

市民の誓い 私たちは水を生かし 緑を広げ 安全に努め 心を育て 助け合います

<人口>

男	79,050	(-7)
女	83,340	(+2)
計	162,390	(-5)

<世帯数>

	64,232	(+18)
2月1日現在 ()は前月比		

俳句で“はっけよい”



東西俳句相撲 開かれる

小中学生の部の横綱決定戦

2月21日、自慢の俳句を詠んで対戦する「東西俳句相撲」が、総合福祉会館で開かれました。

これは、俳句の発表を相撲に見立てて行われるもので、今年の一部内容をリニューアルして開催。当日は、市内外から応募のあった2人1組240チームのうち、書類選考を勝ち抜いた32組が、小中学生の部と高校生以上の一般の部に分かれて、トーナメント方式で対戦しました。

熱戦を繰り広げるチームのなかには、俳句を詠みながら小道具を使ったり身振りを交えたりして表現する出場者もいて、会場を一層盛り上げていました。

審査には、対戦を見守る観戦者も参加し、各部門それぞれに「横綱」を決定。今回も、若者の感性が光る俳句や、何気ない日

常を巧みに詠んだ作品が多くあり、お互いの健闘をたたえながら各賞の表彰が行われ、大会は幕を閉じました。

市議会一般質問 録画放送を開始します

大垣市議会では、市民の皆さんに議会活動への理解を深めていただくため、平成28年第1回定例会(3月2日開会)から、大垣ケーブルテレビ(11ch)による一般質問の録画放送を開始します。

放送日は、一般質問が行われた週の土日を予定しており、3月は次のとおりです。

*放送日/3月12日(土)午後6時～、13日(日)午前9時～、14日(月)午後6時～ ※同じ内容が3回放送されることになります

詳しくは、議事調査課(☎47-8073)へ。

北中学生も“はっけよい”!?

「ふるさと大垣科」で俳句づくり

今年の「東西俳句相撲」に、市内の小中学校の中で最多の158人が応募した北中学校。同校では、今年度から始まったふるさと大垣科で、1年生の俳句づくりの授業に、俳句相撲を取り入れていました=写真=。

楽しく俳句を学んでほしいと企画されたもので、自筆の一句を黒板に貼って、クラスごとに全員が発表。交代で審判役もつとめました。

また、2年生では、各クラスで句会を開いて、お互いに俳句を披露。こうした取り組みの中、生徒たちは言葉の選び方に敏感になり、俳句づくりの面白さを感じていった様子でした。

東西俳句相撲には、3チームが出場したほか、5人の句が優秀句に選ばれて当日表彰されました。



拍子木の音を響かせる元呼び出しの琴二さん

3月1日号 主な内容

- ▶市・県民税の申告受付、無料可燃ごみ処理券の配布など …2～3P
- ▶市営住宅の入居者募集、市民委員の募集、普通救命講習など …4～5P
- ▶特集「東日本大震災から5年～忘れてはいけない記憶」 …6～7P
- ▶ランチタイムロビーコンサート、奥の細道むすびの地記念館企画展、スポーツ講演会など …8～9P
- ▶健康ガイド …10～11P
- ▶春の花の見どころ紹介 …12P

春の全国火災予防運動

3月1～7日 全国一斉に展開

「無防備な心に火災がかくれんぼ」を統一標語に、3月1日から7日まで、春の火災予防運動が全国一斉に展開されます。

まだまだ暖房器具を使う機会が多い一方、空気が乾燥するこの季節は、火災が発生しやすい時期です。

火災予防やいざというときのために次の7項目の実践を心がけてください。

<3つの習慣>

- ◎寝たばこは、絶対やめる
- ◎ストーブは、燃えやすい物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、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を

使用する

- ◎火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する
 - ◎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
- 詳しくは、大垣消防組合消防本部予防課(☎87-1512)へ。

安心・安全のために、住宅用火災警報器を設置しましょう。いざというとき正しく作動するように、維持・管理も大切です。1年に1度は点検を行いましょう。

市・県民税の申告受付

市役所 4階大会議室で 3月15日まで

市は、市・県民税の申告受付を市役所本庁舎4階大会議室で3月15日まで（土・日曜日を除く）行っています。

受付時間は、午前8時30分から午後5時までです。なお、平成27年分所得税及び復興特別所得税の確定申告書を提出する人は、平成28年度市・県民税の申告をする必要ありません。

また、次の日程で出張受付も行います。

＜出張受付＞

◇上石津地域事務所／3月1日（火）～4日（金） 午前9時～午後4時

◇情報工房 5階スィンクホール／3月9日（水） 午前9時～午後4時

いずれの申告会場も、受付、記載（一般・収支）、税額計算の各コーナーを経て、申告書を提出します。申告がスムーズに

進むよう、次の2点にご協力ください。

- ① 昨年の控えを参考に自分で記入する自書申告
 - ② 事前に医療費領収書の計算や収支内訳書を作成
- 申告期限間近になると、会場は大変混雑します。申告書のほか、各種証明書や領収書などの必要書類を確認していただき、できるだけ早めに申告を済ませてください。

詳しくは、課税課市民税G（☎47-8179）へ。



申告会場の様子

固定資産の価格の縦覧

市内に土地や家屋を所有する人（納税者）は、固定資産の価格などの縦覧ができます。

縦覧は、納税者の皆さんが所有する市内の土地や家屋の価格について、他の土地や家屋と比較・検討していただくための制度です。

*とき／4月1日（金）～5月2日（月） 午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）

*ところ／課税課、上石津・墨俣地域事務所（各地域事務所は管内地域のみ縦覧）

*持ち物／平成28年度の納税通知書・課税明細書、運転免許証など本人確認ができるもの

*問合せ／土地については課税課土地G（☎47-8168）、家屋については同課家屋G（☎47-8178）へ

災害時や環境学習に活用

電気自動車の貸与式



電気自動車の普及を図る日産自動車㈱の事業の一環で2月21日、車両貸与式が行われました＝写真＝。

同社から無償貸与された車はワゴン型の電気自動車「e-NV200」で、貸与期間は3年間。1回の充電で190kmの走行が可能で、非常時には車内のコンセントを介して一般家庭2日分の電力も供給できます。

今後は、環境学習やイベントなどのほか、災害時などの電源設備として活用していく予定です。

ご家族全員で交通災害共済に

— 新年度の申込書は3月上旬に郵送 —

市は、平成28年度の大垣市交通災害共済の加入受付を始めます。この共済は、交通事故にあったとき、死亡の場合は100万円、傷害の場合は程度に応じて1万円から15万円までの見舞金をお支払いする相互扶助の制度です。

年度途中から加入することもできますが、年度当初からご家族全員での加入をお勧めします。



*対象／市内在住・在勤・在学の人

※4月に小学校へ新入学する児童は、入学祝いとして会費が無料になるため、加入手続きは不要

*有効期間／4月1日～平成29年3月31日

*会費／1人年額400円

*申込／3月25日までに、申込書（3月上旬に郵送）に会費を添えて、市内金融機関（ゆうちょ銀行を除く）へ ※出生や転入などによる追加人員がある場合や、3月26日以降に申し込みをする場合は、生活安全課、上石津・墨俣地域事務所、市民サービスセンターへ

*問合せ／生活安全課（☎47-7386）へ

中小企業・勤労者の皆さん ご利用ください 低利率な融資制度

市は、中小企業の皆さんの経営を支援するため、融資制度を設けています。この制度では、低い融資利率、利子の補給などの優遇措置が受けられます。

このほか、勤労者の皆さんを対象にした生活資金を融資する制度なども設けています。

いずれの融資も、市税完納が要件で、審査結果によって利用できない場合があります。

詳しくは、各金融機関または商工観光課（☎47-8596）へ。

融資種類	資金用途	融資対象者	融資条件など	
中小企業者向け融資	中小企業振興資金	市内で中小企業を営むまたは営もうとする個人・法人	限度額 利率 期間 利子補給率	5,000万円 年1.5% 10年(運転資金7年)以内 融資利率の1/2以内
	中小企業小口資金	市内で中小企業を営む個人・法人(岐阜県信用保証協会の信用保証を利用していただく必要あり)	限度額 利率 期間 利子補給率 保証料補助	1,250万円 年1.3%または1.5% 8年(運転資金5年)以内 融資利率の1/2以内 信用保証料の全額
	中小企業経済変動対策特別資金	【資金用途】運転資金 【融資要件】市内で中小企業を営む次のいずれかを満たす個人・法人 ①直近3か月の売上高が前年同期比で5%以上減少 ②直近決算で欠損が生じている ③中小企業信用保険法第2条第5項の認定者 ④東日本大震災復興緊急保証中小企業者認定要領の認定者	限度額 利率 期間 利子補給率	5,000万円 年1.15% 7年以内 融資利率の1/2以内
勤労者向け融資	勤労者生活資金	教育費、医療費、冠婚葬祭費など生活に必要な資金	限度額 利率 期間	200万円 年2.51%(固定) 5年以内 元利均等の月額償還。繰上償還やボーナス併用可
	勤労者住宅資金	市内に自ら居住する住宅の新築、増改築、購入に必要な資金	限度額 利率 期間	1,000万円 年2.36%(固定) 20年以内

無料可燃ごみ処理券を配布

市は、新年度分の無料可燃ごみ処理券（無料シール）を次のとおり配布します。今回配布するシールは黄色で、4月から使用できます。1年分を配布しますので、計画的にお使いください。

なお、今年度分の茶色のシールは、4月以降は使えませんので、ご注意ください。

詳しくは、資源対策課（☎89-9278）へ。

<配布方法>

- ◆自治会加入世帯＝自治会を通じて、3月31日までに配布します
- ◆自治会未加入世帯＝引換証（はがき）を3月中旬に郵送します。3月31日までに、環境衛生課、上石津・墨俣地域事務所、市民サービスセンター、上石津地域の各支所で引き換えてください

<配布枚数（1年分）>

- ◆1人世帯＝80枚
- ◆2・3人世帯＝90枚
- ◆4・5人世帯＝120枚
- ◆6・7人世帯＝130枚
- ◆8人以上世帯＝140枚



28年度は黄色

原付・軽自動車などの 異動手続きと減免申請

軽自動車税は、4月1日現在の原動機付自転車・小型特殊自動車・軽自動車・二輪の小型自動車の所有者に課税されます。譲渡、廃車、盗難などの場合は、3月中に異動手続きをしてください。

また、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳などの交付を受け、市または県の定める一定の要件を満たしている人には、軽自動車税・自動車税の減免制度（1人につき1台のみ）があります。

軽自動車税の減免申請の受付期間は、3月1日から5月31日までです。平成27年度から継続して減免を受けられる人には、3月中旬に申請書を郵送します。

詳しくは、軽自動車税については市課税課諸税G（☎47-8143）、自動車税については県自動車税事務所（☎058-279-3781）へ。



案内

上・下水道の 利用開始・中止はお早目に

引越しなどで上・下水道の使用を開始または中止するときは、申し込みが必要です。日程が決まり次第、早めに水道課（☎71-8848、平日の午前8時30分から午後6時まで）へご連絡ください。

また、使用開始・中止する3営業日から1か月前までの期間は、市HPの「水道等開始・中止申込専用ページ」からお申し込みも可能です。



スマートフォン用



携帯電話用

赤坂総合センター廃止に ともなう貸館の停止

市は、赤坂総合センターを10月1日に廃止します。

また、廃止にともない貸館業務は9月末日をもって停止します。

詳しくは、赤坂総合センター（☎71-1111）へ。

ハンセン病患者への補償金 申請は3月31日までに

国は、過去にハンセン病にかかったことがある人に対し補償金（一時和解金）を支払っています（既に亡くなられた人も対象）。

申請手続きの期限は3月31日までです。訴訟の手続きが必要ですので、余裕をもってご相談ください。

詳しくは、厚生労働省難病対策課（☎03-5253-1111）へ。

宝くじの助成を 受けました

（財）自治総合センターは、住民が行うコミュニティ活動を対象に、宝くじ受託収入を財源とした「コミュニティ助成」を行っています。

今年度、市内では、笠木町自治会が行った机やイスなどの整備に対し助成を受けました。

詳しくは、まちづくり推進課（☎47-8543）へ。



市は、国民健康保険の新しい被保険者証（保険証）を3月中旬に簡易書留で郵送します。

なお、年度途中で後期高齢者医療制度へ移行する人や退職者医療制度の対象から外れる人がいる世帯は、保険証の有効期限が通常の平成29年3月31日より早くなっています。その場合は、有効期限までに新しい保険証を送ります。

なお、世帯主が国民健康保険に加入していなくても、保険証には世帯主の氏名が記載されます。

詳しくは、窓口サービス課国民健康保険G（☎47-8132）へ。



新しい保険証を郵送

国民健康保険

小学校入学者 中学校卒業生 子ども医療費受給者証を郵送

市は、高校生世代まで医療費の自己負担分が無料になる「子ども医療費助成制度」の更新対象者に、新しい受給者証を3月下旬に郵送します。

詳しくは、窓口サービス課福祉医療・後期医療G（☎47-8140）へ。



更新対象者	受給者証
4月に小学校に入学する子	小・中学生用 ※中学3年生まで有効
3月に中学校を卒業する子	高校生世代用 ※高校3年生相当まで有効

ラジオ・テレビ 広報番組案内

3 Mar

- ▶東海ラジオ「マイタウン情報」
23日/15:00～【すのまた桜まつり】
- ▶ぎふチャンラジオ「大垣市の時間」
毎週木曜/9:40～
3日/春の火災予防運動、10日/東日本大震災から5年、17日/守屋多々志美術館企画展、24日/すのまた桜まつり、31日/春の芭蕉祭
- ▶エフエム岐阜「子育てパラダイス」
毎週火曜/8:45～
- ▶エフエム岐阜「大垣カフェタイム」
毎週土曜/9:19～

▶ぎふチャン「あなたの街から大垣市」〈地上デジタル8ch〉

17日/18:00～

【月イチ日曜は商店街がアツイ!】

駅通りを中心に毎月1回行われる「元気ハツラツ市」の様子など、にぎわいを見せる中心市街地の取り組みを紹介

▶大垣ケーブルテレビ「水都ピア通信おোগき」〈チャンネルOCT〉

月/15:45～、火/13:45～、水/19:30～、木/21:30～、金/17:45～、土/23:45～、日/14:45～

【ぶらり墨俣春めぐり】

見どころ満載の春の墨俣。「つりびな小町めぐり」や景観遺産などの散策スポットを紹介

市営住宅の入居者(定期・随時)募集

〈定期募集〉 ※平成28年4月下旬入居予定

*申込/3月1~15日の平日に、岐阜県住宅供給公社で配布の申込書に必要書類を添えて、同公社(☎47-8192、ソフトピアジャパンエリア内「ワークショップ24」6階)へ持参

団地名	構造・間取り	住宅設備		家賃 ※入居者の収入によって変動	戸数
		便所	浴槽		
鶴見団地	5階建の1階・3DK	水洗	有	17,100~33,700円	1戸
和合団地	3階建の2階・3DK	水洗	有	25,700~50,500円	1戸
江並団地	4階建の1階・3DK	水洗	有	10,200~20,100円	1戸
外瀬団地	5階建の1階・3DK	水洗	有	13,400~26,400円	1戸

〈随時募集〉

右表の市営住宅は、定員数に達するまで、随時募集しています。

団地名	戸数
和合団地	2階建4戸、3階建1戸、身体障がい者用1戸
荒尾団地	2階建3戸
椿町団地	2階建・3階建各1戸



国民健康保険料徴収嘱託員

市は、国民健康保険料徴収嘱託員を募集します。

- *応募資格/夜間・休日も業務に従事できる30歳以上62歳未満(平成28年4月1日現在)の人
- *募集人数/2人
- *雇用期間/4月1日~
- *業務内容/国民健康保険料な

どの徴収や届け出・申請などを取り扱う

- *報酬/基本報酬(月額7万円)と能率報酬など(徴収金額に乗じる)を合計した額
- *応募方法/3月15日までに、履歴書・身元保証書を直接、窓口サービス課国民健康保険G(☎47-8132)へ

青年国際交流事業の参加者

内閣府は、平成28年度に実施する青年国際交流事業の参加者を募集します。

- *募集事業/①国際青年育成交流 ②日本・中国青年親善交流 ③日本・韓国青年親善交流 ④東南アジア青年の船 ⑤次世代グローバルリーダー事業 ⑥地域課題対応人材育成事業
- *申込締切/3月25日
- *問合せ/内閣府青年国際交流担当(☎03-6257-1434)または、県私学振興・青少年課(☎058-272-8238)へ



青年ニューヨーク遊学支援2016の参加者

県青少年育成県民会議は、平成28年度に実施する「青年ニューヨーク遊学支援2016」の参加者を募集しています。

- *応募資格/県内在住・在勤・在学または岐阜県出身者で、昭和60年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人(高校生を除く)
- *申込締切/5月6日
- *問合せ/同団体(☎058-268-0302)へ

幹部候補生・技術(海上・航空)幹部

防衛省は、一般幹部候補生などを下表のとおり募集します。

募集種目	応募資格	受付期間
幹部候補生	大卒 22歳以上26歳未満	3/1~5/6
	院卒 20歳以上28歳未満で修士課程修了者等(見込みを含む)	
技術(海上・航空)幹部	海上 大卒で38歳未満	4/22~5/13
	航空 大卒で45歳未満	

詳しくは、自衛隊岐阜地方協力本部HPをご覧ください。同本部大垣地域事務所(林町5-18 光和ビル2階、☎73-1150)へ。

気軽に農業体験!!

南一色ふれあい農園の利用者を募集

市は、農産物を作る喜びや食べる楽しみを体験することができる「南一色ふれあい農園」の利用者を募集します。

- *対象/市内在住・在勤の人、市内所在の団体
- *ところ/南一色町地内(杭瀬川の河川区域内)
- *募集数/22区画程度(抽選・1区画約20~50㎡) ※1家族・団体1区画まで
- *利用料/1㎡あたり年間100円
- *応募方法/3月20日(消印有効)までに、はがきに住所・氏名(団体名)・職業・電話番号を記入し、都市施設課(〒503-8601 丸の内2-29、☎47-8419)へ



市民委員の募集

市教育委員会は、「留守家庭児童教室運営委員会」と「社会教育委員の会」の市民委員を募集します。任期はいずれも5月1日から2年間です。

詳しくは、社会教育スポーツ課(☎47-8063)へ。

①留守家庭児童教室運営委員会

- ▷対象/市内在住の18歳以上(5月1日現在)の人で、国・地方公共団体の議員や常勤の公務員ではない人
- ▷活動内容/留守家庭児童教室の運営について、意見や提言を行う ※年2回程度
- ▷募集人員/2人以内



②社会教育委員の会

- ▷対象/市内在住の20歳以上(5月1日現在)の人で、国・地方公共団体の議員や常勤の公務員ではない人
- ▷活動内容/社会教育の振興について意見や提言を行う ※年6回程度
- ▷募集人数/1人

【応募方法】

3月18日(消印有効)までに、社会教育スポーツ課で配布の応募用紙(市HPからダウンロード可)に必要事項を記入し、①は「留守家庭児童教室のあり方」、②は応募動機と「社会教育の振興」をテーマにした意見・提言など(400字程度、様式自由)を添えて同課(〒503-0888丸の内2-55、☎81-0715、e-mail: seas@city.ogaki.lg.jp)へ。

「広報おおがき」に
広告を掲載しませんか!!

- 掲載位置/毎月1日号または15日号の12面下段
- 広告の規格/縦59mm×横116mm(カラー印刷)
- 募集枠/8枠(各号4枠)
※応募多数の場合は、①市内事業者の申込、②掲載期間が長い申込の順で優先。優先順位も等しい場合は、抽選
- 応募方法/3月31日(消印有効)までに、秘書広報課で配布の申込書(市HPからダウンロード可)に必要事項を記入し、広告案・市税完納証明書・法人登記事項証明書を添えて、同課広報G(〒503-8601 丸の内2-29、☎47-7376)へ



掲載期間	1枠(月額)	総額
5月~10月(6か月間)	30,000円	180,000円
5月~7月(3か月間)	35,000円	105,000円

職業訓練センター 4月入校の訓練生を募集

大垣市職業訓練センターは、4月入校の訓練生（中小企業に勤務または労災保険加入の人に限り）を募集します。

申し込みは、3月15日までに、同センター（☎89-4976）へ。ただし、定員に満たない場合は中止することがあります。

なお、受講料には教材費・テキスト代が含まれます。

◎豊科（普通課程）

*対象／豊職人を目指す高校卒業以上の人

*とき／4月～平成30年3月の2年間〈全215回〉火・金曜日の午後6時～9時30分と第2日曜日の午前9時～午後5時

*内容／学科と実技講習（訓練修了後、2級技能士受験資格取得〈学科試験免除〉）

*定員／10人

*受講料／年額15万円

◎建築施工科（短期課程）

*対象／大工の技術を一層磨きたい人

*とき／4月～平成29年3月の1年間〈全48回〉第2・4水曜日の午後7時～9時と第4日曜日の午前9時～午後5時

*内容／伝統建築工法の知識および施工技術講習



*定員／10人

*受講料／4万2,000円

◎左官施工科（短期課程）

*対象／左官の技術を一層磨きたい人

*とき／4月～平成29年3月の1年間〈全24回〉第1・3日曜日の午前9時～午後5時

*内容／1・2級技能士検定に向けた技術講習など

*定員／10人

*受講料／4万円

◎建築士受験対策科（短期課程）

*対象／2級建築士・木造建築士の取得を目指す人

*とき／4～9月の半年間〈全33回〉水曜日の午後7時～9時30分と日曜日の午前10時～午後4時

*内容／資格取得に向けた学科と設計製図講習

*定員／10人

*受講料／6万5,000円

園芸・PC・料理 教室

*日程など／下表のとおりで、原則4～10月に月1回（※は平成29年3月まで）

*ところ／西部研修センター

*申込／3月7～9日の午前9時～午後5時に、受講料を持参して、同センター（☎92-2310）へ

*備考／先着順で受け付け。定員が10人に満たない講座は中止。材料費などは別途負担

講座名	定員	曜日	時間	受講料
野菜教室	20人	第2金	13:30～15:30	2,500円
初めてのパソコン教室(第1期10回)	25人	第2・4月	9:30～11:30	3,500円
初めてのタブレット教室(4・5月6回)	17人	毎週火	9:30～11:30	3,000円
簡単でおいしいクッキング ※	40人	第2水	10:00～13:00	3,500円
パンとお菓子づくりA ※	25人	第1火	9:30～13:00	3,500円
パンとお菓子づくりB ※	25人	第3火	9:30～13:00	3,500円

情報工房

パソコン・タブレット研修

*対象／西濃地域在住または市内在勤・在学中、文字入力・マウス操作ができる人

*申込／3月23日の午後5時までに、情報工房

（☎75-7000）へ ※同工房HPから申込可

*備考／3月25日に抽選。定員に満たない講座は、申込期限以降も申込可。テキスト代は実費

コース	講座名	難易度	日程	定員	受講料
㊦	はじめてパソコン	★	4/5・12・19・26、5/10・17	6人	7,380円
㊧	はじめて文書作成Word2013	★★	4/7・14・21・28、5/12・19	6人	7,980円
㊨	はじめて表計算Excel2013	★★	4/6・13・20・27、5/11・18	6人	7,980円
㊩	シニアタブレット講座(はじめてのiPad)	★	4/8・15	6人	2,660円
㊪	みんなにアピール！オリジナル名刺作成講座	★★	4/13	8人	1,850円
㊫	パソコン初心者のためのインターネットセキュリティ&トラブル対処	★★	4/20	8人	3,700円
㊬	Excel2013で家計簿を作ろう	★★	4/12・19	8人	3,700円
㊭	Youtubeを体験しよう(ゆっくり編)	★★	4/15・22	8人	3,700円
㊮	データベース体験！はじめてのAccess2013(2日間完結編)	★★★★	4/16・23	6人	5,340円
㊯	脳を元気に！パソコンいきいきクラブ(木曜コース)	★★	4/21、5/12・26、6/9・23、7/7	6人	12,000円
㊰	おさらいサポート(過去に受講した研修の疑問などを個別に指導)	★	4/7の14:00～、4/16の10:00～、4/21の14:00～ ※各2時間	各5人	各840円

自慢の料理ご賞味あれ！



「地産地消アイデア料理コンテスト」の最終審査会が2月13日、西部研修センターで行われました。

今回は、市の特産物であるサトイモを使ったアイデア料理を募集。書類審査を通過した一般部門5人、親子部門5組がアイデア料理を実際に調理しました。

最優秀賞は「里いもしんじょあんかけ(一般部門)」=写真右上=、「さといものパウンドケーキ(親子部門)」=写真右下=に決定。これらは、チラシなどで紹介するほか、学校給食でも活用していく予定です。

一家に一人 救命者を！ 普通救命講習 I・II

大垣消防組合では、心肺蘇生法やAEDを使った実践的な応急手当ての方法を学ぶ普通救命講習を開催しています。

いざというとき、大切な人を守るために、講習会に参加してみませんか。

*とき・内容／3月12日(土) 【講習I】午前9時～正午=心肺蘇生法=写真=、自動体外式除細動器(AED)の取り扱いなど
【講習II】午前9時～午後1時=講習Iの内容に加え、知識の確認と実技の評価



*ところ／武道館3階第1会議室

*申込／3月10日までに、受講コース(IまたはII)・氏名・生年月日・性別・電話番号を大垣消防組合北消防署(☎・FAX73-2176、e-mail:kita@ogaki-syoubou.or.jp)へ

みんなで楽しむヨガ

～iPadで自分の姿を撮影しよう・腰痛予防編～

■対象／ヨガに興味・関心のある人

■とき／4月8・22日、5月13・27日〈全4回〉いずれも金曜日の午後2時～3時30分

■ところ／情報工房2階会議室4

■内容／ヨガインストラクターの西川朋子さんによるiPadを使ったヨガ講座 ※iPadは無料で貸出可

■定員／6人(先着順)

■受講料／6,480円

■申込／3月9日の午前10時から、情報工房(☎75-7000)へ





地震発生翌日の釜石市内の様子（提供：岩手県釜石市）

特集／東日本大震災から5年――

忘れてはいけな い記憶

日本中を震撼させた東日本大震災から、今年で
が経ちました。

多くの命が奪われただけでなく、自然や街や仕
無残なまでに奪ったあの日。平成28年 2月10日
で、死者・行方不明者は18,456人。建物の全壊・
は400,243戸という被害が出ています。

時間が経つにつれて当時の記憶が、少しずつ薄
つある中、今もなお苦しみと直面しながらも復興
け地道に歩み続けている人たちが数多くいます。

震災から5年という節目。あの日のことを風化
てはいけません。私たちが今できることを考え、
を生かし、備えに努めましょう。

被災者の声

震災で甚大な被害を受けた宮城県松島
町。同町と大垣市は、奥の細道ゆかりの
地という縁で結ばれています。

今回、本市で開催している観光交流物
産展にたびたび出店していただいている
杉原さんにお話を伺いました。



磯崎地区漁業組合
杉原崇さん
(宮城県松島町)

がれきに埋もれた故郷

震災が起こった時、私は、漁師仲間の家で話をしている
ところでした。揺れの大きさから、ただ事ではないと感じ、急
いで家を出る準備をして、避難しました。地震、その後の津
波の被害によって、慣れ親しんだ故郷は大量のがれきと泥に
覆われてしまいました。

生活は一転…

ライフラインは止まり、お風呂に入れず、寒い中、暖房が
つかないのが困りました。また、仕事場は壊滅的な状態に。

午前中は海のがれき処理、午後は店の復旧作業という日々
き、仕事を再開するのに、1カ月半かかりました。

たくさんの人に感謝したい

全国各地の皆さんには、復興への手助けをしてもらい、
も感謝しています。また、今では
市をはじめ、全国各地で松島漁
きなどの物産展をさせていた
いますが、皆さんに「とても
い」と食べていただけること
うれしく思っています。



大垣市で焼きがきを販売する
杉原さん

地域のつながりを大切に

震災時、備蓄品などをしっかりと蓄えておらず、近所
は食料などを分けてもらいました。また水をくめる山を
うなど、情報を共有することで、大変助かりました。

大垣市の皆さんには、備蓄品などの準備はもちろんの
普段から地域のつながりを大切にして、いざという時に
える関係を築いておいてもらいたいです。

大垣市から現地へ

職員派遣として被災地で勤務していた大垣市職員、ボランティアで被災地を
していた市内在住の女性に、お話を伺いました。

貴重な経験を業務に生かす

岩手県釜石市に職員派遣として平成26
年7月から9月まで勤務しました。担当
業務は、仮設校舎の維持管理や新築工事
の設計監理などです。

現地の状況は、自分が思っている以上
に悲惨なものでした。そのような中、た
くましく働いている現地の職員の姿に、

ものすごく勇気をもらいました。3カ月という短い期間
でしたが、被災地での貴重な経験を、今後も日々の業務、
また有事の際に生かしていきたいと思ひます。



大垣市建築課
河合泰志

災害が起こっても笑って過ごしたい

平成23年5月から9月頃まで、宮城県石巻市や
気仙沼市などへ支援に行きました。

私は、ある地域で、自身が被災しながらも、前
向きに復旧に取り組んでいる一人の男性に出会
いました。その地域の人たちは、その方を中心に明
るく生活しており、大変感動しました。

そのような体験から私は、災害が起きても、笑
顔で快適な避難所暮らしがしたいと思ひ、「女性防災士の会
を仲間と立ち上げました。多くの人に防災を考えてもらい、
起こっても笑って過ごせるよう取り組んでいきたいと思ひま



女性防災
れんげ
伊藤三枝

数字で見る 大垣市の防災力



防災出前講座

24 → 40

防災出前講座の開催数

市が主催し、NPO法人防災支援ネットワークにご協力
いただいている「防災出前講座」。震災後の講座開催数の増
加から、市民の意識が向上していることがうかがえます。
同講座について詳しくは、生活安全課（☎47-7385）へ。

東日本大震災前の平成22年
度と平成27年度（1月末現
在）の講座年間開催数を比
較したもの

4 → 10

県外都市との協定締結数

大規模災害発生時、一地域の防災機関だけ
では対応が不十分になることが考えられるた
め、県外他都市と協力を相互に行う協定を締
結して応援体制の整備を図っています。

東日本大震災前の
平成22年度から平
成26年度までの災
害時相互応援協定
締結数の推移

他 人事ではない大地震

私たちの地域で大きな被害が出る地震として、「養老-桑名-四日市断層帯地震」や「南海トラフ巨大地震」が挙げられます。市は、平成23・24年度に、本市に影響を与える2つの地震について被害想定調査を実施しました。

養老-桑名-四日市断層帯地震(マグニチュード7.7)

市内の被害(冬の朝5時に発生した場合)
最大震度…7 死者数…1,300人 建物全壊数…24,000棟

養老-桑名-四日市断層帯でマグニチュード7.7の地震が発生したと想定。断層が直下または直近にあるため、大垣・墨俣地域の広い範囲、上石津の一部の地域では、震度7の非常に強い揺れが予想されます。

地震調査研究推進本部(文部科学省)によると、30年以内に発生する確率はほぼ0~0.7%程度とされています。

南海トラフ巨大地震(マグニチュード9.0)

市内の被害(冬の朝5時に発生した場合)
最大震度…6強 死者数…150人 建物全壊数…5,000棟

マグニチュード9.0の南海トラフ巨大地震が発生したと想定。市全域が震度5強以上であり、特に大垣地域は、広い範囲で6弱から6強、墨俣地域では、全域が震度6強の強い揺れが予想されます。

地震調査研究推進本部(文部科学省)によると、マグニチュード8以上の地震が30年以内に発生する確率は70%程度とされています。

想定される2つの地震について、市内の揺れの大きさを詳細に表した「震度MAP」は、生活安全課で配布の防災ガイドブック、市HPの「大垣市統合型GIS(防災マップ)」をご覧ください。



南海トラフ巨大地震の想定震源域

今 一度“備え”を考えるとき

いつ起こるかわからない災害に備えることが、大切な命を守ります。この機会に次のことについて確かめてみてください。

詳しい内容については、生活安全課で配布の「防災ガイドブック」(市HPから閲覧可)をご覧ください。

あなたの家は大丈夫? 不安があれば耐震診断を

昭和56年5月以前に建てられた家は、旧耐震基準で建てられています。耐震診断を行い、危険という結果が出た場合、専門家に相談のうえ、補強をしましょう。耐震診断、補強の相談は、建築課(☎47-8436)へ。

災害時の「安否確認」の方法を決める

災害が起こったとき、大切な人と一緒にいるとは限りません。家族や友人と災害時の「連絡方法」を確認しておきましょう。

大切な人と使い方の確認を「災害用伝言ダイヤル(171)」

災害発生時に提供される「声の伝言板」。固定電話、携帯電話、公衆電話から利用でき、1伝言30秒まで録音可能です。毎月1・15日は体験ができますので、ぜひ安否確認をとりたい人と使い方を確認してください。

非常持ち出し品の用意を

子育て中や持病のある人など、それぞれ「持ってない困るもの」は、非常時すぐに持ち出せるようにしましょう。



最低限、用意したいものリスト

- 飲料水 □非常食 □衣類(防寒具も) □手動式懐中電灯 □ローソク
- ラジオ □携帯電話用バッテリー □電池 □現金 □ビニールシート
- ライター □雨具 □ナイフ □ビニール袋 □ウェットティッシュ

NPO法人防災支援ネットワークの理事長を務める高木さん。市の防災出前講座などにご協力いただいています。今回は、高木さんに災害への備えなどについて、お話を伺いました。



NPO法人防災支援ネットワーク 理事長 高木淳一さん

悲しい記憶を教訓に

被災地へは、ボランティアとして宮城県東松島市や南三陸町に何度も行きました。想像を超える惨状を目の当たりにし、悲しみに耐えられない思いになったのを覚えています。

私は、この悲しい記憶を風化させず、多くの人に地震の怖さ、災害への備えの大切さを伝えていきたいと考えています。

自分の命を守る準備 できてますか?

まず、自分の命を守るという意識をしっかりと持つこと。自分を守れなければ、大切な人を救うこともできません。

一番に取り組んでほしいのは、家具転倒の防止、家屋の耐震化です。家族で話し合い、避難場所や連絡方法を確認、非常持ち出し品を準備しておくことも大切です。

また、ご近所での“あいさつ”を大切にしていますか? 災害時には、近隣の住民同士の協力が不可欠です。地域での交流の輪を広げておいてください。

691

消防団員数

平成27年4月1日現在の消防団員数を示したもの

331

防災リーダー認定者数

市主催の「防災ひとづくり塾」を修了した防災リーダー認定者数(平成21年度から26年度までの累積数)

100%

小・中学校の耐震化率

市内の小・中学校の校舎の耐震化率を示したもの

それぞれの地域で、火災や自然災害から住民の命と暮らしを守る消防団。昼夜を問わず発生する災害現場に駆けつけるほか、日頃は消火訓練などを行っています。

地域の防災リーダーを育てるため開催してきた「防災ひとづくり塾」。防災リーダーとして、日頃は地域の防災訓練や研修を行うほか災害時には救援救護活動などで活躍します。

平成11年度から進めてきた市内小・中学校の耐震化事業。昨年の春、全校舎の耐震化が完了しました。災害時には、避難所として一時的に生活する施設となります。

グッバイ補助輪

自転車乗り方教室

競輪選手による



1対1で乗り方を指導

＊対象／自転車に乗ることができない6歳児（平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ） ※保護者同伴

＊とき／3月21日（月・振） 午前10時～正午

＊ところ／大垣競輪場

＊内容／競輪選手から補助輪なしの自転車の乗り方を学ぶ ※自転車・ヘルメット・プロテクターは競輪場で用意。持ち込みも可

＊定員／10人（先着順）

＊申込／3月4日の午前8時30分から、大垣競輪場（☎78-3185）へ

ランチタイムロビーコンサート vol.6



ふるさとにゆかりのある演奏家を招いて、気軽な雰囲気です。

日曜日のお昼どき、学習館にフルートとピアノの美しい音色が響き渡ります。



＊とき／3月20日（日） 午前11時15分～午後0時15分

＊ところ／スイトピアセンター学習館ロビー

＊出演者／フルート：岩崎有紗＝写真左＝、ピアノ：小見山純一＝写真右＝

＊曲目／ショパン「幻想即興曲」「バラード第3番」、フォーレ「夢のあとに」、プーランク「愛の小径」ほか

＊問合せ／大垣市文化事業団（☎82-2310）へ



催し

郷土館画廊展示 「春の草花写真展」

＊とき／3月10日（木）～4月11日（月） 午前9時～午後5時 ※毎週火曜日と3月23日（水）は休館

＊ところ／郷土館

＊内容／春の草花の写真を展示

＊入館料／100円（高校生以下は無料）

＊問合せ／同館（☎75-1231）へ

西美濃・北伊勢 体験ハイキング

＊とき／3月6日（日） 午前9時～11時に養老鉄道烏江駅前

＊コース／福束橋、安八百梅園

（梅まつり会場）、ハートピア安八（歴史民俗資料館）を巡る（約13キロメートル、約3時間、交通費は実費）

＊問合せ／西美濃・北伊勢観光サミット（商工観光課内、☎47-8597）へ

岐阜経済大学スプリングオープンキャンパス

＊対象／高校生と保護者

＊とき／3月19日（土） 午前10時～午後1時

＊ところ／岐阜経済大学

＊内容／学科・入試説明、個別相談、学食体験など

＊問合せ／同大学入試広報課（☎0120-77-3514）へ

はるのびはなし会



市は、大垣市読み聞かせネットワークの協力により、絵本や紙芝居の読み聞かせなどを行う「はるのおはなし会」を開催します。

＊とき／3月12日（土） 午前10時30分～11時30分

＊ところ／市立図書館児童閲覧室

＊問合せ／同館（☎78-2622）へ



「リアル大垣」合同企業展

＊対象／今春または来春に大学や高校などを卒業予定の人 ※その他求職者も可

＊とき／3月24日（木） 午前10時～午後4時

＊ところ／ソフトピアジャパンセンタービル3階ソピアホール

＊内容／西濃地域の企業60社による会社案内や就職説明

＊問合せ／大垣商工会議所（☎78-9111）へ



奥の細道むすびの地記念館 企画展

芭蕉の真筆でたどる『奥の細道』⑤ 北陸路

北陸路の雲に望む そして大垣へ

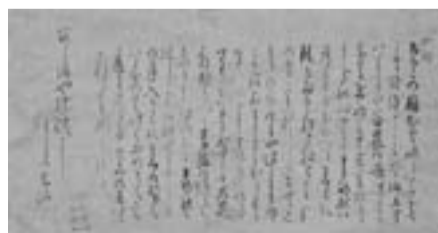
『奥の細道』での、芭蕉と北陸の俳人との交流など、芭蕉の真筆を含む貴重な資料でたどります。また、3Dシアターの「北陸路編」が新たに完成し、3月26日から上映します。詳しくは、文化振興課（☎47-8067）へ。

◆とき／3月26日（土）～5月15日（日） 午前9時～午後5時

◆ところ／同記念館1階企画展示室

◆入館料／300円（高校生以下は無料）

◆備考／3月27日、4月3・17日、5月1・8日 いずれも日曜日の午後3時から、学芸員による展示解説を実施



芭蕉筆「あら海や」句文懐紙（個人蔵）

企画展関連講座

◆とき／4月24日（日） 午後2時～3時30分

◆ところ／同記念館2階多目的室1

◆講師／敦賀市立博物館学芸員の高早恵美さん

◆演題／『奥の細道』と越前敦賀

◆定員／80人（先着順）

◆申込／3月1日から、同記念館などで配布の申込書（市HPからダウンロード可）に必要事項を記入し、文化振興課（☎503-0888 丸の内2-55、FAX81-0715）へ

奥の細道むすびの地記念館 平成28年度 年間入館券を販売

同記念館の平成28年度「年間入館券」を3月1日から販売します。価格は1,000円で、有効期限は来年3月31日です。詳しくは、同記念館（☎84-8430）へ。



かがやきライフだより

～一人ひとりが輝く 協働のまちづくり～

スポーツ講演会
室伏広治さんが来垣!

スポーツ講演会

大垣市体育連盟は、アテネオリンピック金メダリストの室伏広治さんによる講演会を開催します。現在、東京オリンピック・パラリンピック組織委員会理事としても活動しており、講演会ではオリンピックについてなど、選手としてだけでなく、運営者としても語っていただきます。

詳しくは、大垣市体育連盟 (☎78-1122) へ。

- ▶とき/3月25日(金) 午後6時30分～8時
- ▶ところ/情報工房5階スィンクホール

- ▶演題/「超える力」
- ▶定員/300人(先着順・要整理券)
- ▶整理券/3月5日の午前9時から、次の4か所で配布 ※1人3枚まで



©Tokyo 2020/Shugo TAKEMI

- 総合体育館 (170枚)
- 大垣城ホール (50枚)
- 武道館 (50枚)
- 上石津総合体育館 (30枚)

市民環境活動交流会

- *とき/3月12日(土) 午後1時30分～4時
- *ところ/ソフトピアジャパン1階セミナーホール
- *内容/大垣女子短期大学教育センター教授の矢田貝真一さん=写真=による「昔の気候を調べる」と題した講演や、市内小学生による学習発表会など
- *問合せ/大垣市環境市民会議 (☎82-1761、平日の午前10時30分～午後4時30分) へ



学習成果を披露

地球にやさしい生活展・婦人会学習発表会



地球にやさしい生活展と婦人会学習発表会が、2月20・21日にスイトピアセンターで開催されました。

このイベントは、婦人会がさまざまな分野で学習してきた成果を発表するとともに、その活動を広く知ってもらうために開催されているものです。

生活展では、婦人学級活動の成果として、クラフト作品や古着をリフォームした衣装などが展示されたほか、学習発表会ではコーラスや踊りなどのステージ発表=写真=が行われ、観客を魅了しました。



皆さんの意見 聞かせてください

市長とのかがやきライフトーク

市は、市長と市民団体の皆さんが直接話し合う「市長とのかがやきライフトーク」を行っています。そして、その中で出された意見を今後の市政運営に反映させ、活気あるまちづくりを推進していきます。

日ごろの活動を通じて感じていることや、未来に向けての夢あるご提言など、皆さんの生の声を直接市長に届けてみませんか。

詳しくは、まちづくり推進課 (☎47-8543) へ。



市民伝言板

このコーナーには、市民団体などの催し・講座・募集を掲載しています。

パーキンソン、1人で悩んでいませんか

- *とき/3月29日(火) 午後1時30分～3時30分
- *ところ/奥の細道むすびの地記念館2階多目的室2
- *内容/パーキンソン病で悩んでいる人が集まった座談会
- *参加料/100円
- *申込/3月20日までに、PDきずなの会の林さん(☎090-5001-8731) へ



子育てセミナー

- *とき/3月19日(土) 午前10時～11時30分
- *ところ/中川地区センター
- *内容/「健康な子供に育てよう」をテーマに、親子が成長

できる秘けつを学ぶ

- *定員/30人(先着順)
- *参加料/200円 ※託児あり(要申込)
- *申込/3月15日までに、家庭倫理の会大垣市の古山さん(☎090-6809-9575) へ

おしえて! 遊びの名人さん

- *とき/3月21日(月・振) 午前9時30分～11時30分
- *ところ/青年の家
- *内容/卓球バレー、こま回し、バルーンアートなどのコツを「遊びの名人さん」に教えてもらう



- *定員/100人(先着順)
- *参加料/300円
- *申込/NPO法人大垣市レクリエーション協会(☎78-9369) へ

すいと寄席

- *とき/3月13日(日) 午後1時30分～(開場:午後1時)
- *ところ/大垣ガス(株) ほのりんプラザ3階(寺内町)
- *内容/市民落語愛好家の皆さんによる楽しい落語や大喜利
- *問合せ/大垣落語の会の早崎さん(☎71-3695) へ



大垣青年クラブ公開講演会

- *とき/3月19日(土) 午後7時～9時(受付:午後6時30分～)
- *ところ/情報工房5階セミナー室
- *内容/自衛隊岐阜地方協力本部長の福原弘教さんによる「日本の防衛と地域防災」と題した講演会
- *定員/30人(先着順)
- *申込/まちづくり市民活動支

援センター(☎75-0394) へ

空家相談会

- *とき/3月6日(日) 午前10時～午後3時
- *ところ/大垣駅通り(元気ハツラツ市会場内)
- *内容/空家に関する相談のほか、土地や建物の利活用・売却・解体・相続に関する相談
- *問合せ/NPO法人大垣空家対策協議会(☎81-4555) へ

観光ボランティアガイド募集

- *対象/健康で歴史が好きな人
- *活動内容/観光客に市内の史跡や観光名所などを案内する
- *年会費/2,000円
- *備考/3か月の研修期間有り
- *申込/ふるさと大垣案内の会(大垣観光協会内、☎77-1535) へ





タン
ユナちゃん(二歳)

健康ガイド

健康ガイドの情報は、メール配信サービスで配信しています。
t-ogaki@sg-m.jp に空メールを送ると、登録できます。



申し込みの受け付け時間は、午前8時30分からです（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）。

なお、人間ドックや職場などで受診機会のある人は、対象になりません。

また、次の人は一部の検診を除き、無料になりますので、申し込み時にお知らせください。①70歳以上の人 ②生活保護を受けている人や市民税非課税世帯の人 ③65～69歳の身障手帳1～3級、療育手帳B1以上または精神障害者保健福祉手帳1・2級を持つ人。

対象者を地域ごとに分けていますので、お住まいの地域の保健センター事業をご利用ください。

〈大垣地域〉

大垣市保健センター (☎75-2322)

	健診・検診名	対 象	と き	と ころ	備 考	料 金	申 込
子 ども	4か月児健康診査	平成27年11月1日～10日 生まれの子	3/23(水) <受付> 13:00～13:30	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
		平成27年11月11日～20日 生まれの子	3/24(木) <受付> 13:00～13:30				
		平成27年11月21日～30日 生まれの子	3/25(金) <受付> 13:00～13:30				
	3歳児健康診査	平成25年2月1日～10日 生まれの子	3/15(火) <受付> 12:45～13:15	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、送付する健康診査票とアンケート、検尿	無料	不要
		平成25年2月11日～20日 生まれの子	3/16(水) <受付> 12:45～13:15				
		平成25年2月21日～28日 生まれの子	3/18(金) <受付> 12:45～13:15				

〈墨俣地域〉

墨俣保健センター (☎62-3112)

	健診・検診名	対 象	と き	と ころ	備 考	料 金	申 込
子 ども	1歳6か月児健康診査	平成26年7・8月生まれの子	3/17(木) <受付> 13:00～13:15	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、「つくしっ子」の中の健康診査票	無料	不要
	3歳児健康診査	平成25年1・2月生まれの子	3/17(木) <受付> 13:30～13:45	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、送付する健康診査票とアンケート、検尿	無料	不要
	フッ化物塗布	平成25年1・2・7・8月、平成26年1・2・7・8月生まれの子	3/17(木) <受付> 13:00～13:45	墨俣保健センター	【持ち物】母子健康手帳、新しい歯ブラシ、コップ、タオル	500円	3/7～

※ 指定された健診日に体調・都合などが悪い場合は、各保健センターへご連絡ください

※ がん検診や健康相談などにお越しの際は、健康手帳をお持ちください（お持ちでない場合は受付時にお伝えください）

3月1～8日は 女性の健康週間

厚生労働省は、女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を過ごせるよう、3月1日から8日までを「女性の健康週間」に定めています。この機会に自身の健康について考えてみましょう。

ライフステージで見る女性の健康

女性ホルモンは、変化するライフステージに伴い、大きく変動します。この変動が、心と体にさまざまな影響を及ぼし、次のような健康課題を生じさせます。

ライフステージ	主な健康課題
10代 (思春期)	月経異常・無理なダイエット・摂食障害
20～30代 (性成熟期)	乳がん・子宮頸がん・うつ・不妊症
40～50代 (更年期)	更年期障害・子宮体がん・生活習慣病
60代以降 (老年期)	骨粗しょう症・尿もれ・生活習慣病

どのライフステージでも言えることは、まずは「自分の体を知ること」が大切です。そして「いつもと違う」と感じたときは、早めに専門医や女性外来を受診しましょう。

健康な生活のために

次のことに気を付け、健康で楽しい生活を送りましょう。

- ① 1日3食、腹八分目にバランスよく食事をとる
- ② 早寝早起きでホルモンバランスを整える
- ③ たばこの煙に注意する
- ④ ストレスを上手に解消する
- ⑤ からだを温め免疫力を高める
- ⑥ 軽く汗ばむ程度の運動を習慣にする



ご利用ください！各種検診・相談

市では、病気の予防・早期発見を図るため、各種がん検診、成人健康診査、骨粗しょう症検診、健康相談などを定期的に行っています。

詳しくは、大垣市保健センター (☎75-2322) へ。

保健センターの教室など

全地域 マタニティ教室

- *対象/妊娠5～7か月の妊婦
- *とき/3月17日(木) 午前9時30分～正午(受付:午前9時15分～)
- *ところ/大垣市保健センター
- *内容/子育て情報、歯と栄養の話など
- *定員/25人(先着順)
- *持ち物/母子健康手帳、筆記具
- *申込/3月3日から、同センター(☎75-2322)へ



全地域 もうすぐパパママ教室

- *対象/妊娠6～8か月の妊婦と家族
- *とき/3月12日(土) 午前9時15分～正午(受付:午前9時～)

- *ところ/大垣市保健センター
- *内容/赤ちゃんのお風呂の入れ方、ミルクの作り方、妊娠シュミレーターを使った妊婦疑似体験、コミュニケーションの取り方など
- *定員/30家族(先着順)
- *申込/3月3日から、同センター(☎75-2322)へ

墨俣・上石津地域 乳幼児相談

- *対象/乳幼児を持つ保護者
- *とき/①3月15日(火) 午前9時～11時 ②3月22日(火) 午前9時～正午(受付:午前11時まで)
- *ところ/①墨俣保健センター ②上石津保健センター
- *持ち物/母子健康手帳、筆記具
- *問合せ/①墨俣保健センター(☎62-3112)、②上石津保健センター(☎45-2933)へ

街頭献血にご協力を

- *対象/男性は17歳、女性は18歳から、69歳までの健康な人(65～69歳の人は、60～64歳の間に献血経験が必要)

とき	ところ ※すべて400ml限定
3/5(土) 9:00～12:00 6(日) 13:30～16:00	イオンモール大垣(外野)
3/10(木) 9:45～12:00 13:30～16:00	アクアウォーク大垣(林町)
3/12(土) 9:30～12:00 13:15～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)
3/15(火) 12:30～13:30	上石津地域事務所
3/21(月・振) 9:30～12:00 13:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)
3/27(日) 9:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)

介護 予防 教室

- *とき/3月9日(水) 午後1時30分～3時
- *ところ/サツヴァの園(多芸島)
- *テーマ/楽しく脳トレ、健康体操
- *問合せ/同施設(☎88-1775)へ

3月第2木曜日は「世界腎臓デー」

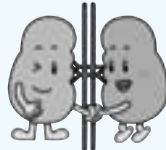
知って防ごう! 慢性腎臓病(CKD)

CKDとは、慢性的に腎機能が低下していく腎臓の病気のことです。「Chronic(慢性的な)」「Kidney(腎臓の)」「Disease(病気)」の頭文字を取ったものです。現在、成人の8人に1人は慢性腎臓病と推計され、新たな国民病ともいわれています。

病状が進むと、夜間尿、むくみ、貧血、息切れなどの症状が現れます。また、腎不全になり、透析や移植が必要になるおそれ、脳卒中や心筋梗塞などの循環器疾患発症のリスクが上がります。

腎臓は初期の自覚症状がない上に、あるレベルまで悪くなると、元の正常な状態に回復しません。放っておくと、取り返しがつかなくなるので、次のことに注意し、早期に対策しましょう。

- 定期的に検診を受けて、生活習慣を見直す
- 食生活の改善と運動で肥満を解消する
- 血圧が高めの方は、血圧の管理をする
- 治療中の方は、主治医の指導を守り、悪化を防ぐ



早期発見へ検査を!

「知って、肝炎プロジェクト」



橘慶太さんから肝炎対策のメッセージを受け取る小川市長

国が行う、肝炎に関する知識や検診の必要性を伝える活動「知って、肝炎プロジェクト」のスペシャルサポーターでタレントの橘慶太さんが、2月15日に市役所を訪れました。

橘さんは「自分の身体は自分で守る意識を。早期発見・早期治療が大切。特にC型肝炎は、新薬もでき、副作用も少ない」と、検診の必要性を訴えました。

なお、市保健センターでは、年間13回の肝炎ウイルス検診を行っており、今回は6月を予定しています。詳しくは、広報おおがき5月1日の健康ガイドをご覧ください。同センター(☎75-2322)へ。



3月は自殺対策強化月間

みんなで守る大切な命

自殺の原因の背景には、「うつ」などの心の病気があることが少なくありません。自殺を防止するためには、家族など身近な人が、早期に自殺やうつ病のサインに気付いてあげることが大切です。

<自殺やうつ病のサイン>

- ▷以前と比べて表情が暗く、元気がない
- ▷体調不良や不眠の訴えが多くなる
- ▷仕事や家事の能率が低下、ミスが増える
- ▷家族や友人など周囲との交流を避けるようになる
- ▷遅刻、早退、欠勤(欠席)が増える
- ▷食べる量が極端に少なくなる、飲酒の量が増える



<サインに気付いたら>

- ▷本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- ▷温かく寄り添いながら、じっくりと見守る
- ▷早い段階で医師や専門家に相談する



西濃保健所 「こころの相談」	☎73-1111(内線274) 毎月原則第2木曜日 午前10時～11時【要予約】
大垣市保健センター 「こころの健康相談」	☎75-2322 毎月第2火曜日 午前9時～11時【要予約】

一般不妊治療補助金 申請期限せまる

市は、不妊治療に係る経済的負担を軽減するため、一般不妊治療(人工授精)の費用を助成しています。

平成27年4月～平成28年2月の診療分に対する補助金を申請される人は、3月31日までに手続きをお願いします。

- *申請期限/3月31日
- *対象者/次の①～③をすべて満たす夫婦 ①法律上の婚姻をしている ②少なくとも一方の住所が市内にある ③医療保険各法の被保険者または被扶養者である
- *対象経費/人工授精に係る保険適用外の治療費(検査を含む) ※平成27年4月～平成28年2月の診療分
- *助成額/対象経費の2分の1以内(上限5万円)
- *申請先・問合せ/同センター(☎75-2322)へ



春の花に誘われて 出かけませんか♪

だんだんと寒さも和らぎ、春の足音が近づいてきました。暖かくなるとともに、市内各所ではさまざまな花が咲き、私たちの心を和ませてくれます。

今回は、これから楽しめる春の花の見どころを紹介します。詳しくは、都市施設課（☎47-8409）へ。

モクレン 浄化センター（見ごろ：3月下旬～4月上旬）



敷地内に約200本のモクレンが植えられ、花を見ながら周遊できるようになっています。白色のハクモクレンと赤紫色のシモクレンがあり、木全体に直径10～15cmほどの優雅な香りのある花を咲かせます。

ツツジ 浅中公園

（見ごろ：4月中旬～5月中旬）

園内のツツジは、ヒラドツツジ、サツキツツジ、ドウダンツツジなど約10種47,600本。ピンク・白・紫色といった色とりどりの花びらが見る人の目を楽しませてくれます。



カミツレ 日新小学校の南西（見ごろ：4月下旬～5月上旬）



キク科の薬草で、りんごのような香りが特徴です。その生産量は日本一といわれ、出荷されたカミツレは、せっけんや入浴剤などの製品になっています。

【問合せ：農林課（☎47-8628）】

フジ 赤坂スポーツ公園

（見ごろ：4月下旬～5月中旬）

公園の外周道路を中心に、全長約840m、面積約4,430㎡という東海地方最大級のフジ棚を設け、アケボノフジ、アカバナフジ、ナガフジ、カピタンフジなど約20種300本が植えられています。

多目的芝生広場やテニスコートを囲むように、薄紫色のフジの房が垂れ下がり、甘い香りが辺り一面に漂います。



もうすぐお花見シーズン！

●大島堤

約1,000本のソメイヨシノが植えられている遊歩道があり、見事な桜並木を楽しむことができます。

また、桜だけでなく、春から秋にかけてポピーやコスモスなどが咲き変わるサイクリング道もおすすめです。



●犀川堤

毎年多くの花見客でにぎわう墨俣町の犀川堤。約2kmにわたり植えられた約1,000本のソメイヨシノが見事な「桜のトンネル」を作ります。

ぼんぼりの灯りに照らし出された夜桜も風情があります。



●奥の細道むすびの地

水門川を覆うように桜が咲き、屋形船や住吉燈台との美しい風景を作り出します。

ライトアップされる夜には、花や光が水面に映り込み、幻想的な雰囲気を堪能できます。



見ごろ
3月下旬
～
4月上旬

ほかにも市内には、大垣公園、笠縫堤など多くの桜の名所があります。

[有 料 広 告]

