

広報

# みずなみ

2008年  
(平成20年)

11-1

No.1197

市内最大の6連房から  
芸術品がぞくぞく登場!



与左衛門窯の窯出し(陶町大川)

# この社会 あなたの税が生きている

## 「税を考える週間」11月11日(火)~17日(月)

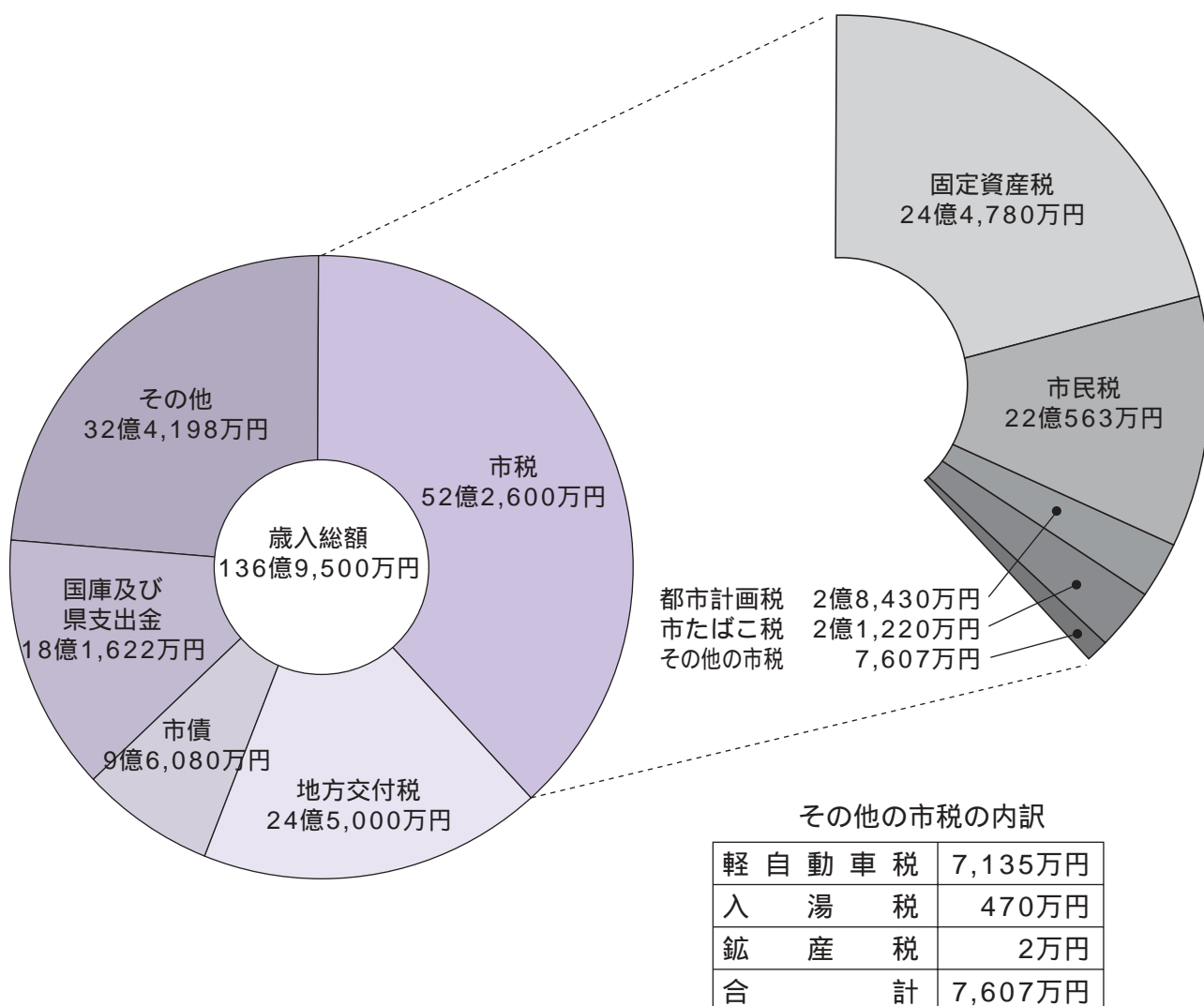
11月11日(火)から17日(月)までの一週間は、全国一斉「税を考える週間」です。

市では、市民の皆さんが安全で快適な生活を送れるように、社会保障の充実、住宅や道路の整備、教育や科学の振興など幅広い事業を行っています。

「税」はこうした事業を維持していくためになくてはならない財源で、私たちが安心して生活するために必要なものです。この機会に、市民税や固定資産税などの「市税」について理解を深めてみてください。

\* 上記期間中、市役所ロビーにて「税に関する作品」の入賞作品を展示します。

### 平成20年度 歳入予算の内訳(当初)



瑞浪市の平成20年度一般会計歳入予算(当初)は136億9,500万円となっています。このうち市税は52億2,600万円で、歳入の38.16%を占め、市の重要な財源となっています。このように、私たち一人ひとりが納める市税によって市の収入が賅われています。市税の納期内納付を心がけましょう。

# 許しません！市税の滞納

## 公平な徴収を確保するために

市民の皆さんに納めていただく税金は、より良い瑞浪市づくりのために欠かせない財源です。ほとんどの納税者には、期限内に納税していただいています。中には納められるのに納めていただけない方がいるのも事実です。市では、納税に対する公平性、徴収を確保するためにも、今後、ますます滞納整理、滞納処分(差押え)の執行を強化していく必要があると考えています。



## 市税を滞納すると・・・

納期限までに納税されないと、督促状や催告書等が発送され、それでも納めていただけない場合には訪問徴収等も行っています。地方税法では「督促状を発送して10日を経過した日までに完納しない場合には滞納処分をしなければならない」となっています。悪質な滞納者に対しては、預金・給与等の調査を行い、次のような滞納処分が執行されます。

**預貯金の差押え**・・・金融機関で調査の上、預貯金等を差し押さえます。

**給与等の差押え**・・・勤務先に照会をかけ、給与等を差し押さえます。

**動産・不動産の差押え**・・・不動産は登記簿に差し押さえたことが登記され、その後公売し換価されます。動産は、ネットオークション等で公売し換価されます。



## 滞納が膨らむその前に・・・「納税相談」

病気や失業など、特別な事情で期限内に納めることができない場合には、滞納が膨らんでしまう前に1日でも早く納税相談にお越しください。納める時期を遅らせたり、金額を分割するなどの相談ができます。



## ありませんか？ うっかり納付忘れ!!

「突然督促状が届いた」「気が付いたら納期限が過ぎていた」こんな経験ありませんか？

このようなことにならないためにも、便利で確実な口座振替制度をご利用ください。忙しい方や不在がちな方には特に便利です。(各納期限の日自動的に引き落とされます)

**振替手続** 市内にある金融機関の各支店、および全国のゆうちょ銀行で利用できます。

預金口座のある金融機関へ納税通知書、通帳および届出印を持参の上、納期限の1カ月前までにお申し込みください。

相談・問合せ 税務課収納係 ☎内線119・120・124

# 市・県民税(住民税)とはどんな税金…?

問合せ 税務課市民税係 ☎内線118

## 市・県民税とは…

個人の市・県民税は、私たちの日常生活に直接結びついた身近な費用を、それぞれの負担能力に応じて、市民の皆さんに負担していただくという性格の税金です。このことから、所得税よりも納める人の範囲は広がっています。

## 市・県民税の税率等

市・県民税は、1月1日現在の住所地で、前年の1月から12月までに得た所得に対して課税され、一律の額を負担する均等割と、所得金額に応じて負担する所得割からなっています。

・均等割の税額 4,000円

市民税	3,000円	県民税	1,000円
-----	--------	-----	--------

・所得割の税率 10%

市民税	6%	県民税	4%
-----	----	-----	----

## 市・県民税が課税されない人

均等割額・所得割額が課税されない人	生活保護法の規定により生活扶助を受けている人 障害者・未成年者(20歳未満でも結婚した場合は、成年とみなされます) ・寡婦(夫)で、前年中の合計所得金額が125万円以下の人(給与の収入金額で204万4千円未満) 前年中の合計所得金額が次の算式で求めた金額以下の人 ・控除対象配偶者および扶養親族のいない場合 32万円 ・扶養親族がいる場合(控除対象配偶者を含む) $32万円 \times (1 + 扶養人数) + 18万9千円$
所得割額が課税されない人	前年中の合計所得金額が次の算式で求めた金額以下の人 ・控除対象配偶者および扶養親族のいない場合 35万円 ・扶養親族がいる場合(控除対象配偶者を含む) $35万円 \times (1 + 扶養人数) + 32万円$

## パート収入と税金

パート収入は通常、給与所得になります。103万円以下の収入であれば、配偶者控除の適用が受けられます。また、103万円を超えて141万円未満の収入であれば、収入に応じて配偶者特別控除の適用が受けられます。

パートの収入金額	配偶者控除	配偶者特別控除	自分自身の所得税	自分自身の住民税
97万円以下	受けられる	受けられない	かからない	かからない
97万円超 103万円以下				かかる
103万円超 141万円未満	受けられない	受けられない	かかる	かかる
141万円以上				

# 固定資産税・都市計画税とはどんな税金…?

問合せ 税務課固定資産税係 ☎内線123

## 固定資産税とは…

毎年1月1日(「賦課期日」といいます)に土地・家屋・償却資産をお持ちの方に納めていただく税金です。

## 都市計画税とは…

賦課期日に都市計画用途地域・公共下水道事業地・土地区画整理事業施行区域内に土地・家屋を所有されている方に納めていただく税金です。

都市計画事業(街路・公園・下水道・土地区画整理)の事業費25億7,126万円に、都市計画税2億7,930万円が使われています。(H19決算額)

## 税額が決まる仕組みは？

- ① 固定資産の評価額を決定します。その額を基に法律で定める計算式を適用し、納めていただく税額の基礎となる課税標準額を算出します。
- ② 評価額や課税標準額、所有者の氏名などを課税台帳に登録します。
- ③ 課税標準額に税率を乗じて、納めていただく税額を計算します。  

$$\text{税額} = \text{課税標準額} \times \text{税率} \text{ (固定資産税}1.4\% \text{、都市計画税}0.3\% \text{)}$$
- ④ 課税標準額や税額を記載した納税通知書を納税者に送付します。

### 住宅用地には税金の軽減があります！

住宅等の敷地については、次のように固定資産税と都市計画税の課税標準額が減額される特例があります。

#### 特例後の課税標準額

区 分	固定資産税 <small>(特例率)</small>	都市計画税 <small>(特例率)</small>
200㎡以下の部分	評価額 × 1/6	評価額 × 1/3
200㎡を超える部分	評価額 × 1/3	評価額 × 2/3

新築住宅についても軽減があります。



### 固定資産税の評価替えについて

固定資産の評価額は、3年に一度見直します。平成21年度は、この評価替えの年に当たるため、新たな評価額を基に固定資産税を算出します。

### 家屋の固定資産税の減額措置について

住宅耐震改修工事、住宅バリアフリー改修工事、住宅省エネ改修工事を行った場合、家屋の固定資産税が減額されることがあります。

**共通条件**…改修に関わる部分の工事費が30万円以上であること。

**申請について**…改修工事完了後3カ月以内に申請をしてください。それぞれの改修工事に個別の条件がありますので、詳細は別途お問い合わせください。

### 地籍調査が完了した地区の固定資産税等について

地籍調査が完了した地区のうち、年末までに登記が完了した土地については、すべての土地の現況を確認し、翌年度より新たな登記面積、現況地目にて課税します。

平成20年秋季火災予防運動 11月9日～15日

# 『火のしまっつ君がしなくて誰がする』

伊村芳野さんが県知事賞受賞

『秋の全国火災予防週間』火災予防ポスター

市内小中学校に火災予防ポスターを募集したところ、131点の応募がありました。厳正な審査の結果、伊村芳野さんの作品が、瑞浪市消防協会会長賞を受賞され、瑞浪市の代表として、岐阜県少年女性防火連絡協議会主催による、火災予防ポスター展に出展したところ、岐阜県知事賞に選ばれました。昨年につき、2年連続で瑞浪市からの受賞となりました。

**火** 災予防ポスター入賞者 (敬称略)

岐阜県知事賞  
瑞浪市消防協会会長賞

伊村 芳野  
(日吉中学校2年)



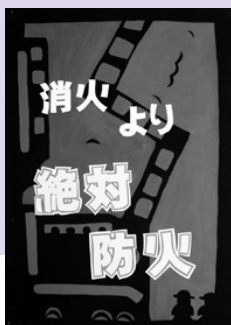
特選

足立 倫大  
(釜戸小学校6年)



河合 明美

(釜戸中学校3年)



彭 瑜

(土岐小学校4年)



優秀賞

釜戸中学校	3年	星野 有香
明世小学校	2年	伊藤 翔聖
土岐小学校	4年	伊藤 伶将
土岐小学校	4年	小幡 朋生
土岐小学校	4年	間宮 正仁
釜戸小学校	6年	山口 空詩

入選

釜戸中学校	3年	熊谷 成実
釜戸小学校	6年	安藤 敦也
土岐小学校	4年	井口 純汰
土岐小学校	4年	板倉 桃花
土岐小学校	4年	伊藤 友希
土岐小学校	4年	金森 美咲希
土岐小学校	4年	黒宮 心愛
土岐小学校	4年	原 峻馬
土岐小学校	4年	日比野 渉
土岐小学校	4年	中島 康汰

**火** 災予防ポスター展

11月9日(日)～15日(土)の間、消防防災センターで、火災予防ポスターの展示を行います。ぜひお越しください。

火災で逃げ遅れないために…  
住宅用火災警報器を設置しましょう

消防法および瑞浪市火災予防条例の改正により、すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。設置が必要な場所は、すべての寝室と寝室がある階の階段等です。今お住まいの住宅は、平成23年5月31日までに設置が必要です。

悪質な訪問販売にご注意を

消防署の職員が住宅用火災警報器を販売することはありません。ご注意ください。

問合せ 消防本部予防課 ☎68・2001



自分で 家族で 地域で 健康づくり

ライフステージ 高齢期(65歳以上) ~心豊かに~

今回のテーマ

## 「健康は 歯から 口から 笑顔から」

歯や口の健康は、栄養をとるためだけでなく、好きなものをおいしく食べられることや、家族と同じものが食べられる満足感を得ること、会話を楽しむことなど、質の高い生活を送るために欠かせないものです。  
むし歯や歯周病、入れ歯の不具合などの早期発見・早期治療を心がけ、自分の歯を残しましょう。

歯の健康

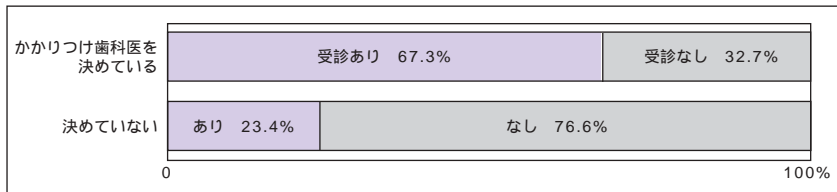
目標

- ・ かかりつけ歯科医を持ちましょう
- ・ 就寝前に歯みがきをする習慣をつけましょう
- ・ 楽しい食生活を送りましょう
- ・ 要介護者の口腔ケアを実施しましょう



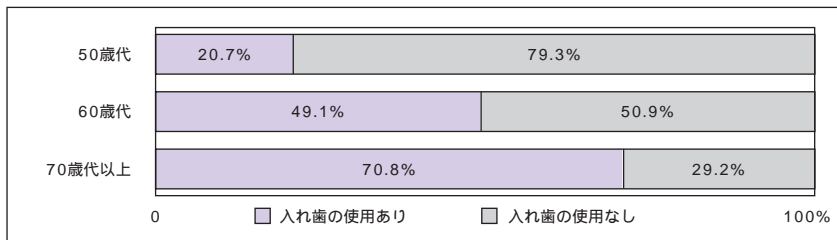
現状

かかりつけ歯科医の有無と歯科医院の1年以内の受診状況



かかりつけ歯科医を持たない方は、受診しない(できない)場合が多いようです。

入れ歯の使用状況



「H16年度瑞浪市健康日本21計画推進調査」より

歯を失う原因は、歯周病が半数を占めます。歯周病初期は自覚症状がなく、重症化してから初めて気付くため、受診した時には手遅れになることもあります。そのため、60歳代から急激に入れ歯の方が増えていきます。歯は1本1本が支え合っているため、最初の1本が抜けてしまうと、とたんに調子が崩れてしまうことがあります。調子の良いうちから、かかりつけ歯科医を持ち、定期健診を受けましょう。

はち まる にいまる

## 8020運動をご存じですか？

「80歳で20本以上の歯を保とう」という運動です。

人間の歯は、親知らずを除いて28本あります。このうち、少なくとも20本の歯があれば、何でもおいしく食べられて健康に過ごせるといわれています。瑞浪市では<sup>はちまるにいまる</sup>8020の方を表彰しています。また、岐阜県では<sup>はちまるにいほち</sup>8028の方をさらに表彰し、皆さんの模範となっていていただいております。



## 要介護者には口腔ケアをしましょう

病気で寝込んでしまうと、歯みがきができない、流動食のような食べ物が多くなる、痰が多いなど口の中が汚れやすくなります。体力が落ちているときに、誤ってだ液などを肺に吸い込むと、肺炎になりやすくなります。専門家に口腔ケアの指導を受け、口の中を清潔に保ちましょう。

問合せ 保健センター ☎67-2700 FAX66-1115 kenko@city.mizunami.lg.jp

## 「ホントは内緒ね」極秘レシピ



10月9日、日吉小学校で、お菓子職人に習う「半原かぼちゃのプリンづくり教室」が開催されました。半原かぼちゃのプリンは、6年ほど前から「恵那川上屋」で商品化された人気商品で、その職人からプロの技を教わろうと、今回の教室が企画されました。

この日のために、児童は学校脇の畑で半原かぼちゃを育てており、9月に収穫した12個のかぼちゃを蒸してプリンに加工しました。

恵那川上屋の鎌田真悟代表取締役は、「こうした機会を通して、地元野菜への誇りを持ってもらえれば」と話していました。

## バサラ指導 北の本場の心意気

10月10日、中京高校の生徒が、よさこいソーランの本場、北海道の学生チーム「縁」によるバサラ踊りの指導を受けました。

中京高校では、12月に開催される「バサラ・カーニバル」に2年連続の出場を目指して、1年生179人が練習に励んでいました。

全国の祭りに参加し、気迫あふれる踊りで定評のある「縁」に踊りを習うことで、その心意気やキレのある踊りを身につけようと、指導を受けたものです。

「縁」のメンバーは、「大きな声を出して、思いっきり踊ることが大切」と生徒に呼びかけていました。



## 陶を支える 24のひまわりの花



10月6日、陶町のボランティア団体「ひまわり会」が、厚生労働大臣表彰を受け、その伝達式が市役所で行われました。

ひまわり会は、平成3年に、町内の身体障害者療護施設「サニーヒルズみずなみ」の開所に合わせ、会を発足しました。

現在は24人の会員で、施設利用者の身の回りの世話などを定期的に行っています。

この日市役所を訪れた、同会代表の塚本恵子さんと青木章枝さんは、「今度はいつ来てくれるの?という利用者の声が、私たちの活動の原動力です」と話していました。

## かごの中につくる 小さなお花畑

10月2日、稲津小学校で「フラワールーアレンジメント教室」が開催され、6年生52人が花かごづくりに挑戦しました。

この日児童は、瑞浪高校生活福祉科の生徒16人から指導を受けながら、学校の花壇で育てたサルビアやマリゴールドなどを使い、個性あふれる花かごをつくりました。

瑞浪高校の生徒は「全体が丸くなるように作るのがポイント。自分なりのアレンジを楽しんでみて」と呼びかけていました。

この日つくった花かごは、下校途中に、町内の福祉施設や交番、幼稚園などに届けられました。





「見いつけた」紫色の秋の味覚



10月11日、「お年寄りと子どものイモ掘り大会」が、陶町のサツマイモ畑で開催されました。

この大会は、社会福祉協議会陶支部などが開催している恒例の行事で、猿爪と水上地区の畑で同時開催され、町民500人が秋の収穫を楽しみました。

子どもたちはお年寄りから、イモを折らないように掘り出すコツを教わりながら、土の中のサツマイモと格闘していました。

収穫したイモの一部は、町内の宅老所や児童館などにプレゼントされました。

熱戦の舞台を「ミナモ」が激励

10月6日、岐阜県を舞台に平成24年に開催される「ぎふ清流国体」のキャラクター「ミナモ」率いるキャラバン隊が、市役所を訪れました。同国体のうち、ソフトテニス競技は、瑞浪市を主会場として開催される予定で、市民テニスコーートの拡充・整備等を中心に、大会に向けた準備を進めていきます。



善意

温かい善意をありがとうございました

東濃地区社会福祉事業協力会様

二十五万円 社会福祉事業に

瑞浪病院様 健康増進事業に

一千万円



樽上児童センター

うちだ 内田 (2歳) 留維ちゃん 学園台  
はやし 林 (3歳) れんじゅ 蓮珠ちゃん 南小田町

正月用の寄せ植え教室

お正月の玄関を、手づくりの鉢で演出しましょう。  
日時 11月30日(日) 9時30分～12時  
講師 田中靖子氏 (フラワーデコレーター)  
対象 一般(20人)  
参加費 1,100円  
締切 11月16日(日)  
申込・問合せ 自然ふれあい館 63-00015



「女性の人權ホットライン」をご利用ください

夫やパートナーからの暴力、職場におけるセクシュアル・ハラスメント等、女性をめぐる人權相談に、女性人權擁護委員が無料で電話相談に応じます。  
相談日 11月17日(月)～23日(日) 8時30分～19時  
(ただし、土・日曜日は10時～17時)  
0570-070810

\* 秘密は厳守します。  
\* 右記期間以外にも、ご相談に応じていますので、気軽にご利用ください。  
(平日8時30分～17時15分)  
問合せ 岐阜地方務局 058-2453181

シルバー人材センター 職員募集

募集内容・条件  
【事務局長】1人(事務局の総括) 健康で身元確実な方 瑞浪市の方 60歳以上でおおむね3年以上勤務できる方(65歳定年)  
給与 月額14万円程度  
勤務日 月々金曜日  
選考方法 面接試験  
採用予定日 平成21年4月 締切 11月21日(金)  
\* 市販の履歴書に記入の上、提出してください。  
申込・問合せ シルバー人材センター 68-8744

社会福祉協議会 職員募集

募集内容・条件  
【嘱託職員】1人(心身障害者施設での指導・作業等) 普通免許を有し、63歳くらいまでの方  
給与 月額14万円程度  
勤務日 月々金曜日  
選考方法 書類審査・面接試験  
採用予定日 12月1日(月) 締切 11月17日(月)  
\* 社会福祉協議会に設置の申込書に記入の上、提出してください。  
申込・問合せ 社会福祉協議会 68-4148

## お知らせ

### 瑞浪口腔保健研修会のお知らせ

音楽遊びでリラックスしながら、家庭でできる口腔ケアを学ぼう。

- ・日 時 11月20日(木) 18時30分～20時30分
- ・場 所 消防防災センター
- ・講 演 「音楽療法と口腔ケア」
- ・講 師 加藤 恵子氏  
(日本音楽療法学会認定音楽療法士)  
栗木 みゆき氏 (訪問歯科衛生士)
- ・対 象 一般、自宅で介護をしている方など
- ・参 加 無料
- 問合せ 保健センター ☎67-2700

### 身体障がい者巡回相談・結婚相談のご案内

補装具(義肢・車いす等)の処方等の相談と、身体障がい者を対象とした結婚相談会を開催します。

- ・日 時 11月7日(金) 13時30分～15時30分  
(受付終了は15時)
- ・場 所 ハートピア
- ・相談員 県身体障害者更生相談所嘱託医師  
県身体障害者福祉協会結婚相談員
- ・参 加 無料
- \*どちらも予約は不要ですので、直接会場にお越しください。
- 問合せ 社会福祉課 ☎内線162

### 第35回中京短期大学祭「恋！中短祭」

模擬店をはじめ、学生チーム「舞蝶」によるバサラ踊りなど盛りだくさん。今年度より、子どもフェスティバルも開催します。

- ・期 日 11月14日(金)～15日(土)
- ・場 所 中京短期大学
- ・内 容 ピンゴ大会・模擬店など
- \*14日18時より、駅前公園線にてバサラ踊り・学生ダンスを行います。
- 問合せ 中京短大祭実行委員会 ☎68-4555

### 夢ロボ in 子どもフェスティバル

みんなの夢をいっぱい集めて、ダンボールで作ったロボットに“命(こころ)”をふきこんでみませんか。あなたや友だちの夢を見つけにきてね！

- ・日 時 11月15日(土)  
9時～15時
- ・場 所 中京短期大学
- ・参 加 無料
- 問合せ 夢ロボ実行委員会  
☎090-3583-3548(中尾)



### あ・うんコンサート 2008

手づくりのギターで、世界中のギタリストに愛される「ヤイリギター」。ギターの全てを知るその職人による、弾き語りコンサートを開催します。



- ・日 時 12月7日(日)  
14時開演
- ・場 所 陶公民館
- ・出 演 ヤイリギター 職人  
谷口 真也氏、立石 貴大氏
- ・入 場 無料(11/4から陶公民館で整理券を配布)
- 問合せ 陶町明日に向かって街づくり推進協議会  
☎65-2112(陶公民館内)

### 平成21年版 岐阜県民手帳発売中

今年度から大成堂書店で直接購入できます。役所での予約・販売はありません。

- ・規格等 サイズ：17.3cm×9.1cm、  
色：黒、紺、エンジ(各色525円)
- ・内 容 日記編(月別行事予定表、日記等)  
資料編(市町村勢一覧、官公庁所在地等)
- \*大成堂書店…寺河町1141-9 ☎66-1192
- 問合せ 男女共同参画推進室 ☎内線330

### 福祉講演会のご案内

親の介護と知的障がいのある娘の養育の実体験から学んだことや、自身の生き方を通して、介護について考えます。

- ・日 時 11月27日(木) 13時30分～15時
- ・場 所 総合文化センター
- ・演 題 「まだまだ輝きたい、人生これから」
- ・講 師 辻イト子氏(タレント)
- ・入 場 無料
- 問合せ 社会福祉協議会 ☎68-4148

### 難病医療福祉相談会のご案内

難病で治療中の方、病気で不安なことはありませんか。専門医が個人面談で相談に応じます。

- ・日 時 11月23日(日) 13時～16時  
(受付は12時30分～15時)
- ・場 所 まなびパークたじみ(多治見市豊岡町)
- ・医療相談 パーキンソン病、脊髄小脳変性症、  
ALS、後縦靭帯骨化症 など  
(詳細は下記へお問い合わせください)
- ・参 加 無料
- \*予約は不要ですので、気軽にお出かけください。  
待ち時間には同じ病気の仲間や、患者会の方と交流できます。
- 問合せ 岐阜県難病団体連絡協議会  
☎058-252-3567

# 相談コーナー 11月分

## ハートピア(市民福祉センター)相談室

行政相談 市民課 ☎内線105  
日時...11月10日(月) 13時~16時  
人権こまりごと相談 市民課 ☎内線105  
日時...11月20日(木) 13時30分~16時  
内容...いじめ、虐待、近所や家庭のもめごと等  
弁護士による法律相談(予約制) 市民課 ☎内線105  
日時...11月20日(木) 10時30分~16時30分  
相談時間は1人約20分間です  
結婚相談 市民課 ☎内線105  
日時...11月5日(水)・12日(水)・23日(日)  
10時~16時  
心配ごと相談 社会福祉協議会 ☎68-4148  
日時...11月4日(火)・10日(月)・17日(月)・25日(火)  
10時~15時  
高齢者・障がい者権利擁護相談 ハートピア ☎68-4148  
日時...11月20日(木) 13時30分~16時  
障がい者就労巡回相談 社会福祉課 ☎内線101  
日時...11月18日(火) 13時~16時  
母子相談 子育て支援課 ☎内線160  
日時...11月12日(水) 10時~15時  
児童相談 子育て支援課 ☎内線160  
日時...11月26日(水) 10時~15時

## 市役所 1階市民相談室

身体障がい者相談 社会福祉課 ☎内線162  
日時...11月4日(火) 10時~12時  
住宅修繕相談 都市計画課 ☎内線249  
日時...11月18日(火) 10時~15時  
移動家庭児童相談 子育て支援課 ☎内線160  
陶児童館 11月5日(水) 10時~12時

## 駅北分庁舎(旧共同福祉施設)

教育相談 ☎67-3338  
日時...毎週火・木曜日 13時~17時(11月6日を除く)  
不登校を考える親の会 こぶし教室 ☎68-9811  
11月は休会とします

## 今月の納期 (お支払いは便利な口座振替で)

市県民税(特別徴収)	10月分	11月 10日(月)
国民健康保険料	11月分	12月 1日(月)
後期高齢者医療保険料	11月分	12月 1日(月)
保育料・幼稚園授業料	11月分	12月 1日(月)
水道料金・下水道使用料	10月分	12月 1日(月)
市営住宅使用料	11月分	12月 1日(月)
介護保険料	11月分	12月 1日(月)

## 斎場のお休み 市民課 ☎内線105

11月2日(日)・8日(土)・14日(金)・20日(木)・26日(水)

## 「子育て支援センター」からのお知らせ

### あおぞら広場(市民公園で遊ぼう)

- ・日 時 11月6日(木) 10時~11時30分
- ・場 所 市民公園 野外ステージ
- ・対 象 1歳~就園前の親子(30組)
- ・持ち物 帽子、お茶(お弁当があってもいいですよ)
- \*雨天の時は、市民体育館で遊びます。

### クリスマス会

- ・日 時 12月5日(金) 10時~11時30分
- ・場 所 稲津コミュニティーセンター
- ・対 象 1歳6カ月~就園前の親子(100組)
- ・会 費 1組200円
- \*あおぞら広場・クリスマス会とも、事前に電話もしくは各支援センターに直接申し込んでください。

### 愛モア(みどり保育園内 ☎66-1325)

- ・11月8日(土): パパサタディ  
対象:1歳~就園前の子どもさんとお父さん
- ・11月14日(金): 0歳児親子ふれあい体操  
対象:首がすわったくらい~1歳の誕生日くらいまで
- ・11月18日(火): 親子あそび  
対象:2歳~就園前まで
- ・11月20日(木): 親子あそび  
対象:1歳~2歳の誕生日くらいまで
- ・おんぶにだっこ(稲津保育園内 ☎66-1064)
- ・11月26日(水): 0歳児親子ふれあい体操  
対象:首がすわったくらい~1歳の誕生日くらいまで
- \*上記いずれも10時開催で、11月14日・26日はベビー毛布など敷物を持参してください。
- \*11月8日のパパサタディ、11月18日・20日の親子あそびは、愛モアへ事前に電話もしくは直接申し込んでください。  
幼児虐待通報電話 ☎66-1325  
育児についての不安や悩み事は「愛モア」「おんぶにだっこ」にご相談ください。

## ぎふ・すこやか健診の受診希望者を募集

市では、後期高齢者医療制度の被保険者の方を対象とした「ぎふ・すこやか健診」を実施しています。この健診は、血液検査等により糖尿病などの生活習慣病を、早期に発見しようとするものです。現在、生活習慣病(糖尿病、高血圧症等)で通院していない方が対象で、自己負担500円が必要です。申込・問合せ 保険年金課 ☎内線113・114

## 乳幼児個別医療機関予防接種

種類	対象者
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20年7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> </ul> 満7歳半未満で、まだ接種していない児も含まれます。 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。
麻しん・風しん第1期	<ul style="list-style-type: none"> <li>平成19年11月生まれ</li> </ul> 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)
<b>接種方法</b> 11月21日(金)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。 12月1日(月)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。 予診票と母子健康手帳を持参し、接種してください。 申し込まれた医療機関は変更できません。 指定医療機関は「瑞浪健康カレンダー」をご覧ください。	

## 予防接種指定医療機関の受け入れ時間を一部変更します

瑞浪健康カレンダーに掲載されている予防接種指定医療機関一覧(乳幼児)が下記のとおり変更となります。

勝股医院	<変更前>	<変更後>
月・火・木・金	18:00~18:30	16:30~18:00

## 歯科休日当番医(救急診療)

期日	在宅当番医	電話番号
11月24日(月・祝)	グリーン歯科水野	67-0007

**診療時間** 9時~15時(電話予約が必要です)

## 乳幼児健診・相談・歯みがき教室

<場所 = 保健センター - 料金 = 無料>

健診・相談・教室名	実施日	時間	対象者	持ち物
1歳児すくすく教室	11月20日(木)	10:00集合	平成19年11月生まれ	母子健康手帳 お茶
3歳児健康診査 健診終了後、希望者に 歯みがき教室を実施します。	11月21日(金)	12:30開始 (10分前までに集合)	平成17年11月1日~ 11月15日生まれ	母子健康手帳 問診票 アンケート 早朝尿(50cc) 歯ブラシ コップ タオル
	11月28日(金)		平成17年11月16日~ 11月30日生まれ	
2歳児歯みがき教室 および育児相談	11月11日(火)	9:00~11:00受付	平成18年11月生まれ	母子健康手帳 歯ブラシ コップ タオル
2歳6カ月児歯みがき教室	11月17日(月)		平成18年5月生まれ	
乳幼児相談	11月12日(水)	9:30~11:00受付	乳幼児希望者	母子健康手帳

## こころとからだの健康相談

**期日** 11月11日(火) **場所** 保健センター

相談名	時間	内容
こころの相談 (精神保健相談) 認知症相談 担当:精神科医師 精神保健相談員	13時~14時 (受付)  前日までに電話予約が必要です	イライラする、認知症、 気分が沈む、不安恐怖 症がある、怒りっぽい、 アルコール依存症等の相談
からだの相談(健康相談) 担当:内科医師	14時~15時	医師による個別相談、 血圧測定、検尿など
食事(栄養)の相談 担当:管理栄養士	14時~16時	食事、栄養に関する 個別相談

家族が代理で相談していただいても結構です。

## 献血のご案内

11月11日(火)14時から16時まで、消防防災センターで献血を行います。ご協力をお願いします。

## かぜをひかないための予防策

疲労をためこまない。1日7時間以上の睡眠を。  
適度な運動はからだの調子を整えます。  
バランスのとれた食生活を。



- たんぱく質(肉、魚、卵、大豆など)・・・免疫抗体の主成分
- ビタミンA(人参、南瓜、ほうれん草など)・・・粘膜を強化
- ビタミンC(みかん、柿、じゃがいもなど)・・・抵抗力を高める

うがいにより、のどの粘膜についたウイルスを洗い流します。お茶にはカテキンという成分が含まれ、強い殺菌効果があるため、水で行うよりも効果的です。  
外から帰ったら、丁寧に手洗いを。

石けんを使うと効果的ですが、ないときは20秒以上、流水で手についたウイルスを洗い流します。  
部屋の温度は20 前後、湿度は50%以上に。

かぜのウイルスは湿度が苦手。洗濯物を部屋の中に干したり、加湿器を使って湿度を上げましょう。