

# 広報とき

Toki Public Relations

2012 4.1

vol.1523

<http://www.city.toki.lg.jp>

## CONTENTS

- 02 特集－土岐市を再起動 新年度予算
- 06 市政情報  
高機能消防指令センター運用開始／第5回現代茶陶展／春の陶器祭り／定住促進奨励金／医師確保奨学金／病院職員募集／窓口変更／国民年金／ぎふ清流国体／国保通知書発送・人間ドック／ごみ袋価格改定／介護保険料／固定資産税通知書／手当額変更／浄化槽補助金
- 14 情報ひろば／土岐市公民館だより
- 16 陶史の森だより
- 17 Toki 学 Time  
土岐市教育『夢・絆』／給食センター掲示板
- 18 ときめき Life  
男と女のいきいきコラム／健康まめ知識
- 19 健康ガイド

3月18日(日) スプリング夢コンサート



## 平成24年度予算

一般会計 **196億3,300万円**

総額 **444億4,582万円**

土岐市の平成24年度当初予算は、「土岐市を再起動」特別枠を設け、「強いまちづくり」「元気なまちづくり」「優しいまちづくり」を達成するため、財源を新たな事業に優先的・効率的に配分しました。この結果、一般会計予算額は前年度と比べ0.4%減少した196億3,300万円となり、特別会計（下水道事業や国民健康保険など）と企業会計（病院事業と水道事業）を含めた総予算額は、前年度と比べ0.1%増加した444億4,582万円となりました。

■問い合わせ 総務課（内線226）

### 土岐市の家計簿 1年間の世帯収入が約650万円の家庭だったら

収入・支出項目	収入	支出	備考
給料／市税、地方交付税など	400万円		
親からの仕送り／国庫支出金など	106万円		
貯金の取り崩し／基金からの繰り入れ	34万円		
その他／繰越金、財産収入	45万円		
借入金／市債	65万円		
食費／人件費		135万円	
医療費／福祉や医療にかかるお金		122万円	
光熱水費・消耗品費／物件の維持費		83万円	
自宅の改築費／道路や学校などの建設費		75万円	
子どもへの仕送り／特別会計に支出		97万円	
ローンの返済／市債の元金や利子の支払い		50万円	
貯金／基金に積み立て		1万円	
その他／補助金・災害時の修繕費など		87万円	
			(平成22年度末)
			貯金残高 265万円
			借入金残高417万円
合計	650万円	650万円	

現在の市の会計は、給料（市税、地方交付税など）の収入が6割ほどで、不足分を親からの仕送り（国庫支出金など）や貯金の取り崩し（基金からの繰り入れ）で補っている状況です。

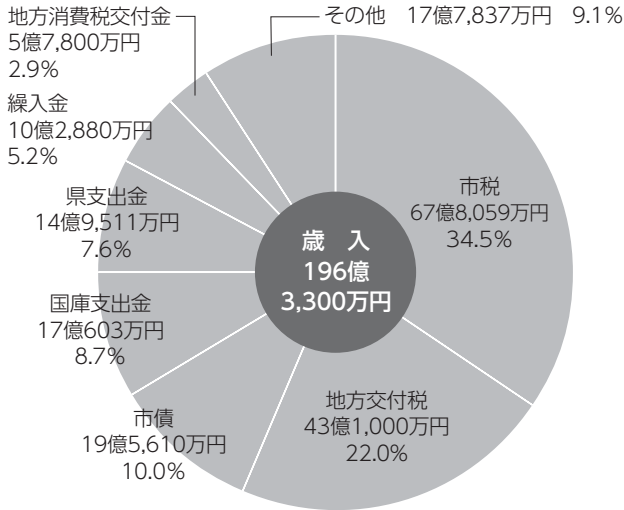
支出の内容を見ると、食費（人件費）のほか、医療費（福祉や医療にかかるお金）やローンの返済（市債の元金や利子の支払い）を加えた307万円は、「義務的経費」といわれるものです。

福祉や医療に必要なお金は毎年増加しています。さらに、道路や学校などの修繕費のほか、災害への備えも必要です。今後は、支出をさらに切り詰めるとともに、収入を増やす努力が必要になります。

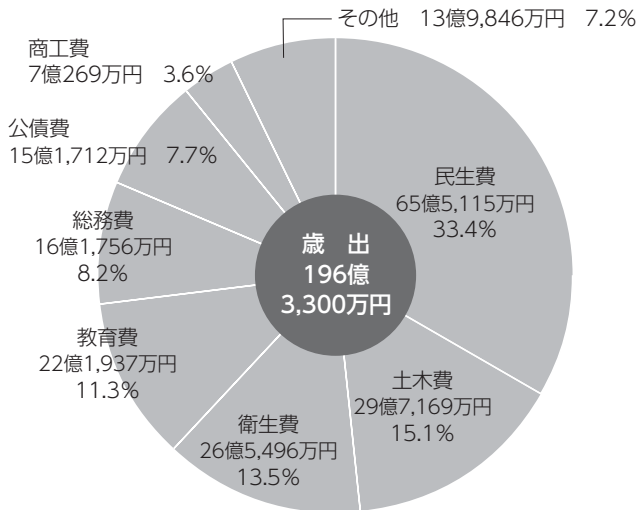
# 歳入

市の歳入の根幹である市税には、前年度と比べ3・6%減少する67億8059万円を計上しました。これは、長引く不況により法人市民税が2・3%の減少となるほか、固定資産税が評価替えの影響により7・9%の減少となることを見込んだためです。地方交付税については、国が地域主権改革に伴って総額を0・5%増額したことなどを考慮し、市では、前年度と比べ0・7%増加した43億1千万円を見込んでいます。自主財源比率は46・8%となり、依然として大幅な財

## 一般会計 歳入



## 一般会計 歳出



源不足です。市税の市民1人当たりの負担額は、市民税(個人)が3万9481円、固定資産税が4万6679円、都市整備事業や環境衛生事業を目的とする都市計画税・入湯税が7758円など、合計10万9423円となります。

**歳出** 「土岐市を再起動」特別枠を設け、「強いまちづくり」「元気なまちづくり」「優しいまちづくり」を達成するための新規事業に財源を優先的に配分しました。また、東海環状自動車道五斗時パーキングエリアに接続するスマートイン

ターチェンジや土岐市駅から西に延びる道路・新土岐津線などの建設事業、小児用肺炎球菌ワクチンなどの接種無料化、中学生以下のインフルエンザワクチン接種費用の一部補助、市立保育園に年度の途中で入園するお子さんへの対応といった、子育て支援対策にも、引き続き予算を配分しました。一般会計の市民1人当たりの使用額は、福祉や医療などの民生費に10万5720円、道路や建物などの土木費に4万7956円など、合計31万6830円になります。

### 平成24年度予算／会計別内訳 特別会計147億1,925万円、企業会計100億9,357万円を計上

会計名	本年度予算	増減率	会計名	本年度予算	増減率
一般会計	196億3,300万円	△ 0.4%	土岐市・瑞浪市介護認定審査会	4,334万円	21.3%
特別会計			土岐市・瑞浪市障害者自立支援認定審査会	568万円	11.5%
下水道事業	22億3,650万円	0.4%	後期高齢者医療保険	11億4,398万円	6.6%
交通災害共済	787万円	△ 46.2%	計	147億1,925万円	2.5%
国民健康保険	67億3,344万円	2.0%	企業会計		
自動車駐車場事業	6,006万円	△ 11.4%	病院事業	76億7,776万円	△ 4.0%
介護保険 (保険勘定)	44億3,353万円	3.7%	水道事業	24億1,581万円	3.9%
介護保険 (サービス勘定)	2,092万円	0.9%	計	100億9,357万円	△ 2.3%
農業集落排水事業	3,393万円	16.2%	合計	444億4,582万円	0.1%

1人当たりの平均額を算出する際の人口61,967人 (平成24年2月29日現在)  
端数処理の関係上、一部数字が合わない場合があります。

## 福祉・健康



- ▶健康づくりの推進 4,042万円
  - 各種健診の実施
  - 生活習慣病を予防する健康教室の開催
- ▶地域福祉推進体制の推進 1,152万円
  - 災害時要援護者台帳データの更新
  - 民生・児童委員活動の支援など
- ▶高齢者の生きがいづくりの推進 2,113万円
  - 老人クラブ活動、シルバー人材センター事業などの支援
- ▶高齢者の生活支援の充実 929万円
  - 緊急通報装置の設置など
- ▶障がい者の社会参加の促進 763万円
  - タクシー利用料の助成など外出支援の充実

## 教育



- ▶地域の教育力向上 6,101万円
  - 青少年育成市民会議などの活動推進
  - 放課後子ども教室を8小学校区で実施
- ▶家庭の教育力向上 69万円
  - 幼稚園、小・中学校の保護者を対象に家庭教育学級を実施
  - 職場で学ぶ家庭教育理解講座を開催
- ▶学習環境・指導体制の充実 3,878万円
  - きめ細かな教育支援のため、土岐市を再起動特別枠で学習支援員を1人増員
  - スクールカウンセラーを市の予算で増員など
- ▶教育環境の充実 1億3,907万円
  - 学校施設の耐震化（駄知小・泉中）など

# 平成24年度 主要事業

今年度、市が実施する主な事業を、生活の場面に分類して紹介します。

## 土岐市を再起動 特別枠予算

### 1億4,915万円

※主なものを抜粋

強いまちづくり 6,473万円  
定住促進事業 4,310万円

市の定住人口の増加と誘致企業の従業員の住宅支援を目的に、市内に住宅を取得し、転入した方に対して奨励金を交付します。

共助・公助用資機材整備 414万円  
災害発生時に必要となる資機材や消防訓練用消火栓、動力ポンプを購入します。

元気なまちづくり 7,192万円  
段尻巻古墳など用地購入 4,867万円

貴重な文化財を後世に伝えるために、用地を購入します。

「土岐のあかり」出版事業 25万円  
土岐市に愛着が持てるような、少し前の時代の話や郷土の偉人を取り上げた書籍を出版し、郷土を愛する子どもの育成を図ります。

優しいまちづくり 1,250万円  
私立幼稚園就園奨励費補助金 1,035万円  
私立幼稚園に就園する方に補助金を交付します。

## 安心・安全



- ▶ 消防力の強化 7,177万円
  - 消防車・消防機材の整備など
- ▶ 救急の充実 194万円
  - 救急搬送時に用いる機器の購入など
- ▶ 防災体制の整備 7,510万円
  - 市役所庁舎耐震改修工事設計委託
  - 木造集会所耐震診断事業補助金（10件分）
  - 自主防災組織の育成・強化のため、防災士養成事業補助金、自主防災組織の訓練・講演会や研修会の開催支援など
- ▶ 災害時の体制の整備 618万円
  - 情報収集力向上のため、防災情報システムの導入など

## 産業・観光



- ▶ 美濃焼のブランド化の推進 4,768万円
  - 仙台夢メッセ、全国やきものフェアへの出展など、新規市場開拓の支援など
- ▶ 陶磁器産業の活性化 680万円
  - 人材育成セミナーの開催など
- ▶ 新産業の誘致・育成 4,504万円
  - 市内進出企業へ事業所設置奨励金を支給（7社分）など
- ▶ 観光資源の有効活用 5,252万円
  - 美濃焼、温泉、自然などの観光資源を活用するため、観光パンフレットの新規作成など
  - 織部の日記念事業、さわやかウオーキングなどのイベントの開催・支援など

## 暮らし・整備



- ▶ 地域コミュニティの活性化 2,300万円
  - 地区集会場の建設などの支援
- ▶ 健全な財政運営の推進 344万円
  - 軽自動車税のコンビニ納付の開始など
- ▶ スポーツの普及・交流 5,348万円
  - ぎふ清流国体土岐市開催競技の支援など
- ▶ 伝統文化・文化財の保存・活用・継承 1億1,522万円
  - 段尻巻古墳用地購入や文化財マップ作成など
- ▶ 地球温暖化防止の推進 2,436万円
  - 太陽光発電システム設置補助金など
- ▶ 良好な住環境の整備 5,902万円
  - 妻木南部土地区画整理事業の実施など

## 子育て



- ▶ 予防接種の普及・PR 1億8,287万円
  - 子宮頸がん予防ワクチン接種、ヒブワクチン接種、小児用肺炎球菌ワクチン接種の無料化を継続実施
  - インフルエンザ予防ワクチン接種費用の一部補助など
- ▶ 乳幼児の健全育成 5,901万円
  - 妊婦健診の受診促進
  - 乳幼児健診の受診促進
  - 乳幼児音楽教室の開催回数の増加
- ▶ 子育て環境の充実 8,249万円
  - 保育室の空調設備整備など施設の充実
  - 病後児保育の実施など

より早く より正確に

## 高機能消防指令センター運用開始

年間7139件

市消防本部が昨年1年間で受けた119番通報は7139件。消防指令センターは通報を受けると、消防車や救急車に出動を指令するほか、出動した部隊への作業指示、警察をはじめとする関係機関との連絡調整など、消防・救急活動の中枢となります。

より早く より正確に

3月21日、高機能消防指令センターの運用が始まりました。新しい消防指令センターは、固定電話やIP電話からの119

番通報を受けると、通報場所が指令台の大型モニターに表示される「発信地表示システム」及び発信位置情報通知システム」を備え、通報者の位置を的確に知ることができます。また、災害の場所や状況に応じて自動で出動隊を編成したり、出動指令をしたりする「自動出動指定装置」も備えています。

さらに、耳や言葉の不自由な人などからの通報をファックスで受け付ける「ファックス119システム」を備えます。

これにより、119番通報の受信から現場到着までの時間短縮、災害に対する的確な対応が可能になり、被害の軽減と救命率の向上が期待できます。

### 1. 通報者の位置情報を表示



固定電話やIP電話から119番通報すると電話の所在地が通信室のモニターに自動的に表示されます。携帯電話のときは大まかな位置(\*)が表示されます。通報者の位置を直ちに知ることができるため、より短時間で出動できます。

※携帯電話は、機種により一部表示できない場合があります。

### 2. ファックス119



耳の聞こえない方や話せない方など、会話による119番通報が難しい方は、ファックスを使って通報することができます。ファックスは局番なしの119番です。

### 3. 駆け込み通報装置



南消防署、濃南分駐所は火災出動などで職員が不在になることがあります。玄関前に直接通信室とつながる通報装置を設置していますので、緊急のときはこの装置で通報してください。

### 4. GPSで車両位置情報を表示



消防車や救急車に搭載しているGPS端末を使い、出動している車両や近くでほかの業務に当たっている車両の位置を把握し、最短で現場に到着できるよう指示することができます。



土岐市消防本部 石部直光

## より安心して暮らせるまちへ

私たち土岐市消防本部は、市民の皆さんが安全で安心して暮らせるまちを目指して、消防体制の充実と消防力の強化に努めています。

今、消防・防災を取り巻く情勢は大きく変化しています。従来の火災、救急・救助に加え、大規模な自然災害や高齢化社会への対応など、消防の果たす役割が複雑・高度化しています。今回運用を開始した「高機能消防指令センター」は、消防活動に関する情報を一元的に処理することで、一層早い緊急出動が可能になり、災害や救急の状況に応じた、よりの確な活動ができるようになりました。

この消防指令センターを最大限活用し、万全な消防体制づくりに取り組んでいきます。これからも皆さんのご協力をお願いします。

■問い合わせ 北消防署通信係 (☎0119)

# 茶陶展

第24回土岐市織部の日記念事業

## 第5回現代茶陶展受賞作品

大賞 田中豊さん（常滑市）

優秀賞 林友加さん（泉町）

奨励賞 安藤千都勢さん（下石町）



田中豊さん「輪彩紋水指」



林友加さん「鼠志野茶碗」



安藤千都勢さん  
「“ことり”-アカゲラ」

### 第5回現代茶陶展

日時 4月14日(土)≫22日(日)  
午前10時～午後5時  
(初日は午前11時～)

場所 セラトピア土岐・小ホール

市では、織部焼が史実に登場した2月28日を「織部の日」と制定し、さまざまな記念事業を行っています。その記念事業の一つである「第5回現代茶陶展」の審査が、2月28日にセラトピア土岐で行われました。

この展覧会は、桃山時代に黄瀬戸、志野、織部など新しいやきものを創出した土岐市において、やきもの新たな発展を求めて開催するもので、作品を全国から公募したところ、37都道府県から280人、380点の応募がありました。

林屋晴三氏（東京国立博物館名誉館員・菊池寛実記念智美術館館長）、鈴木藏氏（重要無形文化財「志野」保持者）、榎本徹氏（岐阜県現代陶芸美術館館長）による審査の結果、TOKI織部大賞には、田中豊さんの「輪彩紋水指」が選ばれました。

上位入賞作品9点と入選作品76点は、4月14日(土)から22日(日)まで、セラトピア土岐で一般公開されます。

### 入賞者・作品名〈敬称略〉

#### TOKI織部大賞

田中豊(常滑市)「輪彩紋水指」

#### TOKI織部優秀賞

黒河兼吉(京都府)「金菱水注」

林友加(土岐市泉町)「鼠志野茶碗」

森和彦(名古屋市)「stream」

#### TOKI織部奨励賞

安藤千都勢(土岐市下石町)「“ことり”-アカゲラ」

伊藤みちよ(千葉県)「青の窓辺」

稲留清彩(広島県)「三ツ足花器」

加藤高宏(名古屋市)「茶碗」

芳賀稔(広島県)「茶碗」

■問い合わせ 文化振興課（内線554）

### 暮雪庵・織部茶会

◆日時 5月12日(土)・13日(日)  
午前10時～午後3時（雨天決行）

◆場所 織部の里公園

#### ◆料金

▷本席一服500円（暮雪庵）

※先着60人（一席5～6人で30分程度。  
混雑時はお待ちいただく場合があります）

▷野だて一服300円（雨天時は創陶園）

※12日(土)のみ開催。



やって来ました

## 春の風物詩 陶器祭り

～お気に入りの器を見つけに行きませんか～



4/21(土)・22(日)

### TOKI - 陶器祭り

セラトピア土岐および周辺地域

陶芸作家、窯元、商社が焼き物をお値打ちに販売するほか、ロクロ体験や陶器のお皿に絵を描くコーナーなど、陶器に触れ合えるコーナーも開設します。屋内ステージでは、人気のキッズダンスや「ゆるキャラ」も登場！豪華賞品が当たるクイズゲームなどもあります。協賛事業として、第5回現代茶陶展や、土岐市名物「どろグルメ」コーナーも楽しめます。陶器祭りは、子どもから大人までが1日楽しめるイベントが盛りだくさんです。期間中は、土岐川の河川敷に臨時駐車場が設けられますのでご利用ください。

■問い合わせ TOKI-陶器祭り実行委員会 (☎☎0005)

ご協力をお願いします

バス発着所の変更・交通規制

会場周辺では、交通規制が行われるほか、市民バスの発着場所や運行経路も一部変更となります。バスをご利用の方はご注意ください。

5/3(木・祝) ≫ 5日(土・祝)

### 土岐美濃焼まつり

土岐美濃焼卸商業団地  
「織部ヒルズ」

3日間で約35万人もの方が訪れる、日本三大陶器祭りの一つ。蔵出し市や地元業者の陶器廉売市はもちろん、全国から作陶家・クラフト工芸家が出展し、お値打ちな器やテーブルウェアを求める方にぎわいます。

■問い合わせ (協)土岐美濃焼卸センター(☎☎1322)

### 春の美濃焼 伝統工芸品まつり 美濃焼伝統産業会館

陶芸作家ならではの逸品が楽しめるこのまつり。伝産組合員が制作した器などが1万円均一(市価2万円以上)で買うことができるほか、「匠の技・工芸土花器展」などの特別展示も見ごたえあり。

陶芸村では、入村作家が工房を開放し「陶芸村窯元展」を開催します。

■問い合わせ 美濃焼伝統産業会館(泉町五斗蒔・☎☎5527)

### だち窯やまつり

南山公園・駄知町内

5/3(木・祝) ≫ 5(土・祝)

駄知町の窯元12社が、窯元巡りやおもてなしイベントなどを開催します。まつり期間中の夜は、陶器の灯籠「陶籠」のライトアップや野外コンサートも開催されます。

■問い合わせ だち窯やネット事務局・丹山窯(☎☎4188)

### 定林寺まつり窯元巡り

泉町定林寺地域(一部河合含む)

5/3(木・祝)・4(金・祝)

定林寺区民による手づくりの祭りです。地元の方々による各種バザーや窯元巡りのほか、区内にある史跡・モニュメント巡りを実施します。

■問い合わせ 泉陶磁器工業協同組合(☎☎2135)

### 無料送迎バスのご案内

まつり期間中は、土岐市駅北ロータリーから、無料送迎バスが15分間隔で美濃焼伝統産業会館、土岐美濃焼まつり会場を循環します。また、土岐アクアシルヴァ臨時駐車場から土岐美濃焼まつり会場への送迎バスも運行します。ぜひご利用ください。

## 将来医師として東濃で活躍してみませんか？ 東濃地域医師確保奨学資金等の貸し付けを行います

医師不足が深刻化する中、東濃5市では地域の医師の確保を目的に、将来医師として東濃地域の指定医療機関で地域医療に従事する意志がある方に、修学上必要な資金の貸し付けを行っています。

◆**応募資格** 平成24年4月1日現在で、医学部学生、医学部大学院生および医師で、臨床研修、専門研修を受けている方または受けようとする方

◆**貸付人数** 若干名

◆**貸付期間** ▷大学生奨学資金＝正規の修業期間（6年間を限度）▷大学院生奨学資金＝正規の修業期間（4年間を限度）▷研修資金＝5年間を限度

◆**貸付金額** ▷修学または研修期間中＝月額20万円（年額240万円）▷大学入学時＝60万円（1回限り）

※一定の要件を満たす業務に従事した方には、償還の免除制度があります。

◆**貸付条件** 臨床研修、大学院の課程または専門研修を修了した後、東濃5市の指定医療機関（県立病院を除く公立病院および東濃厚生病院）に勤務。なお、多治見市民病院の募集はありません。

◆**申込期限** 5月21日(月)必着

◆**選考** 書類審査および面接

■**申し込み・問い合わせ** 東濃西部広域行政事務組合（☎②1111・内線489）または市立総合病院総務課（☎⑤2111・内線2851）

## 岐阜県から土岐市に手続きの窓口が変わります

県の条例改正に伴い、4月1日から次の事務が市に移譲されます。

▷**火薬類取締法**

製造所の許可、譲渡、譲受の許可など

▷**高圧ガス保安法**

製造の許可、保安検査、登録容器等製造業者に対する災害防止命令など

▷**ガス事業法**

立入検査など

▷**液化石油ガスの保安の確保及び取引の適正化に関する法律**

販売事業者の登録、貯蔵施設の設置許可、販売者への立入検査など

消防本部・  
予防課  
(☎④3129)

▷**特定非営利活動促進法**

NPO法人(特定非営利活動法人)の設立認証、事業報告書の提出など

総合政策課  
(内線212)

## 土岐市に定住する方を支援します 土岐市定住促進奨励金

市では定住人口の増加を図るため、定住を目的とした住宅を取得する方に、奨励金を支給します。

◆**対象** (以下のいずれにも該当する方)

▷平成24年4月1日以降に市内で定住を目的とした住宅を取得した方

▷転入前の3年間に市内に住所を有しないで、平成23年4月1日以降に土岐市に転入した方

▷住宅を取得した年度の4月1日現在の年齢が満50歳以下の方

◆**奨励金の額**

▷新築住宅の場合 30万円

▷中古住宅の場合 15万円

※申請時点で義務教育修了前のお子さんがいる場合は子ども1人につき5万円を加算します。

(例)平成24年10月1日に新築住宅を取得し、10月20日に土岐市に転入届を提出した、中学生と小学生のお子さんが2人いる世帯の場合…40万円を支給

◆**提出書類**

奨励金交付申請書、住民票(世帯全員分)の写し、工事請負(売買)契約書、建物平面図、登記簿謄本、転入前の市区町村の税完納証明書、誓約書・同意書

■**申し込み・問い合わせ** 総合政策課(内線212)

## 市職員(薬剤師)を募集します

◆**採用予定人員** 1人

◆**勤務場所** 市立総合病院または老人保健施設やすらぎ

◆**受験資格** 昭和57年4月2日以降に生まれた資格所有(見込み)者 ※地方公務員法第16条の各号(成年被後見人など)のいずれかに該当する方は受験できません。

◆**試験の日時、場所、方法および採用決定** ▷第1次試験＝5月13日(日)午前9時から市文化プラザで教養試験および適性検査を実施 ▷第2次試験＝5月下旬(予定)に市立総合病院で面接試験および作文試験を実施。健康診断で異常がなければ、7月1日(予定)で採用を決定します。

◆**給料** 19万900円 ※原則として、毎年1回定期に昇給します(この数字は現行の額であり、国などの改正に準じ改正されます。経験者は、年数を換算します)。

◆**受験の手続き** 受験申込書(市秘書広報課職員係で交付)に必要な事項を記入の上、4月2日(月)～27日(金)午後5時15分までに同課へ提出(土・日曜日を除く)。

※**期限必着**

■**問い合わせ** 秘書広報課職員係(内線207)

## 便利でお得 国民年金のお知らせ

### 在学中の支払いが猶予されます

日本国内に住む全ての人は、20歳になった時から国民年金の被保険者となり、保険料を納めていただくことになります。しかし、学生の方には、学生本人の前年所得が一定額以下の場合、申請によって在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

#### ◆対象となる学生

大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校などに在学する20歳以上の学生で、学生本人の前年所得が一定額以下の方です。

#### 猶予された承認期間は…

老齢基礎年金を受けるための必要な期間(25年)に算入されます。ただし、受給できる年金額には反映されません。

#### ◆手続き方法

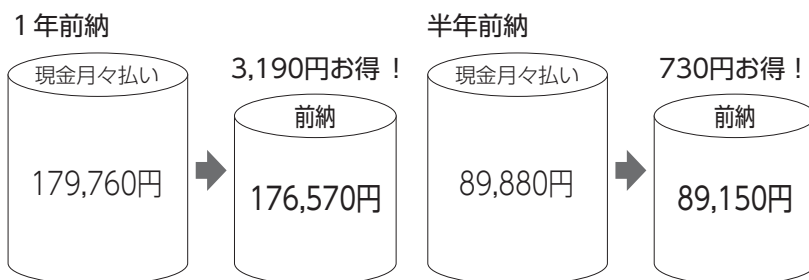
**申込先** 市役所または最寄りの支所  
**必要なもの** 年金手帳または基礎年金番号通知書、平成24年度の在学証明書または学生証の写し(両面)、印鑑(学生本人が署名する場合は不要)

**◆承認期間** 4月から翌年3月(申請は毎年度必要です)

### 前納がお得です！ 国民年金保険料

国民年金保険料を、1年間分または半年間分前もって納める「前納」は、毎月納める手間が省ける上、納め忘れもありません。また、一定額の割引があるので大変お得です。

例えば、保険料を5月1日までに前納すると…



※平成24年度の保険料月額、14,980円です。

#### 前納をご希望の方は…

▷毎月納付書で納めている方

5月1日(火)までに「前納用納付書」でお近くの金融機関窓口で納めてください。

▷5月以降に前納を希望する方

申し出をした月から翌年3月までの前納ができます(60歳になる方は、誕生日前日の前月までの納付)。

#### ご注意ください

▷毎月口座振替で納めている方で、前納を希望する方は、年金事務所へ連絡してください。年金事務所から「前納用納付書」を送付しますので、5月1日までに近隣の金融機関窓口で納めてください。

▷口座振替により「1年前納」または「半年前納」をしている方は、5月1日に指定された口座から引き落としされます。

■問い合わせ 市民課保険年金係 (内線137・138) または多治見年金事務所 (☎0255)

## ぎふ清流国体 ソフトテニス競技実施種別が変更されます

ぎふ清流国体ソフトテニス競技の土岐市で開催される種別が「成年男子」から「少年女子」へ変更になりました。

会 期 9月30日(日)

競技会場 総合公園テニスコート

実施種別 少年女子

今回の種別変更に伴い、新たにPR名刺台紙を作成しました。すでに名刺台紙をご購入いただいた方には、無料で交換します。お手数ですが、ぎふ清流国体土岐市実行委員会事務局(国体推進室)までご持参ください。

名刺台紙は1箱(100枚入)150円にて事務局で販売しています。ぜひご利用ください。※氏名などの印刷は各自お願いします。

■問い合わせ 国体推進室(内線217)

ぎふ清流国体土岐市開催競技にご協力いただける市民ボランティア「トキめきミナモサポーターズ」は、予定の人数に達しましたので募集を終了しました。

皆さんの温かいご協力ありがとうございました。



ミナモ

## 健康管理のために受診しましょう 国保人間ドック

国民健康保険では、被保険者の方を対象とした人間ドックの費用助成（1/2）を行っています。

なお、後期高齢者医療保険に加入している方の人間ドックは7月に案内を送付し、受け付けをします。

◆受診期間 6月～平成25年3月

◆受診場所 市立総合病院

◆健診区分・定員・受診費用

健診区分	定員	受診費用
半日ドック(子宮がん・乳がん検査なし)	360人	15,750円
半日ドック(子宮がん・乳がん検査あり)	170人	18,640円
骨ドック	20人	7,520円
脳ドック	330人	18,950円
肺がんドック	20人	14,900円

◆申し込み方法 「人間ドック申込書」（4月中旬に送付する納付通知書に同封）に必要事項を記入の上、市民課保険年金係へ郵送もしくは直接提出してください。各支所でも受け付けます。受診日は後日、市立総合病院から連絡します。

◆申込期限 5月11日(金)

■問い合わせ 市民課保険年金係（内線131～134）

## 平成24年度の介護保険料(仮算定)をお知らせします

65歳以上の方で、介護保険料（仮算定）を年金からの天引きまたは口座振替で納める方は4月9日(月)に納入通知書を、納付書で納める方は4月13日(金)に納付書をそれぞれ発送します。また、今年度中に65歳になる方には、誕生日またはその翌月の発送となります。

### ●介護保険料を見直します

介護サービスの利用拡大により、給付に必要な費用は増加の一途をたどっています。これまで、保険料の増加を少しでも抑えるため、基金（貯金）の取り崩しや所得に応じた保険料の設定を行ってきましたが、今年度から保険料を引き上げなければならなくなりました。今回の「仮算定」保険料と8月に通知する「本算定」の年間保険料額は、多くの方が増額となります。

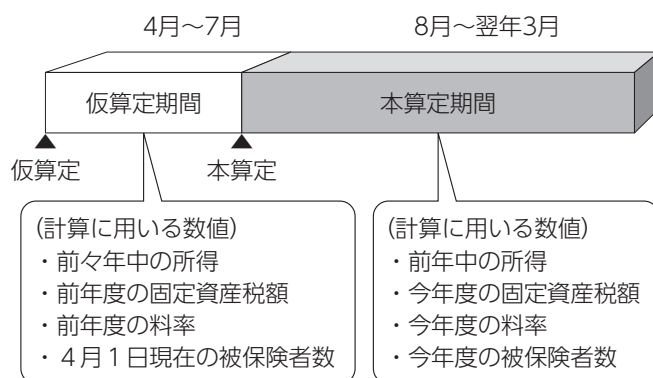
介護保険制度は、介護が必要になった方の自立した生活を、社会全体で支えていこうとするものです。皆さん一人一人の保険料は大切な財源です。ご理解とご協力をお願いします。

■問い合わせ 高齢介護課介護保険係(内線157・158)

## 国民健康保険料の仮算定納付通知書を発送します

国民健康保険の加入世帯の方へ、4月中旬に「仮算定納付通知書」をお送りします。保険料の賦課期日は4月1日ですが、この時点では、前年中の所得が把握できないため、4月～7月は暫定保険料（仮算定）で賦課することになります。

8月の本算定で年間保険料が確定しますが、確定した保険料から、仮算定の保険料を差し引いた金額を、8月～翌年3月の8回で割った額が、1カ月分の保険料となります。保険料額は、仮算定と本算定のときに送付する納付通知書でご確認ください。



※仮算定と本算定では、計算に用いる数値が異なるため、月額保険料が異なる場合があります。仮算定期間に被保険者の加入・脱退などがあった場合は、本算定で調整します。

■問い合わせ 市民課保険年金係（内線131～134）

## 市指定ごみ袋の価格が変わります

市指定ごみ袋の価格が、4月1日仕入れ分から変わります。収集作業の迅速化、危険防止、ごみステーションの美観保持のため、市指定ごみ袋の使用をお願いします。※新価格は4月仕入れ分からのため、販売店の在庫状況により変更時期が異なる場合があります。

### ●市指定ごみ袋新価格表（税込）

種類	サイズ	新価格	旧価格
大	縦80cm×横65cm	210円	220円
中	縦80cm×横50cm	170円	180円
小	縦60cm×横40cm	120円	120円

■問い合わせ 環境センター（☎3325）

## 固定資産税の納税通知書発送、縦覧帳簿・課税台帳の閲覧

### ◆課税明細書および納税通知書は4月9日(月)に発送予定です

課税明細書は、所有者別資産の課税標準額が法定免税点（土地＝30万円、家屋＝20万円）以上の場合、納税通知書と合わせてお送りします。課税明細書は再発行できませんので、大切に保管してください。

### ◆固定資産縦覧帳簿の縦覧期間は4月2日(月)から5月1日(火)までです

固定資産税の納税者の方は、縦覧帳簿を無料で縦覧することができます

きます（平日午前8時30分～午後5時15分）。縦覧帳簿には、市内全ての土地の所在・地番・地目・地積・価格、家屋の所在・地番・家屋番号・構造・種類・床面積・価格・建築年が記載されており、ご自身が所有する資産と比較ができます。ただし、土地（家屋）のみの納税者の方は、家屋（土地）の縦覧はできません。

### ◆固定資産課税台帳を閲覧できます

縦覧期間中は、ご自身の固定資産課税台帳を無料で閲覧できます。

課税台帳には、固定資産税・都市計画税の課税の基礎となる価格などが登録されており、納税者および借地・借家人などの方は、年間を通して課税台帳を閲覧することができます。手数料は1枚300円です。なお、借地・借家人などの方が閲覧する場合は、納税者との関係を確認できる書類の提示が必要となります。

閲覧をご希望の方は、税務課資産係までお出掛けください。

■問い合わせ 税務課資産係（内線176・177）

## 手当の額が変わります

児童扶養手当・特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・福祉手当

これらの手当の額は、全国消費者物価指数の変動により改定されますが、今回、同指数が下落したため、4月から下記の通り引き下げられます。

### 各手当の額

改定前≫改定後（平成24年4月分から）

#### ◆児童扶養手当（満額1人につき）

41,550円≫41,430円

#### ■問い合わせ

子育て支援課家庭児童係（内線154・155）

#### ◆特別児童扶養手当（1級の方1人につき）

50,550円≫50,400円

#### ◆特別児童扶養手当（2級の方1人につき）

33,670円≫33,570円

#### ◆特別障害者手当（1人につき）

26,340円≫26,260円

#### ◆障害児福祉手当、福祉手当（1人につき）

14,330円≫14,280円

#### ■問い合わせ

福祉課障がい福祉係（内線167）

## 浄化槽を設置する方へ

### 補助金・助成金のお知らせ

#### 浄化槽設置整備事業補助金

市では、浄化槽を設置する方に補助を行います。補助対象地区や予算枠などがありますので、設置前に必ずご相談ください。

◆補助対象建物 継続的に利用される建物（住居、事業所など）

◆補助対象地区 おおむね、公共下水道が整備される見込みのない地域および農業集落排水処理予定区域外など

◆補助金額（参考） JIS基準による5人槽相当で332,000円、7人槽相当で414,000円など

■問い合わせ 下水道課（内線117）

#### 合併処理浄化槽転換助成金

（財）岐阜県環境管理技術センターでは、4月1日から合併処理浄化槽転換助成金交付事業を開始します。この事業は、くみ取り便所や単独処理浄化槽から、放流水質がBOD・T-Nともに10mg/ℓ以下の処理能力を有する合併処理浄化槽へ入れ替えした場合に、助成金を交付するものです。助成額は、5人槽222,000円、7人槽243,000円、10人槽288,000円です（いずれも最高額）。

助成金の交付にはさまざまな条件があります。市の補助対象でも助成金の対象外になることもありますので、詳しくは同センターへ問い合わせください。

■問い合わせ （財）岐阜県環境管理技術センター公益推進課（☎058-276-0321）

# 情報ひろば

市役所 ☎54-1111(代表)  
http://www.city.toki.lg.jp

## 募集

### 第1回危険物取扱者試験予備講習会の参加者

- ◆日時 5月9日(水)・10日(木)午前9時30分～午後4時30分(2日間)
- ◆場所 岐阜県シンクタンク庁舎(岐阜市)
- ◆受講料 危険物安全協会会員5千円、非会員8千円
- ◆申し込み方法 市消防本部または南消防署に備え付けの申込書を、受講料を添えて、4月9日(月)～27日(金)に同本部内・危険物安全協会へ提出してください。
- 問い合わせ 市消防本部(☎0123) または南消防署(☎0119)

### 東濃西部広域行政事務組合 消費生活相談員(嘱託員)

- ◆募集人員 1人
- ◆採用期間 9月1日～平成25年3月31日(更新の場合あり)
- ◆勤務日 週4日(水・土・日曜日、祝日および年末年始を除く) ※業務の都合により勤務を要しない水曜日に勤務を振り替えることがあります。
- ◆勤務時間 午前8時30分～午後5時(昼休憩1時間)
- ◆勤務場所 東濃西部広域行政事務組合および3市の消費生活相談窓口
- ◆職務内容 各市消費生活相談窓口での相談業務や業者との交渉、各市担当者への助言・指導など
- ◆採用条件 次の条件を満たす方
  - ▽資格(消費生活専門相談員、消費生活アドバイザー、消費生活コンサルタント)
  - のいずれかを有すること
  - ▽パソコンの基本操作(ワード・エクセル)ができること
  - ▽普通自動車運転免許を有すること
- ◆報酬 月額18万6200円程度(社会保険に加入)
- ◆応募方法と採用決定 4月

2日(月)～5月18日(金)に、選考申込書【組合HP(<http://tono-seibu.org/>)から印刷または組合窓口で配布】と資格を証する書類の写し、自動車運転免許証の写し(本籍の記載を消去)を東濃西部広域行政事務組合に郵送(締切日必着)または直接持参してください。書類審査と面接試験の上、採用者を決定します。

■問い合わせ 東濃西部広域行政事務組合(☎21111・内線491)

### 土岐市「青少年の主張大会」の原稿

- ◆対象 市内在住・在学の、小・中・高校生
- ◆内容 社会や世界に向けての意見、家庭・社会との関わりについて(400字詰め原稿用紙4枚程度)
- ◆発表 選考作品を「青少年の主張大会」(6月17日)で発表
- ◆申込期限 5月7日(月)
- 申し込み・問い合わせ 市青少年育成市民会議(生涯学習課内・内線272)

## ご案内

### 身体などに障がいのある方へ

### 平成24年度軽自動車税の減免手続き

身体などに障がいのある方が所有する軽自動車で、一定の要件を満たす場合に、軽自動車税の減免を受けることができます。減免の要件など、詳しくは問い合わせください。

- ◆申請期限 5月24日(木)
- ◆申請場所 税務課税政係
- ◆持ち物 減免申請書(税務課税政係で交付)、自動車検査証、運転免許証、印鑑、身体障害者手帳、その他必要な

添付書類  
■問い合わせ 税務課税政係(内線183)

### 平成25年 土岐市成人式典

市では、平成25年の土岐市成人式典を次の通り開催します。なお、詳細は本紙11月1日号以降に掲載予定です。

- ◆期日 平成25年1月13日(日)
- ◆時間 午後2時～(予定)
- ◆場所 文化プラザ
- ◆対象 平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれの方
- 問い合わせ 生涯学習課(内線272)

### 日本赤十字社東日本大震災義援金

受け付け期間が延長されました  
» 9月30日(日)まで

■問い合わせ 福祉課厚生援護係(内線165)

### 4月6日(金)～15日(日)は 春の全国交通安全運動

地域ぐるみで守ろう  
子どもとお年寄り

#### 運動の基本

子どもと高齢者の交通事故防止

#### 運動の重点

- ・自転車の安全利用の推進
- ・全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ・飲酒運転の根絶

4月10日(火)は

「交通事故死ゼロを目指す日」です

### 新規学卒就職者激励会

土岐商工会議所と市では、この春、社会人として市内の事業所に初めて就職する皆さんを対象に、激励会を開催します。該当の方が勤務している事業所は、4月16日(月)までに、同会議所へ申し込みください。

- ◆日時 5月15日(火)午後1時30分～4時40分
- ◆場所 セラトピア土岐
- ◆内容 歓迎式典、講演会
- 問い合わせ 土岐商工会議所 (☎54)1131)

### 歯のなんでも電話相談

#### ヨイハ健康デー

県保険医協会では、ヨイハ(4月18日)にちなみ「歯のなんでも電話相談」を開催します。口腔の健康に関する疑問・相談に、歯科医師が無料でお答えします。

- ◆日時 4月15日(日)午前10時～午後3時
- 相談・問い合わせ 岐阜県保険医協会事務局 (☎058)1267-0711)

## お願い

### 下水道事業受益者申告書の提出

下水道事業受益者申告書の提出期限は、4月20日(金)です。該当の方には、今月上旬に申告書を郵送しますので、早めに提出をお願いします。

- 問い合わせ 下水道課庶務係 (内線114・115)

### ニワトリやアヒルなど鳥類の飼養状況の報告

鳥インフルエンザなどの家畜伝染病の発生を予防するため、ニワトリ(ウコッケイ・チャボ含む)、ウズラ、アヒル、ほろほろ鳥、七面鳥、キジ、ダチョウを1羽以上飼養している方は、2月1日現在の飼養状況の報告が法律で定められています。※ペットとして飼っている方も対象です。

- ◆報告期限 6月15日(金)
- 問い合わせ 東濃家畜保健衛生所 (☎0573-261111)

いつでも学び だれでも習う

生涯学習課 (内線273)

## 土岐市公民館だより

### 入門 古文書講座

古くから残る古文書を読んで、生きた歴史に触れてみませんか。今回は地震、明治維新、芝居興行などの古文書を予定しています。

- 場 所 妻木公民館
- 期 日 5月9日、23日、6月6日、20日、7月11日の水曜日(全5回)
- 時 間 午後7時30分～9時
- 定 員 30人
- 参加費 500円(資料代)
- 講 師 妻木城址の会調査部会
- 持ち物 鉛筆、赤鉛筆、消しゴム

### 太鼓教室

初心者を対象にした講座です。太鼓に触れることでいままでと違った自分を発見してみませんか。

- 場 所 鶴里公民館
- 期 日 5月11日、18日、25日、6月1日の金曜日(全4回)
- 時 間 午後7時30分～9時
- 定 員 20人程度
- 参加費 無料
- 講 師 三輪宏泰氏(NPO法人太鼓喜楽)

### 初心者のための写真教室

写真をもっと上手に撮りたい!いろいろな機能がありすぎてよく分からない、という写真初心者のための講座です。カメラの基礎についての説明、野外での撮影会、反省会を行います。

- 場 所 泉西公民館
- 期 日 5月12日、19日、26日の土曜日(全3回)
- 時 間 午後1時30分～3時30分
- 定 員 15人程度
- 参加費 無料
- 講 師 瀬瀬藤三氏(中日写真協会土岐支部)
- 持ち物 カメラ、取扱説明書(ある方)

### ■申し込み(全講座共通)

4月27日(金)までに電話で、生涯学習課公民館係へ申し込みください。  
応募者多数の場合は抽選の上、結果を全員に通知します。  
(☎54)1111・内線273)  
※平日午前8時30分～午後5時15分



## いきものふれあいの里

### 「陶史の森」 だより

土岐市ネイチャーセンター ☎5144

#### 春の女神 ギフチョウ

黄色と黒色のだんだら模様が錦絵のようにきれいな『ギフチョウ』。江戸時代には「だんだら蝶」や「錦蝶」と呼ばれていました。ギフチョウの名は、明治時代に名和博士が現在の下呂市で採集し、命名したことに由来します。生息地域は日本の本州全域ですが、たまたま岐阜県で再発見されたため「ギフ」の名が付いているのです。春、桜の咲く短い間だけ、きらめくように姿を現し消えていくことから、『春のはかない生き物』、『春の女神』ともいわれています。

ギフチョウは、カタクリ、シヨウジョウバカマ、サクラ、スミレなどの花の蜜を餌にします。花の開花時期に合わせて羽化するのですが、サクラの開花が遅れる年は羽化も遅れます。早く羽化しても餌がないことを知っているのです。卵がふ化する時期も、幼虫の餌となる「カンアオイ」の若芽が育つ時期と一致します。カンアオイの葉の裏に産み付けられた卵が、柔らかく大きく育った葉を食べられるようにしているのです。自然と同調したその仕組みは、自らの餌を確保すること、わが子の成長にも困らないようにと考えられた見事なものです。

私たち大人は、次代を担う子どもたちが困らないように何をしておくべきか。ギフチョウに学ぶことがあるのかもしれない。

森	の
日	記

#### シイタケ教室 2月5日(日)

毎年大人気のシイタケ教室。今年も『広報とき』で紹介されると申し込みが殺到し、すぐに定員に達してしまいました。参加者は原木に穴を開ける方法やシイタケ菌の打ち方を学習した後、お互いに協力しながら電動ドリルで穴を開け、金づちで駒菌を打ち込みました。菌を打ち込んだほだ木からシイタケが出るのは1年後。皆さんは収穫の喜びを想像しながら、ほだ木を持ち帰りました。



#### 植物銘板の取り替え

陶史の森にはたくさんの植物があります。以前から主だった植物には名前が書かれた銘板が付けられていました。これが、古くなったり汚れて見にくかったりしていたので、冬の間に新しく作成しました。森のあちこちに約400枚の銘板が設置されていますので、散策の際は参考にしてください。

#### 教室のご案内

##### 4月

- ギフチョウ観察会(自由参加)  
4月8日(日)午前9時～11時30分  
ギフチョウの放蝶と飼育方法の解説
- 自然教室(自由参加)  
4月15日(日)午前9時～11時30分  
春の草花やシデコブシの花を観察
- バードウォッチング(自由参加)  
4月29日(日・祝)午前9時～11時30分  
春の野鳥を観察(雨天中止)
- 陶史の森で飼育している羊の毛刈り  
日時は未定です。電話で問い合わせください。

##### 5月

- 『陶史の森』写生会(要申込)  
5月3日(木・祝)・4日(金・祝)午前9時～午後3時  
陶史の森の自然や動植物を絵画にします(雨天中止)。対象は、保育園・幼稚園児、小学生です。作品はネイチャーセンターに展示し、入賞者には賞状・賞品があります。  
※画用紙、画板は陶史の森で用意します。
- バードウォッチング(自由参加)  
5月27日(日) 午前9時～11時30分  
春の野鳥を観察(雨天中止)

陶史の森は自然環境保護地域です。動植物や石などは絶対に採らないでください。また、ペットの同伴はご遠慮ください。



## 土岐市教育 夢☆絆 MYスクールレポート

このコーナーでは、市内の幼・小・中学校の取り組みをレポートします。

土岐市教育研究所

### みんなで取り組みましょう「アクション7」～「プラン」から「アクション」へ

市教育委員会では、平成22年度から「夢を持ち人との絆の中で育ち合うひたむきな人」を目指し、土岐市教育振興基本計画「夢・絆プラン」を進めています。これは、10年間を見通して学校、家庭、地域が連携・協力して、より確かで豊かな人づくりを目指そうとするものです。その中で、より具体的な行動が生まれるよう、授業の質や地域の実践力を高めたり、子どもを幸せにしたりするカギを示しています。

- ①授業クオリティ7
- ②家庭教育アクション7
- ③地域教育アクション7

今回は、この中から家庭での教育力を高めるための具体的な行動として「家庭教育アクション7」を紹介します。

#### 家庭教育アクション7

- ①わが家は当たり前！ 早寝・早起き・朝ごはん
- ②心で交わす！ 「おはよう・おやすみ・ありがとう」
- ③心を豊かに！ 親子で読書
- ④自立への一歩！ お手伝い
- ⑤がまんが大事！ モノとお金を大切に
- ⑥家族で参加！ 地域の行事
- ⑦社会に役立つ！ ボランティア



皆様のご家庭ではどうでしょうか？

「夢・絆プラン」について、詳しくは市HPをご覧ください。「夢・絆プラン」の本体とダイジェスト版を見ることができます。

夢・絆プラン

検索

### 給食センター掲示板



学校給食センターでは「楽しい！おいしい！」給食を通して、子どもたちに望ましい食習慣を養ってほしいと考えています。

今年度も、広報ときの中で、学校給食の取り組みや給食センターの様子、献立のレシピなどを紹介していきます。「このメニューの作り方を教えて」など、給食についての質問も大歓迎です！ぜひ問い合わせください。

#### 1. 安全安心な手作り給食

衛生管理の徹底を図り、安全・安心な給食作りに頑張ります。食材選びは、良質なものを選定しています。

だしなども、煮干しやかつお節など、天然のものから取っています。

カレーのルウも手作りだよ

#### 2. 栄養のバランスの整った給食

子どもたちに必要な栄養が届けられるよう努めます。特に、不足しがちなカルシウム、鉄分、食物繊維などが摂取できるように心掛けます。

脂肪分や塩分の取り過ぎ、肉と魚のバランスなどにも配慮します。

#### 3. 旬の食材を大切に給食

食べ物には旬があります。旬の時期がおいしさも、栄養素も一番充実します。メニューに旬の野菜・果物・魚などを取り入れ、季節の味を大切にします。

#### 4. 地産地消に心掛けた給食

米、牛乳、小麦粉などをはじめとする県内産物を多く取り入れます。地域で生産されたものをその地域で消費する地産地消。生産者の顔が見え、安心・安全な農産物が手に入るほか、子どもたちに感謝の気持ちが育まれます。もちろん土岐市産の野菜も取り入れます。

#### 5. かみ応えのある給食

よくかむことは、脳の働きを良くしたり、食べ過ぎを抑えたりして肥満防止にもつながります。子どもたちがしっかりかんで食べるよう、かみ応えのある食品や料理を取り入れます。

#### 6. 食文化を大切に給食

栄養バランス・食品バランスに優れ、健康に良いといわれる日本型の食事や食文化。学校給食では、ご飯を中心とした献立など、日本に伝わる料理、行事食、郷土食を大切にします。



## あなたの職場は大丈夫？

「今時の若い者は！」。近頃こんなセリフを聞かなくなつたと思いませんか？今の管理職が若い頃にさんざん言われて嫌な思いをしたからなのか。それとも最近の若い人は、上司から叱られても「なにくそ！」という気があまりないから、言っても仕方がないと考えているのか？。

では、そんな若者とのように関わっていくか考えてみましょう。「何も言わなくても察して動け」というのも、今は通用しないようです。理解できるように丁寧に仕事を教えて「育てる」ことが、上司に求められる重要な仕事の1つです。「報・連・相（報告・連絡・相談）」が重要だといわれて久しいですが、普段からコミュニケーションがとれていれば、ことさら必要のない言葉だと思えます。目の前の上司に電子メールで「明日、公休お願いします」なんて事態もあり得ません。部下からすれば、話しにくいから、関わりたくないから「報・連・相」ができないのです。もし、あな

たの職場がうまくいっていないと感じたら「自分は周りの人に嫌な思いをさせていないだろうか」と振り返ることが必要かもしれないと自分自身は関係ないと思っている人こそ危ないともいわれます。

職権を使いたいじめや嫌がらせ「パワーハラスメント（パワーハラ）」には、身体的・精神的な攻撃のほか、業務上明らかに不要なことや遂行不可能なことを強制したり、逆に仕事を与えないなど業務に関すること、私的なことに過度に立ち入るなど6つのタイプがあります。パワーハラは世代間で認識の差が大きくみられ、怒鳴られながら仕事を覚えた年長社員は「部下を思えばこそ」と考える人も多いようです。しかし、受け止める側はどう思っているのでしょうか。パワーハラ対策について真剣に考え、しっかりとコミュニケーションをとることが、上司と部下の関係や職場の雰囲気などを改善するきっかけになると思います。

何かとストレスの多い現代。自分と他人を認めあって、優しく生きていきたいですね。

## 健康まとめ知識

保健センターから健康に関するトピックスをお届けします。

### ～心の健康づくり～

過剰なストレスは心と体に変調を来します。ストレスが原因で心に現れる代表的な病気が「うつ病」です。うつ病は「こころの風邪」ともいわれており、誰もがかかり得る病気です。

#### ●うつ病とは

うつ病は、抑うつ状態（理由もなく気分が沈んだり、意欲がわかなくなったりする）や、強い不安感、絶望感、罪悪感などが伴うこころの病気です。ひどくなると自殺願望が強くなります。

#### ●うつ病を疑うサイン

- ・物事に興味や関心が持てない
- ・何をするのも面倒で、すぐ疲れる
- ・集中力に欠ける
- ・物事の判断がなかなかできない
- ・外出を避けるようになる
- ・心から楽しいと思えない、笑えない
- ・イライラして気分が落ち着かない
- ・どれだけ寝ても眠いと感じる
- ・死んでしまいたいと思う など

#### ●ストレス対処法～ストレスへの対応能力を高めよう

自分が受けているストレスを正確に理解して柔軟に受け止め、上手に解消することがポイントです。

##### ☆質の高い睡眠を取る

安眠できる環境を整え、質の良い眠りを。

##### ☆栄養バランスの取れた食生活

食事はバランス良く。家族や友人と楽しく食事をすることも、ストレス解消に役立ちます。

##### ☆趣味やスポーツを楽しむ

好きなことをして、気分転換を図ることも大切です。

##### ☆自分なりのリラックス方法を身に付ける

入浴、音楽を聴くなど、家庭で手軽にできるリラクゼーションを日課にしましょう。

うつ病は治る病気です。「もしかして」と思うような兆候があれば、専門機関を受診しましょう。

保健センターや東濃保健所では、精神科医および保健師による「こころの健康相談」を実施しています。相談は予約制ですので、電話で問い合わせください。

# 健康ガイド

保健センター(すこやか館内) ☎⑤2010

健康に関する情報は、市ホームページでもご覧になれます。

## 乳幼児健康相談・食事相談・みそ汁の塩分測定

**対 象** 乳幼児の保護者、市民  
**日 時** ① 4月23日(月) 午前10時～11時30分  
 午後1時30分～3時  
 ② 4月27日(金) 午前10時～11時30分  
**場 所** 保健センター  
**相 談 員** 保健師、管理栄養士  
 ※みそ汁の塩分測定を希望の方は、当日朝の「みそ汁」を50ml程お持ちください。

## もぐもぐ(離乳食)教室

**対 象** 4か月児健診を受けたお子さんの保護者  
**日 時** 4月25日(水) 午後1時～3時30分  
**場 所** 保健センター  
**持 ち 物** エプロン、三角巾、筆記用具  
**定 員** 20人(先着10人まで託児可能)  
**締め切り** 4月23日(月)

## 1歳すくすく幼児食教室

**対 象** 平成23年3月生まれのお子さん  
**日 時** 4月26日(木) 午前10時～11時30分  
**場 所** 保健センター  
**内 容** 食事・おやつの話、試食、絵本の読み聞かせ  
**持 ち 物** 母子健康手帳、筆記用具、お子さん用のお茶  
**定 員** 12人(先着順)  
**締め切り** 4月24日(火)

## こころの健康相談

**対 象** 不眠・ふさぎ込む・怒りっぽい・認知症などでお悩みの方  
**日 時** 4月24日(火) 午後1時～3時  
**場 所** 東濃保健所  
**備 考** 要予約 東濃保健所 (☎②1111・内線362) または保健センター

## 健康相談・禁煙相談

**対 象** 市民  
**日 時** 4月26日(木) 午後1時15分～2時30分  
**場 所** 保健センター  
**内 容** 血圧測定・尿検査など  
 ※禁煙相談をご希望の方は、事前に電話で申し込みください。相談日以外でも受け付けます。

## こども発達相談

**対 象** 就学前のお子さん  
**日 時** 4月23日(月)、6月4日(月)、7月23日(月)  
 午後1時30分～3時30分  
**場 所** 保健センター  
**内 容** 「ことばが遅い」「落ち着きがない」「集団行動がとれない」などのお子さんの心配事に対して、発達の専門家が個別で相談に応じます。(予約制・1人1時間ほど)



## 第1期 麻しん・風しん混合予防接種 (医療機関での個別接種) ★注

**対 象** 平成23年4月以前に生まれた2歳未満のお子さん  
 ※麻しん、風しん両方に、確実にかったことがある方は、対象ではありません。

## 3種混合予防接種〔初回・追加〕 (ジフテリア・百日せき・破傷風) (医療機関での個別接種) ★注

**対 象** 生後3カ月～7歳未満のお子さん  
 【初回】7歳未満のお子さんで、3種混合予防接種を3回接種したことがなく、今までに申し込みをしていない方  
 【追加】平成23年4月までに3種混合予防接種を3回接種終了しているお子さん  
 ※百日せきと診断されたことがある場合は、保健センターへご相談ください。

## 日本脳炎予防接種〔1期初回・追加〕〔2期〕 (医療機関での個別接種) ★注

**対 象**  
 ▷1期 平成21年3月以前に生まれた7歳未満のお子さん  
 ▷1期初回 今までに日本脳炎予防接種を一度も受けていないお子さん(6～28日間隔で2回接種)  
 ▷1期追加 初回接種(2回)終了から、おおむね1年経過しているお子さん(1回接種)  
 ▷特例対象者 平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの方  
 ▷小学3年生までのお子さんで、今までに3回接種していない方  
 ▷小学4年生～高校2年生相当の年齢(平成7年6月1日生まれ以降)の方で、今までに4回接種していない方(ただし、4回目の接種は3回目の接種終了後、おおむね5年の間隔を置くことが望ましい)  
 ※接種回数・接種時期は、これまでの接種歴により異なりますので、不明な点は問い合わせください。  
 ※小学4年生のお子さんは、個別案内をします。

### ★注

※個別予防接種の申し込みは、4月16日(月)までに、保健センターへFAX(☎0095・送信後の電話確認をお願いします)、市のホームページまたは直接窓口にて申し込みください。  
 ※接種は5月からですが、4月25日(水)以降に、申し込みをした医療機関で接種日時を予約の上、接種してください。  
 ※接種前には、市が配布した「予防接種と子どもの健康」をよく読み、予診票に必要事項を記載し母子健康手帳を持ってお出掛けください。

## 成人歯科健診・相談

**対 象** 市民 ※予約制です  
**日 時** 4月26日(木) 午後1時15分～2時30分  
**場 所** 保健センター  
**内 容** 歯科健診・相談、歯みがき指導  
**締め切り** 4月24日(火)



街で出会った  
ときめきの瞬間を  
お届けします

Photo Sketch

ときめきの瞬間

## 郷土の歴史を 見て 触れて

3月10日(土)

妻木公民館で開催された「ふるさと講座」の一環として、地域に残る史跡を歩いて巡る「歴史散策」が行われました。この日は40人が参加し、およそ3時間かけて同町の須後、山寺、平地区の神社や廃寺などを訪れました。参加者は熱心にメモを取りながら講師の話聞き、郷土の歴史を肌で感じていました。



## 美味しいみそになりますように

3月8日(木)

土岐津公民館で手作りみそ教室が開催されました。参加した市内在住の主婦ら40人は、発酵食品の中でも、みそが一番体に良いことや、こうじについて勉強した後、実際にみそ作りに挑戦。地元の大豆や米こうじ、モンゴル産の塩を混ぜ合わせたみそは、1年半ほど「寝かす」と食べ頃を迎えます。



## 直球勝負だ!!

3月11日(日)

総合公園野球場のスコアボードが改修されました。新しいスコアボードは、高輝度発光ダイオード(LED)を採用。縦4メートル、横14メートルの大画面に、チーム名や得点が表示できるほか、ビデオカメラを使ってライブ映像を流すことができます。竣工を記念した交流試合では、加藤市長が始球式を行いました。