



▲関ヶ原町防災訓練

広報

せがほ

10

2009 OCT.

No.543

もくじ

Contents

- いよいよスタート！子育てコミュニティ…P 2
- 合戦のまち・関ヶ原をアピールしよう！
甲冑購入・甲冑製作事業……………P 3
- やすらぎ 健康まつり（保健衛生だより）P 9
- 看護の日2009患者様アンケートの結果を報告します
（関ヶ原病院からのお知らせ）……………P12・13
- 平成22年成人式のお知らせ
自分たちで成人式を企画・運営してみませんか？…P16



いよいよスタート！ 子育てコミュニティ

問 役場 住民課
☎ 43-1113

関ヶ原町では、子育て中の皆さんのニーズにお応えして、下記のとおり本年10月から子育てコミュニティを実施します。少子化、核家族化が進む中、乳幼児期の子育て家庭の皆さんが気軽に集える場所を提供するとともに、仲間づくり、子育てに関する情報交換などをお手伝いし、子育て支援に取り組んでいきます。ぜひお気軽にお出かけください！

実施日 毎週2回 火曜日・金曜日
午前10時～午後3時まで
(都合のよい時間にお越しください)
場所 関ヶ原町中央公民館 2階
和室(ふれあい・かたらい)
町内在住の子育て中の親子
(保育園未就園児)
対象者 自由に集って語らっていた
くほか、スタッフによる絵本
の読み聞かせや親子遊びなど
子育てに関する情報提供も行
います。

10月の実施日

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

※子育てコミュニティ実施日

持ち物

- * おむつ・おしり拭き・ティッシュ・おむつを持ち帰る袋など
- * お子様の着替え
- * ハンカチ・タオルなど
- * おやつ・飲み物
- * お弁当(お昼を過ごす方)

子育て応援特別手当(平成21年度版)のお知らせです

○支給対象となる子ども

平成21年度において小学校就学前3年間(生年月日が平成15年4月2日～平成18年4月1日までの間)の属する子ども

○支給額

支給対象となる子ども1人あたり3万6千円

○申請の手続き

受給には、支給対象となる子どもと同居している世帯主が、町に申請する必要があります。受付開始時期などは、別にご案内いたします。

配偶者からの暴力の被害者の方へ

いろいろなご事情で、どうしても実際の居住地などに住民登録ができないDV被害者の方は、例外措置として、基準日から1ヶ月以内(平成21年10月1日～平成21年10月30日)に事前申請を行うことにより、基準日現在の住民登録を行っている市区町村から子育て応援特別手当の受給を可能とします。

乳幼児等医療費助成制度が改正されました！

平成21年10月1日から、
所得制限額を緩和しました

改正前

	医療費	所得制限
就学前まで	無料	無し
小1～中3		有り

※直系尊属の住民税課税標準額250万円以下の世帯が対象

改正後

	医療費	所得制限
就学前まで	無料	無し
小1～中3		有り

※直系尊属の住民税課税標準額600万円以下の世帯が対象

改正後、新たに対象となった人には、9月中に申請書が送付されていますので、お早目に住民課窓口で手続きをお願いいたします。

合戦のまち・関ヶ原をアピールしよう！

甲冑購入事業・甲冑製作事業

問 教育委員会
社会教育課
☎ 43-1289

今、戦国時代をテーマにした大河ドラマや、ゲームなどをきっかけに、戦国武将ブームが巻き起こっています。

中でも関ヶ原は、あこがれの武将たちが、西軍東軍に分かれて戦った地。歴史ファンにとっては、まさに聖地といってもいい場所です。関ヶ原町歴史民俗資料館や各史跡には多くの歴史ファンが訪れています。

そこで、今年度は、地域活性化・経済危機対策臨時交付金を利用し、甲冑購入事業を立ち上げました。「合戦のまち・関ヶ原」をアピールし、観光イベント等の活性化を図るために甲冑6領を購入します。

購入する甲冑

東軍	福島 正則	西軍	島津 義弘
本多 忠勝	大谷 吉継		
井伊 直政	島 左近		

早速、今月17、18日に開催する関ヶ原ふれあい21において、これらの甲冑をまとった武者たちが行列します。

さらに、イベント等に使用する甲冑を製作していただける方を公募して製作する事業もはじまります。これは、県の緊急雇用創出事業の一環です。カットしてある鉄板にパーツごとに布の下地に縫いつける作業などをして、100領の甲冑を製作します。これに



▲購入する甲冑の一例(本多忠勝)

受講生募集 せきがはら歴史オープン講座②

中井先生といく 『国史跡 苗木城を歩く』

昨年度もお世話になった中井先生を迎え、中津川市の苗木城址をめぐるります。町内外問わず、どなたでも参加できます。

講師 中井 均氏
(城郭遺産による街づくり協議会理事長)

日時 10月23日(金)
午前8時30分～午後6時(小雨決行)

場所 中津川市(バスにて移動)

内容 ふれあいセンター北駐車場に集合し現地へ

参加費 5,000円
(保険代、講師料など。町外の方は5,500円)

申込用紙 教育委員会、中央公民館、歴史民俗資料館

申込 教育委員会(役場庁舎2階北奥)

申込締切 10月13日(火)

伴い、雇用を募集しますので、甲冑製作に興味のある方、応募をお待ちしております。

みなさんで、歴史のまち・関ヶ原を盛り上げていきましょう！





「ねんりんピック」へ抱負

「ねんりんピック北海道・札幌2009」（第22回全国健康福祉祭北海道大会）のゴルフに出場する選手の激励会が役場で開かれました。

「ねんりんピック」は、60歳以上の高齢者による交流大会です。今年は北海道で開かれ、関ヶ原町からは、ゴルフ県代表メンバーに公門の平野欣三さんが出場しました。



2009年関ヶ原グラウンド・ゴルフ場 第3回定例会を開催

8月19日（水）に、グラウンド・ゴルフ場において第3回目の定例会を194名で行いました。なお、当日の成績は次の通りです。

優勝	稲沢市	伊藤 松司さん
準優勝	米原市	泉 良夫さん
3位	神戸町	橋本五五務さん
4位	稲沢市	石黒 勝二さん
5位	神戸町	西脇 進さん

学ぼう!! 関ヶ原の森林づくりを 開催

8月20日（木）、関ヶ原町森林づくり委員会と町の共催による「学ぼう!! 関ヶ原の森林づくり」が行われました。このイベントは、子どもたちに関ヶ原林業の偉大さ、自然の楽しみ方を知ってもらい、現在、問題となっている林業への関心の薄れを緩和しようとして初めて開催されました。エコミュージアム関ヶ原の川地さんから森の役割、森の大切さについての講義の後、今須地区内の森林にて、委員の「ぶり縄」による木登りや枝打ち、間伐の実演があり、間伐で切った木が見事に倒れると、参加した子どもたちから歓声が上がりました。午後からは、ふれあいセンターにおいて、木を使ったペン立てを作りました。驚くほどの木のいい香りに子どもたちは大喜びでした。



宝くじ助成事業で「軽可搬ポンプ」と「ヘルメット」を購入



関ヶ原町では、平成21年度の宝くじ助成事業で軽可搬ポンプ一式と安全ヘルメット130個を購入しました。これらは、(財)日本消防協会が実施する『女性消防隊による安全で災害に強い地域づくり推進事業』の助成で購入したものです。8月26日（水）、役場で伝達式が行われ、町長が関ヶ原町女性防火クラブ北村会長と河合本部役員に贈りました。同クラブは町内の125人が参加し訓練活動などを活発に行っています。北村会長は「各種災害活動時や訓練等に役立てたい」とお礼を述べました。

老人クラブ連合会から各学校へ ぞうさんを贈呈

9月1日（火）、各地で2学期始業式が行われました。それに合わせて、老人クラブ連合会から多くのぞうさんが贈られました。このぞうさんは、老人クラブ会員の方が、使い古しのタオルを一枚一枚手縫いしたものです。子どもたちは早速手作りのぞうきんで日頃の清掃に活用しています。

（株）マキナから関ヶ原中へ 生ゴミ処理機を寄贈

9月1日（火）、関ヶ原中学校において、(株)マキナから生ゴミ処理機が贈られました。兼山社長の「お世話になっている地域に貢献したい」という思いから町を通じて贈られたものです。中学校では、給食調理時に1日7kgほどの生ゴミが発生し、収集日まで腐敗臭などに困っていました。町長は、「有効活用するとともに、町全体の環境問題にも取り組みたいです。」と話しました。



＜史跡オリエンテーリング＞

『クイズで史跡めぐり』

8月23日（日）に夏休みの子ども体験教室の一つとして関ヶ原合戦の史跡をめぐるオリエンテーリングを行いました。ふれあいセンターを出発して、計8カ所の史跡でそれぞれ3問ほどのクイズが出題されました。今年度は、青少年ふるさと歴史ガイド講座の小学生ら10人が企画運営を担当。6月から問題づくりを分担し、協力し合って作成しました。問題は、ふだん講座で学習したガイドをもとに作られ、中には大人でも難しい問題も。当日はガイドをして、それがヒントとなって答えてもらっていました。また、ガイド講座OBの大学生もお手伝いに来てくれました。

参加した子の中には低学年の子もいて、答えられない時にはガイド講座の中学生が寄り添って教えていたのが印象的でした。これをきっかけに、歴史に興味を持ち、ふるさと関ヶ原を愛する子どもたちになつてくれることを願っています。



＜わくわくチャレンジ関ヶ原ふれ愛話サークル＞

『デイキャンプで野外炊飯』

9月5日（土）、関ヶ原青少年自然の家でわくわくチャレンジせきがはらとふれ愛話サークルを受講している児童40名、保護者21名合同で野外炊飯カレールーづくりをしました。今回は、食生活改善推進員協議会より6名参加していただき、食育教室として朝ごはんの重要性から手洗いまでご指導していただきました。

各グループに分かれ、かまどで火起こしから始め、飯ごうによるごはんづくり、そして、食材を切つてカレールーづくりをしました。包丁の手ほどきをお母さんからうけているお子さんもありました。子どもたちはそれぞれの係の役割を果たし、保護者のみなさんの力を借りながら予定時間よりも早く完成させていました。木陰で食べるカレールーは絶品。後片付けも徹底的に飯ごうや鍋をみがいて（？）次に使う人のことを考えながら活動ができました。その後は手話サークルの先生方による「宝さがし」で賞品を手にして全活動を終えました。



豊かな自然の中で協力しあいながら活動する喜びを味わえた一日でした。



＜歴史オープン講座①＞

『まだまだ関ヶ原に史跡あり』

9月13日（日）今頃の祖父谷にある三輪寺、祖宝寺跡をめぐる第1回の歴史オープン講座を開催しました。町内外より17名の参加があり、グリーンウッド関ヶ原より出発し、三輪寺では、ご住職より寺の縁起についての説明を受け、平成15年に修復された山門などを見学。その美しさと細かな彫刻が施されたつくりに参加者から感嘆の声がきこえました。

さらに祖父谷の山道に入り、10分ほど歩くと、左手に見事な石垣が見えてきました。これらが16世紀初頭に近江伊吹町（現滋賀県）より、祖父谷の地に移ったとされる祖宝寺十五坊跡地です。その内の一つで中心をなしていた「滝本坊」は大正時代の初めまであったといわれています。

現在に残念ながら、雑草が生い茂つ

た杉林になっており、「重箱積」とよばれる細かな石垣がその名残となっているのみです。しかし、約500mにわたり石垣が3段にわかれて山肌に現存しています。まさに秘境。「こんな立派な石垣があるとは。より多くの史料が残されていないのが残念だ。」と参加者の声。いずれにしてもまだまだ、関ヶ原には興味深い史跡が残っていることがわかる講座となりました。



関ヶ原町防災訓練

9月1日は「防災の日」です。全国各地でこの日を中心に、防災訓練が行われました。

関ヶ原町においても8月29日（土）、関ヶ原小学校グラウンド及びその周辺で行われました。近隣住民や自治会長、消防団や女性防火クラブの方々など約500名の方が参加しました。関ヶ原町で震度6強の地震が発生し、町内各地で道路が一部破損、火災が発生し、水道・電気・通信にも被害が生じたものと想定して訓練が行われました。



▲女性防火クラブによる炊き出し訓練

初期消火訓練として消火器の使い方や、消防団・女性防火クラブによる火災防御訓練も行いました。今回は、応急救護ができるエアートントが登場し、負傷者に対する応急手当・止血等の訓練をしました。また、煙を充満させたテントを作り、実際に住民の方に火災発生時の煙体験をしてもらうコーナーも登場しました。これを機会に防災について改めて考えることができました。

消防署からのお知らせ

地震時における出火防止対策

今年、8月11日の早朝に静岡県で震度6弱の地震が発生し、多くの人の生活に影響を与えました。気象庁では東海地震に結びつかないと示していますが大地震の引き金になる可能性もあるとして引き続き警戒が必要だとしています。

もし地震が発生した場合、もっとも起こりやすく恐ろしいのは火災です。火災により負傷をしたり、生命・財産を失わないためにどうしたら良いか考えてみましょう。

地震の時に全壊した建物の多い地区は出火の可能性が高くなり、原因については転倒したストーブや断線した電気器具によるものが多く、それに布やガスなどに着火し火災となります。また地震の後から数時間、数日がたつてから出火することもあります。

地震時に火災を起こさないためには、使用中のガス器具やストーブのスイッチを切って、電気コードの安全確認をし、電気器具の電源やブレーカーを落として、ガス漏れの確認や元栓を閉めてください。

これらのことは日常の生活から確認しておくことが大切です。消火器の置いてある場所や使い方、ブレーカーの位置、

燃える物、落ちてきそうな物に対して注意を払う習慣を身につけることが大切です。

秋の行楽期における

火災の被害防止

秋の行楽シーズンを迎え、旅行などで長い間、家を留守にする時は、ガスを使用する器具の元栓を閉めておき電気器具のコンセントは抜いておくといでしょう。また放火等にも用心して家の周りには燃えやすい物を置かないようにしておきましょう。

旅先の旅館、ホテル等の火災で犠牲になる方の多くは施設に慣れていないため避難経路がわからず、逃げ場を失ってしまします。利用される方は、まず客室等に設置されている避難経路図、非常用懐中電灯や消火器、避難器具の確認、また、実際に避難経路を歩いてみるのも良いでしょう。万一、火災が発生した場合は、あわてることなく従業員の指示に従ってください。

最後に宿泊者の寝たばこや、たばこの不始末によって多くの火災が発生しています。たばこを吸う場合には所定の場所ですぐ吸う心がけ、寝たばこは、絶対にやめましょう。

問 不破西消防署
43-01119



みなさん、こんにちは！

わたしたちは、団員1年生から6年生までの14名で活動しています。

『燃える全員野球』と掲げているように、少ない人数でも力を合わせて頑張っています。

絆を深める

練習や試合で自分たちが学んだこと、わからなかったこと、これからどうしていくべきか、子供たちと指導者の思いをつなげる『野球ノート』を全員書いています。

仲間と相手を思いやる

仲間がとりやすい球を投げる、投げやすいように構えるなど、チームメイトを思いやるのはもちろん相手の好プレーに拍手を送ったり、声をかけることを心がけています。

正しい姿勢をとる

野球を楽しむためには、体の姿勢と、心の姿勢のふたつが大切。自然体でのプレーと同時にいつも人やものに感謝する気持ちを大切にすることを心がけています。

わたしたちは、野球を通して人間

形成が育まれるように日々頑張っています。

今須野球スポーツ少年団では、新入団員を随時募集しています。興味のある方は、ぜひ左記の活動日にお越しください。

活動日

毎週木曜日

土・日曜日

午後7時～

今須小中学校体育館

午前9時～

今須杉子グラウンド



学校だより

(関ヶ原中学校)

「私は、関ヶ原中学校2年生の○○です。職場体験学習についてお伺いしたくお電話をしました。ご担当の方はおいでですか。…」職員室の電話口で緊張した面持ちで話し出す生徒。こういった言葉遣いでの話し方は、普段の生活の中ではなかなか経験できるものではありません。家庭での冠婚葬祭や地域行事など、目上の人や立場の違う人に接し関わる機会を通して身につけていくものです。しかし、こういった場が少なくなり、中学生がそこの役割を分担されることも少なくなってきました。



人との関わり、相手の気持ちや立場を考えた話し方や接し方を学ぶということは、一人前の大人に育っていく上でどんなに大切なことか。これからの厳しい社会を生きていく生徒達に、相手との関わりを学ばせる機会を意図的に仕組むことの大切さを痛感します。本校の2年生が夏休みに体験する職場体験学習は、働くことについて学ぶと共に、人との関わりを学ぶ絶好の機会となります。「段取りをする」、「責任ある仕事に取

り組む」、「相手のことを考えて行動する」等、実に大切なことを学びます。

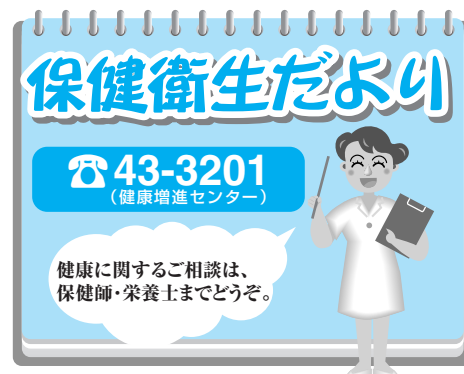


職場とのアポイントをとるためのこの電話。受話器を取る前に口の中で何度も練習している姿が実に印象的でした。大垣特別支援学校で体



験活動をした生徒は、「私が学んだことは、先生方が自分の担任するクラスのことだけじゃなく、学校全体が一丸となって一日の流れをつくっていたことです。段取りよく進めていく先生方の連係プレーはすごいと思いました。…」と書いています。職場で働く方々の動きを目の当たりにしながら、一人一人が役割をもち確実にやりきっていく姿や互いに助け合っていく姿を感じ取っています。打ち合わせや声のかけ合いなど、様々な関わり合いが大きな力となっていることを学びました。

今年度は22の事業所、公共施設などで体験させていただくことができました。各職場でのご協力を深く感謝いたします。様々な指導や温かいアドバイスをいただきながら、日常生活では味わえない貴重な体験ができました。



65歳以上の方のインフルエンザ予防接種を次のとおり実施しますので、希望される方は、不破郡内の各医療機関でお受けください。
 なお、ワクチン保有本数の都合上、接種を希望される方は、早めに医療機関へ予約してください。(この予防接種は義務ではありません。)

接種期間 10月15日(木)～12月31日(木)(接種日時等は各医療機関におたずねください。)

実施場所 不破郡内各医療機関・各自予約してからお出かけください。

対象者 ①接種日において65歳以上の方

②60歳以上65歳未満で心臓・じん臓・呼吸器の機能等に障害があり、医師が接種を必要と認めた方
 関ヶ原町在住者に限る

接種料金 自己負担1,500円(生活保護世帯は無料)

接種回数 1回のみ

注意事項 ・各医療機関に置いてある説明書『インフルエンザの予防接種を受けられる方へ』をよく読んで接種を受けてください。
 ・予防接種を受けられる際には『インフルエンザ予防接種予診票』に必要事項を記入し、医師の診察を受けてください。＜持ち物＞ 健康保険証・老人健康手帳

予防接種委託医療機関(五十音順)

医療機関名	住 所	電 話
浅野医院	関ヶ原町大字関ヶ原1102	43-0017
	実施日 火曜日～日曜日(ただし、日曜日は午前中のみ) 時 間 午前9時～午前12時、午後4時～午後8時	
国保関ヶ原病院	〃 大字関ヶ原2490-29	43-1122
	実施日 月曜日～土曜日 時 間 午前9時～午前11時30分	
関ヶ原クリニック	〃 大字関ヶ原3107	43-2999
	実施日 月曜日～土曜日(ただし、水・土曜日は午前中のみ) 時 間 午前9時～午前12時、午後4時～午後6時30分	
藤井病院	〃 大字関ヶ原3238	43-0032
	実施日 月曜日～土曜日(ただし、木曜日は午前中のみ) 時 間 午前9時～午前12時、午後1時30分～午後7時	
あいほら医院	垂井町栗原大正1549	22-1013
多賀内科医院	〃 表佐1539	22-0107
はくあい内科クリニック	〃 東神田2-23-1	24-1265
博愛会病院	〃 2210-42	23-1251
不破ノ関病院	〃 94-1	22-0411
古井医院	〃 1102-4	22-0031
古川医院	〃 楠田1836-13	22-0811
不破医院	〃 宮代1674-1	22-0126
安田医院	〃 大石782-1	22-3153
やまざきキッズクリニック	〃 東神田2-30	23-0577
和田内科胃腸科	〃 綾戸903-7	23-2828

※垂井町内の医療機関で接種を希望される方は、各自医療機関にお問い合わせのうえ、お出かけください。

やすらぎ 健康まつり

日時：11月8日（日）

＊午前の部：10時～11時30分

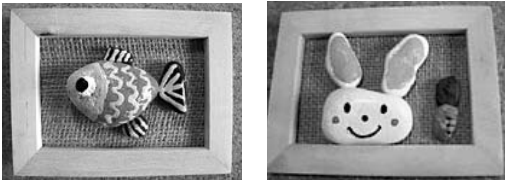
＊午後の部：1時30分～3時

場所：やすらぎ 2階（健康増進センター）

午前・午後 ～あなたの健康度を測定してみませんか？～ 当日ご家族で測定を！（予約不要）

血管年齢測定	指先の血流から、動脈硬化のめやす（血管年齢）を測定します。
スモーカーライザー	一酸化炭素（たばこに含まれる有害物質の一つ）をどの位体内に取り込んでいるのか測定します。禁煙してほしい家族のいる方、ぜひ測定を！
体脂肪率	かくれ肥満ではありませんか？体重、体脂肪率、筋肉量などが測定できます。

午前の部（午前10時～午前11時30分）

リユースバザー	家で使わなくなった、お子さんのおもちゃや、子ども服、文房具類など回収し、健康まつりの当日、バザーをします。（収益は健康・福祉事業等に役立たせて頂きます） お気に入りが見つかるかな？資源の有効活用にご協力を！
スタンプラリー	スタンプがいっぱいになった方には景品をプレゼント！
3歳児むし歯のない子の表彰式	平成20年度3歳児健診でむし歯のなかったお子さんを1人ずつ表彰します。
ちびっこアートギャラリー	町内の保育園、幼稚園のお子さんたちの作品を展示します。テーマは「我が家の朝ご飯」、「好きな食べ物」です。ちびっ子芸術家の作品をお楽しみに！
野菜たっぷり朝食メニューの紹介と「バイキングスープ」の無料試食	好きなスープと具材を選んで電子レンジで「チン」するだけの簡単おいしいスープです。ご家族みなでぜひおためしを！
ちびっ子野菜釣りゲーム	どんな野菜が釣れるかな？
手作りおもちゃ （協力：関ヶ原町母子保健推進員さん）	ストーンペイントと手形＆野菜スタンプを作ります。 
ドキドキ体力測定	あなたの体力年齢は？＝握力、肺活量、柔軟性などから判定します＝

◀作品例

午後の部（午後1時30分～午後3時）

～心と体の健康づくりのきっかけとして参加してみませんか～

①フラダンス体験教室（要予約）

定員：40名 参加費：300円

＊ハワイアン音楽に合わせて、有酸素運動であるフラダンスを体験してみませんか？



▲フラダンス体験の様子

②和風モダンなお正月飾り（要予約）



定員：15名 参加費：1,500円

＊古布を使った、お正月にぴったりなリース作りです。
自分で作ったリースを飾って、お正月を迎えてみませんか？

◀作品例

問 申込先 やすらぎ健康増進センター ☎ 43-3201

男性の料理教室を開催します!

～あなたもヘルスサポーターになりませんか～

今年は、ヘルスサポーター21事業とあわせて開催します。
作る楽しみ・作ったものを人に喜んでもらう楽しみを体験し、この教室を通して自身の生活を振り返り、健康づくりを実践するための方法を学びませんか?ヘルスサポーターとなり日常生活を楽しく、そして健康な生活を送りましょう!

日 時 11月10日(火) 午前9時30分～

場 所 やすらぎ健康増進センター

対 象 町内在住の男性

定 員 20名

参加費 100円(テキスト・調理実習材料費)

持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具

講 師 関ヶ原町食生活改善協議会

申込先 やすらぎ健康増進センターまで

※準備の都合上、10月30日(金)までにお申し込みください。

ヘルスサポーターって?

自分の身体の状態や生活にあった健康目標を達成させるため、健康づくりを実践する人のことです。



家族の健康カレンダー 10月

	内 容	日 時	会 場	対象者	備 考
母子関係	B C G 予 防 接 種 三種混合予防接種	8日(木) 午後1時15分～午後1時30分 午後1時40分～午後2時00分	保健福祉総合施設 「やすらぎ」	生後3～6ヶ月 生後3～90ヶ月に至るまでの間にある方	母子健康手帳
	プレママさん・お子さん 何でも相談	16日(金) 午前9時30分～午前11時00分		妊娠中の方・乳幼児希望者	母子健康手帳 母乳相談のみ予約制です。(保健師までお申し込みください。)
	キ ャ ッ プ イ ク ス	19日(月) 午前9時30分～午前11時30分		平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ未満児	運動のできる服装、水分(お茶、水等)、タオル、手作り手帳
	1歳6ヶ月児健診 3歳児健診	30日(金) 午後1時30分～午後2時00分 午後2時00分～午後2時30分		平成20年2月・3月生まれ 平成18年8月・9月生まれ	母子健康手帳、問診票
成人関係	貯 筋 教 室	14日(水) 28日(水) 午前9時15分～午前12時00分	保健福祉総合施設 「やすらぎ」	申込者	運動のできる服装、靴、水分(お茶、水等)、タオル
	血液さらさら教室	14日(水) 28日(水) 午後1時00分～午後3時45分			運動の出来る服装、靴、水分(お茶、水等)、タオル
	右脳活性化教室	15日(木) ①午前9時00分～②午後1時00分～ 22日(木) 午前10時00分～午前11時30分			トンボ玉作り(水分持参) 音楽療法
	ヨ ー ガ 教 室	2日(金) 16日(金) 午後1時00分～午後3時30分			運動のできる服装、水分(お茶、水等)、バスタオル
	シルバーピクス教室	21日(水) 午前9時15分～午前12時00分			運動のできる服装、靴、水分(お茶、水等)、タオル
	本気で3kgスリム教室	21日(水) 午後1時00分～午後3時45分			運動の出来る服装、靴、水分(お茶、水等)、タオル
	胃 がん 検 診	10日(土) 19日(月) 22日(木) 30日(金) 午前7時00分～午前8時00分	関ヶ原病院 (放射線科)	40歳以上希望者	前日夜9時以降、絶飲食で受診してください。
	子宮頸がん検診 乳がん検診 骨密度検診	9日(金) 午後1時30分～午後2時30分 午後2時00分～午後3時00分	保健福祉総合施設 「やすらぎ」	子宮がん:20歳以上希望者 乳がん:40歳以上希望者 骨密度:20歳～70歳の5歳毎	案内通知、無料クーポン券、受診しやすい服装、(乳がん検診のみバスタオル)
	結 核 検 診	1日(木) 15日(木) 午前9時30分～午後3時30分	町内各所	65歳以上の方 (肺ガン検診受診者は除く)	受診票を持参ください。

シリーズ②

気付かれにくい かかりやすい 高齢者は「うつ病」の用心世代

地域包括 かわらばん



問 地域包括
支援センター
☎ 43-3201

前回ご紹介した「高齢者のうつ病の原因・特徴」にありますように、高齢者はうつ病のきっかけが多くなります。また、要介護状態につながりやすいことも特徴です。そこで今回は、うつ状態にならないためのポイントをご紹介します。

◇うつ状態にならないために◇

交 流

地域の活動を知り、積極的に参加しましょう

老人クラブ・いきいきサロン・地域のイベントなど。広報せきがはらには様々なイベント情報が載っています。

趣 味

何もなくても、あわてて持たなくても大丈夫

無理に何かを始める必要はありません。何もしないことが一番落ち着けるなら、そんな時間があっても大丈夫。

気持ちの持ち方

今日しなくていいことは、明日にしましょう

悩みごとは寝る前より起きてから考えましょう。

休 養

落ち着ける場所でゆったりと

慣れ親しんだ場所、自分が落ち着けると思える場所を選んで気分転換をしましょう。

睡 眠

質のよい眠りで、心とからだに休養を

生活のリズムを整えましょう。



食 事

いろいろな食材でバランスよく、1日3食

一番大切なのは、1日のからだのリズムをつくる朝食。夕食は軽めにすませましょう。



相 談

ゆっくり少しずつ、話してみましょう

話がまとまっていなくても気にしないで、身近な人や専門家に話してみましょう。専門家には病院の精神科や精神科クリニックなどがあります。いきなり受診するのに抵抗を感じるなら、まずはかかりつけ医に相談してみましょう。

最後に、家族・近所の方など周りのみなさんと、うつ病の方にどのように関わればいいのか悩まれている方もいらっしゃると思います。関わり方のポイントをご紹介します。

ゆっくり休ませる	気分転換として無理に旅行や遊びに誘うのは、かえって頑張らせてしまうことになりかねません。手伝ってあげられることは手伝い、できるだけ心身に休ませるようにしましょう。
心配しすぎない	うつ病を理解し、長い目で見守りましょう。気を使いすぎて言動がぎこちなくなるがありますが、今までどおりに接するようにしましょう。



心とからだの健康生活のコツをつかみ、できそうなところから始めてみませんか？



関ヶ原病院からのお知らせ

看護の日2009患者様アンケートの結果を報告します

国保関ヶ原病院 看護の日実行委員会

関ヶ原病院では、今年も、「看護の日」である5月12日を中心に入院・外来の患者様にアンケートを実施し、病院や職員に対してのご意見をお聞きしました。ご協力くださいましたみなさま、ありがとうございました。

紙面の都合上、一部ですが結果をお知らせします。

I. 実施日

【外 来】 平成21年5月12日（火）

【入 院】 平成21年5月7日（木）～12日（火）

II. 回答者等

	回答者数	回答者年齢	回答者性別
外 来	205人	70才以上が最多で50.7%	女性が53.2%
入 院	79人	70才以上が最多で68.4%	女性が55.7%

III. 結 果

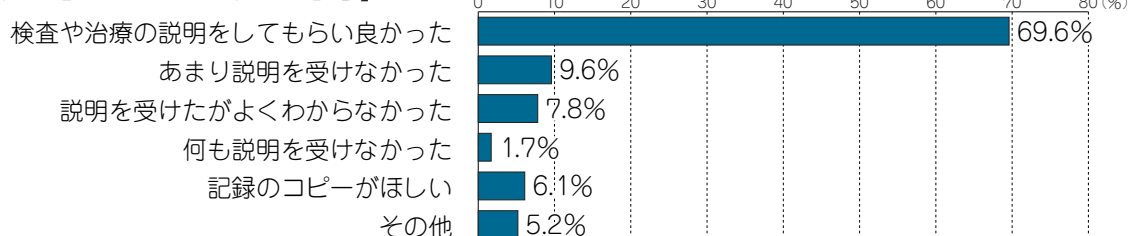
1. 外来待ち時間について

受付から会計終了までの待ち時間は、15分未満と15分以上30分未満が同率で、各34.7%でした。一方、30分以上1時間未満は18.2%、1時間以上は12.4%あり、科別では内科が最多で30分以上1時間未満が多く、次いで整形外科が1時間以上となっています。待ち時間に対しては、短縮の要望と共に「待ち時間が長くなることの説明・表示が欲しい」とのご意見が多くありました。

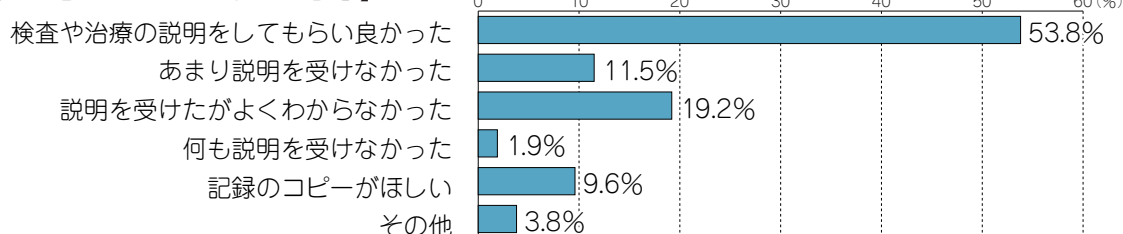
2. 電子カルテについて

昨年導入した電子カルテについては、外来の86.7%、入院では77.5%の方が導入したことをご存知でした。電子カルテに対する感想としては、「検査や治療の説明をしてもらいよかった」という回答が外来で69.6%、入院で53.8%。逆に「説明を受けたがよくわからなかった」が、外来で7.8%、入院で19.2%ありました。

【外来：電子カルテに対する感想】



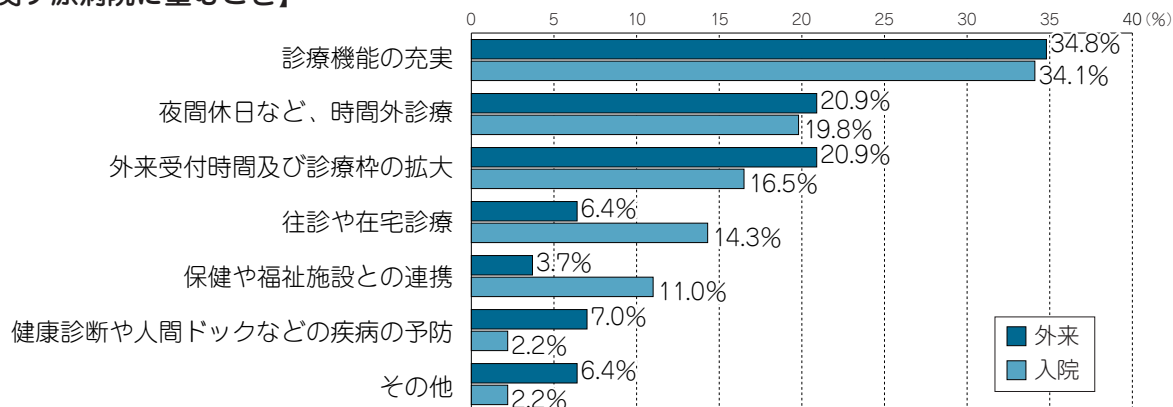
【入院：電子カルテに対する感想】



3. 関ヶ原病院に望むこと

外来・入院とも、「診療機能の充実」が最多でした。（外来34.8%、入院34.1%）次いで、「夜間・休日の時間外診療をしてほしい」「外来受付時間及び診療枠の拡大をしてほしい」となっています。

【関ヶ原病院に望むこと】



Ⅳ. 今回の調査結果からの課題と方策

今回の結果から、以下の4つの課題があげられました。

1) 診療機能の充実 2) 患者サービスの向上 3) 職員に対する評価・満足度の向上 4) 施設環境の整備

これらの課題を分析すると、1)については、医師の確保や総合診療・専門診療の充実、救急体制の整備や他病院との連携が必要です。また、2)については、外来待ち時間の改善や電子カルテを活用した患者サービスの拡充を図る必要があります。3) 4)についても課題を具体的に分析して、改善していきます。また、10月からは年間を通して患者様にアンケートをお願いし、今後も課題改善に取り組んでいきます。ご協力を宜しくお願いいたします。

●国保 関ヶ原病院の外来診察と担当医師（平成21年10月）※都合により休診になる場合があります。

診療科名等		月	火	水	木	金	土
内 科	一診	中村博	瀬古	森島	瀬古	瀬古	森島
	二診	桐井	桐井	中村博	森島	桐井	桑原
	三診				桑原		
	五診	斎藤	中村さ	1・3 鮎(呼吸器外来)	斎藤	斎藤10:00~	
	初診	瀬古	桑原	1・3・5 桐井 2・4 桑原	中村さ	森島	中村博
	午後予約外来		森島(女性外来)			斎藤(予約外来)	
外 科	一診	宮	松尾	宮	宮	宮	松尾
	三診・処置	松尾	太和田	松尾	松尾	真田	宮
	午後	病棟回診・手術等	手術等		手術等	検査・手術等	
脳神経外科	外科・二診	毎週土曜日(午前)					安藤
皮 膚 科	外科・二診	奥村	毎週月曜日(午前) ※月曜日が祭日の場合は火曜日				
整 形 外 科	一診	久島	楊	久島	楊	楊	久島
	処置		久島		久島	久島	
	午後	手術等	手術等		手術等	手術等	
眼 科	午前	堀		堀		1・3・5 堀	2・4 小森
耳鼻いんこう科	午前		久世				1・3 林 2・4・5 出原
歯 科	午前	佐木	佐木	佐木	佐木	佐木	佐木
	午後	佐木	病棟往診・手術		佐木	佐木	

※担当医等は都合により変更となる場合があります。 ※耳鼻いんこう科、内科、眼科の1~5はその週を表しています。

※歯科へ予約外受診される場合は、電話にて来院時間の確認をお願いします。(手術・健診などにより午後休診になる場合があります。)

※女性外来は、午後2時~4時健診室にて診察を行います。(完全予約制) ◎急患の場合は、随時診察を行います。(TEL43-1122)

※整形外科(火・木・金)の処置は午前9時~10時のみとなります。

※内科午後救急は、午後救急担当医が救急(夜間)診察室にて診察を行います。

虫刺症（ちゅうししょう）―虫刺され―

一般的な虫刺されでは、まず患部を温めずに冷やすことでかゆみや痛み、腫れが和らぎます。また市販されている虫刺され用の軟膏やクリームなどの外用薬（抗ヒスタミン外用薬やステロイド含有外用薬など）を塗るとさらに効果的です。なお皮膚症状がひどいときには、医療機関で抗ヒスタミン剤やステロイド剤の内服薬の処方を行う場合や、アレルギーを緩和する注射を行う場合もあります。以下に代表的な虫刺症の症状と対処法をご紹介します。

蚊刺傷：蚊に刺されると通常、皮膚症状は軽度で数時間で改善します。しかしごく稀に日本脳炎を媒介されることがあり注意が必要です。また海外へ渡航される場合は、マラリア感染などにも注意が必要で、感染した場合は医療機関での入院治療を行います。

毛虫刺傷：毒針毛が刺さると、ぴりぴりとした痛みが生じたのち強いかゆみを生じ、皮膚に小さな赤いブチブチがじんま疹の様に生じて腫れてきます。それを不用意にかくと毒針毛がさらに皮膚に食込んで症状を悪化させるため、ガムテープなどの粘着テープを患部に貼り、それをはがすことで毒針毛を抜き取ります。また水で洗い流すのも効果的です。その後、上述の外用剤を塗布します。ひどい場合は、抗アレルギー剤の内服を行います。

蜂刺傷：蜂に刺されると、患部が1～2日後に赤くなって腫れたり痛んだりしますが、これ自体は生命に関わるものではなく、一般的な皮膚炎に準じた治療（外用薬、内服薬、注射）で対処します。数日で症状は軽快します。ただし注意しなければならないのが、全身性アレルギー反応（アナフィラキシーショック）をきたす場合です。日本では年間20-40人程度、多い年では70人以上の死亡者を出しており、蜂刺傷後早期に呼吸困難、嘔気、冷汗、めまい、全身のじんま疹などの症状が起こった場合は、躊躇せずに救急車を要請し、医療機関で迅速な治療を受ける必要があります。

ムカデ咬傷：就眠中に咬まれることが多く、咬まれた直後に激しい痛みで襲われ、その後に患部の腫れと発赤をきたします。対処法は、基本的に蜂刺傷と同じで外用薬、内服薬などを用います。また痛みが強い場合は一般的な鎮痛剤の内服を行い、患部が感染した場合は抗生物質の内服を行います。

ダニ咬傷：ダニに咬まれると、蚊刺傷よりはかゆみや発赤などの患部の症状はやや強く、治癒にかかる日数も約1週間程度かかります。かゆみがひどい場合は外用薬で対処します。またダニアレルギーの方は、全身に発疹が出現することもあります。

ただしマダニ咬傷の場合は、その牙が皮膚に残ると皮膚炎が持続してしまうため、咬まれた皮膚ごと局所麻酔下にて切除します。またツツガムシ咬傷の場合は、リケッチアという微生物の感染をきたすことで39～40度の高熱と全身の皮疹を生じます。これを放置すると生命に関わるため、医療機関にてリケッチアに対する抗生物質の点滴治療を行います。

外科 太和田 昌宏



- ★とべバツタ
- ★ハロウィンのランプ

**チケット
好評発売中!!**



公証相談窓口を設けます！

10月1日～7日までは、日本公証人連合会が設定し、法務省が後援する公証週間とされています。この機会に、法律上のトラブルを未然に防ぎ、権利を擁護保全するため、遺言や大切な契約を公正証書（法務大臣から任命された法律専門家である公証人が法律に基づいて作成する公文書）で作成することをお考えになってはいませんか？お気軽にご利用ください。

日時 10月1日(木)～7日(水)土日除く
場所 大垣公証役場

(大垣市丸の内1丁目35番地)

時間 午前9時30分～午前12時
及び午後1時～午後4時30分

相談範囲 遺言・任意後見契約・離婚・金銭貸借・土地建物貸借

そのほか公正証書作成の手続きや内容に関する相談

電話でもOKです。秘密は守ります。

相談にお越しの際は、なるべく関係資料をお持ちください。

問 大垣公証役場

☎ 78-6174

あなたの声を大切にします 10月19日～25日は行政相談週間です

みなさんは、毎日の暮らしの中で、国の役所や独立行政法人・特殊法人（NTT西日本など）の仕事について、「処理が間違っている」「遅い」「こうしてほしい」などといった苦情や要望をお持ちになったことはありませんか？総務省では、こうした役所の仕事についての苦情・要望等を受け付け、その解決や実現を促進する『行政相談』を行っています。相談は無料で、秘密は固く守ります。

定例相談日 毎月第3土曜日 午後1時30分～ **場所** 老人福祉センター

法務局“なるほど”市民講座を開催！

日時

①11月9日(月)「相続登記の期限」

②11月13日(金)「境界トラブルになったら」

③11月20日(金)「認知症になる前に」

④11月27日(金)「公正証書遺言について」
・「遺言のイロハ」

時間 午後3時～午後4時30分

対象者 市民講座に興味のある方
(事前申込要)・先着40名

開催場所 アクアウォーク大垣2階
アクアホールB (JR大垣駅北)

申込方法 電話又ははがき
(氏名・電話番号・講座名)

特設登記相談所も併せて開催します

時間 午後4時30分～午後6時
登記相談のみも可(申込順に承ります)

問 申込先 〒503-0888

岐阜地方法務局大垣支局総務課
大垣市丸の内1丁目19番地

☎ 78-3347

平成22年成人式のお知らせ

日時 平成22年1月10日(日)

午前9時30分より受付

場所 ふれあいセンター

対象者 12月1日現在で町内に
住民登録をしている平成
元年4月2日～平成2年
4月1日生まれの方

内容 式典・祝賀パーティー等
※学校、仕事などの関係で住民登
録していない方で、関ヶ原町の
成人式に出席を希望される方は、
11月27日(金)までにご連絡く
ださい。

自分たちで成人式を 企画・運営してみませんか？

関ヶ原町成人式の運営委員を募
集します。

運営委員とは、新成人自身が成
人式の式典内容などを事前に企
画・検討し、当日の式典の運営・
管理までを行うものです。

委員対象者

平成22年関ヶ原町成人式参加者
(新成人)

ご希望の方は、11月6日(金)
までにご連絡ください。

問 教育委員会 社会教育課

☎ 43-1289

10月 大垣7〜7ルテレビ 番組のお知らせ

ニュースのひろば

◇火～日 午後6時～ 他
地域密着のニュース番組。地域の
「今」をお届けします。

OCTテレビ学園

◇5日(月)～11日(日)
午後5時30分～ 他
子どもが主役のバラエティー番組。

我ら！ジジババレスキュー隊

◇12日(月)～18日(日)
午後5時30分～ 他
「生き生きサロン」を舞台に、お年
寄りが大活躍の30分。

主婦のたまり場

◇19日(月)～24日(土)
午後1時～ 他
グルメ・マイホーム・値切りコー
ナーなど、主婦必見の30分。

トークバー サミット

◇1日(木)～4日(日)/26日(月)～
午後9時～ 他 秘訣や人物像を
引き出していくトーク番組。
・1日～ 岐阜経済大学教授 森誠一さん

げんきはなまる

◇月～日
○げんきぐみ 午後6時35分～ 他
○はなまるぐみ 午後6時45分～ 他

ぷらっと

◇月～日 午後7時30分～ 他

TVギャラリー 好評放送中！

http://www.ogaki-tv.co.jp/

oct@ogaki-tv.co.jp

※身近な情報をお寄せください。

歴史を語る会だより

日時 10月20日(火)

午後1時～午後3時

場所 関ヶ原町中央公民館

テーマ 歴史のひとこま(その9)
島原の乱の真相

1637年、九州の島原で大規
模な反乱が起きた。世に言う
『島原の乱』であるがその原因
は何か。真相を検証しよう。

さきの納涼音楽祭はおかげさ
まで好評をいただきました。お
世話になった方々に厚くお礼申
上げます。

第24回町民体育祭を開催します

日 時 10月11日(日)

場 所 桃配運動公園多目的広場

(総合開会式会場) 他

町民大会で人気のある、ソフトボール、バレーボール、グラウンドゴルフ、ゲートボール大会を開催します。皆さんぜひご参加ください。

問 教育委員会内 体育協会事務局

☎ 43-1289

ごみ排出量 平成21年8月分

品 目	21年8月の 排出量	20年8月の 排出量	比 較
燃やせるごみ	80.97 t	85.35 t	5.1%減
プラスチック類	8.04 t	7.94 t	1.3%増
燃やせないごみ	12.47 t	9.85 t	26.6%増

*昨年に比べて、プラスチック類及び燃やせないごみの量が増加しています。ごみの減量化にお努めください。

《関ヶ原町農業委員会より》 平成21年度の目標及びその達成に 向けた活動計画について

地域の農業者等からの

意見・要望を募集します！

平成21年度の目標及びその達成に向けた活動計画に関ヶ原町のホームページ及び関ヶ原町農業委員会事務局(役場 産業建設課)にて公表し、地域の農業者等からの意見及び要望等を募集します。

なお、意見及び要望等は住所・氏名を記載のうえ応募願います。(特に様式はございません)

募集期間 9月15日(火)～

10月15日(木)

問 役場 産業建設課内

関ヶ原町農業委員会事務局

☎ 43-3054

☎ 43-3122

高齢者向け優良賃貸住宅

「ラシュールメゾン岐阜」入居者募集

この住宅は、岐阜県の「いきいき福祉のまちづくり構想」の一環である政策的モデル住宅として、国土交通省の制度を活用し建設したものです。

所 在 地 岐阜市橋本町2-52

(岐阜シティ・タワー43内)

入居資格 自立した生活を営める60歳以上の単身者もしくは60歳以上の夫婦

募集戸数 10戸

規 模 1LDK・2LDK

(約44㎡～57㎡)

家 賃 月額95,000円～135,000円

共 益 費 月額14,000円

支援管理費 月額 8,900円

選定方法 毎週金曜日ごとに受付を締め切り、翌週月曜日に抽選を行います。ただし、応募者がいない場合は同様の募集・選定を繰り返します。

申 込 平日(祝日を除く)

午前9時～午後5時に

直接下記の場所へ。

申込場所

①岐阜県住宅供給公社管理第1課

(県民ふれあい会館7階)

☎ 058-277-1051

②ラシュールメゾン岐阜3階管理室

(タワー3階 ☎ 058-260-7220)

エコミュージアム関ヶ原今月のイベント

イベント参加希望の方は電話にてお申込みください

☎ 43-5724

体験教室

つる細工教室

～楽しみながらつるの編み方を学ぼう！～

日 時 10月24日(土)

午前10時～午前12時

場 所 エコミュージアム関ヶ原

(午前9時45分より受付)

※本講座は屋外で行います。

講 師 太田 正勝さん(垂井町)

定 員 15名(小学3年生以上、親子で参加ください)

材料費 500円

持ち物 花バサミ(つるを切ります)、

軍手、ビニール袋、帽子

服装等 汚れてもいい服装で

内 容 かごの編み方を習います。

わくわく動物ウォッチング

～夜活動する生き物を観察しよう！～

日 時 10月31日(土)

午後7時～午後8時30分(小雨決行)

集合場所 エコミュージアム関ヶ原

(午後6時50分までに集合)

観察場所 関ヶ原町周辺

※観察地への移動は各自の車でお願いします。

観察案内 梶浦 敬一さん

(ぎふ哺乳動物研究会会員)

定 員 5家族(親子で参加ください)

参加費 無料

持ち物 懐中電灯(できるだけ明るいもの)

服装等 動きやすい汚れてもいい

服装で

内 容 夜行動する生き物の観察

を行います。

木工教室

～おしゃれな木のイスを作ろう！～

日 時 10月31日(土)

午前10時～午後4時

(午前9時45分より受付)

講 師 黒川 大輔さん(垂井町)

定 員 10名(中学生以上)

材料費 3,000円

持ち物 作業できる服装、お弁当、水筒

内 容 本格的な木製のスツール

を製作します。

ギャラリー

木の手仕事展

～木と手が作り出すぬくもりの世界～

出 展 黒川 大輔さん(垂井町)

期 間 10月7日(水)～

10月30日(金)

歴史民俗資料館からの お知らせ

○歴史民俗資料館入館者数

8月 8,292人

○関ヶ原史跡観光ガイド(現地)案内実績

8月分 144人

1日 久世弥平様(大垣)【事務局】

9日 大垣市観光協会様【伊藤】

ふくの会様(神戸)【松井】

11日 東海ケーブルチャンネル様【吉田】

22日 歴史巡りの会様(東京)【高広】

25日 駒川商店会様(大阪)【高広】

奥の細道の旅様(群馬)【曾我】

30日 豊島佐代実様(明石)【細見】

(歴民現地ガイド事務局扱)

