

広報

みずなみ

2008年
(平成20年)

4-15

No.1184



▲ 1年間見守ってくれた人たちに「ありがとう」を配達。
子ども110番の家に感謝の手紙(3月18日 瑞浪小通学路)

主な内容

- ▶ 2～5 **健康長寿 みずなみ** 「平均寿命」と「健康寿命」/要介護の三大原因の予防/など
- ▶ 6 **図書館だより** ミニ展のご案内/「おはなしのじかん」を平日にも開催/など
- ▶ 7 **シリーズ「みずなみ健康21」** アルコールによる影響/お酒の適量の目安/など
- ▶ 8～9 **みんなの広場** 陶幼児園で「ペア歯みがき教室」/瑞浪市成人式が優秀賞/など
- ▶ 10～11 **はぐくみ** 「学校は元気です」稲津小学校/こいのぼり祭に来てね/など
- ▶ 12～13 **お知らせ** 窓口時間の延長を継続します/地価公示価格のお知らせ/など
- ▶ 14 **健康だいすき** ポリオ予防接種/乳幼児健診・相談・歯みがき教室/など

健康長寿 みずなみ

くいつまでも自分らしく輝くために

日本人の平均寿命は男性79歳、女性86歳（世界保健機関2007年度版）となっており、20年前と比較すると男女ともに4〜5歳寿命が延びています。

しかし、単に長生きすれば良いわけではなく、よりよく生きるという生活の質が問われます。健康なからだで、おおらかに天寿を全うするために、今からできることは何でしょうか。

「平均寿命」と「健康寿命」

人が生まれてから死に至るまでの期間を表す「平均寿命」に対し、最近では、健康で自立し生活できる期間を示す「健康寿命」が注目されています。

世界保健機関が2004年度に発表した日本人の「健康寿命」は、男性72歳、女性78歳で、「平均寿命」よりも数年短くなっています。この年数の差は、自立し生活することが難しい期間を示していると言えます。

いくら寿命が長くても、心身の機能が低下し、周囲の人の支えや介護を必要とする期間が長くては、一様に長寿を喜ぶことはできません。

高齢になっても自立した幸せな社会生活を送ることができるよう「健康寿命」を延ばし、質の高い生活を目指しましょう。

「老化」ってなに？

そもそも「老化」とはどういう現象なのでしょう。

例えば、しわや白髪が増えるといった外見上の変化や、目や耳が衰えた、からだの動きが鈍くなったといった身体面の変化、物忘れが増えた、愚痴っぽくなったといった精神面での変化・・・皆さんにも思い当たることがあると思います。

このように、年齢を重ねるとともに心やからだの機能が低下していくことを老化といいます。人間は生きている限り、この老化を避けることはできません。

老化は誰にでも訪れるものですが、老化のスピードは人それぞれ異なっています。「ある年齢に達したら、必ずここまで衰える」といったものではありません。



高齢になっても、芸術やスポーツ、政治や経済、医療や福祉の分野の第一線で活躍している人はたくさんいます。皆さんの身近にも「とても80歳には見えない」と言われる元気な方がいることでしょう。

年をとっても心身機能の衰えが少なく、元気に活躍している人がいる事実、それは老化は遅らせることができますという証でもあります。



「健康寿命」は延ばせます!!

老化のスピードを遅くすることは、具体的には、自立した日常生活が送れ、生きがいや社会的な役割をもって生活できる期間、すなわち「健康寿命」を長くすることにつながります。

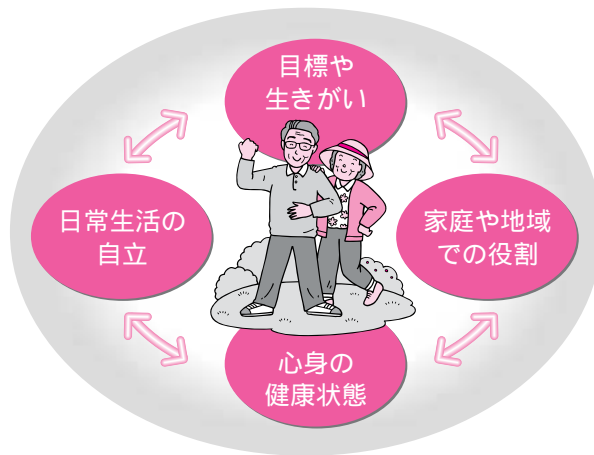
では、どのようにすれば「健康寿命」を延ばすことができるのでしょうか。

それにはまず、心身の機能を急激に低下させる病気や事故（脳卒中や転倒による骨折など）を防ぐことが必要となります。さらに、食生活や運動、社会参加などの生活習慣を改善して、老化のスピードを少しでも遅らせることが大切です。



生活全体を活発に

「病気や障害があってもできる限り自立した生活を」



高齢期の健康はこれらのすべてを合わせたもの

健康を、「心やからだに病気の無いこと」と考える人は多いかもしれませんが。

しかし高齢者であれば、ほとんどの人は持病を抱えていたり、筋力低下による関節の痛みがあるなど、何らかの不調を有しています。高齢者にとつての健康づくりの目標は、健康診断で全て良い数値を出すことではなく、今の状態を悪化させることなく、病気や障害があっても、できる限り自立した生活を続け、人生や社会に対し、前向きに自己実現を図っていくことです。

人との交流が「いきいき」の源

体力に自信がなくなったことや、新しいことに挑戦しようとする意欲の低下、外出する気が起きない等の理由により、安静な生活を続けていると、運動機能の衰えだけでなく、意欲や知力の低下も起こります。

こうした状態が続くと、徐々に日常生活動作ができにくくなり、生活の自立度が低下するとともに、社会参加も難しくなります。

逆に、普段から積極的にかつたを動かしている、心身が健康になり、日常生活動作が向上し、社会参加の機会も増えるという、良い循環が生まれます。

こうしたことから、意識的に外出し、人と交流することはとても大切です。

普段の外出の目的について、65歳以上の方にアンケートを行ったところ、主なものは次のとおりでした。

- 知人と会う ○ 病院への通院
- 散歩 ○ 買い物や用足し
- 仕事

それぞれの外出の目的に、さらに人との交流が加われば、閉じこもりの予防にも効果的です。

特に、定期的なグループ活動への参加は、生活にリズムを与えると同時に、人との交流もでき、活動的な生活を送る上で有効です。

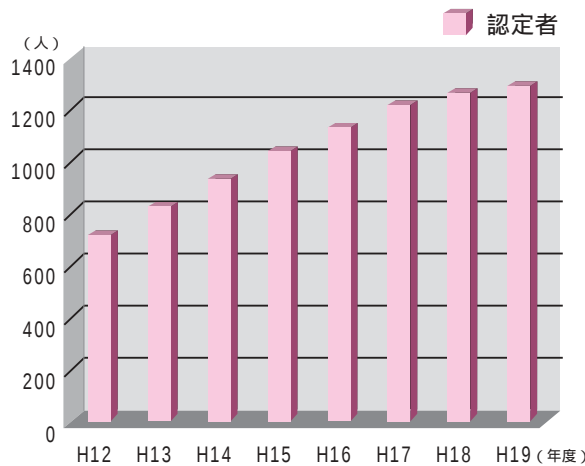
介護保険の認定状況

瑞浪市の高齢化率は、平成20年1月現在で23%、一人暮らしの高齢者は約1,200人となっています。

今後、少子化の影響や、団塊世代の皆さんが高齢者層に入っていくことにより、高齢化率は急速に高まっていくと予測されます。

現在、約1,300人の方が介護保険の認定を受けてみえますが、高齢化率の高まりとともに認定者数も増加すると考えられます。

介護保険認定者数の推移



要介護の三大原因の予防

高齢者が要介護状態となる原因としては、「脳血管疾患」、「転倒・骨折」、「認知症」の

三つが、全体の3分の2を占めます。

「脳血管疾患」の予防には、血管を傷める原因となる高血圧、糖尿病、高脂血症の予防と、定期的に医療機関で受診することによる確実な健康管理が重要です。

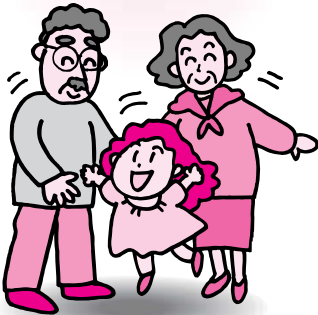
「転倒・骨折」の予防では、適度な運動やバランスの良い食事を摂るなど、下肢筋力の低下を予防し、転倒しないからだづくりや、骨を強くする生活を心がける必要があります。

「認知症」の予防としては、普段の生活の中で脳を鍛え、閉じこもらない生活を送ることが有効です。また、少しでもおかしいと感じたら早めに医療機関へかかるなど、早期発見が必要です。

「健康長寿」とは次のことができることです。

- ・からだを動かすことに無理がない
- ・生活に必要なことが自分で行える
- ・社会活動に参加できる
- ・自分らしく生きがいをもって暮らせる

食生活改善や運動、社会参加などに、元気づけながら取り組み、「健康長寿」を目指しましょう。



「介護予防チェック」を実施します

「あなたは健康長寿が目指せますか？」
介護保険の認定を受けてみえない方を対象に「65歳からの介護予防チェック」を実施します。

「介護予防チェック」とは・・・

高齢期では今ある心や身体の機能を落とさず、はつらつとした生活を送ることが大切です。そのために、今の心身の状態に衰えがないかを知るためにチェックするものです。

「健康長寿みずなみ」を実現させるために気軽にチェックしてみましよう。

【方法】

5月上旬に、結核検診の該当者に「65歳からの介護予防基本チェックリスト」を郵送します。（結核検診の受診票に同封しますが、結核検診の該当者以外で必要な方は、地域包括支援センターへご連絡ください）

チェックリストに自分の状態を記入します。5・6月の結核検診時にチェックリストを持参してください。（結核検診時に持参できない方は、各コミュニケーションセンターか地域包括支援センターへ提出してください）

必要な方には、後日介護予防のための健康教室などの詳しいお知らせをします。

問合せ 地域包括支援センター ☎内線 156

「いきいき健康塾」

***** 踏み出そう 一歩 健康長寿へ *****

「人と話をすることが好き」、「退職後の生活を見直してみたい」、「運動が好き」、「運動不足の解消」、「ちょっと興味がある」、「何かしなければ・・・」など、きっかけは何でも構いません。

まずは自分の健康づくりのために学んでみませんか。

月 日	内 容	場 所
5月21日(水)	入学式 介護保険の現状について	ハートピア
6月 6日(金)	脳血管疾患について 健康体操	ハートピア
6月16日(月)	認知症について ヨガ	ハートピア
6月23日(月) 午前	望ましい食事について 調理実習	保健センター
7月 4日(金)	からだのしくみについて 正しい姿勢	市民体育館
7月18日(金)	口の健康について 有酸素運動	市民体育館
7月30日(水)	元気なからだをつくる体操 有酸素運動	市民体育館
8月 7日(木)	卒業式 自分ができる介護予防とは	ハートピア

時間 13:30～15:30 参加費 800円(他一部実費500円程度) 対象者 60歳以上の方
定員 20人 *5月12日までに地域包括支援センターへお申し込みください。

「腰痛・ひざ痛予防のための教室」

***** 腰・ひざ ほうっておかない その痛み *****

中高齢期の腰・ひざの痛みは、「長年の酷使で軟骨がすり減る」、「加齢により脊椎や椎間板が薄くなる」、「骨の変形」、「背中の筋肉が弱くなる」など、『骨や関節、筋肉の老化』が原因となっています。

体を動かすことが鍵です

関節の老化に運動不足が加わると「筋力低下」や「肥満」からさらに関節に負担がかかり、痛みを悪化させてしまいます。また「痛いから動かない」という過度な安静は全身の機能低下から「寝たきり」になる可能性があります。からだを動かすことで老化のスピードを緩やかにし、痛みの悪化を防ぐことが大切です。

この機会に体操を覚え、いつまでもはつらつとした生活を目指しましょう!

期日(2 回コース)	時 間	場 所	締 切	持ち物等
5 月 1 5 日(木)	13:30 ~ 15:30	日吉コミュニティーセンター (多目的ホール)	5 月 8 日(木)	・水分補給のための 水やお茶
5 月 2 0 日(火)	9:30 ~ 11:30			
5 月 1 9 日(月)	14:00 ~ 15:30	ハートピア	5 月 1 2 日(月)	
5 月 2 6 日(月)		(リハビリホール)		
5 月 2 7 日(火)	10:00 ~ 11:30	釜戸コミュニティーセンター	5 月 2 0 日(火)	・運動のできる服装 でお越しください。
6 月 3 日(火)		(多目的ホール)		
6 月 2 日(月)	14:00 ~ 15:30	陶コミュニティーセンター	5 月 2 6 日(月)	
6 月 6 日(金)	10:00 ~ 11:30	(多目的ホール)		
6 月 5 日(木)	14:00 ~ 15:30	稲津コミュニティーセンター	5 月 2 9 日(木)	日吉、ハートピア では上靴が必要です。
6 月 1 2 日(木)		(ホール)		

参加費 200円(2回分) 対象者 60歳以上の方 定員 20人

内容 いすに座って行う体操

(現在痛みのある方も参加いただけますが、治療中の方は主治医に相談の上お申し込みください)

問合せ 地域包括支援センター ☎内線157、159

ミニ展のご案内

竹 刻 展

～ 竹材彫刻匠の世界 ～

5月1日(木)～ 5月20日(火)

5月のミニ展は、美濃竹刻保存会（代表 塚 一美さん）による竹刻の展示です。

古くから日本人の身近に存在してきた竹。湾曲している竹の表面に巧みに刻み込まれた書や画。丸く細い竹のなかに大きな世界が広がっています。ぜひご覧ください。



♪ 魔法の国へのパスポート ♪

「こどもの読書週間」

今年で50回の節目を迎えた「こどもの読書週間」が始まります。

子どもたちにとって、小さい頃から本に親しみ、読書によるこびや楽しみを知り、物ごとを正しく判断する力をつけておくことは、とても大切です。

家庭では、大人が子どもに本の読み聞かせをしたり、毎日本を読むことをほめたり、大人が読書する姿を子どもたちに見せるなど、この機会に家族で読書を楽しむ時間を作りましょう。



今年の標語「こんにちは、新しい本」
期間 4月23日(水)～5月12日(月)

「こどもと本の広場」

図書館では、「こどもの読書週間」に合わせて、「こどもと本の広場」を開催します。



人形劇や大型絵本の読み聞かせなど、子どもだけでなく家族で楽しめる機会です。入場無料です。気軽にご覧ください。



日時 / 4月26日(土) 14時～
場所 / 総合文化センター 和室
内容 / 人形劇、紙芝居、読み聞かせなど

平成19年度 貸出回数上位ランキング (3月22日現在)

順位	本の題名	作者名	貸出回数
1	夜は短し歩けよ乙女	森見 登見彦	57
2	ひとり日和	青山 七恵	56
3	ハリーポッターと謎のプリンス	J.K. ローリング	55
4	一瞬の風になれ	佐藤 多佳子	53
5	赤い指	東野 圭吾	47
6	東京タワー オカンとボクと、時々オトン	リリー フランキー	44
7	名もなき毒	宮部 みゆき	43
7	夜明けの街で	東野 圭吾	43
9	楽園	宮部 みゆき	42
10	佐賀のがばいばあちゃん	島田 洋七	40
10	容疑者Xの献身	東野 圭吾	40

おはなしのじかん…平日にも開催

現在、毎週土曜日に開催している「おはなしのじかん」を、水曜日の午前中にも開催します。

新しい「おはなしのじかん」は、まだ保育園や幼稚園へ行っていないお子さんを持つ親子を対象に行います。この機会に図書館デビューしてみませんか。

入場は無料で出入りも自由です。お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

日時 / 毎週水曜日 11時～11時20分
(5・6月は第2・4水曜日のみ)
場所 / 図書館 児童コーナー



自分で 家族で 地域で 健康づくり

今回のテーマ

「アルコール」

ライフステージ 青年期・壮年期・高齢期を通じて
～いきいきと心豊かに～

適度のアルコールは「百薬の長」ともいわれ、食欲増進、ストレス解消、動脈硬化予防に役立つ善玉コレステロール（HDL）を増やすなどの効果があります。しかし、ついつい飲み過ぎてしまうことがお酒の難点。度を越した飲酒は、肝臓をはじめ、いろいろな臓器に障害を起こす危険があります。

アルコール

目標

- ・飲酒による影響を理解しましょう
- ・適量の飲酒を心がけましょう

現状

項 目	国	岐阜県	瑞浪市
多量飲酒する人の割合	男性	4.1%	10.6%
	女性	0.3%	1.8%

国・県と比べると、
瑞浪市は男女とも多
量に飲酒している人の
割合が高いです。

資料「H16瑞浪健康日本21計画推進調査結果(成人編)」より

【多量飲酒】… 1日の平均飲酒量が純アルコール換算で60g以上（お酒3合以上）の場合

実践

- 週に1～2回は休肝日をつくりましょう □ 生活習慣病等の定期健診を受診しましょう

●アルコールによる影響

【急性アルコール中毒】

アルコールは、血管を通じて脳に運ばれ、脳の外側から内側にかけてジワジワと麻痺させていきます。イッキ飲みをすると、その時は平気でも、いつの間にか致死量を越え、呼吸困難など危険な状態を引き起こす場合があります。

春先は歓送迎会が多く、1年で最も急性アルコール中毒が多い時期といわれています。イッキ飲みはせず、他人にも強要しないようにしましょう。

【妊娠・授乳中の女性】

妊娠中の飲酒は、胎児性アルコール症候群（発育障害・知的障害等）を引き起こす可能性があります。また、授乳中も母乳を通じて、アルコールの害が子どもに及ぶ危険があります。妊娠・授乳中の方は、お酒を控えましょう。

●お酒の適量の目安(純アルコール換算で1日平均20g)

日本酒
15度
1合(180ml)



ビール
5度
中ビン1本
(500ml)



焼酎
35度
80ml



ウイスキー
43度
シングル60ml



ワイン
12度
200ml



純アルコール換算方法

純アルコール量(20g)÷アルコール度/100÷0.8
(例)ビールの場合: 20g÷0.05÷0.8=500ml

これらの
いずれか
ひとつが
適量です。

●お酒をコントロールして飲めないなど、飲酒で悩んでいる方(家族)へ

「断酒会」は、同じ病を持った仲間の集まりです。お互いに励まし合い、酒害からの回復を目指しています。すでに飲酒という問題から抜け出した経験者が、同じ酒害者としての立場から、酒に悩んでいる方への援助活動を行っています。

「苦しんでいるのはあなただけではありません！」お酒で悩んでいる方(家族)の早めの相談をお待ちしています。

例会案内

ウェルフェア土岐(土岐市下石町)
毎週水曜日、第2・3・4土曜日
19:30～21:00

連絡先

岐阜東濃断酒新生会
瑞浪地区相談員 日比野 徳 ☎68-6824

問合せ 保健センター ☎67-2700 FAX 66-1115 kenko@city.mizunami.lg.jp



僕らがつくるハイテクロボット

3月15日・16日、キッズ能力開発イベント「クリケットを使ったロボットづくり」が明世町のサイエンスワールドで行われ、市内外の小学生ら30人が参加しました。

この日使用したのは、パソコンから送った指示を蓄積し、モーターなどを自在に動かすことができる「クリケット」という小型コンピュータで、参加者は2人1組で「お掃除ロボット」など、高度な動きのロボットを製作していました。

参加していた永井護さんは「指示したとおりに動くのがすごい。万能のコンピュータだと思った」と話していました。



楽しく教える歯の大切さ



3月13日、陶小学校5年生との「ペア歯みがき教室」が、陶幼児園で開催されました。

この日は、児童が歯みがきの大切さを人形劇で園児に呼びかけたあと、児童と園児がペアになって、歯みがき指導をしました。

児童は染め出し液を使って、園児の口の中の汚れが残りやすい部分や、歯ブラシの効果的な使い方を指導しました。

陶小学校の武井亜衣さんは「教えたみがき方をすぐに覚えてくれて嬉しかった。虫歯にならないようにこれからも気をつけてほしい」と話していました。

理科教育でパキスタンに橋渡し

3月17日、JICAのシニアボランティアとしてパキスタンに派遣される、土岐町の田中靖敏さんが市役所を訪れました。

名古屋工業大学の教授を務める田中さんは、現地の教育大学で教師らとともに理科実験の指導書をつくることを目的に、3月下旬から2年間パキスタンに派遣されます。

田中さんは「パキスタンの教育レベルは格差が大きい。教育と安全保障に少しでも貢献できれば」と話し、水野市長は「健康に十分気をつけてください。帰国したら、現地の様子を市民の皆さんにぜひ伝えてください」と激励しました。



子ども歌舞伎の心 そして次代へ



3月16日、「子どものための美濃歌舞伎伝承教室」の成果発表会が明世町のミュージアム中仙道で開催され、小中学生12人が、1年間で学んだ踊りと三味線などの演奏を披露しました。

この教室は、市無形民俗文化財「美濃歌舞伎」を伝承していこうと、平成13年から開催されており、子どもたちは演技のほか、音楽や化粧などについても学んできました。

発表会では、衣装をまとった子どもたちが、「千代の舞扇」などの舞踏と、三味線と太鼓演奏を披露すると、その完成度の高さに、会場からは大きな拍手が送られていました。

「15年にわたって地域のためにご尽力いただき感謝しています。今後いろいろなかたちで、市民の皆さんの支えになっていたんだきたい」とねぎらいました。



水野市長は、3月28日、民生委員・児童委員の厚生労働大臣特別表彰を受けた、土岐町の日比野哲さんへの表彰状伝達式が、市役所で行われました。日比野さんは、平成4年から5期15年にわたって、同委員として地域福祉の増進に務められました。

地域福祉を見つめたこの15年



土岐児童センター

こ いで
小出
(3歳)

ま や
麻矢ちゃん
学園台

む し か みずき
六鹿 瑞ちゃん
(2歳) 学園台

3月27日、全国の成人式の出来を競う「成人式大賞2008」で優秀賞に輝いた、瑞浪市成人式実行委員会のメンバーが市役所を訪れ、水野市長に入賞の報告をしました。5年連続の入賞を決めた今回の成人式は、「魁(さきがけ)」をテーマに、自分たちが時代の先頭に立つことを誓う内容につくり上げられました。

実行委員の早川綾乃さんが「集まった仲間と協力して、いい成人式ができたと思います」と話すと、水野市長は「社会に出ると企画力が問われます。受賞を励みに、これからも自信を持って」と激励しました。



みんなでつくった最高の成人式



Dさん

孫が生まれたから私にちょうだい！



Cさん

燃えるから可燃ごみに出しちゃえば？



Bさん

几帳面な私はボタンとかファスナーを取り除いてから、資源ごみ…かな。



Aさん

洗ってから資源ごみに出せばいいんじゃない？

Q1

もう小さくて着られない子ども服を処分したいんだけど…



Dさん

以前の袋よりは厚いでしょ。きつと何か理由があるんじゃない？



Cさん

以前の緑色の袋の方が厚かったよな…



Bさん

どうせ市役所が材料代をケチつてるんじゃないの？



Aさん

そうそう！丈夫なら丈夫なほどいい！もっと厚くしてよ！

Q2

可燃ごみの黄色いごみ袋、もっと丈夫になりませんか？



このコーナーは、生活に密着したゴミの出し方などを中心に、詳しくそして楽しく、エコについて知っていただくためのコーナーです。誰の意見が好ましいでしょうか？

さあ、考えてみましょう！

答え合わせは12ページで。

学校は元気です

稲津小学校

「色々な賞をもらいました」

「おはようございます」と大きな声が朝から聞こえ、子どもも職員も気持ちよく毎日スタートできています。

19年度は数々の賞をいただきました。花壇のコンクールでは中日新聞社賞、図書館審査では奨励賞、歯の審査では優良賞を受賞しました。また「ひびきあいの日」の取り組みに対する表彰も受けました。

稲津小学校からいじめをなくすために取り組んだ「いじめゼロ宣言」やあいさつ運動が、高く評価されたことをとても喜んでいきます。これらの賞は、地域やPTAの皆さんのご協力のお



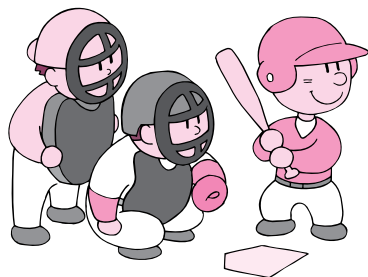
▲ 歯みがきの仕方はね・・・。



▲ 読み聞かせの時間

かげでもありますが、いろんな賞を受賞することで、子どもたちは自分たちがやってきたことに自信や誇りを持ち、学校に対して愛着を持つようになっています。その結果、活気あふれる学校になっています。

また、町民文化祭では、5年生が自分たちで育てた米でもちつきをして、皆さんに振る舞ったり、山びこ委員（児童会）が全校にアルミ缶集めを呼びかけて、その収益で車いすを老人福祉施設に贈ったりしました。地域へ発信するこれらの活動を通して、子どもたちは地域に元気を与えています。



生涯学習施設 5月の休館日

総合文化センター

3～5日,12日,19日,26日

市民図書館

7日,12日,19日,26日,30日

市民体育館

1日,7～9日,12～13日,20日,27日

化石博物館 陶磁資料館
市之瀬記念美術館 地球回廊
自然ふれあい館

7～9日,12日,19日,26日

サイエンスワールド

7～9日,12日,19日,26日

第53回瑞浪市民体育大会春季大会

市民体育大会を次のように開催します。ぜひ応援にお出かけください。

○開催日 5月11日(日)

- ・ソフトテニス 市民テニスコート 9:30～
- ・軟式野球 市民野球場・樽の上野球場 9:00～
- ・剣道 市民体育館 9:30～
- ・弓道 市民弓道場 9:30～
- ・卓球 市民体育館 9:30～
- ・バレーボール 瑞浪中学校体育館 9:30～
- ・バドミントン 市民体育館 9:30～
- ・テニス 市民テニスコート 9:00～
- ・陸上 市民競技場 10:00
- ・アーチェリー 市民アーチェリー場 9:30～
- ・ソフトボール 瑞浪中学校グラウンド 9:00～
- ・ゲートボール 中央公園 9:00～
- ・フットサル 瑞浪小学校グラウンド 9:00～
- ・バスケットボール 釜戸中学校体育館 10:00～
- ・クレー射撃 土岐市総合射撃場 5月6日(火) 9:00～

問合せ スポーツ振興課 ☎68-0747

こいのぼり祭に来てね

瑞浪市民公園で、恒例のこいのぼり祭を開催します。

家族連れで楽しめるイベントをたくさん用意してお待ちしています。

日時 5月3日(土)～5日(月)
10時～16時

会場 瑞浪市民公園・芝生広場

野外ステージイベント

3日 大道芸人ココロの

パフォーマンスショー

4日 クラウン・クスクスの

パフォーマンスショー

5日 ヤッターマン

キャラクターショー

1日2回(11時～、14時～)

観覧無料

フワフワ恐竜ランドや

縁日広場もあるよ。

期間中の売店(出店者)を募集しています。

4月20日(日)募集締切

問合せ 文化課(化石博物館内)

☎68-7710



陶磁資料館からのお知らせ 親子作陶講座

「マグカップ」を作ろう

陶磁資料館では、こいのぼり祭に合わせて、親子作陶講座で「マグカップ」作りを開催します。

- 日時 5月3日(土)9時～12時
- 場所 瑞浪市陶磁資料館 作陶場
- 講師 林 保江氏
- 定員 30人(先着順)
- 受講料 1,500円
- 持ち物 エプロン、タオル
- 申込み 瑞浪市陶磁資料館
☎67-2506
- 締切 4月27日(日)まで

市民公園内には、化石博物館、市之瀬廣太記念美術館、陶磁資料館、地球回廊があります。各館の入館料は、次のとおりです。

高校生以下……………無 料
大人……………200円
4館共通入館料……………700円

化石を調べるショートコースのご案内

化石について楽しく学ぶ4講座を、土曜日に化石博物館で開講します。

- 時間 10:00～12:00
- 対象 小学校4年生以上(親子参加可)
- 受講料 A/Dコース 50円 B/Cコース 300円
- 定員 Aコース 定員なし B/Cコース 20人
Dコース 10人
- 申込み 当日化石博物館受付で申し込んでください。予約もできます。

問合せ 化石博物館 ☎68-7710

ショートコースの開講日

コース	4月	5月	6月	7月	8月	9月
A	12	10	7	12	-	6
B	26	-	-	-	-	20
C	-	24	-	-	-	-
D	-	-	21	-	-	-

コース	10月	11月	12月	1月	2月	3月
A	25	8	6	10	7	14
B	-	-	-	-	-	-
C	4	-	-	-	-	-
D	-	22	-	-	14	-

A コース

化石採り:へそ山で地層見学後、野外学習地で化石の採り方について解説します。

B コース

化石の模型づくり初級:石膏で貝の化石のレプリカを作ります。

C コース

化石の模型づくり上級:ちょっと変わったレプリカ標本を作ります。

D コース

博物館探検:化石の収蔵庫や作業室を見学します。



▲野外学習地(土岐川河原)での化石の採集

～市民課・税務課～

火曜日・木曜日の窓口時間の延長を継続します

市民課・税務課の窓口時間については、昨年11月から試行として、毎週火曜日・木曜日の時間延長を行ってきました。この間、多くの方のご利用があったことから、5月より下記のとおり正式に時間延長を行います。ぜひ、ご利用ください。

曜日・時間 火曜日・木曜日 17時15分～19時
(祝日・年末年始を除く)

取扱業務 住民票、戸籍謄本・抄本、印鑑証明書
の発行、印鑑登録、税関係の証明書、市税の納付、納税相談など

問合せ 市民課 ☎内線105
税務課 ☎内線120

大湫のキャンプ場の山開きにどうぞ！

新緑が一番気持ちのよい時期です。大湫町のキャンプ場で楽しい一日を過ごしませんか？

- ・日 時 5月4日(日・祝)10時30分～14時30分
- ・場 所 大登の森 岳見高原キャンプ場(大湫町)
- ・内 容 安全祈願祭、青空学習会、石窯ピザ他
里山の春を味わう昼食など(無料)

キャンプ場の営業開始は7月5日(土)からです。

問合せ キャンプ場協会事務局 ☎63-2360

セラパーク楽々市開催のご案内

- ・日 時 4月26日(土)・27日(日)10時～14時
- ・場 所 セラミックパークMINO(多治見市東町)
- ・内 容 地元商店のバラエティ豊かな商品がそろ
う「あきんど市」、こだわり商品が並
ぶ「青空市」、楽しさいっぱいの「フリ
ーマーケット」を開催

問合せ セラミックパーク美濃 ☎28-3200

危険物取扱者試験及び 予備講習会のお知らせ

【危険物取扱者試験】会場：多治見工業高等学校

- ・試 験 日 6月29日(日)
- ・受付期間 5月 8日(木)～16日(金)

【予備講習会】会場：東濃西部総合庁舎

- ・期 日 5月19日(月)・20日(火)
- ・受付期間 4月14日(月)～25日(金)

【危険物取扱者保安講習】会場：恵那総合庁舎

- ・期 日 6月19日(木)
- ・受付期間 4月28日(月)～5月9日(金)

申込・問合せ 消防本部予防課 ☎68-2001

食生活アドバイザー検定試験

- ・日 時 7月13日(日)9時～10時(基礎)
10時30分～12時(3級)
12時30分～14時(2級)
- ・場 所 中京短期大学 講義室
- ・受験資格 「食生活」に興味のある方
- ・出題範囲 栄養と健康、食文化と食習慣、食
品学、食品マーケット、衛生管理、
社会生活等
- ・受 験 料 基礎3,000円、3級4,500円、2級7,000
円、基礎・3級併願7,500円、2・3級併
願11,500円(全て税込み)
- ・締 切 5月9日(金)必着
下記の日程で準備講習会を開催します。
5月17日(土) 6月21日(土) 28日(土)
7月5日(土)9時20分～12時30分
- ・講習会費 2,500円

詳細は下記までお問い合わせください。

申込・問合せ 中京短期大学 ☎68-4555

問合せ 環境課 ☎内線490
クリーンセンター ☎68,6010

【解説】
実はゴミ袋の厚さは、クリーンセンターでの
処理工程と密接に関わっているんです。集めら
れた可燃ごみは、いったん袋ごと裁断機に通し
て細かくし、焼却炉に投入されます。この時に
袋が丈夫すぎて破れないと、裁断機の能率を下
げ、故障の原因にもなります。以前の緑色のご
み袋より厚くしてありますが、そうした理由で
丈夫すぎず、うすすぎず、微妙な厚みに設定さ
れています。

Q2
正しいのは…
Dさんです。



Dさん

【解説】
きれいな古着は、そのまま服として再利用さ
れますので、ボタンやファスナーなどはそのま
まの状態で、洗濯して資源ごみとして出して
ください。ただし、ひどく汚れた服やぬいぐる
みなどは可燃ごみとして出してください。
また、必要としている人が身近にいれば、譲
ってあげてください。最近ではインターネット
やリサイクルショップを上手に活用する人も増
えています。

Q1
正しいのは…
AさんとDさんです。



Dさん

Aさん



9
ページの
答え合わせ

平成20年瑞浪市の地価公示をお知らせします

(単位: 円、%)

番 号	標準地の所在	20年価格 (19年価格)	対前年 変動率
瑞浪-1 (住宅地)	一色町1丁目 87番	42,000 (42,800)	- 1.9
瑞浪-2 (住宅地)	土岐町字寺屋敷 985番27	25,100 (25,700)	- 2.3
瑞浪-3 (住宅地)	西小田町4丁目 32番	35,200 (35,500)	- 0.8
瑞浪-5-1 (商業地)	寺河戸町字佃 1137番11	75,100 (77,400)	- 3.0
瑞浪-5-2 (商業地)	土岐町字縦箆 58番9外	54,600 (56,300)	- 3.0

平成20年1月1日 現在

地価公示は、国土交通省（土地鑑定委員会）が毎年1回、標準地1平方メートル当たりの正常な価格を公示し、一般の土地取引価格に対して指標を与えるとともに、公共事業用地の取得価格算定の基準等とされ、適正な地価の形成に寄与することを目的としています。

問合せ 都市計画課 ☎内線251・249

アフリカへ毛布を送ろう！

干ばつや貧困などで苦しむアフリカ諸国の人たちのために毛布を送ります。ご協力をお願いします。

- ・収集日 4月27日(日) 10時～15時
- ・場 所 ハートピア、陶コミュニティセンター、稲津コミュニティセンター
- ・収集物 毛布（汚れたもの、破れたもの、綿毛布、ベビー毛布、毛布以外の物はご遠慮ください）
- ・協力費 海外輸送費として毛布1枚につき900円のご協力をお願いします。

問合せ アフリカへ毛布を送る運動推進委員会
☎090-3306-4297（福庭） 090-9898-2571（土井）

「東濃地域史・古代中世」講座生募集

- ・受講日 5月10日(土) 6月 7日(土)
8月 9日(土) 9月 6日(土)
11月 1日(土) 12月6日(土)
- ・時 間 13時30分～16時35分
- ・場 所 寺河戸町1238-2 ホワイトスクエア
(瑞浪駅北駐車場北入口)
- ・内 容 「東美濃の武田氏系城郭」 他5回
「古代とはどういう時代か」 他5回
- ・年会費 一般6,000円、大学生3,000円
高校生2,000円、中学生以下無料

詳細は下記までお問い合わせください。

申込・問合せ 美濃源氏フォーラム事務局
☎68-3143（小倉）

「第3回 天神窯祭り」のご案内

- ・日 時 4月27日(日)10時～
- ・場 所 日吉町北野 天神窯周辺
- ・内 容 各種バザー、ピザ窯によるピザ焼、カラオケ大会（豪華景品あり）
大ピンゴ大会、宝探しなど

問合せ 日吉町まちづくり推進協議会
☎69-2010

地籍調査事業区域

「小里5」地区、「日吉常道」地区の登記が完了

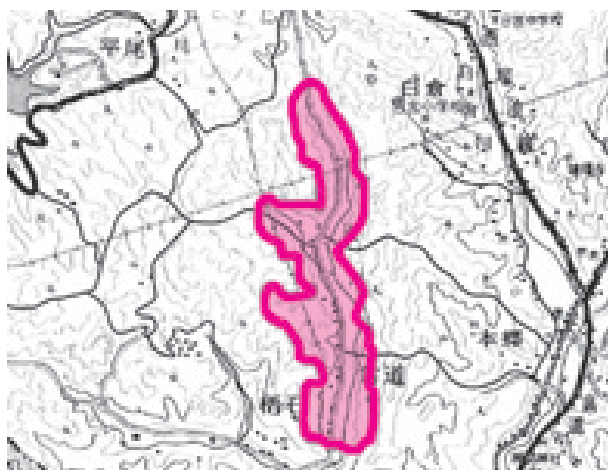
市では、平成13年度より地籍調査事業を進めています。この度、下記調査区域の登記が完了しました。

調査区域の土地関係者におかれましては、調査にご協力いただき誠にありがとうございました。

今後も市内全域で順次事業を進めていきます。ご協力をお願いします。



【小里5地区】稲津町小里字萬場・アワラ・長慶寺・カ口桶・岩坪・角馬場・ハサミ石・大グテ・ヌデ洞・デコ岩・下堀切、萩原字小井戸



【日吉常道地区】日吉町字常道

図面はおおよその区域を示したものです。

問合せ 管財課 ☎内線325・347

ポリオ予防接種

場 所: 保健センター
受付時間: 13時30分～14時20分

期 日	対象地区
5月 7日(水)	稲津町・陶町
5月15日(木)	土岐町・釜戸町・大湫町・日吉町
5月26日(月)	宮前町・高月町・須野志町・上平町 学園台・明世町・松ヶ瀬町・薬師町
6月 9日(月)	小田町・西小田町・北小田町 南小田町・下沖町・和合町
6月18日(水)	山田町・明賀台・穂並・寺河戸町 樽上町・一色町・上野町

対象者 初回 平成19年7月～平成20年1月生まれ
追加 平成19年2月～平成19年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む。
* 母子健康手帳と予診票を持参してください。
対象日に都合の悪い方は都合のつく日に接種してください。

がん検診(胃がん・大腸がん・肺がん) 肝炎ウイルス検診

期 日 5月21日(水) 22日(木) 23日(金)

時 間 8時30分～11時

* 肝炎ウイルス検診は8時30分～9時30分

場 所 陶コミュニティセンター

対象者 がん検診: 40歳以上の希望者
肝炎ウイルス検診: 40歳～75歳で今までB型、
C型肝炎ウイルス検査を受けたことがない方

料 金 個人負担 各500円

申込み 電話等で保健センターへ(定員あり)

お断り

先日、前立腺がん検診登録の方に受診票等を送付しましたが、下記のように一部変更しますのでよろしく願います。

土岐市立総合病院について

検診受け入れ開始は平成20年6月からになります。

検診は予約が必要です。

(☎ 55-2111 内線2700)

BCG予防接種

場 所: 保健センター
受付時間: 13時30分～14時20分

期 日 5月1日(木)

対象者 平成20年1月生まれ
(満6カ月未満でまだ接種していない児も含む)

* 母子健康手帳を持参してください。
* 予診票は、接種当日にお渡しします。
(体温は会場で測定します)

歯科休日在宅当番医(救急診療)

診療時間: 9時～15時(当日電話予約が必要)

期 日	在宅当番医院	電話番号
5月3日(土・祝)	ほりべ歯科クリニック	67-1811
5月4日(日・祝)	森本歯科医院	67-1626
5月5日(月・祝)	ホワイト歯科矯正歯科	68-1066
5月6日(火・祝)	水野歯科医院	63-2028

乳幼児健診・相談・歯みがき教室

< 場所 = 保健センタ - 料金 = 無料 >

健診・相談名	期 日	時 間	対 象 者	持 ち 物
1歳6カ月児健康診査 健診終了後希望者 に歯みがき教室を 実施します。	5月2日(金)	12:30集合	平成18年10月1日～ 10月15生まれ	母子健康手帳 問診票 アンケート タオル コップ 保護者の歯科健診も 同時に実施します。
	5月9日(金)		平成18年10月16日～ 10月31生まれ	
3歳6カ月児歯みがき教室	5月1日(木)	9:00～11:00受付	平成16年11月生まれ	母子健康手帳 歯ブラシ コップ タオル
4歳・4歳6カ月児 歯みがき教室	5月8日(木)		平成16年5月生まれ	
			平成15年11月生まれ	
6歳臼歯むし歯予防教室	4月28日(月)	15:30集合	平成14年4月生まれ	母子健康手帳 コップ タオル