

2007

広報
とき

TOKI
TOKI CITY INFORMATION

8.1

vol.1411



この料理は オレに任せろ

肥田公民館で、「おやじの料理教室」が開催されました。この教室は、5月～10月までの第2土曜日に行われており、参加者は、ご飯ものからトーフ料理まで計6回にわたって自慢の1品作りに挑戦します。

7月14日(土)

気を付けよう!

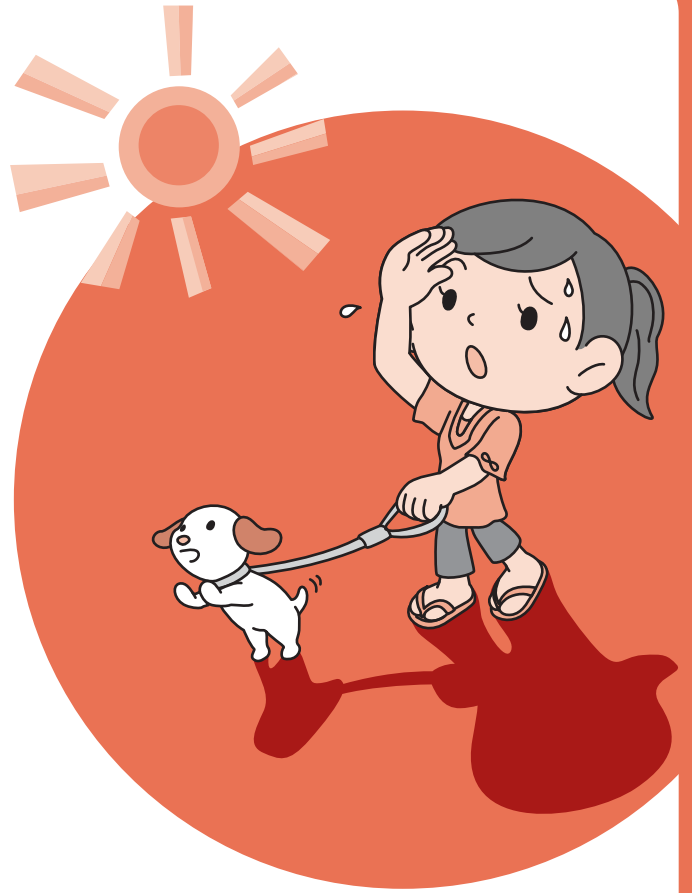
熱中症

知って安心！ 予防と対処方法



熱中症とは、高温の環境で発生する障害の総称で、夏季の炎天下での運動時や作業時に起きやすいですが、夏季以外の季節や、また屋内などでも発生する危険があります。軽い症状から急激に症状が悪化することもあり、決して軽視できない病気です。

熱中症は、事前に注意することで発生の予防が可能です。また、発生してしまったときは、正しく対処することが大切です。そこで今回、熱中症の招く障害などをお伝えすることに、その予防策・対処方法を皆さんにお知らせします。



「熱中症」って何？

「熱中症」とは、暑さによって起る障害の総称で「熱けいれん」「熱失神」「熱疲労」「熱射病」があります。「熱射病」は以前は「日射病」といわれていましたが、日光が直接当たらない屋内でもかかることから「熱射病」に名称が変わっています。

熱中症は、高温多湿で風が無く、日差しが強いときに起きやすくなります。ただし、屋内でも起きますので、体育館での運動時や、暑い室内も注意が必要です。特に高齢者や子どもは熱中症にかかりやすく、自宅などで倒れることもあることを知っておく必要があります。

病型
熱けいれん

特徴

手足や腹筋などに痛みを伴ったけいれんが起る。
多量の発汗後、水だけを補給した場合に起こりやすい。(体液中の塩分や電解質が不足状態になるため)

病型
熱疲労

特徴

脱力感、倦怠感、目まい、頭痛、失神、吐き気などが生じる。
体温は、平熱のこともあれば、高くなることもある。(脱水状態が続いたときに起こる症状)

病型と特徴

病型
熱失神

特徴

失神のほかに、顔面蒼白そうはく、脈拍の異常(速く弱い状態)が起ることもある。
運動をやめた直後に起こることが多い。(暑さで体の血管が拡張し、運動による筋肉のポンプ機能が止まることで、血圧が低下するため)

病型
熱射病

特徴

体温が40度を超え、皮膚は熱く赤くなり乾燥する。意識障害や意味不明な言動がみられ、体の重要な器官(脳、肝臓、腎臓など)にも一時的あるいは回復不能な損傷を与えることがある。
猛暑の時期に換気が不十分な部屋にじっとしている人や高温多湿の環境で作業を行っている人などに多く起る。

気を付けるポイント

お子さん



唇が乾いている

脱水症状が起きているときの重要なサインです。

おしっこが出ていない

これも脱水症状の一つです。小さなお子さんの場合は、オムツを替える回数が極端に減ったら要注意です。

子どもは遊びに夢中になっていると、自分の体調の変化に気が付きません。遊び終わったときや休憩時に急に様子が変わることがあります。特に炎天下の公園など屋外では、元気に遊んでいるときでも注意して見守ることが必要です。

寝汗

エアコンが利いているところで寝ていると、寝汗さえも乾いてしまうことがあります。たくさん寝汗をかいているのに気付かずに脱水状態になってしまうこともあるようです。

お茶だけではダメ

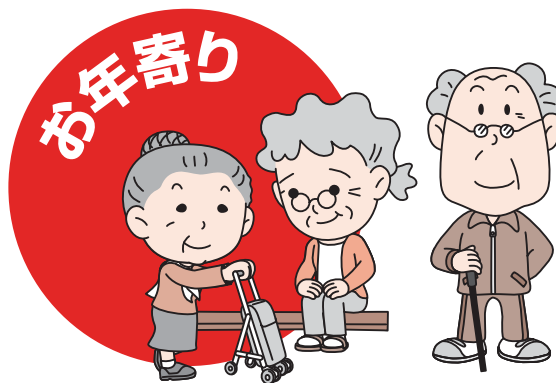
汗をかいた後、お茶や水だけの水分補給では、体液中の塩分が不足してしまいます。大量に汗をかいたならスポーツドリンクも与えてください。

高齢になると、のどの渇きを感じにくくなります。日ごろから意識して水分をたくさん取りましょう。

室内で熱中症になるお年寄りが増えて います

寒暖計をベッドのそばや居室に置きましょう。28度以上になったら要注意です。

お年寄り



暑いときはエアコンを積極的に使いましょう

家にエアコンがない場合は涼しい場所に避難するのも良いでしょう。
(例) 図書館、公民館、スーパーマーケットなど

暑い日の真昼は外出を避け、朝や夕方の涼しい時間にしましょう

炎天下の草取り、お墓の掃除などは絶対にやめましょう。

服装にも注意

一般的には合成繊維より木綿の衣類の方が風通しが良く、熱がこもりません。濃い色は熱を吸収しますので、外出時には避けましょう。

予防法と対処法

予防法

熱中症の予防には、高温多湿、無風、日差しが強い、などの日は、水分を定期的に補給し、風通しが良く汗を速く乾かす素材でできた白っぽい色の服装にすることが大切です。また、外に出るときは帽子を忘れないようにしましょう。

運動などを長時間行うときは、15分～1時間おきに休憩を取り、水分を小まめに取りるようにしましょう。気温が30度以上のときは注意し、35度以上のときは原則として運動は控えましょう。睡眠不足や体調不良、二日酔いの際には、特に注意してください。

応急処置を知ろう

熱中症は初期対応が大切です。特に意識に混濁（フラフラしているなど）が見られたり、反応が無いときは、すぐに救急車を呼び対処しましょう。

医療機関に行くまでの**応急処置のポイント**

熱けいれん

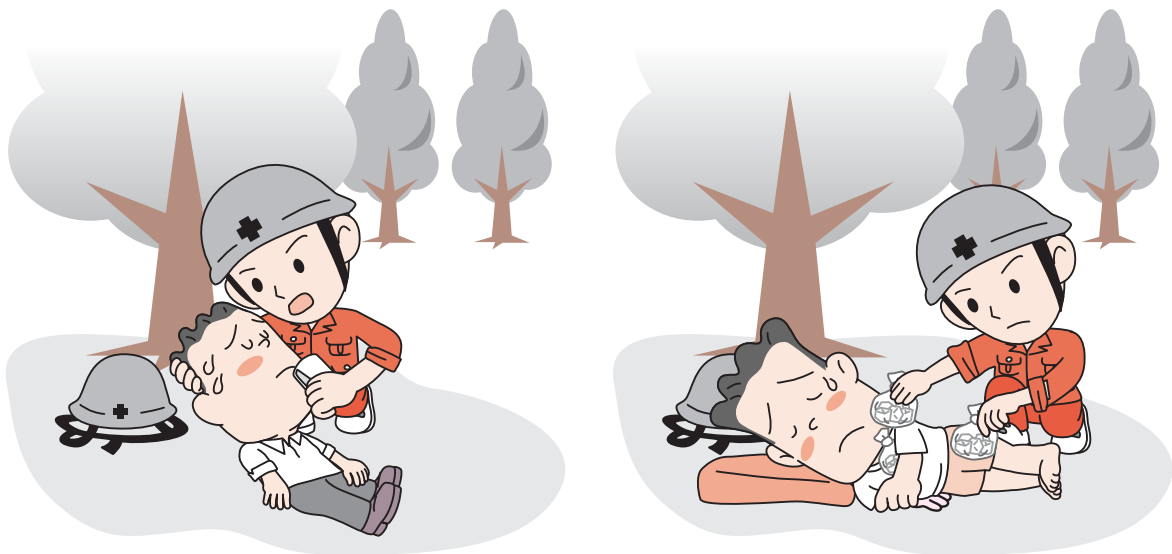
- 風通しの良い日陰へ移動
- 足を高くして寝かせる
- 食塩水またはスポーツドリンクを飲ませる
- けいれん部分に温湿布

熱失神・熱疲労

- 風通しの良い日陰へ移動
- 足を高くして寝かせる
- 意識がはっきりしている場合は、食塩水またはスポーツドリンクを飲ませる

熱射病

- 風通しの良い日陰へ移動
- 服を脱がせて寝かせる
- 顔を横に向け、頭を高く
- 冷水や水で体を冷やす
- 全身をマッサージ
- 呼吸が止まったら人工呼吸



詳しくは、保健センター（☎552010）へどうぞ。

土岐市職員を募集します

看護助手・助産師・看護師・准看護師

1) 試験区分、採用予定人員および勤務場所

- ▷看護助手=1人
- ▷助産師・看護師・准看護師=あわせて30人程度
- ※いずれの職も、市立総合病院または老人保健施設に勤務

2) 受験資格

- ▷看護助手=昭和47年4月2日以降に生まれた方で、ホームヘルパー2級以上の資格所有者
- ▷助産師・看護師・准看護師=昭和37年4月2日以降に生まれた方で、資格所有（見込み）者
- ※いずれの職も、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。

3) 試験の日時、場所、方法および採用決定

- ▷看護助手=9月7日（金）午前8時50分から市立総合病院で教養試験および面接試験を実施します。合格者を決定の上、9月下旬（予定）に受験者全員に通知し、健康診断で異常がなければ10月1日（予定）で採用を決定します。
- ▷助産師・看護師・准看護師=随時、市立総合病院で面

接試験（人物、常識的知識および専門知識についての口述試験）および作文試験を実施します（土・日曜日、祝日および年末年始を除く午前9時から午後5時15分まで）。合格者を決定の上、健康診断で異常がなければ、来年4月1日（予定）で採用を決定します。

4) 給料

- ▷看護助手=おおむね採用時年齢22歳で13万8400円、30歳で14万8千円
- ▷助産師=20万7500円（大学卒）
- ▷看護師=20万7500円（大学卒）、20万1600円（短大3卒）
- ▷准看護師=15万7100円（准看護師養成所卒）

※原則として、毎年1回定期的に昇給します（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）。

5) 受験の手続き

受験申込書（市立総合病院総務課で交付）に必要な事項を記入の上、看護助手は8月24日（金）までに、それ以外は随時、同課へ提出してください（土・日曜日、祝日および年末年始を除く）。

詳しくは、市立総合病院総務課（☎55 2111・内線2860）へどうぞ。

気象庁の震度と階級

震度	人間	屋内の状況	屋外の状況・木造住宅	最近の地震
5 弱	身の安全を守るろうとする。	棚の食器類が落ちることがある。	ブロック塀が崩れることがある。	
5 強	非常に恐怖を感じる。行動に支障を感じる。	重い家具が倒れることがある。	多くのブロック塀が崩れる。車の運転が困難となる。	
6 弱	立っていることが困難になる。	重い家具の多くが移動、転倒する。	かなりの建物で壁のタイル、窓ガラスが破損、落下する。耐震性の低い住宅では、倒壊するものがある。	福岡県西方沖地震
6 強	立っていることができず、はわないと動けない。	重い家具のほとんどが移動、転倒する。戸が外れて飛ぶことがある。	ブロック塀のほとんどが崩れる。耐久性の低い住宅では倒壊するものが多い。	能登半島地震 新潟県中越沖地震
7	揺れにほんろうさされ、自分の意思で行動できない。	ほとんどの家具が大きく移動し、飛ぶものもある。	ほとんどの建物で、壁のタイルなどが破損、落下する。耐震性の高い住宅でも傾いたり大きく破壊するものがある。	兵庫県南部地震 新潟県中越地震

震度は、ある地点での地震による揺れの程度を示したものです。震源からの距離や地盤の状況などにより、場所によって揺れの大きさが異なります。

マグニチュードは地震そのものの大きさを表す尺度です。マグニチュードが0・2増えると、地震のエネルギーは約2倍になり、1増えると約

32倍^{2.5}（32）となります。

阪神・淡路大震災をもたらした兵庫県南部地震はマグニチュード7・3でした。想定されている東海地震はマグニチュード8前後ですので、仮に東海地震がマグニチュード8・3であった場合は、阪神・淡路大震災の32回分のエネルギーに相当することになります。

～備えあれば憂いなし～



震度とマグニチュード

総務課 防災係
内線224



IT生活のすすめ

このコーナーでは、市民ITセンターで開催する講習の予定や、パソコン用語など、皆さんに役立つIT関連情報をご紹介します。

市民ITセンター ☎641101

地上デジタル放送について

2011年7月24日（平成23年）をもって、アナログ電波の放送が終了します。

●地上デジタル放送（地デジ）って何？

今までテレビを視聴するにはアナログ用の電波を受信していましたが、放送のデジタル化により、デジタル電波による放送が2003年からスタートしています。デジタル化されたことにより、テレビは高画質、高音質に楽しめるようになり、クイズやアンケートに参加できたり、いつでもニュースや天気予報などの情報が見られるようになるなど、多彩なサービスを受けることができるようになりました。

●今使っているテレビでも視聴できるの？

視聴できます。ただし、デジタルチューナーやデジタルチューナー内蔵録画機などを据え付ける必要があります。または、ケーブルテレビに加入することにより視聴可能となります。

●どの範囲で受信（視聴）できるの？

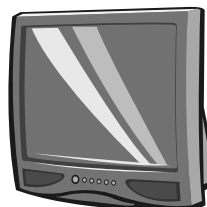
デジタル放送を視聴するには、UHFアンテナで電波を受信します。市内では、土岐南局（妻木町）に設置してある中継局からデジタル電波を発信していますので、ここから電波を受信しているご家庭でしたら視聴することができます。

土岐局（泉町）からの電波の発信は、今年度中に整備される予定です。

●アナログ放送が終了するとどうなるの？

2011年7月24日までアナログ放送は視聴できますが、それ以降、アナログテレビについては、デジタルチューナーなどを取り付けなければ視聴できなくなります。

地デジに関するお問い合わせは、総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター（☎0570-07-0101または03-4334-1111）までご相談ください。



人気メニュー

学校給食

分量：小学校3・4年1人分

ハヤシシチュー

202kcal

【材料】 牛もも肉25g、塩コショウ0.22g、オールスパイス少々、ニンニク1g、玉ネギ35g、ジャガ芋50g、ニンジン15g、グリーンピース4g、スープのもと1g、バター4g、小麦粉4g、ウスターソース4g、砂糖2g、トマトケチャップ20g、プロセスチーズ3g、クローブ少々、ローリエ少々、サラダ油0.5g、水70g

【作り方】 ①ニンニクは、皮をむいてみじん切りにする。玉ネギ・ニンジン・ジャガ芋も皮をむき、適当な大きさに切る。②ルーを作る。フライパンでバターを溶かし（焦げないように注意）振った小麦粉を入れて弱火でよくいためる。③熱した鍋にサラダ油とニンニクを加え、弱火で焦げないようにいためる。④③に牛もも肉を加え、塩コショウ・オールスパイスを振り、いためる。⑤④に玉ネギ・ニンジン・ジャガ芋を加えていためる。⑥⑤に水を加えて、沸騰寸前であくをすくい取り、ローリエとスープのもとを加えて煮込む。⑦野菜が柔らかくなったら、ウスターソース以下クローブまでの調味料とグリーンピースを加え、②のルーでとろみを付ける。

ひじきの煮付け

58kcal

【材料】 干しひじき3g、鶏ミンチ8g、油揚げ2g、干しいたけ1g、ニンジン10g、サラダ油少々、砂糖1.8g、濃い口しょうゆ2.5g、だしのもと0.5g、白すりごま1g、水15g、

【作り方】 ①干しひじきはたっぷりの水で戻し（30分以上）、よく洗った後、一度ゆでておく。②ニンジン・戻した干しいたけ・湯で油抜きした油揚げを千切りにする。③鍋に油をひき、鶏ミンチ・ニンジン・しいたけ・油揚げ・ひじきをいため、砂糖以下白すりごままでの調味料と水を加えて煮込む。④煮汁が無くなるまで煮込み、味を染み込ませます。

子どもたちの感想

ハヤシシチュー ・おいしいからたくさん食べたくて、食缶の量が足りないくらいだった。
・お肉がちよっと固いけど、味はバッチリ!!
ひじきの煮付け ・味付けがとっても良かった。
・煮物の中で一番好き。

毎月の献立など学校給食に関する情報は、市ホームページ(アドレス <http://www.city.toki.lg.jp>)でご覧になれます。



VOL.38

男と女のいきいきコラム



育児と仕事のバランス

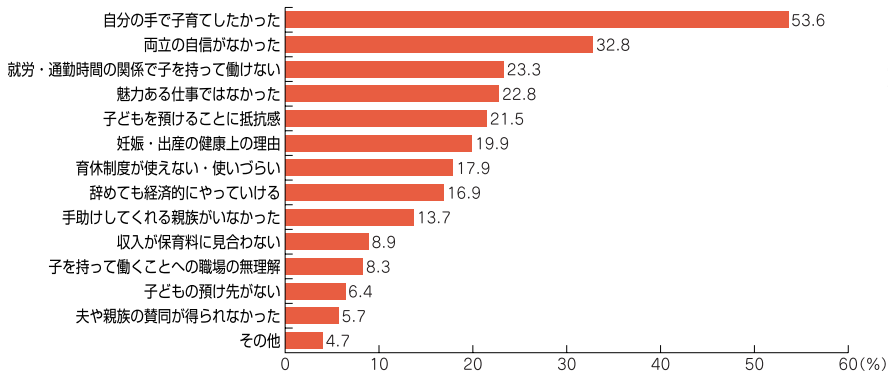
平成15年ころは、働く女性のうち約7割が出産を機に離職していたようです。彼女たちの多くは「自分の手で子育てしたい」という希望のため離職していましたが「子どもを持つて働くことへの職場や周囲の無理解」や「配偶者の就業時間が長く、子育ての手助けがない」など、仕事を続けたいけれど子育てと仕事を両立する環境が整っていないことを理由に挙げる人も少なくありませんでした。

また、働く男性のうち約4割が配偶者の出産後に育児休業を取得したいと考えていましたが、実際に育児休業を取得する人は1割に満たなかったようです。彼らの多くは「職場の雰囲気や仕事の状況」のため、育児休業を取得できずにいました。また、就業時間が長いいため、育児時間が取れない人も少なくありませんでした。

近年、日本の社会は、働くお

母さんを応援するため、また、育児をするお父さんを応援するための環境づくりを急速に進めています。これまで、社会の裏側に隠れていた「働き続けることを望む女性の社会性」や「育児をしたい男性の家庭的な側面」に着目して、パートナーの双方が育児と仕事の最適なバランスを見つけて実現できる社会へと変わり始めています。

出産前に仕事を辞めた理由



(備考) 1. 独立行政法人労働政策研究・研修機構「育児休業制度に関する調査研究報告書」(2003年)により作成。
 2. 「出産前に仕事を辞めた理由は何ですか」という問いに対する回答の割合である(複数回答)。
 3. 回答者は、1992年4月2日から2001年4月1日までに第一子を出産した女性のうち、結婚後も仕事に就いていたが出産前に仕事を辞めた614人(東京都杉並区182人、東京都江戸川区219人、富山県富山市・高岡市213人)。

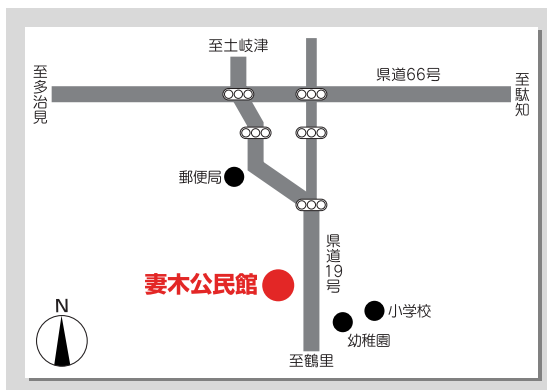
「しろやま公民館」の愛称で親しまれている妻木公民館は、平成16年に完成した新しい公民館です。館内には郷土資料室が設置され、妻木町の歴史を語る貴重な史料が展示してあります。

地域のまちおこしの一つとしてスタートした妻木城址の会が独自の活動をしています。「ふるさと講座」、「古文書を読む会」など、歴史的な展開を特徴とした活動を実施し、より多くの方が郷土の歴史に触れることができる機会を提供しています。

6月から開催されている「手づくりよろいかぶと教室」では、ダンボールでよろいかぶとを作っています。少しずつ完成に近づき、10月にはよろい武者行列として皆さんに披露する予定です。

また、3月には「ふるさと講座」の一環として「歴史散策」を開催し、妻木町の歴史と春の陽気を感じながら妻木町内を散策します。

◆住所 土岐市妻木町 1370-1 ☎ 057-4564



第16回
施設紹介

妻木公民館

わが校自慢

土岐市立土岐津小学校

教育夢発信

ハイモワ土岐津っ子

土岐津小学校で
めざすもの

学校の教育目標「よく学び やりぬく子」

《めざす子ども像》

求め、鍛え合う子

《全校一丸となって》

階段のある学校

学年の発達段階や特色を生かした動きづくり

求め鍛え合う場

授業に厳しさを求める学校

日々の45分の授業の子どもの姿で勝負

求め鍛え合う核

当たり前のことを教える学校

基本的な行動様式の徹底

求め鍛え合う土台

地域でも家庭でも学校でも、明るく元気なあいさつをします



ハ キハキ

目標を立てて運動し、外遊びを積極的に行います



イ キイキ

黙って掃除をし、何事にも集中して取り組みます



モ クモク

毎日10分読書をし、読書量を伸ばします



ワ クワク

教科書を使って 脳トレ

小・中学校で使用する教科書の見本を市立図書館・教育研究所（市役所2階）に展示しています。誰でもご覧になれます。

地図記号について考えてみましょう

Q 次の記号は、小学校の教科書にでてくる地図記号です。何を表しているか分かりますか？

- ① ㄥ
- ② ∨
- ③ 山
- ④ ㊦
- ⑤ 文
- ⑥ ㊦
- ⑦ ㊦
- ⑧ ⊗
- ⑨ X
- ⑩ ㊦
- ⑪ ㊦
- ⑫ ㊦

（東京書籍 新しい社会 3・4上より）

（答えは、次頁下です。）

地図に関する学習は小学校3年生から始まります。

小学校の3年生と4年生の社会科で使う教科書は、3・4年生用の上と下の2冊になっています。

10年ほど前は、地域の学習について小学校3年生で市町村、小学校4年生では県までを中心に扱ってきたので、それぞれの教科書がありました。現在は、3年生と4年生の社会科の目標と学習内容について、地域に関する学習が弾力的に行えるなどの理由で2学年にまとめられたため、3・4年生用の教科書ということになっています。

地域の学習については、まず学校の周りから学習を始

めます。探検（調査）したことを絵地図にまとめたり、出来上がった地図を高い所から見える景色と比べたりします。さらに、学校の周りから町内全体、土岐市全体へと学習の対象が広がっていきます。地図を作るときには、併せて地図記号も学習します。

<地図記号についてワンポイント>

地図記号は、地図を製作した機関・国・時期・縮尺・図式などによって異なり、統一されたものは存在しません。日本では国土地理院が地図記号を定めています。最近では、2002年に「博物館」と「図書館」が追加され、2006年に「老人ホーム」と「風力発電用風車」の記号が、小中学生を対象にした公募を経て決定され、追加されました。

㊦（博物館）

㊦（図書館）

㊦（老人ホーム）

㊦（風力発電用風車）

結核住民検診(胸部レントゲン撮影)のお知らせ 保健センター ☎552010

保健センターでは、下記の通り、8月中旬から9月中旬にかけて市内を巡回し、結核住民検診を実施します。

対象 昭和43年4月1日以前に生まれた方(勤務先・病院などで受診される方、妊娠中の方は除く)。結核検診対象者として登録されている方には、受診票を個人通知します。受診票のない方で、希望される方は、最寄りの会場へ直接お出掛けください。

実施日	曜日	実施場所	実施時間	実施日	曜日	実施場所	実施時間	実施日	曜日	実施場所	実施時間	
8月16日	木	保健センター	9:00~11:30	8月27日	月	定林寺公民館(泉)	9:00~11:30	9月5日	水	保健センター	9:00~11:30	
			13:00~15:00				13:00~14:30				13:00~14:00	
8月17日	金	雨沢公民館(鶴里)	9:00~9:20	8月28日	火	保健センター	9:00~11:30	9月6日	木	西部支所(下石)	9:00~11:30	
		坂下公民館(鶴里)	9:40~10:00				13:00~15:00			13:00~14:00		
		細野農業集落研修センター(鶴里)	10:20~11:30				9月7日			金	下肥田公会堂(肥田)	8:30~9:30
		住久保公民館(曾木)	13:30~14:30								河合公民館(泉)	10:00~11:30
曾木公民館	15:00~16:00	8月29日	水	古井町公民館(土岐津)	13:00~14:00	肥田公民館	13:00~15:30					
8月20日	月	保健センター	9:00~11:30	8月30日	木	下石陶磁器工業協同組合	9:00~11:30	9月10日	月	妻木公民館	9:00~11:30	
			13:00~15:00				13:00~14:00				13:00~15:00	
8月21日	火	浅野公民館(肥田)	9:00~11:30	8月31日	金	白寿苑(駄知)	9:00~11:30	9月11日	火	保健センター	9:00~11:30	
		若宮神社境内(下石)	13:00~15:00			東鉄西駄知駅前(駄知)	13:00~15:00			13:00~14:30		
8月22日	水	上郷郷土館(妻木)	9:30~11:30	9月3日	月	保健センター	9:00~11:30	9月12日	水	泉公民館	9:00~11:30	
		門田公民館(妻木)	13:00~15:00				13:00~14:00			13:00~14:00		
8月23日	木	駄知体育館駐車場	9:00~11:30	9月4日	火	八王子神社境内隣(駄知)	9:00~11:30	9月12日	水	上田町公民館(土岐津)	14:30~16:00	
			13:00~15:00				14:30~15:00				14:30~16:00	
8月24日	金	旭ヶ丘第一町民館(駄知)	8:30~10:30	9月4日	火	土岐津町高山本町クラブ	13:00~15:00					
		恵風荘(駄知)	11:00~12:00									
		南公民館(駄知)	13:30~15:30									

みんなが

楽しく食育!

親子で料理しよう!!



夏休みに、親子・家族で料理をしてみませんか?
昨年開催した親子料理教室のレシピを紹介します。

『ライスバーガー』

材料(4人分)

ご飯	520g	A下味用	
小麦粉	12g	酒	小さじ1
卵	20g	塩	少々
鶏ひき肉	180g	かたくり粉	小さじ2
ゆでたけのこ	60g	Bたれ用	
ネギ	20g	みりん	大さじ2
サラダ菜	4枚	しょうゆ	大さじ2

作り方

- ①ご飯をボウルに入れ、小麦粉・卵を加えて混ぜる。
 - ②8等分にし、ラップに包んで軽く握ってから手のひらくらいの大きさの丸型にし、フライパンで両面焼き色がつく程度に焼く。
 - ③別のボウルに鶏ひき肉とAの調味料を入れて粘りが出るまで混ぜる。5mm角に切ったゆでたけのこ、みじん切りのネギを混ぜ合わせる。ご飯と同じくらい大きさに形づくり、フライパンで両面焼き、最後にBを加えてからめる。
 - ④③を②のご飯で挟み、間にサラダ菜を挟んで、出来上がり!!
- ☆ぜひ、みんなで作ってみましょう!!



今月、食生活改善推進協議会・保健センター主催の親子の料理教室があります。保健センターと市内の公民館(妻木・鶴里・駄知・肥田)で行います。小学生以上のお子さんが対象です。ぜひご参加ください。

次回は...

やさいのひみつについて紹介します。

教科書を使って脳トレの答え ①田 ②畑 ③あれ地 ④郵便局 ⑤学校 ⑥神社 ⑦市役所 ⑧警察署 ⑨交番 ⑩病院 ⑪寺 ⑫工場

2007.8.1 広報とき

事業名	対象者	期 日	時 間	場 所	備 考
乳幼児健康相談	乳幼児の保護者	8月27日(月)	午前10時～11時30分 午後1時30分～3時	保健センター	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。
栄養相談 みそ汁の塩分測定	市民	8月31日(金)	午前10時～11時30分		
もぐもぐ(離乳食)教室	4カ月健診を受けられたお子さんの保護者	8月30日(木)	午後1時～3時30分		
マタニティクッキング	妊婦の方	9月5日(水)	午前10時～午後1時		
パパママクラス	妊婦と夫	9月2日(日)	午後1時～3時		
こころの健康相談	不眠・ふさぎ込む・怒りっぽい・認知症などで悩みの方	8月28日(火)	午後1時～2時30分	東濃保健所	要予約 東濃保健所(☎231111・内線362)または、保健センター
麻疹・風しん混合 予防接種 (医療機関での 個別接種)	平成18年8月以前に生まれた2歳未満のお子さん	1. 麻疹または風しんのいずれにもかかったことがなく、いずれの予防接種も受けたことがないおさんは、8月15日(水)までに保健センターへお申し込みください。 接種は、9月からですが、8月25日(土)以降に申し込みされた医療機関で、接種日時を予約してください。 2. 麻疹または風しんのいずれか一方にかかったことがある場合や、いずれか一方の予防接種を受けたことがある場合は、単独ワクチンの接種となりますので、保健センターへお問い合わせください。			

◆乳がん・子宮頸がん検診実施中!!

どちらのがんも早い段階では自覚症状がないため、気づきません。早期に発見するため、定期的に検診を受けましょう。受診を希望される方は、電話で保健センターまでお申し込みください(日程など詳しくは、申し込み時にご案内します)。

ただし、どちらも2年に1回の検診となりますので、昨年度受けられた方は、今年度は対象にはなりません。



乳がん検診

実施期間 11月2日(金)まで
対象者 40歳以上(昭和43年4月1日以前生まれの方)の女性
場 所 保健センター
費 用 1,000円(保健センターの受け付けでお支払いください)
検診内容 問診、視触診、マンモグラフィ
申込期限 9月7日(金)

子宮頸がん検診

実施期間 平成20年1月31日(木)まで
対象者 20歳以上(昭和63年4月1日以前生まれの方)の女性
場 所 市内の指定医療機関
費 用 500円(医療機関の窓口でお支払いください)
検診内容 問診、視診、細胞診、内診
申し込み 随時

50歳を超えたら前立腺がん検診を受けましょう!

前立腺は、男性のぼうこうの下にあり、ぼうこうから出た尿道を取り巻くようにあるクルミ大の臓器です。前立腺がんは、50歳以上の男性に多い病気で、最近増加しています。しかし、前立腺がんは、早い段階では自覚症状がないため、気づきません。早期に発見するため、定期検診を受けましょう。検査は、簡単な血液検査です。受診を希望される方は、電話で保健センターまでお申し込みください(日程など詳しくは、申し込み時にご案内します)。

実施期間 平成20年1月31日(木)まで
対象者 50歳以上(昭和33年4月1日以前生まれ)の男性
場 所 市内の指定医療機関
費 用 500円(医療機関の窓口でお支払いください)
検診内容 問診および血液検査〔PSA(前立腺特異抗原)検査〕
申し込み 随時

県民フォーラム "Gifu2007"の参加者

岐阜県口腔保健協議会

日時 9月2日(日)午後1時～4時30分

会場 長良川国際会議場

テーマ 「歯周病とメタボリックシンドローム～メタボ予防は口から～」

内容 ▷アグネス・チャン氏(タレント)による講演 ▷菅野隆氏(健康運動指導士)による健康体操 ▷中川徹氏(日立製作所健康管理センター医長)による講演 など

締め切り 8月24日(金)

申し込みなど詳しくは、岐阜県口腔保健協議会(☎058-274-6116)へどうぞ。

スポーツ姉妹都市・焼津市との スポーツ交流会参加チーム

スポーツ振興課・内線276

市では、9月2日(日)に焼津市で開催されるスポーツ交流(一般)の参加チームを募集しています。参加費は無料です。

申し込みなど詳しくは、スポーツ振興課へどうぞ。

ご案内

平成19年度の介護保険料を お知らせいたします

福祉課介護保険係・内線157・158

8月8日(水)に、65歳以上の方全員に介護保険料の納入通知書を発送します。また、今年中に65歳になられる方については、誕生日または、その翌月の発送となります。

納付方法により通知書が異なります

▷年金天引きの方、口座振替の方...3つ折りハガキ ▷納付書で納める方...緑色の窓あき封筒に入った納付書

介護保険制度は、介護が必要になった方が安心して自立した生活を送れるように、社会全体で支えていこうとするものです。一人ひとりの保険料は大切な財源です。皆様のご理解とご協力をお願いします。

詳しくは、福祉課介護保険係へ。

第13回勤労青少年ホーム・働く婦人の家祭り

勤労青少年ホーム・働く婦人の家

日時 9月9日(日)午前10時～午後3時

場所 勤労青少年ホーム

内容 ▷作品の展示(パッチワーク、草木染め、絵手紙、俳句、陶芸)▷クラブ発表(土岐ウインド、美濃ウインド、バサラ、B、J&B、空手、少林寺)▷クラブ体験(草木染め、絵手紙、陶芸)▷フリーマーケット▷ピンゴゲーム

詳しくは、勤労青少年ホーム(☎573010)へどうぞ。

市民総合体育大会・夏季大会を開催します

スポーツ振興課・内線275

第54回土岐市民総合体育大会・夏季大会のカヌー・水泳競技を開催します。ぜひ、ご声援ください。

カヌー競技

日時 8月19日(日)午前8時30分開会式

場所 土岐川(土岐津橋上流～セラトピア土岐前)

水泳競技

日時 8月19日(日)午前10時開会式

場所 市民プール

詳しくは、スポーツ振興課へどうぞ。

応援します ふるさと土岐の資料づくり

市図書館・☎551253

市では、地方文化の活性化を図り、郷土に関する資料の出版活動を奨励するため、土岐市の歴史や地理、文化などに関する本を自費出版しようとする方を対象に、補助金を交付する制度を設けています。

出版の計画がある方は、ぜひこの制度をご活用ください。

補助金の額 印刷製本費の2分の1以内で、最高20万円まで

申請時期・申請先 10月末日までに市図書館へ申請してください。

詳しくは、市図書館へどうぞ。

中退共制度に加入しましょう

商工観光課・内線232

中小企業退職金共済制度に加入し、従業員の退職金を準備しましょう。

しっかりとした退職金制度を持つことは、優秀な人材の確保や従業員の労働意欲を高めるためにも重要なことです。

中退共制度の特色 ▷国の制度なので安全・確実・有利 ▷適格退職年金制度からの移行先となっている ▷掛金の一部を国・市が助成 ▷パートタイマーも加入可能 ▷掛金は、税法上全額非課税 ▷過去の勤務期間通算や転職した場合の通算も可能

加入の手続き 所定の申込用紙に必要事項を記入の上、お近くの金融機関へ。詳しくは、商工観光課へどうぞ。

お願い

地籍調査にご協力ください

地籍調査推進室・内線505

市では、本紙6月1日号でお知らせした通り、昨年度に土地の境界の確認作業にご協力いただいた地区(下石町、妻木町の一部)において、土地の境界の測量を行います。皆さんの土地への立ち入りなど、ご協力をお願いします。詳しくは、地籍調査推進室へどうぞ。

平和祈念の黙とうにご協力を

秘書広報課・内線208

広島市と長崎市では、8月6日と9日に原爆死没者の慰霊式と平和祈念式を行い、原爆投下時刻に1分間の黙とうを捧げます。

本市でも8月6日(月)、午前8時15分からと、8月9日(木)、午前11時2分から行政無線で黙とうを呼びかけます。

また、終戦記念日の8月15日(水)にも、正午から1分間の黙とうを行いますのでご協力をお願いします。

募 集

行財政改革懇談会委員

総合政策課・内線212

市では、行政のあり方を総点検し、行財政改革を推進するため、行財政改革懇談会の委員を募集します。

募集人員 女性1人

応募資格 ▷市内に在住する方 ▷満20歳以上の方 ▷国もしくは地方公共団体の議員または常勤の公務員でない方 ▷平日昼間に開催される会議に出席できる方 ▷本市の他の審議会などの委員でない方

任期 平成21年3月31日まで

内容 行財政改革の基本方針や重要事項についての意見をいただく、懇談会への参加(年2~3回開催予定)

申し込み 用紙に氏名 性別 生年月日 住所 電話番号 職業・勤務先「私の考える行財政改革」(400字程度)を記入の上、総合政策課(〒509-5192 土岐津町土岐口2101)へ提出してください。郵送またはEメール(sosei@city.toki.lg.jp)でも受け付けます。応募書類は返却しませんので、ご了承ください。

選考方法と通知 土岐市行財政改革推進会議で選考し、結果を応募者全員に通知します。

締め切り 8月31日(金)

詳しくは、総合政策課へどうぞ。

あすなろ家庭通信学級 夏季スクーリングの参加者

生涯学習課・内線273

日時 9月7日(金)午前10時~正午(受け付け=午前9時30分~)

場所 セラトピア土岐・和展示室

講師 伊東信彦先生(中京短期大学教授)、林鎮代先生(同教授)布施佐代子先生(同准教授)

申し込み 8月20日(月)までに、生涯学習課へお申し込みください。

当日、参加者のお子さんの世話をする託児ボランティアがあります。

詳しくは、生涯学習課へどうぞ。

すてきな自分づくり 各種講座の参加者

勤労青少年ホーム・働く婦人の家

市内在住・在勤の方を対象に、次の講座の受講生を募集します。

寄せ植え講座

日時 8月27日~12月17日の毎月第4月曜日(12月は第3)、午後7時30分~9時(全5回)

場所 勤労青少年ホーム・研修室
講師・定員 山本伸一先生・16人

費用 1万円(5回分)

健康講座(太極拳)

日時 9月14日~11月16日の毎週金曜日、午後7時30分~9時(全10回)

場所 働く婦人の家・軽運動場
講師・定員 田中貞光先生・20人

着物着付け講座

日時 9月19日~11月21日の毎週水曜日、午後7時~9時(全10回)

場所 勤労青少年ホーム・和室
講師・定員 堀幸子先生・20人

踊って楽しいバサラ講座

日時 10月1日~11月5日の毎週月曜日(10月8日を除く)、午後7時30分~9時(全5回)

場所 働く婦人の家・軽運動場
講師・定員 永治昌代先生(バサラ瑞浪普及振興会)・20人

各種講座の受け付けは、火曜日・祝日を除く平日の午後1時~9時で、定員になり次第、締め切ります。

詳しくは、勤労青少年ホーム(☎573010)へどうぞ。

親子安全点検土岐川パトロール の参加者

国土交通省庄内川河川事務所

日時 9月8日(土)午後3時~4時(小雨決行)

集合場所 土岐川河川公園(セラトピア土岐前)

内容 土岐川を安心して利用していただくための安全点検

定員 親子20組程度

締め切り 8月20日(月)

申し込みなど詳しくは、庄内川河川事務所管理課(☎052-914-6714)へ。

パソコン(応用)講習、壁装業務 アシスタント講習の受講生

県シルバー人材センター連合会

パソコン(応用)講習

講習期間 9月4日(火)~27日(木)までの間の10日間

場所 恵那市文化センター

定員 18人(応募者多数時は、抽選。選外の通知はしません)

締め切り 8月17日(金) 消印有効

壁装業務アシスタント講習

講習期間 9月10日(月)~14日(金)までの間の5日間

場所 恵那市共同福祉会館

定員 20人程度(応募者多数時は、抽選。選外の通知はしません)

締め切り 8月23日(木) 消印有効

両講習共通

対象 健康で働く意欲のある60歳代前半の方

受講費 無料

申し込み 福祉課、各支所または市シルバー人材センターに備え付けのパンフレットの申込書に必要事項を記入の上、県シルバー人材センター連合会へ郵送してください。

詳しくは、市シルバー人材センター(☎573810)へどうぞ。

食品安全セミナーの参加者

東濃保健所生活衛生課

東濃保健所では、消費者の皆さまに食の安全性を楽しく学んでいただく食品安全セミナーの参加者を募集します。

日時 9月21日(金)午前9時~午後4時

集合場所 東濃西部総合庁舎

対象 県内在住の方

定員 35人程度(先着順)

内容 ▷美濃酪農農業協同組合の視察(恵那市) ▷トマト生産施設の視察(中津川市) ▷残留農薬の対策、食品の安全性などについての講義

締め切り 8月31日(金)

申し込みなど詳しくは、東濃保健所生活衛生課(☎231111・内線357・359)へどうぞ。

身近な話題にズームイン!!

ときめきの瞬間

脳のトレーニングで 認知症予防



文化プラザ・視聴覚室で、「脳のすこやか健康教室」が開催されました。参加者は、簡単な読み書きや計算に挑戦し、脳の活性化を図りました。 7月5日(木)

笑顔もすてき 歯イ!チーズ



保健センターで、歯の優良児童審査会が行われ、各小学校推薦の6年生男女1人ずつが参加しました。最優秀賞には、林大貴君(鶴里・中列右端)と小島ゆいさん(妻木・前列左端)が選ばれました。 7月5日(木)

明かりの演出 工夫の筒抜き



土岐津小学校で、ランプシェード作りが行われました。これは、10月27日(土)開催予定の「あかりの夕べ」に出品するもので、全校児童が取り組みます。 7月11日(水)

なくそう非行 地域で育む青少年



市内中学校の代表6人が、JR土岐市駅で「1日保護司」として「社会を明るくする運動」の啓発活動を行いました。 7月11日(水)

左右の確認 しっかりしましょう



2007交通安全フェスティバルがセラトピア土岐で開催されました。来場者は、3世代自転車安全走行スクールなど多彩なイベントに参加しました。 7月16日(月・祝)