



おがき



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
新しい習慣で感染予防! ~手洗い・マスク・人との距離~



おあむちゃん

第3回市議会 定例会が閉会

令和2年第3回市議会定例会が、9月7日から25日まで開かれました。

14日には、12人の議員から市政全般について的一般質問が行われました。

最終日の本会議では、各担当委員会に付託されていた議案について委員長報告の後、一般会計補正予算など18議案が原案どおり可決・認定・承認されました。続いて、請願1件について採決が行われ、不採択となりました。最後に、議員提出議案3件が追加上程され、いずれも原案どおり可決し、閉会しました。

最終日に可決・認定・承認された主な議案は次のとおりです。

▶令和2年度補正予算関係

一般会計、病院事業会計など

▶条例関係

新型コロナウイルス感染症対応中小企業融資金利子補給基金条例の制定、市税条例の一部改正、手数料徴収条例の一部改正など

補正予算など21議案を可決



モザイク壁画が旧庁舎から移設された議場での本会議

▶令和元年度決算の認定

一般会計及び特別会計、公営企業会計

▶その他

請負契約の締結、財産の取得など

▶意見書

新型コロナウイルス感染症の影響に伴う地方財政の急激な悪化に対し地方税財源の確保を求める意見書など

令和2年 国勢調査

調査の回答はお済みですか?

10月1日現在で、国勢調査が全国一斉に実施されています。まだ回答が済んでいない場合は、9月中旬に各世帯に配布した調査票に回答を記入後、「郵送提出用封筒」に入れて郵便ポストに投函してください。

国勢調査は、日本に住んでいるすべての人および世帯を対象とする国の最も重要な統計調査です。統計法に基づいて実施され、調査内容は厳重に保護されますので、調査にご協力をお願いします。

詳しくは、国勢調査コールセンター（☎0570-07-2020、午前8時～午後9時、土・日・祝日も可）または、国勢調査大垣市実施本部（市民会館内、☎88-1750）へ。



新型コロナとインフルエンザの同時流行に警戒! 早めのインフルエンザワクチン接種と感染予防の継続を



インフルエンザが流行する季節が近づいてきました。

今年は、症状が似ている新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時流行する可能性があり、医療のひっ迫を避けるためにも皆さん一人ひとりの予防行動が重要になってきます。

インフルエンザワクチンは、発病と重症化の予防に有効ですので、高齢者など重症化リスク

のある人は早めにワクチン接種を済ませておきましょう。

ウイルス感染予防の基本は、手洗いやマスク着用、咳エチケットの実施、「密閉」「密集」「密接」を避けることなどです。十分な睡眠と栄養を取って自己免疫力を高めることも大切です。

この予防対策は、新型コロナ

とインフルエンザの両方に有効で、徹底して継続することで流行を抑えることが可能です。皆さんの実践をお願いします。

詳しくは、大垣市保健センター（☎75-2322）へ。

10月15日号 主な内容

- ▶令和元年度市の財政状況 …2～3P
- ▶市功労者表彰式、夏休みの作品展上位入賞者の紹介、障害者控除対象者認定書の申請受付、保育者の就労を支援など …4～5P
- ▶募集・講座のお知らせなど …6～7P
- ▶催しのお知らせ、市民伝言板など …8～9P
- ▶健康ガイド …10～11P
- ▶活弁ライブ、文化施設を無料開放、まちなかテラス …12P

が進められるオンライン社会のまづぐりに、今後も取り組んでいきます。

無料通信アプリ「LINE」で児童生徒の欠席や遅刻などを学校に連絡できるようにします。

新型コロナウイルスの感染拡大を防止しながら、社会経済活動を進めていくために、本市ではオンライン社会の構築を推進しています。市民と行政が通信でつながる「デジタルスマートシティ大垣」を実現していくものです。

市民の皆さんや事業者が、スマートフォンやパソコンから市ホームページなどを通じて、申請や届け出などの行政手続きを順次行えるようにしています。各種健診、講座やイベントの参加申込みなどで本人確認が必要な場合は、市役所の窓口に出向く必要はありませんし、各種証明書の交付申請など本人確認が必要な場合でも、窓口での待ち時間を少なくすることができます。

オンライン社会への取り組み



市長のかがやきメール
大垣市長 小川 敏



令和元年度

市は、市民の皆さんに市財政の実態を知っていただくため、毎年2回財政状況を公表しています。本紙面では、令和元年度の財政状況についてお知らせします。

この公表により、市財政はどのように運営され、税金はどのように使われているのかなどをご理解いただき、より良い大垣市をつくるため、市民の皆さんにご協力をお願いするものです。

令和元年度は、平成29年度から進めてきた新庁舎の建物本体が完成を迎えたほか、長期的な市政運営の指針である「大垣市未来ビジョン」の第1期基本計画に掲げた「安心できるまちづくり」「元気があまるまちづくり」「楽しく子育てができるまちづくり」の3つの未来創造戦略を積極的に推進しました。

財政状況について詳しくは、市HPまたは財政課（☎47-8296）へ。

一般会計

令和元年度の一般会計の決算は、下グラフのとおりで、収入額が684億3,878万円、支出額が654億4,167万円となりました。

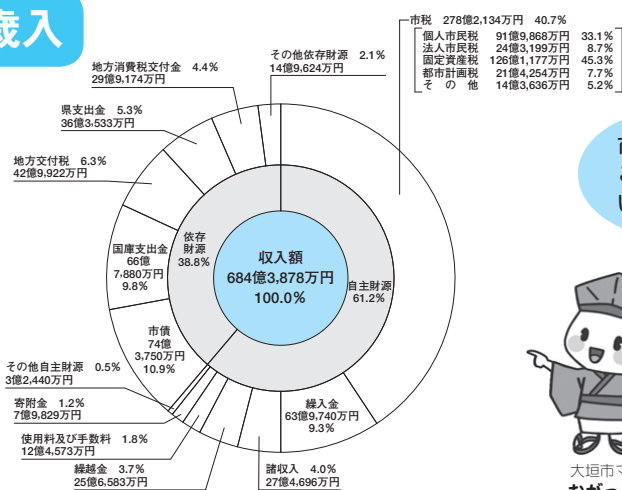
平成30年度と比較した伸び率は、歳入が10.8%増、歳出が10.6%増となっています。

歳入のうち、市税収入が278億2,134万円と全体の40.7%を占めており、平成30年度と比較すると1億1,302万円、0.4%増で、主なものでは、個人市民税が1億3,549万円、1.5%増、法人市民税が2億859万円、7.9%減、固定資産税が1億3,160万円、1.1%増となっています。

歳出の主なものは、社会福祉・高齢者福祉・児童福祉などの経費である民生費が31.3%と最も多く、次いで、窓口サービスや防災などの経費である総務費が22.7%となっています。

平成30年度決算額に比べ、新庁舎建設事業費（39億7,899万円増）、小学校空調機整備事業費（11億515万円増）、福田公園整備事業費（6億3,550万円増）などが増加した一方で、三城幼稚園建設事業費（7億9,760万円減）、外洩東公園整備事業費（2億5,509万円減）、民間保育所施設等整備支援事業費（2億3,912万円減）などが減少しました。

歳入



市の財政状況

特別会計

特別会計の決算は、下表のとおりです。

特別会計全体では、予算総額541億6,310万円に対し、収入額が559億9,230万円で、収入率103.4%、支出額が502億9,729万円で執行率92.9%です。

会計名	収入額	収入率(%)	支出額	執行率(%)
物品調達	809万円	106.5	703万円	92.6
公共用地先行取得事業	2億7,993万円	99.9	2億7,993万円	99.9
国民健康保険事業	174億45万円	109.6	149億6,758万円	94.3
国民健康保険直営診療施設事業	4,082万円	82.8	4,082万円	82.8
後期高齢者医療事業	20億2,139万円	97.8	19億6,533万円	95.1
介護保険事業	150億8,211万円	109.4	133億2,886万円	96.7
簡易水道事業	1億3,211万円	91.6	1億3,040万円	90.4
市行造林事業	5,814万円	90.1	5,814万円	90.1
公設地方卸売市場事業	1億292万円	98.3	1億292万円	98.3
公共下水道事業	51億651万円	96.9	49億9,382万円	94.7
特定環境保全公共下水道事業	2億5,219万円	96.8	2億3,959万円	92.0
農業集落排水事業	7,735万円	92.0	7,199万円	85.6
駐車場事業	1億1,248万円	116.0	8,341万円	86.0
競輪事業	152億9,290万円	95.4	140億534万円	87.3
牧田財産区	369万円	136.6	261万円	96.6
一之瀬財産区	94万円	314.7	6万円	21.7
時財産区	2,028万円	95.7	1,946万円	91.8
計	559億9,230万円	103.4	502億9,729万円	92.9

企業会計

病院事業では、医療情報総合システムや超高速撮影マルチスライスCT装置などの整備・更新により、検査・診断・治療体制の充実強化を図りました。

水道事業では、配水管の布設・布設替や、北部水源地改良工事、

赤坂水源地2号配水ポンプ用インバータ更新工事などを行いました。



市民病院の超高速撮影マルチスライスCT装置

会計名	項目	収入額	前年比(%)	支出額	前年比(%)
病院事業	収益的	340億7,902万円	100.9	335億264万円	101.9
	資本的	3億7,222万円	114.1	25億5,165万円	112.4
水道事業	収益的	22億7,636万円	98.3	18億4,075万円	95.0
	資本的	6,878万円	59.4	12億4,039万円	98.1

※資本的収支の差引マイナス分は、留保資金や積立金等で補われます。

土地開発公社の状況

市の財政状況をより詳しく知っていただくため、出資団体であり、市が債務保証している大垣市土地開発公社の状況について、お知らせします。

令和元年度決算では、借入金残高は36億2,235万円で前年度より13億9,474万円の減、ピーク時の平成9年度の213億2,738万円から177億503万円の減となっています。

社会情勢の変化などにより、設立当時に比べ、厳しい経営状況と

基金の状況

基金は、家計に例えると、預貯金にあたります。

令和元年度末の一般会計と特別会計を合わせた基金現在高は、前年度より39億5,160万円減の120億8,887万円（市民1人当たり7万5,029円）となりました。

財政調整基金は、財源の年度間調整の積み立てや取り崩しにより、前年度より1億9,050万円減となりました。

その他目的基金の公共施設整備基金は、新庁舎の建設のため44億830万円を取り崩しました。

また、競輪場施設の再整備のため競輪事業施設等整備基金に3億円を積み立てました。

【基金別の状況】

- ・財政調整基金 53億5,180万円
- ・減債基金 11億4,781万円
- ・その他目的基金（公共施設整備、水都大垣ふるさと応援、養老線支援、国民健康保険基金など）55億8,926万円

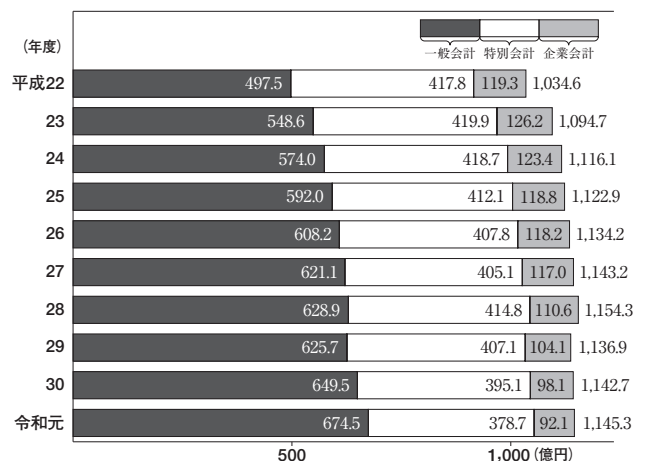
市債の状況

令和元年度末の一般会計・特別会計・企業会計を合わせた市債現在高は、前年度より2億6,232万円増の1,145億3,416万円（市民1人当たり71万849円）で、一般会計では新庁舎建設事業や臨時財政対策債の借入れなどによ

り、前年度より25億954万円増の674億5,727万円（市民1人当たり41万8,669円）となっています。なお、地方交付税の原資が不足する国の代わりに、市が借入れを行う臨時財政対策債の令和元年度末残高は262億4,555万円と一般会計市債現在高の38.9%を占めています。

* * *

市債現在高の推移



市民1人当たりは、令和2年3月31日現在の住民基本台帳人口161,123人で算出しています

なっていますが、平成25年7月に策定した土地開発公社経営健全化計画（平成25年度～令和2年度）に基づき、一層の健全化を促進しています。

区分	保有土地		借入金残高
	面積	金額	
平成30年度	111,034㎡	39億2,664万円	50億1,709万円
令和元年度	67,078㎡	28億8,321万円	36億2,235万円
前年度比	△43,956㎡	△10億4,343万円	△13億9,474万円

市功労者表彰式

市の発展に貢献

今年度は、市の公益発展などに貢献された7人に功労章が贈られるとともに、86人・26団体が一般表彰を受けられました＝敬称略＝。

表彰式は、市制記念日にあたる4月1日に開催される予定でしたが、新型コロナウイルスの影響で、10月1日(木)に市役所8階大会議室で開催しました。出席者を功労章受章者と一般表彰の各表彰分野の代表者のみとするなど規模を縮小して行いました。

功 労 章

◆市の公益発展に貢献 江森満壽子、加藤賢治、杉野宗良、三宅治、出崎恭子、栗田茂康、清水豊太郎

一 般 表 彰

【自治表彰】

◆市議会議員、各種委員会委員を退任 横山幸司、笹田トヨ子、山口和昭、故柳瀬敏秋、和田知則

◆自治会長として尽力 奥田武久、清水哲雄、木村幸雄、青木治男、宗宮勝憲、後藤義将、稲澤良勝、山田正次、西松修、横山健司

◆各種審議会委員等として尽力 矢田貝真一、加藤悟司、安藤量基、若原恵美子、河合正巳

◆優良自治会 室町2丁目自治会、旭町自治会、牧野町3丁目自治会、馬場町自治会、うるおひ自治会、下宿新町自治会、青野町自治会、二ツ木自治会、島里(第2)自治会、新綾野自治会

◆自治行政の振興に尽力 西田記美恵

【商工業表彰】

◆商工業及び観光の振興・発展に尽力 山口眞己、岩瀬良雄、種田清見

【農林水産業表彰】

◆農事改良組合長として尽力 高見巖、内海志朗、西田正治、安田芳廣、清水孝、安田守、小林三行、稲川芳樹、傍島勝美

【社会福祉表彰】

◆民生委員児童委員として尽力 岩永弘子、豊永紗紀子、柳進、



市功労者表彰を受け、記念撮影をする受章者ら

長澤五郎、峰宏子、川瀬貞躬、長尾節子、高木邦子、三宅日出子、畦地正治

◆保護司として尽力 日野啓子、山本朗

◆人権擁護委員として尽力 日比俊昭

◆調停委員として尽力 吉田希睦、末永眞理子

◆社会福祉の向上に尽力 奥田武雄、川瀬薫、橋本康夫、橋川実、津田洋子

【保健衛生表彰】

◆市内の学校医として尽力 芥子川逸和、富田宏子、浅井俊一郎

◆医療、保健衛生の向上に尽力 馬淵哲、國枝千代美、川瀬玲子、山村清子、早野綾子、大橋美恵子、細井千世子、松岡あけみ、岩田智実、永井眞由美、三輪多恵子、坂下里恵

【教育表彰】

◆体育の向上に尽力 杉原明男、池田久基、松岡一郎、杉山勝治

【保安表彰】

◆交通安全思想の普及・指導に尽力 近藤藤、佐竹和子、種田清見

◆消防団本部長・分団長として尽力 木村泰夫、安田裕之、今津博紀

◆消防団員として尽力 鳥本雅彦、棚橋良文、杉智宏、小寺吉光

【善行表彰】

◆個人で多額の金品を寄付 新川敏子、矢橋則雄、河合孝、清水保雄

◆団体で多額の金品を寄付 (株)ヒロコーポレーション、(株)大垣共立銀行、イビデン(株)、セイノーホールディングス(株)、太平洋工業(株)、矢橋大理石(株)、大垣西濃信用金庫、(株)丸順、(株)大光、河合石灰工業(株)、サンメッセ(株)、(株)セリア、東海サーモ(株)、日本耐酸塩工業(株)、野原電研(株)、矢橋ホールディングス(株)



夏休みの作品展 上位入賞 おめでとう！

市内の小・中学生の皆さんが、夏休みに取り組んだ研究やポスターなどの作品の上位入賞者を紹介します＝敬称略＝。

未来の科学の夢絵画展

【特選】清水結衣(興文小1)、足立花音(東小1)、四ツ橋瑞希(興文小2)、渡部美響(赤坂小2)、渡邊未夢(安井小3)、高橋雄星(小野小4)、縣香穂(南小5)、長清乃介(南小5)、小野詩子(南小5)、草野隼人(南小6)

発明くふう展

◆県知事賞／東海翔大(中川小4) ◆県議会議長賞／杉本泰晟(小野小6) ◆市長賞／東海宏亮(星和中1) ◆市議会議長賞／東海凜子(中川小1) ◆県発明協会会長賞／野村陽向(静里小6) ◆県教育委員会賞／長菜乃杷(南小2) ◆市教育長賞／山崎結翔(小野小1)

◆大垣商工会議所会頭賞／田邊直大(小野小3) ◆大垣商工会議所地域振興委員会賞／長清乃介(南小5)

明るい選挙啓発ポスター展

【金賞】串戸美咲子(東小6)、長谷川由佳(南中3) 【銀賞】齋藤史明(東小2)、山川夏実(東小5)、川崎玲奈(南中2) 【銅賞】野村光里(荒崎小2)、桐山美璃亜(東小4)、橋本結月(東小6)、山川姫奈(南中1)



力作が並んだ作品展

防火ポスター展

◆市長賞／江尻咲耶(星和中2) ◆市議会議長賞／富田優生(南中3) ◆市教育長賞／清水悠加(北中2) ◆大垣消防組合消防長賞／吉田にこ(小野小4) ◆市防火防災協会会長賞／牧野百花(日新小5)、岩田優人(南中1) ◆大垣危

険物安全協会会長賞／牧野光莉(中川小6)、伊藤瑞音(東小5) ◆市消防協会会長賞／服部和真(東小1) ◆市少年消防クラブ運営指導協議会長賞／林莉央(北小2)、服部恵大(西小3) ◆市女性防火クラブ連絡協議会長賞／河口凜咲(北小3)



審議会の傍聴ができます

子育て支援会議		担当：子育て支援課（☎47-7064）
10/21（水）	13:30～15:00	市役所 3 階 会議室 3 - 4
・第二次子育て支援計画の令和元年度実績報告について ほか		
介護保険運営協議会		担当：介護保険課（☎47-7409）
11/ 4（水）	13:30～15:00	市役所 4 階 情報会議室
・高齢者福祉計画（第 8 期介護保険事業計画）の策定について		
廃棄物減量等推進審議会		担当：クリーンセンター（☎89-9278）
11/ 5（木）	13:30～15:00	市役所 4 階 情報会議室
・一般廃棄物処理基本計画の策定について		

11月は口座振替推進月間

市税などの納付に便利で安心な口座振替をご利用ください！

- 対象科目／【市税】市県民税（普通徴収）、固定資産税・都市計画税、軽自動車税種別割 【保険料ほか】国民健康保険料（普通徴収）、介護保険料（普通徴収）、後期高齢者医療保険料（普通徴収）、育英資金償還金、保育料（幼保園・保育園・幼稚園）、市営住宅家賃等、市単独住宅使用料、水道料金、下水道使用料、留守家庭児童教室保育料、占用料
- 申込／納入通知書、預金通帳、通帳の印鑑を持参し、お近くの金融機関の窓口へ
- 問合せ／収納課（☎47-8729）へ



入学準備費を
入学前に支給します

市は、就学援助費のうち、入学に必要な「入学準備費（入学に必要な学用品費などの費用）」について、入学前（3月上旬予定）に支給します。

申込方法など詳しくは、庶務課（☎47-8022）へ。

- 対象／次の要件を全て満たす人 ①市内在住（令和3年3月末以前に市外へ転出する人を除く） ②お子さんが令和3年4月に大垣市立の小学校へ入学予定 ③市の就学援助の基準で「準要保護」の基準に該当（市民税が非課税または減免となった世帯、児童扶養手当の支給を受けている世帯など）

●申込／11月2日～令和3年1月29日

●備考／新中学1年生の申請については、令和3年3月の段階で就学援助の認定を受けている人は不要



証明書コンビニ交付サービスの一時利用停止

システム更新作業のため、10月21日（水）・22日（木）の終日、マイナンバーカード（個人番号カード）および住民基本台帳カード（住基カード）を利用した「証明書コンビニ交付サービス」のご利用ができません。

なお、停止期間を変更する場合は市HPでお知らせします。

詳しくは、窓口サービス課

（☎47-8764）へ。

マイナンバーカード 交付・申請の休日窓口を開設

市は、平日業務時間内に来庁が難しい人などを対象に、休日窓口を開設します。

*とき／11月1日（日）午前10時～午後4時

*ところ／窓口サービス課

*内容／マイナンバーカード交付・申請受付、電子証明書更新、マイナポイントの設定支援

*問合せ／同課（☎47-8764）へ



ペットとの暮らし ルールを守って



◎飼い犬の登録と狂犬病予防注射

生後91日以上の子犬は、市への登録と年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

登録および注射を受けていない場合は、いずれも動物病院で行ってください。料金は、登録が3,000円、注射が3,200円（手数料550円含む）です。

◎犬猫のマナー徹底

決められた場所でのフンのしつけや後始末など、基本的なマナーを守りましょう。また、犬の放し飼いや野良猫の繁殖につながるようなエサやりは絶対にしないようお願いします。

◎ペットの災害時への備え

突然の災害に備え、非常食やペット用品を常備するとともに、避難所でも暮らせるよう、基本的なしつけや健康管理を普段からしておきましょう。

詳しくは、環境衛生課（☎47-8571）へ。

留守番電話でSTOP！ニセ電話詐欺

大垣警察署管内においては、今年多くのニセ電話詐欺が発生し、8月末現在の被害件数は14件とすでに昨年1年間の被害件数を上回っています。

ニセ電話詐欺の犯人は、留守番電話に「声の証拠」が残ることを嫌がります。ぜひ、ご自宅の電話機を常時留守番電話設定にしてください。留守番電話を設定された人には、無料でエコバッグを進呈（1家族1個）しますので、平日に大垣警察署生活安全課（☎78-0110）までお越しください。



65歳以上の皆さんへ 障害者控除対象者認定書の 申請を受付

令和2年12月31日時点の要介護認定などにより、障がいの程度が所得税法上の障害者または特別障害者に準ずるものとして、市長の認定を受けた65歳以上の人は、所得税や市県民税の申告で障害者控除の適用が受けられます。

障害者控除対象者認定書の交付を希望する人は、申請書（市HPからダウンロード可）に必要な事項を記入し、介護保険課へ提出してください。

要介護認定などの内容を確認のうえ、該当者には「障害者控除対象者認定書」を交付します。所得税や市県民税の申告の際は、認定書を添付してください。

なお、身体障害者手帳などをお持ちの人は、手帳などにより障害者控除の適用が受けられますので、この申請は不要です。

詳しくは、介護保険課（☎47-7415）へ。

年金生活者支援給付金制度 年金に上乗せして給付金が支給されます

公的年金の収入などが一定の基準以下の年金生活者を支援するために、年金に上乗せして支給される、年金生活者支援給付金制度が昨年10月に始まりました。

今年度から新たに対象となる人には、日本年金機構から請求手続きの案内が10月中旬から順次届きます。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に必要な事項を記入し、切手を貼り、郵便ポストへ投函してください。なお、すでに年金生活者支援給付金を受給し、今年度も受給要件を満たす場合は、手続きは不要です。

詳しくは、給付金専用ダイヤル（☎0570-05-1165）または、大垣年金事務所（☎78-5166）へ。



保育者の就労を支援！～各種費用を補助～

市は、保育士資格または幼稚園教諭免許を持つ人や、これから取得する人が、新たに市内の対象施設で保育者として就労する際に、各種費用の一部を補助します。

詳しくは、保育課（☎47-7036）へ。

- 対象施設／市内の認可保育所、幼保連携型認定こども園、認可幼稚園、認定こども園、認可小規模保育事業所
- 補助内容／①保育従事に伴う被服費など（上限5万円） ②賃貸住宅の敷金や礼金など（上限5万円） ③市外から転入する引越し費用（上限10万円）
- 備考／①②③の併用可。同種の他の補助を受けている場合は申請できないことがあります

市民天体教室

数の星空と惑星を観測しよう

- ★とき／10月24日(土) 午後6時30分～8時〈曇雨天時はコスモドームで星空解説など〉
- ★ところ／サイトピアセンターコスモドームほか
- ★内容／夏から秋の星空解説と口径20cm屈折望遠鏡で惑星などを観測する
- ★定員／30人(先着順)
- ★申込／10月19日の午前9時から、大垣市文化事業団HPで申込み
- ★問合せ／同事業団(☎84-2000)へ



廃棄物減量等推進審議会 市民委員を募集します

- 応募資格／市内在住の18歳以上(令和2年12月24日現在)で、国・地方公共団体の議員および常勤の公務員以外の人
- 募集人員／2人程度
- 任期／12月24日～令和4年12月23日(2年間)
- 活動内容／平日の昼間に年1～2回程度、一般廃棄物の減量化・資源化及び適正処理について審議
- 応募方法／11月5日(消印有効)までに、応募用紙を市HPからダウンロードし(クリーンセンターでも配布)、必要事項を記入のうえ、廃棄物の減量化、資源化、適正処理、環境をテーマにした400字程度の意見・提案など(様式自由、未発表のもの)を添えて、Eメール・郵送・ファクスで、同センター(〒503-0847 米野町3-1-1、☎89-9278、FAX89-6090、e-mail: kurinsenta@city.ogaki.lg.jp)へ



令和3年度 岐阜県学寮入寮者

- 対象／県内出身者で、来年4月に東京都内の大学に入学予定(合格決定前も応募可)の人
- 所在地／東京都文京区小日向1-18-11
- 募集人数／30人程度 ※原則1年生



- 寮費／月額43,350円(光熱水費・管理費を含む。食費は実費) ※入寮金15万円と保証金5万円が必要
- 面接日・会場／①12月12日：岐阜市文化センター(岐阜市金町) ②12月13日：高山市民文化会館(高山市昭和町) ③令和3年2月28日：岐阜市文化センター(岐阜市金町) ④令和3年3月7日：同学寮
- 申込／希望する面接日の1週間前(必着)までに、入寮願書(要問合せ)などを、簡易書留で同学寮事務局(〒112-0006 東京都文京区小日向1-18-11、☎03-3947-1958)へ

行政について お気軽にご相談ください

〈行政相談〉

- とき／①毎週水曜日 午前9時～正午 ②毎月第2水曜日 午後1時～4時
- ところ／①市役所2階市民相談室 ②上石津地域事務所
- 内容／行政相談委員による行政全般についての相談
- 問合せ／まちづくり推進課(☎47-8548)へ
- 〈一日合同行政相談〉
- とき／11月4日(水) 午後1時～3時
- ところ／市役所8階大会議室
- 内容／専門家による不動産登記、賃金不払い、不当解雇など国の行政に関する相談
- 備考／相談会場で、同日の午前10時～午後3時に「行政相談委員制度60周年記念 行政相談パネル展」を併催
- 問合せ／岐阜行政監視行政相談センター(☎058-246-1100)へ

国民健康保険料 徴収員を募集

- 応募資格／夜間・休日にも業務に従事できる30～60歳(令和2年4月1日現在)の人
- 募集人数／若干名
- 雇用期間／12月1日～
- 業務内容／国民健康保険料などの徴収業務
- 報酬／基本報酬(月額7万円)と能率報酬(徴収金額に乘じる)などを合計した額
- 応募方法／11月10日までに、履歴書を国保医療課国民健康保険グループ(☎47-8132)へ持参



高等工科学校生徒・ 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。か、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	受験資格	受付期間	試験日
高等工科学校生徒	17歳未満の男性(中卒見込)	推薦	11/1～30
		一般	11/1～1/6
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の男性(令和3年6月30日現在)	年間を通じて募集	1/10・11 ※いずれか1日を指定 1次：1/23 2次：2/4～7のうち1日
			受付時にお知らせ

※受験資格の年齢は各種目とも令和3年4月1日現在

募集

市営墓地の 使用者

- 市は、右表の市営墓地の使用者を募集します。
- 申込資格／市内に本籍または住所を有し、墓地使用の許可を受けてから1年以内に墓碑を建てられる人
 - 申込区画／右表のうちいずれか1霊園で、1世帯につき1区画のみ(応募者多数の区画は抽選)
 - 申込方法／10月19日～11月13日(消印有効)に、環境衛生課または上石津・墨俣地域事務所の市民福祉課で配布の申込書(市HPからダウンロード可)に必要事項を記入し、本籍が記載された住民票(世帯全員の記載があるもの)を添えて、上記のいずれかへ提出
 - 問合せ／環境衛生課(〒503-8601 丸の内2-29、☎47-8571)へ

墓地名		所在地	募集 区画数	面積	墓地使用料 (1区画)
羽衣霊園		羽衣町1－9	1	0.72㎡	194,400円
			40	0.81㎡	218,700円
			4	1.62㎡	437,400円
青野霊園		青野町485－1	39	1.44㎡	155,500円
墨俣北 霊苑	A区画	墨俣町さい川1	3	3.00㎡	600,000円
	C区画		4	2.25㎡	500,000円
墨俣第1南霊苑		墨俣町下宿1309	5	2.25㎡	200,000円
墨俣第2南霊苑		墨俣町下宿350－1	20	1.96㎡	400,000円

※いずれの霊園も、墓地管理料として1,040円(年額)が必要



こどもICT学級

- ＊対象／小学6年生～中学3年生
- ＊とき／11月21日(土) 午後2時～5時
- ＊内容／自宅でテレビ電話アプリ「Zoom」を使って、Webアプリ「TeachableMachine」と「JavaScript」でAI(人工知能)の機械学習を学ぶ



- ＊定員／10人(抽選)
- ＊参加料／500円
- ＊申込／10月29日の午後3時までに、情報工房(☎75-7000)へ
- ＊抽選日／10月31日

自宅で教わる年賀状づくり

- ＊とき／12月6日(日) 午後1時30分～4時30分
- ＊内容／自宅でテレビ電話アプリ「Zoom」とWordを使って年賀状の作り方を学ぶ
- ＊定員／10人(抽選)
- ＊必要環境／インターネットにつながり、カメラとマイクが使えるパソコン
- ＊申込／11月17日の午後5時までに、情報工房(☎75-7000)



※市HPから申込可

おのれしょ己書教室

- ＊対象／市内在住の60歳以上の人
- ＊とき／11月12日(木) 午後1時30分～3時
- ＊ところ／お勝山ふれあいセンターかたらいプラザ(牧野町)
- ＊内容／筆ペンを使い自分の世界観を表現した書を作る
- ＊定員／10人(先着順)
- ＊申込／平日の午前9時～午後5時に、ケアハウスお勝山(☎71-3434)へ



求職者支援訓練〈オフィスパソコン基礎科〉

- ＊対象／求職中の人
- ＊とき／12月16日～令和3年3月15日の平日 いずれも午前9時30分～午後4時
- ＊ところ／ユニテックコンピュータアカデミー(東町)
- ＊内容／オフィスソフト(文書作成・表計算・プレゼン)の基本操作と再就職のためのスキルを学ぶ
- ＊定員／15人(選考有り)
- ＊受講料／7,920円(テキスト代)
- ＊託児／5人(要申込)



親子運動教室

- ＊対象／4・5歳児、小学1年生と保護者 ※子ども1人につき保護者は1人
- ＊とき／11月23日(月・祝) 午前10時～11時15分



- ＊申込／ハローワーク大垣で相談のうえ、10月19日～11月13日(必着)に、申込書を(株)ユニテック(〒503-0802 東町1-3、☎81-8688)へ

振込詐欺についての啓発講座

- ＊対象／市内在住の60歳以上の人
- ＊とき／11月11日(水) 午後1時30分～2時30分
- ＊ところ／お勝山ふれあいセンターかたらいプラザ(牧野町)
- ＊定員／40人(先着順)
- ＊申込／10月16～30日の平日午前9時～午後5時に、同センター(☎71-2211)へ

- ＊ところ／武道館第2道場
- ＊内容／体幹機能の発達を促す運動など親子で実践できる運動を紹介
- ＊定員／50人(25組・先着順)
- ＊申込／10月15日から、子育て支援課(☎47-7291)へ

金生山自然講座(後期)

- ＊対象／市内の小学4年生以上 ※小学生は保護者同伴
- ＊とき／11月8・15・22日 いずれも日曜日の午前9時～11時
- ＊ところ／金生山化石館
- ＊内容／方解石の性質を調べる(8日)、顕微鏡で化石を探す(15日)、化石の採集・観察(22日)
- ＊定員／8・15日は5人、22日は10人(先着順)
- ＊参加料／各200円
- ＊申込／10月19日から、同館(☎71-0950)へ

パソコン講座 職業訓練センター

- ＊申込／開始1週間前(必着)までに、ファクス・往復はがきに講座名・講座番号・住所・

氏名・生年月日・電話番号・職業・勤務先・雇用保険加入の有無を記入し、大垣市職業訓練センター(〒503-0963 西大外羽1-226-1、☎・FAX89-4976)へ ※同セン

- ターHPから申込可
- ＊備考／原則、先着順で受付。最少開講人数に満たない講座は中止。テキスト代は実費



講座番号	日程	＜対象者＞	会場	定員	受講料
時短・効率化のためのエクセル関数 ＜エクセル初級程度でできる人＞					
25	11/17～27 <全4回>	火・金 18:30～21:30	職業訓練センター	6人	7,200円(11,000円)
これからはじめるイラストレーターCS6 ＜文字入力・マウス操作のできる人＞					
33	11/15～12/6 <全4回>	日 9:00～12:00	情報工房	6人	7,200円(11,000円)

※パソコン講座の受講料は、中小企業勤務、または45歳以上の再就職希望者の金額で、その他の人は()の金額です。



次の皆さんからご寄付(令和2年6～9月分)をいただきました。ありがとうございます＝敬称略＝

- 【市民病院・福祉施設へ】
- ▷(株)中部創建、(株)三協厨機 サージカルマスク500枚、アルコール消毒液15缶 ▷イビデン労働組合 マスク1,500枚、ハンドソープ60個、うがい薬60個
- 【市民病院へ】
- ▷匿名 10万円 ▷キリスト教会超教派大垣市内信徒会 9,500円 ▷いけだ整形外科リウマチクリニック 11万1,000円 ▷匿名 3万円 ▷明治安

- 田生命保険相互会社岐阜支社43万2,100円 ▷(株)十六銀行法人営業部 30万円 ▷佐竹誠司 1万円 ▷日本コカ・コーラ(株)、コカ・コーラボトラーズジャパン(株) 飲料製品1,920本 ▷ウィリー(株) アルコール消毒液スタンド6台、消毒液6本 ▷川合光哉、川合紗矢 クラウドファンディングによる野菜ジュース96本 ▷エーエムアール(株) エタノール消毒液30本
- 【来庁者および市職員の新型コロナウイルス感染予防のため】
- ▷(株)大光 マスクケース1万枚
- 【高齢者福祉のため】
- ▷鶴見第一寿会、鶴見第二寿会 タオル101枚、手縫い雑巾83枚
- 【健康増進事業充実のため】
- ▷第一生命保険(株)岐阜支社(大

- 垣営業オフィス、大垣東営業オフィス、西濃営業オフィス) 4万8,200円
- 【社会福祉事業充実のため】
- ▷大垣友の会 1万円
- 【図書館資料充実のため】
- ▷川勝敏志郎 古文書など70点
- 【産業および観光振興のため】
- ▷合同会社木立ミート 12万円
- 【働く人たちに感謝を伝えるため】
- ▷川合光哉、川合紗矢 smile×smileバッジ151個
- 【静里小学校へ】
- ▷大垣西濃信用金庫 折りたたみ式テーブル10台 ▷西信会 実物投影機3台、HDMIケーブル3本
- 【綾里小学校へ】
- ▷西信会 エコ抗菌カラーマットすべり止め付き5枚

- 【東中学校へ】
- ▷ウィリー(株) 足踏み式アルコールスタンド3台
- 【墨俣保育園へ】
- ▷大垣市商工会墨俣支部青年部 非接触型体温計10台、扇風機10台
- 【幼稚園・幼稚園15園へ】
- ▷(公財)日本教育公務員弘済会 岐阜支部 絵本186冊
- 【丸の内公園整備事業のため】
- ▷匿名 1万円 ▷匿名 10万円
- 【スポーツ振興発展のため】
- ▷(株)大垣共立銀行 F C岐阜ホームゲーム特別招待券150枚、F C岐阜オリジナルマスク150枚



奥の細道むすびの地

16万市民投句

9月度入選句



奥の細道むすびの地俳句協会 選

お月見の
だんだん
と九のよ
しうした

小・中学生の部

また一葉落
ちてひろ
がる苗
空

一般の部

八百原
こう太
(小二)

山田
順子

田中
紫香



ひきこもり支援個別相談会

- ＊対象／市内在住のひきこもりなどの状態にある本人とその家族
- ＊とき／11月10日、12月8日、令和3年1月12日 いずれも火曜日の午前9時～11時
- ＊ところ／奥の細道むすびの地記念館2階多目的室1
- ＊内容／ひきこもりに関する相談
- ＊定員／1日3組（先着順）
- ＊申込／障がい福祉課（☎47-7298）へ

大人のためのいのちの授業

- ＊対象／成人女性
- ＊とき／11月14日（土）午後6時30分～8時
- ＊ところ／中川地区センター
- ＊内容／出産、更年期によるホルモンバランスの変化、ライフステージの変化などについてのおしゃべり会
- ＊定員／15人（先着順）
- ＊参加料／500円 ※託児200円で要申込
- ＊申込／10月28日から、月・水・金の午前10時～午後5時にNPO法人大垣おやこ劇場（☎73-8222）へ



初心者向け おおがき芭蕉交流句会

市は、著名俳人を講師に招き、初心者向けおおがき芭蕉交流句会を開催します。俳句をやってみたい、興味があるという人は、ぜひご参加ください。

- ＊とき／12月13日（日）午後1時～4時
- ＊ところ／奥の細道むすびの地記念館2階多目的室1
- ＊内容／「若竹」主宰の加古宗也さんを講師に招き、初心者向けの句会を開催
- ＊定員／20人（抽選）
- ＊参加料／1,000円 ※高校生以下無料
- ＊申込／11月2～16日に、郵便番号・住所・氏名・電話番号を記入のうえ、文化振興課（FAX81-0715、☎47-8067）へ ※市HPから申込可



奥の細道 むすびの地記念館

総合監修者講演会

- ＊とき／11月8日（日）午後2時～3時30分
- ＊ところ／総合福祉会館5階ホール
- ＊内容／同記念館総合監修者と和洋女子大学教授の佐藤勝明さん＝写真＝による「連句とはどのようなものか」と題した講演
- ＊定員／80人（先着順）
- ＊申込／10月19日から、文化振興課などで配布の申込書に必要事項を記入し、同課（〒503-8601 丸の内2-29、FAX81-0715、☎47-8067）へ



岐阜協立大学 入試相談会

- ＊とき／10月25日（日）開催時間は、同大学HPを参照
- ＊ところ／岐阜協立大学北方キャンパス
- ＊内容／入試相談
- ＊問合せ／同大学入試広報課（☎77-3510）へ



後の課題～」と題した講演

- ＊申込／同大学総務課（☎77-3505）へ ※同大学HPから申込可



同大学HP

空家なんでも相談会

市は、市内の空家所有者を対象に、相談会を開きます。

- ＊とき／①11月1日 ②11月15日 いずれも日曜日の午前10時～午後3時
- ＊ところ／①赤坂東地区センター1階会議室 ②南部子育て支援センター2階会議室
- ＊内容／空家の利活用・リフォーム・売却・解体・相続などに関する相談
- ＊問合せ／NPO法人大垣空家対策協議会（☎81-4555）へ



岐阜協立大学学会 公開講演会

- ＊とき／10月29日（木）午後2時40分～4時10分
- ＊ところ／岐阜協立大学北方キャンパス講堂
- ＊内容／ぎふ総合健診センター所長の村上啓雄さんによる「新型コロナウイルス感染症～今までに分かったことと今



城の 写真・ 切り絵展

郷土館画廊展示

- ＊とき／10月16日（金）～12月20日（日）午前9時～午後5時 毎週火曜日、11月4・25日は休館（ただし11月3日は開館）
- ＊ところ／郷土館2階画廊
- ＊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／200円（高校生以下は無料）
- ＊問合せ／同館（☎75-1231）へ



郷土の偉人⑦

“幕末の漢詩人で勤王の志士”

やながわ せいがん
梁川 星巖

(1789～1858年)

生涯に5,000余りの詩を作り、「詩道中興の祖」といわれたのが曾根村（現・曾根町）出身の梁川星巖です。西国の旅を経て、江戸で詩塾「玉池吟社」を開き、江戸漢詩壇の中心として活躍しました。また、佐久間象山らと親しく交わり、時事への関心を深め、京で勤王の志士たちに大きな影響を与えました。



偉人紹介
アプリ



梁川星巖肖像（華溪寺蔵）

火災・救急出動・ 交通事故発生状況

＜9月末現在＞

令和2年	9月	前年比	今年計	前年比
＜火災＞	2件	－3件	30件	－4件
＜救急出動＞	570件	－71件	5,040件	－793件
搬送	551人	－55人	4,753人	－794人
＜交通事故＞	18件	－17件	172件	－58件
死者	0人	±0人	0人	±0人
傷者	26人	－14人	216人	－73人





公設地方卸売市場は、新鮮な海産物や野菜、果物を購入できる「ちいさな朝市」を開催します。普段は入れない卸売市場に、ぜひお越しください。

- ◆とき／10月24日(土) 午前10時～正午
- ◆ところ／公設地方卸売市場
- ◆内容／季節の鮮魚、秋冬野菜の販売
- ◆問合せ／同市場指定管理者(☎89-5131)へ

市川里美イラスト展

- ◆とき／10月31日(土)～11月26日(木)
※休館日を除く
- ◆ところ／大垣市立図書館 1階児童室、上石津図書館、墨俣図書館



- 内容／郷土の絵本作家・市川里美さんが、図書館へ宛てた旅のハガキや挿絵など、図書館オリジナルのイラストを展示
- 問合せ／大垣市立図書館(☎78-2622)へ



東大寺領大井荘を 読み解く

歴史講演会

- とき／11月15日(日) 午後1時～4時
- ところ／サイトピアセンター文化ホール
- 内容・講師／下表のとおり
- 定員／200人(先着順)
- 申込／10月15日から、郷土館(☎75-1231)へ
※市HPから申込可

時間	内容	講師など
13:05～	講演①	早稲田大学名誉教授 海老澤衷
14:00～	講演②	名古屋大学名誉教授 稲葉伸道
14:55～	座談会	海老澤衷、稲葉伸道 モデレーター：別府大学講師 赤松秀亮

ICT教育の充実に向けて

大垣市版「GIGAスクール構想」の推進



市と市教育委員会は、小中学校のICT(情報通信技術)を活用した教育環境の充実に向け、ビデオ会議システムを活用し、9月30日にソフトバンク株式会社と連携する協定を締結しました。

協定により、高度な技術や情報、ノウハウを持つ同社の支援を受け、構想に掲げるタブレット端末を活用した学習イメージ(通常学習、家庭学習およびオンライン授業)の具体化のほか、ICT教育や情報モラル教育の充実、第5世代(5G)移動通信システムの活用に関する研究など、児童生徒の学習環境の向上などに取り組んでいきます。

上石津にも山城があった！

～戦国の山城、特徴と歩き方～

- ◆とき／11月28日(土) 午後1時30分～3時
- ◆ところ／日本昭和音楽村水嶺湖ホール
- ◆内容／日本城郭協会理事の萩原さちこさん＝写真＝から、戦国の城と天守のある城の違いや山城の魅力について話を聞く
- ◆定員／100人(先着順)
- ◆申込／10月15日から、上石津郷土資料館(☎45-3639)へ ※市HPから申込可



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。

みんなでつくるプレーパーク

- *とき／11月7日、12月19日、令和3年1月16日 いずれも土曜日の午後1時～3時
- *ところ／南若森ふれあい公園
- *内容／遊びの達人と一緒にさまざまな外遊び体験をする
- *持ち物／飲み物、タオル、マスク、汚れても良い服装
- *問合せ／和とひろば@西地区の松村さん(☎090-1471-8601)へ



おやこで巡る大垣の戦跡

- *とき／11月14日(土) 午前10時集合～午後0時30分散
- ※集合・解散は多目的交流イベントハウス
- *内容／戦争・空襲の跡を巡り平和の大切さを学ぶ

- *定員／10組(抽選) ※小学生以下は保護者同伴
- *持ち物／飲み物、マスク
- *参加料／100円
- *申込／11月4日までに、コープぎふ西濃支所の寺倉さん(☎89-9011)へ

健康スポレクひろば

- *対象／運動習慣のない50～80代前半の人
- *とき／11月11日(水) 午前10時～11時30分
- *ところ／青年の家
- *内容／楽しく体を動かし、健康寿命を延ばす
- *定員／30人(先着順)
- *持ち物／動きやすい服装・運動靴、タオル、飲み物、マスク
- *参加料／300円
- *申込／大垣市レクリエーション協会(☎78-9369)へ



市民サツマイモ掘り体験

- *とき／11月13日(金)・14日(土) ①午前9時～ ②午前9時30分～ ③午前10時～ ④午前10時30分～
- *ところ／シルバー農園(友江地内・養老鉄道友江駅東)
- *定員／各回4組(先着順)
- *参加料／1区画(4株) 400円 ※1組2区画まで
- *申込／10月15日～11月6日に大垣地域シルバー人材センター(☎74-8080)へ



地名から歴史文化を楽しむ会

- *とき／11月11日(水) 午後1時30分～4時
- *ところ／サイトピアセンター
- *内容／「笠松の歴史と地名」、「川向かいのお隣のこと」と題した講座



- *参加料／500円
- *申込／地名文化研究会事務局の坂井さん(☎81-4997)へ

地域の居場所を考えるin大垣

- *とき／11月8日(日) 午後1時20分～4時45分(受付：午後1時～)
- *ところ／安井地区センター2階ホール
- *内容／映画「子どもたちをよろしく」の上映、元文部科学省官僚の寺脇研さん＝写真＝のトークなど
- *参加料／1,300円(事前申込前払制) ※当日現金払いは1,500円
- *申込／11月7日までに、QRコードから申込
- *問合せ／みんなの未来をつくる会の本田さん(☎090-5119-1275)へ





船岡
妃莉ちゃん(1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、一部を除いて検(健)診が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(実施月の1日の年齢)
- ②65歳以上70歳未満(実施月の1日の年齢)で、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
※身分証明書と印鑑を持参の上、受診日の前日までに保健センターで手続きが必要

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

子ども

健診・検診名	対 象		と き	と ころ	備 考	料金	申込
10 か月児健康診査	令和元年12月	1 日～10日生まれの子	11 / 4 (水) <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	11 / 5 (木) <受付> 13:00～13:30				
		21日～31日生まれの子	11 / 6 (金) <受付> 13:00～13:30				
1 歳 6 か月児健康診査	平成31年4月	1 日～10日生まれの子	11 / 10 (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時間半かかります	無料	不要
		11日～20日生まれの子	11 / 11 (水) <受付> 13:00～13:30				
		21日～30日生まれの子	11 / 12 (木) <受付> 13:00～13:30				
フッ化物塗布	平成29年9月生まれの子、平成30年3・9月生まれの子、平成31年3月生まれの子		11 / 9 (月) <受付> 13:00～13:15 <受付> 13:30～14:00	保健センター	【持ち物】母子健康手帳、新しい歯ブラシ、タオル、コップ ※歯みがき指導、フッ化物塗布	500円	10/19～

<上石津地域>

※申込の受付時間は8:30～17:15

上石津保健センター(☎45-2933)

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31年3・4月生まれの子	上石津保健センター	【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
	3歳児健康診査	平成29年9・10月生まれの子		【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時間かかります		
	フッ化物塗布	平成29年9・10月生まれの子、平成30年3・4・9・10月生まれの子、平成31年3・4月生まれの子	上石津保健センター	【持ち物】母子健康手帳、新しい歯ブラシ、タオル、コップ ※歯みがき指導、フッ化物塗布	500円	10/16～

<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31年3・4月生まれの子	墨俣保健センター	【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
	3歳児健康診査	平成29年9・10月生まれの子		【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時間かかります		

ウェブシステムでは、12月以降の今年度分の検(健)診が予約可能です。予約可能な日程等については、システム画面をご確認ください。



検診予約
QRコード

コロナ時代を生き抜くための運動による生活習慣病予防

新型コロナウイルス感染防止による影響で、運動する機会が減っていませんか。

運動不足が続くと、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病にかかりやすくなり、動脈硬化が助長されることによって、脳卒中や心疾患などのリスクが高まり注意が必要です。

感染症を予防しながら適度な運動を心がけましょう。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

動脈硬化予防に効果的な運動

ウォーキングやサイクリングなどの有酸素運動を、通常速度の歩行以上の運動強度で行いましょう。合計30分以上を目標に、少なくとも週3回は取り組み、運動以外の時間も、できるだけ動くようにしましょう

屋外で運動をする際の注意点

- ・基本的にはマスクを着用する
- ・呼吸が激しくならないように適度な運動強度で行う
- ・空いている時間、場所を選んで行う
- ・人とすれ違う時は距離をとる
- ・複数の人とウォーキングを行う際は、前後の間隔を5m程度空ける
- ・こまめに水分を摂取する

以下の症状がみられる場合は、屋外での運動は控えましょう

- ・体温が平熱より明らかに高い、または37.5度以上
- ・咳やのどの痛みなどの風邪症状
- ・だるさ、息苦しさ
- ・嗅覚や味覚の異常



保健センターの教室など

全地域 ひよこ学級

離乳食
(前期)

*対象 / 5 ~
6 か月児の
保護者

*とき / 11月
12日(木)

① 午前 9 時 30 分 ~ 10 時 30 分
(受付: 午前 9 時 20 分 ~)、②
午前 10 時 45 分 ~ 11 時 45 分 (受
付: 午前 10 時 35 分 ~)

*ところ / 大垣市保健センター

*内容 / 離乳食の進め方、事故
予防の話など

*定員 / 各 15 人 (先着順)

*持ち物 / 母子健康手帳



*申込 / 10月16日から、同セン
ター (☎75-2322) へ

全地域 離乳食(中期~後期) ひよこステップ学級

*対象 / 7 ~ 11 か月児の保護者

*とき / 11月 6 日(金) 午前 10
時 ~ 10 時 45 分 (受付: 午前 9
時 50 分 ~)

*ところ / 大垣市
保健センター

*内容 / 離乳食
(中期 ~ 後期)
の進め方、歯科指導

*定員 / 15 人 (先着順)

*申込 / 10月16日から、同セン
ター (☎75-2322) へ



大垣・上石津・墨保地域 健康相談

*とき / 下表のとおり いずれ
も午前 9 時 ~ 11 時

*内容 / 生活習慣病の予防、こ
ころの病などに関する相談

*申込 / 理学療法士・歯科衛生
士・栄養士
による「一
般相談」と
「こころの
相談」は要
予約



内 容	と き	と ころ・問 合 せ
一般相談 理学療法士・歯科 衛生士・栄養士・ 保健師による相談	11/17(火)・24(火)	大垣市保健センター (☎75-2322)
	11/17(火)	上石津保健センター (☎45-2933)
	11/12(木)	墨保保健センター (☎62-3112)
こころの相談 保健師による相談	11/10(火)	大垣市保健センター (☎75-2322)

メタボ歯科健診

歯のチェックでメタボ予防

歯周病は、メタボリックシンドロームなどの全身の病気
につながります。歯を守るために、健診を受け自分の口の
状態を知ることから始めましょう。



- ◆対象 / 市内在住の 40 ~ 74 歳の人
- ◆実施期間 / 令和 3 年 2 月 28 日まで
- ◆受診機関 / 市が委託した歯科医療機関(市HPに掲載)
- ◆受診料 / 300 円
- ◆内容 / 口腔内検査、歯周病検査、口腔衛生指導
- ◆申込 / 受診前に電話で、市が委託した歯科医療機関へ
- ◆問合せ / 大垣市保健センター (☎75-2322)、上石津
保健センター (☎45-2933)、墨保保健センター (☎62
-3112) へ

日頃の健康のお悩み、 お聴きします

電話健康相談

岐阜県保険医協会は、電話での医療相談「電話健康相談」を行います。
日頃気になっている健康のちょっとした疑問や病気の悩みなど、お気
軽にご相談ください。県内で開業している保険医協会会員の医師が相談
に応じます。

- とき / 11月 1 日(日) 午前 10 時 ~ 正午
- 受付電話番号 / 058-267-0711 (岐阜県保険医協会)
- 相談内容 / 健康や病気の悩みなど ※歯科に関する相談を除く

介護予防教室

いつまでも健康に！

がんばらない運動術

- ◆とき / 11月 20 日(金) 午後 1 時 30 分 ~ 3 時
- ◆ところ / くすのき苑 (多芸島)
- ◆定員 / 8 人 (先着順)
- ◆持ち物 / 飲み物、ヨガマットまたは
大きめのバスタオル
- ◆備考 / マスク着用のうえ動きやすい服装で参加
- ◆申込 / 10月 23 日から、同施設 (☎89-8100) へ



がんに関する相談

- ◆対象 / がん患者や家族など
- ◆とき / 毎週月曜日 ~ 金曜日の午前 8 時 30 分 ~ 午後 5
時 15 分 (祝日・年末年始を除く)
- ◆ところ / 大垣市民病院がん相談支援センター
- ◆内容 / 相談員によるがん治療や就労支援など、がん
についての電話相談や面談
- ◆問合せ / 同センター (同病院よろず相談・地域連携
課内、☎81-3341 内線 6174) へ



感染症予防のための 食生活を心がけましょう！

日ごろの食生活の乱れは、感染症が重症化するリスクを高
めるとされており、免疫力を高めるために、1 日 3 食、さ
まざまな食品を食べて、多種多様な栄養素を摂取しましょう。
コロナに負けない体づくりのためにも、この機会に食生活
を見直してみませんか。
詳しくは、大垣市保健センター (☎75-2322) へ。

免疫力を上げる食材選びのポイント

①腸内環境を整える

腸は人体最大の免疫器官と言われ、この免疫機能を最大
限に発揮するため、善玉菌を増やす発酵食品や、善玉菌
の働きを良くする食物繊維やオリゴ糖などを摂取して、
腸内環境を整えましょう

②細胞や粘膜を強化する

免疫力を高めるため、免疫細胞の働きを良
くする良質なたんぱく質や、異物から身を
守るバリアとなる粘膜の状態を整えるビタ
ミン A を摂取しましょう



③免疫細胞を活性化させる

免疫力を低下させる活性酸素の増え過ぎを防ぐため、カ
ロテン、ビタミン C、ビタミン E などの抗酸化作用の強
い栄養素を摂取して、免疫細胞を活性化させましょう

免疫力を上げる食事の摂り方

①温かいものを食べよう

体温と免疫力には深い関係があり、体温が上がると血液
の流れが良くなり免疫力が高まります。温かい飲み物や
汁物を食事に取り入れて、体の中から温めましょう

②よく噛んで食べよう

唾液には免疫物質が含まれており、口腔内の乾燥を防い
で細菌の侵入を防ぎます。よく噛んで食べるように心が
けましょう

③楽しく食べよう

おいしい！楽しい！と感じることでリ
ラックス効果が高まり、免疫力も高ま
ります。ストレスを解消して楽しく食べましょう



活弁ライブ

大垣市文化事業団は、日本独自の話芸“活弁”と実力派ミュージシャンによる生演奏で、名作無声映画をよみがえらせる「活弁ライブ」を開催します。
詳しくは、同事業団（☎82-2310）へ。

- とき／12月5日（土）午後2時～3時30分
- ところ／スイトピアセンター文化ホール
- 内容／無声映画「チャップリンの冒険」＝写真＝、「不如帰」（大垣市出身の岩田祐吉主演）を、話芸“活弁”や生演奏とともに上映
- 入場料（全指定席）／1,000円（3人1組は2,400円、高校生以下は500円）※未就学児入場不可
- チケット販売／10月23日から、同事業団HPやスイトピアセンター、市民会館などで販売



ふるさとの魅力を再発見しよう！

教育・文化週間

文化施設を無料開放

市教育委員会は、教育・文化週間にちなみ、文化施設を10月31日～11月3日に無料開放します。各施設ではさまざまな展示が行われていますので、この機会にぜひお出かけください。

- 各館の会議室などの利用は対象外
- 開館時間や展示内容など詳しくは、各施設へお問い合わせください

施設名	問合せ	無料開放日			
		10/31 (土)	11/1 (日)	11/2 (月)	11/3 (火・祝)
スイトピアセンター (コスモドーム)	74-6050				
大垣城	74-7875				
歴史民俗資料館	91-5447	○	○	○	○
郷土館	75-1231				
金生山化石館	71-0950				
墨俣一夜城	62-3322	○	○	休館	○
上石津郷土資料館	45-3639				
守屋多々志美術館	81-0801	○	○	○	○
奥の細道むすびの地記念館	84-8430				

まちなかテラス

オープンスペースで
密避け安心♪

まちテラ

11月30日 月 まで

市と大垣市商店街振興組合連合会は、中心市街地の活性化や新型コロナウイルスの感染防止のため、まちなかの歩道や広場などの公共の空間で、物品販売やテラス営業を支援する「まちなかテラス（略称：まちテラ）」を実施しています。

ご家族やお友だちと一緒に、いつもと違った雰囲気のマちなかを散策しながら、お気に入りの“まちテラ”を見つけてみませんか。
詳しくは、都市計画課（☎47-8698）へ。



市HPから、まちテラの最新情報をチェックできます

市HP

- 金蝶園総本家 本店
- 炭焼き炉端がばや 大垣駅前店
- パスタハウス スズヤ
- 飛騨焼肉ホルモンぼたん
- masu cafe
- 中華食房 チャングイ
- ひさご
- Atraente -アトラエンター
- 餅惣
- Bistro ブーコ
- OKB 牧場
- 寿司居酒屋 海座 ～SHIZA～
- 金蝶園総本家
- OKB 八百屋 本店
- コスメチック ラブ
- 篠田種苗 駅前店
- 清水屋履物店
- 竹中文房具店
- ナンデモヤ
- OKB ショップ
- ★ 果子工房 エヴァン
- TukTuk 真泉 ～しんせん～
- ピザ ガウチノ
- ピッチング ポスト
- ティアレ
- トータルセラピー クレアー
- 総健美塾

[有 料 広 告]