

大湫宿から本陣山へ 足取り軽くウォーキング

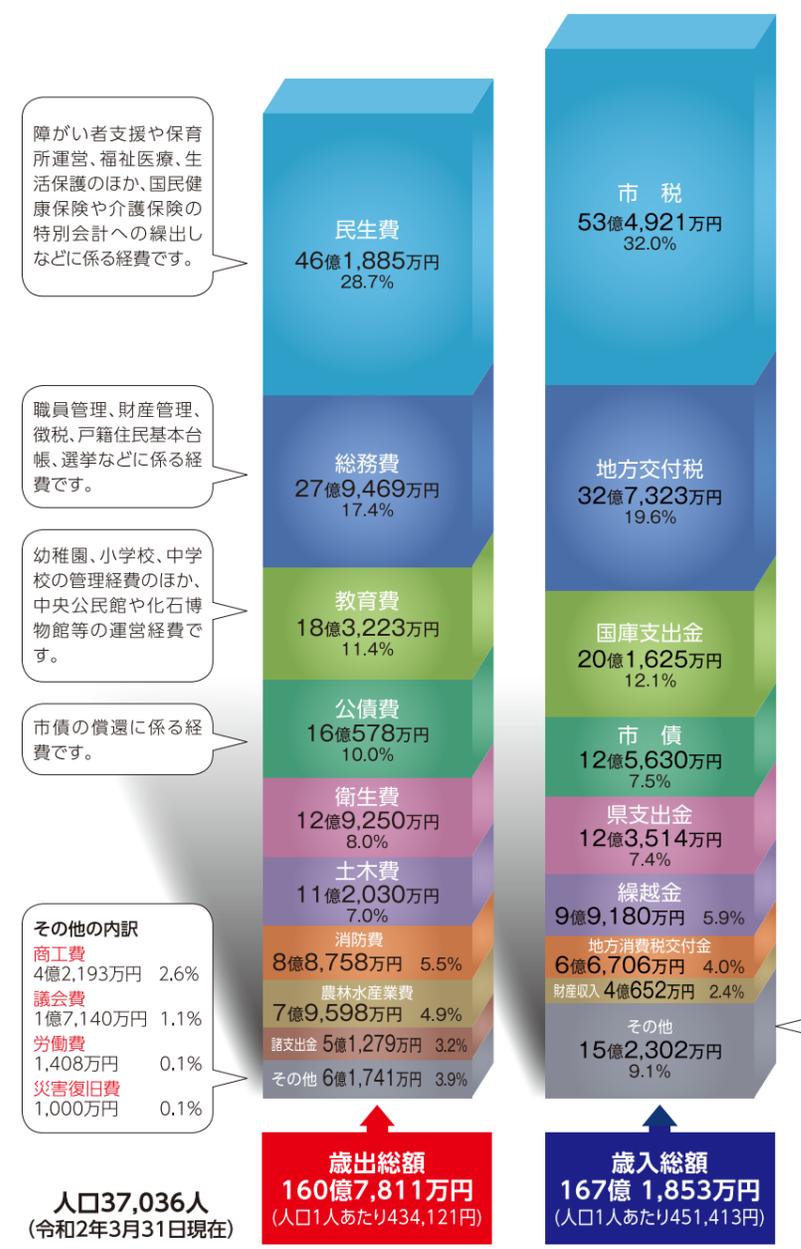


9月13日 自然ふれあい館職員の指導の下、大湫町にある本陣山のコースでノルディックウォーキングが行われました。

「瑞浪市の決算状況」をお知らせします

＜令和元年度一般会計決算＞

この公表は、納めた税金がどのように使われているかを市民の皆さんに知っていただき、市政に対し一層の理解と関心を深めていただくため、行っているものです。



その他の内訳
 使用料及び手数料 3億5,545万円 2.1%
 諸収入 2億9,133万円 1.7%
 地方譲与税 1億8,049万円 1.1%
 繰入金 1億8,047万円 1.1%
 ゴルフ場利用税交付金 1億7,250万円 1.0%
 地方特例交付金 1億3,741万円 0.8%
 寄附金 6,682万円 0.4%
 分担金及び負担金 5,804万円 0.4%
 自動車取得税交付金 2,941万円 0.2%
 配当割交付金 2,153万円 0.1%
 株式等譲渡所得割交付金 1,147万円 0.1%
 環境性能割交付金 872万円 0.1%
 利子割交付金 540万円 0.0%
 交通安全対策特別交付金 398万円 0.0%

障がい者支援や保育所運営、福祉医療、生活保護のほか、国民健康保険や介護保険の特別会計への繰出しなどに係る経費です。

職員管理、財産管理、徴税、戸籍住民基本台帳、選挙などに係る経費です。

幼稚園、小学校、中学校の管理経費のほか、中央公民館や化石博物館等の運営経費です。

市債の償還に係る経費です。

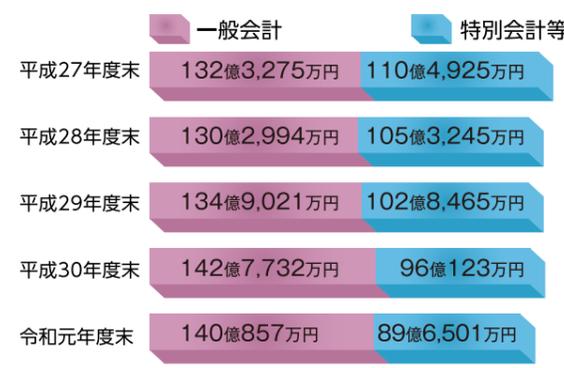
その他の内訳
 商工費 4億2,193万円 2.6%
 議会費 1億7,140万円 1.1%
 労働費 1,408万円 0.1%
 災害復旧費 1,000万円 0.1%

人口37,036人 (令和2年3月31日現在)

道路整備や学校建設などの大きな事業を行う際には多額の資金が必要となります。しかし、その資金を単年度で確保することが困難である場合には、市債(市の借金)を借り入れて事業を行います。市債には、将来の税金を返済に充てることで、整備される施設の費用負担を、利用する世代間で公平にするという効果もあります。

令和元年度は財政融資資金などの政府資金と銀行など民間資金を借入先としています。市債残高は瑞浪北中学校施設整備の完了に伴い、3年振りに減少しました。今後も返済能力の範囲内で計画的に活用していきます。

◆市債残高の状況



◆令和元年度特別会計決算の状況

特別会計とは、特定の事業に伴う使用料や手数料などによってその事業を行うための会計で、歳入・歳出の状況を分かりやすくするために一般会計と区別しています。

会計名	歳入決算額	歳出決算額	歳入歳出差引額
特別会計 計	76億6,280万円	75億7,831万円	8,449万円
後期高齢者医療事業特別会計	4億9,484万円	4億8,594万円	890万円
国民健康保険事業特別会計	36億6,185万円	36億2,737万円	3,448万円
介護保険事業特別会計	34億5,439万円	34億1,601万円	3,838万円
介護サービス事業特別会計	506万円	506万円	
駐車場事業特別会計	4,666万円	4,393万円	273万円

水道事業・下水道事業決算状況を報告します ◎問合せ 上下水道課 ☎68-9821

水道事業

白倉地区配水区変更事業として、白倉配水池へと接続する送配水管の布設工事を実施しました。

業務状況と経理状況 給水人口 36,417人 年間有収水量 3,818,676m³ (前年度比較60,006m³減)

収益的収支		資本的収支	
収入	支出	収入	支出
営業収益 9億2,223万円	営業費用 10億6,450万円	工事負担金 972万円	建設改良費 2億5,092万円
営業外収益 1億9,225万円	営業外費用 2,721万円	分担金 2,957万円	企業債償還金 1億7,382万円
特別利益 155万円	特別損失 4万円	出資金 6,443万円	
		補助金 2,672万円	
計 11億1,603万円	計 10億9,175万円	計 1億3,044万円	計 4億2,474万円

下水道事業(公共下水道・農業集落排水事業)

農業集落排水施設の統合工事、山田町入ヶ洞地区の下水道管布設工事を実施しました。

業務状況と経理状況 水洗化人口 26,316人 (公共下水道 24,893人 農業集落排水 1,423人) 年間有収水量 2,707,995m³ (前年度比較15,464m³減)

収益的収支		資本的収支	
収入	支出	収入	支出
営業収益 5億5,179万円	営業費用 9億9,244万円	企業債 8,230万円	建設改良費 1億7,367万円
営業外収益 5億8,373万円	営業外費用 1億3,535万円	負担金 598万円	企業債償還金 5億3,369万円
特別利益 67万円	特別損失 7万円	出資金 2億782万円	
		補助金 7,256万円	
計 11億3,619万円	計 11億2,786万円	計 3億6,866万円	計 7億736万円

市議会9月定例会で令和元年度決算が認定されました。一般会計の歳入は総額167億1853万円となりました。企業進出などにより市民税および固定資産税が増加し、市税は前年度比7.8%増の53億4921万円となり、歳入の32.0%を占めました。歳出は総額160億7811万円となりました。主な事業として、小中学校普通教室へのエアコン設置をはじめとする教育環境の充実、消防団拠点施設(公園区)整備による消防力の強化、6次産業化を推進する「ポーノパークハム工房、瑞浪」の建設など、第6次総合計画に位置付けた各施策に取り組みました。特別会計等では、介護サービス事業特別会計が、地域包括支援センターの委託に伴い、令和元年度をもって廃止となりました。今後も適正な財政運営のもと、市民一人ひとりが快適に暮らせるまちづくりを行います。



▲ポーノパークハム工房「瑞浪」



LDLコレステロールについて

◎問合せ 健康づくり課 ☎68-9785

皆さんは、特定健診などの健診結果を見ると、どの項目が気になりますか？瑞浪市国民健康保険特定健診結果を見ると、各項目の中でLDLコレステロールの値が高い方が多くいます。

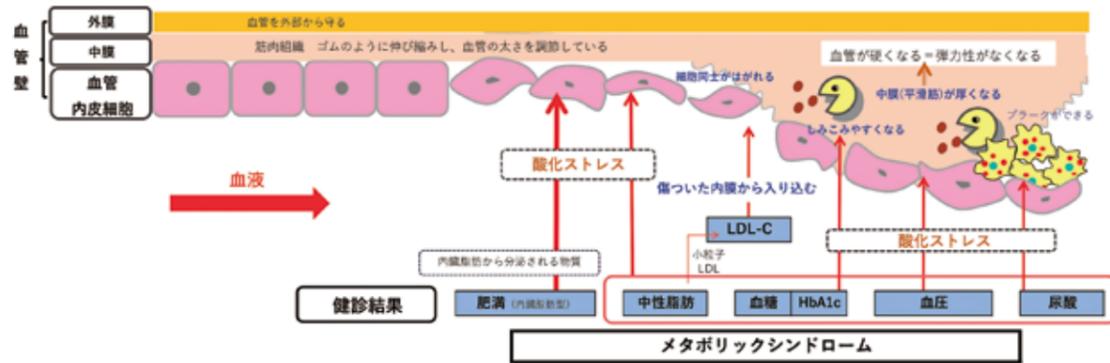
■瑞浪市国民健康保険の医療費や特定健診結果からみたLDL

平成30年度瑞浪市国民健康保険加入者のおよそ3割は、脂質異常症(高LDLコレステロール血症、高中性脂肪血症、低HDLコレステロール血症の総称)の治療をしています。また、特定健診結果では、LDLコレステロール値が正常値(119mg/dl以下)を超える方が63.3%いました。これは、岐阜県下42市町村の中でワースト2位となっています。

■LDLコレステロールが高いとどうなるのでしょうか？

LDLコレステロールは、主に細胞膜やホルモンの材料になります。しかし、細胞膜などの材料として使いきることができないと、血液中に余ってしまいます。余ったLDLコレステロールは血液中を漂い、下図のように傷ついた血管壁の隙間から内側に入り込み、「プラーク」を形成します。さらにその状態が続くとプラークが肥厚して膨らみ血管が狭窄します。また、血圧上昇などによりプラークに亀裂が入ると血栓ができ、血管が閉塞します。

血液中の中性脂肪が多くなると、LDLコレステロールを小型化させる作用があります。この小型化したLDLコレステロールは、「超悪玉コレステロール」と呼ばれ、ますます動脈硬化を進行させます。これにより心筋梗塞や脳梗塞などを引き起こす可能性が高くなります。



■どうしたらよいのでしょうか？

まずは、特定健診等を受診し、自分のLDLコレステロールの値を確認しましょう。

右の表は、高LDLコレステロール血症の診断基準です。この診断基準の値を超えたからといって、すぐに薬物療法が必要なわけではありません。治療の基本は、食生活の是正や身体活動の増加、適正体重の維持および禁煙などの生活習慣の改善です。しかし、生活習慣の改善をしても、LDLコレステロールの数値が高いときは、薬物療法が必要となります。治療の方針は、かかりつけ医にご相談ください。

高LDLコレステロール血症診断基準

LDLコレステロール	140mg/dl以上	高コレステロール血症
	120~139mg/dl	境界域高コレステロール血症

【脂質異常症診療ガイド2018年版】

健康づくり課では、皆さんが受けられた健診結果の説明や健康に関するアドバイスをさせていただいていますので、ぜひご利用ください(予約制)。

瑞浪市の財政を診断します

～令和元年度の瑞浪市の健全化判断比率～

地方公共団体の財政の健全化に関する法律に基づき、市の財政状況を判断するための指標をお知らせします。

令和元年度の瑞浪市の財政は、すべての指標において早期健全化を要する基準を下回っています。黒字経営で将来の負担も適正な範囲にあります。今後も、引き続き安定した健全な財政運営に努めてまいります。

○健全化判断比率

(黒字の場合および算定されない場合は「-」で表示) (単位:%)

実質赤字比率	- (13.49)
連結実質赤字比率	- (18.49)
実質公債費比率	3.2 (25.0)
将来負担比率	- (350.0)

表中の()内の数値は、瑞浪市の早期健全化基準です。

○公営企業の資金不足比率

(資金不足がない場合は「-」で表示)

(単位:%)

水道事業会計	- (20.0)
下水道事業会計	- (20.0)

表中の()内の数値は、瑞浪市の経営健全化基準です。

「健全化判断比率」とは

平成20年度から導入された地方財政の判断基準であり、市の財政状況を見る大切な指標です。「早期健全化基準」を超えた場合は、「財政健全化計画」を策定、実施しなければなりません。その上に「財政再生基準」があり、これを超えると、さらに厳しい是正措置をとることとなります。ただし、この指標の悪化を警戒するあまり、本当に必要な事業まで抑制するようなことのないよう、財政運営は常に歳入と歳出のバランスに注意を払っていかねばなりません。

「公営企業の資金不足比率」とは

上下水道などの公営企業の事業規模と資金不足額の割合を指標化したものです。「経営健全化基準」を超えた場合「経営健全化計画」を策定、実施しなければなりません。公営企業の資金不足が大きいと一般会計に大きな影響が及びますので、各公営企業の収支を事前にチェックしています。

●瑞浪市の実質公債費比率



●各指標の説明

◆実質赤字比率

一般会計等の実質収支における赤字額の標準財政規模に対する割合

◆連結実質赤字比率

瑞浪市の全会計の実質赤字額および資金不足額の合計額の標準財政規模に対する割合

◆資金不足比率

公営企業会計ごとの事業規模に対する資金の不足額の割合

◆実質公債費比率

一般会計等が負担する瑞浪市全体の元利償還金等の標準財政規模(財源措置分を除く)に対する割合

◆将来負担比率

一般会計等が将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模(財源措置分を除く)に対する割合

標準財政規模とは、地方公共団体の一般財源の標準規模を示すものです。令和元年度の瑞浪市の標準財政規模は91億4,265万円です。

◎問合せ 総務課 ☎68-9726

ひとり親家庭のお母さん・お父さんを応援します

ひとり親家庭のお母さんやお父さんの就業や就学を支援するための各種事業を行っています。いずれの給付金も**事前に相談が必要**となります。

■高等職業訓練促進給付金

看護師(准看護師)や介護福祉士などの資格取得のため、1年以上(支給対象期間の上限は4年)養成機関で修業する場合に「高等職業訓練促進給付金」を、修業終了後「高等職業訓練修了支援給付金」を支給します。

- ◆**対象要件** 市内在住のひとり親家庭の母または父で、次の全ての要件を満たす方
 - ・児童扶養手当の支給を受けていること、または同様の所得水準にあること
 - ・資格を取得するための養成機関において、1年以上のカリキュラムを修業し、対象資格の取得が見込まれること
 - ・就業または育児と修業の両立が困難であると認められること
 - ・過去に同給付金を受けたことがないこと

◆支給額

分類	訓練促進給付金	訓練修了支援給付金
市町村民税非課税世帯	月額100,000円	50,000円
市町村民税課税世帯	月額 70,500円	25,000円

*養成機関における最終の1年間に関しては、訓練促進給付金月額に40,000円加算されます。

■自立支援教育訓練給付金

医療事務や経理、情報処理などの仕事に必要な技能や資格を取得するため、指定された教育訓練講座を受講し、修了した場合に給付金を支給します。なお、受講前に申請し、対象講座の指定を受ける必要があります。

- ◆**対象要件** 市内在住のひとり親家庭の母または父で、次の全ての要件を満たす方
 - ・児童扶養手当の支給を受けていること、または同様の所得水準にあること
 - ・当該教育訓練が適職に就くために必要であると認められること
 - ・過去に同給付金を受けたことがないこと



- ◆**支給額** 対象講座の受講のために支払った費用の60%
(1万2千円を超えて20万円まで)

*雇用保険法による教育訓練給付を受けている方については、教育訓練給付との差額支給となります。

■母子父子寡婦福祉資金貸付制度

母子家庭等の経済的自立、子どもの福祉増進に必要な資金の貸し付けを行います。

- ◆**対象者**
 - ・母子家庭や父子家庭の人か、かつて母子家庭だった母(20歳以上の子どもを持つ母)
 - ・父母がいない20歳未満の子

◆貸し付けの種類

事業開始、事業継続、技能習得、就職支度、修学・就学支度、医療介護ほか



◎問合せ 子育て支援課 ☎68-2115

みずなみWEB陶器まつりを開催します

新型コロナウイルス感染症による影響により、今年度は毎年開催している「みずなみ陶器まつり」を取りやめ、「みずなみWEB陶器まつり」として開催します。

ここでは、従来の陶器まつりをWEB上で表現するとともに、本市の地場産業である陶磁器産業の活性化を図ります。

また、同サイト内で「食器デザイン展」も同時開催しており、市内小中学生の心のこもった入選作品を数多くご覧いただけます。

多くの陶磁器事業者、作家によるこだわりの作品が出揃う「みずなみWEB陶器まつり」を、皆さんもぜひ一度ご覧ください。



- ◆**開催期間** 11月1日(日)~30日(月) *陶磁器を購入できる期間です。

- ◆**URL** <https://toukimatsuri.com/>

*11月1日から閲覧可能です(10月下旬よりトップページのみ閲覧可能)。

- ◆**主催** みずなみ陶器まつり実行委員会



◎問合せ 商工課 ☎68-9803

中山道細久手宿・御嶽宿 中山道往来

~なかせんどううおーく~

例年11月に開催している「中山道往来」ですが、今年は新型コロナウイルス感染症対策として密を避けるため、11月1日(日)~29日(日)をイベント期間として開催します。期間中に細久手宿~御嶽宿間を歩かれた方への「通行証」の配布や、特産品がもらえる「フォトコンテスト」を行います。紅葉も映える秋の季節、ぜひこの機会に中山道を歩かれてみてはいかがでしょうか。

- ◆**開催期間** 11月1日(日)~29日(日)

- ◆**通行証受付** 御嵩駅駅舎

- ◆**受付時間** 9時~17時(定休日:月曜、祝日の場合その翌日)

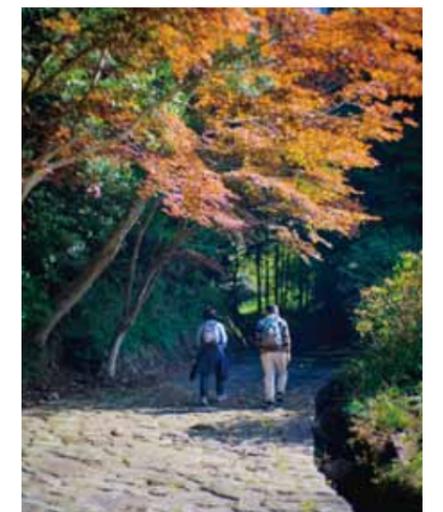
- ◆**対象区間** 細久手宿~御嶽宿間(11.8km)

*シャトルバスの運行、出店等はありません。

*ウォーキングマップを細久手宿(大黒屋)、御嵩駅舎で配布します。

*イベントおよびフォトコンテストの詳細は、下記ホームページをご確認ください。

(<https://matidukuri.wixsite.com/nakasendowalk-web>)



◎問合せ 商工課 ☎68-9803



連続講座 ロボカップジュニア

プラモデルのようなキットからロボットを組み立て、パソコンを使ってそのロボットに前進や後退、さらにボールを見つけたときの動きなどをプログラムし、サッカー競技を行います。

- ◆日にち 11月21日(土)、22日(日)、28日(土)、12月5日(土)、13日(日) *計5日間講座
- ◆時間 10時～16時
- ◆対象 小学校4年生～中学生 6名 *要5日間参加
- ◆参加費 15,000円(ロボット代)
- ◆申込 10月24日(土) 9時より電話にて(先着順、定員になり次第締め切り)



お知らせ ー新型コロナウイルス感染症への対応についてー

サイエンスワールドでは、新型コロナウイルスの感染予防・拡散防止のため、現在各種プログラムの開催・実施方法について、ホームページでご案内しております。各種プログラムの実施方法が従来と異なっておりますので、当館ホームページにてご確認くださいませよう お願いいたします。皆さまのご理解、ご協力をお願いします。 URL https://www.sw-gifu.com/

サイエンスなび

あなたの意見をお聞かせください

～パブリックコメントを募集します～



パブリックコメント制度は、市が計画や条例などを策定する段階で、市民の皆さんなどから広く意見を募集し、それを考慮しながら最終的な案を決定していく制度です。

募集するパブリックコメント

名称	『みずなみ健康21(第2次)改定版(案)』
受付期間	10月26日(月)～11月24日(火)
「みずなみ健康21(第2次)」(平成28年度～平成32年度)は、健康寿命の延伸と健康格差の縮小を目標とした瑞浪市民の健康づくり計画です。計画の基本的な方向を生活習慣病発症予防、重症化予防とし、領域毎に目標を設定し取り組みをすすめています。このたび、改定版(案)をとりまとめましたので、市民の皆さまのご意見を募集します。	

*関係資料は、健康づくり課窓口(保健センター1階1番窓口)、各コミュニティーセンター、市ホームページでご覧いただけます。
*ご意見は、メール(kenko@city.mizunami.lg.jp)、FAX(66-1115)、郵送(瑞浪市上平町1-1 瑞浪市健康づくり課宛)、窓口提出のいずれかの方法で提出してください。

◎問合せ 健康づくり課 ☎68-9785

みんなと学校と教育委員会の ほっとマイスクール

学校の教育目標「ひとりだち 広い心の子 よく考える子 じょうぶな子」を掲げ、子ども・教職員・保護者・地域と力を合わせ、「感動と笑顔のある日吉小学校」を目指しています。

今年度は新型コロナウイルス感染症予防対策の中ですが、「日吉小学校人権の誓い」のもと、互いを思いやる心を大切に学校の4つの宝「挨拶・掃除・読書・歌声」を柱として、子どもたちの自治的活動を中心にして取り組んでいます。6年生の「みんなが楽しいと思える行事をつくりたい」「私たちが学校のリーダーとして活躍したい」、そんな強い願いのもと、さまざまな行事が子どもたちの手で繰り広げられています。

また、学習活動では自分の考えを仲間に説明したり、聞き返したりする活動を通して、「わかった」「できた」を実感できる授業を目指しています。

日吉小学校



▲6年生から1年生へ



▲縦割り掃除、初顔合わせ



▲全校草刈り



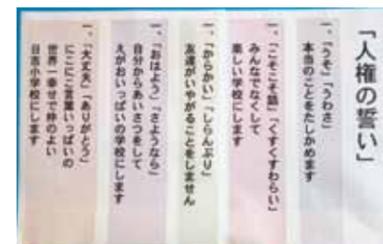
▲1年生を迎える会



▲図書委員による読み聞かせ



▲算数科 ペア交流



▲日吉小学校人権の誓い



▲音楽の授業の様子



▲風の子遊び



▲校長と懇談「こんな行事がやりたい」



▲風の子フェスティバル 発進!



催し

「お茶を楽しむ会」を開催します

秋の週末のひと時、地元陶芸家の茶碗と地元のお菓子で、少し肩の力を抜いてお茶を楽しみませんか。初心者の方も気軽にご参加ください。



- ◆日時 11月7日(土)
【午前の部】10時～12時
【午後の部】13時～16時
- ◆場所 ちゃわん屋みずなみ店舗内
(瑞浪市産業振興センター内)
- ◆呈茶券 500円(10/15(木)から、ちゃわん屋みずなみで先着順50名様販売)
- *新型コロナウイルス感染症予防の為、入場制限と時間指定をさせていただきます。
- ◎問合せ 瑞浪市産業振興センター ☎56-0201

お知らせ

「自賠責保険・共済 切れていませんか？」

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、加入することが義務づけられている強制保険です(農耕用小型特殊自動車や道路で運行しない自動車を除く)。



自賠責保険・共済なしで運行することは法令違反であり、無保険での自動車事故の場合、加害者は処罰・処分の対象となるばかりでなく、多額の賠償金を自己負担することになります。

特に車検制度の無い原動機付自転車等の自動車は、有効期限切れや、かけ忘れにご注意ください。
◎問合せ 国土交通省 中部運輸局 自動車交通部 旅客第一課 ☎052-952-8035

無戸籍でお困りの方はご相談ください

出生の届出がされず、無戸籍となっている方々に戸籍をつくっていただくための手続をご案内しています。無戸籍のままですと、社会生活上の不利益を被るおそれがあります。

まずは、下記問い合わせ先にご相談ください。
◎問合せ 市民課 ☎68-9784
岐阜地方法務局多治見支局 ☎22-1002

オレンジカフェ「認知症介護者健康相談会」(要予約)

今回は、認知症介護者を対象に健康相談会を開催します。過去に介護していたという経験のある方も気軽にご参加ください。

- ◆日時 10月26日(月)
①13時20分～ ②14時20分～
- ◆場所 カフェ楽(市民公園内)
- ◆講師 NEXWEL恵那地域笑顔共創クリニック 院長 松本医師
- ◆定員 ①5名 ②5名(予約制・先着順)
- ◆参加費 300円
- ◆申込 10月22日(木)までに高齢福祉課へお申し込みください。(定員になり次第、受付終了となります)

*詳細は下記までお問い合わせください。
*新型コロナウイルス感染症の影響または天候により中止となる場合があります。
◎申込・問合せ 高齢福祉課 ☎68-2117

募集

～広げよう支えあいの輪、広めよう支えあいの心～ 訪問活動のキホン教室(参加無料)

お住まいの地域において、「高齢者の手助けができた」と思っている方を応援します。実際に訪問介護を提供している事業所の職員から学べる講座です。

- ◆日時 11月10日(火)、17日(火) *計2回
13時30分～15時
- ◆場所 瑞浪市役所 西分庁舎
- ◆講師 ハートピア訪問介護事業所職員
- ◆内容 高齢者宅に訪問し、話し相手や簡単な家事等を手助けする際の留意点等
- ◆定員 10名
- ◆申込 11月2日(月)までに高齢福祉課へお申し込みください。

*新型コロナウイルス感染症の影響等により、変更または中止する場合があります。
◎申込・問合せ 高齢福祉課 ☎68-2117

「子ども食の研究者」募集

お子さんの「食」に対する好き嫌いやこだわりについてお悩みの方、同じ悩みを抱える方々とお話ししてみませんか?本学の心理学および食の専門家のアドバイスや情報共有も行います。興味のある方は、お気軽に下記までご連絡ください。

◎問合せ 中京学院大学短期大学部 信太 ☎68-4555
✉kodomosyoku.chutan@gmail.com

からだづくり教室参加者募集(参加無料)

近年、高齢者のフレイル(虚弱)が目立っています。健康と要介護状態の間にあるフレイル(虚弱)の予防方法を「運動、食事、口腔ケア」の視点から学び、健康寿命を伸ばしましょう。

- ◆日時 11月4日、11日、18日、25日の水曜日(全4回) 13時30分～15時30分
- ◆場所 保健センター 2階保健指導室
- ◆内容 フレイル(虚弱)予防の講話と運動(*初心者向けになります)
- ◆対象 65歳以上の方15名(新規優先・先着順)
- ◆申込 10月30日(金)までにお申し込みください。

*新型コロナウイルス感染症の影響により、日程が変更・中止となる可能性があります。

◎申込・問合せ 高齢福祉課 ☎68-2117

健康

インフルエンザ予防接種について

高齢者の定期インフルエンザ予防接種は10月1日から実施しています。子どものインフルエンザ予防接種(任意)の費用助成は、10月15日から実施します。詳細は「広報みずなみ10月1日号」または市ホームページをご確認ください。

◎問合せ 健康づくり課 ☎68-9785

がん検診

▼会場 保健センター

受付時間	8時30分～11時			13時～15時30分		
検診日	胃	肺	大腸	乳	大腸	乳
11/16(月)	満員	○	○	○	○	○
11/28(土)	○	○	○	○	○	○

▼会場 東濃厚生病院 健康管理センター

受付時間	8時30分～11時		
検診日	胃	肺	大腸
11/20(金)	満員	○	○

- 印…受けられる検診(選択可)
- ◆対象者 40歳以上の希望者(乳がんは女性のみ)
(乳がん検診は令和元年度の受診者を除く)
- ◆費用 個人負担各500円(乳がんのみ1,000円)
- *電話等で健康づくり課へお申し込みください。
- *大腸がん検診希望者は10日前までにご予約ください。
- *新型コロナウイルス感染症の影響等により、日程が変更または中止となる場合があります。
- ◎予約・問合せ 健康づくり課 ☎68-9785

30歳代健診

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、延期していた30歳代健診を行います。

- ◆日時 12月21日(月)、24日(木)、令和3年1月14日(木)、24日(日)
8時30分～11時
- ◆場所 保健センター
- ◆対象 昭和56年4月1日～平成3年3月31日生まれの方
- ◆内容 身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査(希望者にはピロリ菌抗体値検査あり)
- ◆費用 500円(ピロリ菌抗体値検査は別途500円)
- ◆申込 10月21日(水)から予約受付

*事前に問診票等を送付しますので、12月実施分は11月16日(月)まで、1月実施分は12月4日(金)までに電話等で健康づくり課へお申し込みください。
*今までにピロリ菌抗体値検査を受けたことがない方は、健診と同時に検査を受けることができます。検査を希望される方は、市ホームページの「健康・福祉」から「各種健診・検診」の「30歳代健診」の「ピロリ菌抗体値検査について」を必ずご確認ください。検査における注意事項が記載されています。
◎問合せ 健康づくり課 ☎68-9785

子宮頸がん検診

今年度対象者となる方には、受診票が送付してあります。また、平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方には無料クーポン券が送付してあります。どちらも有効期限は令和2年12月末日までです。

- ぜひご利用ください。
- ◆対象者 20歳以上の女性(令和元年度の受診者を除く)
- ◆費用 500円
- *新規に受診を希望される方は、健康づくり課までお問い合わせください。
- ◎問合せ 健康づくり課 ☎68-9785

がん検診 愛する家族への贈り物

「がん」はとても身近な病気です。一生のうち「がん」になるリスクは約2人に1人とされています。今年度は新型コロナウイルスの影響で、検診の延期や中止を考えてみえる方もいるかもしれませんが、早期発見のためにがん検診は定期的に受診しましょう。がん検診は、感染予防対策を取りながら実施しています。

受診の結果「要精密検査」と判定された場合は、必ず専門の医療機関を受診しましょう。

10月は「がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間」です。

困りごと相談 (11月分)

市役所 (1階市民相談室)

行政相談 11月9日(月) 13時30分～16時 生活安全課 ☎68-9748	人権こまりごと相談 11月19日(木) 13時30分～16時 生活安全課 ☎68-9748	住宅修繕相談 11月18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 11月10日(火) 10時30分～12時 11月19日(木) 13時30分～16時 *予約受付10月20日(火)～ 生活安全課 ☎68-9748	身体障がい者相談 11月2日(月) 10時～12時  社会福祉課 ☎68-2113
--	---

電話相談

司法書士による無料相談

毎週木曜日 16時30分～19時
 22日(日) 13時30分～16時
 *相談内容によって日時が異なります。
 相談日の詳細は、
 岐阜県司法書士会HPまたは、
 生活安全課 ☎68-9748

陶児童館

移動家庭児童相談

11月4日(水)
 10時～12時

 子育て支援課 ☎68-2115

ハートピア(相談室)

心配ごと相談 11月2日(月)・9日(月) ・16日(月)・24日(火) 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 11月19日(木) 13時30分～16時 社会福祉課 ☎68-2113	結婚相談 11月4日(水)・8日(日) ・22日(日) 10時～16時 子育て支援課 ☎68-2114
母子相談 11月18日(水) 10時～15時  子育て支援課 ☎68-2115	障がい者就労巡回相談 11月17日(火) 13時30分～15時 社会福祉課 ☎68-2113	児童相談 11月25日(水) 10時～15時  子育て支援課 ☎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

11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(火)
○国民健康保険料	11月分 11月30日(月)
○後期高齢者医療保険料	5期分 11月30日(月)
○保育料	11月分 11月30日(月)
○上下水道料金・し尿処理手数料	10月分 11月30日(月)
○市営住宅使用料	11月分 11月30日(月)
○介護保険料	11月分 11月30日(月)

11月の斎場のお休み 環境課 ☎68-9806

3日(火)・9日(月)・19日(木)・25日(水)

令和2年度 生涯学習施設 11月休館日

総合文化センター	2日、9日、16日、23日、30日
市民図書館	2日、9日、16日、24日、27日、30日
市民体育館	2日、4日、9日、16日、24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	2日、4日、9日、16日、24日、30日
自然ふれあい館	2日、4日、9日、16日、24日、25日、30日
サイエンスワールド	2日、9日、16日、24日、30日

令和3年度瑞浪市奨学金制度 をご活用ください



～経済的な不安が理由で進路をあきらめていませんか～

瑞浪市では、優秀な学力・資質を持ちながら、経済的理由で修学困難な高校生・大学生などに奨学金を支給する制度があります。

令和3年度瑞浪市奨学生は4月に募集しますので、進路選択の参考にしてください。瑞浪市は意欲ある学生の皆さんの夢の実現をサポートします。

- ◆奨学金の額 大学生など 月額3万円 高校生など 月額1万円 (令和2年度金額)
- ◆応募資格 本市に1年以上住所を有する方の子で、以下の対象枠に当てはまる方
(*成績要件・所得制限があります)

対象枠	対象者 (*専門学校、通信教育・公開講座は対象外です)
大学生	学校教育法に規定する大学・短期大学・大学院・高等専門学校専攻科に在学(進学)する者 (*大学院生のうち、大学時に瑞浪市奨学金を支給されていた者を除く)
高校生	学校教育法に規定する高等学校・特別支援学校高等部・高等専門学校に在学(進学)する者

- ◆募集人員 大学生など…10人以内 高校生など…10人以内
*既に在学している方でも申請できます。
*詳細については、令和3年2月15日号「広報みずなみ」でお知らせしますので、ご確認ください。

◎問合せ 教育総務課 ☎68-9831

陶都のみもり ～多治見警察署だより～



令和2年度 全国地域安全運動について

10月11日(日)～20日(火)までの間、各都道府県警察では『みんなでつくろう安心の街』をスローガンに全国地域安全運動を実施します。

この運動は、地域の皆さんと関係機関・団体・警察などがお互いに連携して、地域ぐるみで地域安全活動に取り組むことにより、犯罪や事故のない安全で安心して暮らせる地域社会を実現することをねらいとしています。

活動重点は、

- ① 身近な犯罪からの被害防止
- ② 子供と女性の犯罪被害防止
- ③ ニセ電話詐欺の被害防止



の3つです。

運動中は、侵入盗や自転車盗等の街頭犯罪やニセ電話詐欺被害防止の広報活動、登下校時などの見守り活動、コンビニエンスストア等に対する立ち寄り等の強化など被害防止活動を行ないます。

安全・安心なまちづくりのため、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

◎問合せ 多治見警察署 ☎22-0110(代表)

子どもの健康情報

大切な子供の睡眠 ～寝る子は育つ！～

朝は早く起こし、夜は早く寝かせようと頑張っている親御さんは多いと思います。「寝る子は育つ」と言う言葉がありますが、子どもの成長と睡眠は深い関係があります。



■なぜ眠ることが大切？

子どもにとって睡眠が大切である大きな理由は、成長・発育に影響のあるホルモンの分泌と睡眠が深い関係にあるからです。

<睡眠と関係のある主なホルモン>

【成長ホルモン】

- ・骨や筋肉を育てる
- ・大脳や神経を育てる
- ・代謝をコントロールする

【メラトニン】

- ・抗酸化作用(傷ついた細胞を修復する)
- ・思春期まで第二性徴を抑える
- ・1日の体のリズムを整える
- ・体温を下げて、眠気をおこす

「成長ホルモン」は、生後4カ月ごろから夜寝ている時に集中分泌されるようになり、幼児期には真夜中12時頃(深い眠りの状態にある時)にまとまって分泌されます。「メラトニン」は、夜暗くして眠ると分泌量が増加し、午前2～3時ごろに分泌量が最大になります。また1～5歳児は「メラトニンシャワー」と言われるくらい分泌のピークの時期です。遅くまで明るい部屋で起きていると、目が光を感じ、メラトニンがしっかり分泌されないため、体温が下がらず、眠気もおきないため、睡眠と覚醒のリズムが狂う原因になります。これらのホルモンがしっかり分泌されて働くためには、遅くとも午後9時までは寝ていることが重要です。まずはお子さんの起床・就寝時間など生活リズムを振り返ってみましょう。次回(11月15日号)は、睡眠のリズムを整えるためのポイントについてお伝えする予定です。

乳幼児健診・相談・歯みがき教室 ●令和2年11月分●

以下の事業につきましては、新型コロナウイルス感染症の発生状況により、中止または縮小して実施となる場合があります。ホームページ(新型コロナウイルス感染症について)をご確認の上、お越しく下さい。なお、新型コロナウイルス感染症対策を講じた上で実施します。

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	11月24日(火)	個別でご案内します	令和2年7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	11月6日(金)	個別でご案内します	平成31年3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
	11月13日(金)			
3歳児健康診査	11月17日(火)	個別でご案内します	平成29年11月生まれ	母子健康手帳 問診票・アンケート お子さんの尿(容器を送付します) すこやかファイル
	11月27日(金)			
乳幼児相談	11月2日(月)	9:15～11:00受付	※要予約(3日前まで)	母子健康手帳
6カ月児教室	11月10日(火)	第1子10:30～10:40受付	令和2年5月生まれ	母子健康手帳 すこやかファイル
		第2子9:30～9:40受付		
8カ月児教室	11月10日(火)	第1子14:30～14:45受付	令和2年3月生まれ	母子健康手帳 すこやかファイル
		第2子13:00～13:15受付		
1歳児すくすく教室	11月19日(木)	第1子10:40～10:50受付	令和元年11月生まれ	母子健康手帳 すこやかファイル
2歳児歯みがき教室	11月30日(月)	個別でご案内します	平成30年11月生まれ	母子健康手帳 すこやかファイル *染め出し・フッ素塗布は中止
2歳6カ月児歯みがき教室	11月9日(月)		平成30年5月生まれ	
3歳6カ月・4歳・4歳6カ月児 歯みがき教室			中止	

*2歳未満のお子さんは感染予防のため、バスタオル等敷物をご持参ください ◎問合せ 健康づくり課 ☎68-9786

子育て支援センターだより



11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 (電吟幼稚園内) ☎63-2060	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1 日								
2 月	☆		閉所	☆	☆		☆	
3 火	文化の日							
4 水	ひよこ親子ヨガ		☆		ぺんぎん		うさぎ	☆
5 木	☆		ぺんぎん	☆	うさぎ	☆	ひよこ	
6 金	うさぎ親子ヨガ	☆	ねんね		☆		ぺんぎん	☆
7 土	☆		閉所		閉所		閉所	
8 日								
9 月	☆		☆	☆	☆		☆	
10 火	ぺんぎん親子ヨガ	☆	閉所		ひよこ	☆	☆	
11 水	ひよこ		☆		ぺんぎん		うさぎ親子	☆
12 木	☆AED講習会		閉所	☆	うさぎ	☆	ねんね	
13 金	うさぎ	☆	ひよこ		☆		ぺんぎん親子	☆
14 土	☆		☆		☆		☆	
15 日								
16 月	☆		☆	☆	☆		☆	
17 火	ぺんぎん親子ヨガ	☆	うさぎ		ひよこ親子	☆	キャリナビ	
18 水	ねんね		☆AED講習会		ぺんぎん		うさぎ	☆
19 木	☆		ぺんぎん	☆	うさぎ	☆	ひよこ	
20 金	うさぎ	☆	ひよこ		☆		ぺんぎん	☆
21 土	☆		☆		☆		☆	
22 日								
23 月	勤労感謝の日							
24 火	ぺんぎん	☆	うさぎ親子		ねんね	☆	☆	
25 水	ひよこ親子		さくらんぼ		ぺんぎん		うさぎ	☆
26 木	☆		ぺんぎん親子	☆	うさぎ	☆	ひよこ	
27 金	うさぎ	☆	ひよこ		☆		ぺんぎん	☆
28 土	☆		☆		☆		☆	
29 日								
30 月	☆		☆	☆	☆		☆	

*新型コロナウイルスの影響により、予定が変更になる場合があります。

親子ヨガ ～親子で体を動かして、心も体もすっきり！～

講師を招いて、親子ヨガを行います。親子でスキンシップをとりながら楽しく体を動かすことで、心も体もリフレッシュしましょう。

日時	対象年齢
11月4日(水)	0歳児(ひよこ)
11月6日(金)	2歳児(うさぎ)
11月10日(火)	1歳児(ぺんぎん)
11月17日(火)	1歳児(ぺんぎん)

- ◆場所 おんぶにだっこ ホール
- ◆時間 10時30分～(開始10分前には受付を済ませてください)
- ◆持ち物 お茶・動きやすい服装
- ◆定員 各回12組(1回のみ参加をお願いします)
- *お子さんが2人以上いる場合は、上の子の年齢に合わせて申し込みをしてください。

【予約受付開始】

10月15日(木)9時30分～ 子育て支援センター おんぶにだっこ
電話も可(66-1064)

▷表の見方

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

区分	年齢の目安
☆	0歳～就学前まで
うさぎ (2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
ぺんぎん (1歳児)	平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれの子と親
ひよこ (0歳児)	平成31年4月2日以降生まれの子と親
ねんね	ねんね～お座りぐらいまでの子と親

- 親子ヨガ…10時30分～ 要予約
日によって対象年齢が違いますので、ご注意ください。
- 親子遊び…10時～ 要予約
年齢に合わせた親子遊びをします。
- AED講習会…10時～ 要予約
突然の事態に対応できるように、専門講師から救急法を学びます。
- キャリナビ…①10時～②10時50分～ 要予約
再就職やキャリアアップに向けた講座です。
- さくらんぼ…双子の子と親。

*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。(要予約)

【バルーンアート広場】へおいでよ!

身近な風船を使っのショーを見たり、バルーンアートの体験ができます。親子で見て・触れて・作って、一緒に楽しみましょう!

- ◆日時 11月7日(土)
- ◆場所 稲津コミュニティーセンター
- ◆時間 ①10時30分～11時10分
②13時～13時40分

- *どちらか1回のみ参加をお願いします。
- ◆対象者 就学前の親子
- ◆定員 各時間10～15組(35名程度)

【予約受付開始】

10月15日(木)9時30分～
子育て支援センター おんぶにだっこ
電話も可(66-1064)

