

広報

みづなみ

2002年
(平成14)

1-1

No.1033



あけまして
おめでとうございます

今年は午年。ここ日吉町北野、伊藤克美さん方の白馬も、沿道を歩く人から注目を浴びそうです。

主な内容

- P 2 年頭のごあいさつ
- P 3 みんなの広場
- P 5 なるほどサイエンス
- P 6 地震に備える
- P 8 平成13年をふり返る
- P12 健康だいすき



『みずなみ』元年
瑞浪市長 高嶋芳男

新年あけましておめでとございます。

市民の皆様方におかれましては、ご健勝にて清々しい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、景気の低迷が続く中、皇太子殿下ご夫妻に敬宮愛子内親王殿下が誕生されるといって、明るくさわやかな慶事がありました。

本年は、政治経済が安定し、平和で豊かな年となることを祈願するものであります。

本市は、生活基盤の整備をはじめ

迎春



『変革の時代に挑戦』
瑞浪市議会議員 小栗正臣

明けましておめでとございます。

市民の皆様方には、ご健勝で輝かしい新年をお迎えのことと心からお慶びを申し上げます。

日頃は、議会運営にご理解とご協力を賜り感謝申し上げます。

我が国は、二十一世紀に入り大きな変革の時代を迎え、政治、経済、社会全般の構造改革が強力に推進されております。

地方自治制度においても、地方分権推進の動きが進行する中で、

め、情報社会への対応、また地域間競争の時代を迎え、市をアピールする『みずなみブランド』の確立など、多くの課題を抱えております。本年は、こうした課題に積極的に対応していかねばならぬ大切な年であると考えています。

特に、安全な飲料水の安定的な供給、ごみ・下水道汚泥の処理、主要幹線道路の整備、新事業創出型工業団地の建設推進、情報化に必要な通信網の整備、少子高齢社会における施策などについては、早急に取り組んでまいります。

本年2月には、世界最大級の国際見本市フランクフルト・メッセ

・アンビエンテに陶磁器『みずなみ焼』を出展することになりました。これを契機に『みずなみ焼』ブランドの確立を目指すとともに、地場産業の振興・活性化に努めてまいります。

大変厳しい行財政状況ではありますが、雇用の拡大などの地域振興策を積極的に展開していくとともに、すべての施策に瑞浪市の独自性を創出し、『みずなみ』ブランドとして国内外に発信していきたいと考えています。

本年も皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。年頭のごあいさつといたします。

地方議会も自己改革を迫られており、市議会としても本然の姿に立ち返って、積極的に主体性を発揮するよう、議会の活性化に努めなければならぬと考えております。

最近、市町村合併の問題がクロースアップされてまいりました。この問題は、地方分権の進展と、国、地方を通じた厳しい財政状況、少子高齢化社会の進展等々を考えると、避けて通れない大きな課題であると思っております。

市議会としても、市民の皆様のご意見を十分反映する中で、その方策を考えていかなければならないと思っております。

また、政府の聖域なき構造改革は、道路特定財源の見直し、公共事業の大幅な削減、さらに地方の重要な財源であります地方交付税の削減などが議論されております。したがって、当市の財政運営も極めて厳しい状況が予想されますが、市民生活に直結した生活基盤の整備をはじめ、産業の振興、福祉、環境、教育の向上等、引き続き積極的に取り組んでまいりますので、本年も皆様方のご指導、ご協力を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

「みずなみ焼」 フランクフルトへ

この2月、ドイツフランクフルトで開かれる国際消費財専門見本市「アンビエンテ」の高級陶磁器等を展示する10号館に、地元でデザイン開発した陶磁器サンプル約300点を展示することが決まりました。

これは、「みずなみ焼」ブランドの確立により地場産業の活性化を図るためのもので、出展PR委員会が2年ほど前から準備をすすめてきたものです。国内の陶磁器産地では有田焼に次ぐ出展となります。

「みずなみ焼」が世界的なブランドになるよう、今後年2回、5年間の出展を目指します。



松崎出展PR委員長(左)と高嶋市長

瑞浪市消防出初式

1月6日(日)

式典 9時～
パレード 11時～

一斉放水 11時45分～

式典終了後、JR瑞浪駅前を中心にパレード、続いて総合文化センター前の土岐川で一斉放水を実施します。皆様の温かい声援をお願いします。



善意

温かい善意をありがとうございました

瑞浪市養鶏組合(組合長 川上信)様
三万十三円 社会福祉事業に
日本キリスト改革派瑞浪教会様 六千円
社会福祉事業に



成瀬研人ちゃん(2歳) 伊藤愛ちゃん(3歳)
(西小田町) (明世町戸狩)
宮前児童館

新春初夢FAX募集!

今年のテーマ
インターネットで

できたらいいなこんなこと!
～未来のまちの夢～

市民の夢をまちづくりを生かす瑞浪夢会議は、今年も「新春初夢FAX」を募集します。情報通信機器が家庭に普及し、インターネットでの情報交換も身近になってきました。また現在、瑞浪市情報化推進会議では、まちをより快適で豊かなものにするため、市民による瑞浪市情報化計画を策定中です。皆さんの楽しい初夢をお寄せください。

応募方法

夢FAX 6810007

夢ネットのホームページ掲示板

<http://www.mizunami.ne.jp/yumenet/>

E-mail = yumekaiji@hotmail.com

郵送 〒50916114

瑞浪市西小田町31189A104 有賀へ

2002
みずなみ 四季の器

新春見本市

1月8日(火)・9日(水)

9時～17時(両日とも)

総合文化センター

瑞浪陶磁器工業協同組合

6712154

恵那陶磁器工業協同組合

6512911

桜堂薬師で発表会



12月1日、桜堂薬師で土岐小学校の児童が総合的な学習で取り組んだ成果を披露する「ときめき学習発表会」を行いました。

6年3組は劇「わがまちのお薬師さま」を上演、4年1組は紙芝居「月吉 日吉」を発表、3年生は「笹踊り」の披露と手作りからすみを配りました。

「わがまちのお薬師さま」は、桜堂に多くの人を訪れて欲しいという願いから取り組まれ、桜堂の歴史を再現した創作劇です。文献や地元のお薬師保存会との交流で資料を集め、2学期に練習を行ってきました。

脚本を担当した小倉匠真君は、「楽しみながら取り組みました。大成功です」と話していました。

「釜中火災」を思い出し

平成7年に火災で焼失した釜戸中学校の施設整備が平成12年度で完了し、その完成記念イベントが12月9日、本校舎、体育館、グラウンドなどの全施設を使って開催され、約千人が訪れました。

これは、地域と学校とのつながりを深めるため、釜戸・大湫町のまちづくり団体が企画したもので、火災当時の関係者を迎えた「災害を語り継ぐ



会」や、全生徒による合唱が行われたほか、五平もち、芋煮、ぜんざい等の模擬店コーナーは全部無料とあって大繁盛でした。

また、体育館でのバサラコーナー、グラウンドではストラックアウトやスピードガン測定などが行われ多くの人でにぎわいました。

歯科保健優良校に多数入賞

平成13年度県学校歯科保健優良校への表彰が、12月9日下呂町で行われました。

表彰された23校のうち瑞浪市からは5校が入賞、この中で日吉小学校が特選校（小規模校）に、稲津小学校が県1位（中規模）に選ばれました（両校とも3年連続）。審査の対象は、歯の状態だけでなく、歯を中心とした健康全体への取り組みなど多岐にわたります。後藤健一君（稲津小6年）は、「これも、保健委員の呼びかけのおかげです」と話し、また、大島由貴君（同6年）は、「6年生が1年生へ教えるなど、みんなで教えあっています」と普段の取り組みの大切さを感じていました。



日吉小学校の皆さん

このほかの結果は次のとおりです。

- 中規模校
- 準県一位
- 土岐小学校
- 優良校
- 釜戸小学校
- 小規模校
- 優良校
- 明世小学校

なるほどサイエンス

みんなで考えよう！サイエンス

寒い冬は、こたつで家族団らんの時間を楽しく過ごしていることと思います

そんな時、食後などにみんなで実験を楽しんでみてはいかがでしょうか。

家庭でできるサイエンスマジック



食後の簡単マジック 色が消える不思議な液体

準備

病院の薬局でもらう飲み薬の容器、マッチ、ヨードチンキまたは、うがい薬のルゴール、ご飯、湯、水、茶碗

実験方法

ご飯に湯をかけて、上澄み液を少し茶碗にとります。お茶漬けの残り汁でも結構です。ヨードチンキを1滴加えます。すると濃い茶褐色～青紫色になります。

これはご飯のデンプンと、ヨードチンキのヨウ素がくっついて着色したのです。おなじみのヨウ素デンプン反応です。

この液を、色がわかる程度まで水で薄めてから、飲み薬の容器に少し入れます。

マッチ2本を束にしてから、火を付けます。すぐに飲み薬の容器の中に入れて、薬頭部が燃えたら火を消します。素早く飲み薬の容器の蓋をします。

容器の口をできるだけ横に向けて、マッチの燃焼生成気体を逃がさないようにしましょう。



容器を激しく振ると、色が消えます。

見せ方(コツ)

最初は色が消えないことが多いのであきらめずに何度か挑戦してみてください。

マッチを10本も使えば何とかかなりです。誰が一番少ないマッチの量で成功するかな。

この実験はできるだけ色を薄くしてから行うことと、燃えた煙が臭いマッチほど効果的です。(硫黄を含んでいないマッチではできません。)

注意

マッチを無駄に消費しないようにしてください。また、マッチの後始末には十分気を付けてください。

原理

この反応は酸化還元反応です。マッチの硫黄が燃えて二酸化硫黄(SO_2)となり、これが還元剤で、ヨウ素(I_2)が酸化剤です。

化学反応式で示すと次のようになります。



【この反応によりヨウ素(I_2)がなくなるため、ヨウ素デンプン反応が起こらず色が消えます。】

サイエンスワールドで楽しもう!

1月の土・日・祝日

マジック貯金箱、マイクロカプセル、電気パン、紙飛行機など

「こんなに簡単!?野菜からDNAを取り出そう!」または「岩石の中をのぞいてみると」

1月の催しもの

科学実験体験教室 1月27日(日)

「発砲スチロールの一生」

対象 小学校5年生以上(先着48人)

参加費 200円(受付は1月8日(火)~)

1月の休館日

毎月曜日休館、1~4日、15日(火)

16日(水)は休館

66-1151

E-mail sciencew@astec-gifu.jp

みこの一年



4月 ドラゴン21完成



1月 総合文化センターの利用者200万人達成



4月 稲津宅老所スタート



4月 さくらさくらの散歩道完成



3月 川折ポンプ場通水開始



5月 瑞浪市陸上クラブ発足



5月 春のさわやかウォーキング

1月・地籍調査事業開始

・総合文化センター利用者
200万人達成

・岐阜県知事選挙

2月・IT講習会始まる

3月・災害時の応急生活物資の供給
についての協定を締結

・瑞浪のITを考える会議開催

・市民テニスコート改装

・樽の上野球場改装

・川折ポンプ場通水開始

・生涯学習読本「方言で語る
みずなみの昔話」発刊

4月・個人情報保護制度スタート

・(仮称)中央公園利用開始

・さくらさくらの散歩道完成

・稲津宅老所開所

・ドラゴン21完成

・瑞浪地科学研究館完成

・岐阜県みどりの祭り開催

5月・稲津町を中心に春のさわやか
ウォーキング開催

・瑞浪市陸上クラブ発足

6月・土岐川洪水ハザードマップ
配布

7月・参議院議員選挙

8月・「瑞浪市こども虐待ネットワ
ーク」設立

・岐阜県消防操法大会開催

・瑞浪市消防団優良賞受賞

・美濃源氏七夕まつり

21世紀

平成13年

みずな



9月 中部文楽サミット



8月 岐阜県消防操法大会



10月 超深地層研究所計画市民説明会



8月 美濃歌舞伎復興30周年記念公演



8月 美濃源氏七夕まつり(ワオドリ初登場)



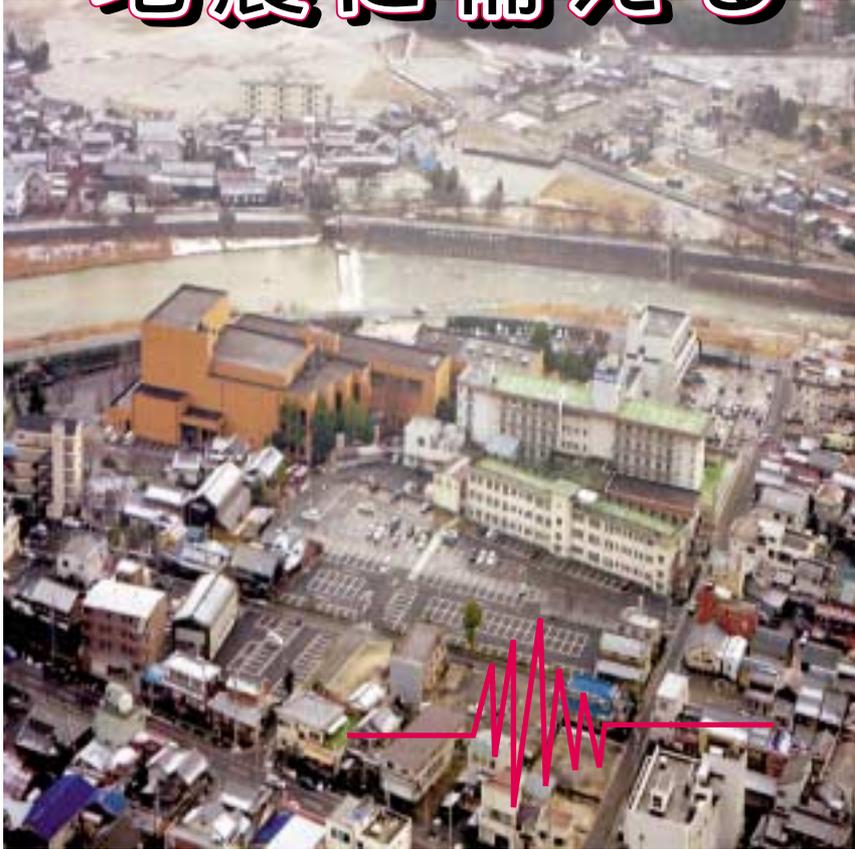
12月 「第九」入門コンサート



11月 ハナノキ管理棟完成

- ・安達学園創立者・名誉市民 安達壽雄氏逝去
- ・中京高校武山皓太郎君全国 高校ゴルフ選手権大会優勝
- ・美濃歌舞伎復興30周年記念公演
- 9月・剣道クラブ、剣友会「発足
- ・中部文楽サミット
- ・中国醴陵市政府友好代表团 来訪
- 10月・超深地層研究所計画市民説明 会開催
- ・中京高校軟式野球部国体優勝
- ・環境フェアみずなみ2001 開催
- ・小里川ダム本体コンクリート 打設完了
- ・新クリーンセンター焼却炉火 入れ式
- 11月・市民図書館ホームページ開設
- ・瑞浪市消防団 知事特別表彰 旗受章
- ・釜戸ハナノキ管理棟完成
- ・岐阜県中学校駅伝大会
- ・陶中女子が優勝
- ・釜戸・大湫さわやかウォーキ ング
- ・「大湫宿結いの会」発足
- 12月・「第九」入門コンサート開催
- ・「みずなみ焼」がフランクフ ルト・メッセ・アンビエンテ に出展決定

地震に備える



東海地震 震源域 西へ拡大

瑞浪市は震度5強

いつ起きてもおかしくない！『東海地震』

政府の中央防災会議の東海地震専門調査会が、昨年の11月27日、東海地震の新たな予測震度分布を公表しました。防災体制を充実・強化するために想定震源域が22年ぶりに見直され、これにより、地震防災対策強化地域が西側に拡大される見通しで、改めて大地震に対する備えが必要です。

大地震発生は90%の確率

東海、東南海、南海地震。

様々なデータを基に、今後50年以内にマグニチュード8以上の地震が、高い確率で発生すると予測され、瑞浪市も震度5強と見込まれています。

家具の固定を

阪神の教訓から

大地震が起きたら何よりも命を守る、つまりは生き延びることを最優先します。地震が起きた瞬間から身を守るためにどう対処し、いかに乗り切ることが重要で、火を消すなどの行動は、大地震の場合『揺れが治まってから行動するべ

震度5強の揺れとは？

非常な恐怖を感じ、多くの人が行動に支障を感じる。

家の中では

棚にある食器類、書棚の本の多くが落ちる。テレビが台から落ちたり、タンスなどの重い家具が倒れることがある。変形によりドアが開かなくなったり、外れたりする。

きた』と言われています。

阪神・淡路大震災では6400人も人命が奪われ、その約八割が家屋や家具の下敷きによるものでした。また、割れたガラスや食器類によるケガを含めると、住宅内でケガをした人の四分の三がそうした家具類によるもので、かろうじて難を逃れた人でも倒れた家具でドアや通り道をふさがれ、避難の支障になった』と言っています。

消火器や非常持出品を備えたり、食料品などを準備することももちろん大切なことです。

しかしその前にまず、地震から身を守るために、『家具を固定』することが誰にでもできる第一の地震対策といえます。

できることから少しずつ・・・地震の備えは大丈夫ですか。



瑞浪市の備蓄倉庫には、非常食3000食の他、毛布千枚・シートやスコップなどが備えてあります。

想定東海地震は巨大地震

東海地震説が出てからすでに25年、東海地震の危険は去つたと誤解する方がいるかも知れませんが、数百年も待たずに大地震に見舞われるのが東海地方です。

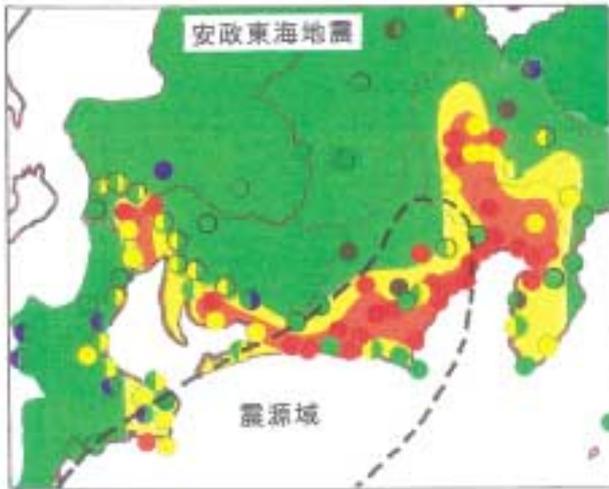
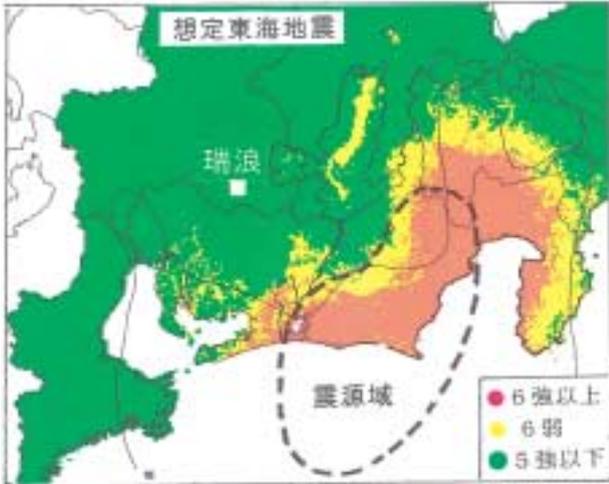
(財)地震予知総合研究振興会
東濃地震科学研究所所長 青木 治三



震源域

次の大地震は、駿河湾ではないという説もありますが、第一候補は駿河湾の西海岸直下、というのが大方の意見です。

最近の研究によると、その震源域(地下で地震波が発生する範囲)が従来の想定よりはさらに50km西方の浜名湖の下まで広がると予想されます。震源域が西に広がると被害の範囲も西に広がります。



想定東海地震と安政東海地震の比較
震源域は太い点線、色は震度、丸印は地震史料の位置を示す。

震度の予測

中央防災会議の専門委員会では、東海地方のどこでどの程度の地震動になるか、震度予測をやり直しました。その結果が上の図です。

詳しい説明は、平成13年11月27日の新聞に出ていますが、図では震源域を太い点線で、大きな被害の出そうな範囲を黄色や赤で表しています(赤は神戸並の震度)。その外側の緑色は震度5強以下です。瑞浪市は緑色の中ですから、通常の家屋の倒壊はなく、パニックになることはありません。

しかし、海岸に近い平野部は大変です。伊豆半島から豊橋まではほとんど震度6強から7です。名古屋市から西尾市にかけてもところどころ震度6弱です。駿河湾では津波から逃げる暇もないでしょう。これでは大変な被害で、昭和19年の東南海地震(マグニチュード

7.9)を大幅に越えます。これがどの程度大きいか、史上第二位といわれる安政東海地震(1854年、マグニチュード8.4の巨大地震)と比べてみました。

安政東海地震

下の図は史料調査から判明した安政東海地震の震度分布です。東海地震と同じ方式で震度分布や震源域を示してあります。

安政東海地震では静岡県の海岸沿いは震度7が続出、津波は平均4~5m、高い所で9mもありました。ちなみに瑞浪では震度5相当の記録が残っています。今回の想定東海地震は、愛知県東部では震度5強以下ですが、豊橋から東では安政東海地震とほとんど同じです。伊那盆地ではむしろ安政東海地震をやや上回る震度が予測されています。

終わりに

今回の予測では何種類かの計算をしています。発表ではその中の最大値を採用しているのが大きめになっていますが、防災計画では「これだけの震度は覚悟しておいてくれ」ということでしょう。

こちらは広報みずなみです
**新年1月の夕方6時の音楽は
 「瑞浪市民の歌」です**

防災行政無線(屋外放送)は、窓を開けるか、外へ出て聴いてください。

1月のトレーニング講習会

高校生以上(定員10人)

木曜日 18時30分~、日曜日13時30分~

高齢者(概ね60歳以上、定員5人)

木曜日 13時30分~

申込 市民体育館 68-0747

新春 みんなのスポーツ交流会

気軽に参加できるスポーツを企画しました。

インディアカ 2月10日(日)

・区分 女子の部、男女混合の部(各2人)

チーム編成は4人

・申込期限 2月3日(日)まで

ソフトバレー 3月10日(日)

・区分 女子の部、男女混合の部(各2人)

チーム編成は4人

・申込期限 3月3日(日)まで

受付時間 9時~9時15分

参加資格 市内在住者(年齢制限なし)

会場 市民体育館

参加費 1チーム500円(障害保険料を含む)

申込が少ない場合は中止になることがあります。

問合せ・申込 スポーツ振興課 68-0747

市営住宅入居者募集 管財課 内線324

団地名	所在地	形式	構造	募集数	家賃	敷金
下山田	山田町	2DK	簡平PC造	1	よ規模の 入居される 方すべ よつて決 まりま す。に	3 カ 月 分 の 家 賃
			簡2PC造	1		
竜吟	釜戸町	2DK	簡平PC造	6		
			簡平CB造	1		
公文垣内	釜戸町	2DK	簡平PC造	1		
日吉	日吉町	2DK	簡2PC造	1		

応募資格 原則として市内に3カ月以上住所または勤務地があり、かつ、市税を滞納していない方
 現に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(単身で入居できる場合もあります。)
 現に住宅に困窮し、収入基準に適合する方

応募期限 1月18日(金)

浴槽・風呂がま等浴室設備は設置されていません。

問合せには所得のわかる書類をご用意ください。



今回は、水道水についての疑問です。

漏水

Q1 水道代が先月より多くなりましたが。

A1 蛇口の閉め忘れや、子どものいたずら、または、漏水の疑いがあります。まず、宅内の蛇口を全て止め、量水器ボックス内のメーターの蓋を開け、中のパイロット(銀色の小さな星のようなもの)を見てください。回っていれば漏水の疑いがあります。水道業者に相談して早急に修理してください。

水道料金の減免

Q2 水道の漏水などの事故による水道料金は、安くしてもらえますか。

A2 水道料金については減免の制度がありませんので注意してください。

水道水の白濁

Q3 水道の水が白く濁っているのですが、飲んでも支障はありませんか。

A3 近くで水道工事を行なったりすると、空気が混じり白く濁ることがありますが、少したつと空気が出て透明になり、飲用には問題がありません。

水道水の赤水

Q4 水道の水が赤くにごっていますが。

A4 近くで水道管の修繕工事があったり、消火栓を使ったりすると、急激な水圧の変化で赤水などの出ることがあります。そんな時は水道課まで連絡ください。

塩素臭

Q5 塩素の臭いが強くなりましたが。

A5 夏など水道水の温度などにより塩素臭が強くなることはありますが、飲用には問題ありません。

問合せ 水道課 68-2111 内線127・130

労災ヘルパー養成研修会

1月15日(火)・16日(水)

稲津コミュニティーセンター

・対象 看護師・準看護師・ヘルパー2級課程修了者

・定員 20人(定員になり次第締切)

・費用 無料

・締切 1月10日(木)

申込 (財)労災ケアセンター 0561-85-3519

相談コーナー (1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... 1月15日(火) 10時~15時
人権・法律相談 市民課 内線 105
日時... 1月17日(木) 10時~15時
結婚相談 市民課 内線105
日時... 1月9日(水)・16日(水)・27日(日)
10時~16時
心配ごと相談 社会福祉協議会 68-4148
日時...毎週月曜日(14日は祝祭日のため15日)
10時~15時
女性就業相談 商工課 内線 481
日時...毎週水曜日(2日は除く) 10時~15時
(9日は10時~12時)
高齢者職業相談 商工課 内線 481
日時...火・木・金曜日(1日、3日は除く)
9時~16時

市役所 1階市民相談室

身体障害者相談 福祉課 内線 104
日時... 1月11日(金)・21日(月)・28日(月)
9時~12時
住宅修繕相談 都市計画課 内線 248
日時... 1月15日(火) 10時~15時
税務相談 税務課 内線 120
日時... 1月17日(木) 10時~15時
移動家庭児童相談 福祉課 内線 104
・陶児童館 1月9日(水) 10時~12時
・子育て支援センター(稲津保育園内)
1月9日(水) 13時30分~15時30分
・釜戸コミュニティセンター 1月16日(水) 10時~12時
・日吉コミュニティセンター 1月16日(水)13時30分~15時30分

市役所東分庁舎 2階(こぶし相談室)

母子相談 福祉課 内線 104
日時... 1月8日(火) 9時~12時
家庭児童相談 福祉課 内線 104
日時...毎週火曜日(1日は除く) 9時~15時
教育相談 学校教育課 内線 488
日時...毎週月・水・金曜日(2、14日は除く)
13時~17時
電話相談 各相談日のみ受付 68-9811

斎場のお休み 市民課 内線 105

休場日 1月1日(火)・5日(土)・11日(金)・15日(火)
21日(月)・27日(日)・2月2日(土)

圏域間交流バス参加者募集

高山市内・やまと温泉やすらぎ館へ

1月31日(木)

集合 多治見駅 7時20分 総合庁舎 7時30分
解散 多治見駅 18時10分 総合庁舎 18時
・行先 飛騨高山まつりの森、高山・古い町並み、
やまと温泉やすらぎ館
・定員 40人(希望多数の場合抽選)
・費用 バス代無料(各施設の入場料が必要)
・申込 1月18日(金)までに往復ハガキに住所・
氏名・年齢・電話番号・乗車場所を記入
のうえ下記へ(当日消印有効)
申込・ 〒507-8708 多治見市上野町5-68-1
問合せ 東濃地域農林商工事務所 産業労働課
23-1111 内線218

技能講習「パソコン」受講者募集

・期間 1月29日(火)~2月13日(水)のうちの9日間
・対象者 雇用就業を希望する55歳~65歳の方
・定員 20人程度(応募多数の場合は抽選)
・申込日 1月4日(金)~1月11日(金)
・参加費 無料
・会場 瑞浪共同福祉施設(JR瑞浪駅北)
・申込方法 往復ハガキに「パソコン」希望、講習
会場「瑞浪市」と明記し、郵便番号、住所、氏名、
性別、生年月日、年齢、自宅電話番号を記入
・申込先 (社)岐阜県シルバー人材センター連合会
技能講習係あて(〒500-8145岐阜市雲井町3-12)
問合せ (社)瑞浪市シルバー人材センター
68-8744

第2種酸素欠乏危険作業主任者技能講習会

2月5日(火)~7日(木)の3日間 セラトピア土岐

・受講料 14,850円(テキスト・昼食代3日間含む)
申込・問合せ 東濃産業労働協会 24-4595

今月の納期 (お支払いは便利な口座振替で)

市県民税	4期分	1月31日(木)
市県民税(特別徴収)	12月分	1月10日(木)
国民健康保険料	1月分	1月30日(水)
国民年金保険料	1月分	1月30日(水)
介護保険料	1月分	1月30日(水)
水道料金・下水道使用料	12月分	1月30日(水)

健康だいすき

ヘルスインフォメーション 保健センター 67-2700

がん検診(胃がん・大腸がん・肺がん)

1月28日(月) 8時30分～11時
保健センター 各500円

対象者 40歳以上の希望者(定員50人)
申込 1月25日(金)までに電話などで
保健センターへ

がんとは、

私たちのからだのすべての細胞は、がん遺伝子を抱えています。このがん遺伝子が働きだすと、細胞が、がん細胞に変化します。つまり、がんにかかるのは特殊な体質の人ではなく、誰もががんを患う可能性をもっているわけです。

<がん防止の12か条>

- バランスのとれた栄養をとる
- 同じ食品を繰り返して食べない
- 食べ過ぎを避け脂肪はひかえめに
- 深酒はしない
- タバコは吸わないように
- 食べ物から適量のビタミン類と多くの繊維質をとる
- 塩辛いものを多量に食べない
- あまり熱いものはさましてから
- ひどく焦げた部分は食べない
- カビの生えたものは食べない
- 過度の日光に当たらない
- 適度にスポーツをする
- からだを清潔に保つ



ハートピア健康相談

1月22日(火) 9時30分～11時
ハートピア(市民福祉センター)

内容 血圧測定・検尿・健康相談・栄養相談
担当 保健婦、栄養士

*健康チェックの機会として気軽にご利用ください。

乳幼児健診・歯みがき教室

健診・教室名	実施日	受付時間	対象者	持ち物
4カ月児健康診査	1月22日(火)	第1子は13時集合 第2子以上は14時～14時30分受付	平成13年9月生まれ	母子健康手帳
2歳児歯みがき教室	1月17日(木)	9時～11時	平成12年1月生まれ	母子健康手帳 歯ブラシ、コップ *汚れてもいい服装 でおいでください
2歳6ヵ月児歯みがき教室	1月22日(火)		平成11年7月生まれ	
3歳6ヵ月児歯みがき教室	1月24日(木)		平成10年7月生まれ	

はたちの献血キャンペーン

新成人の皆さん、献血したことはありますか？
血液は人間の生命を維持するために欠くことのできない成分です。体内から一定量以上が失われると命を落とすことにもなります。血液は科学が進歩した現在でも人工的に造ることができませんし、生きた細胞なので、長期間保存することもできません。

病気や事故で輸血を必要としている人々はたくさんいます。

大人の仲間入りをするこの機会にぜひ献血にご協力ください。

1月25日(金)

場所	時間	種類
ヨータイ(株)	10時～11時	全血 (200ml または 400ml)
ソニー瑞浪(株)	11時30分～13時	
瑞浪市役所	14時30分～16時	

*採血後は約5～10分くらいの休憩を取るだけで、普段と同じ生活をしていただいで差し支えありません。

*多治見駅前献血ルームもご利用ください
駅前プラザ・テラ4階 23-0227
10時～12時、13時～17時30分
(木曜日を除く毎日、ただし年末年始を除く)

歯科休日救急診療 診療時間: 9時～15時

期日	医療機関名	電話番号
1月13日(日)	グリーン歯科水野	67-0007
1月14日(月)	小木曾歯科医院	67-1788

受診の際は当日電話予約が必要です

<場所 保健センター - 料金 無料>