

2011年  
(平成23年)  
No. 1259

6 / 1号

広報

みずなみ

スポーツにハマれ!

市内各所で行われた、第56回  
瑞浪市民体育大会  
(写真は5月8日のフットサル)



# 認知症

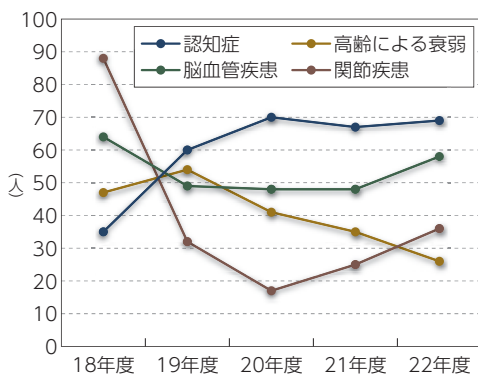
## 「頭」と「体」の体操で認知症予防

### 日々の心がけで脳を健やかに保ちましょう

認知症とは“脳や身体の疾患を原因として記憶・判断力などの障害が起こり、普通の社会生活が営めなくなった状態”と定義され、その患者数は年々増えてきています。

認知症についてよく理解し、予防のためにも、生活習慣を見直してみましょう。

#### 介護保険新規申請の主要原因の推移



が最も多くなっています。

85歳以上は4人に1人が認知症に年をとるほど、認知症になりやすくなります。65歳以上70歳未満の有病率は1.5%、85歳では27%に達すると言われています。日本における65歳以上の認知症患者はすでに240万を超えているという推計もあり、さらに団塊世代が65歳以上になる平成27年には250万人、平成32年には300万人を超すと推定されています。高齢社会の日本では認知症が今後ますます重要な問題となつてきます。

#### 第1位は「認知症」

瑞浪市でも、介護保険の新規申請時における主な原因を調査すると、平成19年度以降、関節疾患や脳血管疾患などを抑えて、認知症

## 認知症を予防するために



#### 基本は健康な体

○体を動かすことは健康の基本です。歩いて、動いて脳を活性化しましょう。有酸素運動(ウォーキングや水泳、体操など)を行うと脳の血流が増します。また脳血管性認知症を招く動脈硬化などの改善に役立ちます。

○バランスよく、おいしく食べて、「高血圧」「脂質異常症」「糖尿病」など食生活に起因する病気を予防しましょう。

○社会活動や趣味に積極的に取り組むことで、明るく、プラス思考で生活しましょう。

#### 脳を使う生活

○脳も使わないと、衰えていくばかりです。できることは自分でやり、新しいことにも挑戦する気持ちを持ちましょう。

○人と交流すると脳が活発に動きます。家族や友人と会話を絶やさない毎日を過ごしましょう。

## 脳の健康教室

脳をトレーニングする教室を左の2ヶ所で開催します。(要申込)

**場所** 地域交流センターときわ  
**日程** 7月1日(金)～11月25日(金)  
毎週金曜日 全20回

**場所** 釜戸コミュニティセンター  
**日程** 7月5日(火)～11月15日(火)  
毎週火曜日 全20回

**時間** 9時30分～11時30分  
**内容** くもんの学習療法(簡単な読み書き・計算)  
認知症予防に関する健康講話(口の健康・食の健康・カフェで認知症予防)・茶話会

**教材費用** 毎月2,100円×5ヵ月  
(毎日の教材も含まれます)

**対象** 65歳以上の方  
(介護認定者を除く)

**定員** 20名程度(先着順)  
**締切** 6月14日(火)



## からだづくり教室

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)を予防する教室です。同時に健康体操で血流がよくなり、脳の活性化も期待できます。(要申込)

**日時** 8月3日・10日・17日・24日  
・31日

いずれも水曜日  
13時～15時30分  
(17日・31日は午前)

**場所** ハートピアリハビリホール  
**内容** 筋トレやストレッチを中心とした健康体操・健康講話

**対象** 65歳以上の方

**定員** 15名程度(介護認定者を除く)  
**締切** 7月27日(水)

## 腰痛・ひざ痛等の健康相談

丈夫な足腰を保つことで、健康な体を維持しましょう。(要予約)

**日時** 6月27日(月)13時～  
所要時間30分程度

**場所** 保健センター  
**内容** 腰痛・ひざ痛などの関節痛などへの運動指導など

**担当** 理学療法士(東濃厚生病院)  
**締切** 6月24日(金)



◎申込・問合せ

地域包括支援センター  
(市役所1階) ☎内線159

## ～認知症のサイン・症状～

もの忘れには、正常なものと認知症が疑われるものがあります。

これが全てではありませんが、次のような症状があれば注意しましょう。

### ■もの忘れの為に日常生活に支障をきたしている

日常生活で重要ではないこと(タレントの名前や昔読んだ本の題名など)を思い出せないのは正常の範囲内ですが、仕事の約束や毎日通っている道で迷うなどの場合は気をつけましょう。

### ■本人が忘れっぽくなったことを自覚していない

自分でもの忘れの自覚がある場合は正常の範囲内ですが、もの忘れをしていることに気づかず、話の中でつじつまを合わせようとするようになるのは認知症のサインかもしれません。

### ■経験全体を忘れてしまう

経験の一部を忘れるのは正常の範囲内ですが、経験全体を忘れてしまうときは注意が必要です。

## ご家族(周囲の人)の気付きが 早期発見・早期治療に つながります。

\* 認知症の原因はいろいろです。原因により、治療すれば進行を遅らせたり、症状が治る場合もあります。

## 認知症相談

精神科医師(大湫病院)が相談に応じます。(要予約)

**日時** 7月1日(金)  
13時30分～  
所要時間1時間程度

**場所** 保健センター

# 歯の衛生

6月4日～10日は歯の衛生週間です  
「みがこうよ 未来へつなげる じょうぶな歯」



酢ダコ、たくあん食べられますか？

## よくかんで健康力アップ

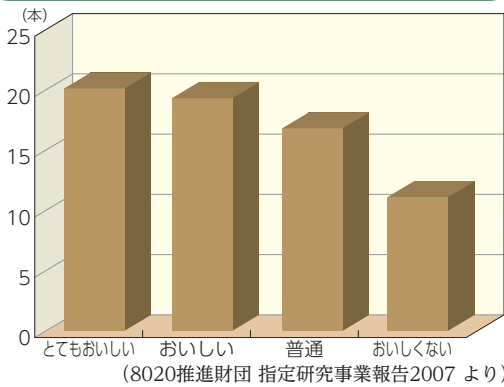
食べることは生きること。おいしく食えることは健康なこと。

「歯」はそのためには欠くことのできない存在です。しっかりかんで食べることで、健康で幸せな生活が送れます。

ちなみに酢ダコ、たくあんは歯が18本ないと食べにくい食べ物です。

食事が「おいしい」と感じている人は、平均で約20本の歯があります。

食事のおいしさの感じ方別「歯の平均本数」



## 歯を失くす原因

### 第1位は「歯周病」

歯周病は歯周病菌によって引き起こされますが、それを暴れさせるのは悪い生活習慣です。

皆さんも、次のようなことに心当たりはありませんか？

- \* 間食が多い。
- \* よくかまないで食べる。
- \* 口当たりのよい、やわらかい食べ物を好む。生野菜が苦手。
- \* ストレスを感じている。
- \* たばこを吸う。
- \* 夜寝る前に健康酒や栄養ドリンクを飲む。
- \* 夜寝るのが遅く睡眠不足。
- \* 口を開けていることが多い。口で息をしている。起きた時に口が乾いている。
- \* 歯並びが悪くかみきれない。(特に前歯が合わさっていない)

## 歯周病予防で

### 糖尿病・動脈硬化を防ぐ

糖尿病は歯周病を悪化させ、歯周病菌は糖尿病を悪化させます。また、歯周病菌は動脈硬化を促進させます。

糖尿病の方、動脈硬化のある方は必ず歯周病の治療をしましょう。



## 歯を失うと

## 認知症のリスクは最大1.9倍に…

歯を失うことで認知症の発症リスクが高くなる原因は、歯周病菌が血液に入り直接からだに影響を及ぼすことや、かめなくなることで口腔内に刺激がなくなり認知機能を低下させることなどが考えられます。

また、歯が無いと、バランス感覚が悪くなるため転倒しやすくなり、恐怖心から外出を避けるようになります。

## 生涯医療費は歯で決まる？

### 定期ケアする人ほど安く…

定期的に歯科医院を受診している人は、全ての病気にかかる総医療費が低くなる傾向があります。

歯が悪いと食事内容が偏り、糖尿病や高脂血症を引き起こしやすくなります。また、肩こりや頭痛を感じるため心身に不調になる傾向があります。

歯がぐらぐらする、抜け始めるなど、自覚症状が出てからでは治療が困難です。



かかりつけ歯科医院をもち、年に2回は受診をしましょう。



### 肺炎予防のために

### 寝る前に歯を磨きましょう

調査によると、瑞浪市の成人が寝る前に歯を磨く割合は6割でした。それに比べ、小学生は9割が磨いています。

寝る前の歯みがきは、むし歯や歯周病予防だけではなく、誤嚥性肺炎のリスクを減らします。温かく湿った口の中は菌が増える絶好の場所です。寝ている間は唾液が止まり、抗菌作用が少なくなるので、さらに菌が増えることとなります。それが寝ている間に唾液と一緒に肺に入っていくと肺炎を起します。

また、入れ歯は雑菌が付きやすいので、寝る前には特によく洗いまししょう。

## 集団歯周病検診

日時 6月22日(水)  
13時～14時

場所 保健センター

内容 歯周病検診

ブラッシング指導

対象 40歳以上の方

定員 15名程度(先着順)

担当 歯科医師・歯科衛生士

\*この検診は年度内に1回受けることができます。

40歳・50歳・60歳の節目年齢の方には、歯科医院で検診を受けることができる受診票を、7月ごろに郵送します。

ご自分の都合に合わせて、かかりつけ歯科医院で受診することができ、大変便利です。

◎申込・問合せ

保健センター ☎ 67・2700

ぜひ、この機会に  
歯周病検診を受けましょう！

## 期日前投票

### Q 期日前投票ってなに？

**A** 投票日に仕事や旅行、冠婚葬祭などで投票所へ行けない方が事前に投票できる制度です。

### Q どこでできるの？

**A** 期日前投票をされる方は、市選挙管理委員会から郵送される『投票所入場券』を市役所または稲津・陶・釜戸・日吉の各公民館に持参してください。期日前投票ができる期日と場所は下の表のとおりです。

期日前投票所	対象投票区	開設期間・時間
市役所	全投票区	7月4日(月) ～7月9日(土) 8時30分～20時
稲津公民館	稲津第一 稲津第二	7月6日(水) ～7月8日(金) 8時30分～17時  *対象投票区以外の方は投票できませんので、ご注意ください
陶公民館	陶第一 陶第二	
釜戸公民館	釜戸大 釜戸小	
日吉公民館	日吉第一 日吉第二	

### Q 投票は簡単にできるの？

**A** 宣誓書の該当する事由に○を付け、住所・氏名などを署名していただく他は、当日投票と同じです。

## 立候補予定者説明会のお知らせ

市長選挙にともなう立候補予定者説明会を、次のとおり開催します。

- ◆日時 6月15日(水) 13時30分～
- ◆会場 市役所2階 大会議室

## 不在者投票

### Q 不在者投票ってなに？

**A** 一定の事由により投票日に投票所で投票できない方が、名簿登録地以外の市町村や病院などにおいて投票することができる制度です。

### Q 不在者投票にはどんな種類があるの？

**A** 主に3種類あります。詳細は下記のとおりです。

#### ①指定施設での投票

下の表の施設に入院・入所している方は、その施設で不在者投票をすることができます。

指定施設	
東濃厚生病院	みずなみ陶生苑
瑞浪病院	みずなみ瀬戸の里
大湫病院	千寿の里
ひざし	サニーヒルズみずなみ

\*市外の病院などに入院・入所中の方は、各施設または選挙管理委員会にお問い合わせください。

#### ②瑞浪市以外の市町村での投票

出張・出産などのため瑞浪市以外に滞在している方は、滞在先の選挙管理委員会で投票できます。希望される方は、滞在地で投票したい旨を、選挙管理委員会に本人が申し出てください。

#### ③郵便などによる投票

身体に重い障がいなどがあり、投票所へ出かけることができない方は、事前に選挙管理委員会で「郵便等投票証明書」の交付を受けて郵便により投票をすることができます。

ただし、障がいの種類、等級などにより制限がありますので、選挙管理委員会へお問い合わせください。

\*すでに証明書をお持ちで、投票を希望される方は、選挙管理委員会へご連絡ください。  
(投票用紙の請求は7月6日(水)まで)

## 瑞浪市における投票状況

選挙名	男	女	計
平成23年2月6日執行 市議会議員選挙	68.50%	71.36%	70.00%
平成19年7月22日執行 市長選挙	63.17%	65.20%	64.24%

みんなで投票。みんなで参加。  
あなたの一票大切に



7月10日(日)は

『一票に 元気な瑞浪 託します』

# 瑞浪市長選挙の投票日です

◎問合せ 選挙管理委員会 ☎内線271・272

## 投票日時と投票所

○投票日時

7月10日(日) 7時～20時

○投票所

投票区	投票所
山田第一	瑞浪中学校
山田第二	明賀台集会所
小田	瑞浪小学校
樽上	ハートピア(市民福祉センター)
上平	市役所
竜門	総合文化センター
土岐第一	桔梗幼児園
土岐第二	デイサービスセンターさくら
明世	市民体育館
下沖	子育て支援センター(みどり保育園内)
稲津第一	稲津公民館
稲津第二	萩原公会堂
陶第一	陶公民館
陶第二	陶公民館体育室(旧陶文化プラザ)
釜戸	釜戸公民館
大湫	大湫公民館
日吉第一	日吉公民館
日吉第二	細久手公民館

投票所入場券で投票所を確認してお出かけください。

## 《開票日時と場所》

○開票日時

7月10日(日)

21時～

○場所

市民体育館第2競技場



## 《投票できる方》

○次の要件を満たす方が対象になります

- ・投票日当日に満20歳以上(平成3年7月11日以前出生)の日本国民
- ・選挙権を停止されていない方
- ・平成23年4月2日までに本市で住民票作成(または転入届出)がされ、引続き3カ月以上住んでいる方
- ・選挙人名簿に登録されている方

○市内で転居をされる方

転居した日 (住民票異動届出日)	投票できる場所
6月17日以前	転居後の住所地の投票所で投票してください。
6月18日以降	転居前の住所地の投票所で投票してください。

\*投票日前に市外へ転出された方は、選挙権はありません。

## 投票所入場券が変わります

これまでの4名連記式ハガキから6名連記式圧着ハガキに変わります。



圧着されていますので、ゆっくり開けてご覧ください。

↑このように、切り離して投票所にお持ちください。  
\*投票所入場券は、選挙の告示日(今回は7月3日)以降に発送する予定です。



## 6月16日(木)スタート

### ～農産物等直売所 プレ直売～

平成24年6月オープンを目指す「農産物等直売所」のプレイベントとして、地元農家による新鮮野菜の販売を12月ごろまで行ないます。

- ◆日時 毎週月・木曜日 9時～12時  
(商品がなくなり次第終了します)
- ◆場所 JAとうと土岐支店駐車場(消防署前)
- ◆主催 瑞浪市農産物等直売所出荷者協議会
- ◆共催 みずなみアグリ株式会社

#### ◎問合せ

陶都信用農業協同組合  
経済センター  
☎68-5120



#### 株主募集

農産物等直売所の開設に向けて、みずなみアグリ株式会社では9月30日(金)まで出資者を募集します。

◎問合せ みずなみアグリ株式会社 ☎26-8617

## クールビズ実施中

市役所では10月末まで、節電および地球温暖化防止の一環として、クールビズを実施しています。

冷房の設定温度が高めになっていますので、会議などで市役所および市の施設に来庁の際は、ノーネクタイなどの軽装でお越しください。

#### ◎問合せ

秘書課 ☎内線317



## 守ろう！電波のルール。

### 電波利用環境保護周知啓発強化期間

6月1日～10日

- ・電波の利用には原則免許が必要です。
- ・外国規格のトランシーバーは防災行政無線やテレビ放送などに妨害を与えるおそれがあり、国内では使用できません。

#### 【連絡先】総務省東海総合通信局

TV等の受信相談は ☎052-971-9648  
不法無線局の相談は ☎052-971-9107

## 市長からの発信

### 「新役員の皆さんへ期待！」

皆さん、こんにちは！

東日本大震災が発生して、2カ月半がたち、被災地では復興に向けての取り組みが始まっています。瑞浪市といたしましても、災害支援のために職員を派遣できる体制を整えておりますので、今後もしっかりと支援をしていきたいと考えています。

また、被災地では市民ボランティアの力が必要となってきました。ボランティアの登録はこれまでも受付けておりますが、まだまだ支援が必要ですので、意欲のある方は、社会福祉協議会(ハートピア内) ☎68-4148)まで登録をお願いいたします。

さて、市内の各地区では、区長さんをはじめとして今年度の新体制がスタートしました。役員の皆さんは、私が推進しています『市民と行政の

協働による市政運営』の強力なパートナーであります。一年間大変お世話になります。市の向上として、安全・安心なまちづくりと一緒に、ご尽力していただきますことをご期待申し上げます。行政としましては、まちづくり推進協議会をはじめ各種団体と連携しながら、しっかりとサポートしていきます。

各地域の課題解消の取り組みと併せて、今年度の全市民的な主な課題は、「中学校の統合・再編、防災・防犯の強化、大震災復興の支援、省エネルギー対策、ぎふ清流国体・清流大会の準備」などです。多くの課題がありますが、前年度に引き続き、市民の皆さんのご理解、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

市長 水野光二





市民文学散歩  
京都の世界遺産を訪ねて②

京都にはユネスコにより世界遺産に選定された寺社が17あります。長い歳月のなかで歴史が刻まれ、古典文学から現代文学までさまざまな場面に登場しています。各時代の様式美などにも注意深く目を向けながら、各寺社を訪ねてみませんか？

日にち 7月8日(金)  
行き先 下鴨神社・金閣寺・上賀茂神社  
会費 8000円  
定員 40名  
申込み 農協市内各支店  
締切 定員になり次第終了  
問合せ 市民図書館

図書館学生ボランティア  
ひびのさやか  
日比野冴香さん(14)



我が家のお気に入り

『ステップファザー・ステップ』  
宮部みゆき:作

この本は、親のいない双子の哲と直が、たまたま屋根から落ちてきた泥棒に、父親のかわりをしてもらうという驚きの物語です。3人に襲いかかる謎や事件にドキドキする楽しい本です。また、この本の3人の関係と今の自分たちを比べると、家族のきずなが何なのか分かるかもしれません。ぜひ、読んでみてください。

おはなし隊がやってくる!

素敵なキャラバンカーに乗って、講談社の「おはなし隊」が遊びに来てくれます。

おはなし会やキャラバンカーの見学など、楽しいイベントです。

日時 6月25日(土)  
14時30分  
場所 芝生広場  
\*参加費無料

6月のミニ展

有賀正季

『夏のはじまり』展

6月11日(土)~26日(日)



有賀正季さんは、瑞浪市生まれ、稲津町在住の画家で陶芸家。絵も陶芸も、その型破りな楽しさは、作品の大きさからはみ出しているかのよう。濃密な有賀ワールドをご堪能ください。  
「夏が始まるなあ」とワクワクしているミニ展です。今回は会期が短いので、お見逃しのないよう!

大活躍! 図書館ボランティアさん② 『イベント』

市民図書館では、皆さんがより図書館に親しんでいただけるように、いくつかのイベントを開催しています。

イベントボランティアさんには、イベント会場の準備や後片付け、参加者の皆さんに渡すプレゼント作りなどを手伝っていただいています。

楽しいイベントを陰で支えてくださるボランティアさんたちです。いつもありがとうございます!



↑ 絵本作家・高畠純先生とイベントボランティアさん

図書館職員が贈る 6月の特集本

しぜんに育てよう 「育てる」ということを、自然で原始的な観点から探してみます。



『自然農に生きる人たち』  
一耕さなくてもいいんだよー  
新井由己/著

36組の『自然農』実践家を訪ねた写真集です。耕さなくてもいい、草は抜かなくてもいいなんて本当?と疑問のある方におすすめ。「農業は重労働」という固定観念から解放される1冊。



『おむつなし育児』  
クリスティン・グロスロー/著

過激なタイトルに感じますか?この本は「なるべくおむつの外で排泄させる」ことを、ケース別に紹介してくれます。

これは、ひょっとしたら発展過剰による「大切な忘れもの」かもしれませんよ。レッツ排泄コミュニケーション!

★このほかにも図書館に入ってすぐのところ、特集コーナーを用意してお待ちしています。

○【特別休館のお知らせ】6月6日(月)~10日(金)まで、蔵書点検のため休館します。○



### ◎ 農業者戸別所得補償制度 締切6月30日! ◎

食料自給率の向上と農業の多面的機能を維持するため、販売農家の所得を補償する「農業者戸別所得補償制度」の交付申請が4月1日から始まっています。

- ◆対象作物 米・麦・大豆・そば・なたね・加工用米・地域特産物など
- ◆対象者 対象作物の生産数量目標に従って、販売目的で生産(耕作)する販売農家
- ◆交付概要
  - ・米に対する所得補償交付金
  - ・水田活用の所得補償交付金
  - ・畑作物の所得補償交付金
- ◆申請締切 6月30日(木)
- ◎問合せ 東海農政局岐阜農政事務所  
☎0120-38-3786

### ◎ 消費生活相談員資格取得支援講座の参加者募集 ◎

県では、消費生活相談員などとして就業を志望される方の為に、消費生活相談に関する資格認定試験の合格を目指す無料講座を開催します。

- ◆日時 7月9日(土)～9月17日(土)  
土曜日または日曜日の計8回  
9時30分～16時40分
- ◆場所 長良川国際会議場(岐阜市)
- ◆対象者 18歳以上で県内在住・在勤・在学の方
- ◆受講料 無料 ◆定員 40人
- ◆締切 6月30日(木)
- ◎申込・問合せ (株)東京リーガルマインド岐阜本校  
☎058-265-2771

## 募集

### ◎ 二人ぐらしのためのセミナー ご案内 ◎

二人が共に学び、健やかに生活し、安心して老いることができるようにセミナーを開催します。

- ◆期 日 ①6月21日(火) ②6月28日(火)  
③7月1日(金)または7月12日(火)  
④7月26日(火)の全4回
- ◆場 所 ハートピア 他
- ◆対象者 市内に住む二人暮らしの世帯  
(4月1日現在、ともに65歳以上の世帯)
- ◆内 容 健康についての講義、調理実習など  
\*6月28日(火)は元NHKアナウンサー  
寺谷一紀さんの講義があります。
- ◆参加費 無料
- ◆定員 40名(先着順)
- ◆締切 6月13日(月)
- ◎申込・問合せ 社会福祉協議会  
☎68-4148



### みずなみ陶土フェスタ2011 クレイオブジェコンテスト参加者募集

- グランプリ 80万円  
この夏、今を感じさせる「すごい」オブジェを創ってみませんか!
- ◆日時 8月5日(金)正午～7日(日)正午  
(制作時間48時間)
- ◆場所 寺河戸町(市道公園線)
- ◆定員 20チーム(1チーム6人以内)  
\*オブジェのデッサンを書類審査の上、選考します。
- ◆資格 高校生以上(高校生は保護者同伴)
- ◆応募 制作するオブジェのデッサン(A3サイズ以内)と申込用紙を提出。
- ◆締切 6月30日(木)  
\*詳細は陶土フェスタホームページ(<http://www.mzcci.or.jp>)または事務局までお問合せください。
- ◎申込・問合せ みずなみ陶土フェスタ事務局  
☎67-2222



### 平成23・24年度 廃棄物減量等推進審議会委員を募集します

市では、一般廃棄物の減量、適正処理などに関する事項を審議するため、瑞浪市廃棄物減量等推進審議会を設置して廃棄物の減量を進めています。

- ◆募集人員 3人(審議会は、関係団体などから15名以内で構成します)
- ◆応募資格 市内在住の20歳以上の方(平日昼間の委員会に出席可能な方)で、ごみ減量に関心のある方
- ◆職務内容 年2回程度開催する審議会への参加
- ◆報酬 5,000円(1回の会議につき)
- ◆応募方法 応募用紙(環境課、市ホームページで入手できます。市販の履歴書でも可)に住所・氏名・応募の動機などを記載し、郵送、Eメール、直接持参により提出
- ◆応募期限 6月10日(金)
- ◎申込・問合せ 環境課 ☎内線490  
✉[kanky@city.mizunami.lg.jp](mailto:kanky@city.mizunami.lg.jp)





## 催し

### かわいい野鳥バッチづくり

帽子や洋服を、自分でつくったかわいい野鳥バッチで飾ってみませんか？

- ◆日時 6月19日(日) 9時30分～12時
- ◆講師 山本かさね氏
- ◆参加費 200円
- ◆締切 6月17日(金)
- ◆定員 20人(親子・一般)
- ◎申込・問合せ 自然ふれあい館 ☎63-0015



### 陶磁資料館作陶講座「志野の香合づくり」

ジュエリーケース・インテリアとしても使える、お好みの形の香合を作りませんか。

- ◆日時 6月12日(日) 9時～12時
- ◆場所 瑞浪市陶磁資料館
- ◆講師 林保江氏
- ◆受講料 1,500円
- ◆定員 20人
- ◆締切 6月8日(水)
- ◆持ち物 タオル・エプロンなど
- ◎申込・問合せ 瑞浪市陶磁資料館 ☎67-2506



### 地域交流センター「ときわ」イベント案内

#### ときわ映画館 『おとうと』

破天荒な暮らしを送る弟との再会と別れを描きながら家族とは何かを問う。

- 出演 吉永小百合・笑福亭鶴瓶
- ◆日時 6月19日(日)
  - 【1回目】10時～【2回目】14時～
  - ◆会費 300円(小学生未満無料)
  - ◆作品展示室 「フォトファンタジー」写真展
  - ◆期間 6月2日(木)～29日(水)
  - ◎問合せ 地域交流センター「ときわ」 ☎66-1282

### 「明治の大皿」

明治時代に美濃で焼かれた手描・摺絵・銅版・色絵の大皿を取り上げ、文様の面白さを紹介します。



- ◆期間 5月31日(火)～8月21日(日)
- ◆場所 岐阜県陶磁資料館(多治見市)
- ◆入館料 一般300円・大学生200円  
高校生以下無料
- ◆休館日 毎週月曜日(7月18日を除く)  
7月19日(火)・20日(水)
- \*8月22日～29日 展示替のため臨時休館
- ◎問合せ (財)岐阜県陶磁資料館 ☎23-1191

## お知らせ

### 事業主の皆さんへ

#### 労働保険年度更新の手続きはお早めに

労災保険と雇用保険の申告・納付期間は6月1日(水)から7月11日(月)までです。期限直前は窓口が混雑しますので、お早めにお出かけください。

なお、手続きはパソコンから行うこともできます。インターネットで電子政府の総合窓口「イーガブ」をご覧ください。

- ◎問合せ 岐阜労働局労働保険徴収室  
☎058-245-8115

#### 「新規学校卒業者求人取扱説明会」のご案内

- ◆日時 6月8日(水) 14時～15時30分  
受付 13時30分～14時
- ◆場所 多治見市文化会館
- ◎問合せ ハローワーク多治見 ☎22-3381

### バサラ瑞浪第20回記念 YOSAKOIソーラン祭り遠征チーム壮行会

- ◆日時 6月4日(土) 19時～(入場無料)
- ◆会場 市民体育館 第一競技場(演舞披露)  
～バサラ瑞浪公開踊り練習会♪～
- ◆日時 6月19日(日)以降の  
毎週木曜日 19時30分～21時  
毎週日曜日 18時30分～21時
- ◆場所 瑞浪小学校 体育館(参加費無料)
- ◎問合せ バサラ瑞浪事務局 ☎090-2136-7416

### 開放講座「水と街道」会員募集

「水と街道」では、東濃地方・木曾南部地方を中心に、個人ではなかなか行くことの出来ない砂防堰堤や道路工事現場を訪れます。

- ◆開講日 9月～平成24年1月  
(毎月第2木曜日 全5回)
- ◆対象 18歳以上で、年間を通して参加可能な方
- ◆定員 20名
- ◆受講料 300円程度(保険料 全5回分)
- ◆応募方法 はがき、FAXまたはメールに、①氏名(フリガナ)②郵便番号・住所③電話番号④年齢・性別⑤応募動機を記入の上、ご応募ください。

- ◆応募期限 7月20日(水)
- ◎申込・問合せ 国土交通省多治見砂防国道事務所  
開放講座「水と街道」事務局  
〒507-0023 多治見市小田町4-8-6  
☎25-8020 FAX 25-7994  
✉s853030@cbr.mlit.go.jp







募集

国際陶磁器フェスティバル美濃'11 イベント参加者を募集します

「国際陶磁器フェスティバル美濃'11」の各イベントへの参加者を募集します。

美濃クラフトフェア

ジャンルに拘らない手作りの出店者を募集!

募集締切 6月30日(木)

大美濃焼市

地場産業「美濃焼」の振興発展に資する製品を製造販売する事業者を募集!

募集締切 6月30日(木)

\*応募条件など、詳細は公式ホームページをご覧ください。

ホームページ

国際陶磁器フェス

検索

◎問合せ 国際陶磁器フェスティバル美濃 実行委員会事務局 ☎25-4111



健康

健康相談

- ◆日時 6月21日(火) 13時~16時(予約不要)
- ◆場所 保健センター
- ◆内容 ○健康に関する相談  
○生活習慣病予防のための食事などに関する相談  
○血圧測定 ○検尿(蛋白・糖・潜血)
- ◆担当 保健師・管理栄養士
- \*家族が代理で相談していただいても結構です。
- ◎問合せ 保健センター ☎67-2700

がん検診(胃がん・大腸がん・肺がん)

期 日	対象地区	場 所
6月27日(月)~30日(木)	稲津	稲津コミュニティーセンター

- ◆時間 8時30分~11時
- ◆対象者 40歳以上の希望者(要予約・定員あり)
- ◆料金 各500円
- ◎予約・問合せ 保健センター ☎67-2700

献血にご協力ください

- ◆日時 6月18日(土) 10時~12時
- ◆場所 ホームセンターバロー 瑞浪中央店
- ◎問合せ 保健センター ☎67-2700

ポリオ予防接種

6月 6日(月)	北小田町・南小田町・須野志町・宮前町
6月16日(木)	土岐町・和合町
6月29日(水)	釜戸町・大湫町・日吉町・明世町・薬師町・樽上町

- ◆受付時間 13時30分~14時15分
- ◆場所 保健センター
- ◆対象者 初回 平成22年7月~平成23年1月生まれ  
追加 平成22年2月~6月生まれ
- \*満7歳半未満で、まだ2回投与していない児も含みます。
- ◎問合せ 保健センター ☎67-2700

心の健康相談

- ◆日時 6月14日(火) 13時~14時(要予約)
- ◆場所 保健センター
- ◆内容 精神保健相談・認知症相談  
眠れない、イライラする、ひきこもりなどの相談(家族も可)
- ◆担当 精神科医師・精神保健相談員
- ◎予約・問合せ 保健センター ☎67-2700

市営住宅入居者募集

都市計画課 ☎内線 249

団地名	所在地	形式	構造	募集数	建築年	家 賃	敷金
名 滝	土岐町	3K	簡2	4	S49	入居される方すべての収入・住居の規模・構造などによって決まります。	家賃の3カ月分
名 滝	土岐町	3K	簡2	1	S52		
紺屋原	西小田町	3DK	中耐	1	S62		
日 吉	日吉町	2DK	簡2	1	S48		
下山田	山田町	2K	簡平	1	S45		
下山田	山田町	2DK	簡2	1	S48		
竜 吟	釜戸町	3K	簡平	1	S41		

※上記以外の入居者募集は行っていません。

応募資格

- ◆市内に住所または勤務地があり、市税などを滞納していない方
- ◆現在同居または同居しようとする親族があり、世帯を構成する方
- ◆現在住宅に困窮し、収入基準に適合する方
- ◆申込者または同居しようとする親族が暴力団員でないこと

応募期間

6月1日(水)~14日(火)

\*お問い合わせには、平成21・22年分の所得の分かる書類をご用意ください。

## 建築物のアスベスト含有調査への補助制度

アスベスト(石綿)には発ガン性があり、長期にわたり吸い込むと人体に有害であることが知られています。そのため、建築物に吹き付けられたアスベストの飛散による健康被害を予防し、生活環境の保全を図る目的で、建築物のアスベスト含有調査にかかる費用の補助を行います。

◆**制度内容** 一般建築物(住宅・共同住宅・店舗・事務所・工場など)のうち、吹付け建材にアスベストが含有している可能性があるものについて、アスベスト含有調査として分析機関に支払う費用(限度額25万円)を補助します。

◆**申込期間** 6月6日(月)～10月31日(月)

\*募集戸数に限りがあります。

◎**申込・問合せ** 都市計画課 ☎内線249・251

## 瑞浪市住宅マスタープランを策定しました

住宅マスタープランは、市民の皆さんと協働して、安全・安心で住みやすいまちづくりを実現するための道すじを示すもので、市ホームページでご覧になれます。

◎**問合せ** 都市計画課 ☎内線249・251

## 建築物の耐震診断・耐震補強工事費の補助

地震の際の建物倒壊による被害を減らすため、建築基準法の耐震基準が改正された**昭和56年5月31日以前に着工された**建築物の耐震診断・耐震補強工事にかかる費用の補助を行います。

### ①木造住宅無料耐震診断

無料で一戸建て木造住宅の耐震診断と補強が必要な場合のおおよその費用を算出します。

### ②建築物耐震診断への補助

木造住宅以外の建築物の耐震診断にかかる費用の2/3(限度額100万円、その他建物面積による限度あり)を補助します。

### ③木造住宅耐震補強への補助

一戸建て木造住宅の耐震補強工事にかかる費用の7/10(限度額84万円)を補助します。

### ◆申込期間

6月6日(月)

～10月31日(月)

\*いずれも募集戸数に限りがあります。



◎**申込・問合せ** 都市計画課 ☎内線249・251

## ときわチャレンジ講座のご案内

講座名	日 時	受講料など	定員・対象
産後ママのためのボディメイクピラティス	7/1・15・29・8/12・19 金曜日(全5回) 10時～11時30分	2,500円(全5回)	親子23組 (2カ月～1才)
身体に優しく効果的スマートピラティス	7月～9月の火曜日[8/2を除く](全12回) 10時～11時30分	6,000円(全12回)	25名 (女性)
暮らしの中のペン習字	7/12・26・8/9・23・9/13・27 火曜日 (全6回) 19時30分～21時	3,000円(全6回) 資料代 1,300円	15名 (20歳以上)
初めてのハーブティー	7/5・12・19・26 火曜日(全4回) 10時～12時	2,000円(全4回) 材料代 200円(1回)	8名 (20歳以上)
楽しい写真教室	7/15・8/19・9/16・10/21・11/18・12/16 金曜日(全6回) 19時～21時	3,000円(全6回)	15名 (20歳以上)
絶対わかる！ シニア向け初めてのパソコン	7/1・8・22・29 金曜日(全4回) 10時～12時	2,000円(全4回) 資料代等 1,500円	10名 (50歳以上)
古布のリフォーム	7/6・13・20・27 水曜日(全4回) 13時30分～15時30分	2,000円(全4回)	16名 (20歳以上)
女性の目線で歴史を学ぶ④ 浅井三姉妹と武家・公家	7/6・13・20・27・8/3・10 水曜日 (全6回) 10時～12時	3,000円(全6回) 資料代 500円	18名 (20歳以上)

◎**申込・問合せ** 地域交流センター「ときわ」 ☎66-1282 \*持ち物など、詳しくはお問合せください。

# トイレトレーニングはいつから？

おむつはいつまで取らなければいけないと、決まっているわけではありません。年齢や時期にこだわらず、その子の成長に合わせてトレーニングを始めることが大切です。

## ～トイレでおしっこができるためのポイント～

- ①おしっこを膀胱にためる力 ②尿意を感じる力 ③トイレまで我慢する力がそなわっていますか？

赤ちゃんは、尿がたまったら反射的に出てしまいますが、1歳を過ぎると次第に尿意を感じられるようになります。しかし、まだこの頃は尿意を我慢することはできません。排尿間隔が2時間ぐらい空くようになると、しばらく我慢ができるようになった証拠です。だいたい2歳前後が多いようです。

### ステップ1 イメージトレーニング

「ママおしっこ行くね」と声をかけたり、絵本やDVDでおしっこをトイレやおまるでするイメージづくりをしましょう。

### ステップ2 よく観察しましょう

排尿間隔はどのくらい？おしっこの合図(ブルツと震える、動きが止まる、する前やした後にもぞもぞするなど)がありませんか？



### ステップ3 トレーニングを始めましょう

- 排尿間隔が2～3時間空いたらトイレやおまるに誘いましょう。朝目覚めた時や、お昼寝後のオムツが濡れていない時が誘い時です。
- おしっこの感覚を十分につかめるように日中はパンツにしてみる。濡れておしっこが出たことを意識することから始めます。失敗して当然。濡れたら「チー出たね！」と気持ちよく替えてあげましょう。

## BCG予防接種

場所 保健センター

実施日 6月28日(火) 受付時間 13時15分～30分

対象者 平成23年2月生まれ(満6カ月未満でまだ接種していない児も含む)

## 乳幼児個別医療機関予防接種

種類	対象者	接種方法
三種混合 (百日咳 ジフテリア 破傷風) (1期初回・追加)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●1期初回(20～56日の間隔で3回接種) 平成23年4月生まれ</li> <li>●1期追加(1回接種) 1年以上前に1期初回接種(3回)が終了している児</li> <li>* 満7歳半未満で、まだ接種していない児も含まれます。</li> <li>* 百日咳にかかったことのある児は、保健センターまでご連絡ください。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①6月22日(水)までに、申込みハガキを保健センターへ提出してください。</li> <li>②7月1日(金)以降に、希望した指定医療機関へ直接電話で予約してください。</li> <li>③予約票と母子健康手帳を持参し、接種してください。</li> <li>* 申し込まれた医療機関は変更できません。</li> <li>* 指定医療機関は「瑞浪健康カレンダー」P.15をご覧ください。</li> <li>* 満〇歳未満とは、誕生日の前々日までです。</li> </ul>
麻しん・風しん (第1期)	<p>平成22年6月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 1歳～満2歳未満で、まだ接種していない児も含まれます。(麻しん・風しんにかかったことがある児も混合ワクチンを接種できます)</li> </ul>	
日本脳炎 (1期初回追加)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●1期初回(6～28日の間隔で2回接種) 平成20年6月生まれ</li> <li>●1期追加(1回接種) おおむね1年以上前に1期初回(2回)が終了している児</li> <li>* 満7歳半未満で、まだ接種していない児も含まれます。</li> </ul>	

◎申込・問合せ 保健センター ☎67-2700



Happy Birthday

# ちびとも!

平成22年

6月  
生まれ

今月1歳になる、みずなみの  
ルーキーたちです。元気に育ってね!



さいとう ほのか  
斉藤 穂佳ちゃん  
6月2日生 日吉町



なかね そうき  
中根 蒼粹ちゃん  
6月2日生 土岐町



つちや りこ  
土屋 莉子ちゃん  
6月3日生 宮前町



さこだちよ  
佐古田千代ちゃん  
6月4日生 北小田町



はやし ひなた  
林 陽向ちゃん  
6月4日生 土岐町



ほほ ゆいは  
保母 唯羽ちゃん  
6月7日生 釜戸町



おぐら きずき  
小倉 絆生ちゃん  
6月8日生 日吉町



わたなべ  
渡辺ここなちゃん  
6月14日生 山田町



ひらこほのか  
平子穂乃花ちゃん  
6月21日生 下沖町



いとう かなと  
伊藤 叶翔ちゃん  
6月23日生 陶町



つかもと せな  
塚本 星七ちゃん  
6月24日生 稲津町



かつまた ゆずか  
勝股 柚香ちゃん  
6月29日生 土岐町

## もうすぐ1歳 平成22年7月・8月生まれの赤ちゃん募集!

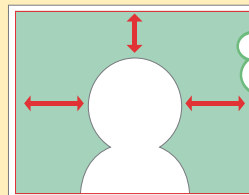
①氏名・ふりがな ②性別 ③住所 ④誕生日 ⑤電話番号 を明記し、  
写真と一緒に、次のいずれかの方法で送ってください。

締切り…【7月生まれ】6月8日(水) 【8月生まれ】7月6日(水)

●携帯電話・パソコンから info@city.mizunami.lg.jp へ

●郵送 〒509-6195 上平町1-1 瑞浪市役所「広報みずなみ」担当あて

●直接 市役所4階の「記者室」へ ◎問合せ 企画政策課 ☎内線495



顔全体を  
写してね!

## 平成23年6月の子ども手当 現況届の手続きは不要となりました

子ども手当は、平成23年4月～9月の6カ月間  
引き続き支給されることとなりました。

支給額は、平成22年度と同様に中学校修了ま  
での子ども1人あたり月額で13,000円です。

また、6月に予定されていた「子ども手当現況  
届」の手続きは不要となりました。

なお、10月以降の子ども手当については未定  
ですが、今後、国会などの審議により決定される  
予定です。詳細がわかり次第ご案内させていただきますので、  
よろしくお願ひします。

◎問合せ 子育て支援室 ☎内線104

## 化石が学べるトレカ付き 「瑞浪Mioカンバッジ」登場!

化石博物館イメージキャラクター「瑞浪Mio  
ちゃん」がカンバッジとして登場します。トレカ  
には野外学習地で採集することができる化石の写  
真とその解説、採集のコツがのっています。化石  
採集や化石を調べる際の手助けにもなること間違  
いなし。かわいらしいカ  
ンバッジを付けて化石採  
集に行きませんか?

販売は化石博物館受付  
で、1個200円で販売し  
ます。



◎問合せ 化石博物館 ☎68-7710

## 瑞浪市主張大会

心からの思いや考えたこと、感銘を受けたことなどを発表する『瑞浪市主張大会』を開催します。発表者の熱い思いを、ぜひお聞きください。

- ◆日時 6月26日(日) 13時30分～
- ◆場所 総合文化センター 文化ホール
- ◆部門 小学生の部  
中学生の部  
高校生の部
- ◆入場料 無料



## 市民参加型コンサート

【合唱】【オーケストラ】【演劇】参加者募集中!

～指揮者は中村貴志氏です～

今回の市民参加型コンサートは、第1部でボロディン「ダッタン人の踊り」などを、第2部では「大地讃頌」で有名なカンタータ「土の歌」をオーケストラ伴奏で歌います。また、曲の解釈をより深める演劇もあります。

演劇では、小・中学生を大募集しています。皆様のご参加をお待ちしています!

- ◆合同発会式 6月5日(日) 14時～
- ◆コンサート 平成24年1月15日(日)  
総合文化センター 文化ホール
- ◆練習日 <<合唱>>土曜日の夜または日曜日の昼  
<<演劇>>第1・3土曜日の午前  
<<オーケストラ>>未定
- ◆参加費 1,000円(楽譜代別)
- ◆申込み 総合文化センター (電話受付可)

## ～生涯学習推進委員会市民部会～

ボランティアを募集しています!

自らの学習を深めながら、課題についての資料を作成したり、学習会を企画したりするボランティアです。詩歌や文芸に興味関心のある方は、ぜひ、ご応募ください。

- ◆活動内容 詩歌文芸調査委員(8人程度)  
市内の歌碑・句碑や句額、瑞浪にゆかりのある詩歌や文芸の調査や研究をするとともに、文芸祭などの企画・運営をします。
- ◆応募締切 6月30日(木)
- ◎申込・問合せ 総合文化センター

## 赤ちゃんでも入れる クラシックコンサート! 音楽のおくりもの

おなじみの曲も多く、お子さんでも楽しめます! 小さい子がいて、なかなかクラシックを聞きに行けないというお父さん・お母さんにもお勧めです!

- ◆日時 7月2日(土)
- ◆場所 総合文化センター 文化ホール
- ◆演目 午前の部 「わいわいコンサート」  
ちびっ子にも大人気です!  
11時～(開場 10時30分)  
午後の部 「アフタヌーンコンサート」  
こどもから大人まで楽しめます!  
14時～(開場 13時30分)
- ◆入場料 一般 1,000円 小学生以下 500円  
親子セット 1,300円  
\*3才以下で膝上鑑賞は無料です。
- ◆入場券 チケットぴあ(Pコード137-688)  
☎0570-02-9999



## みずなみ文化協会祭

「第26回みずなみ文化協会祭」を開催します。この1年、各分野で精進した方々の作品の展示・素晴らしい芸能発表・美しいハーモニーの合唱などを発表します。

- ◆日程
- 展示の部  
6月18日(土) 9時～17時  
ビデオ映像 13時～15時  
6月19日(日) 9時～16時
- 合唱の部  
6月18日(土) 14時～
- 芸能の部  
6月19日(日) 10時～  
お茶席 10時～15時
- ◆会場 総合文化センター



## 中央公民館講座

いずれの講座も、6月7日(火)8時30分～、中央公民館(総合文化センター内)で受付を行います。

### 着付教室～着物を気軽に着てみませんか～

夏祭りシーズンを前に浴衣の着こなし方からスタートし、6回の教室で正しく美しく着られるように指導してまいります。

- ◆日程 6月24日、7月1日・22日、8月12日、9月9日・23日  
全6回(金曜日) 19時～21時
- ◆講師 永井良子 先生(沼田玲子貴装学院)
- ◆受講料 1,000円
- ◆定員 15名(先着順)

### 名作戯曲を読む

今、戯曲の朗読が演劇上演の新しい形「リーディング」として注目を集めています。シェイクスピア、チャーホフ、木下順二など、古今東西の名作戯曲を毎月1作程度のペースで朗読するとともに、秋の文化祭で短い作品をリーディング上演します。

- ◆日程 6月26日(日)～10月末(毎週日曜日) 19時～21時
- ◆講師 遠山 誠 先生  
(CMナレーション指導者など)
- ◆受講料 1,000円(別途テキスト代)
- ◆定員 10名程度(高校生以上)

### アコースティックギター教室(初級)

チューニングの仕方、ピッキングの初歩、簡単なギターコードなどを学びます。

- ◆日程 7～10月(月1回:土曜日または日曜日) 19時～21時(予定)
- ◆講師 大岩智和 先生  
(フォークバンド絵夢ファクトリー主宰)
- ◆受講料 1,000円
- ◆定員 10名程度(高校生以上)
- \*チューナー、カポタストなどが  
必要です。
- \*ギターは3人まで貸与できます。



## 6月の催し物

日 時	催し物	会場	問合せ
6月4日(土)～5日(日) 9時～18時(5日は17時まで)	東濃山野草会	展示室	関下靖智 ☎67-2249

## 劇団うりんこ「モモ」

映画「ネバー・エンディング・ストーリー」の原作者としても知られるミヒャエル・エンデの代表作「モモ」がお芝居になって瑞浪にやってきます!

奪われた時間を取り戻す少女モモのスリル溢れる冒険ファンタジーです!

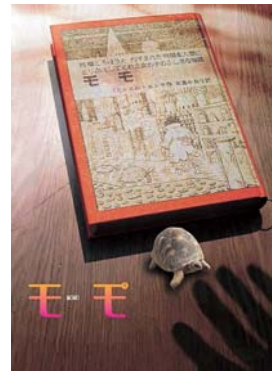
- ◆日時 9月4日(日) 14時～  
(13時30分開場)

- ◆場所 総合文化センター  
文化ホール

- ◆入場料  
一般 1,500円  
中学生以下 500円  
親子セット 1,700円

\*未就学児の入場はご遠慮ください。

- ◆発売日 6月25日(土) 8時30分～  
チケットぴあ(Pコード412-520)  
☎0570-02-9999



## 劇団うりんこの劇団員による ワークショップ「即興演劇体験」

夏真っ盛りの8月、あなたのみなぎるパワーを「即興演劇」で思い切り表現し、夏の暑さを吹き飛ばしましょう!

総合文化センターでは、劇団うりんこの劇団員さんを招き、「即興演劇体験」を開催します。プロの劇団員さんからの指導を受けられるチャンスです!

- ◆日程 小学生(4年生～6年生)対象  
8月2日(火) 13時30分～  
中学生以上対象  
8月3日(水) 13時30分～
- ◆場所 総合文化センター ホール舞台
- ◆料金 無料
- ◆定員 各30名(先着順)
- ◎申込・問合せ 総合文化センター



# まちかど 写真館



かわいい・きれいな陶磁器がたくさん

## 第2回すえ与左衛門窯まつり

5月1日

1日から2日間、陶町で与左衛門窯まつりが開催されました。

会場に並ぶテントでは、陶磁器や手作り菓子やパンなどの販売が行われました。また、東日本大震災を受け、市内の陶芸家による作品のチャリティー販売もあり、多くの人で賑わっていました。

## 5月1日 第6回天神窯春まつり

日吉町で、天神窯春まつりが開催されました。

会場では、天神窯で焼成された陶磁器製品のバザーや、ガラスのコップに自分の名前などを彫る「マイカップづくり」など、雨が降る中でも多くの家族連れなどで賑わいました。



シートを貼って…うまくできるかな？



ヒップホップにのせて、ダンス！

## 空を泳ぐ、こいのぼり

5月3日

3日から5日の3日間、市民公園でこいのぼり祭が開催されました。

会場では多くの出店が並び、オープニングイベントでは瑞陵ブラスバンドクラブや、地元のダンスチーム「FUNKY DOLL」によるダンスショーも行われ、会場を盛り上げていました。

## 5月3日 江戸時代の先端科学を体験

明世町のサイエンスワールドで、「おもしろ・ふしぎ！からくり人形の世界」が3日から5日の3日間で開催されました。

越後大郷からくり館の日根之和館長によって、「酒呑童子」「乱杭渡り童子」など、7体のからくり人形が披露され、訪れた人々を驚かせていました。



思わぬ仕組みに、思わず拍手