



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	78,910	(-79)
女	82,888	(-49)
計	161,798	(-128)

<世帯数>

	65,385	(+1)
2月1日現在 ()は前月比		

東 俳句で「横綱」を決定! 西

毎年恒例の「東西俳句相撲」が2月18日、総合福祉会館で開かれました。

自慢の俳句の披露を、相撲に見立てて行われるこの催し。当日は、2人1組252チームのうち、事前の書類審査を勝ち抜いた32チームが参加し、小中学生の部と一般の部に分かれて、トーナメント方式で対戦しました。

出場者は、小学2年生から80歳代まで、幅広い年代の皆さんで、県内市町や愛知県のほか、奥の細道ゆかりの都市として交流のある、東京都荒川区からも参加されました。

審査には、審査員のほか会場の観戦者も軍配を上げて参加し、甲乙つけがたい俳句の中から、各部門それぞれに優勝の「横綱」を決定。俳句に詠まれた情景が、それぞれの目に浮かぶと、笑い声やしみじみと感心する声などがあがって、会場全体が大いに盛り上がりました。

最後には、表彰式のほか、事前投句の優秀句入賞者8人の発表もあり、お互いの健闘を拍手でたたえながら大会を締めくくりました。



一般の部の横綱決定戦

横綱受賞句

<<小中学生の部>>

「雪の道 ぼくの両手に 父と母」
「母さんと 歩むあぜ道 霜柱」

藤井詩音 (日新小学校3年生)
真田志穂 (日新小学校6年生)

<<一般の部>>

「冬の夜は 立入禁止 兄の部屋」
「弟に 背丈抜かれて 初写真」

吉川奈穂 (大垣商業高等学校)
川村梨歌 (大垣商業高等学校)



小中学生の部の横綱決定戦

奥の細道むすびの地記念館

入館者140万人 達成クイズ

奥の細道むすびの地記念館の入館者が、まもなく140万人に達するのを記念し、「達成日予想クイズ」を行います。正解者には、抽選で10人に市の特産品をプレゼントします。

- ◆ 応募期間 / 3月1日から140万人達成の前日まで
- ◆ 応募方法 / 同館で配布の応募用紙



130万人達成時の様子

に必要事項を記入し、館内受付の応募箱へ ※1人につき1枚まで

◆ 問合せ / 大垣観光協会 (☎77-1535) へ

3月1日号 主な内容

- ▶ 市民大賞の贈呈、市・県民税の申告受付、無料可燃ごみ処理券配布など ... 2~3P
- ▶ 市民委員の募集、パソコン研修など ... 4~5P
- ▶ 特集「30歳に聞いた大垣のこと未来のこと」 ... 6~7P
- ▶ 平成30年度土曜授業の開催、催しのお知らせ、市民伝言板 ... 8~9P
- ▶ 健康ガイド ... 10~11P
- ▶ 大垣「ます」まつり、奥の細道むすびの地記念館企画展など ... 12P

春の全国火災予防運動

3月1日~7日 全国一斉に展開

「火の用心ことばを形に習慣に」を統一標語に、春の火災予防運動が、3月1日から7日まで全国一斉に展開されます。

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季です。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ましょう。

<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、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を

問合せ

消防本部予防課 (☎87-1512)
【上石津地域】養老町消防本部
予防課 (☎32-1510)

使用する

- ◎火災を小さいうちに消すため、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

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。

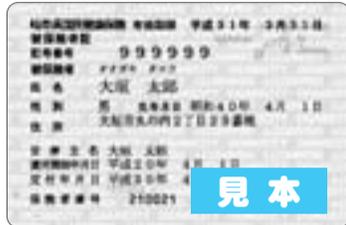
国民健康保険 新しい保険証を郵送

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31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グループ（☎47-8132）へ。



見本

国民健康保険の健康診査補助金

申請要件などを変更

市は、国民健康保険加入者に対し、健康診査補助金（人間ドックの助成金）を設けています。

4月1日からは、補助金の申請要件および必要なものが、新たに増えます。

下記の内容で、下線を引いてあるものが新たに増える項目になりますので、ご注意ください。

- *申請要件/次の①～⑤をすべて満たすこと
 - ①特定健康診査の基本項目を満たしていること
 - ②大垣市国民健康保険の加入者で、人間ドック健診料が20,000円以上であること
 - ③健診時、満30～69歳であること
 - ④助成金申請時、納期到来分の保険料完納世帯であること
 - ⑤受診日から6か月以内の申請であること

- *必要なもの/次の①～⑤のすべて
 - ①健診結果票
 - ②受診者の名前が入った領収書
 - ③保険証
 - ④印鑑
 - ⑤口座番号が分かるもの

- *備考/申請は、加入者1人につき年1回（4月1日～翌年3月31日）

- *問合せ/窓口サービス課国民健康保険グループ（☎47-8132）へ

人材育成に 河合宏光さん、(株)ヒロコーポレーションから 株式などの寄附

市内に本社のある「㈱セリア」創業者の河合宏光さん=写真左側=から、自身が代表取締役を務める持ち株会社「㈱ヒロコーポレーション」の株式60株が、また同持ち株会社からは現金5千万円が、2月16日に市へ寄附されました。

これは子育てや教育などの分野における人づくりに役立ててほしいと贈られたもので、株式の配当金と現金あわせて5千万円が、今後も毎年、継続して寄附されます。

市は、寄附を有効活用していくため、3月の定例市議会に、趣旨に沿った「大垣市人づくり河合基金(仮称)」の設置条例案を提出する予定です。



第15回

大垣市民大賞



市は、学術・芸術・文化・体育などのあらゆる分野で、優れた功績を挙げた大垣にゆかりのある人や団体を奨励するため、「大垣市民大賞」を贈呈しています。

受賞の荣誉に輝いたのは、次の皆さんです=敬称略=。

- 【学術・芸術・文化】▷稲垣淳也（三味線）▷吉田春菜（トランペット）▷村瀬利明（俳句）▷草野隼人（絵画）▷滝観有（ポスター）▷興文中学校科学クラブ（科学）▷中川小学校（作文）
- 【体育】▷和田博雄（スキー）▷田中美佐稀（空手）▷佐藤友樹（スキー）▷高橋和子（スケート）▷田島萌愛（ソフトボール）▷吉田佳純（陸上）▷イビデンレグルス（バレーボール）
- 【その他】▷尾方美月（研究発表）▷大垣商業高等学校簿記部（簿記）▷大垣工業高等学校（ものづくり）▷村北明日香（手芸）

市・県民税の申告受付

市民会館2階会議室 3月15日まで

〈申告会場は市民会館〉

新庁舎建設に伴い、市・県民税の申告会場は市民会館2階会議室で行っています。申告期間中、本庁舎では申告の受け付けや、市・県民税についての問い合わせはお受けできません。

〈市・県民税の申告は3月15日まで〉

市・県民税の申告受付は、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9時から午後4時までです。

なお、平成29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30年度市・県民税の申告をする必要ありません。

〈出張受付〉

次の日程で出張受付も行います。

- ◇青墓地区センター/2月28日(水)～3月2日(金) 午前9時～午後4時

〈書類の準備を〉

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いただき、早めに申告をしましょう。



固定資産の価格の縦覧

市内に土地・家屋を所有する納税者の人は、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2日(月)～5月1日(火) 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30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/課税課土地グループ（☎47-8168）、または同課家屋グループ（☎47-8178）へ

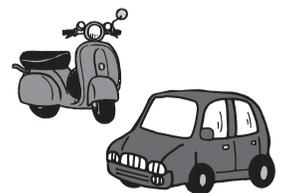
原付・軽自動車などの異動手続きと減免申請

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。

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



◆問合せ/課税課市民税グループ（☎47-8179）

新しく「ぎふっこカード」を配布

店舗や企業などで提示すると、買い物の割引特典やミルク用のお湯の提供などが受けられる「ぎふっこカード」と「ぎふっこカードプラス」。その更新時期を迎えたため、新しいカードを配布しています。

幼稚園、幼保園、保育園、認定こども園、小・中・高等学校に通う子どもには、2月中旬に園・学校を通じて配布済みですが、対象の世帯でまだお持ちでない人は、次の窓口で配布しています。

また、子どもが3人以上いる世帯を対象とした「ぎふっこカードプラス」は、窓口での申請が必要です。詳しくは、子育て支援課 (☎47-7092) へ。

- 対象／県内在住の18歳未満の子どもがいる世帯、妊娠中の人がいる世帯
- 配布・申請窓口／子育て支援課、キッズピアおおがき、南部子育て支援センター、市民サービスセンター、保健センター、上石津・墨俣地域事務所、上石津地域の各支所
- 持ち物／保険証や母子健康手帳など、対象の子どもがいることや、妊娠中であることが確認できる書類



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・後期医療グループ (☎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

ごみの屋外焼却は禁止されています

家庭で、ごみを屋外焼却することは、一部の例外を除いて法律で禁止されています。

屋外焼却は、ばい煙や悪臭だけでなく、有害物質であるダイオキシンの発生にもつながり、周囲にも大変迷惑です。

各家庭ではごみを燃やさず、分別を徹底し、指定された日に「ごみステーション」に出してください。

詳しくは、環境衛生課 (☎47-8563) へ。



案内

全国瞬時警報システムの全国一斉情報伝達訓練

地震や大規模なテロ、ミサイル攻撃など、国の緊急情報を発信する「全国瞬時警報システム(Jアラート)」。その情報伝達訓練が、3月14日(水)午前11時に、全国一斉に行われます。

それに伴いは、市内160か所にある防災行政無線屋外スピーカーと指定避難所など130か所にある戸別受信機からの試験放送、および市メール配信サービス登録者への試験配信を行います。

メール配信サービス



QRコード

詳しくは、生活安全課 (☎47-7385) へ。

ご利用ください 市勤労者総合福祉センター

市勤労者総合福祉センター(サンワーク大垣)は、会議室、和室、ホールなど全7部屋の貸し出しを行っています。お気軽にご利用ください。

- *所在地／長松町847-95
- *利用時間／年末年始を除く毎日 午前9時～午後9時(月曜日と水曜日は午後5時まで)
- *申込／同センター (☎93-1100) へ



割田交番を新設(船町交番と入方駐在所を統合)

4月1日から船町交番と入方駐在所が統合され、割田交番(割田町506-1)として新設されます。これにより船町交番と入方駐在所は、3月末で閉鎖となります。

詳しくは、大垣警察署 (☎78-0110) へ。



あると認められた場合には、各種の保険給付が受けられます。

詳しくは、岐阜労働局 (☎058-245-8105) または最寄りの労働基準監督署へ。

協会けんぽ 保険料率の変更

全国健康保険協会(協会けんぽ)岐阜支部の健康保険料率・介護保険料率が下表のとおり変更になります。

詳しくは、全国健康保険協会HP、または同協会岐阜支部 (☎058-255-5155) へ。

	2月分(3月納付分)まで	3月分(4月納付分)から
健康保険料率	9.95%	9.91%
介護保険料率	1.65%	1.57%

審議会を傍聴してみませんか

地域包括支援センター運営協議会		担当：高齢介護課 (☎82-1166)
3/12(月)	14:00～15:30	市役所本庁舎1階 第4・5会議室
・平成29年度 地域包括支援センター活動報告について ほか		

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緑色で、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、今年度分の紫色のシールは、4月以降は使えませんので、ご注意ください。

詳しくは、クリーンセンター (☎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



平成30年度は緑色

一まちづくりにあなたの声を— 市民委員を募集!

市は、開かれた行政を推進するため、次の委員会の市民委員を募集します。応募書は、各課で配布または市HPからダウンロードできます。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の市民委員

- 対象／市内在住で、5月1日現在で18歳以上の人 ※国・地方公共団体の議員や常勤の公務員は除く
- 活動内容／年1回程度、留守家庭児童教室の運営についての意見や提言
- 任期／5月1日～（2年間）
- 募集人数／2人以内



②社会教育委員の会の市民委員

- 対象／市内在住で、5月1日現在で18歳以上の人 ※国・地方公共団体の議員や常勤の公務員は除く
- 活動内容／年6回程度、社会教育の振興についての意見や提言 ※社会教育委員は公民館運営審議会委員を兼ねる
- 任期／5月1日～（2年間）
- 募集人数／1人

- 共通応募方法／3月16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「社会教育の振興」をテーマにした意見・提案など（400文字程度、様式自由）を添えて、同課（〒503-0888 丸の内2-55、e-mail:seas@city.ogaki.lg.jp）へ

南一色公園 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してもらおうと、「南一色公園ふれあい農園」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／20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、☎47-8409）へ



春想いランドセル背負う

—小学校1日入学—



ランドセルを背負う体験をする園児（墨俣小学校）

2月14日と15日、市内の小学校で入学説明会と1日入学が行われました。

これは、小学校入学に向けての不安を減らしてもらおうと、保幼小連携事業として毎年行われています。園児は、保護者と一緒に4月に入学する小学校へ出向き、授業やそうじなどの学校生活を体験し、保護者は、先生から入学説明を聞きました。

小学1年生との交流の中で園児は、お兄ちゃんお姉ちゃんから手ほどきを受けながら、うれしそうに大きなランドセルを背負わせてもらっていました。

ひとり暮らし高齢者対象

大垣まつり掛芸観覧者を募集!

市は、市制100周年を記念して、市内のひとり暮らし高齢者を対象に、大垣まつりで披露される「掛芸」の観覧席を設けます。間近で、迫力ある掛芸をご覧になりませんか。

- *対象／市内でひとり暮らしの高齢者（65歳以上）。同伴者1人可
- *とき／5月12日(土) 午前9時30分～正午(雨天中止)
- *ところ／大垣市役所前交差点
- *募集人数／50人
- *申込／4月3日(必着)までに、はがきまたは電話で、住所・氏名・年齢・電話番号を社会福祉協議会（〒503-0922 馬場町124、☎78-8181）へ
- *備考／応募多数は抽選（招待券の郵送をもって発表）



—昨年の掛芸披露の様子

市営住宅の入居者(定期・随時)募集

〈定期募集〉 ※入居できるのは平成30年4月下旬予定
*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（ソフトピアジャパンエリア内「ワークショップ24 6階」、☎47-8192）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3階・3DK	水洗	有	16,900～33,200円	1戸
和合団地	3階建の2階・3DK	水洗	有	24,600～48,300円	1戸
和合団地	3階建の1階・2DK	水洗	有	20,100～39,500円	1戸
外淵団地	5階建の2階・3DK	水洗	有	15,400～30,300円	1戸
外淵団地	5階建の1階・3DK	水洗	有	19,600～38,600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	3階建の2階3戸、高齢者用1戸、身体障がい者用1戸
江並団地	4階建の2階3戸、4階建の3階2戸

「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30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、同課広報グループ（〒503-8601 丸の内2-29、☎47-7376）へ



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

募集

子育てサロンコーディネーター（臨時職員）

市は、子育てサロンの活動を企画運営するコーディネーターを募集します。



- ***応募資格**／保育士・幼稚園教諭・小学校教諭などの資格がある人
- ***勤務時間**／①毎週月曜日の午後1時～5時 ②毎週木曜日の午前9時～午後1時
- ***勤務場所**／①宇留生地区センター ②日新地区センター
- ***募集人数**／各1人
- ***申込**／電話連絡の上、履歴書と資格の写しを南部子育て支援センター（☎89-1232）へ持参

「光」をお題にした詠進歌

平成31年「歌会始」のお題が「光」に決まりました。
詠進歌は、お題を詠み込んだ自作の短歌で1人1首とし、未発表のものに限ります。習字用

半紙を用い、毛筆で自書してください。用紙を横長にして、右半分にお題と短歌を、左半分に郵便番号・住所・氏名（本名・ふりがな）・生年月日・性別・職業・電話番号を縦書きしてください。

- ***宛先**／〒100-8111 宮内庁（封筒に「詠進歌」と明記）
- ***締切日**／9月30日（消印有効）
- ***備考**／詳しくは、宮内庁HP（<http://www.kunaicho.go.jp/>）へ

青年国際交流事業の参加者

内閣府は、平成30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世界青年の船 ⑥地域コアリーダープログラム
- ***申込締切**／3月23日（必着）
- ***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



介護相談員募集

- ***対象**／市内在住で、月4～5回程度の相談や研修に参加できる人 ※介護サービス事業所などに所属している人や学生は除く
- ***報酬**／訪問1回3,000円
- ***募集人数**／若干人
- ***任期**／平成32年3月31日まで ※再任可
- ***応募方法**／3月16日（必着）ま

市は、介護保険施設に訪問し、利用者からの相談・疑問を事業者に伝える橋渡し役として介護相談員を募集します。

- でに、高齢介護課で配布の申込書（市HPからダウンロード可）に「介護保険」をテーマにした論文（800字程度、様式自由）を添えて、同課（〒503-8601丸の内2-29）へ
- ***問合せ**／同課（☎47-7416）へ



環境市民フェスティバル出展者・ボランティア

環境市民フェスティバル実行委員会は、6月16日（土）にソフトピアジャパンセンタービル一帯で開催する同フェスティバルの出展者とボランティアスタッフを募集します。

- ***対象**／①出展者＝環境をテーマに展示・体験型ワークショップ・物販などを行っていただける団体・事業者・学校など ②ボランティアスタッフ＝展示・体験型ワークショップ・物販・会場案内などを手伝っていただける個人、団体、事業者など
- ***募集団体数**／①50団体（先着順）
- ***申込**／①は3月20日、②は4

月27日までに、同実行委員会（大垣市環境市民会議内、平日の午前10時30分～午後4時 ☎82-1761）へ

岐阜県警察官

岐阜県警察本部は、警察官を募集します。



- 詳しくは、大垣警察署警務課（☎78-0110）へ。
- ***応募資格**／昭和58年4月2日以降生まれで、大卒以上（見込みを含む）の人
- ***募集種目**／①警察官A I（10月1日採用） ②警察官A II（平成31年4月1日採用）
- ***受付期間**／3月14日～4月11日

自衛官候補生など

防衛省は、自衛官候補生などを下表のとおり募集します。

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。

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	3/1～5/1
	院卒 28歳未満	
技術（海上・航空）幹部	大卒以上で、応募資格に規定の学部・専攻学科などを卒業後、2年以上の業務経験者	4/20～5/25
技術海曹・空曹	20歳以上で国家免許資格取得者など	
自衛官候補生	男性 18歳以上27歳未満	年間を通じて募集

西部研修センター 園芸・PC・料理教室

- ◆**日程など**／下表のとおりで、※印は4月～平成31年3月まで
- ◆**ところ**／西部研修センター
- ◆**申込**／3月12～14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	回数	定員	曜日	時間	受講料	
野菜の育て方（座学）	4～11月	8回	20人	第2金	13:30～15:30	2,500円
初めてのパソコン	4～8月	10回	25人	第2・4月	9:30～11:30	3,500円
初めてのタブレット	4・5月	6回	17人	毎週火	9:30～11:30	3,000円
バランスボール体操	4～7月	8回	20人	第1・3月	13:30～14:30	3,200円
簡単でおいしいクッキング※		12回	40人	第2水	10:00～13:00	3,500円
パンとお菓子づくりA※		12回	25人	第1火	9:30～13:00	3,500円
パンとお菓子づくりB※		12回	25人	第3火	9:30～13:00	3,500円

4月分 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・在学中で、文字入力・マウス操作ができる人
- ▶**申込**／3月21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23日に抽選。定員に満たない講座は申込期限を延長。テキスト代実費

コース	講座名	日程	定員	受講料
タブレットを体験したいシニアの人向け				
㊦	シニアはじめてタブレット講座（基礎編）	4/6・13・20 金 9:00～12:00	12人	3,000円
㊧	シニアはじめてタブレット講座（アプリ編）	4/12・19 木 9:00～12:00	10人	3,700円
パソコンをあまりさわったことがない人向け				
㊨	はじめてパソコン&文書作成Word2016	4/4・11・18・25 水 9:00～12:00	12人	4,000円
㊩	AIスピーカーを体験しよう!【新規】	4/18 水 14:00～16:00	12人	1,260円
もっと詳しく知りたい人向け				
㊪	仕事で役立つExcel	4/17・24 火 13:30～16:30	10人	3,700円
㊫	データベース体験!はじめてのAccess2016	4/4・11・18・25 水 19:00～21:00	10人	6,480円

特集／30歳に聞いた 大垣のこと 未来のこと



ずっと好きなまち



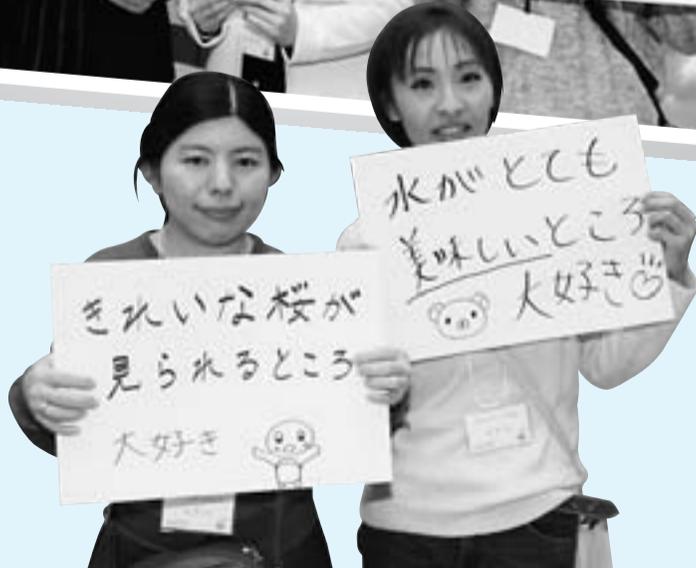
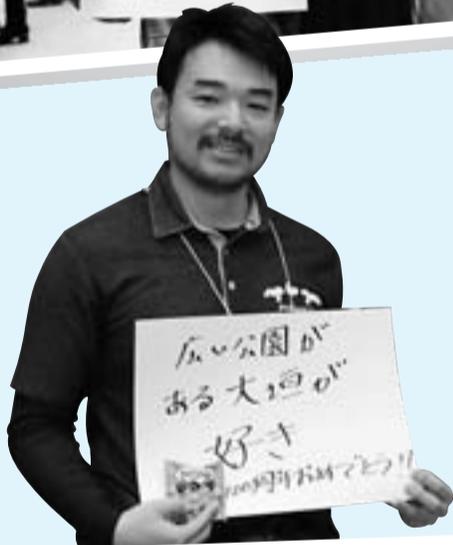
成人式から10年が経ち、仕事、結婚、出産など、人生において多くの経験を重ね、本当の意味で大人になる30歳ー。

市は、そんな30歳を対象に地域とのつながりを再確認するイベント「2分の3成人式」を1月27日に開催しました。今年で3回目となる今回は、185人が参加。大垣に縁のある人たちが、旧友との再会や新たな出会いを楽しみました。

今回の特集では、このイベントに参加した、これからのまちの将来を担っていく30歳の皆さんに、大垣の魅力や未来の大垣について聞いてみました。

WE LOVE OGAKI

私たちが思うまちの魅力や大垣の未来





参加者全員での記念撮影（2分の3成人式）



元プロ野球選手 和田一浩さんからのメッセージ

2分の3成人式に特別ゲストとして出演された元プロ野球選手の和田一浩さんから、これからの大垣を担う30歳の皆さんにメッセージをいただきました。

30歳は人生の転機でもあり、自分自身を大きく成長させることができるタイミングです。

私は30歳のときに初めて西武ライオンズでレギュラーをつかみ、プロ野球選手として一人前になったと感ずることができました。

何事にもチャレンジして新たな一歩を踏み出し、チャンスをつかみとり、充実した人生を送ってください。



プロフィール

岐阜県出身。元プロ野球選手。アテネ五輪、WBCでは、日本代表として日の丸を背負ってプレー。現在は野球解説者や少年野球の指導者として活躍中。

つながる絆や思いを 未来へ生かして。

新たな仲間たちとの交流で盛り上がり、成功のうちに幕を閉じた「2分の3成人式」。当初から同成人式の企画・運営に携わった実行委員長の平田美歩さんと副委員長の竹中邦明さんに、イベントを終えての感想や未来の大垣に向けての思いを聞きました。

ずっと大好きなまちであるために…

実行委員長 平田美歩さん

このイベントで出会った仲間たちとのつながりをきっかけに、仕事やプライベート、社会貢献などにつなげ、大垣をさらに盛り上げていきたいと思っています。



市制100周年を迎える大垣には、これまで引き継がれてきた歴史ある文化や行事、四季折々の景観などがたくさんあることに気がきました。このまちの良さを未来に残し、もっと多くの人に大垣を好きになってもらいたいと思います。

過去の絆 新たな絆を大切にしていきたい

副実行委員長 竹中邦明さん

参加者の皆さんに楽しみながら交流してもらうため、実行委員会で何度も話し合い、新しい企画を練り上げてきました。

新企画のクイズ大会では、初対面の参加者同士でも気軽にコミュニケーションがとれるように工夫したことで、参加者が笑顔で交流する姿を見ることができ嬉しかったです。ここで出会った仲間たちとの絆をずっと大切にしていきたいと思っています。



平成30年度 土曜授業の開催

本市では、平成27年度から市内の全小中学校で、土曜授業を実施し、「ふるさと大垣科」を中心に授業を行っています。「ふるさと大垣科」は、郷土の自然や歴史、産業、俳句文化などを学び、大垣の素晴らしさを語ることができる子どもたちを育てることを願って実施しています。

また、同教科では、地域と連携した体験活動をはじめ、豊富な知識や経験を持つ市民の皆さんの協力を得て、土曜日の利点を生かした教育活動を推進しています。

詳しくは、学校教育課（☎47-8034）へ。



過去の授業風景

	とき		とき
第1回	5/19(土)	第6回	11/10(土)
第2回	6/2(土)	第7回	12/22(土)
第3回	7/7(土)	第8回	1/19(土)
第4回	9/8(土)	第9回	2/16(土)
第5回	10/6(土)	第10回	3/2(土)

子育て

春季子ども会 リーダースクール

- *対象/小学5年～中学1年生
- *とき/4月21日(土)の午後1時～22日(日)の午前11時30分
※1泊2日(1日のみも参加可)
- *ところ/青年の家
- *内容/レクリエーションやクラフト作りなど
- *定員/50人(先着順)
- *参加料/1,000円
- *申込/4月6日までに、各校区の子ども会育成会長または社会教育スポーツ課（☎47-8063）へ



ご利用ください ファミリーサポートセンター

市は、子どもの預かりや送迎などの育児援助を受けたい人(利用会員)を募集しています。

- *対象/小学6年生までの子の保護者
- *申込/ファミリーサポートセンター(総合福祉会館内、☎78-8181)へ ※事前登録が必要
- *備考/サポート会員も募集中



区分		利用料金
平日	午前8時～午後5時	350円/30分
	上記以外	400円/30分
土・日・祝日	午前8時～午後5時	450円/30分
	上記以外	500円/30分

西美濃・北伊勢体験ハイキング

▶安八百梅園の梅まつり

- ◇とき/3月4日(日) 午前9時～10時20分に養老鉄道烏江駅前受付
- ◇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

おおがき芭蕉楽市

とき 3月3日(土)・4日(日)

午前10時～午後3時 <小雨決行>

ところ 【3日】奥の細道むすびの地記念館イベント広場
【4日】元気ハツラツ市会場内(大垣駅通り)

- ❖観光交流物産展/埼玉県草加市、栃木県大田原市、宮城県松島町、岩手県平泉町、山形県尾花沢市・大石田町・新庄市、新潟県出雲崎町、福井県敦賀市、岐阜県飛騨市・養老町、滋賀県長浜市、三重県桑名市、愛知県犬山市、兵庫県赤穂市・尼崎市
- ❖グルメコーナー/B級ご当地グルメ「富士宮やきそば」、「佐世保バーガー」など
- ❖ステージイベント/【3日】川並幼稚園の歌と踊り、物産展出展市町のPRとじゃんけん大会、大垣の木枘ます積みチャレンジなど
- ❖そのほかの催し/【3日】スタンプラリー、特産品抽選会など



松島町の焼き牡蠣

問合せ/大垣観光協会(☎77-1535)

催し

郷土館画廊展示 「城の写真・切り絵展」

- *とき/3月8日(木)～4月8日(日) 午前9時～午後5時
※毎週火曜日と3月22日(木)は休館
- *ところ/郷土館
- *内容/国宝時代の大垣城の写真と各地の城の切り絵を展示
- *入館料/100円(高校生以下は無料)
- *問合せ/同館(☎75-1231)へ



大垣女子短期大学 オープンキャンパス

- *とき/3月17日(土) 午前10時～午後3時
- *ところ/大垣女子短期大学(西之川町)
- *内容/各学科説明、模擬授業、個別相談など
- *申込/同校HPから申込

*問合せ/同校(☎81-6819)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17日(土) 午前10時～午後1時
- *ところ/岐阜経済大学(北方町)
- *内容/模擬授業、学部学科紹介、個別相談など
- *問合せ/同校入試広報課(☎0120-77-3514)へ

中川ふれあいセンター 遊びをまじえた軽スポーツ

- *とき/3月14日(水) 午後1時30分～3時
- *ところ/中川ふれあいセンター2階集会室
- *内容/NPO法人大垣レクリエーション協会の吉岡邦子さんと一緒に、ボールなどを使って軽スポーツを楽しむ
- *持ち物/タオル、飲み物、運動できる服装
- *申込/同センター(☎82-8888)へ

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」26日/15:25～
【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～
1日/春の火災予防運動 8日/守屋多々志美術館企画展 15日/市場開放 22日/すのまた桜まつり 29日/大垣音楽祭
- ▶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「シティインフォメーション」毎週金曜/9:00～
- ▶大垣ケーブルテレビ「水都ピア通信おおがき」

<チャンネルOCT> 月/15:45～、水/19:30～、金/17:45～、土/23:45～、日/14:45～

【市制100周年へ。ICTを学ぼう】
4月に市制100周年を迎える大垣市は、ICT教育を推進。今回は、「情報工房」で開催されるICTを学べる教室や施設を紹介する。



プログラミングを体験

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。

市民活動セミナー

- * とき / 3月16日(金) 午後7時～9時
- * ところ / 多目的交流イベントハウス1階展示室
- * 内容 / 榎谷代表取締役社長の榎谷祐哉さんによる「地域資源を生かしたまちづくりについて」と題したセミナー
- * 定員 / 30人 (先着順)
- * 申込 / 3月1日から、まちづくり市民活動支援センター



(☎75-0394) へ

社交ダンス入門講座

- * とき / 3月26日、4月2・9・16・23・30日 いずれも月曜日の午後7時～9時
- * ところ / 三城地区センター
- * 内容 / ブルースやワルツなどの社交ダンスの基本動作などを学ぶ
- * 参加料 / 3,000円 (全6回分)
- * 申込 / ダンススポーツ楽しく踊ろう会の新井さん(☎090-3386-4162) へ



親子交流会

- * とき / 3月24日(土) 午前10時30分～正午 (受付: 午前10時15分～)
- * ところ / 和合地区センター
- * 内容 / 親子でジャンベやタンバリンなど叩くと音の出る打楽器を使い、即興アンサンブルを楽しむ
- * 定員 / 15組 (先着順)
- * 参加料 / 大人800円 (会員500円)、子ども200円 (会員100円)
- * 申込 / みんなの未来をつくる



会の本田さんへ(☎090-5119-1275) へ

家庭倫理講演会

- * とき / 3月21日(水・祝) 午前10時～11時45分 (開場: 午前9時30分)
- * ところ / 情報工房5階スィンクホール
- * 内容 / (一社)倫理研究所講師の持山芳幸さんによる「ともに生きる」と題した講演
- * 参加料 / 1,000円 ※託児あり
- * 問合せ / 家庭倫理の会大垣市の古山さん(☎090-6809-9575) へ



- * ところ / 墨俣さくら会館文化ホール
- * 内容 / ボランティアグループでてるてる座による歌や津軽すこっぶ三味線の演奏
- * 問合せ / てるてる座の菊川さん(☎090-1981-9888) へ

松原健之 まごころコンサート

- * とき / 4月7日(土) 午後1時～ (開場: 正午)
- * ところ / 情報工房5階スィンクホール
- * 内容 / 障がい児・者の社会参加運動の一環として、松原健之さん=写真=のコンサートや介助犬の講演会
- * 定員 / 450人 (先着順)
- * 入場料 / 3,000円 (全席自由)
- * 問合せ / 同実行委員会事務局の中村さん(☎090-2183-8911) へ



「やさしく なあに」上映会

- * とき / 3月17日(土) ①午前10時～ ②午後2時～ いずれも上映30分前から受付開始
- * ところ / 大垣友の家(宝和町)
- * 内容 / 家族の物語を描いた映画「やさしく なあに～障がいのある奈緒ちゃんと家族の35年～」の上映
- * 定員 / 50人 (先着順)
- * 入場料 / 一般: 1,000円、学生: 500円
- * 備考 / 午後の部のみ託児あり (要予約)
- * 申込 / 3月16日までに、大垣友の会の渡辺さん(☎・☎22-0415) へ

てるてる座 輝きライブ

- * とき / 3月18日(日) 午後1時～4時 (開場: 午後0時30分)



さまざまな学習成果を披露

—地球にやさしい生活展・学習発表会—



女性連合会による地球にやさしい生活展と学習発表会が、2月17・18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、同団体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。



とばせ！手作りロケット

- * 対象 / 小学1年生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴
- * とき / 3月25日(日) 午前9時～正午
- * ところ / 池田町役場東公民館(揖斐郡池田町上田)
- * 内容 / 紙とプラスチックでロケットを作り、火薬で打ち上げる
- * 定員 / 20人 (抽選)
- * 参加料 / 2,000円 (材料・保険代、試射2回分)
- * 申込 / 3月15日までに、青年団体連絡協議会(青年の家内、☎・☎78-9308) へ



すいと寄席

- * とき / 3月11日(日) 午後1時30分～ (開場: 午後1時)
- * ところ / 大垣ガス(榎)のりんプラザ3階ホール(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

無料県民相談会

- * とき / 3月16日(金) 午前10時～午後3時
- * ところ / 岐阜市役所本庁舎3階大会議室
- * 内容 / 弁護士・司法書士・税理士など13士業による法律、登記、税務、不動産の価格・賃料、社会保険、土地の境界紛争など日常生活や仕事上のさまざまな問題の相談
- * 問合せ / 岐阜県士業連絡協議会(岐阜県行政書士会、☎058

- * 問合せ / 大垣落語の会の早崎さん(☎71-3695) へ

布ぞうり作り講習会

- * とき / 3月13日(火) 午前10時～正午
- * ところ / 奥の細道むすびの地記念館2階多目的室1-1
- * 定員 / 20人 (先着順)
- * 参加料 / 500円 (材料費)
- * 申込 / 3月1日から、大垣市くらしのセミナーの豊田さん(☎75-0528) へ

まち歩きタイムスリップゲーム

- * とき / 4月1日(日) 午前10時～午後2時
- * ところ / 中心市街地一帯
- * 内容 / 「大垣ちずぶらりアプリ」で、古地図から見えてくる大垣の魅力を歩いて探す
- * 定員 / 30人 (先着順)
- * 参加料 / 500円
- * 申込 / 3月1日から、まちづくり市民活動支援センター(☎75-0394) へ

-263-6580) へ

空家相談会

- * とき / 3月9日(金) 午前9時～正午
- * ところ / 奥の細道むすびの地記念館2階多目的室1-2
- * 内容 / 空き家の管理・有効活用方法や金融機関との資金に関する相談
- * 問合せ / NPO 法人地域産業支援ネットワーク(☎78-7977) へ





安田柚葵ちゃん(一歳)

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。



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 ②65～69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 ③生活保護世帯や中国残留邦人および市民税非課税世帯の人。※生活保護等支援給付受給世帯の人は、身分証明書と印鑑を持参の上、保健センターで事前に手続きをしてください。

平成29年度より、がん検診にお越しの際は、健康保険証をご持参ください。自覚症状のある方は、早めに医療機関の受診をお勧めします。

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。

<大垣地域>

※申込の受付時間は 8:30～17:15

大垣市保健センター (☎75-2322)

健診名	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29年11月 1日～10日生まれの子	3/20(火) <受付> 13:00～13:30	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、冊子「つくしっ子」の中の健康診査票 ※約2時間かかります	無料	不要
	11日～20日生まれの子	3/22(木) <受付> 13:00～13:30				
	21日～30日生まれの子	3/23(金) <受付> 13:00～13:30				
3歳児健康診査	平成27年2月 1日～10日生まれの子	3/14(水) <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 ※約2時間半かかります	無料	不要
	11日～20日生まれの子	3/15(木) <受付> 12:45～13:15				
	21日～28日生まれの子	3/16(金) <受付> 12:45～13:15				

保健センターの教室など

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17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、妊娠シミュ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5日から、同センター (☎75-2322) へ



ター (☎75-2322) へ

上石津・墨俣地域 乳幼児相談

- *対象/乳幼児を持つ保護者
- *とき/①3月27日(火) 午前9時～11時 ②3月27日(火) 午前9時～11時
- *ところ/①上石津保健センター ②墨俣保健センター
- *内容/育児や発育などの相談
- *持ち物/母子健康手帳
- *問合せ/①上石津保健センター (☎45-2933) ②墨俣保健センター (☎62-3112) へ



タオル帽子作り

- ◆とき/毎月第2・4月曜日 (祝日を除く) 午後1時～3時
- ◆ところ/大垣市民病院3病棟10階がんサロン「なごみ庵」
- ◆内容/タオルを使用した帽子作り
- ◆問合せ/同病院緩和ケアセンター (☎81-3341 内線6187) へ



市民病院 よろず相談市民講座

- ◆とき/3月22日(木) 午後4時～5時
- ◆ところ/大垣市民病院3病棟2階ダイルーム
- ◆内容/同病院リハビリテーション科職員による「自宅でもできるリハビリを学ぼう」と題した講話
- ◆備考/駐車場は、病院南駐車場をご利用ください。病院駐車場駐車券を無料駐車券と引き換えます
- ◆問合せ/よろず相談・地域連携課 (☎81-3341 内線6179) へ

街頭献血にご協力を

- ◆対象/男性は17～69歳、女性は18～69歳の健康な人 (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
3/3(土) 9:00～11:30、13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
3/4(日) 9:30～12:00、13:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)
3/8(木) 9:45～12:00、13:30～16:00	アクアウォーク大垣(林町)
3/21(水) 9:30～12:00、13:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)
3/24(土) 9:00～11:30、13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)

在宅医療に関する市民公開講座

在宅医療に関する情報を、寸劇を交えて分かりやすくお伝えします。この機会に、在宅医療について一緒に考えてみませんか。詳しくは、大垣市医師会 (☎89-5800) へ。

- ◆とき/3月25日(日) 午後1時30分～3時30分 (受付: 午後1時～)
- ◆ところ/情報工房5階スィンクホール
- ◆内容/在宅主治医やケアマネージャー、大垣市民病院の医師や看護師などによる「私たちが支えます、在宅医療」をテーマとしたパネルディスカッションなど

若年性認知症カフェ「みつばちカフェ」

市は、若年性認知症の人やその家族が気軽に集える場所「みつばちカフェ」を開催します。カフェでは若年性認知症に関する個別相談も実施します。
ぜひ、お気軽にお越しください。

- *対象／若年性認知症の人やその家族
- *とき／3月10日(土) 午後2時～3時30分
- *ところ／大垣病院多目的ホール(中野町)
- *料金／1人200円
- *問合せ／高齢介護課(☎47-7416)へ



介護 予防 教室

▶介護予防体操

- ◆とき／3月21日(水・祝) 午後1時30分～3時
- ◆ところ／サンヴェール大垣
- ◆問合せ／同施設(☎81-2215)へ

平成29年度の
申請期限は
3月30日まで

不妊治療費助成

市は、一般不妊治療(人工授精)費用および特定不妊治療(体外受精・顕微授精)の助成を行っています。申請が、まだお済でない人は期限内に手続きをお願いします。

申込や問合せは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

一般不妊治療

- ◆申請期限／平成30年3月30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／平成29年3月～平成30年2月分の人工授精に係る保険適用外の治療費(検査を含む)
- ◆助成額／5万円を上限に、対象経費の2分の1以内

特定不妊治療

- ◆申請期限／1回の治療について、治療終了日の属する年度の末日(平成30年3月30日) ※受診等証明書の作成が期限に間に合わないなどの特別な事情がある場合は、事前に大垣市保健センターへご連絡ください
- ◆対象者／次の①～②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
- ◆対象経費／体外受精および顕微授精に係る保険適用外の治療費(検査を含む)
- ◆助成額／1回の治療につき、対象経費から県助成金を控除した金額(上限10万円) ※助成回数については、年齢などにより変わるため、詳細は同センターへご連絡ください

3月第2木曜日は「世界腎臓デー」 知って予防を！慢性腎臓病

<慢性腎臓病とは>

慢性腎臓病とは、腎臓の働きが健康な人の60%以下に低下するか、タンパク尿が出るといった腎臓の異常が続く状態を言います。慢性腎臓病にかかっている人は、成人の8人に1人いると考えられていますが、初期は自覚症状がほとんどなく、多くの人が、自分が慢性腎臓病であることに気付いていません。

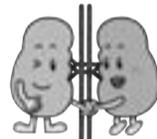
<発症要因は？>

原因として多いのは、生活習慣病に伴うもので、高血圧や糖尿病、肥満の人、また運動不足、飲酒、喫煙、ストレスなどが大きく関与しています。

<予防が第一です>

腎臓の機能は、ある程度まで低下してしまうと、正常な状態に戻すことは困難です。次のことに注意して早期に対策をとりましょう。

- 定期的に健診を受けて、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
- 禁煙する
- 血圧が高めの人、血圧を管理する



問合せ／大垣市保健センター(☎75-2322)へ

3月は自殺対策強化月間

誰も自殺に追い込まれることのない社会

身近な人の様子がいつもと違うことはありませんか。悩んでいる人の孤立を防ぎ、かけがえのない命を守りましょう。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

大切な人の命を守るためにできること

【気付き】

- 家族や仲間の発言や行動や体調の変化などに気付き、声をかけましょう

【傾聴】

- 悩みを話してくれたら、本人の気持ちを尊重しながら耳を傾けましょう

【つなぎ】

- 相談を受けたら、早めに専門家に相談するよう促しましょう
- 相談を受けた側も、一人で抱え込まず、家族、友人、上司などに協力を求め、連携をとりましょう

【見守り】

- 身体や心の健康状態について声をかけ、焦らず、優しく寄り添いながら見守りましょう

西濃保健所 「こころの相談」	☎73-1111(内線274) 毎月2回開催	【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】

3月1～8日は 女性の健康週間

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を過ごすことを社会全体で支援するため、毎年3月1日から8日までを「女性の健康週間」として定め、女性の健康づくりを国民運動として展開しています。

女性は、生涯を通じて、ホルモンバランスが大きく変動し、その影響で心と体にさまざまな変化が生じます。

この機会に、ぜひご自身の健康について考えてみましょう。

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バランスのよい食事をとる
- ②運動を無理なく楽しく続ける
- ③「やせ」にも「肥満」にも注意する
- ④からだを冷やさないようにする
- ⑤便秘を予防する
- ⑥たばこは吸わず、お酒は控えめにする

食事は、1日3食、腹8分目でバランスよく食べましょう！



ご利用ください！ 各種検診・相談

市は、病気の予防や早期発見を図るため、各種がん検診や骨粗しょう症検診などを行っています。随時本紙の「健康ガイド」に掲載しますので、ご利用ください。

検診名	対象者	受診頻度
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	毎年
乳がん検診	35歳以上の女性	2年に1回
骨粗しょう症検診	40～70歳の女性	毎年

問合せ 大垣市保健センター(☎75-2322)へ



とき

3月21日(水・祝)
午前10時～午後3時 ※少雨決行

ところ

奥の細道むすびの地記念館

大垣の特産品“木枡”の魅力を体感してもらおうと毎年開催されている大垣「ます」まつり。今年も木枡を活用したさまざまなコーナーをお楽しみいただけます。

詳しくは、大垣「ます」生産者実行委員会(大橋量器、☎78-5468)へ。

遊び「ます」コーナー

▶大垣の木枡スタンプラリー、枡づくり体験(先着100人)=写真・下=、ヒノキのプール、枡を使ったゲーム、ぬりえコーナー、「ECO加湿器づくり」や「枡×アートづくり」など ※一部有料



楽しみ「ます」コーナー

▶ます積み競技大会=写真・上=、大垣の木枡クイズ大会、枡の展示販売、枡酒の試飲会(有料) など

食べ「ます」コーナー

枡とコラボした特別メニューや、移動販売車が多数出店

当て「ます」コーナー

会場内で遊んで5つ以上のスタンプを集めるか、買い物をすると、豪華枡賞品が当たる抽選会に参加できます。

奥の細道むすびの地記念館第22回企画展
真筆でたどる芭蕉の生涯②
『笈の小文』の旅から『奥の細道』の旅へ

今回の企画展では、『笈の小文』の旅から『奥の細道』の旅に至るまでの芭蕉の人生を、東海地方ゆかりの芭蕉の真筆を中心に展示しながら紹介します。

詳しくは、奥の細道むすびの地記念館(☎84-8430)へ。

- ◆とき/3月24日(土)～5月13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)
- ◆展示解説/3月25日、4月1・15日、5月6・13日 いずれも日曜日の午後3時～(30分程度)



東藤画・芭蕉筆「たび人と」
謄前書付発句画賛(個人蔵)

企画展関連講座

- ◆とき/4月29日(日・祝) 午後2時～3時30分
- ◆ところ/同記念館2階多目的室1
- ◆講師/名古屋市博物館調査研究員の山本祐子さん
- ◆演題/名古屋で芭蕉と出会う
- ◆定員/80人(先着順)
- ◆申込/文化振興課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、同課(☎503-0888 丸の内2-55、FAX81-0715)へ
- ◆問合せ/文化振興課(☎47-8067)へ

奥の細道むすびの地記念館

平成30年度 年間入館券を販売



同記念館の平成30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、有効期限は平成31年3月31日です。詳しくは、同記念館(☎84-8430)へ。

[有料広告]