



鬼はうち！福はうち！

2月4日、鬼岩ドライブイン駐車場で、第15回「鬼岩福鬼まつり」が行われました。

訪れた2,000人の観光客は、ユニークな掛け声の豆まきや、勇壮な福鬼太鼓などを楽しみました。

広報

みずなみ

No.1012

2001年(平成13)

2-15

主な内容

P 2 アプリケ展を振り返る

P 6 教育委員会

P 4 みんなの広場

P 8 お知らせ



カルチャー

縁えにし

昨年8月から11月にかけて、明世町の陶磁資料館で手工芸品のアップリケに関するミニ展が開催されました。このアップリケは、終戦後の一時期、女子の就業と戦争未亡人の救済のため、多治見市に開設された「女子工芸補導所」で制作されたもので、このデザイン等の指導者として活躍したのが稲津町の加知茂氏（故人）でした。

今回は、関係者の手元に大切に保存されて来た作品を初公開したもので、人との出会いが作品の発見・公開につながり、その作品がまた人を呼ぶという「もの」と人との交流」を、この展示に携わった資料館の青木さん（昨年4月の公募により嘱託職員として民間から採用）に語っていただきました。

「アップリケ展」顛末記

昨年の6月中旬、稲津町の加知直之さん宅にて「アップリケ」なるものを初めて見せていただきました。

「半世紀を経ている」「一針一針手加工の作品」「戦後、物資が極度に不足していた時代に作られた」「糊口を凌ぐための手段として作られたが、時局が悪く施設は解散してしまっただけ…そのいきさつを語られる加知さんの説明を聞きながら、「これは立派な民俗資料です！」と言った伊藤館長の言葉が妙に重く響きました。

展示を約したものの、作品をどうアピールしようかと悶々の日々が流れます。陶磁資料館で布の展示、これは前代未聞のミスマッチになるかも？という不安も確かにありました。

2000年8月の終戦記念日までにはどんな形であれ当資料館から情報として発信しなければ、と言う事は館員全員の確認事項でしたから…。

陶人形展との同時・同室展示を各人形作家に打診してみましたが賛否両論。専門委員会でも「アップリケは別会場の方がよい」との結論に、ホール通路の一角でレイアウトにとりかかったのが8月8日、タイムリミット寸前でした。

「戦後の華アップリケ展」と市広報に特大見出しで掲載され、展示会がスタートしました。このタイトルが展示を最後まで引き立ててくれることになりました。

8月10日「陶人形展」との同時開

催はなんとかクリアできました。

ある朝、新聞に掲載された記事を手にして「アップリケは何処にあるの？」とのやや興奮ぎみの問い掛けに、作品の前に案内する。そのご婦人の目からみる涙が溢れだして、しばし絶句。こちらも何か訳が判らないが胸が熱くなる。まず、ご自身の作品の確認に来た事、工芸補導所の第二期生であった事、展示作品の特長、仕上げ法、当時の状況等、手短かに語られて同期生も古希を迎えてなお健在な人が何人かみえる事、せめてもう10年早く展示して欲しかった！等々…。翌朝、同期の方たちとともに来館され花まで飾って頂きました。展示の思わぬ出だしに胸を撫でおろす。

それ以後「アップリケ展」を観に来た、という未だかつてない新しい層の入館者が増えて行きます。

説明の足りない所、不明な所は加



五十三次

知さんに連絡をして、その都度丁寧に対応していただき、来館者の方達とのコミュニケーションも取れるようになりました。

そして某新聞の岐阜県版に報道された為、来館者は県内はおろか愛知県方面へと広がりを見せ、ラジオ、テレビの取材放送等により展示期間は1カ月延長の4カ月間のロングランとなり、最後まで入館者が続きました。

戦後の女性の生計救済策としてつ



冬景色

くられたアップリケと多治見工藝補導所の歴史を検証する為の企画展示が、終盤にはアップリケの創始者である加知茂先生が教鞭をとっていた県立本巣高校の「創立80周年記念式典」の特別参考品として、その展示の部へ、アップリケ発祥の地へ、里帰りする事になり、さらには揖斐郡大野町教育委員会主催の「明治からの女性教育と生活文化展」に於いて展示され、そこでも見る人をして大いに感動せしめたとの報告を頂いています。

そして、この展示会場において「五十三次壁掛」＝写真の作者が糸貫町の西尾敏子さんと判明、大変劇的な対面をなされ、関係者一同感慨をあらたにされたとも追伸頂きました。

この期間中、実に様々な出会いと感動があり、勉強させられる事ばかりでした。

アップリケに関係した人達が高齢化してしまい、残された時間が少なくなっている。まだこの展示を知らないでいる同志達には是非見せてあげたいと、会期の延長を度々申し込まれた方、何より大切にしていたというアップリケに関する資料を提出していただき、作品の材料、製作方法について詳しく解説して頂いた方、作品をまえに当時を回想しながら青春時代に帰ってしまった方、加知先生の供養が出来ました、と終日作品の前にいた人：

還暦を過ぎ、米寿に近いという方ばかりでしたが、いずれも輝いておみえでした。そして殆どの人達は、加知茂先生に教えられた事を誇りに思い、懐かしみ、その後の人生の支えにどれだけだったかを語られていました。

加知先生の美しいものに対する強烈な信念と情熱。良い物を作り出す為のひたむきな純粋性、手抜きをきつく戒め、決して妥協を許さなかつた姿勢に、教え子たちは信仰にも似た気持ちでついていった。等々……お聞きして教育という言葉の深さ、素晴らしさを知らされました。本当にいいものには人を感動させる力があると言います。教えら

れ、導かれ、感じた者が心を込めて作った物「アップリケ」には、時を超えた何かが伝わってくる様な気がします。

この施設に勤めて以来、常設の展示替、幾つかの企画展を行ってきたが、ミニ企画展としてアップリケを取り上げる事により、常設・企画室の展示距離90mに対してわずか6mたらずのミニ企画の展示場所でも展示の内容と対応如何によってはそれ相当の来館者が見込めるという感触を得て、いい物を見つけて出して広く世に報せ、伝え、永く保存し、後世に渡して行く、という資料館本来の業務に加えて、21世紀の資料館の在り方、方向性の一端が見えてきた様な気も致します。

最後に「アップリケ展」に各方面から頂きました御協力に対して、どう感謝の意を表したら良いのか当惑するばかりです。・・・本当にありがとうございました。

東濃西部歴史民俗資料館
瑞浪陶磁資料館

青木本吉



ミニ企画展

土雛人形祭り

3月1日(木) ~ 4月3日(火)



『桃の節句』にちなみ、土人形を段飾りにして展示します。みなさんの家で眠っている土雛がございましたら是非ご寄贈ください。

瑞浪陶磁資料館
TEL 67-2506

企画展

多治見工業高校専攻科卒業作品展

マイスターへの道

2月21日(水) ~ 3月28日(水)



KONOMI 羽瀨雅子

全国から集い、学んだ2年間の成果をここに発表します。作家として歩む、真っ白な、今のこれから29人の作品を、どうかご覧ください。

市之瀬廣太作『女の座像』 昭和病院に帰る

1月25日、土岐市原出身の彫刻家市之瀬廣太氏（平成7年85歳で没）の第1回日展初入選作（昭和21年）が、ブロンズ像となってJ・A岐阜厚生連総合病院昭和病院に帰ってきました。

これは故人が結核を患い退院時にお礼にと寄贈していたもので、石膏像のため痛みが激しくなり、また氏の代表作でもあることから、永く保存するため、昭和病院が昨年5月瑞浪市へ寄贈したものです。今回は2体ブロンズ化され、もう1体は明世町の市之瀬廣太記念美術館に展示されます。

山瀬裕彦院長は「病院が木造の頃からみなさんに親しまれてきたこの像は、市民全部の宝だと思います。現在年間20万余の通院患者があり、全面改修後にはギャラリー的要素も設け、中核の展示物にしたいと思います。医療面はもとより文化面でも住民のみなさんに貢献したいと考えています」と語っていました。



病院待合ロビーにて 右 山瀬裕彦院長 左 安藤尚仁事務局長

愛称はブルーリバー号Ⅱ



自主運行バスに

新車両を投入

この度、市では新たに路線用低床バスを導入しました。デザインは現在活躍中のブルーリバー号と同様ですが、車体の色が薄い黄色となっています。

新車両は、2月中旬から現行自主運行バスダイヤに投入したうえで、この4月から再編成する新ダイヤで運行します。再編成については、3月15日付け市広報でお知らせします。

「ドラゴン21」情報⑥

焼成された卵の殻（陶板）を、本体に貼り付けています。一方、頭部の制作も始まり、竜の顔が姿をあらわしました。問い合わせ 釜戸町まちづくり推進協議会事務局 63・2005



陶板の貼り付けがすすむ



竜の顔 あらわれる

広報みずなみ

2月1日号の

表紙について

成人式の取材写真に対し、市民のみなさまからご意見・ご叱責をいただきました。

式典に参加された親御さんからは「りっぱな成人式だったのに誤解を与えるような」とか「写真の選択はいかがか」とかの指摘をいただきました。

今後はみなさまにご理解いただける広報誌を目指して努力致しますのでよろしくお願ひ申し上げます。



左から水野家、伊藤家、久保寺家

祝 入館者200万人

1月28日、土岐町の瑞浪市総合文化センターで、入館者二百万人達成を祝って、二百万人目とその前後の3家族に記念品（陶磁器セット）が贈られました。

同センターは、1984年（昭和59）8月に開館、以来コンサートや演劇等の自主事業を開催、また生涯学習の要として地域と連携を深める各種講座などの公民館活動を展開、多くの市民の方に親しまれて来ました。

当日は、同センターの自主事業「新春ファミリーコンサート」を開催、これに訪れた寺河町の伊藤千津子さん、つくしちゃん、ひよりちゃん、の家族が二百万人目、前賞は、釜戸町の水野陽子さん、真悠子さん、扶実子ちゃん、伽世子ちゃんの家族、後賞は、陶町の久保寺由美さん、まゆさん、輝ちゃんの家族でした。

介護保険を審議



1月29日、市役所で第1回瑞浪市介護保険運営協議会が開かれました。

これは、介護保険事業の運営について、事業計画や保険料率、サービスの提供状況などを審議するものです。

委員は、介護保険加入者3人、サービス提供事業者3人、介護などに専門的知識を有する方3人の計9人です。みなさん直接実務に携わる方達で、この日森川助役から委嘱状が渡されました。

なお、会長には、岩島康敏さん（医師）が選ばれました。

竹炭でアート



1月28日、日吉町柄石で地元の主婦ら20人が参加して、竹炭を使って花立てや一輪挿し、食器などを創る会が催されました。

これは、一般を対象に、環境にやさしく里山再生にもつながる炭焼きの「炭」の利活用を図るため、瑞浪木竹炭協会（小栗利秋会長）が主催したものです。

当日は同協会員の渡辺徳三さんの「月照庵」を会場に、窯から出された長さ1.2m孟宗竹の炭が各自に配られ、鋸とカッターナイフにより作品に仕上がって行きました。参加者の一人は「友達の紹介で来ました。自分で好きな様に作って、自分で使えることが嬉しい。作品は床の間に飾ります」と話していました。なお同協会では、今後もこのような催しを行い、年内には作品展示会を開催する予定です。

助け合い 支え合って

ボランティアを

めんどりクラブ

代表 小木曾京子



陶児童館に、未就園児童対象の『ひよこ』という育児サークルがあります。子どもを通して知り合った母親たちが、子どもが入園後もこの『縁』を大切に、母親の団結を強め、何か役立つ活動を続ける事が出来たらとの思いから、平成九年にこのクラブは結成されました。

グループの名前は、『ひよこ』というサークルの殻を出て、大きく成長したということから、最初は『にわとり』という名前にしましたが、母親の集まりということから、『めんどりクラブ』という名に最終的には決定しました。

現在は、一歳から中学生までの子どもを持つ、二十四人の母親で活動を続けています。町内で行われる、お年寄りと子どもの集いの会の手伝い、児童館周辺の草取り、サニーヒルズ祭りでのバザー、バザー収益金の寄付、また児童館ひよこの『クリスマス会』での人形劇の上演、ハンドベルの演奏など、いろいろな分野で少しでもお役に立てればと、皆で励まし合い助け合って活動しております。

全員が、家事や育児をはじめいろいろな仕事で、多忙な毎日を送っていますので、決して無理のないよう、お互いがそれぞれの立場を理解しあい、支えあって活動を継続しているのが大きな特徴と自負しています。

みんなで仲良く、ワイワイ、ガヤガヤおしゃべりをしながら、いろいろな行事の企画などをしていきます。楽しい雰囲気をついつつまでも持ち続け、ボランティアとしてのお手伝いが出来ればといいなあと願っています。

どこかで、お世話になることがあるかも知れません。その時はよろしくお願ひします。

誰もが持ちたいゆとりの『心』

人間にとって最も貴い宝と言え、心身ともに健康である事ではなからうか。

長寿科学の専門家の言葉によれば、生命あるものにはそれぞれ最大限に生きられる寿命が、遺伝的に決まっているという。人間は現段階では『百二十歳』は、医学的にも根拠があるらしい。だが、大部分の人はこまではたどり着けないだろう。

たどり着けない原因はいろいろあるであろうが、原因の一番手は活性酸素(フリーラジカル)であると恐れ始めている。体内に侵入した異物を倒す働きがある一方で、細胞を傷めつけ、血管を老化させ、動脈硬化までも引き起こし、脳や心臓に作用して寿命を縮めるといふ。

酒の飲み過ぎ、タバコの吸い過ぎをはじめ、精神的ストレス時などにも、『フリーラジカル』は『ぼんぼん』出されると指摘されている。

人口十万人当たりの、百歳以上の長寿者数が群を抜いて多い沖縄県には『テーパー主義』と

いうのがある。大概、おおよその意で、『よくよしない』『無理はしない』というゆとりの心を持つことの大切さを説いたものである。

誰もが一度は耳にしているだろうと思われる最近の言葉の一つに、『のほほん、のほほん』がある。この心構えがあれば、少しは『フリーラジカル』を減らせるような気がする。

何もせず『のほほん、のほほん』として、ブラブラ遊んでいればよいというのではない事だけは、しっかり心に植え付けておきたい。

明るく、楽しく、仲良く、そして助けあって生活する中でフリーラジカル効果こそ最善のものではなからうか。また、『ゆとりの心』は心の底から人の立場をおもいやることが出来る人へのみ育つものではなからうか。

社会生活が複雑化すればする程、『ゆとりの心』の必要性を痛感せざるを得ない。

(生涯学習課)



巡回日	ステーション	時間
8日(木)	半原	15:30~15:50
	鶴城	16:00~16:20
	名滝	16:30~16:50
9日(金)	日吉	15:30~16:20
	月吉	16:30~16:50
14日(水)	小里	15:30~16:00
	萩原	16:10~16:30
16日(金)	明賀	15:20~15:50
	新山	16:00~16:20
17日(土)	薬白	13:30~14:00
	細倉	14:20~14:50
	深久	15:00~15:20
		15:30~16:00
22日(木)	大水	13:20~13:40
	旭上	13:50~14:10
	サニ一	14:20~14:50
	猿ヒルズ	15:00~15:20
28日(水)	棚田	15:30~16:00
	羽山	16:10~16:30

2月28日(水)『整理休館日』

ご迷惑をおかけしますがご協力をお願いします。

ミニ展のご案内

カスタムナイフ展

～男の熱いメッセージ～

3月3日(土)～30日(金)



山田町の有賀鎮男さんのカスタムナイフを展示します。5、6年前よりナイフに魅了され、独学で製作法を学び、数多く作品を作っています。「常に情熱をもって製作にあたらなければ、納得できるナイフは作れない」との熱い想いの入った、素晴らしい作品です。



競え！ 全国の柔道少年

見てね！ 岐阜テレビで放映
『猿子村まつり』

2月27日(火) 午後6時10分～

明治8年までは、猿子村と呼ばれていた土岐町益見地区、旧三河街道沿いに発展した同村の賑いを再びと、地元の女性達が始めた祭りは今年が2回目、手作りの田舎の祭りをご覧ください。

1月21日、第30回瑞浪少年柔道大会(瑞浪修徳館主催)が、明世町の市民体育館で開催され、埼玉や栃木、大阪、奈良など全国の強豪37チームと県内28チームが参加、約六百人がその技を競いました。大熊三也修徳館々長は「この大雪の中よく全国から集まっていた良かったです。この大会からはオリンピック選手も育っています。この熱意をまた来年につなげたい」と語っていました。

優勝 大石道場A(愛知)
準優勝 羽島柔道少年団A(岐阜)
3位 一道館田代道場(東京)
3位 高月柔道スポーツ少年団A(滋賀)

生涯学習施設 3月の休館日

総合文化センター	5、12、19、21、26日
市民図書館	5、12、19、21、26、31日
市民体育館	6、13、20、21、27日
化石博物館 陶磁資料館 市之瀬記念美術館 地球回廊 サイエンスワールド	5、12、19、21、26日
文化会館	1、8、15、22、29日

催し 瑞浪市長寿クラブ連合会
余技作品展
3月3日(土) 4日(日)

9時～16時（4日は14時まで）

会場 文化会館（寺河戸町）☎68-3613

即売コーナーは4日の12時～14時

日頃の学習成果と特技を活かした作品を展示します。

問い合わせ 福祉課 ☎内線101

NPO 瑞浪芸術館

地域の文化・産業の発展に寄与できる文化センスのある人材の育成を目指し、アートを中心とした公開講座やイベントを開催しています。

全南山大学管弦楽団演奏会inみずなみ

2月25日(日) 会場 総合文化センター

かつみゆきお『登山家の家具づくり展』

3月23日(金)～27日(火) 会場 瑞浪芸術館

小黒三郎『組み木の世界展』

4月16日(月)～22日(日) 会場 瑞浪芸術館

問い合わせ 〒509-6102 稲津町萩原1220-2

NPO 瑞浪芸術館 ☎66-2170

案内 介護雇用創出助成金

新たな介護サービスの提供や事業の開始を計画されている事業主の皆様へ

社員の雇い入れ 社員の教育訓練 雇用関係諸規定の整備 労働環境の改善、福利厚生施設の充実などについて。賃金・訓練費用・諸規定整備・施設等の整備に要した費用の $\frac{1}{2}$ または一部を助成します。

問い合わせ (財)介護労働安定センター岐阜支部

岐阜市金町6-21 安田生命岐阜ビル4F

☎058-264-6846

固定資産課税台帳の縦覧

3月1日(木)～3月21日(水)

土・日、祝日を除く

縦覧場所 市役所税務課

平成13年度固定資産課税台帳の縦覧を行います。

この期間中に、ご自分の土地・家屋などの課税状況をご確認ください。なお、縦覧には印鑑が必要です。

問い合わせ 税務課資産税係・評価係 内線122・123



口約束だけで!! 困ったときは早めに相談を!

最近、利用した覚えのないツーショットダイヤル料を請求されたり、「無料点検」と言われて承諾したら、いつのまにか高額な修理代金を支払わされたという被害が多発しています。

契約は、書面でなくとも口約束だけで成立してしまいます。内容・費用・必要性などを十分検討してから契約するようにしましょう。迷った時は、一人で悩まず第三者に相談することをお勧めします。

一旦契約してしまっても、クーリングオフ制度（8日以内なら解除可能）を適用することもできます。消費生活相談窓口

岐阜県消費生活センター ☎058-265-0999

東濃地域振興局(東濃西部総合庁舎内) ☎23-1111

市役所総務課 ☎68-2111 内線328

4月1日から雇用保険が変わります

一般離職者の所定給付日数は90日～180日

離職理由が定年退職や自己都合退職した方など、事前に再就職の準備ができる方（一般離職者）

特定受給資格者の所定給付日数は90日～330日

離職理由が倒産・解雇により離職した方（特定受給資格者）については手厚い給付となります。

*雇用保険被保険者離職証明書等の様式が変わります。

*短時間就労者、登録型派遣労働者の雇用保険適用要件の年収90万円以上が撤廃され、今まで未加入の方も加入できるようになります。

*雇用保険料率が次のように変わります。

農林水産・清酒製造業1000分の17.5、建設業1000分の18.5、一般の産業（前記以外）1000分の15.5

問い合わせ 多治見公共職業安定所 ☎22-3381

小・中学校の体育館利用者の方へ

市内の小・中学校の体育館を利用される団体（クラブ）の新規受付を行います。利用希望者は、2月24日(土)までにスポーツ振興課（☎68-0747）へ申込み願います。

善意 あたたかい善意ありがとうございました

水野義隆様 = 1,000,000円、社会福祉事業へ

竜門区・浪花区・中組区・西本町区・上本町区

(代表山本英世) 様 = 53,971円、社会福祉事業へ

東濃地区社会福祉事業協力会（会長常務理事山田

太郎) 様 = 500,000円、社会福祉事業へ

募集

ITパソコン技能(18時間コース) 受講生募集

平成14年3月まで毎月2回ずつ講習を行います。

受講期間 3月3日(土)・4日(日)・10日(土)の
9時~16時 申込締切は2月22日(木)

受講期間 3月17日(土)・18日(日)・24日(土)の
9時~16時 申込締切は3月8日(木)

講習会場 ポリテクセンター岐阜〔岐阜職業
能力開発促進センター〕(土岐市泉町定林寺)

(株)トーショー総合研究所(土岐市駅裏)

対象 ・求職活動を行っている方
・パソコン操作未経験者の方

定員 ポリテクセンター会場 各15名
トーショー会場 10名(3/17コースのみ)
*先着順、定員になり次第締切り

受講料 無料(ただしテキスト代1,449円は実費)

研修内容 座学と実習(Windows98、WORD
2000、EXCEL2000の基本を学ぶ)

問い合わせ・申込先 ポリテクセンター岐阜
(岐阜職業能力開発促進センター) 訓練支援係
〒509-5102 土岐市泉町定林寺963-2

☎54-7155・54-3161、FAX54-6163

サイエンスワールド 市民公開講座

ソニーおもしろ科学実験室

3月25日(日) 午前の部 9時30分~12時30分
午後の部 1時30分~4時30分

・場所 サイエンスワールド(明世町戸狩)
・内容 タイミングディスクモーターとオリジナルTシャツを作る(円盤のふちに永久磁石を取りつけた回転子を電磁石の中で回転させる新しい発想のモーターを製作、また記念のTシャツ、作品は持って帰れます)

募集 各部40人(小学5年生以上)

参加費 500円(材料費+保険料、当日持参)

申込方法 電話またはEメールにて

申込期間 3月6日(火)~20日(火)(先着順締切り)

問い合わせ・申込先

サイエンスワールド「3月講座係」

☎66-1151、FAX66-1152

Eメール sciencew@astec-gifu.mizunami.gifu.jp

協力:ソニー教育振興財団

瑞浪市社会福祉協議会 職員募集

平成13年度採用の職員を募集します。

採用予定職種・資格等

小規模授産所指導員(30歳以下 1名)

・養護学校教諭1種免許取得者(見込者を含む)
等指導員としての能力を有する者。

養護訓練センター指導員(25歳以下 2名)

・養護学校教諭1種免許取得者(見込者を含む)、
言語聴覚士、保育士など通所児に適切な指導を
行う能力を有する者。

ホームヘルパー(35歳以下 1名)

・介護福祉士、養成研修1・2級修了者

介護支援専門員(臨時職員 1名)

・介護支援専門員研修修了者

応募資格

・福祉に理解と情熱があり健康で身元確実の者

・普通自動車運転免許証を有する者

応募期限 2月28日(水)

応募方法 申請書(社会福祉協議会に用意)、

卒業(見込)証明書、履歴書(臨時職員のみ)を提出

申し込み・問い合わせ 〒509-6123 瑞浪市樽上

町1-77 瑞浪市社会福祉協議会 ☎68-4148

瑞浪市嘱託職員募集

医療診療報酬点検事務(2名)

・事務内容 国民健康保険、老人保健の医療診療
報酬明細書点検(レセプト点検)

・応募資格 医療事務経験者(最近一年間に医療
事務資格取得者を含む)

・問い合わせ 保険年金課(内線109・113)

水道機器取替え・漏水調査業務(2名)

・業務内容 水道の機器取替え、漏水調査業務

・応募資格 健康で、昭和12年4月1日以降に生
まれた方で普通自動車運転免許取得者

・問い合わせ 水道課(内線125・130)

報酬 月額10万円から15万円(社会保険あり)

応募方法 3月5日(月)までに市販の履歴書に記
入の上、秘書課まで提出してください

あけよ温泉白寿荘 給食用物資の納入業者募集

平成13年度の申し込みを受け付けています。

申込締切 2月28日(水)

問い合わせ・申込先 白寿荘 ☎68-2310

*平成12・13年度瑞浪市競争入札参加資格審査申
請書を提出されている方に限ります

健康相談

3月7日(水) 場所 保健センター

医師による健康相談 14時～15時
 個別相談・血圧測定・尿検査を実施します
 乳幼児相談 9時30分～11時
 身体計測と育児相談
 * 母子健康手帳を持参ください
 栄養相談 9時～15時
 栄養士の個別相談 * 電話予約が必要です

ご存じですか？入浴の効果

お湯はぬるめで、ゆっくりと疲労回復、快眠には40℃以下のぬるめの湯。ゆったりつかりと心身のリラックスに効果的。



シャワー - を使ってマッサージを勢いのある水流を使って、肩や背中、ひざの裏や足の裏を刺激すると、血行がよくなりマッサージ効果抜群です。

水分補給を忘れずに入浴で失われる水分はコップ1杯ほど。水分不足にならないように、入浴前後に補給を。

入浴剤でひと工夫市販の入浴剤もいいですが、家にあるものを利用してはいかがでしょうか？

【酒風呂】5合ほどをぬるめの湯へ。ひどい肩こりや筋肉痛におすすめ。

【みかん湯】みかんの皮のワックスを落とし、乾燥させて湯へ。肌がなめらかになります。

【ハーブ湯】好みのハーブを15分ほど煮立ててから湯に入れる。リラックス効果抜群。

●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・相談名	実施日	受付時間	対象者	持ち物
4カ月児健康診査	2月27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12年10月生まれ	母子健康手帳
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	3月9日(金)	12時30分開始	平成11年9月1日 ～9月15日生まれ	母子健康手帳 コップ・タオル 保護者の歯科検診 を同時に実施します
	3月16日(金)		平成11年9月16日 ～9月30日生まれ	
6カ月児健康相談 および離乳食教室	3月6日(火)	9時30分 ～9時45分	平成12年9月生まれ	母子健康手帳

市が行う健康診査の登録制について

健康診査等家族調査は平成13年度より行わず、登録制に切り替えます。12年度の調査で市の実施する各種健診を希望した方は既に登録済みですので、随時受診案内を通知します。

今年度の調査で、市の健診を希望されなかった方のうち、今後市の各種健診を希望される方は、随時保健センターまでご連絡ください。

市が実施する健診

- ・結核検診 (16歳以上)
- ・基本健康診査 (40歳以上)
- ・胃、肺、大腸がん検診 (40歳以上)
- ・子宮、乳がん検診 (30歳以上の女性)

母子健康手帳の交付

2月21日(水)・28日(水)
 3月7日・14日・21日・28日 (毎週水曜日)
 9時30分に保健センターに来てください。
 * 印鑑を持参ください
 * 初妊婦の方は交付後30分程度のお話があります

「特定疾患医療受給者証」の更新

「特定疾患医療受給者証」の有効期限が3月31日で満了となります。引き続き認定を受けるためには、更新手続きが必要です。必要な書類は、すでに個別に送付してありますが、まだ手続きをしていない方は早めに済ませてください。

問い合わせ 東濃地域保健所 健康増進課
 ☎23-1111 内線362