

Mizunami 10

広報みずなみ | MIZUNAMI CITY PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

2023 OCTOBER

No.1525

この戦い、
負けRUNない!!

8月19日

市民競技場を発着点に、第13回瑞浪市民おはようさわやかマラソンが開催され、参加者は爽やかな汗を流していました。

進めています 大学・高等学校との 域学連携

瑞浪市は、中京学院大学、中部大学、岐阜大学や瑞浪高校、中京高校、麗澤瑞浪高校の市内3高等学校と連携協定を締結し、産業、文化、福祉、教育などの分野で相互に協力し、「協働のまちづくり」、「若者や研究者の参加による地域活性化」、「社会貢献を通じた優れた人材の育成」を推進しています。また、学生のシビックプライド(まちへの誇り、愛着、共感)の醸成にも努めています。

令和4年度 域学連携事業実績の一部を紹介いたします

域学連携推進事業交付金を活用した成果



▶瑞浪高校「大湫宿まるごとQRコード化」大湫町の観光情報をQRコードに集約!



▼麗澤瑞浪中学・高校商品開発「Beer Bar」(クラフトビールの麦芽粕を活用したお菓子の開発)



▲中京高校の学生が、シティプロモーション動画の原案作成や撮影に参加しました。若者からの情報発信に期待します。

シティプロモーション動画制作への参加

麗澤瑞浪中学校

「瑞浪市まがしん」プロジェクト発表会



▲情報発信や公共交通、観光、特産品開発に関する若者ならではの提案をしてくださいました。



▲平山(釜戸町)の夢のポスター制作 釜戸町平山の皆さんと岐阜大学学生とで、地域をPRする企画やポスターを考えました。

岐阜大学との域学連携活動

瑞浪市役所「ミライ創ろまい課」プロジェクトについて

令和5年度におけるミライ創ろまい課の活動を紹介します

1 2期生委嘱式

昨年6月に発足した学生によるまちづくりグループ「ミライ創ろまい課」では、自らが企画した地域活動に大人を巻き込みながら実践することを通じ、若者が進んでまちづくりに参画し、まちに「にぎわい」を創出することを目指して活動しています。

本年度も、瑞浪高校、中京高校、麗澤瑞浪高校から、2期生として26名が加わり、6月9日に委嘱式を行いました。各校代表の学生からは「瑞浪市の未来を明るくするため、市外にも魅力を与えたい」といった、これからの活動に対する意気込みが宣誓

されるなど、モチベーションの高い、良い雰囲気での委嘱式となりました。今回委嘱した2期生は、1期生26名と協力し、次の3つの取り組みに参加しつつ、新たな企画も立案していきます。



2 本年度のプロジェクト

① イベントチーム 瑞浪市内外の方をとりこにするイベントを企画

「瑞浪市制70周年記念事業プロジェクトチーム」と連携し、市と民間団体が共催で実施する「野外映画祭&ナイトマーケット」(8月19日開催)において、子どもが楽しめるイベント(ビンゴスタンプリアーと縁日)を開催しました。当日は、大変多くの親子連れに参加いただき、子どもの笑顔が弾けるイベントとなりました。私たちイベントチームもその笑顔に頑張りが報われました。



② 特産品チーム 瑞浪市の自慢の名物となる特産品を開発

市内事業者の協力のもと、特産品の開発やPR方法を検討しています。今年8月31日の「野菜の日」に、瑞浪の米を活用した特産品開発への意気込みの発表、および瑞浪の自然や米そのものを体感するために稲刈り体験などを行いました。

また、クラフトビールの麦芽粕を活用した麦芽パンの開発も行っています。

③ 化石検定チーム 日本初の化石検定を瑞浪市で実施

「化石のまち瑞浪市」の誇るべき化石について、大人から子どもまで楽しみながら挑戦することのできる問題を、専門家のアドバイスを受けながら作成しています。令和6年度の瑞浪市化石博物館開館50周年のタイミングに化石検定を実施することを最終目標とし、今年10月15日の化石の日、化石検定プレテストを実施します。8月10日から募集を開始し、多くの問い合わせを受けられています。受検者の皆さんがワクワクする試験となる予定です。



各種市民活動団体やNPO法人などにおいて、「事業に協力してほしい」「商店街や観光の活性化を図りたい」など、各学校との連携事業の実施を希望される場合、または、ミライ創ろまい課の活動にご協力いただける場合は、市民協働課までお問い合わせください。

◎問合せ 市民協働課 ☎6819756

毎週火・木曜日は市民課、上下水道課、税務課の窓口業務を延長しています

- ◆開設日時 毎週火・木曜日(祝日、年末年始を除く) 17時15分～19時
- ◆開設場所 市民課および税務課の窓口
- *市民課、税務課での各種証明発行については、本人確認のためマイナンバーカードや運転免許証などの本人確認書類をご持参ください。なお、条件により証明書が交付できないことがあります。詳しくは、担当課までお問い合わせください。

市民課

延長窓口取扱業務 ☎68-9784

住民票の写しの交付、戸籍(除籍・改製原)謄本(全部事項証明書)および抄本(個人事項証明書)の交付、印鑑登録および印鑑登録証明書の交付(印鑑登録証の提示が必要です)、転入・転出・転居などの届出および戸籍届出の受付、マイナンバーカードの受け取り・申請および電子証明書の更新

*戸籍届出・住所異動などに伴う諸手続きについては、後日改めて来庁していただく場合があります。

開庁時間内に市役所までお越しになることが困難な方は、事前に電話でご予約をいただくことで、休日(土・日・祝日)の8時30分～17時に住民票の写し(除籍は除く)を受け取ることができます。

ただし、受け取ることができるのは、本人または同一世帯の方に限ります。

上下水道課

延長窓口取扱業務 ☎68-9821

(市民課窓口で行っています)

水道の使用開始・休止・名義変更の受付、水道料金・下水道使用料・し尿処理手数料の支払い

*開始・休止などの作業は、翌日以降の開庁時間内になりますのでご了承ください。



男女共同参画市民講演会

「その思い込み、大丈夫?」

さらに進めよう!ジェンダー平等

「アンコンシヤス・バイアス(無意識の思い込み)」という言葉はご存じですか?自分では気づいていない「思い込み」のせいで、人とのかわりが上手いかわらなくなることは、案外多いものです。今回は、性別に関する思い込みを手がかりに、男女共同参画のお話や意見交換をとおして、一緒に「思い込みからの脱出!」に挑戦してみましよう!



- ◆日時 11月11日(土) 13時30分～15時30分(開場13時)
- ◆場所 瑞浪市総合文化センター3階 講堂
- ◆講師 中村 奈津子氏(NPO法人参画プラネット常任理事、キャリアコンサルタント)
- ◆定員 60名(先着順)
- ◆参加費 無料(無料託児あり)
- ◆申込 10月25日(水)までに、住所・氏名・電話番号・託児希望の有無を、電話、FAX、メール、申込フォームのいずれかでお知らせください。

*申込書はホームページから印刷できます。

◎申込・問合せ

生活安全課 ☎68-9748 FAX 68-2240
 メール: seikatu@city.mizunami.lg.jp



▲申込フォーム

税務課

延長窓口取扱業務 ☎68-9749

市県民税・固定資産税などの納税証明書の交付、所得証明書・課税証明書・評価証明書などの交付、市税の納付および納税相談

*市県民税の申告、原動機付自転車等の登録および廃車申告、臨時運行許可申請などの業務は取り扱いません。

*納税相談については、事前に電話でご予約ください。

住民票・戸籍の請求や各種届出の際の本人確認にご協力を

市では、個人情報の不正取得や虚偽の届出などを未然に防止するために、住民票や戸籍謄抄本などの請求や住所異動および戸籍の届出などの手続き時に、窓口に来た方の本人確認を行っています。そのため、本人確認ができない場合には、証明書の交付などができないことがあります。皆さまの個人情報を守るための法律上のルールとなりますので、本人確認書類の提示についてご協力をお願いします。

◆確認の方法(証明書は有効なものに限ります)

顔写真の付いた公的な本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード、在留カード、特別永住者証明書など)をお持ちの方は、1点で確認します。顔写真付き本人確認書類をお持ちでない方は、健康保険証と年金手帳など、本人と分かるもの2点以上で確認します。

◆注意事項

- 印鑑登録証明書の申請には、印鑑登録証と本人確認書類の両方が必要です。
- 印鑑登録については、顔写真付き証明書がない場合、即日登録ができないことがあります。
- 戸籍関係の証明書は本人、配偶者および直系親族の方への交付、住民票は本人および同一世帯の方への交付が原則です。それ以外の方が請求される場合は、委任状が必要です。

◎問合せ 市民課 ☎68-9784

瑞浪市レクリエーション協会の活動について

当協会は、平成28年に開催した「第70回全国レクリエーション大会in岐阜」の成果を「過性のものとせず、県民皆が1つはレクリエーションを実践することで、体、心、頭の健康を増進させ、健康長寿につなげる」「ミナレク運動」を推進し、明るく健康で笑顔あふれる岐阜県づくりを目指すため設立しました。市民の健康づくりや生きがいづくりに寄与する協会を目指して、レクリエーション関係者、レクリエーションスポーツ団体、教育福祉団体・施設などレクリエーションに携わるさまざまな団体・組織のネットワークを図り、市内レクリエーション運動を統轄する団体として、ミナレク運動を全面展開しています。

活動内容	主な活動場所
フォークダンス	ミュージアム中仙道
インディアカ	稲津公民館
バウンドテニス	瑞浪市民体育館
3B体操	瑞浪小学校体育館
フライングディスク	瑞浪市内各所
介護予防体操、マンカラ、ラダーゲッター等	瑞浪市内各所

瑞浪市レクリエーションフェスティバル

- ◆日時 10月28日(土)10時～12時
 - ◆会場 ミュージアム中仙道
 - ◆内容 約5種目のレクリエーションが体験できます!
 - *誰でも無料で自由に参加可。参加賞としてお菓子のプレゼントあり。
- ◎問合せ 瑞浪市レクリエーション協会事務局 肥田
 ☎090-4184-3520

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修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です。

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、修業終了後には「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親または父親で、次の要件を全て満たす方
- ・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(令和6年3月31日までに修業を開始する場合については6カ月以上)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
- ・過去にこの給付金を受給していないこと

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年間は、訓練促進給付金月額に40,000円が加算されます。

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親または父親で、次の要件を全て満たす方
- ・児童扶養手当を受給していること、または受給者と同様の所得水準にあること
- ・当該教育訓練が希望する職に就くために必要であると認められること
- ・過去にこの給付金を受給していないこと

支給額

対象講座の受講のために支払った費用の60%
 * 雇用保険法による教育訓練給付金の給付を受けられる場合は、その給付金額を差し引いた額を支給します。
 * 支給額は、年間20万円を上限とします。また、右による算定額が12000円を超えない場合は、支給されません。

母子父子寡婦福祉資金貸付制度

母子家庭等に対し、経済的自立を助成し、またはお子さんの福祉を増進するために、必要な資金の貸し付けを行います。

対象者

- ・20歳未満の子どもを扶養している配偶者のない母親または父親
- ・子が20歳以上になった母子家庭の母親
- ・両親がいない20歳未満の子

貸し付けの種類

事業の開始・継続、技能習得、就職支度、修学・就学支度、医療介護等

◎ 問合せ 子育て支援課 ☎ 68-2115

返済不要

令和6年度 瑞浪市奨学金制度を ご活用ください



市では、優秀な学力・資質を持ちながら、経済的な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6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。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

高校生 月額1万円
 大学生 月額3万円 入学時に一時金20万円

対象枠	対象者
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
大学生	学校教育法に規定する大学・短期大学・大学院(大学時瑞浪市奨学金を支給されていた者を除く)・高等専門学校専攻科に在学(進学)する者

◆ 応募資格

- ・市に1年以上住所を有する者の子で、成績優秀な方。(所得制限があります)

◆ 募集人員

高校生 10人以内 大学生 10人以内

◆ 募集期間

令和6年4月1日(月)～30日(火)

* 詳細な応募資格や申し込み方法などは、令和6年2月中旬以降にお問い合わせいただくか、市ホームページでご確認ください。

◎ 問合せ 教育総務課 ☎ 68-9831

瑞浪市高等学校就学準備等 支援金を支給します

中学校3年生のお子さんの進路を検討するにあたり、就学や就職等にかかる子育て世帯の経済的な負担を軽減するため、支援金を支給します。

- ◆ 対象者 対象となる児童(*)を監護し、生計を維持している保護者の方等

(*) 令和5年9月30日時点で市内に住所を有する、中学校3年生の児童

- ◆ 支給額 対象となる児童一人につき、3万円

◆ 支給方法

令和5年10月分の児童手当を瑞浪市で受給される方は、申請不要です。10月末頃に、原則児童手当の支給口座に振り込みます。それ以外の対象者は、申請が必要です。11月末までに、申請書をお送りします。

- ◆ 申請期限 令和6年1月31日(水)

申請はお済みですか? 「瑞浪市第二子以降出産祝い金」

第二子以降の出生をお祝いし、子育てにかかる経済的な負担を軽減するため、瑞浪市第二子以降出産祝い金(令和5年4月1日以降に生まれた第二子以降のお子さんひとりにつき、10万円)を支給しています。対象の世帯には、窓口、お手紙等にて申請のご案内を行っています。お子さんの誕生日から6カ月以内に申請をいただく必要がありますので、ご注意ください。

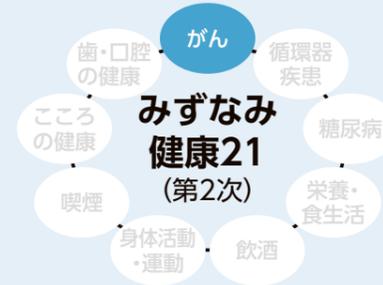
◎ 問合せ 子育て支援課 ☎ 68-2115

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」

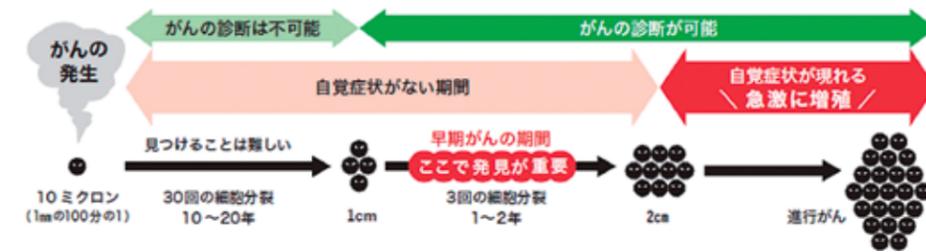
女性のためのがん検診特集

◎問合せ 健康づくり課 ☎68-9785

シリーズみずなみ健康21



がんの進行例 (文部科学省・がん教育推進のための教材より)



早期がんを発見できる期間は限られています
発生した1個のがん細胞は、目立った症状がないまま増え続け、約10年〜20年かけて、一般的にがん検診で発見できる1cm程度の大きさの塊になります。しかし、その後、2cm程度の大きさになるのはわずか1〜2年で、それ以降は進行がんととなり、症状が現れなくなります。まれに、より急激に進行的な場合もあり、がんを早期発見できる期間は限られています。

がんを早期発見できる期間は限られています。がんを早期発見できる期間は限られています。がんを早期発見できる期間は限られています。

で増加傾向にあり、これから結婚や出産を迎える年代の女性や、幼い子供を持つ母親にとって深刻な影響を与えるがんです。

主な原因はHPV(ヒトパピローマウイルス)の持続感染

HPVの子宮頸部への感染はほとんどが性交渉によりですが、このウイルスに感染すること自体は決して特別なことではなく、誰でも感染する可能性があります。感染を防ぐためには、HPVワクチンの接種が有効です。現在、市では定期予防接種に加え、平成9年度〜平成18年度生まれの女性を対象にキャッチアップ接種を行っています。

子宮頸がんは検診で早期発見できます

子宮頸がん検診は、ヘラやブラシなどで子宮頸部の細胞をこすり取る検査で、少量の出血をする可能性があります。痛みを感じることは少ないといわれています。子宮頸がんは、検診によりがんの一手前である「前がん病変」を発見することができるという特徴があります。20歳になったら2年に1回、検診を受けましょう。職場などで検診を受ける機会のない方は、市の検診をご活用ください。

詳細は市ホームページをご覧ください。



瑞浪市子宮頸がん検診	
期間	令和5年5月～12月末
自己負担金	500円
内容	問診・視診・内診
検診場所	瑞浪市・土岐市の指定医療機関(一覧を受診票に同封)
受診票送付のお申込み	検診には市発行の受診票が必要です。QRコードよりお申込みください。 

期のうちに発見できれば、ほとんど完治させることができるといわれています(表1参照)。がんの早期発見には、定期的ながん検診受診が重要です。



表1: 病期別 5年生存率 (がんの統計2022より)

	早期発見・治療した場合(I期)	進行がんの場合(IV期)
胃がん	98.7%	6.2%
大腸がん	98.8%	23.3%
肺がん	85.6%	7.3%
乳がん	100%	38.8%
子宮頸がん	93.6%	26.5%

市では国が推奨するがん検診を実施しています。

その中でも今回は女性特有の子宮頸がん・乳がん検診についてご紹介いたします。

20歳からはじめる 子宮頸がん検診

子宮の入り口である子宮頸部の表面の細胞にがんができる病気で

40歳からはじめる 乳がん検診

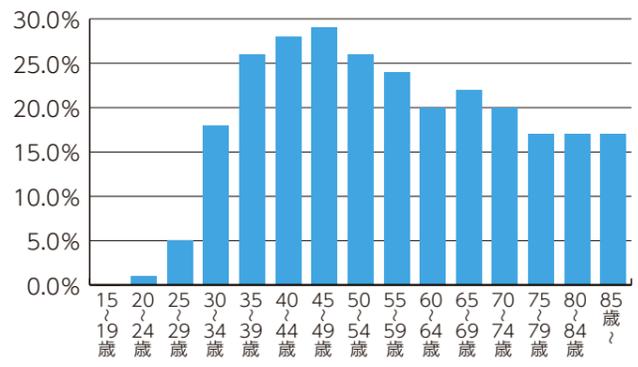
「乳がん」ってどんな病気? 乳房の中にある乳腺(母乳をつくるところ)にできる悪性腫瘍で、乳がんの発生や増殖には「エストロゲン」と呼ばれる女性ホルモンが深く関わっています。女性にできるがんの中で一番多く、年間約8万3000人が乳がんになり、年間約1万3000人が乳がんのために亡くなっています。

ブレスト・アウェアネスのすすめ

ブレスト・アウェアネスとは、乳房を意識する生活習慣のことです。乳房の状態に日頃から関心を持ち、変化を感じたら速やかに医療機関へ受診しましょう。



子宮頸がん罹患率(2018年) (がんの統計2022より)



す。日本では年間約3万3000人が発症し、約2900人が亡くなっています。初期のがんでは、子宮頸部の異常な組織を取り除く手術によって8割以上が治り、子宮も温存できます。しかし、がんの進行とともに治療率は低下し、子宮全摘が行われ、その場合は妊娠や出産ができなくなったり、排尿障害などの後遺症に悩まされたりすることもあります。近年、20歳代や30歳代の若年層

ブレスト・アウェアネスの4つのポイント	
①ご自分の乳房の状態を知る	着替えや入浴、シャワーなどの際に乳房を「見て、触って、感じる」
②乳房の変化に気をつける	乳房のしこり・皮膚のくぼみや引きつれ・痛み乳頭からの分泌物、乳頭や乳輪のただれなどに気をつけます。
③変化に気づいたらすぐ受診	変化に気づいたら、次の検診を待たず医療機関を受診しましょう。
④40歳になったら、2年に1回乳がん検診を受ける	職場などで検診を受ける機会のない方は市の検診(マンモグラフィ検査)をご活用ください。 対象者: 令和4年度に市の同検診を受けていない40歳以上の女性 検診期間: 令和5年11月30日まで 自己負担金: 1,000円

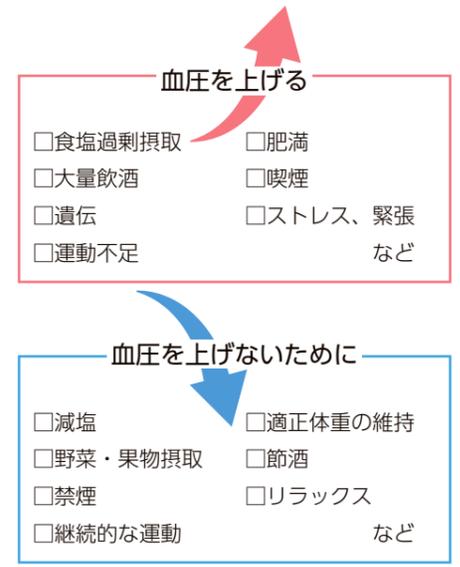


前回に引き続き、「血圧Q&A生活改善編」についてお伝えします。

*「高血圧治療ガイドライン2019」に基づいた内容となっております。実際の指示についてはかかりつけ医にご相談ください。

どう生活改善していけばよいの？

まず、血圧を上げる要因と、上げないための改善方法を考えてみましょう。上げる要因が積み重なれば血圧は上がりますので、その要因を見直すことで、少しずつ改善につながります。今回は、減量・減塩についてお伝えします。



太ると上がる？ 痩せると下がる？

肥満の方は標準体重の方に比べ、2〜3倍高血圧の頻度が高くなると言われております。さらに、若年期から中高年期にかけての体重増加が大きい方の高血圧症の発生率は、標準体重を維持している人の4〜5倍といわれており特に注意が必要です。

そのため、肥満の解消は高血圧の改善に重要なことです。体重1kg減少につき収縮期血圧は約1・1mmHg、拡張期血圧は約0・9mmHg低下というデータもでており、4〜5kgの減量をすることで明らかに変化が現れると言われております。

しかし減量したとしても筋肉が減少しているのであれば効果はほとんどありません。食事と運動を組み合わせた生活改善による減量が重要です。

また、標準体重なのに血圧が高い場合もあります。肥満の方のリスクが高いというだけで、BMIが正常でも遺伝や生活習慣によって血圧は高くなります。血圧が高い方は、血圧が上がる要因に当てはまるものがないか振り返ってみましょう。

自分で料理しない人はどう減塩していけばよいの？

ご家庭で料理をする機会が少ない方や、外食・テイクアウトの機会が多い方も、食べ方を工夫することで減塩につなげることが出来ます。

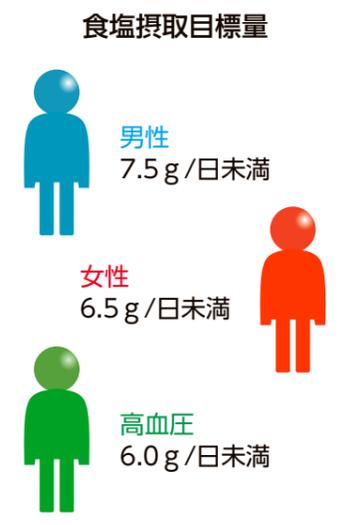
例えば、普段の食卓の中で味の濃いものより薄いものを多く選択する、味付けは変えず飲む汁の量を減らす、食塩の多い食品を知りそれを避ける、などの方法があります。

外食では食べる頻度が高いものについては減塩の仕方(麺類のつゆは飲まない、調味料は少なめにする、漬物は食べないなど)を知っておくことでメニュー選択の幅は広がります。最近チェーン店などでは、メニュー表やホームページに、提供するメニューが含む塩分を明記しているお店も多いので、それらを参考にしながら選んでみてください。

もし食塩を過剰に摂取してしまった時があれば、1日のトータル量や2日分の摂取量として減塩できるような残りの食事の機会を気を付けましょう。

ポイントは「見えない塩をみえる化するべし」です。もちろん食品一つ一つの食塩相当量を覚えることは困難ですが、食品それぞれが調理や

加工の過程でどのくらいの食塩を含むかなど、食品の特徴の大枠をつかみ、日常的に食べている食品の中の食塩相当量を理解し減塩の工夫を考えることが大切です。



生活改善をどのくらいの期間行えば効果が出るの？

一般的には、生活改善による降圧効果が現れるまでは1〜3か月くらいといわれています。効果としては、減塩や減量、運動などによる生活改善で平均収縮期血圧4〜5mmHg程度の降圧が期待できるとされています。ただし、効果の程度は、1人1人の高血圧の原因、生活改善前の不節制と改善の程度、食塩感受性などによって強く影響されることから個人差も大きいとされています。

生活改善に取り組んでいるにも関わらず、降圧効果がみられない時は改善が適切に行われているか見直していただき、期待した降圧効果がある

得られなかったとしても、食塩過剰摂取、肥満等はそれ自身が脳心血管病発症の危険因子となるので、生活改善はぜひ継続しましょう。

食塩感受性とは

食塩摂取量に対しての血圧影響具合を示すもので、食塩によって血圧が上がりやすいことを「食塩感受性が高い」といいます。食塩感受性は肥満・糖尿病・加齢などによっても高くなるため、注意が必要です。

これまでにお話したとおり、「血圧が高い」といっても1人1人、さまざまな要因があります。ご自身で生活を振り返っていただく中で、自分に合わせた改善方法を考えてみてください。改善を続けても効果が出ない場合、血圧が高い状態が続いている場合は早めに病院にご相談ください。

健康づくり課へもいつでもご相談ください。

*生活習慣の具体的な改善法については保健センター新聞VOL.8(血圧編③)で掲載しましたので、そちらをご参照ください。(瑞浪市のホームページでご覧になれます)

小さじ1杯の塩分量

調味料	塩分(g)
食塩	6.0g
コンソメ(固形)	2.4g (1個5.3gの場合)
薄口しょうゆ	1.0g
濃い口しょうゆ	0.9g
赤味噌	0.8g
白味噌	0.7g
ウスターソース	0.5g
ポン酢	0.5g
中濃ソース	0.3g
めんつゆ(ストレート)	0.2g
トマトケチャップ	0.2g
マヨネーズ	0.1g
バター	0.1g



ラーメン塩分量 約7〜8g
汁を半分残すと…
→約4.9〜5.6g
約3割減塩

汁を全部残すと…
→約3.5〜4.0g
約5割減塩

瑞浪市人事行政の運営等の状況を公表します



この公表は、「瑞浪市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づくもので、市職員の給与・定員管理などの状況を、広く皆さんに理解していただくことにより、その公正性と透明性を高めることを目的としています。

(3) 職員の平均給料月額・平均給与月額および平均年齢の状況 (令和5年4月1日現在)

区分	一般行政職			技能労務職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
市	307,200円	360,700円	41.6歳	288,800円	323,500円	53.6歳

(注) 一般行政職は、一般職のうち税務職・医療技術職・保健職・福祉職・消防職・技能労務職・教育職・企業職を除いた職員をいいます。一般職411人のうち一般行政職は208人、技能労務職は23人です。

(4) 職員の初任給の状況 (令和5年4月1日現在)

区分		市		国	
		決定初任給	採用2年経過日給料額	決定初任給	採用2年経過日給料額
一般行政職	大学卒	185,200円	196,900円	185,200円	196,900円
	高校卒	154,600円	162,900円	154,600円	162,900円

(5) 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況 (令和5年4月1日現在)

区分	経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年	
一般行政職	大学卒	255,500円	300,600円	347,700円
	高校卒	217,800円	255,500円	290,700円
技能労務職	233,300円	255,400円	274,900円	

(注1) 経験年数とは、卒業後ただちに採用され引き続き勤務している場合の採用後の年数をいいます。
 (注2) 該当する経験年数の職員がない等の場合は、近似の階層の平均額や、想定される標準的な給料月額等を記載しています

(6) 一般行政職の級別職員数の状況 (令和5年4月1日現在)

区分	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級	計
標準的な職務内容	部長	課長	課長補佐	係長	主査	主事	主事	
職員数(人)	12(0)	20(0)	46(0)	24(0)	46(0)	21(0)	39(0)	208(0)
構成比(%)	5.8	9.6	22.1	11.5	22.1	10.1	18.8	100.0
参考	1年前の構成比(%)	5.5	10.0	22.4	11.9	19.9	16.4	100.0
	5年前の構成比(%)	6.5	11.4	17.3	14.6	11.4	17.8	100.0

(注1) 職員数は、本市給与条例に基づく給料表の各級の在級者数です。
 (注2) 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名です。
 (注3) ()は、再任用短時間勤務職員であり、外書きです。

(7) 勤務成績の昇給への反映状況(行政職給料表一の適用者) (令和4年度)

区分	昇給基準	A	B	C	D	E
		極めて良好	特に良好	良好	やや良好でない	良好でない
特定職員		8号給以上	6号給	3号給	2号給	0号給
	〃 (55歳以上)	2号給以上	1号給	0号給	0号給	0号給
一般職員		8号給以上	6号給	4号給	2号給	0号給
	〃 (55歳以上)	2号給以上	1号給	0号給	0号給	0号給

(注) 特定職員とは職務の級が6級以上の職員です。

(8) 職員手当の状況

区分	市		国			
	期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当		
期末手当 勤勉手当 (4年度支給割合)	6月期	1.200月分	0.950月分	6月期	1.200月分	0.950月分
	12月期	1.200月分	1.050月分	12月期	1.200月分	1.050月分
	計	2.400月分	2.000月分	計	2.400月分	2.000月分

(注1) 一般職員の支給割合です。職制上の段階、職務の級などによる加算措置があります。
 (注2) 勤勉手当の支給割合は、成績標準者に係るものです。

区分	市		国			
	自己都合	定年・勲奨	自己都合	定年・勲奨		
退職手当 (4年度未支給率)	勤続20年	19.67月分	24.59月分	勤続20年	19.67月分	24.59月分
	勤続25年	28.04月分	33.28月分	勤続25年	28.04月分	33.28月分
	勤続35年	39.76月分	47.71月分	勤続35年	39.76月分	47.71月分
	最高限度額	47.71月分	47.71月分	最高限度額	47.71月分	47.71月分
	1人あたり平均支給額	2,215千円	10,732千円			
	その他の加算措置		定年前早期退職加算措置 2~45%			

(注) 退職手当の1人あたり平均支給額は、令和4年度に退職した全職種に係る職員に支給された平均額です。

1. 職員数に関する状況

部門別職員数の状況 (令和5年4月1日現在)

部門	区分	職員数		対前年増減数	主な増減理由
		令和4年	令和5年		
一般行政	議会	4	4		
	総務	65	69	4	県庁市町村課研修による増員等
	税務	23	21	▲2	育児休業取得者や病気休職者の復帰・異動による減員
	労働	1	1		
	農林	14	15	1	育児休業取得に伴う欠員の補充
	商工	9	10	1	陶磁器フェスティバル事務局への派遣に伴う増員
	土木	25	23	▲2	病気休職者の復帰・異動による減員等
	民生	103	105	2	育児休業取得に伴う欠員の補充等
	衛生	36	34	▲2	新型コロナウイルス対策関連部署の規模縮小に伴う減員等
	小計	280	282	2	
特別行政	教育	34	34		
	消防	59	57	▲2	新規採用予定者の辞退に伴う減員等
	小計	93	91	▲2	
公営企業など	水道	6	6		
	下水道	14	15	1	下水道事業の体制強化による増員
	その他	17	17		
	小計	37	38	1	
合計		410	411	1	

(注) 職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者などを含み、非常勤職員を除いています。

2. 職員の人事評価の状況

(1) 対象者

全職員

(2) 評価基準日

2月1日

(3) 評価期間

令和4年4月1日～令和5年3月31日

(4) 評価者

被評価者	1次評価者	2次評価者
部長級	副市長	-
課長級	部長等	副市長
課長補佐・係長級	課長等	部長等
一般職員・技能職員 保育士・幼稚園教諭	課長補佐・園長 係長等	課長等

3. 職員の給与の状況

(1) 人件費の状況(普通会計決算見込み)

区分	住民基本台帳人口(R5.3.31)	歳出総額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 (B/A)	(参考)3年度の 人件費率
4年度	35,928人	17,596,035千円	727,018千円	3,196,186千円	18.2%	18.5%

(注1) 実質収支は、歳入総額、歳出総額の差引から、翌年度に繰り越すべき財源を差し引いた金額です。
 (注2) 人件費には、特別職に支給される給料、報酬なども含まれています。

(2) 職員給与費の状況(普通会計予算)

区分	職員数 A	給与費			計 B	1人あたり給与費 (B/A)
		給料	職員手当	うち期末・勤勉手当		
5年度	374人(0)	1,322,474千円	760,215千円	517,788千円	2,082,689千円	5,569千円

(注1) 職員手当には退職手当、児童手当は含まれていません。
 (注2) ()内は、再任用短時間勤務職員であり、外書きです。

インフルエンザ予防接種のお知らせ

高齢者のインフルエンザ定期予防接種

自らの意思で接種を希望する方のみ接種を行う定期予防接種です。

対象者	瑞浪市に住民登録があり、本人の意思により接種を希望される次の方 ①接種日に満65歳以上の方 ②接種日に満60歳以上65歳未満の方で、心臓・じん臓・呼吸器の機能障がい、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障がいにより、自己身の日常生活活動が極度に制限される(おおむね身体障害者手帳1級程度)方
実施期間	10月16日～令和6年1月31日 *接種日程等は、医療機関により異なる場合があります。詳細は各医療機関にお問い合わせください。
接種回数	1回のみ ※接種後に接種済証を発行するので、必ず保管してください。
自己負担額	1,800円
接種方法	下記医療機関へお申し込みください。(土岐市指定医療機関でも接種が可能) *瑞浪市・土岐市以外で接種希望の方は、健康づくり課までご連絡ください。
持ち物	健康保険証や運転免許証、マイナンバーカードなど住所・生年月日が確認できるもの

子どものインフルエンザ予防接種(任意)の費用助成

下記の対象者で、指定医療機関(市内)で予防接種をされる方に、接種費用の一部を助成します。

対象者	瑞浪市に住民登録があり、接種日に満1歳から中学3年生までの方
実施期間	10月16日～令和6年1月31日
助成回数	①満1歳～満13歳未満…2回まで(2～4週間の間隔を以て接種) ②満13歳以上…1回まで
助成額	1回につき2,000円(助成額を差し引いた金額を医療機関にお支払いください。医療機関により接種費用は異なります。)
接種方法	下記指定医療機関へお申し込み後、保護者同伴の上、接種してください。
持ち物	母子健康手帳、福祉医療費受給者証、マイナンバーカードなど住所・生年月日が確認できるもの

<感染予防のために>

予防接種以外に、こまめな手洗い、十分な休養、バランスのとれた食事が大切です。不要不急の外出を避け、マスクの着用も心がけましょう。



《インフルエンザ予防接種市内指定医療機関一覧》

東濃厚生病院	68-4111	明生クリニック	68-0068	東濃中央クリニック	67-1118
タチ医院	68-3043	とよだ小児科クリニック	66-2250	わだ内科外科クリニック	68-3177
佐々木皮フ科	66-6611	野田整形外科	68-1817	広瀬クリニック	66-2112
澤崎内科クリニック	68-2525	○東濃眼科	67-3413	玉田医院	69-2005
◎瑞浪病院	67-1221	●嶋崎内科医院	67-2363	石田医院	65-2390
セオ医院	68-2733	こせき醫院	68-1177	大湫病院	63-2231
岩島医院	68-6116	勝股医院	68-8896	●印は子ども不可	

◎印の医療機関は高齢者の定期通院患者・入院患者のみを対象、○印の医療機関は小・中学生および高齢者を対象としています。

インフルエンザ予防接種について

インフルエンザは、初冬から春先にかけて流行し、多くは自然治癒する疾患ですが、普通のかぜに比べて、肺炎、気管支炎などを合併し、重症化することが多いのが特徴です。

ワクチン接種を行うことで、発症を完全に防ぐことはできませんが、発病後の重症化や合併症の併発、死亡の危険性が抑えられます。一方で、接種時の体調等によっては副反応を生じる場合もあります。予防接種を受けることが適当でない、注意を要する方もありますので主治医とよくご相談ください。

インフルエンザワクチンは不活化ワクチンですので、他の不活化ワクチン・生ワクチンを接種する際に接種間隔の制限はありません。**新型コロナウイルスワクチンに関しても、どちらかのワクチンを接種する前・後それぞれの接種間隔の制限はありません。**詳細は主治医等にご相談ください。

* 高齢者の定期インフルエンザ予防接種により健康被害が発生し、厚生労働大臣が予防接種によるものと認定した場合は、予防接種法に基づく健康被害救済の給付の対象となります。

◎問合せ 健康づくり課 ☎68-9785

地域手当	支給実績(4年度)		487千円
	支給対象職員1人当たり平均支給額		70千円
	支給対象地域	支給率	対象職員数
	岐阜市	6%	1人
	多治見市	3%	5人
	各務原市	3%	1人

時間外勤務手当(普通会計)	4年度	支給総額	88,453千円
		職員1人当たり支給年額	276千円
3年度	支給総額	83,323千円	
		職員1人当たり支給年額	253千円

区分	内容	国の制度との異同	国の制度と異なる内容
扶養手当	①配偶者 6,500円 ②子 10,000円 (16歳から22歳の子…5,000円加算) ③父母等 6,500円	同	なし
住居手当	借家・借間に居住する職員 28,000円以内	同	なし
通勤手当	交通機関利用者 6カ月定期券の価格 自動車など利用者(2km以上) 2,000円～31,600円	同	なし

(9) 特別職の報酬などの状況 (令和5年4月1日現在)

区分	月額	期末手当(4年度支給割合)
市長	860,000円	6月期 2.125月分 12月期 2.225月分 計 4.350月分
副市長	708,000円	
議長	430,000円	
副議長	400,000円	6月期 2.125月分 12月期 2.225月分 計 4.350月分
議会運営委員会の委員長 常任委員会の委員長	385,000円	
議員	375,000円	

4. 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

(1) 一般職員の勤務時間の状況 (令和5年4月1日現在)

勤務時間	1週間当たり38時間45分、1日につき7時間45分(8時30分～17時15分)
休憩時間	12時～13時
週休日	土曜日および日曜日
休日	国民の祝日に関する法律に規定する休日、12月29日から翌年1月3日までの日

(2) 年次有給休暇などの取得状況 (令和4年度)

年次有給休暇平均取得日数	13.0日
病気休暇取得者数	11人
介護休暇取得者数	1人

5. 職員の休業の状況

	取得者数(令和4年度)	取得可能期間
育児休業	31人	子が3歳に達するまで
部分休業	9人	子が小学校就学の始期に達するまで

6. 職員の分限および懲戒処分の状況 (令和4年度)

(1)分限処分者数	6名
(2)懲戒処分者数	0名

7. 職員のサービスの状況 (令和4年度)

(1)職務専念義務免除の承認件数	59件
(2)営利企業等従事の許可件数	3件

特殊勤務手当(4年度普通会計)	区分	全職種
	職員全体に占める手当支給職員の割合	17.2%
	支給対象職員1人当たり平均支給年額	108,400円
	手当の種類(手当数)	4種類
代表的な手当の名称	支給額の多い手当 多くの職員に支給されている手当	清掃業務手当 出動手当

(令和5年4月1日現在)

8. 職員の退職管理の状況 (令和4年度)

営利企業などに再就職した元職員から現職職員に対して働きかけ(契約、許認可等の職務上の行為をするような要求等)が行われた場合、公平委員会へ届け出ることとなっています。

9. 職員の研修の状況 (令和4年度)

区分	修了者数
一般研修	80人
専門研修	182人
管理・監督者研修	127人
一般研修(長期)	4人
専門研修(長期)	0人
海外研修	0人
合計	393人

10. 職員の福祉および利益の保護の状況 (令和4年度)

公務災害の認定	一般定期健康診断	人間ドック	特定業務従事者検査
2件	341人	70人	55人

11. 職員の競争試験および選考の状況

採用の状況 (令和5年4月1日採用者数)

試験・区分名	職種	受験者数	合格者数	採用者数
職員採用競争試験	一般事務職・技術職	42人	12人	9人
	消防職	12人	2人	1人
	保育士・幼稚園教諭	9人	7人	7人
	保健師	1人	1人	0人
計		64人	22人	17人

12. 公平委員会の報告事項 (令和4年度)

(1)勤務条件に関する措置の要求	0件
(2)不利益処分に関する不服申し立て	0件

◎問合せ 秘書課 ☎68-9743

催し

地域交流センターときわ 事業案内

作品展示「中部寿大学 新聞ちぎり絵クラブ」

◆期間 10月2日(月)～30日(月)

◆時間 10時～16時

◆日時 10月17日(火)

◆参加費 500円(飲み物・お菓子の提供はありません)

◆定員 75名

◆日時 10月19日(木) 13時～15時

◆定員 15名

◆材料費 300円

◆日時 10月22日(日)

◆会場 日吉マレットゴルフ場

◆参加費 1000円

◆申込方法 住所・氏名・生年月日・電話番号を記載し、日吉マレットゴルフ協会役員または、日吉マレットゴルフ場へお申し込みください(FAX可)。

◆申込期限 10月14日(土)

◆お問い合わせ 核融合科学研究所 オープンキャンパス

◆日時 10月28日(土) 10時～16時(最終入場は15時30分)

◆場所 核融合科学研究所(土岐市下石町)

◆内容 公開講座、超伝導磁気浮上列車、バーチャルリアリティLHD、プラズマシミュレータ雷神 他

◆問合せ 核融合科学研究所 5812019

◆日時 10月24日(火) 10時～11時30分

◆定員 10名

◆持ち物 スマートフォン

◆日時 10月20日(金) 10時～12時

◆定員 6名

◆持ち物 ふろしき

◆日時 10月25日(水) 味噌の話 ②11月1日(水) 塩麴の話

◆時間 10時～12時

◆定員 各15名(1回ごとの参加可)

◆材料費 1回800円

よる法律相談ができます。

◆日程 ①10月19日(木) ②10月30日(月) ③11月1日(水)

◆時間 10時～11時30分

◆定員 各日3名

◆日時 10月20日(金) 10時～12時

◆定員 6名

◆持ち物 スマートフォン

◆日時 10月24日(火) 10時～11時30分

◆定員 10名

◆持ち物 ふろしき

◆日時 10月25日(水) 味噌の話 ②11月1日(水) 塩麴の話

◆時間 10時～12時

◆定員 各15名(1回ごとの参加可)

◆材料費 1回800円

◆日時 10月25日(水)・26日(木)の2日間

◆会場 セラミックパークMINO

◆日時 10月21日(土)・22日(日)

終活の不安を一気に解決しませんか! 「終活」よりよく生きる」をテーマにセラミックパーク美濃の主催で初開催します。

◆日時 10月21日(土)・22日(日) 10時～16時(日のみ) 15時30分

◆会場 セラミックパークMINO

◆問合せ (公財)セラミックパーク美濃 2813200

◆日時 10月21日(土)・22日(日) 9時～15時

◆会場 小里川ダム湖周ウォークイン

◆日時 11月12日(日) 9時～15時

◆受付場所 原石山広場(小里川ダム左岸) 9時～9時15分受付

◆募集人数 130人(要事前申込・先着順)

◆申込期限 10月30日(月)

◆持ち物 昼食・雨具

◆日時 10月30日(月)

◆会場 小里川ダム里山教室 6513502

◆問合せ (公財)セラミックパーク美濃 2813200

◆日時 10月25日(水)・26日(木)の2日間

◆会場 セラミックパークMINO

◆日時 10月25日(水)・26日(木)の2日間

自然ふれあい館 森の恵みで草木染め

◆日時 11月16日(木) 9時30分～12時

◆場所 自然ふれあい館

◆参加費 1500円

◆講師 自然ふれあい館職員

◆定員 10名(先着順)

◆受付開始 10月12日(木)

◆日時 11月12日(日) 9時～15時

◆会場 小里川ダム湖周ウォークイン

◆日時 11月12日(日) 9時～15時

◆受付場所 原石山広場(小里川ダム左岸) 9時～9時15分受付

◆募集人数 130人(要事前申込・先着順)

◆申込期限 10月30日(月)

◆持ち物 昼食・雨具

◆日時 10月30日(月)

◆会場 小里川ダム里山教室 6513502

◆問合せ (公財)セラミックパーク美濃 2813200

◆日時 10月25日(水)・26日(木)の2日間

◆会場 セラミックパークMINO

◆**相談員** 県知的障害者更生相談所相談員

◎**予約・問合せ** 社会福祉課
68-2113

◆**道路上にはみ出した樹木等の適正な管理をお願いします**

道路上に私有地より樹木や草がはみ出していると、歩行者や自動車の通行に支障をきたすほか、見通しが悪くなり、交通事故を引き起こす可能性があります。結果、事故や怪我をされた場合、樹木等の所有者に賠償責任が発生する可能性があります。枝打ちや草刈り等適正な管理をお願いします。

◎**問合せ** 土木課
68-9814

◆**マイナンバーカード受取・申請(休日窓口予約制)を開設します**

◆**日時** 10月8日(日)
9時～12時

*予約方法など詳細は市HPをご覧ください。最終開庁日の終業時点の予約状況によっては、開設時間の変更となる場合があります。

◎**問合せ** 市民課
68-9784



◆**ハローワーク多治見出張マザーズコーナー**

子育てをしながら仕事を探している方、仕事と子育ての両立を希望する方に対し、ハローワーク多治見マザーズコーナーの職業相談担当者が出張し相談に当たります。

◆**日時** 10月20日(金)
10時～13時

◆**場所** 保健センター 1階相談室

◎**予約・問合せ** ハローワーク多治見マザーズコーナー
22-3384

◆**岐阜県東濃地域ひきこもり居場所事業「いくるば東濃」**

ひきこもりなど生きづらさを抱えるひとの居場所です。

◆**日時** 第一火曜日11時～15時(令和6年1月は第二火曜) 時間内は、出入り自由です。

◆**場所** 地域交流センターときわ 会議室3・和室3

◆**対象** 社会との関わり方に悩んでいるご本人・ご家族

◆**内容** 本人の居場所、家族相談、家族同士の交流(体験・情報共有)など、過ごし方は自由

◆**参加費** 無料(予約不要)

◎**問合せ** アースアズマザー岐阜いくるばとき
26-9672

募集

◆**瑞浪市環境審議会委員を募集します**

◆**応募資格** 令和5年4月1日現在で市内に在住、在勤または在学の18歳以上の方(*市税等完納要件あり)

◆**内容** 豊かで快適な環境の保全と創出に関する事項について調査審議を行います。

◆**募集人員** 2名以内

◆**報酬** 5000円/回(源泉徴収あり)

◆**任期** 委嘱の日から2年間

◆**応募方法** 募集要項に付属の応募用紙に必要事項を記入の上、課題(左記)の作文を添付し、郵送または持参により、10月31日(火)までに提出してください。

作文1「環境に関して私が日頃意識していること、取り組んでいること」

作文2「私が考える、協働のまちづくり」

*募集要項は環境課または市ホームページでご確認ください。

◎**問合せ・提出先** 環境課
68-9806
〒509-6195
瑞浪市上平町1-1

令和5年度陸上自衛隊高等学校生徒募集

防衛省自衛隊では令和6年4月入校の高等学校生徒を募集します。高等学校とは中学校卒業者が対象の自衛隊の学校です。

募集項目	受験資格	受付期間	試験期日
高等工科学校生徒(推薦)陸上自衛隊	男子で中卒(見込)17歳未満の者	10月1日(日)～12月1日(金)	1月6日(土)～8日(月)までの間の指定する1日
高等工科学校生徒(一般)陸上自衛隊			1月13日(土)～14日(日)までの間の指定する1日

*受験料無料・高等学校と併願可

◎**問合せ** 防衛省自衛隊 恵那地域事務所
0573-264310

シルバー人材センター嘱託職員の募集

◆**募集職種** 就業および会員の開拓、派遣事業の事務・請負業務の見積

◆**応募資格**
①健康で働く意欲のある方
②60歳以上で市内に住所を有す

る方

③PCの操作ができること(Word・Excel・インターネット他)

*面接試験あり

◆**募集人員** 1名(令和6年4月採用)

◆**給与** 月額13万円程度+諸手当

◆**勤務時間** 8時30分～17時15分

◆**勤務日** 月～金曜日のうち4日間

◆**休日** 土・日・祝日、年末年始、本センターが指定した日

◆**応募方法** 市販の履歴書に必要事項を記入の上、10月31日(火)までに左記へ提出。

*11月下旬に面接を行う予定です。

◎**申込・問合せ** (公社)瑞浪市シルバー人材センター
68-8744

◆**中部大学「智識の森開放講座」オンラインセミナー**

Zoom配信のオンライン講座「文学館へのいざない」ご自宅にいながら、大学の講座をZoomで受講していただけます。

◆**日時** 10月25日(水)

健康

◆**健康相談(要予約)**

◆**日時** 10月16日(月)
9時～11時20分

◆**場所** 保健センター

◆**内容** 健診結果について、禁煙相談について

◆**担当** 保健師・管理栄養士

*健診結果をご持参ください。

◎**申込・問合せ** 健康づくり課
68-9785

◆**歯科休日在宅当番医(救急診療)**

◆**日時** 10月9日(月)
9時～15時(電話予約が必要です)

◆**在宅当番医院** ごとう歯科

矯正歯科

67-1005

がん検診

◆**対象者** 40歳以上の希望者(乳がん検診は令和4年度の受診者を除く)

◆**費用** 個人負担金各5000円(乳がん検診のみ10000円)

県の補助事業により、次の①～④の生まれの方は令和5年度に限り、胃がん検診が無料で受診できます。

- ①昭和36年4月2日～昭和37年4月1日
- ②昭和40年4月2日～昭和41年4月1日
- ③昭和44年4月2日～昭和45年4月1日
- ④昭和48年4月2日～昭和49年4月1日

〈胃・肺・大腸がん検診〉		
検診日	受付時間	場所
11/2 (木)	8時30分～11時	東濃厚生病院 健康管理センター (駐車場無料)
11/6 (月)		
11/20 (月)		
11/24 (金)		
11/26 (日)		
〈大腸・乳がん検診〉		
検診日	受付時間	場所
11/11 (土)	8時30分～11時30分 13時～15時30分	保健センター
11/30 (木)	13時～15時30分	

*胃がん検診はバリウム検査です。

がんの相談

◆**日時** 10月12日(木)
13時～14時30分

◆**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、アルコール依存症等の相談

◆**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。ご家族が代理で相談していただいても結構です。

◎**予約・問合せ** 東濃保健所健康増進課
23-1111(内線361)

◆**献血・骨髄移植ドナー登録にご協力ください**

◆**日時** 10月26日(木)
9時30分～12時

◆**場所** 瑞浪市役所 西分庁舎輸血用血液の確保が困難となっています。献血にご協力を



みずなみ化石ナビ

問合せ ☎ 68-7710

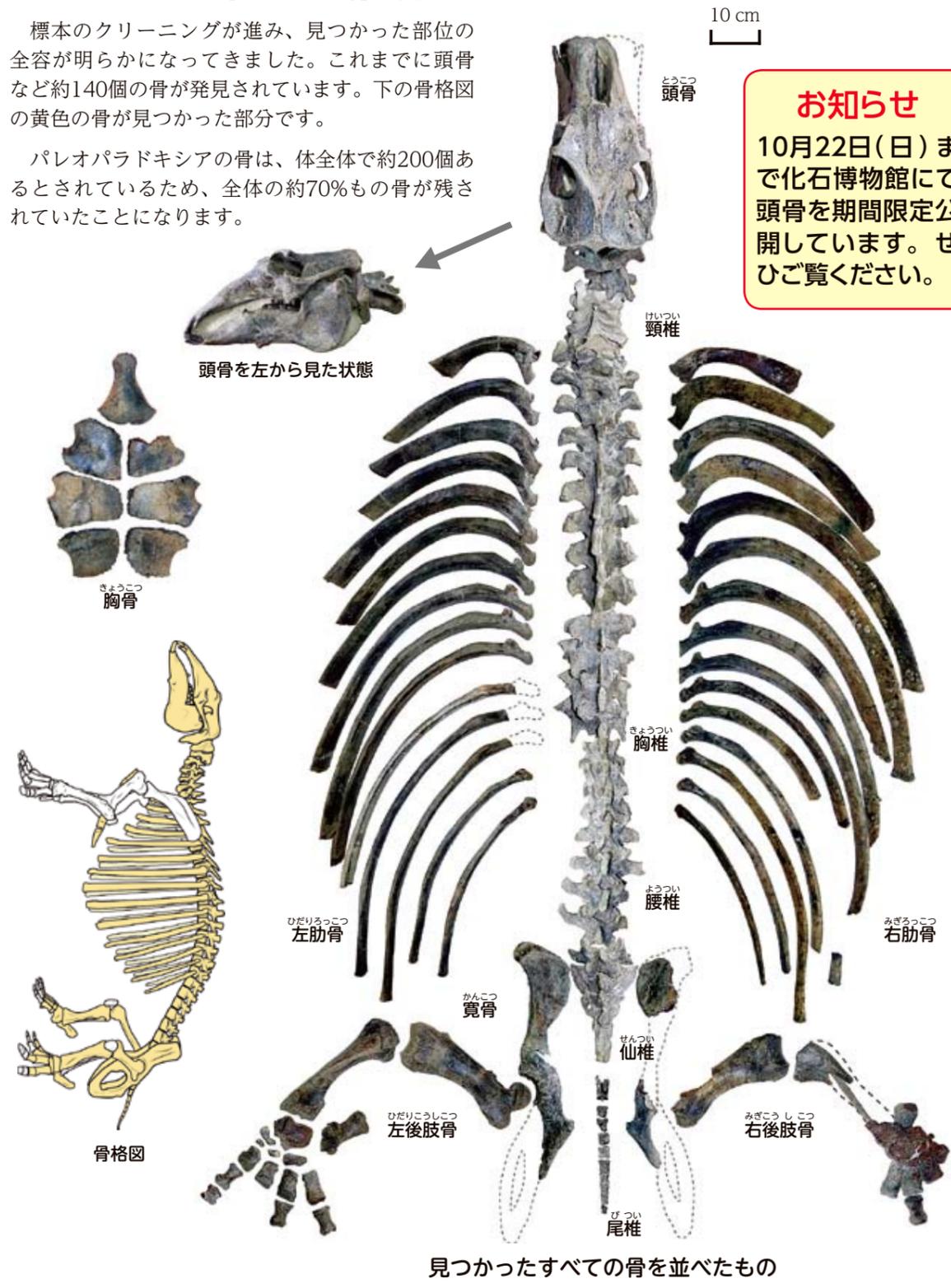


コラム パレオパラドキシア瑞浪釜戸標本についてわかったこと①

●全身の70%の骨が見つかった

標本のクリーニングが進み、見つかった部位の全容が明らかになってきました。これまでに頭骨など約140個の骨が発見されています。下の骨格図の黄色の骨が見つかった部分です。

パレオパラドキシアの骨は、体全体で約200個あるとされているため、全体の約70%もの骨が残されていたことになります。



お知らせ
10月22日(日)まで化石博物館にて頭骨を期間限定公開しています。ぜひご覧ください。

見つかったすべての骨を並べたもの

- ◆ **お申し込み** 同時開催の骨髄移植ドナー登録会も実施します。骨髄移植は白血病などの病気の治療法の一つです。骨髄等の提供には白血球の型の適合が必要ですが、適合する確率は数百〜数万分の1です。そのため、骨髄等の提供を待っている方を助けるためには、一人でも多くの方に骨髄移植ドナー登録をしていただくことが必要です。
- * ドナーとは骨髄等の提供をすることを指します。
- ◎ **問合せ** 健康づくり課 ☎ 68-9785
- ◆ **「オレンジカフェ」(介護者交流会)** 「認知症介護」をテーマにオレンジカフェを開催します。介護者同士だからこそ、分かり合えること、助言できることがあります。お気軽にご参加ください。
- ◆ **日時** 11月6日(月) 13時30分〜15時
- ◆ **場所** カフェ楽(市民公園内)
- ◆ **対象者** 認知症の方を介護する介護者および介護経験者(市内在住、在勤の方)
- ◆ **内容** 「心も身体もスッキリ! いすヨガ」、交流会
- ◆ **参加費** 300円(茶菓子代)
- ◆ **定員** 15名程度(要予約)
- ◆ **申込・問合せ** 瑞浪南部地域

- ◆ **包括支援センター** ☎ 68-8111
- ◆ **「脳活イキキ教室」** 人やものの名前が出てこない、会話の中で「あれ」「それ」が増えた等、もの忘れに関する心配ごとはありませんか。もの忘れの予防には、外出して他者と交流したり、簡単な計算を行ったり、しりとりやじゃんけん等と運動を組み合わせた等の二重課題を行うことが有効だと言われています。間違えたら大丈夫!皆で楽しく脳を活性化しませんか。
- ◆ **日時** 11月2日、9日、16日、30日、12月7日、14日 いずれも木曜日 10時〜11時
- ◆ **場所** 市民福祉センター1階 トピア 2階介護者教室
- ◆ **対象者** 「もの忘れが心配」と感じている65歳以上の市民の方
- ◆ **内容** 簡単な計算プリント等の課題を行いながら、他者との交流を楽しみます。
- ◆ **実施者** みずなみ瀬戸の里、教室サポーター、高齢福祉課
- ◆ **参加費** 無料
- ◆ **持ち物** 筆記用具・飲み物・メガネ(必要な方)
- ◆ **定員** 15名程度(先着順)
- ◆ **申込** 10月26日(木)までに高

- ◆ **高齢福祉課へお申し込みください。**
- ◎ **申込問合せ** 高齢福祉課 ☎ 68-2117
- ◆ **「ひび痛・腰痛の健康相談(要予約無料)」** 足腰の痛みなどでお悩みの方を対象に、リハビリのプロ(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** 10月23日(月) 13時30分〜15時30分
- ◆ **定員** 4名(先着順)
- ◆ **場所** 保健センター 2階診察室
- ◆ **申込期限** 10月13日(金)までに電話にてお申し込みください。
- * 一人30分程度の個別相談です。予約時に相談時間をご案内します。
- ◎ **予約問合せ** 高齢福祉課 ☎ 68-2117
- ◆ **「サロン・通いの場を記載した地域資源マップを作成します」** 地域で行われている介護予防の取り組みや、地域のつながり、居場所をわかりやすく地図に記す地域資源マップを作成します。そこで、サロン・通いの場等、地域住民が集い、交流することのできる場所の情報を募集しています。地域資源マップに掲載を希望されるサロン・通いの場

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

9月20日(水)2種類同時発売!

発売期間 9/20(水)~10/20(金)

公益財団法人 岐阜県市町村振興協会

がありましたら、11月20日(月)までに高齢福祉課までご連絡ください。

* サロン・通いの場とは：高齢者をはじめ、地域住民の方々が気軽に集うことができる場所です。健康体操やレクリエーションなどのさまざまな活動や、交流を楽しみます。

◎ **問合せ** 高齢福祉課 ☎ 68-2117

身近にある消費生活のお話

自転車用ヘルメット購入時の注意点について

道路交通法の一部改正により、自転車や電動キックボード等の特定小型原動機付自転車に乗る際には、乗車用ヘルメットの着用が努力義務化されました。

現在、販売されているヘルメットは、SGマーク（一財）製品安全協会）、JCFマーク（公財）日本自転車競技連盟）、CEマーク（欧州標準化委員会）などの安全適合マークを表示した商品がある一方で、規格等への適合マークが表示されていないものも販売されています。規格外のヘルメットは、安全性が劣る可能性があります。ヘルメットを選ぶ際には、安全が確認されたマークの表示があるものを選び、正しく使用するようにしましょう。

○専門相談員による消費生活相談
 ◆日時 毎週火曜日10時～16時(要予約)
 ◆場所 市役所1階市民相談室
 ◎問合せ 生活安全課 ☎68-9748

ヘルメットは、事故にあったり、転倒した場合などに、頭部への衝撃を軽減する効果があります。大切な命を守るため、自転車乗車時はヘルメットをかぶりましょう。

科学実験ショー 「エコエコゲコゲコ大実験」

エコ研究所のとのさまがえる博士のもとにあまがえる研究員が採用試験に現れた！エコ研究所に採用されるには、博士とのエコバトルに勝たなくては行けない！
 みごと、あまがえる研究員は採用されるのか？



- ◆日時 11月12日(日)
 ①10時～11時
 ②13時30分～14時30分
- ◆対象 どなたでも参加できます。
 各回180名
- ◆参加費 無料
- ◆申込 10月14日(土) 9時から電話にて受付
 先着順 定員になり次第締め切り
- ◆講師 全日本科学漫才研究会 北野貴久先生、村田直之先生

なびサイエンス
 SCIENCE NAVI

岐阜県先端科学技術体験センター
 (サイエンスワールド)
 申込問合せ ☎66-1151

サイエンスワールド 検索

サイエンスワールドホームページはコチラ
 ◆URL <https://www.sw-gifu.com/>

市長からの発信

「ハンガリーでの美濃焼展」に出席して！

皆さん、こんにちは！
 9月2日からハンガリーのヘレンド社で「美濃焼展」が開催され、そのオープニングセレモニーに古田知事、多治見市長・土岐市長、小川県議らとともに出席してきました。これは、国内トップシェアを誇る、日本を代表するブランド「美濃焼」の魅力、ハンガリーの皆さんに伝える良い機会であったと思います。

ヘレンド社は、1826年に開窯以来、ヨーロッパの名窯としてイギリス、オーストリア等の皇室の御用達となるなどブランドを確立してきました。現在も熟練の職人の手書きによる絵付け、手ひねりの装飾や厳格な品質管理により、食器や置物などの高品質の陶磁器を生産しています。同社は、2021年9月に「岐阜県との友好協力に関する覚書」を締結され、国際陶磁器フェスティバル美濃や今年の4月に開催したハンガリー

現代陶芸展に出展され、岐阜県との関係を深め、今回の美濃焼展へと繋がりました。
 美濃焼展は、9月2日から10月1日まで開催され、故加藤孝造先生をはじめ、人間国宝の陶芸家6人の秀作から普段使い出来る作品まで展示されました。東濃西部3市からは約20社が270点程の製品を出展され、瑞浪市からは、深山さんと小田陶器さんが出展されました。来場者からは、大変高い評価をいただいたと報告がありました。

また、陶土の分野でさまざまな展開をしている稲津町のカネ利陶料の日置哲也さんが、ハンガリー国内における薪窯のパイオニアであるネー・ユリア氏から高く評価され、「ハウス・オブ・アート・ヴェスプレーム」で個展を開催されたので、知事と一緒に視察しました。日置さんはハンガリー国内の陶土の調査・分析をされており、2024年にはハンガリーの陶土で作陶した作品の展示会も計画されています。

市としても、メーカーや作家が世界から評価されて活躍されていることは、陶磁器業界の未来に繋がる貴重な活動であり引き続き支援して参りたいと思います。

市長 水野光二

中山道御嶽宿・細久手宿 中山道往来

なかせんどうつおーく

中山道往来を開催します！
 中山道細久手宿から御嶽宿の間の11.8kmを歩きませんか。道中の史跡を巡るもよし。紅葉などの景色を楽しみむもよし。自分なりの楽しみ方を見つけてください。

- ◆日時 11月4日(土) 8時30分～(雨天決行)
- ◆受付場所 細久手宿・細久手公民館
 御嶽宿・御嶽宿さんさん広場
- ◆受付時間 8時30分～10時
- ◆参加費 500円(中学生以下無料)

参加費としてオリジナル手ぬぐいプレゼント！
 *瑞浪駅北口から細久手宿まで無料シャトルバスあり

▲中山道往来ホームページ

QRコード

◎問合せ 商工課 ☎68-68005

スタンプリール同時開催！達成者にはウッドチャームプレゼント！
 イベントの詳細についてはホームページをご覧ください。
<https://matidukuri.wixsite.com/nakasendowalk-web>

11月の困りごと相談

市役所（1階市民相談室）

行政相談 11月13日(月) 13時30分～16時 ＊行政全般に関するご相談を受け付けます。 生活安全課 ☎68-9748	人権こまりごと相談 11月16日(木) 13時30分～16時 生活安全課 ☎68-9748	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	住宅修繕相談 11月15日(水) 10時～15時  都市計画課 ☎68-9890
--	---	--	--

保健センター（1階相談室）

弁護士による法律相談 11月7日(火) 10時30分～12時 11月16日(木) 13時30分～16時 ＊予約受付10月20日(金)～ 生活安全課 ☎68-9748	身体障がい者相談 11月6日(月) 10時～12時 社会福祉課 ☎68-2113
---	--

総合文化センター

司法書士による無料法律相談 11月8日(水) 18時～20時 [場所] 視聴覚室 [予約] 平日13時～16時 岐阜県司法書士会 ☎058-248-1715
--

陶児童館

移動家庭児童相談 11月1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6日(月)・20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 11月16日(木) 13時30分～15時30分 前日までに要予約 東濃権利擁護センター ☎26-7422または☎22-6248	結婚相談 11月1日(水)・12日(日) 26日(日) 10時～16時 子育て支援課 ☎68-2115
--	--	--

母子相談 11月15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21日(火) 13時30分～15時 社会福祉課 ☎68-2113
---	--

児童相談 11月22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 電話が繋がらない場合は 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。いじめを見たり、聞いたことのある相談でもかまいません。 ☎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(金)
○国民健康保険料	11月分	11月30日(木)
○後期高齢者医療保険料	5期分	11月30日(木)
○保育料	11月分	11月30日(木)
○上下水道料金・し尿処理手数料	10月分	11月30日(木)
○市営住宅使用料	11月分	11月30日(木)
○介護保険料	11月分	11月30日(木)

11月の斎場のお休み 環境課 ☎68-9806

1日(水)・7日(火)・17日(金)・23日(木)・29日(水)

文化施設 11月の休館日

総合文化センター	6日、13日、20日、27日
市民図書館	6日、13日、20日、27日、30日
市民体育館	大規模改修工事のため、令和6年7月末まで休館予定
市民体育館以外のスポーツ施設	6日、13日、20日、24日、27日
化石博物館	6日、13日、20日、24日、27日、30日
陶磁資料館	6日、13日、20日、24日、27日、30日
市之瀬記念美術館	6日、13日、20日、24日、27日、30日
自然ふれあい館	6日、7日、13日、20日、24日、27日
サイエンスワールド	6日、13日、20日、27日

まいにちがほん! 日和

10月開催イベント情報

瑞浪市民図書館 本館 ☎68-5529

暑さもやわらいで過ごしやすい季節になりました。
 こんな時は図書館の講座に参加してみたいかですか？

おもしろ歴史講座

秋の講座は、近代日本と近隣諸国の人々のつながりをみていきましょう。
 満州国皇帝溥儀の弟・愛新覚羅溥傑と浩夫妻が生きた時代、長谷川テルと遺児・暁子が生きてきた時代など、多くの日本人、中国人、朝鮮人・韓国人のまじわりをみてみませんか？

- ◆日時 10月13日(金)から毎週金曜日(全5回)午後1時30分～
- ◆場所 瑞浪市民図書館 1F研修室
- ◆定員 20名 ◆受講料 1,000円
- ◆講師 岡崎洋子氏

親子で楽しいロープワークと山ごはん

キャンプやイベントの時に知っていて得するロープワークと、山で作れる簡単な料理教室です。

- ◆日時 10月29日(日) 午前9時30分～
- ◆場所 図書館前 芝生広場
- ◆定員 10組(1組:親子3人まで)
- ◆参加費 1,500円
- *当イベントは雨天決行です。



10月31日展

魔女のお茶会

10月1日(日)～10月19日(木)
 今月31日は魔女たちの大晦日です。魔女たちは、この世に戻ってくる先祖のためにはちみつや木の実に焼きます。そんな魔女たちのお茶会をイメージして、瑞浪市在住の作家・平中和美さん、牧野真由子さんの作品、そして魔女や魔法に
 関係する本を展示します。
 ちよっとあやしい？
 魔女のお茶会にぜひ
 お越しください。



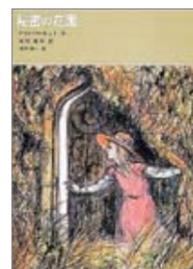
10月22日(日)～11月9日(木)
ヒンメリ展 井上さくら
 ヒンメリはフィンランドで冬に飾られる工芸品です。材料は麦と糸。展示するヒンメリは材料の麦から育てたmade in 瑞浪。
 ゆらゆらと揺れるヒンメリは光のモビールとも言われます。壁にうつしだす影も一緒に楽しめください。



図書館職員が送る 10月の特集本

アヤシイ本

10/31はハロウィーン。
 館内にあるアヤシイ本たちも集まってきました…



『秘密の花園』

F・H・バーネット/作
 福音館書店/刊

両親を亡くしたメアリは、引き取られた叔父の家で荒れ果てた「秘密の庭」を発見し、庭を蘇らせようとします。庭が美しい植物で覆われるようになると素晴らしいことが起こり始めます。
 読んだことのある方もない方も頁を開いてみませんか。

★このほかにも、図書館に入ってすぐの特集本コーナーに用意してお待ちしています。

読み終えた本 受付中!!

図書館の蔵書充実のため、読み終えた本、不要になった本の寄贈を受付しています。

うちの本棚に眠っていませんか？
 ぜひ、ご協力をお願いします。

*寄贈いただいた資料の取り扱いについては、図書館に一任いただきます。

*本が大量にある場合は、紙袋や段ボールに入れるなどしてください。

子どもの定期予防接種

予防接種の詳細、指定医療機関は「令和5年度 瑞浪市健康カレンダー(乳幼児版)」をご覧ください。
転入等で予診票をお持ちでない方は、健康づくり課までご連絡ください。

種類	対象年齢	標準的な接種期間・接種間隔など	回数	接種方法	
BCG	1歳未満	生後5か月～8か月未満 *生後6か月になる方を対象に、個別にご案内します。	1回	【対象】令和5年4月生まれ 【日時】10月30日(月) 13時10分～受付 【場所】保健センター	
ロタウイルス	生後6週～24週	生後2か月～ 出生24週0日	*各種1回目は出生 14週6日までに 接種。間隔は27 日以上あける。	2回	①希望する指定医療機関へ直接 電話で予約してください。 ②予診票と母子健康手帳を持参 し接種してください。
	生後6週～32週	生後2か月～ 出生32週0日		3回	
B型肝炎	1歳未満	生後2か月～9か月未満(27日以上あける) 1回目から139日以上あける	初回2回 追加1回		
ヒブ	生後2か月～5歳未満 *開始する月齢に より、接種回数が 異なります。	生後2か月～7か月未満(27日以上あける) 初回終了後7か月～13か月	初回3回 追加1回		
小児用 肺炎球菌		生後2か月～7か月未満(27日以上あける) 初回終了後60日以上あけて、1歳～1歳3か月	初回3回 追加1回		
4種混合 (百日せき・ジフテリア 破傷風・ポリオ)	生後2か月～ 7歳6か月未満	生後2か月～1歳未満(20日以上あける) 初回終了後1年～1年6か月	初回3回 追加1回		
水痘	1歳～3歳未満	1回目は1歳～1歳3か月、 2回目は1回目から6～12か月あける	2回		
麻しん 風しん 混合	第1期	1歳～2歳未満	1回		
	第2期	5歳～7歳未満で、 小学校就学前1年間	【令和5年度対象者】 平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ *個別でご案内しました(令和5年4月)		1回
日本 脳炎	第1期 初回	生後6か月～ 7歳6か月未満	3歳～4歳未満 (6日以上あける)	2回	①10月13日(金)までに、申込は がき(予防接種のしおり内)を保 健センターへ提出してください。 *申し込み後に医療機関の変更はできません。 ②11月以降に、希望した指定医 療機関へ直接電話で予約して ください。 *令和6年4月末日までに予約・接 種してください。 ③予診票と母子健康手帳を持参し接種してください。 (日本脳炎の接種について)
	第1期 追加		4歳～5歳未満 (初回終了後、概ね1年あける)	1回	
	第2期	9歳～13歳未満	【令和5年度対象者】 平成25年4月2日～ 平成26年4月1日生まれ(小学4年生) *個別でご案内しました(令和5年6月)	1回	
ジフテリア 破傷風	第2期	11歳～13歳未満	【令和5年度対象者】 平成23年4月2日～ 平成24年4月1日生まれ(小学6年生) *個別でご案内しました(令和5年3月)	1回	
ヒトパピローマ ウイルスワクチン (子宮頸がん予 防ワクチン)		小学6年生～高 校1年生に相当 する年齢の女子	中学1年生に相当する年齢 ・サーバリックス(2価) ・ガーダシル(4価) ・シルガード9(9価) *ワクチンごとに接種間隔 が定められています。	3回	

*定期予防接種は、標準的な接種期間・接種間隔でワクチンを接種することで、かかりやすい感染症を防ぐ効果があります。
接種していない予防接種がないか、母子健康手帳で確認しましょう。 ◎問合せ 健康づくり課 ☎68-9785

HAPPY BIRTHDAY

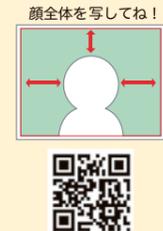
ちびとも

今月1歳になる、みずなみのルーキーたちです。
元気に育ってね!



もうすぐ1歳
令和4年11月・
令和4年12月生まれの
赤ちゃん募集!

①氏名・ふりがな ②性別 ③住所 ④誕生日 ⑤電話番号 を明記し、
写真と一緒に、次のいずれかの方法で送ってください。
締切り…【11月生まれ】10月4日(水) 【12月生まれ】11月6日(月)
●メール info@city.mizunami.lg.jp へ
●郵送 〒509-6195 上平町1-1 瑞浪市役所「広報みずなみ」担当あて
●直接 市役所4階の「記者室」へ ◎問合せ 企画政策課 ☎68-9735
*メールでご応募いただいた場合、お礼のメールを返信させていただいてお
ります。メールが届かない場合、企画政策課までお問い合わせください。



消防・防災フェスタ in ピアゴ瑞浪店

「震度7」を体験しよう!!

「地震体験車」や「13mブーム付多目的消防ポンプ自動車」がピアゴ瑞浪店にやってきます。
地震体験や煙体験などで遊んで、学びましょう。消防車と一緒に写真を撮ることもできます。ご家族などお誘い合わせの上ご来場ください。

◆日時 10月8日(日) 9時30分～12時
◆場所 ピアゴ瑞浪店駐車場内
◆内容 地震体験、煙体験、
13mブーム付多目的消防ポンプ自動車展示、
防災啓発コーナーなど
*参加費無料・申込不要(雨天中止)

◎問合せ 瑞浪市消防本部 予防課 ☎68-2001

子どもの健康情報

おむつはずし・うんち編②～トイレでうんちをする力を育てよう～

うんちには「いきまないと出にくい」という特徴があります。そのため、子どもはうんちを自覚しやすく、家族も子どもがうんちしていることに気づきやすいものです。また、いきんでから実際にうんちを出すまでにはある程度の時間がかかるため、この間にトイレやおまるに誘導しやすく、比較的トレーニングを進めやすいといわれています。



STEP1:「うんちをする感覚」を覚えよう

子どもが便意を感じて顔をしかめたり、「ウン」といきんだりしてうんちを出すことがトレーニングの第一段階です。排便後は「うんちが出たね。きれいにしようね。」と声をかけてお尻を清潔にしてあげましょう。

STEP2:トイレやおまるに誘ってみましょう

2歳半ごろには、家族が子どもの様子に合わせてトイレへ誘導すると、ひとりで排便できることもあります。自分の意思でうんちができるようになったら、排便リズムをみながら「うんちをしたいサイン(いきみなど)」をみせた時にトイレやおまるなどに誘います。その際に騒いだり慌てたりせず、おむつやパンツをそっと外し、優しくトイレやおまるに誘導するのがポイントです。

うまくいかない時のヒント:失敗しても叱らない・焦らない

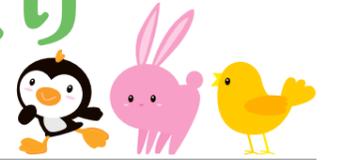
うんちの後始末の大変さなどから、子どもが失敗するとつい叱ってしまいたくなることでしょう。しかしいつも叱られていると、子どもはうんちをすること自体が悪いことだと思いついてしまいます。なかなかトレーニングが進まず、親子にとってストレスが溜まる場合は、思い切って中断することもひとつです。親子で十分にスキンシップをとり心が安定した頃を見計らって、「〇歳になったらトイレでしょうね」「お兄(姉)ちゃんみたいにトイレでしょうか」など前向きな声をかけ、子どもの様子に合わせて再度トイレに誘ってみましょう。

乳幼児健診・相談・歯みがき教室 ● 令和5年11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	11月28日(火)	個別でご案内します	令和5年7月生まれ	母子健康手帳 問診表
1歳6カ月児健康診査	11月10日(金) 11月17日(金)	12:25~12:40	令和4年3月生まれ	アンケート すこやかファイル
3歳児健康診査	11月24日(金)	12:20~12:30	令和2年11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
乳幼児相談	11月 6日(月)	9:00~11:00受付	乳幼児相談希望者 ※要予約(3日前まで)	母子健康手帳
6カ月児教室	11月 7日(火)	9:30~9:40受付	令和5年5月生まれ	母子健康手帳 すこやかファイル
8カ月児教室	11月 7日(火)	13:15~13:25受付	令和5年3月生まれ	
10カ月児教室	11月27日(月)	個別でご案内します	令和5年1月生まれ	母子健康手帳・アンケート すこやかファイル
1歳児すくすく教室	11月16日(木)	9:30~9:40受付	令和4年11月生まれ	母子健康手帳 すこやかファイル
1歳6カ月児はみがき教室	11月13日(月)	個別でご案内します	令和4年5月生まれ	母子健康手帳 歯科カード
2歳児歯みがき教室	11月20日(月)	9:00~10:30受付	令和3年11月生まれ	母子健康手帳・アンケート すこやかファイル
2歳6カ月児歯みがき教室	11月 2日(木)		令和3年5月生まれ	

*2歳未満のお子さんは感染予防のため、バスタオル等お子さんの敷物をご持参ください。 ◎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

		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	水	ひよこ		☆	♡	ぺんぎん	♡	うさぎ	♡
2	木	☆		ぺんぎん		うさぎ	♡	ひよこ	♡
3	金	文化の日							
4	土	☆		☆		☆		☆	
5	日								
6	月	☆	♡	☆	♡	☆	♡	☆	♡
7	火	ぺんぎん	♡	うさぎ	♡	ひよこ	♡	☆	♡
8	水	ひよこふれあい体操		☆歯科相談	♡	ぺんぎん	♡	うさぎ親子	♡
9	木	☆歯科相談		ぺんぎん		うさぎ	♡	ねんね・プレママ	♡
10	金	うさぎふれあい体操	♡	ねんね・プレママ	♡	☆		ぺんぎん親子	
11	土	☆		☆		☆		☆	
12	日								
13	月	☆	♡	☆	♡	☆	♡	☆	♡
14	火	ぺんぎんふれあい体操	♡	うさぎ	♡	ひよこ親子	♡	☆歯科相談	
15	水	ねんねふれあい体操		☆	♡	ぺんぎん	♡	うさぎ	♡
16	木	☆		ぺんぎん		うさぎ	♡	ひよこ	♡
17	金	うさぎ	♡	ひよこ	♡	☆歯科相談		ぺんぎん	
18	土	☆		☆		どよう広場		☆	
19	日								
20	月	☆	♡	☆	♡	☆	♡	☆	♡
21	火	ぺんぎん	♡	うさぎ	♡	ねんね・プレママ	♡	☆	♡
22	水	ねんね・プレママ		☆	♡	ぺんぎん	♡	うさぎ	♡
23	木	勤労感謝の日							
24	金	うさぎ	♡	ひよこ	♡	☆		ぺんぎん	
25	土	☆		☆		☆		☆	
26	日								
27	月	☆	♡	☆	♡	☆	♡	☆	♡
28	火	ぺんぎん	♡	うさぎ親子	♡	ひよこ	♡	☆	♡
29	水	ひよこ親子		☆	♡	ぺんぎん	♡	うさぎ	♡
30	木	☆		ぺんぎん親子		うさぎ	♡	ひよこ	♡

表の見方

区分	親子で遊ぶ時間
午前	9:30~12:00
午後(♡)	14:30~16:00 「愛モア」、「ハグハグ」
	13:00~16:00 「おんぶにだっこ」「スマイル」

開所時間 月曜日~金曜日 8:30~17:00
土曜日 8:30~12:00

区分	年齢の目安
☆	0歳~就学前まで
♡	令和2年4月2日以降生まれ
うさぎ	令和2年4月2日~令和3年4月1日生まれ
ぺんぎん	令和3年4月2日~令和4年4月1日生まれ
ひよこ	令和4年4月2日以降生まれ
ねんね	生後7か月頃まで

- 親子...10時~(1ヶ月前から予約可)
年齢に合わせて親子遊びをします。
- 歯科相談...10時30分~11時30分(予約不要)
いつものようにお子さんを遊ばせながら、歯科について保健センターの歯科衛生士に相談できます。お気軽におこしください。

*プレママデー(予約不要・母子手帳持参)
初めて出産される方。不安なことや赤ちゃんを迎える準備について、先輩ママとお話ししませんか?各センターの「ねんね」の日の10時から設けています。ぜひお越しください。

気象警報発表時のセンター利用について

- ①開所中に「瑞浪市」に気象警報が発表された時は、その時点で利用を中止します。
 - ②気象警報が解除された場合
- 【午前8時30分までに警報が解除された場合】
・通常の開所時間
 - 【午前8時30分から10時までに解除された場合】
・10時30分より開所
 - 【午前12時(正午)までに解除された場合】
・午後より開所予定のセンターは通常開所(土曜日は終日閉所)
 - 【午前12時(正午)以降に解除された場合】
・終日閉所
- *午前8時30分の時点で警報が発表されている場合は、親子遊び、育児講習会、行事などは中止します。
*警報発表中は利用を中止します。安全確保のため、ご理解・ご協力、よろしくお願ひします。

午前中子育て支援センターは電話がつながりにくい時があります

《ふれあい体操》~親子でレッツトライ!~ 要予約

講師を招いて、親子体操をします。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、リフレッシュしましょう!

日 時	対象年齢
11月 8日(水)	0歳児(ひよこ)
11月10日(金)	2歳児(うさぎ)
11月14日(火)	1歳児(ぺんぎん)
11月15日(水)	生後7か月頃まで(ねんね)

- ◆場 所 おんぶにだっこ ホール ◆駐車場 園庭
- ◆時 間 10時~11時(開始10分前には受付を済ませましょう)
- ◆持ち物 飲み物・動きやすい服装 ◆定 員 各回12組
- *お子さんが二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。
- ◆申 込 10月10日(火)9時30分から全支援センターにて予約受付開始(電話可)

『どよう広場inハグハグ』 要予約

桔梗幼稚園の園庭で遊べます。就学前のお子さんごとご家族で遊びに来てください。パパ大歓迎です。雨天時は室内遊びになります。

- ◆日 時 11月18日(土) 10時~11時30分
- ◆場 所 ハグハグ(桔梗幼稚園内) ◆対 象 0歳~就学前の子と親
- ◆持ち物 帽子・飲み物・タオル
- ◆申 込 10月16日(月) 9時30分~ 「ハグハグ」にて(電話可 ☎ 67-1136)

中央公民館自主事業
Snafkins(スナフキンス)・ジャズコンサート
『アコーディオン&ジャズボーカルで奏でる映画の名曲』

市制70周年記念事業として、瑞浪市出身のアーティスト柘植紀人(ツゲ ノリヒト)のジャズ・バンド「Snafkins」(スナフキンス)によるコンサートを開催します。映画で使われた名曲の数々をアコーディオンの哀愁サウンドとボーカルでジャズアレンジ。普段、あまりジャズを聴いたことがない方や、学生、小さなお子様連れファミリーも大歓迎です。ぜひ、この機会に生演奏の迫力を体験してください。

*瑞浪市は令和6年度に市制70周年を迎えます。

- ◆日時 11月25日(土) 16時開演(15時30分開場)
- ◆場所 総合文化センター 講堂
- ◆出演者 Accordion & Vocal/SAT (サット)
Guitar/柘植紀人(ツゲノリヒト)
Wood Bass/T-SHOW (タイショウ)
Drum & Percussion/山下佳孝(ヤマシタヨシタカ)
- ◆入場料 一般1,000円 全席自由席
高校生以下無料 (要チケット)
- ◆チケット 総合文化センター・市内各コミュニティセンター
10月6日(金) 9時~
チケットぴあ[Pコード251-409] 10月6日(金)10時~



中央公民館講座案内

受講希望の方は社会教育課へお申し込みください。

あなたは大丈夫?フレイル予防講座

フレイルとは、身体の機能が衰えたり、物忘れや閉じこもりが進むなどの加齢に伴い、心身の活力が低下し、要介護に至る手前の状態のことをいいます。



▲申込はこちらから

本講座では、フレイルを未然に防ぐ要注意ポイントをいくつか紹介します。

フレイルを予防し、健康寿命の延伸を目指しましょう。

- ◆日時 10月31日(火) 14時~15時
 - ◆会場 総合文化センター2階 視聴覚室
 - ◆講師 明治安田生命保険相互会社 職員
 - ◆定員 20名程度(先着順)
 - ◆受講料 無料 ◆申込期限 10月24日(火)
- *明治安田生命保険相互会社は、地域社会貢献への取り組みとして「地元の『公民館』元氣プロジェクト」を実施しています。

地区公民館講座案内

受講希望の方は各公民館へお申し込みください。

陶公民館 ☎65-2112

陶ことぶき座映画会

上映作品
「こんな夜更けにバナナかよ 愛しき実話」

車イス人生を駆け抜けた男の「笑いと涙」の感動実話!

- ◆日時 11月18日(土) 開場13時
上映開始13時30分~
(上映時間120分)
- ◆会場 陶公民館 多目的ホール(自由席)
- ◆入場料 無料
ただし入場整理券が必要です。

*入場整理券は、10月2日(月) 9時から陶公民館にて配布開始。(お一人様2枚まで)

- ◆定員 100名 ◆対象 どなたでも可



釜戸公民館 ☎63-2005

ボタニカルエコプリント

シルクのエコプリントを花びらで染めます。

- ◆日時 10月14日(土) 10時~12時
- ◆場所 釜戸公民館 研修室
- ◆参加費 2,500円(材料費含む)
- ◆定員 10名
- ◆持ち物 エプロン
フェイスタオル
手拭きタオル、ビニール袋



◆申込期限 10月6日(金)

作ってみよう(栗きんとん作り)

ふるさとの味、「栗きんとん」をみんなで一緒に作りましょう。

- ◆日時 10月30日(月)
13時30分~15時30分
- ◆場所 釜戸公民館 調理実習室
- ◆参加費 300円 ◆定員 16名
- ◆持ち物 エプロン、三角巾、マスク
- ◆申込期限 10月23日(月)



第49回 釜戸町文化祭

- ◆日時 10月21日(土)、22日(日)
 - ◆場所 釜戸公民館
- 日頃の活動の成果を発表する場として、また公民館講座参加者の学習成果や幼稚園、小中学校の作品展示のほか、バザーや体験コーナーなど、地域交流の場として開催します。



いきいき健康ウォーキング
「ハナノキ自生地巡り」

- ◆日時 11月5日(日) *雨天中止
 - ◆集合 ①9時
丸沼釜戸鋳業協同組合駐車場
②9時50分
県道66号線ハナノキ看板前
- *体力に合わせて集合場所を選んでください。
- ◆参加費 無料
 - ◆持ち物 水分補給用飲料
 - ◆申込期限 10月30日(月)



第70回 瑞浪市美術展

一般公募および園児・児童・生徒の作品を展示します。

第70回特別展「瑞浪ゆかりの作家」もあわせて展示します。

- ◆会場 総合文化センター
- ◆入場料 無料
- ◆主催 瑞浪市・瑞浪市教育委員会

一般の部(高校生以上)

- ◆会期 10月19日(木)~22日(日)
9時~17時(最終日のみ16時まで)

少年の部

- ◆会期 11月3日(金・祝)~5日(日)
9時~17時(最終日のみ16時まで)



美術展会期中

ピアノコンサートを開催します♪

瑞浪市美術展(一般の部)の会期中、文化センターロビーにおいてピアノコンサートを開催します。2台のピアノによる迫力ある演奏もお楽しみいただけます。ぜひ、ご来場ください。

- ◆日時 10月21日(土)
①部 11時~、②部 14時~
 - ◆出演者 麗澤瑞浪中学・高等学校ピアノ部
 - ◆会場 総合文化センター ロビー
 - ◆入場料 無料
 - ◆プログラム 美女と野獣(2台ピアノ)
貴婦人の乗馬(2台ピアノ)
マツケンサンバ ほか
- *プログラムは変更となる場合があります。





8/16 (水)

ふるさとワーキングホリデー キックオフ研修

Mビルにて、8月16日から29日までの2週間実施される、ふるさとワーキングホリデーのキックオフ研修が開催されました。

受け入れ事業者は、ゴルフ場や製陶所、養蜂場、カフェなど、市内8事業者。

自己紹介では、参加者は「新しい環境で働きながら、自分を見つめ直したい」「料理が好きで、器にも興味がある。製陶所での勤務になり嬉しい」と話しました。



滞在中は、シェアハウスか、ゴルフ場のロッジに宿泊しました

8/19 (土)

化石と星の森 cinema&nightmarket

市と瑞浪暮らしの彩りマーケット実行委員会は、瑞浪市民公園にて、化石と星の森cinema&nightmarketを開催しました。

野外映画祭では、市のシティプロモーション動画「奇跡の化石」と「SING」を上映し、ナイトマーケットには、キッチンカーをはじめ、約90もの店舗ブースが並び、参加者は思い思いの時間を楽しんでいました。



約1万人の来場者で、会場は大盛り上がりでした！

8/25 (金)

暑さも吹き飛び輝く笑顔！ お年寄りと子どもの夏まつり

社会福祉協議会陶支部は、陶幼児園にて、第34回お年寄り子ども夏まつりを開催しました。

ヨーヨー釣りやお菓子釣り、けん玉やマグカップの絵付けなどのさまざまなコーナーが用意され、子どもたちはみんな楽しそうに参加していました。

最後には、恒例の風船飛ばしも行われ、手紙を付けたカラフルな風船が、夏の鮮やかな青空へと飛んでいきました。



コツをつかんで、ヨーヨー大量ゲットの子もいました

8/26 (土)

将来はプロゴルファー？ スナッグゴルフ体験

ベルフラワーカントリー倶楽部にて、市が主催し、ゴルフの町みずなみ実行委員会の協力で、スナッグゴルフ体験会を開催しました。

中京高校の生徒、スポーツ推進委員らも協力。

暑い中でのプレーでしたが、参加者は、「授業でやった体験が楽しくて参加した。」「天然芝の上でやれるなんていい機会。」と笑顔で振り返っていました。



みんな笑顔で、楽しんでゴルフを体験しました

SNSでも
情報発信しています



YouTube



X (旧 Twitter)



Instagram



瑞浪市の人口=35,897人(15,604世帯) *9月1日現在

FSC

適切に管理されたFSC®
認証林からの原材料および再生資源から作られています。