平成25年4月1日に生まれたお子さん ※第2期は、平成31年3月31日まで ※麻しん・風しん両方に、確実にかけたことがある方は対象外	 <p>○医療機関へ直接、接種日時を予約してください。 ※保健センターへの申し込みは不要です。</p>
B型肝炎	生後2カ月以上1歳未満のお子さん(3回接種) 2回目(1回目の接種から27日以上の間隔) 3回目(1回目の接種から139日以上の間隔)	
ヒブ	初回(27～56日間隔で3回接種) 生後2カ月以上5歳未満のお子さん 追加(1回接種) 初回接種終了から7カ月経過している5歳未満のお子さん	
小児用肺炎球菌	初回(27日以上の間隔で3回接種) 生後2カ月以上5歳未満のお子さん 追加(1回接種) 初回接種終了から60日経過している1歳～5歳未満のお子さん	
4種混合 (ジフテリア 百日せき、破傷風 不活化ポリオ)	初回(20～56日間隔で3回接種) 生後3カ月以上7歳半未満のお子さん 追加(1回接種) 初回接種終了から1年経過している7歳半未満のお子さん	
水痘	水痘にかかったことがない1歳以上3歳未満のお子さん(標準的には6～12カ月の間隔で2回)	
BCG	生後5カ月以上8カ月未満のお子さん 1歳未満で接種していないお子さんも含まれます	



★ 土岐市では良質な
粘土がたくさん採れたんじゃ！

さらに

★ 窯焼きの燃料となる薪
(松) もたくさんあったのじゃ！

Tips!
まめちしき なぜ『松』が良い？

松には松やにの樹脂が含まれるので火が付きやすく、炎が長いのが特徴。火足が長いので窯の奥まで火が届き、窯全体の温度を上げることができるのじゃ。

松は炭として残る燃えかすが少なく、ほとんどが灰になって燃え尽きるので、窯の温度を下げにくいんじゃ。さらにその灰を自然釉として生かすこともできるのじゃよ。



なぜ、土岐市でたくさん陶器が作られるようになったの？



志野ちゃん



土岐市は
やきもの生産



私たちのまち・土岐市はやきものまちです。『みのやき博士』『みのやき志野ちゃん』と一緒にやきものの知識を学んでいきましょう。

TOTTOKI 美濃焼振興室 (☎98312)

窯跡に行ったことある！織部の里公園にあるよね



窯も最初は小さな穴窯から始まって、だんだんと大きくなっていったんじゃ。窯は半地下式になり、やがて登窯が造られるので大量のやきものが作られるようになったのじゃ。

やきもの作りには絶好の土地だったので、陶工たちが移住してきて、あちこちに窯を作ったのじゃ。

▶ 泉町久尻元屋敷窯跡



市長の部屋から 4月27日(金)

「第11回現代茶陶展」の表彰式がセラトピア土岐で開催され、326点の応募の中から選ばれた皆さんに表彰状が授与されました。



現代茶陶展の開催にあたり、全国各地から多くの方にご出展をいただきありがとうございました。受賞された皆さまにおかれましては、本当におめでとうございませう。

この展覧会の魅力の一つは、伝統ある茶陶に現代の新しい技術や考え方を取り入れた作品が、見る人の心を揺さぶるところにあると思います。今後も全国各地から素晴らしい作品が集い、市民の皆さまをはじめ、多くの方にご来場いただけますよう引き続き取り組んでまいります。



土岐市長 加藤靖也

エッ、蜂の大群…!?

「ジガバチソウ」は、漢字で似我蜂草と書きます。ラン科の多年草です。クロジガバチソウの花の姿が蜂のジガバチに似ているためこの名前が付けました。

ジガバチソウには、「フクリンジガバチソウ」「アオジガバチソウ」「クロジガバチソウ」「ヒメジガバチソウ」の4種類があります。

陶史の森園内ではアオジガバチソウとクロジガバチソウが見られます。右下の写真からも分かるように、花は淡緑色から黒褐色まであります。淡緑色のジガバチソウはアオジガバチソウ、黒褐色のジガバチソウはクロジガバチソウと呼ばれています。

アカマツやコナラの林の中の落葉量が少ない場所に生息しています。花期は5～7月の初夏で、高さは8～20cmぐらいで10～20個の花を付けます。

初めてこの花を見つけた人は、蜂の大群がいてと思い腰が抜けるほどビックリしたかもしれませんね。

自然は本当に不思議ですね。



アオジガバチソウ



クロジガバチソウ

森の日記

4月22日(日) 探鳥会

探鳥会に友人や家族連れ41人の皆さんが参加しました。野鳥のかわいいさえずりを聞きながら朝日を浴びて歩くのは、とっても気持ち良く健康的です。「オオルリ」や「メジロ」の鳴き声も、森中に響き渡ります。皆さん野鳥の声が聞こえるたびに、姿を一目見たいと必死に双眼鏡で探していました。野鳥の会の方は鳥を見つけるたびに「あれは〇〇だ」と名前や特徴を解説してくれました。この日、見つけた野鳥はなんと41種類。今後も多くの野鳥を見つけに森へ出掛けましょう！皆さんの参加をお待ちしています。数に限りがありますが、双眼鏡の貸し出しもありますよ。



教室のご案内

6月

ミツバチ教室 (既に定員に達しました※)
6月17日(日) 午前9時～11時30分
蜂蜜搾りを体験し、味わいます。
※見学は自由です。

バードウォッチング (自由参加、雨天中止)
6月24日(日) 午前9時～11時30分
初夏の野鳥を観察します。

7月

草花標本づくり教室 (自由参加)
7月1日(日) 午前9時～11時30分
植物を観察・採集して標本を作ります。

天体教室 (要申込・定員20人、雨天中止)
7月21日(土) 午後7時30分～
主に土星など夏の天体を観察します。
※第2駐車場に集合してください。

バードウォッチング (自由参加、雨天中止)
7月22日(日) 午前9時～11時30分
夏の野鳥を観察します。

昆虫教室 (要申込・定員20人)
7月29日(日) 午前9時～11時30分
昆虫を採集して観察したり、標本づくりを学びます。

