

広
報

みずなみ

平成11年(1999)

3-15



● 巨大な姿を現した「世界一の茶つぼ」 ●

2月28日、陶町街づくり推進協議会が制作を進めている『世界一の茶つぼ』の成形・乾燥作業がほぼ終了し、周囲を覆っていた板壁やビニールシートが取り外され、高さ約5m、幅約4mの巨大な茶つぼが姿を現しました。

現在は焼成のための窯（高さ約6m）を築く作業に入っており、鉄釉、灰釉などの釉薬がかけられた後、今月の27日には火入れ式が行われる予定です。

5月の連休前には完成し、その雄大で美しい姿をご覧いただけます。

新首都
「東京から東濃へ」

人口と世帯数（3月1日現在） 人口=41,957人 世帯数=13,061世帯

発行/瑞浪市(〒509 6195 岐阜県瑞浪市上平町1丁目1番地 TEL 68-2111) 編集/企画部情報推進課

議会だより

議長に中島洋三氏、

副議長に今井秋男氏

平成11年第一回市議会定例会が3月4日開会され、会期を3月24日までの21日間と決められた後、市議会議長をはじめとする議会の役員選挙が行われました。

選挙の結果、議長に中島洋三氏（61歳、無所属）、副議長に今井秋男氏（60歳、無所属）が選ばれました。



議長
中島洋三氏

昭和63年初当選、現在4期目。総務財政、建設水道委員会などの委員長を歴任、平成6年に監査委員、9年に副議長を務める。

このたび、多数のご推挙をいただき議長の要職に就任させていただきました。市民の代弁者である全議員の意見を尊重し、議会が公正無私立場を堅持し円満に運営されるよう、誠心誠意努力したいと存じます。国も地方も極めて厳しい財政状況にあり、限られた予算を如何に有効に執行していくか問われる時代だと思えます。福祉、住環境、人づくり、産業経済など各分野に山積する諸事業を計画的に推進してまいりる決意であります。皆様方のご協力をよろしく願います。

監査委員・各委員会の構成も決まる

監査委員、議会運営委員会、常任委員会、また議員発議により決定された4つの特別委員会の構成は、次のとおり決まりました。（敬称略）



監査委員

市川 晴宣

議会運営委員会

委員長	小栗 正臣
副委員長	酒井 宣行
委員	勝股 敬
"	阿部 正吾
"	余語 範二
"	栗木 基
"	長井 君江
"	泉 碩也

常任委員会

総務文教委員会

委員長	泉 碩也
副委員長	三浦 啓子
委員	柴田 増三
"	足立 亘
"	山田 実三
"	市川 晴宣
"	中島 洋三
"	宮下 俊夫

市民福祉委員会

委員長	勝股 敬
副委員長	日比野 昭
委員	今井 秋男
"	渡辺 千介
"	白井 重喜
"	余語 範二
"	酒井 宣行

経済建設委員会

委員長	栗木 基
副委員長	熊沢 清和
委員	溝口 昭八郎
"	小栗 正臣
"	長井 君江
"	阿部 正吾
"	成重 隆志

副議長

今井秋男氏

平成3年初当選、現在3期目。産業、総務財政、文教経済委員会などの副委員長を歴任、平成9年市民厚生委員会委員長を務める。



このたび、皆様方の温かいご支援により副議長の要職を務めさせていただきましたことになりました。中島議長のもと議長を補佐し、議会が公平、公正に運営できるよう、議会活動ならびに議会運営にあたりたいと存じます。厳しい財政事情ではありますが、先見性、誠実性、公平性をモットーとして、みなさんがこの町に住んで良かったと思えるようなまちづくりに積極的に取り組む所存でございます。皆様方のご支援ご協力を心からお願い申し上げます。

特別委員会

● **小里川ダム・新丸山ダム**

特別委員会

- 委員長 長井 君江
副委員長 白井 重喜
委員 柴田 増三
小栗 正臣
余語 範二
栗木 基
市川 晴宣

● **研究学園都市**

特別委員会

- 委員長 阿部 正吾
副委員長 成重 隆志
委員 勝股 敬
山田 実三
宮下 俊夫
足立 亘
泉 碩也

● **瑞恵バイパス促進**

特別委員会

- 委員長 渡辺 千介
副委員長 溝口 昭八郎
委員 今井 秋男
酒井 宣行
日比野 昭
三浦 啓子
熊沢 清和
中島 洋三

● **首都機能移転対策**

特別委員会

- 委員長 足立 亘
副委員長 柴田 増三
委員 山田 実三
渡辺 千介
成重 隆志
白井 重喜
溝口 昭八郎
余語 範二
今井 秋男
市川 晴宣
宮下 俊夫

● **東濃西部**

広域行政事務組合

議会議員

- 中島 洋三
余語 範二
山田 実三

● **岐阜県六市競輪組合**

議会議員

- 中島 洋三
酒井 宣行

● **東濃農業共済**

事務組合議会議員

- 中島 洋三
宮下 俊夫

**4月11日(日)は
岐阜県議会
議員選挙の
投票日です。**

平成11年4月29日に任期が満了する岐阜県議会議員選挙は、4月2日に告示され、4月11日に投票が行われます。

これからの4年間、地域社会を任せる人を選ぶ大切な選挙です。貴重な権利を無駄にしないよう必ず投票をしましょう。なお、都合により投票日に投票できない方は、不在者投票をしておきましょう。

投票できる方

選挙権を停止されていない日本国民で、昭和54年4月12日以前に生まれた方（投票日当日満20歳以上）で、3カ月以上本市に住んでいて、かつ選挙人名簿に登録されている方。

不在者投票

期間 = 4月2日(金)から4月10日(土)まで

場所 = 市役所（受付... 8時30分～20時）
稲津・陶・釜戸・日吉の各コミュニティーセンター（受付... 8時30分～17時）

問い合わせ = 選挙管理委員会 ☎内線271

釜戸コミュニティーセンター

● 4月1日より新庁舎で業務開始 ●



急ピッチで建設が進む釜戸コミュニティーセンター

釜戸町二六七番地の一に建設が進められている釜戸コミュニティーセンターが、まもなく完成します。4月1日からは、新庁舎で業務（住民票などの交付を含む）を開始します。

この施設には、多目的ホール、研修室、調理実習室や図書コーナーなども設けられ、地域のコミュニティー活動や生涯学習活動などの拠点としてご利用いただけます。

敷地面積 五、二二四・
m²

建物延面積 一、一七二・七三三
m²

構造 鉄筋コンクリート造

事業費 平屋建・日本瓦葺
三億七、五六 万円

ふれあい

市政座談会

市民のみなさんから様々なご意見をいただき、広く市政に反映させるため、座談会方式で話し合う「ふれあい市政座談会」を開催しました。今年度は、市政の重要な課題である2つのテーマについて、みなさんの生の声を聞かせていただきました。

ここでは、第2回『高齢者介護を考える』（11月18日開催）について、その概要をご紹介します。



座談会の出席者

- | | |
|---------------|---------------|
| 荒井 元子さん(陶町) | 瀧藤 秋子さん(大湫町) |
| 有我 長太郎さん(釜戸町) | 斎藤 富士子さん(日吉町) |
| 有賀 雅徳さん(寺河戸町) | 鈴木 佐代子さん(稲津町) |
| 伊藤 洋子さん(明世町) | 林 恵美子さん(土岐町) |

有賀雅徳さん 私は上本町区の福祉委員ですが、今までは、どちらかという元気な方を対象に、ひとりぐらしの集いなどをやってきました。しかし、本当の意味の福祉を考えることから



有賀 雅徳さん

私たちがやれることは、まずは情報を伝えるということですが、そのときには、区長、民生委員、福祉委員の3人がチームワークを組んでやっていかねければなりません。最終的には、隣同士の住民の方も入ってきて

もらって、地域住民のネットワークを作り上げることが大切だと思っています。

鈴木佐代子さん 今日の資料に目を通しましたが、私の知らないことがたくさん書いてありました。私は月2回、ボランティアとして活動させてもらっています。私も、それでもたくさん知らないことがありましたので、一般の方はあまりご存知ないと思います。これを多くの人に広める活動をもっとしていただきたいと思います。

伊藤洋子さん 私は、ねたきりの母を介護して3年になります。3年前にいただいた資料は十分ではありませんでした。この資料があつたときに入っていたら、もっといろんなことが円滑にできたと思えました。必要とすればおのずとわかるというわけじゃないんです。わかる情報がきちんとしたところがないと、手に入りにくいんです。また、実際のサービスがどういう風にされているかという情報は、なかなかありません。地域で介護された方の知恵の蓄積が近所になかなか行き渡らずに、その家だけの知識になってしまっているの、それをみんなで利用できるようなならないかと思っています。

林恵美子さん 介護保険のことについてのアンケート調査の結果を、最終的に文章で流してほしいと思います。実例を挙げて地域へ情報を下ろしてくださいとよいです。目から入るものだけではなくて、耳から入るものもしていただきたいと思っています。また、地域で区長や班長なども交えながら、お話しをする会を設けていただきたいと思っています。

瀧藤秋子さん 大湫では、お年寄りを抱えてみえる方は、みんなからいろいろ話があつて、協力してもらえます。

斎藤富士子さん 私も兄弟がいけないものですから、家庭で介護することになると、ひとりでは大変です。子どもも少なくなつてくるので、地域でお手伝いを簡単に頼めるとか、そういう制度というか、つながりを作っていくの、いいと思います。実際に介護をお願いしようと思うと、手続きが大変なんですよ。ね。ボランティアの方でも簡単にお願いできるようにならないかなと思います。

荒井元子さん 陶町では、98年5月に陶町連合区を中心にした町民の手によって、宅老所を開きました。手続きも簡単です。大変だとか困ったという話を聞きますと、職員やボランティアの方などが話を聞きに行きまし

て、まず宅老所に来てもらって
います。その後、診断書やし
っかりした書類は出していただ
きますけれども、自然にみんな
が集まってくださる雰囲気づく
りをしたいと思っています。



荒井 元子さん

また、送迎についてはボラン
ティアの方々をお願いしていま
す。冬には道が凍結するという
問題が起こりますので、できれ
ば陶ゴールド会などの決まった
運転手の方に専用車を運転して
いただければ、より安心じゃな
いかなと思つてます。現在、陶
ゴールド会のみなさんは、ご自
分の車で送迎して下さってい
ますが、体がまひしている方や
歩行の困難な方などがみえま
すので、車椅子などに対応してい
る専用車がもう1台くらいほし
いという話をしています。

有我長太郎さん 年寄りとい
うのは、どこか痛いところとか悪
いところがあるような気がしま
すし、事実年寄りになれば、ど
んな人でもどこか病気を持っ
ています。
伊藤さん 私の母は全介助が必

要で、ある意味では24時間拘束
されるという形になります。今
は家族でなんとか回つていくと
いう状態ですが、介護する者が
24時間拘束されるというのはし
んどいです。外へ出て楽しくス
トレスを発散すると、優しく介
護できるんですね。そういう意
味でいうと、援助が必要だと思
います。24時間のサービスが始
まったのがすごくうれしかった
ということと、あと、入浴サー
ビスは月2回という形ですので、
もう少しそれが援助されればも
っと楽かなというのがあります。
それから、ヘルパーさんが訪
問や滞在される時、家を開放
しなければならぬので、必ず
家にいないといけないんです
ね。24時間サービスで言うとな
ね、私がどこか出かけているとき
に、留守でもヘルパーさんが覗
いていつてくださるといふのは
いいんですけど、そのために家
を開放するという格好になりま
す。その辺が心配なので、何と
かできないかなと思えます。

けないのかなと思つてしまいま
すので、そうではない介護がで
きたらいいと思います。また、
医療行為のできる方で、家族の
かわりに世話をしてくださるス
タッフが公にたくさん準備して
いただけたらと思います。
有賀さん 24時間対応型のサー
ビスということですが、
一番大事な午後の10時から午前
5時、ここで息を抜きたいとい
うところが、実際は家族の方が
面倒を見なければいけないとい
うことですので、逆にこの時間
帯も力を入れていただきたいと
思います。
有我さん 24時間介護してもら
うというのは理想ですけど、相
当お金がかかることですね。こ
れが、市の中心部ならいいです
が、山の中で、あちらに1軒、
ここに1軒ということになる
と、来てもらうのは苦勞なこ
とだと思えます。氣候が悪けれ
ばなおさらです。
そういうことには、市が負担
に耐えられないのではないでしょ
うか。



有我 長太郎さん

市長 社会の仕組の中で、家族
が助け合い、そして地域が助け
合う中でともに生きていくとい
う考え方が、介護保険というこ
とでお金の問題になってしま
うと、権利の主張ばかり増えてき
て、家族制度の崩壊につながり
はしないだろうか、地域社会の
きずなというものが薄れてしま
うのではないかと、心配はして
いるんです。いい面は残してい
かなければいけないけれども、
高齢社会は現実にやってくるわ
けですから、それにいかに対応
していくか考えていかなければ
なりません。サービスについて
も、いろんな選択肢があると思
いますので、その辺りにも気を
配つてメニューを考えていかな
いといけないでしょう。
纈縷さん 私は5年くらい前に、
しゅうつとを3年ほど看てまし
たが、寝ダコができてしまつてど
うしようもなくなつたときに、
陶生苑に申し込みまして、週に
1回デイサービスでお風呂に連
れていつてもらいました。その
日は3時まで預かつてもらつ



纈縷 秋子さん

ているということ、仕事に行
つていても本当にほつとして、
息抜きできて、仕事に一生懸命
になれる日でした。その日が1
週間で一番ありがたかつたです。
荒井さん 陶町では、働いてい
るお家の方が多いので、高齢の
方がひとり留守番をしている
とか、一人暮らしの方が多くみ
えるんです。近所に話をしに行
くこともないし、一人で孤独だ
つたけれど、宅老所ならボラン
ティアやいろんな方がいますか
ら、みんなと話ができるし、一
緒に外に出て、土いじりとか自
分のやりたいことがやれますか
ら、すごく楽しんで、のびのび
と自分の好きなように好きなこ
とをやつてみます。
また、昼食は調理師の免許を
持った職員が作つてますが、配
膳とか、皿洗いとか、それぞれ
役割分担して、自分でできるこ
とは、家ではできないけど宅老
所ではみんなと一緒にできる、
ということも楽しみなよう
です。宅老所に来られるようにな
つて、すごく元気になられた方
が多いです。
林さん することがなくなると
いうことが、老いにつながるん
でしょうね。自分の必要性を自
分なりに持つているということ
が、若さの秘訣というか、生き
ている自分で満たされていると



林 恵美子さん

いうことですね。これだったら人のためにできるということが生きがいになると思うんです。
斎藤さん 家庭でも、仕事を取り上げないで、上手にやってみようというところは大事だと思います。

林さん 昭和病院のボランティアをしています。私たちの場合は移動図書ということで、みなさんからの寄贈の本で、火曜日に午後から暇な時間に病院を回っています。病室には原則として入りません。病棟ごとにアナウンスを入れてもらうと、ちよつとからかい半分の方もみえられますし、お話にみえたりされても、返されるときの会話で笑顔を見られる瞬間がうれしいです。それから、患者さんは、抱え込まれるというのは嫌なんです。まだまだ自分で動ける方もありますので、必要な部分だけ手を貸してあげる。親切の押しつけは間違っているということに、最近になってボランティアを通じて気が付きました。ま

た、義務感だけですと、愚痴や不平不満にもつながってしまいます。だから、私たちの笑顔も無くなってしまうんですよね。私も両親をいずれば見るだろうし、そういう風に見て行けられたいなと思います。

あと、11月1日号の広報に、ホームヘルパーの養成講座の記事がありました。その記事が出たら3日で定員オーバーになったと聞きしました。それは、いかに福祉に対して興味・関心があるか、いかにそれが今必要であるかということをお話していると思うんです。死はそれぞれどういう形で迎えるかわかりませんが、人が人を最終的に見てあげたいですね。

斎藤さん 主人の母親が昨年亡くなりましたが、最期は家で、それこそ畳の上で亡くなったんです。主人の兄弟が最期を看取ることができて、言葉をかけてあげられたし、兄嫁に対して、本当にありがたいという気持ちで持てました。私も、最期は父も母も見てみたいし、みな



斎藤 富士子さん

さんも、地域の中で、家庭の中で最期を送れるようにと、きつと思ってみるんじゃないかなと思います。そういうことを支援してもらえるとありがたいと思います。

鈴木さん ちょっと前までは、介護が必要になったときに、施設へ入ったり、行ったりすることに抵抗を持っている方があつたようです。最近ではそういう枠が取れてきたように思います。家庭に主婦としているんだから、看るのが当然だと人は言うんですけど、毎日付き添うことは大変で、笑顔も見せられなくなるものです。そういうところに入ってもらって、息抜きをして、また笑顔で接してあげるといことは大切だと思います。お助け隊がいると安心できます。家に来てもらうんだから、信用のおける人じゃないといけないです。

伊藤さん 入浴ボランティアをやっていた頃、他人を受け入れるようになるまでが大変だろうと思っていました。私は、母が倒れたときにはすぐに来てもらおうと思っていました。それからよかつたんです。母は元気な頃には、自分がそういう状態になるとなかなか思えなかつたように、嫌がっていました。だから、高齢の方というのは、なかなか



伊藤 洋子さん

難しいと思います。でも、お世話にならなきゃいけないときに、介護するのが当たり前じゃなくて、家族もたまには楽しみたいと思えるようになることが、他人の手を借りることがそんなに苦にならなくなるんじゃないでしょうか。介護を受ける年齢になったときに、他人の介護を受けることに抵抗をなくしておくこと、それは若い者も準備しておかなければならないと思います。

今、母は自分では一切にもしませんので、役立つことはありませんし、手がかるばかりになりました。でも、そのことが、家族が嫌じゃなければ、存在の理由も価値もあるんです。私は、何にもできずに寝ているだけであなたかに生かしてもらっているという時があるというのを、いつも母に教えてもらっているんです。そういう意味では、とても家族のためになっていますし、人はそれだけで価値があると思えると、介護することが苦にはならないんです。

まわりと良い関係を作っておくことが、地域で最期を迎えるためには大事だと思うので、今から知っている人と、そこで最期を迎えたいと伝え合えるような関係を作っておくことが基本じゃないかなと思っています。

荒井さん 陶町では、高齢の一人暮らし、または二人暮らしの方がすくく増えているように思います。いずればどこかの施設や子どもがいるところへ行かないといけないが、できるだけ陶町にとどまると、最後の最後まで家にいたいということをおっしゃるんです。これから介護保険制度ができませんけど、制度だけではなくて、話し合ったり、いろんな精神的なケアなどできるようなものになるといういつも考えています。

市長 入院していれば、病気を治してくれるのは先生ですが、精神的なケアというのは、看護婦さんのほうがしつかりやっているという面もあるのではないかなと思います。そういう意味で、精神的なケアとい



高嶋 芳男市長

うのは基本的には家族であり、地域の人であり、友だちであるという面が、人間社会には大事ではないかと思えます。

林さん 体が病気になる、人間はそんなに強いものじゃないです。心まで病気になるってしまふんです。私たちは、医療に対して何の資格もないものから、直接患者さんに触れることよりも、本を通じて心をやす、心のケアができればいいなということ、移動図書というに取り組んでいます。

ボランティア養成講座のときに、お風呂に入れてさしあげたんです。服を脱いで入れてもらう側になると、心もさらけ出さないといけないんです。コミュニケーションができていないと、それは難しいなと思いました。だから、私たちの場合は、そういう患者さんとのふれあいはやめようと思いました。

有我さん 私も昭和病院でお世話になったけど、看護婦さんが本当に丁寧なやっつけてくださいました。また、一生懸命やっつけてくださると、病気が治るような気がします。

林さん 文明の利器を使うことと、声をかけること、その2つの柱を持ちながらやって行けたらいいですね。病気を直しながら、心の通い合いというものが

必要ではないですか。

有賀さん 介護される以前の方を、まず考えることが必要ではないかと思っています。今年4月から、70歳以上の一人暮らしの方に、「ひなたぼっこ」という機関紙を配っています。ボランティアの方が作っていて、私たち福祉委員はただ配るだけの役なんですけど。目が不自由な方には、私が一通り読んでいます。それだけでも気分よくしていただけるから、そういうことも大事じゃないかと思っています。

ですが、相当年数がからならいと第三者の方には心を開けられないんじゃないでしょうか。一人暮らしばかりじゃなくて、二人暮らしでも条件は一緒だと思ふんです。ただの一人暮らしであると解釈せずに、各小学校下ぐらいに宅老所的なものがあれば、地域の拠点になりますので、各地区の老人作業所がもう少し宅老所的になって、みなさんの交流などの場になればと感じました。

鈴木さん ボランティアだと、専門性がないからここまでしゃやれないというところがあるんじゃないかなと思つたんですね。私たちも施設へ行きまふけど、ここまでしゃやれない、これ以上は職員のやるところだからと手は出さなないんですけど、



鈴木 佐代子さん

宅老所ではそういうところはないですか。

荒井さん 食事づくりには手を出さないっていうボランティアさんもいらつしゃいますので、そういうことには遠慮していただいてますし、ほかにも利用者の方の話し相手とか、散歩に出るときに一緒に付き添ってもらうとか、いろんなボランティアをしていただいています。

また、私たちは小人数で小さなグループですので、この前みなさんも一緒にお連れして、温泉へ日帰り旅行をしたんですけども、病院と違いまして一人ずつ介護しなきゃいけないので、私たちも全部一緒にお風呂に入りまして、細かなふれあいができました。それから、宅老所の雰囲気なども、より家族的になつたようです。またぜひこういう機会がありましたら、どんだん外へお連れしていただけるいなと思つています。

* * *
貴重なご意見をありがとうございました。

介護休業制度などの義務化のお知らせ

平成11年4月1日から、介護休業制度、介護のための勤務時間短縮などの措置は、事業所の業種、規模にかかわらず、一律に事業主の義務となります。

平成11年4月1日から、介護休業制度、介護のための勤務時間短縮などの措置は、事業所の業種、規模にかかわらず、一律に事業主の義務となります。

育児休業と同様、介護休業についても育児・介護休業法を根拠に申し出を行うことにより、一定範囲の労働者が取得できる権利となります。

介護休業は労働基準法の「休暇」にあたりますので、その取り扱いについては、就業規則に記載する必要があります。

就業規則への記載がまだお済みでない事業所におかれては、施行日までに整備されるようお願いいたします。導入が必要な制度は、次の3つです。

介護休業制度

家族を介護する労働者の深夜業を制限する制度
介護のための勤務時間短縮などの措置
深夜業の制限の制度については、小学校就学の始期に達するまでの子を養育する労働者に対しても適用されます。育児休業規定などに整備されているか、併せてご確認ください。

当室では「介護休業規則の規定制」を用意しています。また、労働省ホームページでも規定例がダウンロードできますので、ご利用ください。

お問い合わせ 岐阜女性少年室
☎ 058 245 3046
ホームページ・アドレス
<http://www.mol.go.jp/>

春休み親子映画会のお知らせ

長編アニメーション映画「ガンバとカワウソの冒険」
入場無料

ガンバなど6匹の個性的なネズミたちとカワウソの危険な旅と冒険の映画です。

ぜひ、見にきてください。
日時 3月30日(火)13時30分
場所 総合文化センター
車椅子などの購入のための募金にご協力をお願いします。
問い合わせ 瑞浪市社会福祉協議会 (☎ 68 4148)

小中学校の9年間

無欠席で頑張ったみなさん

卒業おめでとう



市内の六つの公立中学校で四百八十五人（瑞浪中学校百三十七人、瑞陵中学校百十二人、陶中学校六十二人、稲津中学校七十人、日吉中学校三十七人、釜戸中学校六十七人）の生徒のみなさんが3月10日、卒業式を迎えました。

この中には、小学校から中学校までの9年間を1日も休まず通学した生徒が二十三人もみえました。この皆出席は、生徒自身の努力はもとより、家族やまわりのみなさんの協力があつてできたものではないでしょうか。

この丈夫な身体と強い精神力を、これからの高校生活や社会での原動力にしてほしいと思います。

新たな出発に意欲を燃やすみなさんは、次のように話してくれました。



瑞浪中学校
伊藤 隆夫くん

両親や友だち、先生方のおかげで9年間皆勤することができました。本当にありがとうございました。

家族や先生方のおかげで、元気で健康的に過ごすことができました。ありがとうございました。



瑞浪中学校
林 恵さん



瑞浪中学校
工藤 義尚くん

9年間、かなり楽しく素晴らしい日々で、毎日学校に来られました。家族、友だち、先生に感謝します。この賞をもらい感謝無量です。



瑞浪中学校
小倉 健子朗くん

僕が9年間欠席しないでいられたのは、家族や友人のおかげです。だから、家族や友人に感謝したいと思います。



瑞浪中学校
原 照久くん

今まで9年間頑張つて登校できたのも、友だちや先生方のおかげです。その中でも、僕を元気に育ててくれた両親に感謝したいです。

熱を出しても学校へ行つて平熱になって帰ってきたこともありました。いろんな人の支えがあつてこそです。ありがとうございました。



瑞陵中学校
宮地 ゆかりさん



瑞陵中学校
福永 泰子さん

9年間の学校生活はとても楽しく充実したものでした。それは、家族や友だち、先生のおかげだと思います。ありがとうございました。



瑞陵中学校
渡辺 竜也くん

「9年間無欠席で！」と思い小学校に入学しました。目標をもって頑張ることは良いことだと思いました。支えてくれた人に感謝。



瑞陵中学校
成瀬 真弓さん

9年間、休まず学校に来れたことを誇りに思います。これからも健康に気をつけて生活したいと思います。

9年間よく頑張れたと思います。このことを誇りにして、これからも楽しく過ごしていきたいです。



稲津中学校
中山 聡くん

9年間皆勤できた。あまり意識はなかった。しかし、今思うとすごいことで感謝している。家族の支えのおかげと感謝の気持ちです。



陶中学校
西尾 和英くん

9年間無欠席できたということは、我ながらすごいことだったと思います。自分に「頑張った」と言いたいです。



瑞陵中学校
岩木 孝洋くん



稲津中学校
岩島 藍さん

9年間、無欠席で過ごせてとてもうれしいです。これからも健康に注意して生活していきたいようにこころがけていきたいです。



稲津中学校
和田 拓己くん

元氣よく登校ができたのも、父や母の温かなまなざしがあったからだと思います。今は「本当にありがとう」のただ一言です。



稲津中学校
加納 ゆかさん

9年間頑張れたのは、支えてくれた家族のおかげです。皆勤をこれから生かしたいです。

私が9年間、1日も休まずに学校に来れたのは、しっかりと自己管理が出来たからだと思います。誇りにしていきたいと思えます。



釜戸中学校
春日井 梨恵さん

この9年間、休みたくても休めない日々が続いた。何故自分は...と思うことがよくあった。ここまで来るのは本当につらかった。



釜戸中学校
金原 成保くん

学校は、多くの友だちがいてとても楽しかった。母は、私を丈夫に育ててくれました。友だちと母に感謝しています。



日吉中学校
小栗 智子さん



釜戸中学校
田中 裕子さん

9年間、いつも健康だったわけではないけれど、学校が楽しかったし、周りの支えもあって学校に通い続けることができました。



釜戸中学校
北山 佳奈さん

小学1年生からの目標を今達成することができて、とてもうれしいです。頑張った私に拍手！ エライぞ私！ 祝 皆勤賞！



釜戸中学校
中島 那美さん

この9年間いろんなことがあった。ここにのれるように頑張ったかいたが思ったと思っています。



9年間いろいろあったけど休まずにこれたのは、家族やまわりの人のおかげだと思います。本当にありがとうございました。



釜戸中学校
宮地 輝くん

9年間頑張り学校へ通えたので、よかったと思います。9年間って早かったなあ。ありがとうございました。



釜戸中学校
中島 有美さん



▶楽しそうに料理を選ぶ生徒たち

卒業ハイキング給食

市内の各中学校では3月6日、卒業を間近に控えた3年生がハイキング給食を楽しみました。この給食では、9年間の学校給食の最後に思い出に残る楽しい食事ができるようにと、五平餅やエビフライなど生徒たちからのリクエストによる31品目の料理が、給食センターで真心を込めて調理されました。生徒たちは、それぞれ自由に料理を選んで、友だちや先生と学校生活の思い出などを話しながら、楽しそうに食事をしていました。



▶お昼に振る舞われた豚汁

楽しいふれあいの広場

宮前児童館で2月27日、『老人と子どもふれあい広場』が開かれました。この催しは、伝統的な遊びを通して、高齢者と子どもたちのふれあいの場を作ろうとするもので、社協瑞浪支部などの企画により毎年行われています。参加した子どもたちは、高齢者らに教わりながらたこや竹馬を作ったり、綱引きやゲームなどを一緒に楽しんでました。お昼には温かい豚汁などが用意され、参加者たちは心のこもった料理と、楽しい会話で交流を深めていました。

みんなの広場

水落 恭平くん(2歳)
加藤 明日香さん(3歳)

恭平くんは、車や電車のおもちゃが気に入りで、歌や踊りが得意です。
明日香さんは、いつも元気がよくて、妹の面倒見のよいお姉さんです。
お母さんたちは、素直で優しい子に育ててほしいと話していました。

- 宮前児童館 -

「みずなみ陶器まつり」のお知らせ

日時 4月3日(土) 10時から17時まで
4月4日(日) 9時から16時まで
会場 瑞浪駅前広場周辺
内容 陶磁器廉売市、お楽しみ抽選会、各種イベントなど
問い合わせ 瑞浪商工会議所 ☎67 2222

弓道教室

開催のお知らせ

瑞浪市弓道連盟では、市民のみなさんを対象にした弓道教室を次のとおり開催します。

日時 4月2日(金)より10回
(毎週火・金曜日の19時より)
会場 瑞浪市弓道場

(勤労青少年ホーム裏)
費用 1,000円(保険代)

申込期限 3月25日(木)

問い合わせ・申込先

市民体育館 ☎68 0747

中根 辰良 ☎68 6345

作陶講座

端午の節句の

男雛作り



日時 4月4日(日) 9時より

場所 瑞浪陶磁資料館

講師 伊野重幸さん

受講料 1,200円

定員 30人

申込期限 4月1日(木)

申込先 瑞浪陶磁資料館

☎68 2506

化石いろいろ

第5回

哺乳類

アンネクテンスゾウ



ゾウは、キリンとともに動物園の人気者で、人間の暮らしと関わりの深い哺乳類です。

ゾウの仲間は、およそ3500万年前に出現しました。その頃のゾウは、上アゴ・下アゴからキバをはやし、現在のゾウに比べるとだいぶ違った格好をしていたようです。

アンネクテンスゾウは、東濃地域の1800万年前の地層から見つかった日本最古のゾウで、長くのびた下アゴとその先端にあるキバ、そのごつごつとした臼歯が特徴的です。近い種類は、中国・ヨーロッパから報告があります。

▶力走する選手たち



早春の熱戦

陶一周駅伝

第35回陶一周駅伝競走大会が2月21日、陶小学校を発着点とする2コースで開催され、地元チームをはじめ市内外から合計76チームが参加しました。

厳しい寒さの中、選手たちは沿道からの熱い声援を受けながらタスキをつないで力走し、早春の陶のまちを駆け抜けました。陶小学校では、街づくり推進協議会のみなさんが温かい豚汁などのサービスを行い、集まった選手たちを歓迎していました。上位の結果は次のとおりです。

- | | |
|-------------|----------------|
| 一般男子 一部 | 麗澤瑞浪 |
| 高校 | 瑞浪陸友A 明智商業 |
| 二部 | 瑞浪陸友B 瑞浪市 |
| 消防本部 | 陶生苑ランナース |
| 一般女子 | 東町レディーヌ+ |
| 中学生 男子 | 陶陸上クラブ |
| 女子 | 瑞浪中A 麗澤瑞浪中 |
| 女子 | 瑞浪中 南ヶ丘中陸 |
| 上部 | 陶中バスケット部 |
| 小学生・スポーツ少年団 | |
| 男子 | 陶陸上スポーツ少年 |
| 男子 | 瑞浪スパローズ6年A |
| 男子 | 妻木野球スポーツ少年団A |
| 女子 | 中津川ジュニア陸上 |
| 女子 | クラブA 精華ミニバスケット |
| トボールクラブ | 陶陸上スポーツ少年団 |

がんばつてます！

第9回

5つのえんどう豆

5つのえんどう豆(代表永井かな子さん)は、市民図書館で行われている『おはなしの時間』で、第1・第3土曜日に本や紙芝居の読み聞かせをしてみえるグループです。

ボランティア講座をきっかけとして、昭和62年5月に結成されました。現在は6人で活動し、図書館の絵本のコーナーから選んだ本を、毎回10冊ほど読み聞かせています。

話を聞きに来るのは、主に2〜3歳の子もたちで、親子連れで来てくださるそうです。興味深く聞いてもらえる

ように、読み聞かせの他にミニゲームやクイズをするなど、いつも工夫をこらしています。

みなさんは、「いつでも良い本との出会いがあり、それを通じて子どもたちとふれあいができることがうれしい」と話されます。そのふれあいのなかで、よく来る子と顔なじみになり、街で見かけると声をかけてくれたり、大きくなった子が読み聞かせをしに来てくれたりするそうです。

また、話を聞くことで子どもたちの集中力や協調性などが養われ、そういった成長が見られるとき、やってきてよかったと思えるそうです。

今後は、ここ1年ほど取り組んでいる影絵についても、もう少し時間を持ってやっていきたいと話してみえました。

連絡先 永井かな子

☎ 6 8 3 4 3 0



スポーツ少年団の活動と現状

心も体も発育期の子どもたちにとって、スポーツを行うことは非常に大切なことです。瑞浪市スポーツ少年団（山内典義本部長）は、二十一世紀を担う子どもたちの、あらゆる可能性を引き出すとともに、青少年の健全な育成をめざして活動しています。

瑞浪市スポーツ少年団は、「1人でも多くの青少年にスポーツの喜びを!」青少年のからだ

の指導者のもと、五九六人の団員がそれぞれのスポーツ少年団で活動をしています。各スポーツ少年団では、普段の練習以外にキャンプやクリスマス会などの行事も行い、団員相互の交流を図っています。

現在瑞浪市のスポーツ少年団は、野球7団、ソフトボール7団、剣道4団、陸上2団の合計20団で構成されており、六〇人

としては、各種目ごとに交流会を行っています。また、毎年秋には運動会を行い、団対抗のリーグやソフトボール投げ、育成者や指導者も参加しての綱引きなどを行い、スポーツを通して交流を深めてきました。

また東濃地区で行われる野球ソフトボール、剣道、駅伝の各交流会や、土岐少年自然の家での宿泊リーダー研修会、春にはウォークラリーなどにも参加しています。

こうした活動を通して、子ども同士のいきいきとした交流が盛んに行われ、豊かな心と体を育んできました。



秋の運動会

これからは、学校週五日制の実施による自由時間の増大で、スポーツ少年団の果たす役割はますます重要になってきます。

しかし、少子化による団員の減少で、今後の運営が難しくなってくることや、指導者が不足してくることも予測されます。

将来に向かって伸びていこうとする子どもたちのスポーツを楽しむ場をなくさないため、また地域と学校の連携を深めるためにも、多くの方のご協力が得られればと考えています。

団員・指導者募集

瑞浪市スポーツ少年団では、平成11年度の団員・指導者を募集しています。スポーツを通して体を鍛えたり友だちとの輪を広げたい小学生、ボランティアで子どもたちを指導していただける方、多くの方の参加をお待ちしています。

申し込み

各スポーツ少年団指導員

問い合わせ

スポーツ少年団事務局（市民体育館内）68 0747

生涯学習モデルグループ

自然の妙なる声を聴いて

瑞浪俳句会 代表 水野爽径

私たち「瑞浪俳句会」は、現会員17名ほどのグループで、一人ひとり作句活動の成果を月一回の句会に持ち寄り、その句を選びあうという形の中で勉強している。

昭和40年10月に瑞浪公民館主催の俳句初学講座が、俳誌「恵那」主宰の太田嗟先生を講師として開かれ、俳句を基礎から学びたいという人たち

10名ほどが受講し、その人たちによって今の形式で句会を持つようになった。

会場は宝林寺をお願いし、その後は会員各自の家などで行っていたが、年月がたつに従って会員も増え、瑞浪文化会館を拠点とするようになった。そして現在はハートピアで毎月第二金曜日を例会として定めて行っている。

ここで出した句は、後日、太田嗟先生や「夏爐」主宰の木村蕪城先生に送り、選と添削による指導を受けている。会員の作句活動は、このほ

か「恵那」による木曾谷探勝句会、発行所句会などに参加するほか、各自吟行に出かけるが、野の花や小鳥など、季節の移り変わりによって新しい姿を見せてくれる自然の景觀を心の深くに受け止め、十七字に結晶させようと正に鏝骨の刻を過す。

小さいグループではあるが、折角歴史を重ねてきたこの文芸活動の灯を、今後一層輝かしいものにするよう励んでいきたい。



頑張ったあかし「歯の塔」

日吉小学校では、昨年の全日本歯科保健最優秀校（文部大臣賞）受賞の記念に、同校PTA（小栗晃会長）からモニユメントの「歯の塔」が贈られ、2月14日除幕式が行われました。

日吉町の小栗正敏さんがデザインした「歯の塔」は、「地域」「学校」「家庭」を表す3本の三角すいに、子どもを表す球があたたく包まれています。

除幕式では、児童を代表して6年生の大竹利恵さんが、次のようにお礼の言葉を述べました。

＊ ＊ ＊
「歯の塔」ほんとうにありがとうございました。

私は、日吉小学校の6年間で一番心に残ったのは、歯の優秀校として文部大臣賞を受賞できたことです。

すこし前まで日吉小学校は、市内で最もよくない歯だといわれていました。そのため、歯みがきを中心に歯と口の健康づくりを全校でがんばってきました。それが実って昨年は県で一番に、そして今年日本一となりました。なんか大ドンドン返したようです。心に残りました。文部大臣賞を受賞できたのは、みんなが協力して歯をきれいに

したからこそです。私自身はあまり歯がきれいというわけではありませんが、これを機会に一度歯を大切にしたいです。「歯の塔」は、私たちががんばったあかしとしていつまでも残り続けます。



奨学金制度のご案内

特に優秀な学力・資質を持ちながら、経済的理由により修学に困ってみえる方のために、奨学金制度があります。

資格 高等学校・短期大学・大学に在学中で、市内に1年以上住所を有している方
奨学金額（月額）

生涯学習読本シリーズ 4
「みずなみ四季の味」
高度経済成長により核家族化が進み、母から子へ伝承された「おふくろの味」はすっかり影を潜めています。

本誌は、郷土みずなみの旬の味、行事食などを掘り起こし、現代の食卓によりがえらそつと企画・編集したものです。ぜひ、みなさんの家庭に置いていただき、ご活用ください。
発売予定 3月末
頒 価 一、五〇〇円
総合文化センター、各コミュニケーションセンター、市役所売店で取り扱います。

発行のお知らせ

照会先 生涯学習課

☎ 6 8 5 2 8 1



生涯学習施設 4月の休館日

総合文化センター	5日、12日、19日、26日、30日
市民図書館	5日、12日、19日、26日、30日
市民体育館	6日、13日、20日、27日、30日
化石博物館 陶磁資料館 市之瀬記念美術館 地球回廊	5日、12日、19日、26日、30日
文化会館	1日、8日、15日、22日、29日

スポーツ交流会結果

（敬称略）

バドミントン交流会

《1月24日(日)・市民体育館》
男子ダブルス

優勝 橋本充弘・橋本和義

第2位 深谷陽一・清水圭三

第3位 稲垣光博・鈴木 圭

女子ダブルス

優勝 永井明美・渡辺孝子

第2位 竹内とくとく・西尾裕美

第3位 加藤正子・小木曾洋子

松井文子・岩島淑子

インディアカ交流会

《2月21日(日)・市民体育館》

男子の部

優勝 サウンドグレイ

第2位 アルアルファーB (レク協)

第3位 アルアルファーA (日吉地区)

第3位 トライアングルA (稲津地区)

混合の部

優勝 ティ・エス・シーA (瑞浪地区)

第2位 アルファアルファA (日吉地区)

第3位 コパディアアカ1 (土岐地区)

女子の部

優勝 ウインズ(日吉地区)

第2位 サウンド・ピンク (瑞浪地区)

第3位 ZOOズー(稲津地区)



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)	日吉コミュニティセンター	15:10~15:50
	宿	16:00~16:20
	月吉	16:30~16:50
13日(水)	小里	15:30~16:00
	萩原	16:10~16:30
16日(金)	明賀台	15:20~15:50
	新山田	16:00~16:20
17日(土)	薬師	13:30~14:00
	白倉	14:20~14:50
	細久手	15:00~15:20
	深沢	15:30~16:00
18日(日)	猿爪	11:00~12:00
	大水川	13:00~13:20
	旭上町	13:30~14:00
	サニ-ヒルズ	14:10~15:00
	サニ-ヒルズ	15:10~15:30
28日(水)	棚田山	15:30~16:00
	羽広	16:10~16:30

ミニ展のご案内

郵便記念展

4月6日~5月4日



今回のミニ展は、4月20日の通信記念日、郵便週間、切手趣味週間にちなんで、恵那市在住で図書館の古文書編集委員である林欽郎さん所蔵の郵便切手などを展示します。ぜひご覧ください。

『こまどり号』からのお知らせ

●釜戸町のステーション廃止

新しい釜戸コミュニティセンターが4月にオープンしますが、その図書室に市民図書館の本が並びます。

釜戸町内では、これまで移動図書館車「こまどり号」が6つのステーションを毎月1回巡回して本を貸出してきましたが、同センターのオープンに併せて、4月から廃止します。長い間のご利用ありがとうございました。4月からは、同センターで本を読んだり、ゆつくりと本を選んで借りることができそうです。ぜひご利用ください。

●リクエスト制度

図書館から遠い方や車で来館できない方のために、こまどり号が毎月各ステーションを巡回しています。

こまどり号では、利用されるみなさんのご希望の図書を提供できるよう、リクエスト制度を設けています。

リクエスト制度は、読みたい図書を予約することによって、本棚にない本でも、利用できるものです。

電話一本で、次の巡回日に、あなたの最寄りのステーションまでお届けします。新しく出る本や、人気があつて貸し出しの多い図書などにリクエスト制度をご利用ください。



『陶製いす』展示中

3月のミニ展は教科書展を開催していますが、学習ということに関連して、陶芸家増田豊さんの作品でちよつと風変わりな『陶製いす』を同時に展示しています。教科書展と併せてご覧ください。

資料を

募集しています

図書館では、特色ある図書館づくりを目指して、日頃から資料の収集に力を入れています。

その中で、瑞浪の農事・花・鳥・自然に関するこよみ、歳時記などの資料を探しています。

ご自身でまとめたもの、研究されている方がありましたら、今昔にかかわらず、図書館までご連絡ください。

季節のよば

『三寒四温』

冬から春にかけては、暖かい日と寒い日がかかるがわる訪れ、なかなか気候が安定しません。これを「三日間寒い日が続いたあと、四日間暖かい日が続く」という意味で、三寒四温といわれます。

4月の不燃ごみ・資源ごみ収集日

収集日	収 集 地 区	
	不 燃 ご み	資 源 ご み
1日(木)		小田町、西小田町、和合町、大法原団地
2日(金)	松ヶ瀬町、薬師町、明世町	一日市場、木暮、清水、朝日町、水の木
5日(月)	釜戸町(宿、西大島、中大島、東大島、竜吟団地)、大湫町	桜堂、名滝、名滝団地、下沢、奥名、庄ヶ洞、仲ヶ平、大草、大久手
6日(火)	釜戸町(上記以外の地区)	
7日(水)	本町、浪花、中組、竜門、益見、上平町、学園台	陶町(猿爪)
8日(木)	一色町、樽上町、公園、上野町、ひばりヶ丘	陶町(水上、大川)
9日(金)	宮前町、高月町、下沖町、須野志町	栄町、元町
12日(月)		日吉町(本郷、白倉、宿洞、宿、南垣外、半原、常柄)
13日(火)	稲津町(小里)	日吉町(上記以外の地区)
14日(水)	稲津町(萩原)	山田町、明賀台
15日(木)	小田町、西小田町、和合町、大法原団地	
16日(金)	鶴城、鶴城団地、市原	本町、浪花、中組、竜門、益見、上平町
19日(月)	一日市場、木暮、水の木、朝日町、清水	宮前町、高月町、下沖町、須野志町
20日(火)	陶町(猿爪)	松ヶ瀬町、薬師町、明世町
21日(水)	陶町(水上、大川)	釜戸町(宿、西大島、中大島、東大島、竜吟団地)、大湫町
22日(木)		釜戸町(上記以外の地区)
23日(金)	桜堂、名滝、名滝団地、下沢、奥名、庄ヶ洞、仲ヶ平、大草、大久手	鶴城、鶴城団地、市原
26日(月)	山田町、明賀台	
27日(火)	日吉町(本郷、白倉、宿洞、宿、南垣外、半原、常柄)	稲津町(萩原)
28日(水)	日吉町(上記以外の地区)	稲津町(小里)
30日(金)	栄町、元町	一色町、樽上町、公園、上野町、ひばりヶ丘

ペットボトルの出し方
(ただし、飲料用、酒類用、しょうゆ用に限ります。)
マークを確認してください。
キャップをはずしてください。
中をゆすいでください。
つぶしてください。
資源ごみ収集日に出してください。
資源ゴミの各ステーションには、分別ハサミが用意してありますので、ご利用いただきリサイクルにご協力ください。
紙パックは公共機関などの回収ボックスが資源回収に出してください。また、食品用トレーは、公共機関などの回収ボックスに出してください。



PET に限ります

お知らせ

INFORMATION

●屋外体育施設 ナイター利用のご案内

市民野球場・市民テニスコート・樽上野球場は、ナイター施設を利用することができます。利用を希望される方は、次のところへ申し込んでください。

ナイター利用期間 = 4月10日(土)から10月30日(土)まで
市民野球場・市民テニスコート

市民体育館 ☎68 0747 (電話予約はできません。なお、ナイターの休日は市民体育館とおなじです。)

樽上野球場

瑞浪地区ナイター運営委員会・成瀬 勇 ☎68 5492
樽上野球場を利用するとき、また野球を観戦するときは通行の障害となりますので、付近の道路に車を止めないようにしてください。

●バサラ瑞浪 新曲発表会のお知らせ

踊りを通して仲間づくり、まちづくりを進めるバサラ瑞浪普及振興会では、新曲の発表会を行ないます。

新曲は「おかみさんソーラン・バサラ」。「お母さんの元気がまちの元気」をテーマに、6月の札幌よさこいソーラン祭りで披露、全国のまちの元気を応援します。

発表会には、札幌より組織委員会専務理事の長谷川岳さん、作詞作曲の宮本毅さんらが出席の予定です。

また、宮本さんによる本場どっこいしょタイムもありますので、ご家族、友人でお気軽にご参加ください。

日時 = 3月18日(木) 19時~21時

会場 = 市民体育館第一競技場

運動のできる服装で、上履きを持参してください。

問い合わせ = 普及振興会・永治昌代 ☎68 2248

●男女雇用機会均等法 改正のお知らせ

平成11年4月1日から、改正男女雇用機会均等法が施行されます。募集・採用、配置・昇進・教育訓練、一定の福利厚生、定年・退職・解雇について、女性に対する差別を禁止しています。

女性に対する差別とは、女性を不利に取り扱うことはもとより、女性のみを対象とすることや女性を優遇すること含まれます。また、この法律は、セクシュアルハラスメントの防止対策および妊産婦の健康管理のための措置を義務づけています。

改正均等法では、労働者の募集および採用について、女性に対して男性と均等な機会を与えなければならないと規定しています。

問い合わせ = 岐阜女性少年室 ☎058 245 3046

保健センター だより

☎ 67-2700

● 健康相談

場所 = 保健センター

相談名	日時	内容
医師による健康相談	4月7日(水) 14時～15時	医師による個別相談、 検尿、血圧測定
栄養相談	4月7日(水) 9時～15時	乳幼児・妊婦・成人・老人 の方や食事療法の必要な方 の相談に応じます。 電話での予約が必要です。
乳幼児相談	4月7日(水) 9時30分～11時	乳幼児の身長・体重測定や 育児相談などを行います。 母子健康手帳を持参して ください。

● 婦人の健康づくりメモ ●

「更年期障害」って聞かれたことがありますか？

更年期障害とは、月経が安定し生殖機能が充実している成熟期を過ぎ、老年期を迎えるまでの閉経年齢をはさんだ前後2年くらいをさし、年齢でおよそ45～55歳の間の一時期のことをいいます。

女性ホルモンと生活環境が影響

この時期は、女性の卵巣ホルモンの分泌が急激に低下するとともに、子どもの自立、パートナーの定年・老後への不安など環境的ストレスが山積するため、人により一般に不定愁訴といわれる、月経不順、頭痛、腰痛、肌荒れ、じんましん、のぼせ、発汗といった多様な体の変動がみられることがあります。

更年期の上手な過ごし方

更年期の訪れは自然の摂理。あまり深く悩んだりせず、新たなライフステージのステップを兼ねて、次のことなどに留意して、明るく元気に過ごしましょう。

- 食事をバランス良くとる。
- 熱中できる趣味やボランティア活動などをみつける。
- おしゃれや外出も積極的に！
- つらい時は友人や家族に相談する。
- 婦人科の医師に相談する。



● リハビリ教室のご案内

	場所	期日	時間
月曜友の会	市民福祉センター・ハートピア	3月29日(月)	9時30分～11時30分
		4月5日(月)	
		4月12日(月)	
		4月19日(月)	
まつの木会	陶宅老所・いちにのさん	4月9日(金)	9時30分～11時30分
		4月23日(金)	

対象者 = 40歳以上で、脳卒中などの病気で身体に障害のある方。

申し込み = 電話などで保健センターへ
みんなで楽しみながら、リハビリ、体操、ゲーム、手工芸などを行っています。障害があり、あまり外出ができない方など一度見学にいらしてみませんか。

休日歯科診療

平成11年度より、歯科休日在宅当番医制が始まります。詳細につきましては、『広報みずなみ』4月1日号に掲載いたしますのでご覧ください。



● 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	その他
4カ月児健康診査	3月23日(火)	13時30分～14時	平成10年11月生まれの子	母子健康手帳をご持参ください。
3歳児健康診査	3月26日(金)	12時30分までにお集まりください	平成8年2月生まれの子	尿検査があります。早朝尿を50ccぐらいと母子健康手帳をご持参ください。歯ブラシをご持参ください。
6カ月児健康相談および離乳食教室	4月6日(火)	9時30分～9時45分	平成10年10月生まれの子	母子健康手帳をご持参ください。
2歳児歯みがき教室	4月5日(月)	9時～11時	平成9年4月生まれの子	母子健康手帳、使用中の歯ブラシ、コップをご持参ください。