

ひろちゃんの一発発起
トマト収穫真っ只中!

ひろちゃん農園での冬春トマト収穫の様子(土岐町)

おりべ12chで特別番組を放送します!

移住定住をテーマに、Uターンで瑞浪に帰ってきて農業を始めた足立寛さん(大湫町)に密着した番組を放送します。ぜひご覧ください!

■期 間 3月16日(土)~3月22日(金) 8時30分~/21時45分~ ■番組名 「みずなみ暮らし~そうだ、地元に戻ろう~」



かけがえのない日々

～小中学校9年間皆出席～

3月1日・3月5日、市内の公立・私立中学校6校の卒業式が行われ、367人が卒業を迎えました。
このうち、小学校から中学校までの9年間を皆出席で通学した、21人を紹介します。



瑞浪中学校

- (後列左から)
- 山根 颯太さん 毎日、早寝・早起きを大切にして、生活しました。
 - 中島 溪悟さん 「健康第一」で日々を過ごすことができました。
 - 梅屋 晃明さん どんな日も楽しく元気に頑張ることができました。
 - 水野 琢人さん 友達や家族がいたから、毎日学校を楽しめました。
- (前列左から)
- 有賀 一花さん みんなと一緒に、毎日楽しく過ごせました。
 - 岡田まどかさん 「病は気から。9年無欠!」これが私の合い言葉。
 - 三宅 優希さん 学校に行くのが楽しかったので毎日行きました。
 - 中島 夕海さん 手洗い・うがいは毎日かさずに行いました。



瑞陵中学校

- (左から)
- 保 こなつさん これからも健康に気を付けて元気に頑張ります!!
 - 白滝 公康さん 家族の支えがあったからこそ、頑張れました。
 - 小野寺 葵さん 大好きな家族のおかげで9年間頑張れました。



麗澤瑞浪中学校

- (後列左から)
- 近藤 翔さん 学校に通学するのはとても楽しかったです。
 - 溝口 麻海さん いろんな方のおかげで頑張ることができました。
 - 大谷 渚月さん 健康に学校に通うことができうれしいです。
 - 田名部理月さん 学校を休まないことが親孝行の一つだと思います。
- (前列左から)
- 竹中 彩乃さん 体が丈夫なのは、恵まれていると思います。
 - 松村佳代子さん たくさんの方に支えられたので頑張れました。
 - 纈纈 莉生さん 家族や周りの方のおかげで健康に過ごせました。
 - 西尾 姫香さん 家族の協力のおかげで元気に学校生活を送れました。



日吉中学校

正木 理史さん 毎日の生活習慣を乱さないことで毎日頑張れました。



瑞浪南中学校

篠宮壮一郎さん 家族のサポートのおかげで学校に通えました。

3月21日 ……世界ダウン症の日
 4月2日 ……世界自閉症啓発デー
 4月2日～8日…発達障がい啓発週間

一人ひとりの特性に理解を

人間は一人ひとり違いを持って生まれます。成長過程も人によって異なります。ダウン症のある人は、発達の仕方が緩やかです。発達障がいのある人は、得意なことと苦手なことの差が極端で、コミュニケーションや行動、学習などの能力に偏りが見られます。周りの人から理解されにくく、誤解や偏見が生じることも少なくありません。本人・家族・周りの人がその特性を正しく理解し、一人ひとりに合った対応を工夫することが、生きづらさの緩和につながります。誰もが自分らしく安心して暮らせる社会の実現に向け、理解と支援を広げていくことが大切です。

発達障がいとは

生まれつきの脳機能の特性により、社会生活を送る上でさまざまな困難が生じている状態をいいます。自閉症をはじめさまざまな種類があり、症状や直面する困難は十人十色です。他の人が簡単にできることも、うまくできないことがあります。

決して親の育て方や本人の努力不足が原因ではありません。できないことを責めるのではなく、できたことをほめ、小さな成功体験を重ねることで、得意な分野をのびさせていきましょう。

短く具体的に説明する、音や光に配慮する、パニックを起こしたときは少し時間を置いて混乱から抜け出すのを待つなど、その人に合った接し方、言葉の選び方を周りの人が知り、温かく見守ることが心強い支援になります。

ダウン症とは

正式名は「ダウン症候群」。医師の名前にちなみ付けられた名称で、染色体の突然変異により起こる先天性疾患です。個人差はありますが、知的・言語・運動面などでの発達の遅れ、身体的な合併症、筋緊張の低下、特徴的な顔つきが見られます。

本人の発達に必要な支援、家族の不安を和らげる心のケア、正しい知識を得ながら、周りの人も一緒に温かい目でゆっくりと成長を見守りましょう。



◎問合せ 社会福祉課 ☎68-2113

医療費のお知らせ(医療費通知)の 所得税等の申告への利用について

医療費通知は、国民健康保険の被保険者の皆さまの健康と医療費の実情に対する認識を深めていただくため、世帯主様あてに送付しています。

これまで、受診者名、診療年月、入院・通院の別、日数、医療費の額、医療機関等の名称を記載していましたが、平成31年1月診療分以降の医療費通知は【患者負担額】の項目を追加するなど、様式を変更する予定です。

これにより、様式変更後の医療費通知は、所得税等の申告における医療費控除の添付書類として使用できるようになります。

* 所得税等の申告を行う場合、医療費通知に反映されていないものについては、申告者自身で追記や訂正をする必要があります。また、高額療養費の支給額は、記載されていないので、補填額として自己申告してください。

◎問合せ 保険年金課国保係 ☎68-2118



狂犬病予防接種のお知らせ

生後91日以上の子犬を所有する方は登録を義務付けられており、毎年1回、狂犬病の予防注射を受けなければいけません。

市では、岐阜県獣医師会の協力を得て、平成31年度(2019年度)の狂犬病予防集合注射を実施します。愛犬の登録をされている飼い主の方には、3月下旬から4月上旬に、はがき(狂犬病予防注射済票交付申請書)を郵送しますので、下記の集合注射の日程と会場をご確認の上、注射を受けてください。

予防接種の日程および実施場所

月日	実施場所・時間					
4/8 (月)	稲津コミュニティセンター 10:00～11:00	こま犬駐車場 11:30～12:00	陶コミュニティセンター 13:20～14:00	水上公民館 14:20～14:40		
4/9 (火)	戸狩区民会館 10:00～10:30	山野内第一公民館 10:50～11:05	月吉公民館 11:25～11:50	日吉コミュニティセンター 13:00～13:45	半原公民館 14:05～14:20	釜戸町宿公民館 14:40～15:00
4/10 (水)	細久手公民館 10:00～10:30	北野公民館 10:50～11:05	大湫コミュニティセンター 11:25～11:45	釜戸コミュニティセンター 13:00～13:45	上切公民館 14:05～14:25	下沢公民館 14:55～15:15
4/11 (木)	清水遊園地 9:30～9:50	子ども発達支援センター「ぼけっと」 10:10～10:30	市原公民館 10:50～11:10	萩原公会堂 11:30～12:00	西原公民館 13:20～14:00	高月会館 14:10～14:50
4/12 (金)	上山田神明神社駐車場 9:40～10:00	明賀台集会所 10:20～10:50	新山田区民会館 11:10～11:25	下山田公民館 11:40～12:00	市役所西分庁舎 13:30～14:30	
5/17 (金)	日吉コミュニティセンター 9:30～10:00	釜戸コミュニティセンター 10:30～10:45	稲津コミュニティセンター 11:15～11:45	陶コミュニティセンター 13:15～13:45	市役所西分庁舎 14:15～15:00	

◆持ち物

- 登録済みの犬 料金3,150円(予防注射料金2,600円+注射済票交付手数料550円)
はがき(狂犬病予防注射済票交付申請書)・愛犬登録証
- 新規登録の犬 料金6,150円(登録手数料3,000円+予防注射料金2,600円+注射済票交付手数料550円)
- * 集合注射会場で予防注射が受けられない場合は、動物病院で注射を受けてください。なお、受付時間や料金は病院によって異なりますので、各病院にお問い合わせください。

愛犬に関する届け出を忘れていませんか？

大切な愛犬に関する届け出は、下記の窓口までお願いします。

項目	必要な持ち物
登録	未登録の犬を取得した場合 ・登録手数料(1頭につき3,000円)
狂犬病予防注射済票	動物病院で狂犬病の予防注射を打ち、まだ注射済票の発行を受けていない場合 ・交付手数料(1頭につき550円) ・愛犬登録証 ・狂犬病予防注射済証(受診された病院で発行されるもの)
死亡	愛犬が亡くなった場合 ・鑑札、狂犬病予防注射済票

* 飼い主・住所などに変更が生じた場合や、鑑札などをなくした場合も手続きが必要になります。その他、手続きでご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

◎窓口・問合せ 環境課 ☎68-9806 (死亡届のみ各コミュニティセンターでも取り扱います)
東濃西部広域行政事務組合 ☎22-7150

瑞浪市融資制度のご案内



■瑞浪市中小企業小口融資について

平成31年4月1日より、瑞浪市中小企業小口融資の取扱金融機関に、陶都信用農業協同組合を追加します。

概要	・市内における中小企業の経営安定を図るため、岐阜県信用保証協会の信用保証を活用して運転資金・設備資金を融資します。 ・岐阜県信用保証協会の信用保証料を瑞浪市が補給します。(上限50万円)
限度額	2,000万円以内
融資期間	10年以内
利率	年0.8%
担保	無担保
保証人	原則として必要なし
申込窓口	十六銀行・東濃信用金庫・大垣共立銀行 陶都信用農業協同組合の市内各支店

■生活衛生改善貸付について

平成31年4月1日より、生活衛生関係の事業を営む小規模事業者の方が、経営改善に必要な資金を日本政策金融公庫から借り入れた場合、利子補給を行います。

対象者	生活衛生関係の事業を営む小規模事業者であり、生活衛生同業組合等の長の推薦を受けた方で、常時使用する従業員数が5人以下の会社または個人
対象融資	日本政策金融公庫の生活衛生改善貸付
利子補給額	支払利子の1年分
限度額	2,000万円以内
融資期間	運転資金 7年以内 設備資金 10年以内
担保・保証人	無担保・無保証人
申込窓口	日本政策金融公庫多治見支店

◎問合せ 上記金融機関または市役所商工課 ☎68-9805

平成31年4月1日から

スプレー缶・カセットボンベの回収方法が変わります

市内9か所の指定集積場において、穴があいていないスプレー缶類の無料回収を開始します。指定集積場に設置されている「スプレー缶類回収ボックス」へ投入してください。必ず缶の中身を使い切ってください。

指定集積場

施設名	住所
クリーンセンター (リサイクルステーション)	日吉町258-76
市役所本庁舎	上平町1-1
総合文化センター	土岐町7267-4
市民体育館	明世町戸狩191
日吉コミュニティセンター	日吉町4093-2
釜戸コミュニティセンター	釜戸町2673-1
陶コミュニティセンター	陶町猿爪405-1
稲津コミュニティセンター	稲津町小里697-1
大湫コミュニティセンター	大湫町422-1



中身が出せない場合は、クリーンセンターへお問い合わせください。指定集積場への排出が困難な場合は、今までのとおり、穴をあけて「不燃ごみ」で出すことも可能です。

◎問合せ クリーンセンター ☎68-6010

みずなみ化石ナビ

問合せ ☎68-7710

コラム とても小さな真珠化石(貝付き)を発見 ～1700万年前の輝きが蘇る～

2016年11月に瑞浪北中学校の工事現場(当時)から採集されたエゾイガイを、化石博物館で整理していたところ、殻の内側に2ミリほどの丸い粒がついているのを発見しました。表面はキラキラと光沢があり、玉ねぎ状に剥離している箇所がありました。名古屋大学で電子顕微鏡を使い、表面を5000倍に拡大して観察したところ、剥離している部分の断面は薄い板が層状に積み重なっていることが明らかになりました。これらの特徴から、この粒は真珠化石であることが明らかになりました。

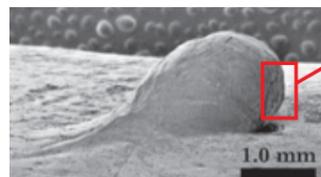
これまでも真珠化石は日本各地から発見されていますが、貝殻に付着した状態の「貝付き真珠」の状態は4例あるのみで、エゾイガイの殻の内側に付着した状態で真珠化石が発見されるのは初めてです。化石は、3月15日から化石博物館で展示予定です。ぜひ、現在によみがえった1700万年前の輝きをご覧ください。



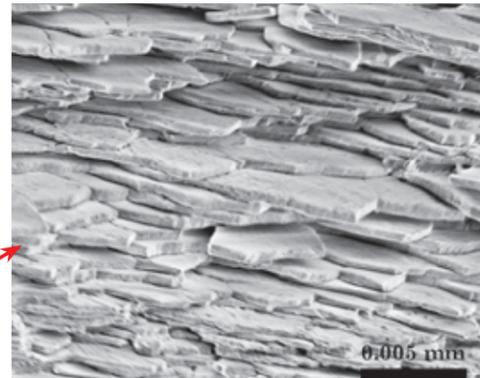
上方から撮影した真珠化石



側方から撮影した真珠化石



電子顕微鏡による撮影



表面を電子顕微鏡で5000倍に拡大して撮影

4月のイベント

4月21日(日)みずなみ化石教室 一日コース・半日コースを開催します。

みずなみ野菜づくり塾の受講生募集

毎月1回の勉強会で、季節ごとの野菜の育て方を学んでいただけます。種まきから収穫まで、初心者の方にも安心して学んでいただける基本的な内容になっています。自分が育てた野菜を収穫し、食卓に並べる喜びを感じませんか。



- ◆受講期間 5月～12月(毎月1回、全8回)
- ◆受講場所 JAとうと経済センター、きなあつ瑞浪前 JA体験農場
- ◆受講料 1,000円(テキスト代)
- ◆申込期限 4月26日(金) *ご希望される場合はレクリエーション農園をご紹介します。

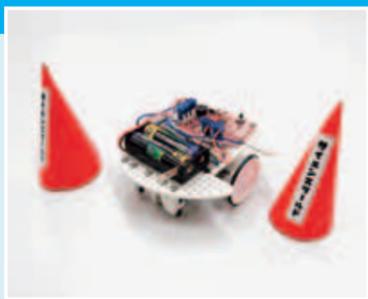
◎問合せ J Aとうと経済部 ☎68-5120 FAX68-5123



公開講座 「ロボット体験講座」

キミの命令でロボットが動く！前進や後退、回転からライトレースまで、ロボットプログラミングの基礎を体験するプログラミング講座。

- ◆日にち 4月20日(土)、21日(日)
①10時～ ②11時15分～ ③13時30分～ ④14時45分～
- ◆対象 4歳以上(ただし小学生以下は保護者同伴)
- ◆定員 各回12名 ◆参加費 無料
- ◆申込 3月23日(土) 9時より電話にて
先着順、定員になり次第締切



「たたかえ！僕らのシャドウロボ」

自分で色を塗ったロボットを体を使って操作！自分だけのオリジナルロボットで、UFOから街を守るゲームに挑戦してみよう！

- ◆日時 3月21日(木・祝)～4月7日(日)
*3/22、25、4/1は休館日のため行っておりません。
①10時～ ②11時10分～ ③13時～ ④14時10分～ ⑤15時30分～
- ◆対象 小学生以上(ただし小学生は保護者同伴)
- ◆定員 各回12名 ◆参加費 無料
- ◆申込 当日会場にて申込



サイエンスなび

行政改革審議会委員

まち・ひと・しごと創生総合戦略推進会議委員を募集します

市民の皆さまの意見を反映させながら効果的に市政運営をするため、瑞浪市では「行政改革審議会委員」および「まち・ひと・しごと創生総合戦略推進会議委員」を募集しています。



	行政改革審議会委員(2名)	まち・ひと・しごと創生総合戦略推進会議委員(2名)
目的	効率的な行政運営を目指す第5次行政改革(平成28～32年度(2020年度))の進捗状況の管理を行います。	人口減少対策と地域経済の活性化に向け策定した総合戦略の実効性を高めるため、事業の評価および総合戦略の見直しの検討を行います。
応募資格	行政運営に関心があり、幅広い視点で建設的なご意見をいただける市内在住の20歳以上の方(*市税等完納要件あり)	地方創生に関心があり、幅広い視点で建設的なご意見をいただける市内在住の20歳以上の方(*市税等完納要件あり)
報酬	5,000円(1回の会議につき)	
応募要項	企画政策課でお配りしています。ホームページでも入手可能です。	
応募方法	応募要項の付属の応募用紙に必要事項を記入の上、下記作文を添付し、郵送・メール・直接持参のいずれかにより、 4月12日(金) までに提出してください。	
作文	作文1 「私が考える、協働のまちづくり」 作文2 「行政改革について」	作文1 「私が考える、協働のまちづくり」 作文2 「地域経済の活性化について」
決定	選考結果は本人に通知します。(応募書類はお返ししません)	

◎提出先・問合せ 〒509-6195 瑞浪市上平町1-1
企画政策課 ☎68-9740 ✉ kikaku@city.mizunami.lg.jp

住所変更手続きをお忘れなく

3月、4月は、卒業・入学・就職・転勤等に伴う住所変更が多くなる時期です。

寮生活をされる学生さんも含め、引っ越しをされる場合は住所異動(転出・転入・転居)手続きをしてください。

- ◆期日 住所変更日から2週間以内(転出の場合は変更予定日の2週間前から)
- ◆場所 市役所市民課および各コミュニティセンター
- ◆持ち物 **共通** 本人確認できるもの(運転免許証、パスポート、マイナンバーカード、在留カード等)、印鑑
【転入】 転出証明書、マイナンバー通知カードまたはマイナンバーカード(お持ちの方)
【転居】 マイナンバー通知カードまたはマイナンバーカード(お持ちの方)
【該当する方】 国民健康保険証、介護保険証、後期高齢者保険証等
【外国人住民の方】 在留カード、特別永住者証明書(特別永住者の方)
- ◆その他 住所変更に伴い、該当する方は国民健康保険、児童手当等の手続きが必要な場合があります。

◎問合せ 市民課 ☎68-9784



市民課・税務課・上下水道課 臨時窓口を開設します

- ◆開設日時 **3月31日(日)** **4月7日(日)** 8時30分～17時15分
*マイナンバーカード関係の手続きの受付は、両日とも16時30分までです。
- ◆開設場所 市役所1階(上下水道課窓口も1階に開設します)
- ◆取扱事務
市民課 転入(特例転入を除く)・転出・転居の届出の受付、戸籍届出の受付、印鑑登録、住民票の写し・戸籍謄抄本・印鑑登録証明書の交付、マイナンバーカードの交付、マイナンバー通知カードの記載変更等
税務課 所得・納税・固定資産税に関する証明書の交付、市税の納付(納税相談は行いません)
上下水道課 水道料金・下水道使用料などの納付、上下水道の開始・休止・名義変更届の受付(当日の開始・休止の作業は行いません)



- ★臨時窓口での留意点★
*多治見市・土岐市・中津川市・恵那市の証明書などは交付できません。
*パスポート発給に関する業務は行いません。
*住所異動に伴う諸手続きについては、後日来庁していただく場合があります。
*本人確認のため、運転免許証、マイナンバーカード、パスポート、在留カード、健康保険証などをご持参ください。
*臨時窓口では一部交付できない証明書があります。

◎問合せ 市民課 ☎68-9784 税務課 ☎68-9749 上下水道課 ☎68-9821

催し

◎mjc瑞浪児童合唱団 スプリングコンサート◎

小学生から高校生までの38名からなるmjcの1年間の歩みを、歌と踊りで披露します。(入場無料)



- ◆日時 3月30日(土) 14時30分～(14時開場)
- ◆場所 総合文化センター ホワイエ
- ◆曲目 「ミュージカルCatsより」「ディズニーメドレー」ほか
- *新入団員の募集も行っています。詳細は下記までお問い合わせください。
- ◎問合せ mjc事務局(栗田) ☎090-8459-0575

◎余技作品展◎

瑞浪市長寿クラブ会員の学習成果と特技を生かした絵画や書、工芸などの作品を展示します。ぜひ、ご来場ください。

- ◆日時 3月23日(土) 9時～17時 24日(日) 9時～15時
- ◆場所 総合文化センター 展示室
- ◎問合せ 高齢福祉課 ☎68-2116

◎セラパーク楽々市(入場無料)◎

産直野菜や果物、衣料品やハンドメイド作品、食品などお買物が楽しめます。また、ワークショップなど参加型イベントも開催。骨董市も同時開催し、約80店舗のお店が並びます。

- ◆日時 3月23日(土)・24日(日) 10時～16時
- ◆場所 セラミックパークMINO
- *詳細は下記ホームページでご確認ください。
(<http://www.cpm-gifu.jp/rakuraku/>)
- ◎問合せ (公財)セラミックパーク美濃 ☎28-3200

◎親子の料理教室「ウキウキ!食の探検隊」◎

親子で一緒に料理をつくって、食について考えてみませんか。クリームパスタ、チキンソテーなど多くの料理を作ります。

- ◆テーマ 「イースターを楽しもう!」
- ◆日時 4月13日(土) 10時～13時
- ◆場所 中京学院大学 瑞浪キャンパス
- ◆参加費 大人400円 子ども200円
- ◆定員 30名
- ◆申込 4月5日(金) 17時までに、電話またはメールで下記へお申込みください。
- ◎申込・問合せ 中京学院大学短期大学部健康栄養学科 担当:田中 ☎68-4555
✉k-tanaka@chukyogakuin-u.ac.jp

お知らせ

◎平成31年度土地・家屋価格等縦覧帳簿を縦覧できます◎

固定資産税の納税者(納税義務者のうち、免税点未満で課税されない方を除く)であれば、縦覧によりご自分の土地または家屋の価格と市内の他の土地または家屋の価格を比較することができます。なお、縦覧には本人確認ができるもの(運転免許証・マイナンバーカードなど)が必要となります。

- ◆期間 4月1日(月)～5月7日(火) 8時30分～17時15分(土・日・祝日を除く)
- ◆場所 税務課
- ◎問合せ 税務課固定資産税係 ☎68-9755

◎国民年金保険料は納付期限までに納めましょう◎

国民年金保険料は日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。また、口座振替やクレジットカードによる納付も可能です。

日本年金機構では、国民年金保険料を納付期限までに納めていただけていない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内を行っております。

未納のまま放置されると、督促状を送付し、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金を課すだけでなく、納付義務のある方(被保険者本人、連帯して納付義務を負う配偶者・世帯主)の財産を差し押さえることがありますので、早めの納付をお願いします。

経済的な理由等で保険料の納付が困難な場合は、免除制度等がありますのでご相談ください。

- ◎問合せ 多治見年金事務所 ☎22-0255
市役所保険年金課 ☎68-2110



募集

◎ボランティア里親を募集します◎

県内の児童養護施設で生活している子どもたちの中で、夏休みに家庭の事情で帰省できない子どもに温かい家庭の雰囲気を経験してもらうため、三日間預かっていただく民間ボランティアを募集します。

- ◆預かり期間 8月3日(土)～5日(月)
- ◆申込期限 4月15日(月)まで
- *詳細は下記までお問い合わせください。
- ◎問合せ 東濃子ども相談センター ☎23-1111
子育て支援室 ☎68-2115

◎瑞浪市消防団活動フォトコンテスト作品募集◎

市民の皆さんに消防団が身近な存在であるということを知っていただくとともに、「防火・防災」に対する意識を高めていただくことを目的として、消防団活動フォトコンテストを実施します。

- ◆作品テーマ 平成31年度(2019年度)瑞浪市消防団活動に関するもの
- ◆写真サイズ 四つ切、ワイド四つ切、A4印画紙によるプリント
- *応募は一人何点でも構いませんが、未発表のものに限ります。

- ◆応募方法等
 - ・消防本部または市内写真店に備え付けの応募票を作品の裏側に貼り付け、平成32年(2020年)1月31日(金)までに消防本部へ提出してください。(随時受け付けています)
 - ・審査結果は平成32年(2020年)2月上旬にご案内し、平成32年(2020年)2月16日(日)に表彰式を行います。入選作品は市役所、総合消防防災センター、総合文化センター、各コミュニティセンター等で展示する予定です。
- ◎応募・問合せ 消防本部警防課 ☎68-2001



◎2019年度 岐阜県警察官AI・AII募集◎

- ◆受付期間 4月10日(水)まで
- ◆1次試験 5月12日(日) *試験会場は岐阜市
- ◆2次試験 5月下旬～6月下旬
- ◆最終合格日 7月中旬
- ◆受験資格
- ◇警察官A I (男性・女性)
 - ・昭和59年4月2日以降に生まれた方
 - ・学校教育法に基づく大学(短期大学を除く)を卒業または卒業見込みの方で2019年10月1日の採用に応じられる方
- ◇警察官A II (男性・女性)
 - ・昭和59年4月2日以降に生まれた方
 - ・学校教育法に基づく大学(短期大学を除く)を卒業または卒業見込みの方
- ◆採用予定人員 [A I]男性10名・女性5名程度 [A II]男性65名・女性10名程度
- ◎申込・問合せ 多治見警察署 警務課 ☎22-0110 (内線210・211)



◎2019年度 国家公務員募集◎

人事院では、2019年度に下記の採用試験を行います。受験案内等は人事院ホームページからダウンロードできます。詳しくはお問い合わせください。

- ◇総合職試験(院卒者・大卒程度)
 - [受付期間] 3月29日(金)～4月8日(月)
 - [1次試験] 4月28日(日)
- ◇一般職試験(大卒程度)
 - [受付期間] 4月5日(金)～4月17日(水)
 - [1次試験] 6月16日(日)
- ◇一般職試験(高卒者・社会人(係員級)・税務職員)
 - [受付期間] 6月17日(月)～6月26日(水)
 - [1次試験] 9月1日(日)
- ◎問合せ 人事院中部事務局 第二課試験係 ☎052-961-6838

健康

◎こころの健康相談(要予約)◎

- ◆日時 4月9日(火) 13時～14時
- ◆場所 保健センター
- ◆内容 ひきこもり、イライラする、気分が沈む、怒りっぽい、激しい物忘れ、アルコール依存症などの相談
- ◆担当 精神科医師・保健所保健師
- *前日までの予約が必要です。
- *家族が代理で相談いただいても結構です。
- ◎予約・問合せ 東濃保健所 ☎23-1111(内線362) 健康づくり課 ☎68-9785

◎ひざ痛・腰痛の健康相談(要予約)◎

- 足腰の痛みでお悩みの方を対象に、リハビリのプロフェッショナル(理学療法士)が運動指導など日常生活の相談に応じます。
- ◆日時 4月15日(月) 13時30分～15時
- ◆場所 保健センター 2階診察室
- *1人30分程度(相談無料)
- *予約時に相談時間をご案内します。
- ◎予約・問合せ 地域包括支援センター ☎68-2117



◎平成30年度 献血事業の協力状況◎

平成30年度も下記の学校や事業所等で献血にご協力いただきました。皆さまの善意に感謝いたします。

- ・東濃厚生病院
- ・(株)ヨータイ瑞浪工場
- ・中京学院大学附属中京高等学校 (順不同)



困りごと相談 (4月分)

市役所 (1階市民相談室)

行政相談 4月8日(月) 13時30分～16時 生活安全課 ☎68-9748	人権こまりごと相談 4月18日(木) 13時30分～16時 生活安全課 ☎68-9748	住宅修繕相談 4月17日(水) 10時～15時  都市計画課 ☎68-9816	消費生活相談 毎週火曜日 10時～16時 * 専門相談員による消費生活相談(予約制) * 多重債務相談随時受付 生活安全課 ☎68-9748
--------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------

保健センター (相談室)

弁護士による法律相談 4月2日(火) 10時30分～12時 4月18日(木) 13時30分～16時 * 予約受付3月20日(水)～ 生活安全課 ☎68-9748	身体障がい者相談 4月1日(月) 10時～12時  社会福祉課 ☎68-2113
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

総合文化センター

司法書士による夜間無料法律相談 4月10日(水) 18時～20時 場所 第2研修室 生活安全課 ☎68-9748	陶児童館 移動家庭児童相談 4月3日(水) 10時～12時  子育て支援室 ☎68-2115
-----------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ハートピア (相談室)

心配ごと相談 4月1日(月)・8日(月) 15日(月)・22日(月) 13時30分～16時 社会福祉協議会 ☎68-4148	高齢者・障がい者権利擁護相談 4月4日(木) 13時30分～16時 社会福祉課 ☎68-2113	結婚相談 4月3日(水)・14日(日) 28日(日) 10時～16時 子育て支援室 ☎68-2114
母子相談 4月17日(水) 10時～15時  子育て支援室 ☎68-2115	障がい者就労巡回相談 4月16日(火) 13時30分～15時 社会福祉課 ☎68-2113	児童相談 4月24日(水) 10時～15時 子育て支援室 ☎68-2115 児童相談所全国共通ダイヤル 虐待かもと思ったら ☎189へ

教育支援センター

教育相談 毎週火・木曜日 13時～16時 教育相談室 ☎67-3338 電話がつかない場合は学校教育課(☎68-9833)までご連絡ください。	いじめ110番ダイヤル 学校でのいじめについて、 悩まず電話してください。 ☎080-1615-2571 ☎080-1614-2572
--------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------

4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)	3月分	4月10日(水)
○固定資産税	1期分	5月7日(火)
○国民健康保険料	4月分	5月7日(火)
○保育料・幼稚園授業料	4月分	5月7日(火)
○上下水道料金・し尿処理手数料	3月分	5月7日(火)
○市営住宅使用料	4月分	5月7日(火)
○介護保険料	4月分	5月7日(火)

4月の斎場のお休み 環境課 ☎68-9806
 10日(水)・16日(火)・22日(月)・28日(日)

生涯学習施設 4月の休館日

総合文化センター	1日、8日、15日、22日、29日
市民図書館	1日、8日、15日、22日、26日
市民体育館	1日、8日、15日、22日、30日
化石博物館	
陶磁資料館	1日、8日、15日、22日、30日
市之瀬記念美術館	
地球回廊	
自然ふれあい館	1日、8日、15日、22日、30日
サイエンスワールド	1日、8日、9日、15日、22日

平成31年度

スポーツガイド

スポーツ少年団員募集

野球	瑞浪小野球、土岐小野球、釜戸野球、稲津陶野球、明世日吉野球
ソフトボール	瑞浪小ソフト、釜戸女子ソフト、稲津小ソフト、土岐小ソフト
剣道	陶剣道
陸上	瑞浪陸上、瑞浪土岐陸上、陶陸上、釜小かけっこ、稲津陸上、明世陸上
空手	瑞浪小空手
ソフトテニス	みずなみゼロ、童夢中仙道、瑞北ソフトテニス

◎問合せ 市民体育館 ☎68-0747 FAX 68-0748

さくらRGC (新体操)

◆対象 市内の幼児・小学生
 ◆練習日 【火曜日】①17時30分～18時30分(小1～小3) ②18時30分～20時(小4～小6)
 【水曜日】①16時～17時(幼児)
 【木曜日】①17時30分～18時30分(小1～小3) ②18時30分～20時(小4～小6)
 *小学生は週1回と週2回のコースがあります。
 ◆場所 市民体育館
 ◎問合せ さくらRGC(大野) ☎090-6092-1893

瑞浪体操教室

◆対象 幼児・小学生
 ◆練習日 ①毎週日曜日教室 9時～(幼児・小学生対象)
 ②毎週土曜日教室 9時～(幼児対象)
 ◆場所 市民体育館
 ◎問合せ 瑞浪体操教室(梅田) ☎090-6591-7064

ジュニア硬式テニススクール

◆対象 市内の小学4年生～中学3年生(小学生15人・中学生15人)
 ◆練習日 第2・4土曜日の9時30分～11時30分
 ◆場所 市民テニスコート
 ◎問合せ 市テニス協会(武山) ☎090-5629-6221

ソフトテニス教室

◆対象 市内の小学2年生～中学3年生
 ◆練習日 5月より 月2回 土曜日 9時～12時
 ◆場所 市民テニスコート
 ◎問合せ ソフトテニス連盟(山田) ☎67-2024

瑞浪剣友会ジュニアの部(剣道)

◆対象 市内の小・中学生
 ◆練習日 ①毎週水曜日 19時～20時30分(瑞浪小体育館)
 ②毎月第1・3・5土曜日 9時30分～12時(日吉スポーツ施設:武道場)
 ③毎月第2・4土曜日 9時30分～12時(瑞浪小体育館)
 ◎問合せ 瑞浪剣友会(石川) ☎68-2772

みずなみミニバスケットボール教室

◆対象 市内の小学1年生～6年生
 ◆練習日 毎週日曜日 13時30分～16時30分
 ◆場所 瑞浪小体育館
 ◎問合せ 瑞浪バスケットボール協会(木村) ☎090-7619-4315

フットサル教室(市サッカー協会)

◆対象 市内の5歳児～小学6年生
 ◆練習日 ①毎週水曜日 19時～21時(小学4年生以上対象)
 ②毎週金曜日 19時～20時30分(小学3年生以下対象)
 ◆場所 日吉スポーツ施設(体育館)
 ◎問合せ 瑞浪スパローズ(小柳) ☎080-9727-1262

*それぞれの教室によって会費は異なります。入会方法など、教室の詳細につきましては各問い合わせ先までお問い合わせください。

子どもの健康情報

キッズ食育講座⑳ ～朝食を食べましょう～



新年度を迎えるにあたり、食生活を振り返ってみませんか？瑞浪市の朝食欠食率の推移(右表)を見て、「少ない」と感じられる方もいらっしゃるかもしれませんが、子どもたちの健やかな成長のため、朝食欠食ゼロを目指しましょう。

【瑞浪市の朝食欠食率の推移】 単位:%

	3歳児	1歳6カ月児
平成27年	5.9	3.6
平成28年	4.1	2.6
平成29年	3.5	2.2

■朝食は1日の始めの大事なスイッチ

私たちの脳はブドウ糖をエネルギー源としています。朝起きた時に頭がぼーっとするのは、夜寝ている間にブドウ糖が使われて足りなくなるからです。

朝食で栄養補給をすることで、朝から勉強や仕事に集中できます。毎日の朝食で、脳とからだをしっかりと目覚めさせましょう。



■リズムよく生活して健やかに！「体内リズム」と「生活リズム」

1日単位で睡眠や体温、血圧、ホルモン分泌などの変化をつかさどっている「体内時計」は、健康に過ごすために欠かすことのできない大切な機能です。

これは光と関係し、太陽が昇っている間は活動的に、太陽が沈んだら休みなさいと働きかけています。これを「体内リズム」といいます。この「体内リズム」が、自分自身の「生活リズム」とずれてしまうと、からだにとってストレスとなります。ずれによってからだのバランスが保てなくなると、しっかり活動することができなくなったり、感情が不安定になってしまうこともあります。

このずれをなくすために、まず朝食をしっかり摂ることから始めます。夕食の時間、寝る時間なども振り返り、朝食がとれる環境づくりをしていきましょう。

乳幼児健診・相談・歯みがき教室 ● 4月分 ●

場所＝保健センター／料金＝無料

健診・相談・教室名	実施日	受付時間	対象者	持ち物
4カ月児健康診査	4月23日(火)	12:10～12:20 第2子以降受付 12:20～12:30 第1子受付	平成30年12月生まれ	母子健康手帳 アンケート すこやかファイル
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。	4月5日(金)	12:00～12:10受付	平成29年8月生まれ	母子健康手帳 問診票・アンケート すこやかファイル コップ・タオル
	4月12日(金)			
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。	4月19日(金)	12:10～12:20受付	平成28年4月生まれ	母子健康手帳 問診票・アンケート 早朝尿(容器を送付します) すこやかファイル コップ・タオル
	4月26日(金)			
乳幼児相談	4月8日(月)	9:30～11:00受付	乳幼児希望者	母子健康手帳
6カ月児教室	4月9日(火)	9:30～9:45受付	平成30年10月生まれ	母子健康手帳
8カ月児教室	4月9日(火)	13:00～13:15受付	平成30年8月生まれ	すこやかファイル
1歳児すくすく教室	4月18日(木)	9:30～9:40 第2子以降受付 10:40～10:50 第1子受付	平成30年4月生まれ	母子健康手帳・お茶 アンケート すこやかファイル
2歳児歯みがき教室	4月25日(木)	9:00～10:30受付	平成29年4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	4月11日(木)		平成28年10月生まれ	
3歳6カ月・4歳・4歳6カ月児 歯みがき教室	4月4日(木)	8:45～10:30受付	平成27年10月生まれ 平成27年4月生まれ 平成26年10月生まれ	すこやかファイル (2歳、2歳6カ月児のみ)

*感染予防のため、バスタオル等お子さんの敷物をご持参ください。歯みがき教室は汚れても良い服装でお越しください。

◎申込・問合せ 健康づくり課 ☎68-9786

子育て支援センターだより



4月の予定 *各センターの開所時間 月曜日～金曜日 8:30～17:00
土曜日 8:30～12:00

	おんぶにだっこ (稲津小となり) ☎66-1064		愛モア (みどり幼稚園内) ☎66-1325		ハグハグ (桔梗幼稚園内) ☎67-1136		スマイル (竜吟幼稚園内) ☎63-2060	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1 月	☆		☆	☆	☆		☆	
2 火	ぺんぎん	☆	うさぎ		ひよこ	☆	☆	
3 水	ひよこ		☆		ぺんぎん		うさぎ	☆
4 木	☆		ぺんぎん	☆	うさぎ	☆	ひよこ	
5 金	うさぎ	☆	ねんね		☆		ぺんぎん	☆
6 土	☆		閉所		☆		☆	
7 日								
8 月	☆		閉所		☆		☆	
9 火	ぺんぎん	☆	閉所		閉所		閉所	
10 水	ひよこ		☆11時閉所		ぺんぎん		うさぎ	☆
11 木	☆		ぺんぎん	☆	うさぎ	☆	ねんね	
12 金	うさぎ	☆	ひよこ	☆	☆		ぺんぎん	☆
13 土	☆		☆		☆		☆	
14 日								
15 月	☆		☆11時閉所	☆	☆		☆	
16 火	ぺんぎん	☆	うさぎ	☆	ひよこ	☆	☆	
17 水	ねんね		☆		ぺんぎん		うさぎ	☆
18 木	☆		ぺんぎん	☆	うさぎ	☆	ひよこ	
19 金	うさぎ	☆	ひよこ		☆		ぺんぎん	☆
20 土	☆		☆		☆		☆	
21 日								
22 月	☆		☆	☆	☆		☆	
23 火	ぺんぎん	☆	うさぎ		ねんね	☆	☆	
24 水	ひよこ		☆		ぺんぎん		うさぎ	☆
25 木	☆		ぺんぎん	☆	うさぎ	☆	ひよこ	
26 金	うさぎ	☆	ひよこ		☆		ぺんぎん	☆
27 土	☆		☆		☆		☆	
28 日								
29 月	昭和の日							
30 火	国民の休日							

*午前中は電話がつながりにくい時があります。

*予定は変更になることがあります。詳細は各支援センターにお問い合わせください。

各子育て支援センターで 年齢に合わせた親子遊びを開催します

親子触れ合い遊びや身近な物でおもちゃ作りなどをします。
開催日は広報紙や各子育て支援センター機関紙に掲載します。

ひよこ親子遊び

- ◆時間 10時～ ◆対象児 0歳児
- ◆開催月 おんぶにだっこ・ハグハグ 奇数月
愛モア・スマイル 偶数月

ぺんぎん・うさぎ親子遊び

- ◆時間 10時～ ◆対象児 1歳児・2歳児
- ◆開催月 おんぶにだっこ・ハグハグ 偶数月
愛モア・スマイル 奇数月



*参加される方は、事前に申し込みをお願いします。
(3月・4月は実施しません)

▷表の見方

区分	親子で遊ぶ時間
午前	9:30～12:00
午後(☆)	12:00～14:00 「愛モア」*弁当可
	12:00～15:00 「おんぶにだっこ・スマイル」*弁当可
	13:00～15:00 「ハグハグ」

区分	年齢の目安	
☆	うさぎ (2歳児)	平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれの子と親
	ぺんぎん (1歳児)	平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれの子と親
	ひよこ (0歳児)	平成30年4月2日以降生まれの子と親
	ねんね	ねんね～お座りくらいまでの子と親

*これから初めて出産される方の参加日「プレママデー」を、「ひよこ」「ねんね」の日の10時から設けています。(予約の上、母子健康手帳を持参してください)

『あおぞら広場』のお誘い

- ◆日時 5月10日(金) 10時～11時30分
 - ◆場所 市民公園芝生広場
 - ◆対象 1歳～就園前の親子80組
 - ◆持ち物 帽子・お茶(お弁当持参可)
 - ◆申込 4月15日(月) 9時30分～各支援センターにて受け付けます。(電話も可)
- *詳しい内容は申込時にお渡しします。
*雨天中止(中止の場合は全センターを開所します)

『どうよう広場』のお誘い

- ◆日時 5月18日(土) 9時30分～11時30分
 - ◆場所 おんぶにだっこ
 - ◆対象 0歳～就学前の親子
 - ◆持ち物 帽子・お茶
 - ◆申込 4月15日(月) 9時30分～各支援センターにて受け付けます。(電話も可)
- *防災体験もできます。
(雨天時は、センター内で遊べます)

まちかど写真館



日頃の交通安全活動に感謝

交通栄誉章「緑十字銀章」を受章

1月25日

東濃地区交通安全協会の瑞浪支部長を務める市川晴宣さんが、交通栄誉章「緑十字銀章」を受章し、その報告のため市役所を訪れました。今回の受章は、交通安全協会による啓発活動への参加のほか、月2回の街頭監視や道路の花植え、交通安全教室への協力など、長年の取り組みが評価されたものです。

2月3日 「鬼は内、福は内」

巨岩・奇岩に住み、悪事を働いていた鬼人「関の太郎」が、福鬼としてよみがえり厄払いをする「鬼岩福鬼まつり」が、日吉町の鬼岩ドライブイン駐車場で開催されました。

会場では、「鬼は内、福は内」の珍しい掛け声でおなじみの福豆まきが行われ、多くの家族連れでにぎわいました。



無病息災を願って

10周年のフォークVillage

2月9・10日

稲津公民館で「稲津フォークVillage2019」が開催され、9日の前夜祭と10日の本祭で合わせて延べ約300人が来場しました。

小学校1年生から70歳代まで36人が出演し、曲目ごとに入れ替わりながら、昭和の名曲から平成のヒット曲など、幅広い世代に向けた曲を演奏し、会場を沸かせました。



10年間の感謝を込めて「ありがとう」

2月11日 サッカーで遊ぼう

瑞浪中央公園で、地元サッカークラブによる「キッズサッカーフェスティバル2019」が開かれ、約300人が来場しました。

会場には、ペットボトルを倒す「サッカーボーリング」など、8つのコーナーが設けられ、参加した子どもたちは、各コーナーを回りながら、サッカーに親しんでいました。



ボールを使ったさまざまなゲームに挑戦

市ホームページの「まちかど写真館」では上記以外の記事も掲載しています。

まちかど写真館 瑞浪市

検索

瑞浪市の人口=37,679人(15,286世帯) *3月1日現在