

南小 関ヶ原合戦太鼓新春打ち初め会



▲南小 関ヶ原合戦語り太鼓新春打ち初め会

広報

せきがほら

3

2009 MAR.

No.536

もくじ Contents

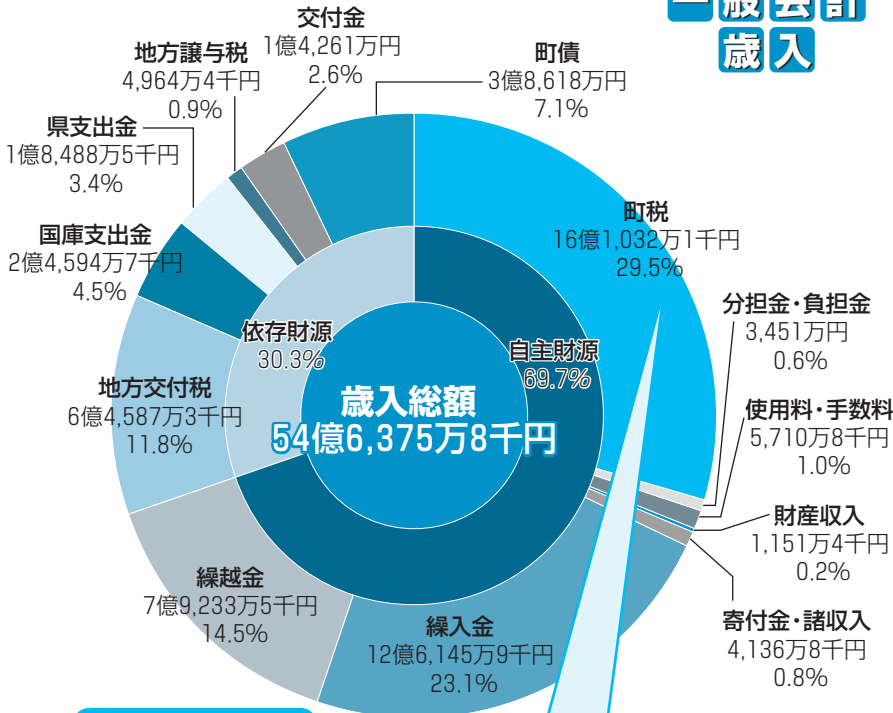
- 決算報告…………… P 2・P 3
- できごと…………… P 4・P 5
- 保健衛生だより…………… P 6・P 9
- 平成21年度
 - 家族の健康カレンダー(保存版) …… P 10・P 11
- 地域包括かわらばん…………… P 12
- 関ヶ原病院からのお知らせ…………… P 13
- 消防署からのお知らせ…………… P 14
- お知らせ…………… P 15・P 19
- 戸籍の窓…………… P 20



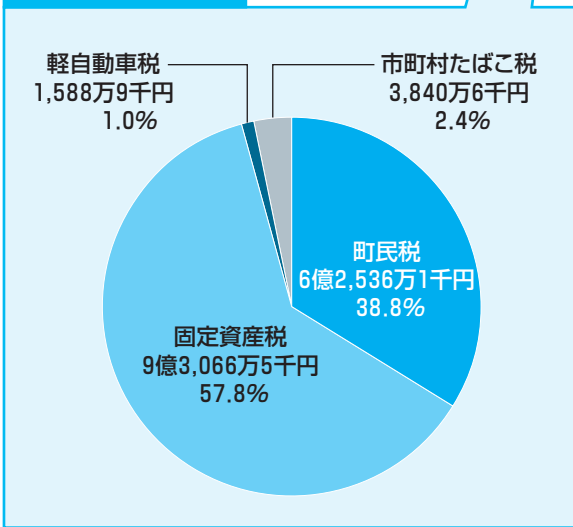
一般会計

一般会計とは福祉や教育、道路の整備など町民の方への基本的なサービスを提供するための会計です。

一般会計 歳入



町税の構成比



平成十九年度

決算報告

平成十九年度の決算が十二月定例議会において可決されました。皆さんが納めた税金はどのように使われたのでしょうか。一般会計を中心に紹介します。

一般会計

平成19年度一般会計決算について、歳入総額は54億6,375万8千円で、対前年度比26.1%の増、また歳出総額は52億8,056万3千円で、対前年度比49.1%の増となり、実質収支額は1億8,319万5千円の黒字決算となりました。

歳入

歳入は、町全体で調達できる町税などの自主財源と国や県から定められた額を交付または割り当てられる依存財源に区分することができます。自主財源の大半を占めている町税は、税源移譲による町民税の伸び等により対前年度比約9、100万円増加、ま

歳出

歳出を性質別にみると、義務的経費は対前年度比2.4%の増となり、また投資的経費は新庁舎建設事業及び新設小学校建設事業等により110.1%の増となりました。

また歳出決算額を行政の目的別にみると、総務費が新庁舎建設事業により141.2%の増、教育費が新設小学校建設事業により139.6%の増、商工費が工場設置奨励金の減により40.6%の減、衛生費がストックヤード建設事業完了により13.6%の減、土木費が筑田最終処分場搬入道路整備工事、新明急傾斜地崩壊対策工事により12.1%の増等となりました。

今後も厳しい財政状況の中、行財政の簡素化・効率化・経常経費の削減・合理化等々を図り、健全財政を維持するため、より一層の努力をしていきます。

特別会計

特別会計とは、特定の事業を行う場合に一般会計と区別して経理する会計です。

会計	歳入	歳出
老人保健医療	10億5,017万6千円	10億3,297万2千円
国民健康保険	9億2,909万4千円	9億259万1千円
介護保険	4億9,662万2千円	4億5,473万8千円
介護サービス事業	1億5,601万8千円	1億1,275万5千円
玉農業集落排水事業	1,776万4千円	1,740万3千円
今須農業集落排水事業	2億6,288万3千円	2億6,080万1千円
公共下水道事業	5億6,345万7千円	5億4,863万6千円

企業会計

企業会計とは、一般会計やその他の特別会計とは異なり、民間企業と同様の経理を行う極めて企業的色彩の強い会計です。

■水道事業会計■

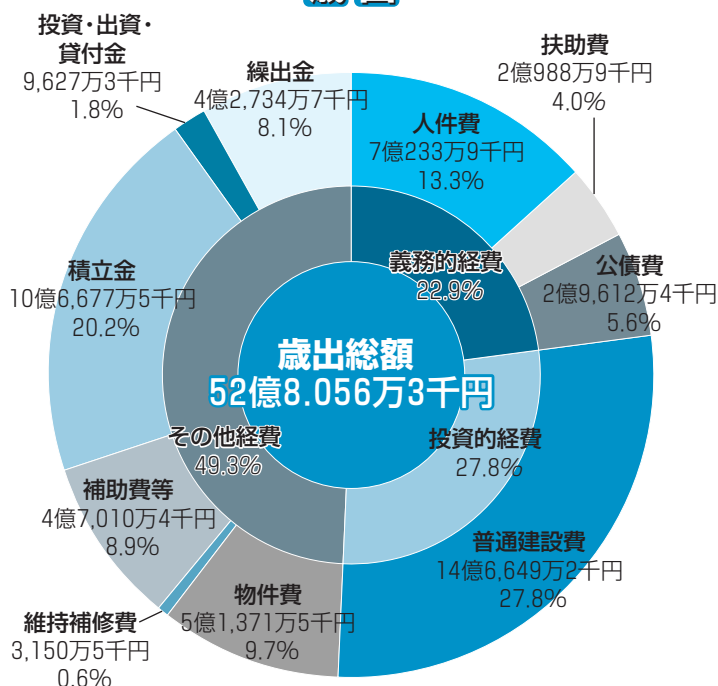
	歳入	歳出
収益的収支	2億63万9千円	1億8,831万9千円
資本的収支	1億4,550万5千円	1億9,057万2千円

■病院事業会計■

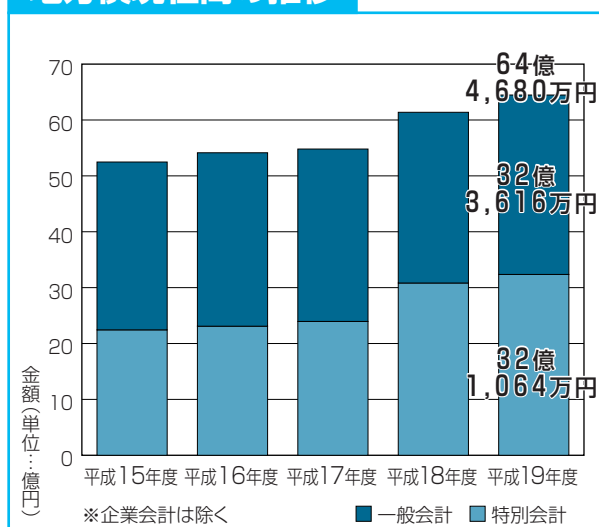
	歳入	歳出
収益的収支	26億7,917万円	27億4,150万7千円
資本的収支	2億2,665万円	3億1,696万9千円

収益的収支・・・経営活動にかかる収支のこと
資本的収支・・・施設の建設などにかかる収支のこと

一般会計 歳出

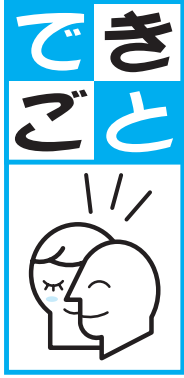


地方債現在高の推移



町民一人あたりの支出額(目的別)

総務費	261,640円	財産管理の費用など
教育費	96,535円	学校施設管理費や社会教育費など
民生費	81,445円	保育費や高齢者福祉費など
衛生費	54,259円	ごみ処理費や保健関係費など
土木費	45,445円	道路や公園の整理費用など
公債費	35,131円	町の借入金(町債)など
消防費	20,436円	消防活動費など
農林水産業費	18,266円	農業・林業関係費用など
その他	13,318円	商工費、労働費、災害復旧費など



**野上の早野篤詞さんが
大阪国際親善柔道大会で準優勝**

11月23日(日)に大阪府堺市立大浜体育館で行われました大阪国際親善柔道大会にて、野上の早野篤詞さんが40歳代の部において準優勝されました。早野さんは関ヶ原道場において指導員をしていらっしゃいます。おめでとうございます。



**関ヶ原剣道少年団
冬季錬成納大会開催**

1月17日(土)に町民体育館において、関ヶ原剣道少年団による冬季錬成納大会が開催されました。入賞された方は次のとおりです。

- おめでとうございます。
- 低学年の部
- 優勝 高木 瑞予
 - 準優勝 武藤 萌々奈
 - 3位 徳永 康太
- 中学年の部
- 優勝 森 祐人
 - 準優勝 高木 伸哉
 - 3位 折戸 洸暁
- 高等学校以上の部
- 優勝 古山 奈穂
 - 準優勝 徳永 健太
 - 3位 西村 公佑
- 防具付け大会
- 低学年の部
- 優勝 高木 瑞予
 - 準優勝 田中 こと乃
 - 3位 徳永 康太
- 高学年の部
- 優勝 徳永 健太
 - 準優勝 折戸 野乃花
 - 3位 谷田 和樹



**岡崎市の子供たちに
雪のプレゼント**

昨年に引き続き、ゆかりのまち岡崎市の子供たちに雪が贈られました。2月13日(金)に伊吹山の雪を11トダンプ5台に積み込み、14日(土)に岡崎市に運びました。会場となった岡崎市南公園では、雪玉の的当てゲームが行われたり、おしるこがサービスされたりと催し物もあり、たくさんの人で大変賑わっていました。子供たちも毎年恒例となっているこのプレゼントをとっても心待ちにしていた、雪だるまを作ったり、そりですべったりと楽しそうな歓声があがっていました。



**〈わくわくチャレンジせきがはら〉
自分で作る善勞と食べる楽しみ**

2月7日(土) 関ヶ原青少年自然の家で『うどんづくり』を行いました。

材料は百グラムの小麦粉と10%の食塩水を45ccだけです。ビニール袋の中で混ぜ、こねて生地を作ります。30分ほどこねる作業に、子どもたちは「あと5分」「あと3分」と言いながら力を入れてこねていました。麺棒で直径30cmほどに伸ばした後、包丁で一本一本ゆっくりと切りました。2時間ほどかけて全員が最後まで自分で作る事ができました。作ったうどんは大きな鍋でゆでて、カレーうどんにして食べました。どんぶりの中は、いろいろな太さ、長さのうどんがあつて、子どもたちは「これはきつとほくのだ」と言ってみせたりしていました。

作る苦勞をひとりひとりが味わい、みんなと一緒に作って食べる楽しさを味わうことができて、いい思い出ができました。



**〈生涯学習講座をふりかえる〉
ふるさとを学び人がつながる町に**

教育委員会では町民のみなさんに「関ヶ原をもっと好きになってほしい」と願ってさまざまな講座を進めています。今年度も多くの方に受講していただき、ありがとうございます。歴史関係の講座では、史跡を訪れて合戦の往時を肌で感じたり、登山をしながら山城について教えてもらったりと以前よりも体験を増やして、関ヶ原の良さや価値を再発見していただいています。

また、五〇代、六〇代の方の参加も増えてきました。そうした方々が講座を通じて知り合い、教え合い、仲良くなっていく。そんな「人のつながり」からも関ヶ原を好きになってほしいと思っています。

ふるさとを学び、学ぶ人と人がつながっていくこと、それがまちづくりの大きなエネルギーになっていくのです。



今須野球少年団は、現在小学1年生～6年生まで18名で活動をしています。

練習日は、木曜日の夜、土曜・日曜日午前中、夏期は火曜日夕方、杉っ子グラウンドで毎週練習に励んでいます。
★ チームの目指すところは、5つあります。

- 1 元気で礼儀正しいあいさつが出る
- 2 あきらめない精神、仲間を思いやる心を持つ。
- 3 基礎体力とけがをしない身体作り。
- 4 道具に愛着を持ち大切に使う。
- 5 野球が出来る感謝の気持ちを常に持つ。



★「人を育てる」という信念の下、一生懸命頑張ること、礼節はとて大切であることを教えてもらっています。団員は、緊張感の中にも野球を通じて学べるのがたくさんあり、加えて野球は楽しく大好きだと思える指導が団員の育成につながっています。また、練習日には、熱心な20歳前後の卒団生が指導に来てくれており、自ら豪快なプレーで少年達を目線を釘付けにしています。団員達は、先輩達のようにプレーしたいという気持ちが芽生えることで、レベルアップと年代を超えたつながりとなり、これからの夢につながっていくことと考えます。

また、今須スポーツ少年団としてバレー、剣道、総合の団員達と合同で入団式や夏のキャンプなど毎年団員が、楽しみにしている行事が沢山あります。
皆さんも僕たちと一緒に、グラウンドで汗を流してみませんか！

働く婦人の家 コサージュ教室のお知らせ

問 働く婦人の家 ☎ 43-2666
日 時 3月7日(土) 午前10時～12時
場 所 働く婦人の家 図書室
参加費 1,500円
定 員 10名(先着順)
持ち物 お持ち帰り用のタッパまたは袋
※ そのまま冷蔵庫で保管します。
※ 3月5日(木) 午前10時までにお申し込みください。

花と緑の生涯学習講座 バラ文化講座

問 国際園芸アカデミー生涯学習担当 ☎ 0574-60-5520
日 時 3月9日(月) 午後1時30分～午後3時30分
場 所 国際園芸アカデミー(可児市)
定 員 20人
バラの人類との長いつながり、改良の歴史、バラにまつわるいろいろなエピソードなどをこの講座では紹介します。また、観賞用バラが忘れてきてしまった、バラの香りの問題、さらにはバラを通してみえてくる、東西の園芸文化の違いにも踏み込んでみたいと思います。
講 師 国際園芸アカデミー 上田善弘教授
参加費 無 料
※ 申込方法はお問い合わせください。

受講生募集 ～平成21年度 西美濃生涯学習連携講座～
「ふるさと西美濃再発見！」

西美濃生涯学習連携講座では・・・

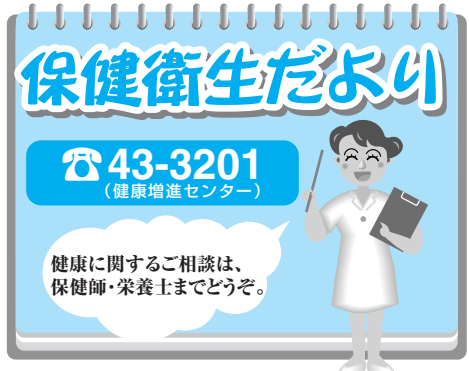
実際にその市町を訪ねて、その市町ならではの内容を学びます。実習や現地見学ができる体験型の内容が多く企画されています。

月	会 場	講 座 の テ ー マ
5	大 垣 市	地域における大垣女子短期大学の役割
6	神 戸 町	体験しよう！西美濃の野菜in神戸～地産地消～
7	関ヶ原町	親鸞聖人 ゆかりの寺 聖蓮寺
8	大 野 町	森林空間周辺の歴史散策
9	輪之内町	輪之内の特産品(けんがい菊)を知る
10	安 八 町	歴史の道 鎌倉街道と美濃路
11	海 津 市	幕末の高須藩

受講できる方 西濃地区在住または在勤の方
受 講 料 3,000円
申し込み方法 申込書に必要事項を記入の上、受講料を添えてご提出ください。
締め切り 4月10日(金)
申し込み先 問 役場 教育委員会 ☎ 43-1289
そ の 他 *申込書は教育委員会にあります。
*個人情報は、受講者名簿、緊急連絡のみに使わせていただきます。

あなたは大丈夫? メタボ(内臓脂肪症候群) ではありませんか?

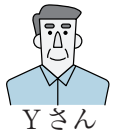
今月は、10月からやすらぎで実施しているメタボ解消教室(特定保健指導)についてご紹介します。



メタボ解消教室(特定保健指導)参加者のようすをご紹介します ～ 今須にお住まいのYさん(男性、60歳代)～

① 6月中旬・・・特定健康診査の受診案内が家に届く。

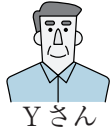
私もメタボじゃないか?生活習慣病にならないか心配。健診を受けてみよう。



② 7月1日・・・特定健康診査を受診する(妻と一緒に。孫を連れて受診)

③ 7月下旬・・・健診結果が家に届く。➡「メタボリックシンドローム(予備群)」でした。

やっぱりメタボだった。このままではいかなあ。体に悪いなあ。

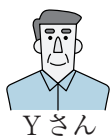


このときの生活

- ・人と比較して食べる速度が速い
- ・寝る前2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある
- ・間食 週に2回 アイスクリーム
- ・飲酒 ビール1日1本(350ml)
- ・運動は特にしていない

④ 9月中旬・・・特定保健指導の案内が家に届く。

自分の体のためやで、参加せなあかなあ。



⑤ 10月7日・・・メタボ解消教室に参加

- (教室内容のポイント)
- 1kg 体重減量すると腹囲1cm 減少します
 - 1kg 体重減量するためには・・・7,000Kcal消費が必要
 - 1カ月で1kg 減量するには・・・1日230Kcal消費が必要

自分で目標を決める。
目標体重(-3.9kg)・腹囲(-4cm) 食事で:-150Kcal、運動で:-80Kcal、合わせて-230Kcal

Yさんが自分で決めた生活習慣改善目標

- | | |
|----------------------|-------------|
| ① 毎日体重を測る | |
| ② 牛乳(3杯飲んでる→1杯にする) | これで-260Kcal |
| ③ スポーツ飲料(1/2本→お茶にする) | これで-67Kcal |
| ④ 1日5,000歩/日以上歩く | これで-63Kcal |
| ⑤ 腹筋運動を30回/日以上 | |



→この日から歩数計(やすらぎ健康増進センターから貸与)を身につける生活の開始!

⑥ 10月30日・・・運動教室に参加

(教室内容) 健康相談、健康に関するお話、
運動(イスに座ってのチェアピクス、ボールエクササイズ、エアロピクス)

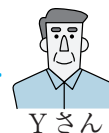
ついていけるか心配だったが、楽しかった。家でもできるといいのだけれど...



⑦11月18日・・・やすらぎでの健康相談

(内 容) 血圧測定、生活習慣改善目標の実行状況の確認

食事も運動も意識して目標を実行しているよ。
体重減量よりも、腹囲減少をめざしたいなあ。



このときの生活

- ・ 毎日体重、腹囲測定している
- ・ 牛乳1杯にしている
- ・ コーヒーは砂糖・ミルクはなしにするか減量している
- ・ 白飯の量をへらした
- ・ 腹筋運動を毎朝50回している
- ・ 歩数計を身につけて毎日の歩数を記録している (平均3,000歩)
- ・ 仕事の日は通勤 (車) の途中や仕事の合間に歩いている (2,000歩位)



⑧12月17日・・・やすらぎでの健康相談

(内 容) 食事バランスチェック (栄養指導)
脂質異常症について説明

食事も随分気にして食べているのに、体重が減らない・・・



このときの生活

- ・ 牛乳は低脂肪に変えた
- ・ ヨーグルトは量を減らして、はちみつをやめた
- ・ パンにつけるマーガリンをジャムに変えた
- ・ 腹筋運動は毎朝50～100回
- ・ 生活の中で歩くようにしている (平均2,000歩)
- ・ ゴルフを週に1回程度 (12,000歩)
- ・ 体重・腹囲、歩数計記録を継続している



⑨ 1月15日・・・関ヶ原病院で血液検査 (無料)

⑩ 2月12日・・・関ヶ原病院で腹部CT検査 (500円) を受診予定

* 内臓脂肪面積を測定します。
(100cm²未満が標準です)

Yさんのおなかの写真です
(H21. 2. 12)

「ベルトを3cm切りました」

★血液検査の結果

		標準値	健診時	H21.1月
内臓脂肪型肥満	腹 囲	男85未満、 女90未満	89cm	85cm ↓
	体 重		62.8kg	63.0kg
	BMI	18.5～24.9	23.9	24.1
①血 圧	収縮期血圧	130未満	118	146 ↑
	拡張期血圧	85未満	74	84 ↑
②血 糖	血 糖 (空腹時)	100未満	—	97
	(食後随時)	140未満	86	—
	HbA1c	～5.1	5.0	4.9
③脂質異常	中性脂肪	150未満	291	161 ↓
	HDL (善玉) コレステロール	40以上	40	40
	LDL (悪玉) コレステロール	120未満	141	138

- ➡ 腹囲が減少しました。目標達成です。
- ➡ 中性脂肪が減少しました。標準値まであと一歩です。
- ➡ 血圧が高いです。

Yさんの感想

やすらぎで聞いたことは実行しようと思っている。

体重や腹囲、歩数を記録していると、自然と食べることや動くことを気にして生活ができていくと思う。前は、近くの用事でも車を使っていたが、今は、少しでも時間があつたら「歩こう」と思えるようになった。関ヶ原の駅から家（今須）まで歩いたこともある。町内の用事は歩いて済ませようと思えるようになった。

食べる量もすごく気にしている。料理をしてくれる妻や嫁さんにも、「私にはこれだけの量は多すぎと思う」と注文ができるくらいです。

いつもは、なかなか長続きしなかったけど、これからももう少し頑張つて、体重・腹囲を減らしたいです。

血液検査で今までどうしても減らなかった中性脂肪が減つて、すごく嬉しいです。

Yさんの妻の感想

夫は、なんでもやり遂げる人です。今までは仕事が忙しくて、自分の健康管理をするゆとりがなかったと思うけど、今は職場が変わつて（週に3日の仕事）生活にゆとりができたから続いているのだと思う。

食事は、お嫁さんと一緒に、野菜やきのこをたっぷりにする、朝食をしっかり食べてもらえるようにする、夕食の時間は午後7時頃までにするなど気をつけています。

私もできれば、体重を今より2kg程減らしたいと思っています。夫と一緒にウォーキングをするときは、大またに歩く、腕を大きくふる、体をひねりながら歩くなど、歩き方の工夫を夫とともにしています。

3月には、メタボ解消教室の卒業式を予定しています。

今後は、2月の腹部CT検査（内臓脂肪面積測定）の結果をもとに、体重減量が達成できるように生活習慣の見直しをしていきましょう。

Yさんは、まだ血液検査では「LDL（悪玉）コレステロール」が少し高いです。動脈硬化を進めないためにも、もう少し食事の内容を見直し、体重を減らせるときっと改善できると思います。また、血圧は減塩や体重減量などで下げることができます。

今後もYさんの「がんばり」を、やすらぎ健康増進センタースタッフは応援していきます！

お待たせしました！

◆◆◆◆◆平成21年度 健康短期大学の申し込みが始まります ◆◆◆◆◆

	教室名	対象者	毎回水曜日、年間20回
運動教室	本気で3kgスリム教室 (メタボ予防・解消教室)	町の国保に加入の 原則74歳以下の方	午後1時～午後3時45分
	貯筋教室	原則64歳以下の方 (特に男性におすすめします)	午前9時～12時
	血液さらさら教室	高血糖、脂質異常の方	午後1時～午後3時45分
	シルバービクス教室	原則65歳以上の方	午前9時15分～12時
	ヨガ教室	高血圧、ストレスの多い方	毎回金曜日、年間20回 午後1時～午後3時30分
	右脳活性化教室 (音楽療法等による認知症予防教室です)	原則65歳以上の方	毎回木曜日 午前10時～午前11時30分

*申し込みは、3月9日（月）午後2時～19日（木）です。受講料は各教室とも年間6,000円です。

*運動教室をお申し込みの方は、確認事項がありますので、必ずご本人が申込書をやすらぎまで提出して下さい。（申込書は、2月末頃から町内の自治会長さんから自治会加入者に配布していただきます。）

病院職員の募集

☎ 関ヶ原病院 庶務課 ☎ 43-1122

関ヶ原病院では、4月採用の病院職員を募集しています。

■理学療法士（有資格者）・ボイラー技士（有資格者）
介護福祉士（有資格者）・看護助手（試用期間有り）

- ◇人 員 各若干名
- ◇勤 務 日勤（早番・遅番・日曜交代勤務制）
看護助手は交代夜勤有り
- ◇給 与 町の規程により支給
- ◇締め切り 3月15日（日）
- ◇面接試験 3月下旬
- ◇申 込 先 関ヶ原病院 庶務課まで

歴史を語る会だより

日 時 3月17日（火）
午前9時30分～ 総会、懇親会
午後1時～午後4時 記念講演、月例会
場 所 ふれあいセンター2F視聴覚室
テーマ 関ヶ原合戦外伝（その15）
敗軍の将たちのその後
“義”の戦いで敗れた将軍たちにスポットを当て、
私たちの処世訓としたい。
※新会員募集中 年会費 2,000円
送 料 1,000円（町外の方）

介護認定調査員 募集

勤務内容

介護保険の要介護（要支援）認定の訪問調査
応募資格（次の①～③の条件を満たす方）

- ①介護支援専門員または介護支援専門員受験資格
（保健師・看護師・介護福祉士などの実務経験
5年以上）の有資格者で、都道府県が実施する
認定調査員研修を修了していること（研修を受
けていない方は、採用時に平成21年度認定調査
員新規研修を受けていただきます）。
- ②介護保険に係る事業所等に所属していないこと。
- ③認定調査に必要な通信手段、移動手段を確保できること。

勤務時間 原則午前8時30分～午後5時（土、日、祝日は除く）

勤務日数 月に15日を超えない範囲（非常勤）

賃 金 調査1件につき4,000円

募集人員 若干名

勤務開始 平成21年4月以降

選考方法 書類選考及び面接

申込方法 履歴書（写真貼付）に必要事項を記入
し、役場住民課介護保険係へ持参又は
郵送してください。

その他詳細については役場 住民課介護保険係ま
でお問い合わせください。

☎ 役場 住民課介護保険係 ☎ 43-1113

家族の健康カレンダー - 3月

	内容	日時	会場	対象者	備考
母子関係	ブレマ&ひよこママ交流会 「講演会」	3日（火） 午前9時30分～午前11時30分	保健福祉総合施設 「やすらぎ」	妊婦・乳幼児を子育て中の方	「親と子のコミュニケーションについて」の講演会です。 筆記用具
	キッズピクス	10日（火） 午前9時30分～午前11時30分		2歳児とその保護者等	運動のできる服装、 水分（お茶、水等）、 手作り手帳
	2歳児歯科相談	12日（木） 午前10時00分～午前11時30分		平成19年1月・2月生まれ	母子健康手帳、 歯科保健アンケート、 歯ブラシ、コップ、タオル
	お子さん何でも相談 母乳相談	16日（月） 午前9時30分～午前11時00分		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）
	B C G 予防接種 3種混合予防接種	17日（火） 午後1時15分～午後1時30分 午後1時40分～午後2時00分		3か月～6か月未満児 3か月～90か月未満児	母子健康手帳
	離乳食教室&交流会	24日（火） 午前9時30分～午前11時00分		3月24日（火）の乳児健診対象者等	母子健康手帳
	前期乳児健診 後期乳児健診	24日（火） 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10月・11生まれ 平成20年4月・5生まれ	問診票、母子健康手帳
成人関係	エクササイズ&フットセラピー 男性のための貯筋教室	2日（月） 午前9時00分～午前11時30分 午後1時00分～午後3時30分	保健福祉総合施設 「やすらぎ」	希望者	運動のできる服装、靴、 水分（お茶、水等）、 バスタオル（大きめの）
	貯筋教室	4日（水） 18日（水） 午前9時15分～午前12時00分		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	4日（水） 18日（水） 午後1時00分～午後3時45分			運動のできる服装、靴、 水分（お茶、水等）、 タオル
	右脳活性化教室	5日（木） 午前9時30分～午前12時00分 19日（木） 午前10時00分～午前11時30分			(5日) 眼鏡、持ち帰り用袋、 参加費500円
	ヨガ教室	6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	11日（水） 25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	11日（水） 25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

* 事業内容をやむを得ず変更する場合があります。
(変更のある場合は、毎月の広報等でお知らせします。)

☎ やすらぎ 健康増進センター (☎ 43-3201)

年間予定表(保存版)

◎見やすいところへお貼りください

母子保健

対象者	開催日時・開催場所	内容
赤ちゃん訪問	乳児 年間 町内	●生まれてしばらくしてから保健師が赤ちゃんを訪問します *身体測定、乳児相談、町の保健事業の案内など
プレママ&ひよこママ交流会	①妊娠中の方 ②乳児(1歳頃まで)を子育て中の方 ③上記①②の家族の方 年間2回 午前10時～午前11時30分 開催日 8月31日(月) 3月9日(火)	持ち物: 母子健康手帳 ●妊婦さんと、赤ちゃんを子育て中の方のふれあい交流会です
プレママさん・お子さん何でも相談	妊娠中の方 乳幼児を子育て中の方 年間12回 午前9時30分～午前11時 開催日 4月14日(火) 10月16日(金) 5月12日(火) 11月16日(月) 6月11日(木) 12月21日(月) 7月10日(金) 1月19日(火) 8月10日(月) 2月16日(火) 9月14日(月) 3月15日(月)	持ち物: 母子健康手帳 *保健師、栄養士、歯科衛生士、助産師による健康相談です *母乳相談を希望される方は、事前に電話予約をお願いします(☎ 43-3201 保健師まで)
離乳食教室&交流会 *大人の食事からのとり分けメニューなどを紹介します。	乳児(離乳食を食べているお子さん) 年間6回 午前10時～午前11時30分 開催日 5月29日の乳児健診対象者 5月29日(金) 7月24日の乳児健診対象者 7月24日(金) 9月17日の乳児健診対象者 9月17日(木) 11月19日の乳児健診対象者 11月19日(木) 1月21日の乳児健診対象者 1月21日(木) 3月18日の乳児健診対象者 3月18日(木)	持ち物: 母子健康手帳、おかゆ(お子さんに必要な方) *離乳食の試食 *ヘルシーランチを食べながらの交流会 *ベビーマッサージ など
2歳児歯科相談 *乳歯をむし歯から守り、健全な永久歯へ移行できるように! *よい歯の衛生習慣を幼児期から身につけましょう!	2歳児 年間6回 午前10時～午前11時30分 開催日 平成19年3・4月生まれ 5月21日(木) 平成19年5・6月生まれ 7月21日(火) 平成19年7・8月生まれ 9月18日(金) 平成19年9・10月生まれ 11月30日(月) 平成19年11・12月生まれ 1月26日(火) 平成20年1・2月生まれ 3月16日(火)	持ち物: 母子健康手帳、アンケート用紙、はぶらし、コップ、タオル ●アンパンマンが登場して、歯みがきの大切さをお子さんに語りかけます(エプロンシスター) *歯の健康について(歯科衛生士) *お子さんが元気に活動できる生活習慣について(保健師) *すくすく成長をめざす食事のポイント!(栄養士)
キッズピクス *元気いっぱい体を動かし、親子での運動やふれあいを楽しみましょう!	2歳児(未就園児)とその保護者等 年間12回 午前9時30分～午前11時30分 開催日 4月21日(火) 10月19日(月) 5月19日(火) 11月12日(木) 6月16日(火) 12月17日(木) 7月7日(火) 1月14日(木) 8月18日(火) 2月18日(木) 9月15日(火) 3月11日(木)	持ち物: 手づくり手帳、飲み物(お茶等)、タオル(対象者: H18. 4. 2～H19. 4. 1生まれ) *親子体操(ボール、フラフープ等を使った体操など) *簡単、おいしいおやつを試食 *親子交流会
キッズキッチン *親子で一緒に楽しくクッキング!	キッズピクス参加者 年間1回 1月27日(水) 午前9時30分～午前11時30分	持ち物: エプロン、三角巾、飲み物(お茶等)
乳児健診	乳児(前期: 4・5カ月児) 乳児(後期: 10・11カ月児) 受付: 午後1時30分～午後2時 受付: 午後2時～午後2時30分	持ち物: 母子健康手帳、問診票(事前に送付します)
1歳6カ月児、3歳児健診	1歳6カ月児 3歳児 受付: 午後1時30分～午後2時 受付: 午後2時～午後2時30分	持ち物: 母子健康手帳、問診票(事前に送付します) 目と耳のアンケート(3歳児のみ)

予防接種

集団	対象者(受付時間)	実施日	BCG	三種混合	ポリオ	実施日	BCG	三種混合	ポリオ
①BCG(結核) ②三種混合(百日せき、ジフテリア、破傷風) ③ポリオ(急性灰白髄炎)	①3～6カ月未満児(午後1時15分～午後1時30分) ②3～90カ月未満児(午後1時40分～午後2時) ③3～90カ月未満児(午後2時～午後2時30分)	4月16日(木)	●	●		10月8日(木)	●	●	
		5月14日(木)	●	●	●	11月5日(木)	●	●	●
		6月12日(金)	●	●		12月3日(木)	●	●	
		7月10日(金)	●	●	●	1月7日(木)	●	●	
		8月7日(金)	●	●		2月4日(木)	●	●	
		9月10日(木)	●	●	●	3月12日(金)	●	●	
個別	対象者	実施期間	実施場所			実施方法等			
MRワクチン (麻しん・風しん混合)	1期: 12～24カ月未満児 2期: 小学校就学前(幼稚園児) 3期: 13歳(中学1年生) 4期: 18歳(高校3年生)	H21. 4. 1～H22. 3. 31 H21. 4～6月(3ヶ月間)	町内委託医療機関			*対象の方には、事前に予診票を発行致します *接種期間中にやむをえず接種できなかった場合は、保健師までご相談ください			
二種混合 (百日せき、ジフテリア混合)	11・12歳(小学校6年生)	H21. 8月(1ヶ月間)							

* 持ち物: 母子健康手帳(必ず) * 予防接種には、お子さんの日頃の健康状態をよく知っている保護者の方(原則)が同伴してください。
* 日本脳炎はワクチンの副作用との因果関係があるとの判断から積極的勧奨は控えています。接種に関するお問い合わせは、やすらぎ保健師まで。

平成21年度 家族の健康カレンダー

■成人健診■

	対象者 (H21. 4. 1~H22. 3. 31の年齢)	実施月	受付実施場所	内 容
新！総合節目検診	節目の年齢の方 (40・50・60歳)	5. 6月 (2ヶ月間)	関ヶ原病院	*土曜日の午前中に受診ができます！ 男性：胃、肺、大腸、前立腺(50.60歳のみ)がん検診 女性：胃、肺、大腸がん検診、骨密度検査 (40歳の希望者は、肝炎ウイルス検査も受診できます)
特定健康診査	町の国保に加入の40~74歳の方 (S10. 3. 1~S45. 3. 31生)	6. 7. 8月 (12日間)	やすらぎ (健康増進 センター)	血液検査、身体計測、血圧測定、診察、尿検査 (医師の判断等により、心電図・眼底検査)
30代健診	30~39歳の方 (S45. 4. 1~S55. 3. 31生)			
肺がん検診	40歳以上の方 (~S45. 3. 31生)			①胸部X線直接撮影 ②胸部X線直接撮影+胸部CT検査 *①か②を選択できます(必要な方には痰の検査)
大腸がん検診	40歳以上の方 (~S45. 3. 31生)			事前に郵送する検査キットで2回便をとり、 便の潜血反応を検査します
肝炎ウイルス検査	40歳の方 (S44. 4. 1~S45. 3. 31生)			問診、血液検査 (B・C型肝炎ウイルスの感染の有無を確認できます)
前立腺がん検診	50歳以上の男性の方 (~S35. 3. 31生)	7. 8月 (2ヶ月間)	町内委託 医療機関	問診、血液検査(P S A値)
	75歳以上の男性の方 (~S10. 3. 31生)			長寿医療保険に加入している方は、「すこやか健診」の 採血で前立腺がん検診も受けられます。
歯周疾患検診	節目の年齢の方 (40・50・60・70歳の方)	7. 8月 (2ヶ月間)	町内委託 歯科医療機関	*歯を失う原因である歯周病やむし歯の早期発見のために！ 問診、歯科医師による歯周疾患検診
胃がん検診	40歳以上の方 (~S45. 3. 31生)	8月	やすらぎ (検診車)	胃のX線間接撮影(バリウム造影)検査
		9. 10月 (2ヶ月間)	関ヶ原病院	*早朝(朝7時から受付)に受診できます 胃のX線直接撮影(バリウム造影)検査
乳がん検診	40歳以上の女性 (~S45. 3. 31生)	9. 10月	やすらぎ (検診車)	*子宮がん検診と同日に受診できます 問診、医師による視診・触診、マンモグラフィ(X線)検査
	30~39歳の女性 (S45. 4. 1~S55. 3. 31生)			問診、医師による視診・触診、超音波検査
	40歳以上の女性 (~S45. 3. 31生)	8~11月	関ヶ原病院	問診、医師による視診・触診、マンモグラフィ(X線)検査
子宮頸部がん検診	20歳以上の女性 (~H2. 3. 31生)	9. 10月	やすらぎ (検診車)	*乳がん検診と同日に受診できます 問診、医師による内診、細胞診検査
骨密度検診	節目の年齢の女性 20.25.30.35.40.45.50. 55.60.65.70歳の方	9. 10月	やすらぎ (健康増進 センター)	*子宮がん・乳がん検診(検診車)と同日に受診で きます 足首の超音波検査
結核検診	65歳以上の方 (肺がん検診を受診され た方は受診の必要 はありません)	9. 10月	町内各所 (検診車)	*検診車が町内各所を巡回します 胸部X線間接撮影

■運動教室■

	対象者	開催日	教室の内容
貯筋教室	原則64歳以下の方 (特に男性にオススメです)	毎水曜日(20回) 午前9時~12時	運動を楽しみながら、体に筋肉を貯める教室です 参加者本人だけでなく、配偶者の方の健康管理もサポートします
血液さらさら教室	高血糖・脂質異常の方	毎水曜日(20回) 午後1時~午後3時45分	糖尿病、脂質異常症予防のための教室です
シルバーピクス教室	原則65歳以上の方	毎水曜日(20回) 午前9時15分~12時	転倒予防、骨折予防、老化予防のための教室です
本気で3kgスリム教室	町の国民健康保険に加入 の原則74歳以下の方	毎水曜日(20回) 午後1時~午後3時45分	メタボリックシンドロームを予防・解消するための 教室です
ヨガ教室	高血圧、 ストレスの多い方	毎金曜日(20回) 午後1時~午後3時30分	心身のリラックスにより、血圧の上昇を抑えるため の教室です

■心の健康づくり■

	対象者	開催日	教室の内容
右脳活性化教室	原則65歳以上の方	毎木曜日(16回) 午前10時~午前11時30分	音楽療法などで右脳を刺激し、認知症(痴呆)を予 防する教室です

■特定保健指導■

	対象者	開催日	開催場所	内 容(予定)
メタボ予防教室 (健診事後相談会)	町の国保に加入する40 ~74歳の方で町の特定 健診を受診された方	7~9月	町内各所 (10カ所)	私の健診結果は大丈夫?(結果の見方) メタボリックシンドロームと生活習慣病 このままの生活で大丈夫?(生活習慣改善目標を立てよう)など
メタボ脱出教室 (特定保健指導)	「動機づけ支援」と判定された方 「積極的支援」と判定された方	H21. 10月~ H22. 3月まで	やすらぎ (健康増進センター)	6ヶ月間で体重・腹囲などの目標達成をめざします (面接や電話相談、ウォーキング教室等)

お出かけ達人に なりましょう!!

「閉じこもり」と聞いて、皆さんはどのようなイメージをもたれるでしょうか？

「閉じこもり」とは、家の外に出られる状態であるにもかかわらず、日々の行動範囲が家の中か庭先ぐらいで、週1回程度も外出しない状態をいいます。自覚がないままに「閉じこもり状態」になっている人が少なくありません。今回は「閉じこもり」にならないためのポイントを2つご紹介します。

①生活習慣見直しポイント

まずはここからはじめましょう!!

「部屋着」

寝ていたときのままの格好で過ごしたり、そのままでは外に出られない服装をしていませんか？

「季節感」

年賀状などの季節の挨拶をはじめ、生活に変化をもたらしてくれる習慣を取り入れていますか？

「運動習慣」

足腰の元気を維持するための運動や体操を取り入れていますか？

「生活リズム」

昼夜が逆転しているなど生活リズムを乱して、外出や家族・友人などとの交流を難しくしていませんか？

「身だしなみ」

整髪やひげの手入れ、化粧や歯磨き、入れ歯の手入れなどをきちんと日課にしていますか？
歯科健診は定期的に受けていますか？

②暮らしの中のお出かけポイント

お出かけ先は、意外とたくさんありますよ。

- ☆地域の活動や催しに参加しましょう。
- ☆趣味のグループ活動、同好会で人との交流を。
- ☆食品や消耗品の買い物は、こまめに出かけて、顔なじみになろう。
- ☆空いた時間にちょっとお散歩をしましょう。
- ☆介護予防事業に参加しましょう。

関ヶ原町では次の介護予防事業を実施しています。

・「シルバービクス教室」

転倒予防・骨折予防・老化予防のための教室です。チェアービクス（椅子を使った体操）やボールエクササイズを中心にします。

・「右脳活性化教室」

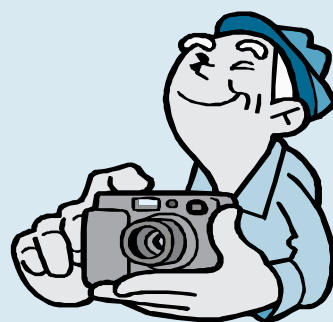
認知症予防のために懐かしい歌を思い出しながら一緒に歌ったり、手先を使った体験講座で想像力をひきだす教室です。

どちらの教室も原則65歳以上の方が対象となります。来年度4月からの受講生を募集します。詳しくは保健衛生だよりをご覧ください。

地域包括 かわらばん



問 地域包括
支援センター
☎ 43-3201



ぜひこの機会にお出かけ達人になりましょう!!



関ヶ原病院からのお知らせ

ビスフォスフォネート系薬剤が原因となって発症する顎骨壊死について

私たちは毎月発売される新薬によって恩恵を受けると同時にその副作用も甘受しなければなりません。今回は骨粗鬆症の治療に使用されるビスフォスフォネート系薬剤による副作用について書かせていただきます。

ビスフォスフォネート系薬剤は主に骨粗鬆症や悪性腫瘍の骨転移の予防、治療に使用される薬剤です。

最近、私が所属しております歯科医師会、口腔外科学会や口腔インプラント学会で「ビスフォスフォネート系薬剤が原因となって発症する顎骨壊死」が問題となっております。この病変が発現するのは顎骨のみで、この範囲の治療は歯科医が行う機会が多いからです。

「ビスフォスフォネート系薬剤が原因となって発症する顎骨壊死」は骨粗鬆症などの治療のためにビスフォスフォネートを内服中の患者様の口腔内に疼痛と感染を伴う持続性の骨露出、顎が重い感じやしびれ、歯肉の腫脹、排膿、歯の動揺といった症状が発現する疾患で、症状が進行すると顎骨が骨折する場合があります。自然に発症することもありますし、拔牙や歯周治療などを契機に発症する事もあります。

治療は、一般的には手術や抗菌剤の投与により行います。しかし、未だ有効な治療法が確立されていませんし、きわめて難治性と言われております。

したがって、これから骨粗鬆症の治療のために内服される方は「ビスフォスフォネート系薬剤が原因となって発症する顎骨壊死」に罹らない様に、文末に記載されているようなビスフォスフォネート系薬剤を内服開始する前に、歯周病の治療、虫歯の治療、拔牙、義歯の作製、調整などを受けておきましょう。

また、内服中の方は歯科医による骨露出の有無のチェックとX線診査を3ヶ月毎に受けましょう。もし、拔牙がどうしても必要になった場合は、ビスフォスフォネート系薬剤を処方された先生と相談の上、少なくとも3ヶ月間は服用を中止し、拔牙後も1ヶ月服用を中止しましょう。

歯科口腔外科 部長 佐木宏吉

(なお本文は「ビスフォスフォネート系薬剤と骨壊死 ～臨床病態と治療ガイドライン2008～：社団法人日本口腔外科学会」に準拠しました。)

国内で販売されているビスフォスフォネート内服薬：ダイドロネル、フォサマック、ボナロン、アクトネル、ベネット。

大腿骨頸部骨折について

大腿骨頸部骨折とは、太もものつけ根の骨折のことを言いますが、とても深刻な骨折です。ほとんどの場合に手術が必要になりますが、手術がうまくいった場合でも、寝たきりや介護が必要な状態になることも珍しくありません。そればかりか命にかかわることも多く、この骨折を起こした人の平均余命は短くなることが知られています。

大腿骨頸部骨折は女性に多く、70才を超えると急激に数が増え、80才代でピークとなります。骨粗しょう症の人が転倒して受傷することが多く、季節としては冬場が最も多くなります。とはいえ、雪や氷で足を滑らせて転ぶのが原因であることは必ずしも多くなく、屋内での転倒が実は最も多いのです。空気が乾燥して足が滑りやすいのも原因のひとつと考えられています。

夜間、トイレに行こうとして転倒し骨折するケースが目立ちます。特に睡眠薬や安定剤を服用している場合は転びやすいことがわかっており、注意が必要です。

重要なのは転倒予防対策です。屋内の段差、特に寝室からトイレまでの間の段差をなくすこと、手すりをつけることなど心がけましょう。外出時は“ちょっとそこまで”であっても、きちんと杖や押し車を使いましょう。まさに“転ばぬ先の杖”です。

きちんと骨粗しょう症を治療することにより、骨折が約半分減るといわれています。検診を積極的に受けましょう。特に今まで骨折したことのある人、タバコを吸う人、両親が大腿骨頸部骨折を起こしたことのある人、毎日1.5合以上のお酒を飲む人などは骨折しやすいので要注意です。

カルシウムをしっかり取ることも大事ですが、日本人では全年代でカルシウム摂取量が不足していることが知られています。若いうち、特に成長期に十分に骨を増やしておくことが大切です。家族みんなでカルシウム摂取量を増やす工夫をしましょう。

インターネットで乳製品を扱う会社のホームページを探すと、カルシウムを摂るのに適したいろいろな料理法が紹介されていて便利です。

整形外科 副部長 久島泰仁

春の全国火災予防運動

「火のしまつ 君がしなくて 誰がする」をスローガンに3月1日から7日までの1週間、全国火災予防運動が実施されます。まだまだ寒さが残り、家庭や職場でストーブ等の暖房器具など火を使用する機会が多く、また、空気が乾燥し、ちょっとした不注意から火災が発生しやすくなります。火の取扱には十分注意し、火の用心を心がけましょう。

住宅防火 命を守る7つのポイント 3つの習慣・4つの対策

火災における出火原因のほとんどが不注意からで、ちょっと注意をしていれば防ぐことができるものばかりです。

3つの習慣

- ・寝たばこは絶対やめる。
- ・ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。



4つの対策

- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具や衣類からの火災を防ぐために防炎製品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- ・お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

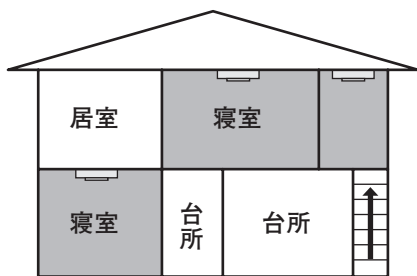
住宅用火災警報器について

平成21年1月7日に世田谷区北烏山において住宅火災が発生し、4名の方が逃げ遅れて亡くられました。

この時期は空気が乾燥しているため、小さな火が一気に燃え広がり大変危険です。また火災発生時に大切な命を守るためには、「早期発見」がとても重要です。火災により発生する煙や熱で火災発生を警報音等で早期にお知らせする住宅用火災警報器を設置しましょう。



▲住宅用火災警報器
(煙感知器)



□ 住宅用火災警報器を示す

設置場所

住宅用火災警報器の取り付け場所は寝室です。2階に寝室がある場合は階段にも取り付けます。(2階建て、寝室が1階だけならば、階段、廊下等に取り付ける必要はありません。)

※寝室とは寝る所として使用する部屋のことです。(リビングや子供部屋で寝ている場合も含む。)

不適正な訪問販売

「消防署の方から来ました」と消防職員をいつわるケース。

作業服や消防の制服に似た服装で訪れ、「消防署の方から来ました」と消防署の名をかたる訪問販売もあります。「法律により、住宅用火災警報器の設置が義務になりました」と言って取り付け、高額な代金を要求します。

ポイント

- ・消防職員が住宅用火災警報器の訪問販売を行うことはありません。
- ・消防署の人かどうか身分がわかるものを提示してもらうこと。
- ・自分の家にはどの箇所に設置する必要があるのかをあらかじめ調べておくこと。

住宅用火災警報器は、平成23年5月31日までに、既存の住宅においても設置が義務付けられます(新築、改築する住宅は平成18年6月1日から義務付けられています)。

問 不破消防組合 西消防署 ☎ 43-0119

岐阜県子育て家庭応援キャンペーン事業

「ぎふっこカード」が、県内在住の 18歳未満のお子さんがある全世帯に 一律配布されます!!

また、新たに妊娠中の方も「ぎふっこカード」の対象となりました。



■「ぎふっこカード」ってなに？

岐阜県が少子化対策の一環として取り組む「子育て家庭応援キャンペーン事業（ぎふっこカード）」は、キャンペーン事業に参加いただいている店舗等で「ぎふっこカード」を見せると、買い物の割引やスタンプポイントの加算などの「特典」が受けられたり、買い物中にベビーカーおよび幼児用椅子の無料貸出、ミルク用のお湯の提供などの「応援」が受けられる仕組みです。

■ぎふっこカードの配布の方法

- ・お子さんの幼稚園、保育園、小・中・高等学校等を通じて配布します（平成20年度のみ2月配布済み）。
- ・お子さんが未就学児の場合は、出生届時、母子検診時、各種予防接種時、各種相談の開催時に配布を実施します。
- ・関ヶ原町役場（住民課）やすらぎ健康増進センターまたは西濃振興局・振興課でも受け取れます。

■カードの配布対象となる方

- ・県内に在住する18歳未満のお子さんがある世帯
※カードはお子さんが18歳になって最初に迎える3月31日までは有効です。
- ・妊娠中の方がいる世帯

■特典・応援内容の確認

参加店舗の名称、所在地、特典・応援内容については、参加店舗に掲示されたステッカー若しくはキャンペーン事業のホームページで確認できます。

<http://www.pref.gifu.lg.jp/pref//s11121/campaign/>

問 役場 住民課 〒503-1592 関ヶ原町関ヶ原894-58 ☎ 43-1111（内線161）

問 西濃振興局 振興課 〒503-0838 大垣市江崎町422-3

問 県総合政策課 〒500-8570 岐阜市藪田南2-1-1 ☎ 058-272-1111（内線2061）

裁判員制度の本格施行を控えて ～裁判員裁判の審理について～

いよいよ今年の5月21日から、裁判員制度が始まります。

ただ、「裁判ってどんなふうに進んでいくんだろう…」と思っている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

そこで、今回は、裁判員裁判の法廷で行われる「審理」についてお伝えします。

裁判員裁判の法廷で行われる審理の流れは、次のとおりです。

1 冒頭手続

冒頭手続では、まず、裁判長が被告人の氏名等を確認し（人定質問）、検察官が起訴状を朗読します（起訴状朗読）。

次に、裁判長が、被告人に話したくないことは話さなくてもいいことなどを説明し（黙秘権等の告知）、被告人・弁護人が起訴状に書かれている事実について、言い分を述べます（罪状認否）。

2 証拠調べ手続

証拠調べ手続では、まず、検察官が証拠によって証明しようとする具体的な事実関係を主張し、弁護人も被告人の立場から、具体的な事実関係を主張します（検察官・弁護人の冒頭陳述）。

次に、事件に関係する証拠物や証拠書類、証人を取り調べます。被告人からも話を聞きます（証拠の取調べ）。

3 弁論手続

弁論手続では、検察官が事件についての意見と、被告人に与えるべきと考える刑を述べ（論告・求刑）、最後に、弁護人や被告人が事件についての意見を述べます（弁論・最終陳述）。

裁判員制度についての情報は、裁判員制度ウェブサイト（<http://www.saibanin.courts.go.jp/>）にも掲載されています。

ぜひご覧ください！

ご存知
ですか？

国民年金保険料は、 退職(失業)による特例免除があります!!

こんなにある特例免除のメリット!まずは申請を!!

メリット1 保険料を一部納付したのと同じ!

免除期間の年金額の計算は、保険料が納付された場合と比較して3分の1となります。

メリット2 万が一の際にも確かな保障!

病気や事故で障がいが残ったときの障害年金や、一家の働き手が亡くなったときの遺族年金など、免除承認期間については支給対象の期間とされます。

メリット3 本人所得を除外して審査!

特例免除とは、通常であれば審査の対象となる本人所得を除外して審査を行い、保険料の納付が免除されるものです。(配偶者、世帯主に一定以上の所得があるときは保険料免除が認められない場合があります。)

手続き

特例免除は、申請する年度又は前年度において退職(失業)の事実がある場合に対象となります。

保険料免除の申請は、住民票のある市区町村役場へ「国民年金保険料免除申請書」を提出(郵送可)してください。(申請書は市町村役場、又は社会保険事務所にございます。)また、この特例免除については、配偶者・世帯主が退職された場合にも対象となります。

手続きに必要なもの

- ①年金手帳または基礎年金番号がわかるもの(納付書等)
- ②認め印(本人が署名する場合は不要)
- ③失業していることを確認できる公的機関の証明の写し(雇用保険受給資格者証、離職票等)

追納のおすすめ

国民年金には、追納という制度があり、10年以内なら免除を受けた期間の保険料を納めることができます。追納をされることにより、老齢基礎年金の年金額に算入されます。また、免除が承認された期間の翌年度から起算して3年度目以降は、当時の保険料に加算金がつきますので、お早めに行われることをおすすめします。

「ねんきん特別便」のご回答はお済みですか

～すべての年金受給者・加入者の方からのご回答をお願いします～

お送りした「ねんきん特別便」について、年金加入記録に記載漏れや誤りが十分を確認した上で、「もれ」や「間違い」がある場合も、ない場合も必ずご回答をお願いいたします。

※「ねんきん特別便」を紛失された方には、お電話でお申し込みいただければ加入履歴など必要な書類を改めてお送りいたします。

※ご回答の方法は、「ねんきん特別便」に同封されているリーフレットや社会保険庁ホームページの「ねんきん特別便コーナー」でもご案内しています。

※平成20年3月までに青色の封筒で「ねんきん特別便」が届いた方は、年金記録にもれがある可能性が高い方です。

- ・まず、「ねんきん特別便専用ダイヤル」にお電話ください。
- ・結びつく可能性のある記録についての具体的な情報を提供します。

○平成8年以前に旧姓で年金に加入していた方はご注意願います。

結婚等により氏名を変更されている方の記録が、いわゆる持ち主不明であった「5000万件」の記録の中に多数存在することが見込まれています。

○まわりの方にも呼びかけてください。

ご家族の方などに届いた「ねんきん特別便」について、過去の職歴をご一緒に記憶をたどってみるなど、多くの方からご回答をいただけるよう、ご協力をお願いします。

☎ ねんきん特別便専用ダイヤル ☎ 0570-058-555

受付時間 ・月～金曜日：午前9時～午後8時まで

・第2土曜日：午前9時～午後5時まで

レジ袋有料化協力店舗拡大

4月1日より24店舗スタート

地球温暖化防止及びごみ減量化推進のために、関ヶ原町内の3店舗（(株)イシキ ドラッグストアーイシイ関ヶ原店・(株)スギ薬局 関ヶ原店・(有)八百清商店 関ヶ原店）において12月1日からレジ袋の有料化がスタート（無料配布が中止）されました。

この3店舗に引き続き、4月1日より次の24店舗においても有料化が開始されますので、お買い物をされる場合は、マイバックやマイバスケットを必ずご持参下さい。

レジ袋無料配布中止の取組に対する積極的な支援は「未来の子供たちにより良い環境を残す」ために取り組まなければならない責務です。

4月1日 レジ袋有料化実施店舗（24店舗）

- (中 町) 魚しげ、高木精肉店、(有)中野薬局
- (西 町) 北村電化センター、関ヶ原病院売店、浅野屋米店、桐山せんべい本舗
- (公 門) 石玉屋支店、コロツケ屋駅前店、(株)二見屋、不破電気商会、洋品のやまだや、小松屋、フードショップおきそ、山本酒店、松野屋
- (陣場野) 高木米穀店、田中商店、田中洋服店
- (小 池) 三輪薬局小池店
- (小 関) 西村商店
- (緑ヶ丘) 肉の村木
- (今 須) 小畑商店、伊田商店



有害鳥獣の捕獲のためのご理解とご協力をお願いします



問 役場 産業建設課
☎ 43-3054

イノシシ、シカなどの農作物被害対策のため、町では電牧柵等の設置に対して助成金を交付し、自己防除をお願いしておりますが、被害の多い地域に対しては、地元猟友会の協力を得て編成した有害鳥獣捕獲隊による駆除を実施しています。

今までも、捕獲隊による日々の努力で捕獲する頭数は、年々増えてきていますが、農作物等の被害は収まりません。今年度につきましては、「わな」の設置箇所を大幅に増やすなどの特別対策を実施し、駆除隊の方には朝早くから「わな」の確認や「わな」の補修を行ってもらっています。そのため昨年は、次のように捕獲頭数が大幅に増えまし

た。なお、「わな」の設置には、土地所有者のご理解とご協力が不可欠となります。また、危険ですので「わな」には近寄らないでください。

今後も農作物被害対策防止などのための有害鳥獣駆除の円滑な実施と危険防止にご理解とご協力をお願いします。

年	シカ	イノシシ
17	16	26
18	37	65
19	45	46
20	101	43

ごみ排出量 平成21年1月分

品目	21年1月の排出量	20年1月の排出量	比較
燃やせるごみ	88.56 t	89.03 t	0.5%減
プラスチック類	10.24 t	10.94 t	6.4%減
燃やせないごみ	12.09 t	12.73 t	5.0%減

*昨年に比べ全ての品目で量が減少しています。引き続き、ごみの減量化にお努めください。



関ヶ原ふれあいセンターからの

お知らせ

おはなし原っぱ

ふれあい図書館内おはなしコーナーにて、ボランティアの方と職員による読み聞かせ会を開催しています。どなたでも参加できます。

3月14日（土）午前10時30分～午前11時00分
担当：読書サークル

- ★はなをほじほじいいきもち
- ★ぶたのたね

3月28日（土）午前10時30分～午前11時00分
担当：司書

- ★まどのそとのそのまたむこう
- ★ラチとらいおん



不要本募集 のお知らせ



4月25日（土）から5月6日（水）まで、『本のリサイクル市』の開催を予定しています。それに先立ちご家庭で不要になりました本を募集します。開催日まで、ふれあい図書館のカウンターまでお持ちください。あなたの本に読み手を！ご協力お願いします。

〈収集する本〉

- ☆子どもが大きくなって使わなくなった本
- ☆捨てられずにためてある本
- ☆読み終わったマンガ本・ベストセラー本など

※百科事典、問題集、学習参考書は除外とします。

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

ウッドバーニング教室～焼き絵を体験しよう！～

日 時 3月29日（日）午後1時30分～午後3時30分
講 師 小倉大門さん（焼き絵工房）
定 員 15名 小学3年生以上、親子で参加ください。
大人のみでも可

材料費 700円

持ち物 鉛筆、消しゴム

下絵（こちらで数点用意しますが、オリジナルの作品を作りたい方は高さ12cm×幅18cmに入る絵を描いてきてください。絵はできるだけ単純なものにしてください。）

内 容 木板に電熱ペンを使って絵を描きます。

ギャラリー

ウッドバーニング展～心やすらぐ焼き絵の世界！～

出 展 小倉大門さん（焼き絵工房）

期 間 2月3日（火）～3月29日（日）

3月

大垣7～7ルテレビ

番組のお知らせ

OCT情報交差点

◇火～日 午後6時～他
西濃地方のニュースや出来事を1週間まとめて放送します。

小学校 中学校 卒業式

◇11日 午後8時30分～他
関ヶ原中学校
◇26日 午後9時～他
関ヶ原町立 北小学校

ぷらっと

◇火～日 午後6時37分～他
OCTのエリア内をリポーターがぷらっと歩く、なりゆきまかせバラエティー。

げんきはなまる

◇火～日 午後6時46分～他
子どもたちが、元気に歌やおどりを見せてくれます。

TVギャラリー

◇毎日 午後9時58分～他
地域の皆さんの力作を紹介します。

取り壊された家屋の固定資産税について

問 役場 税務課

☎ 43-3051

家屋の固定資産税は、毎年1月1日に存在している家屋に課税されるため、平成21年2月に取り壊された家屋は、平成21年度も課税されることとなります。

なお、取り壊された家屋がある場合は、税務課へ届け出をしてください。届け出がない場合、次年度も課税される場合がありますので、ご注意ください。

教育委員会からのお知らせ

問 役場 社会教育課

☎ 43-1289

関ヶ原町教育委員会では、サークル活動・各種講座・スポーツ等に関する情報提供・相談を行っています。お気軽にご相談ください。また関ヶ原町生涯学習（講座）ガイドブックに新たに掲載希望の団体は3月11日（水）までに教育委員会までお申し込みください。

養老ドリームパークを一般公開します

問 養老ドリームパーク

☎ 37-2023

この度、養老ドリームパーク（清掃センター、リサイクルセンター）が完成しました。これにともない、ごみ処理施設へのご理解を深めていただくため一般公開します。

日時 3月14日（土）・15日（日）

午前9時～午後4時

場所 養老ドリームパーク

※お申し込みは必要ありません。直接、養老ドリームパークへお越しください。

※またリサイクルできる資源物（ビン・カン・ペットボトル・雑誌、新聞紙、ダンボール）がありましたら、当日お持ち頂くことも可能です。

所得税の確定申告・住民税の申告は 3月16日（月）までに！

問 役場 税務課

☎ 43-3051

今年も2月16日から所得税・住民税の申告相談を行っておりますが、町での所得税確定申告書受付は、3月16日までとなっております。（それ以降は、大垣税務署での受付となります。）

申告の日程及び会場のお知らせは、広報せきがはら2月号に掲載しておりますので、お忘れのないようお出かけください。また、お住まいの地区の割当日に都合が悪い方は、ほかの日でも申告することができます。

※障害者控除について

身体障害者手帳をとられていなくても、精神または身体に障害のある65歳以上の方で、町長が認定した場合は、税法上の障害者控除を受けることができます。その場合は、本人もしくは扶養者の申請が必要となりますので、詳しくは役場 住民課（☎ 43-1113）までお尋ねください。

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
1月 799人

自衛隊幹部候補生募集

■幹部候補生とは、陸・海・空自衛隊の中核を担う人材を養成するコースです。

■約1年間の教育を終了すると3尉（幹部）に任官します。

■受付期間

平成21年4月1日から5月12日（締切日必着）

■応募資格

○一般・技術幹部候補生

日本国籍を有し、平成22年4月1日現在、22歳以上26歳未満の男女（20歳以上22歳未満の者は大卒（見込含む））

（大学院修士取得者は28歳未満）

○歯科・薬剤科幹部候補生

日本国籍を有し、平成22年4月1日現在、20歳以上30歳未満の男女で専門の大学卒業者（見込含む）

薬剤科は20歳以上26歳未満の者（薬剤修士取得者は28歳未満）

■試験

第1次試験

試験期日：5月16日、17日

（17日は飛行要員のみ）

試験場 受付時にお知らせします。

問 防衛省 自衛隊岐阜地方協力本部
大垣地域事務所

大垣市林町5丁目18番地

（大垣駅北口光栄ビル2F）

☎ 73-1150

🌐 <http://www.mod.go.jp/pco/gifu/>

国民健康保険被保険者証の更新について

～国民健康保険被保険者の皆さまへ～

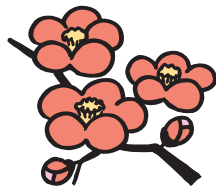
問 役場 住民課 国民健康保険係

☎ 43-1113

現在、皆さんにご利用いただいている国民健康保険被保険者証の有効期限は平成21年3月31日までです。

新しい被保険者証を3月中旬から郵送します。現在お使いの被保険者証は、4月1日以降使えませんが、役場住民課までお返しただくか、各自で確実に破棄してください。

詳しくは、住民課国民健康保険係へお問い合わせください。



★笹尾	★陣場野	★小池	★貝戸	住所
山田	高木	水野	中井	名 あかちゃんの前
紘陸 <small>ひろむ</small>	萌衣 <small>めい</small>	友葵 <small>ともき</small>	勇太 <small>ゆうた</small>	お父さん
加濑 <small>か</small>	美浩	将美 <small>まさみ</small>	久留美	お母さん

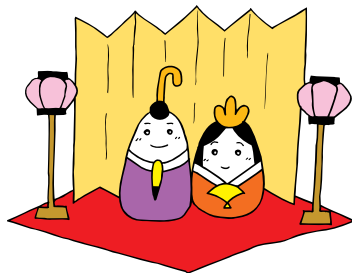


出生
おめでとうございます

戸籍の窓

平成21年 1月16日から
平成21年 2月15日までの
受付分(敬称略)

3月10日(火) 眼科
関ヶ原病院休診のお知らせ



公門五	門前	貝戸	祖父谷	住所
渡邊 武次	山田 い志ゑ	吉村 キヨ	谷口 松雄	氏名
80歳	97歳	96歳	82歳	

死亡
つしんでおくやみ
申し上げます

●国保 関ヶ原病院の外来診察と担当医師 (平成21年 3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	安藤	瀬古	森島	瀬古	瀬古	瀬古
	二診		桐井	安藤	森島	桐井	森島
	三診						
	五診	斎藤		1・3 鮎(呼吸器外来)	斎藤	斎藤10:00~	
	初診	桐井	中村	瀬古	中村	森島	安藤
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	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	徳住		毎週月曜日(午前) ※月曜日が祭日の場合は火曜日			
泌尿器科	午前	徳永	徳永	徳永	徳永	徳永	徳永
	午後	手術・検査	手術・検査		検査	手術・検査	
整形外科	一診	久島	楊	久島	楊	楊	久島
	二診		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	澤田	堀			1・3・5 小森 2・4 小國
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	佐木		病棟住診・手術	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。)
 ※透析患者さんの回診等のため、泌尿器科の診察は午前9時30分開始となります。
 ※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)
 ※整形外科二診(火・木・金)の診察は午前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。

人口と世帯

平成21年2月1日現在

人口 8,495人 (-17人)

男 4,182人 (-5人)

女 4,313人 (-12人)

世帯数 2,862世帯 (-1世帯)

●消防署 平成21年1月分

◎救急

	出動件数		搬送人員	
	今月	累計	今月	累計
交通	2	2	2	2
一般負傷	5	5	5	5
急病人	19	19	18	18
その他	5	5	5	5
計	31	31	30	30

◎火災

	件数		損害額(千円)	
	今月	累計	今月	累計
建物	0	0	0	0
車両	0	0	0	0
林野	0	0	0	0
その他	0	0	0	0
計	0	0	0	0

◎火災時における災害情報はテレホンサービス TEL 24-1090