



おおがき



おおむちゃん

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  
新しい習慣で感染症予防! ~手洗い マスク 人との距離~

# 新型コロナウイルスワクチン 3回目の接種が始まります

## ~2回接種を終えたすべての人が対象に~

国は、新型コロナウイルスワクチンの3回目の接種について、2回接種を終えたすべての人を対象とする方針を決めました。接種時期は、2回目の接種完了から8か月後が目安となります(11月8日時点の情報)。

本市では、12月から医療従事者を対象に3回目の接種を開始する予定で、接種時期が近づいた対象者に順次、接種券などを送付します。

最新情報などについて詳しくは、市ワクチン接種特設サイトをご確認いただくか、市コールセンターへ。



特設サイト

ワクチン接種に関する問合せ

市コールセンター ☎47-6101

8:30~17:15 (土・日・祝日も開設)

### 追加接種



## 秋の叙勲

秋の叙勲が発表され、市内在住者では、次の皆さんが栄誉に輝きました。

### 《瑞宝小綬章》

◇渡邊泰治氏 元公立高等学校長/教育功労

### 《旭日双光章》

◇西脇了氏 元(株)岐阜県薬剤師会副会長/薬事功労

### 《旭日単光章》

◇大塚和彦氏 元大垣商工会議所常議員/産業振興功労

◇安田勝氏 日本ボーイスカウト岐阜県連盟副連盟長/社会教育功労

### 《瑞宝単光章》

◇佐竹徳保氏 (株)市川工務店 第二土木部機材センター所長/専門工事業務功労

## 衆議院議員総選挙 投・開票結果

### 期日前投票所をイオンモール大垣にも開設しました

衆議院議員総選挙と最高裁判所裁判官国民審査が10月31日に行われました。大垣市における投・開票結果は右のとおりです。

小選挙区における投票率は、平成29年10月に行われた前回の衆議院議員総選挙の投票率48.47%を、4.91ポイント上回りました。

また、今回の選挙から、買い物などのついでに投票ができるように、期日前投票所をイオンモール大垣(外野2)にも開設し、多くの皆さんが投票しました。



イオンモール大垣に開設した期日前投票所(10月24日)

### 市投票率 53.38%

#### ◆投票率

＜小選挙区＞ 53.38%

＜比例代表＞ 53.38%

#### 《小選挙区選挙結果(得票数順)》

- 棚橋泰文 自民前 43,399票
- 大谷由里子 国民新 17,566票
- 三尾圭司 共産新 7,337票

#### 《比例代表選挙結果(得票数順)》

- 自由民主党 28,399票
- 立憲民主党 10,131.974票
- 公明党 6,990票
- 日本維新の会 6,714票
- 国民民主党 6,129.025票
- 日本共産党 4,853票
- れいわ新選組 2,560票
- NHKと裁判してる党弁護士法72条違反で 1,041票
- 社会民主党 837票

## 新型コロナウイルス 感染再拡大を阻止

ワクチン接種済みの人も油断せず、マスク着用や手洗い、「密」の回避、暖房使用時もこまめに換気するなど、基本的な感染防止対策の継続をお願いします。

また、会食は4人までを基本に短時間にしましょう。

### 11月15日号 主な内容

- ▶教育功労者表彰、「市長が飛び出す未来トーク」がスタート、ごみ収集日の変更など …2~3P
- ▶介護保険事業執行状況、財務書類で見る市財政状況など …4~5P
- ▶正しいごみの分別で循環型社会を、募集のお知らせなど …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
- ▶城下町大垣イルミネーション、美濃国分寺跡記念講演会ほか …12P

## 東京ドームで西濃運輸を応援しよう 都市対抗野球大会 市民応援バス

11月28日から東京ドームで始まる「第92回都市対抗野球大会」に、本市の西濃運輸野球部が出場します。

初戦は11月28日(日)の第3試合(午後6時開始予定)で、日本製鉄かずさマジック(君津市)と対戦します。

都市対抗野球市民応援事業実行委員会は、東京ドームへバスで行き、西濃運輸を応援する、市民応援バス事業を実施します。

◆申込日時/11月19日(金)・20日(土) いずれも午前9時~午後3時

◆申込場所/総合体育館第1会議室

◆定員/360人(先着順、バス1台に20人まで)

◆参加料/3,000円(交通費、保険料)

◆備考/グループで申し込みの場合、参加者全員の氏名・性別・年齢の記入が必要。小学生以下は保護者同伴。定員に空きがある

場合は、11月22日(月)・24日(水)のいずれも午前9時~午後6時に、スイトラベル(株)大垣駅前支店への来店で追加受付

▶新型コロナウイルス感染症拡大状況により変更・中止になる場合があります。感染症対策として、次の事項にご協力ください。

【申込時】①原則、申込代表者1人での来場  
②マスク着用 ③検温・手指消毒 【バス乗車時】①隣席を空けた指定席に座る ②マスク着用 ③検温・手指消毒 ④ごみの持ち帰り ⑤車内での飲食を控える(水分補給は可)

申込の問合せ/【旅行企画・実施】観光庁長官登録旅行業第1874号 スイトラベル(株)大垣駅前支店(高屋町1-7 ☎73-7885 平日:午前9時~午後6時、土・日・祝日は休み)  
応援事業全般の問合せ/同実行委員会事務局(社会教育スポーツ課内) ☎47-8038

## 教育功労者 ～31人 3団体を表彰～

市の教育振興に顕著な功績があった人を表彰する令和3年度の市教育功労者の表彰式が、11月10日にスイトピアセンターで行われました。次の31人3団体の皆さんが表彰されました＝敬称略＝。

### ▶学校教育に尽力

三宅英紀、清水竜也、安田玲子、渡邊万洋、堀田兵市

### ▶多年社会教育に尽力

杉江俊文、古田博也、北野英樹、早野豪、宮田直人、山田哲也、森井信悟、山本英二、児玉八月、深尾信之、松山昌代、三輪賢司、早野眞吾、北島義市郎

### ▶多年体育の振興発展に尽力

清水龍太郎、堀富士夫

### ▶多年学校における保健管理の振興発展に尽力

早川健司、山中敏孝、白井正明、

大屋英樹、高橋武臣、日比明宏

### ▶全国規模の大会などで特に優秀な成績を収めた人・団体

川井涼雅(陸上)、斉藤史弥(アーチェリー)、佐々木秀斗(陸上)、白井優華(新体操)、岐阜県立大垣東高等学校水球部男子、岐阜県立大垣商業高等学校弓道部男子

### ▶学校修繕などの奉仕活動に尽力

全建総連岐阜建設労働組合大垣総支部



## 「市長が飛び出す未来トーク」がスタートしました



市長が市民の皆さんの集まりに参加して、懇談会を開催する「市長が飛び出す未来トーク」が始まりました。

本事業は、市民団体などを対象に、本市の未来都市像「みんなで創る希望あふれる産業文化都市」の実現に向けた交流の場として実施し、市民の皆さんに寄り添ったまちづくりを進めるものです。

初回は11月1日に連合自治会連絡協議会の皆さんと懇談し、自治会活動や地域が抱えている課題などについて意見交換しました。

実施内容など詳しくは、まちづくり推進課(☎47-8543)へ。

## 納付済証明書を交付

### 国民健康保険料

市は、11月15日から、国民健康保険料の納付済証明書の交付を開始します。年末調整などで早期に必要な場合は、次の窓口をご利用ください。

なお、来庁が困難な場合は、証明書を郵送しますので、電話でご連絡ください。

また、特別徴収(年金天引き)にて納付の場合は、年金保険者から郵送の「公的年金等の源泉徴収票」(令和4年1月下旬送付)をご確認ください。

- ▶ **交付場所** / 国保医療課、上石津・墨保地域事務所、各市民サービスセンター
- ▶ **交付時間** / 平日の午前8時30分～午後5時15分  
※各市民サービスセンターは土・日曜日・祝日も交付可(赤坂サービスセンターのみ、日曜日は休館のため交付不可)
- ▶ **持ち物** / 本人確認のできるもの(運転免許証やマイナンバーカードなど) ※別世帯の人が代理で申請する場合は、委任状(様式自由)が必要です。ご注意ください
- ▶ **備考** / 確定申告などに必要な「令和3年分年間保険料納付済額のお知らせ」は、令和4年1月下旬に送付
- ▶ **問合せ** / 国保医療課(☎47-8132)へ

### 大垣警察署からのお知らせ

## ニセ電話詐欺を防ぐために覚えてほしい3つの言葉

- ① 還付金の手続きでATMに行って
- ② 暗証番号を教えて(書いて)
- ③ 電子マネーカードを買って番号を教えて



大垣警察署管内では、ニセ電話詐欺の手口が複雑化・巧妙化しています。その中で上記「3つの言葉」のうちひとつでも会話に出てきたらそれは詐欺です。このような言葉が出てきたら、すぐに大垣警察署(☎78-0110)へ通報し、犯人の検挙・被害拡大防止にご協力ください。

### 審議会などの傍聴ができます

<b>スポーツ推進審議会</b>		担当: 社会教育スポーツ課(☎47-8038)
11/22(月) 17:00~18:00	市役所8階 大会議室	
・大垣市第2次教育振興基本計画の実施状況について ほか		
<b>男女共同参画推進審議会</b>		担当: 男女共同参画推進室(☎47-8549)
11/29(月) 13:30~15:00	スイトピアセンター学習館4階 男女共同参画活動室	
・男女共同参画に関する市民意識調査及び女性活躍等に関する企業実態調査速報 ほか		

## 空家の適切な管理をお願いします

近年、適切な管理が行われていない空家が増加しており、屋根・外壁の脱落や飛散、防犯面などの問題が生じるおそれがあります。

空家の所有者は、普段から適正管理について意識するとともに、管理していくことが必要です。

詳しくは、住宅課(☎47-8184)へ。

### ポイント① 空家の定期的な見回りを!

空家は、個人の財産であり、空家の所有者が管理をしなければなりません。所有する土地、建物が他者に被害を与えた場合、その所有者(相続人を含む)や管理者、占有者が責任を負うことが民法で定められており、当事者間での解決が基本となります。



所有者は、隣の家屋や道路など周辺への支障がないように定期的に見回りをしましょう。

大垣地域シルバー人材センターでは、市との協定により、空家の見回り、除草、樹木の剪定などを実施(有料)しておりますので、ぜひご利用ください。

### ポイント② ご近所へ連絡を!

離れた場所に住んでいる所有者や関係者などは、近隣の人たちに連絡先を伝えておくなど、すぐに対処できるようにしましょう。



### ポイント③ 空家の将来を考える!

現在、適切な管理をされている空家も、将来にわたり管理し続けることが困難な場合もあります。

将来のことを考え、空家の貸家としての活用や、中古住宅として売却するなど積極的な活用をご検討ください。また、空家を使用する予定がない場合は解体も検討しましょう。

## 第60回大垣市文芸祭 上位入賞の皆さん

第60回市文芸祭には、随筆、詩、短歌、川柳、俳句の5部門に、678人1,813点の応募があり、次の皆さんが上位入賞されました＝敬称略＝。

### 随筆

- ◇文芸祭賞＝大野美沙恵(岐阜市)
- ◇秀作＝竹村京子(各務原市)

### 詩

- ◇文芸祭賞＝樋口健司(池田町)
- ◇秀作＝坂井傑(埼玉県所沢市)、戸田和樹(京都府京都市西京区)

### 短歌

- ◇文芸祭賞＝神戸覚子(大垣市)
- ◇秀作＝池下旅舟(各務原市)、国枝三津江(中津川市)、関根高志(東京都東村山市)

### 川柳

- ◇文芸祭賞＝渡邊浩章(岐阜市)
- ◇秀作＝水野建(大垣市)、三浦珠美(大垣市)、堀敏雄(笠松町)、右田敏郎(東京都大田区)、仲正行(福岡県行橋市)

### 俳句

- ◇文芸祭賞＝田中紫香(養老町)
- ◇秀作＝関戸信治(東京都世田谷区)、森ひとみ(池田町)、田中淳子(岐阜市)、大橋秀人(羽島市)、高橋柳邦(大垣市)、細川敦子(大垣市)、齋藤史明(大垣市)、川合義治(大垣市)



### 林道時山多賀線を全面通行止め

市は、12月1日から令和4年3月31日まで、林道時山多賀線を冬期閉鎖します。期間中、滋賀県多賀町へ通り抜けできません。詳しくは、農林課(☎47-8629)へ。

### 11月は「労働保険未手続事業一掃強化期間」

厚生労働省は、11月を「労働保険未手続事業一掃強化期間」とし、活動を展開しています。一人でも労働者を雇ったら労働

### 11月23日(火・祝)はごみ収集を休みます

11月23日(火・祝)は、すべてのごみ収集を休みます。この日が「もえるごみ」「もえないごみ・ペットボトル」「プラスチック製容器包装」の収集日の区域は、11月26日(金)に振り替えて収集します。詳しくは、クリーンセンター(☎89-4124)へ。



働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その従事者が林業界をやめた時に林退共から支払われます。詳しくは、林業退職金共済事業本部(☎03-6731-2889)へ。

## 「人生会議」をはじめませんか？ ～11月30日は「人生会議の日」～

厚生労働省は、毎年11月30日を「人生会議の日」としています。あなたとあなたの大切な人が安心して「最期の時」を迎えるために、思いを伝えることのできる今から、今後のことを話し合う「人生会議」をはじめませんか？詳しくは、高齢福祉課(☎47-7416)へ。

### ◆人生会議とは？

「人生会議」とは、もしものときのために、人生の最終段階における医療やケアについて前もって考え、家族やかかりつけ医など、周囲の大切な人たちと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

### ◆ご活用ください！「わたしの想い～こころのメモ帳～」

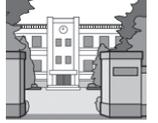
市は、市内の医療、介護に関わる人たちと協働し、冊子『わたしの想い～こころのメモ帳～』を作成しています。



## 育英資金制度

市は、経済的な理由で修学が困難な人を支援するため、奨学助成金の交付および奨学資金の貸付制度を設けています。募集要項は3月下旬から、社会福祉課などで配布します(市HPからダウンロード可)。

- ◇対象/大学、短期大学、大学院、専修学校(専門課程)、高等専門学校(4・5年)の学生
- ◇支給月額/2万5,000円(助成2,500円+貸付2万2,500円)
- ◇問合せ/各学校または同課(☎47-7285)へ



## ワンストップ生活・職業相談

市と岐阜労働局は、生活に関する相談や、職業相談などをワンストップで受けることができる「雇用・就労支援センター(ワークプラザおおがき)」を市役所6階に開設しています。お気軽にご利用ください。詳しくは、ワークプラザおおがき(☎47-7571)へ。

- ◆とき/平日(年末年始を除く)の午前8時30分～午後5時15分
- ◆内容/簡単な就労相談・簡易な生活相談、生活関連サービスの相談と情報提供、求人情報の提供、職業相談、職業紹介

### 林業退職金共済制度

林業退職金共済制度は、林業界で働く人のために国が作った退職金制度です。事業主が従事者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その従事者が林業界をやめた時に林退共から支払われます。詳しくは、林業退職金共済事業本部(☎03-6731-2889)へ。

### 裁判所からのお知らせ

裁判所は、国民の皆さんに新しくできた制度や裁判手続きを知っていただくために、随時

テーマを決めて裁判所HPでお知らせしています。11月のテーマは、「裁判員制度～まもなく名簿記載通知を発送します！～」です。詳しくは、岐阜地方裁判所事務局総務課(☎058-262-5122)へ。

### 特定最低賃金の改正

岐阜労働局は、特定(産業別)最低賃金(時間額)を12月21日から、次のとおり改正します。  
①電気関連製造業＝907円  
②自動車関連製造業＝951円  
③航空機関連製造業＝971円  
詳しくは、同局労働基準部賃金室(☎058-245-8104)へ。

この冊子は、人生の最終段階に向けた様々な想い、医療に関する希望などについて周りの方と一緒に考えるきっかけとし、それを書き残すための冊子です。関心のある方は、かかりつけ医、お近くの地域包括支援センターまたは高齢福祉課(☎47-7416)までお問い合わせください。



大垣市地域包括支援センター	
安井・川並・洲本・浅草	高齢福祉課内(☎82-1166)
地域包括支援センター 大垣市社会福祉協議会	
興文・東・西・南・南杭瀬・日新・静里・綾里・荒崎	総合福祉会館内(☎77-2255)
和合・三城・墨俣	在宅福祉サービスステーション内(☎84-7111)
上石津	上石津老人福祉センター悠楽苑内(☎48-0068)
大垣市地域包括支援センター お勝山	
宇留生・赤坂・青壘	お勝山ふれあいセンター内(☎71-5536)
大垣市地域包括支援センター 中川ふれあい	
北・中川	中川ふれあいセンター内(☎82-1701)

## 通学路のブロック塀などの撤去に助成

市は、小中学校の通学路に面するブロック塀などの撤去に対し、費用の一部を助成します（令和6年3月末で終了予定）。大規模地震によるブロック塀などの倒壊事故を未然に防止するため、ぜひご活用ください。

- ◆ 申込／12月28日までに、建築指導課で配布の事前相談書（市HPからダウンロード可）に必要事項を記入し、同課へ持参
- ◆ 問合せ／同課（☎47-8436）へ



対象者	対象工事	助成額	募集件数
ブロック塀などの所有者または管理者	市内にある、高さ1m以上のコンクリートブロック造、石造、れんが造などの塀で、小中学校の通学路に面しているものを撤去する工事	「撤去工事費の2分の1」の額、または「撤去する塀の延長(m)×1万円」の額のいずれか少ない額 【上限20万円】	18件

## 地震に備えて！ 耐震診断などの助成制度

市は、耐震診断や耐震改修などに対して費用の全額または一部を助成します。大規模地震による被害を抑えるため、ぜひご活用ください。

- ◆ 申込／12月28日までに、建築指導課で配布の申請書（市HPからダウンロード可）に必要事項を記入し、同課へ持参
- ◆ 問合せ／同課（☎47-8436）へ



事業区分	助成対象	助成額	募集件数
木造住宅	耐震診断	無料 【費用は全て市が負担】	39戸
	耐震改修設計	費用の1/3以内 【上限10万円】	1戸
	耐震改修工事	耐震補強の構造評点などにより異なります 【上限110万円】※	1戸

※構造評点0.7の改修の場合の上限は84万円

## 空家の取り壊しに補助

空家等除却支援事業補助金

市は、市内にある空家の除却を行う人に対して、工事費用の一部を補助します（着工前に申請が必要）。

- ▶ 対象者／空家の所有者もしくは相続人、または所有者などから同意を受けた人で、市税を完納している人
- ▶ 対象空家／市内にある個人所有で状態の悪い空家（現地調査あり）※対象要件は市HPに掲載
- ▶ 対象工事／市内業者が実施し、同一敷地内のすべての建築物および工作物などを除却する工事 ※交付決定を受けた年度の2月末日までに工事を完了し、実績報告が必要
- ▶ 補助額／対象工事費用の3分の1（上限30万円）※空家の状態・規模によって拡充あり
- ▶ 問合せ／住宅課（☎47-8184）へ



## 吹付けアスベスト 調査や除去などに助成

市は、アスベストによる健康被害を防ぐため、市内のすべての建築物（取り壊し予定も含む）を対象に、吹付けアスベストの含有調査や除去工事の費用の全額または一部を助成します。

吹付けアスベストの使用が疑われる箇所を発見した場合は、早期に調査を行い、アスベストが含まれると判明した場合は、除去工事をご検討ください。

- ◆ 申込／12月28日までに、建築指導課で配布の申請書（市HPからダウンロード可）に必要事項を記入し、同課へ持参
- ◆ 問合せ／同課（☎47-8436）へ

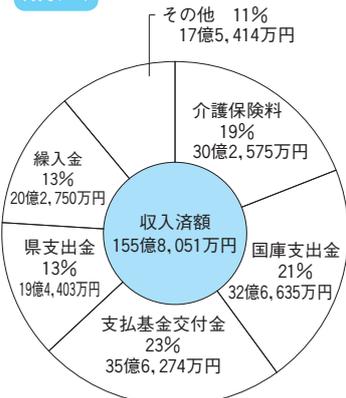
事業区分	助成対象 ※	助成額	募集件数
アスベスト含有調査に要する費用	①延べ面積が1,000㎡以上の建築物	費用の全額 【上限25万円】	1件
	②延べ面積が300㎡以上の集会所、ホテル、旅館、飲食店、物販店舗など		
	③住宅（附属車庫、附属物置は除く）		
アスベスト除去などに要する費用（代替材の施工費用などを含む）	すべての建築物	費用の2/3以内 【上限200万円】	1件

※建築物石綿含有建材調査者が実施する含有調査や同調査者の計画に基づく除去工事で、令和4年1月31日までに完了するもの（申請前に、市職員による現場確認が必要）

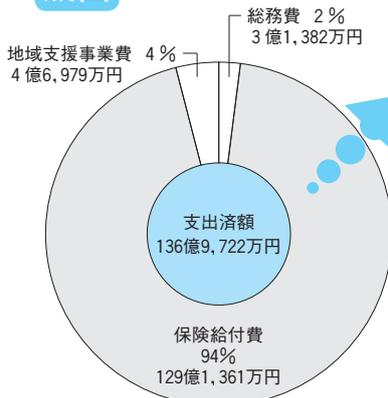
## 令和2年度 介護保険事業の執行状況

介護保険は、40歳以上の皆さんが加入者（被保険者）となって、介護が必要になっても住み慣れた家庭や地域で安心して生活できるよう、社会全体で支える制度です。ここでは、介護保険事業の執行状況についてお知らせします。介護保険制度の安定的な財政運営のため、ご理解とご協力をお願いします。介護保険などに関するご相談は、介護保険課（☎47-7409）へ。

### 歳入



### 歳出



項目	金額	
介護サービス費	居宅介護サービス費	55億3,158万円
	地域密着型介護サービス費	18億5,540万円
	施設介護サービス費	37億5,817万円
	居宅介護サービス計画費	6億2,303万円
	その他	4,637万円
小計	118億1,455万円	
介護予防サービス費	介護予防サービス費	2億3,421万円
	地域密着型介護予防サービス費	1,954万円
	介護予防サービス計画費	5,869万円
	その他	2,598万円
小計	3億3,842万円	
高額介護サービス費	3億626万円	
特定入所者介護サービス費	3億9,362万円	
その他	6,076万円	
合計	129億1,361万円	

# 財務書類で見る 令和2年度市財政状況

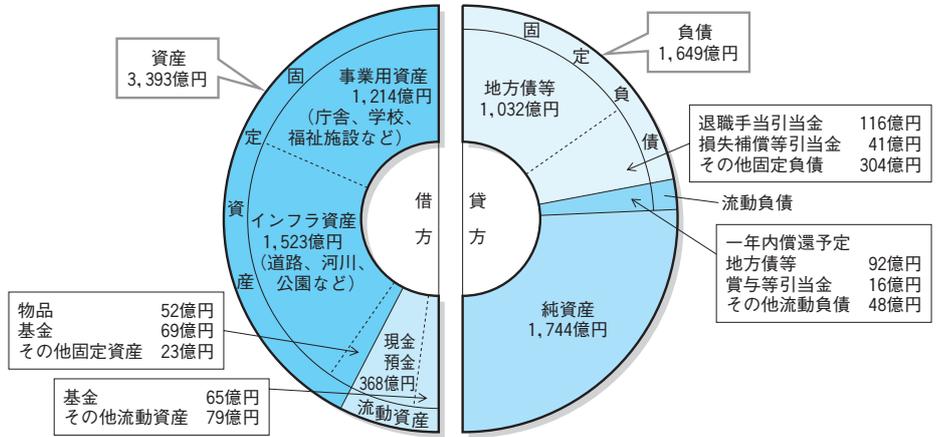
市は、民間企業の会計手法を取り入れた財務書類を作成し公表しています。本紙面では、市の一般会計、特別会計（連結非対象の会計を除く）、企業会計を連結した財務書類と、生活に関わりの深い事業や施設に係る行政コストについてお知らせします。なお、市民1人当りは、令和3年3月31日現在の住民登録人口160,485人で算出しています。

また、令和2年度から地方公営企業法を適用し企業会計に移行した簡易水道事業会計、公共下水道事業会計などについては、今回から財務書類に反映されています。

一般会計等財務書類など詳しくは、市HPまたは、財政課（☎47-8296）へ。

## 貸借対照表

これまでの行政活動によって形成された道路・建物・土地などの資産と、その資産を形成するために要した財源との関係を表します。

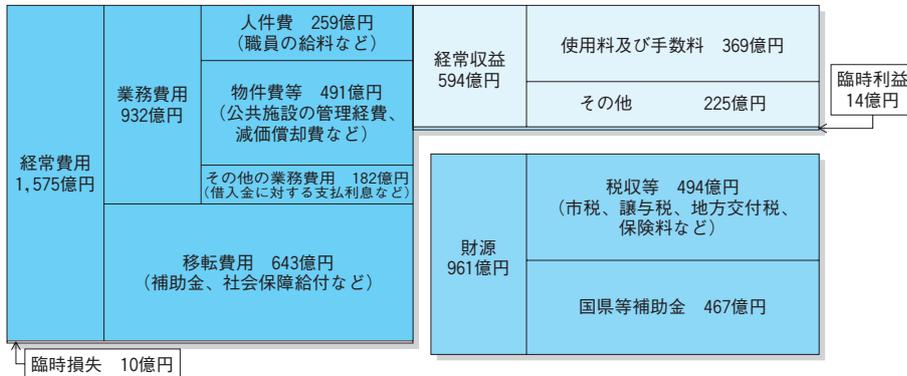


市の資産や負債の額を表しているよ

- ▶ 預貯金にあたる各種基金の合計は、市民1人当たり83,335円となっています。
- ▶ 借金にあたる地方債等の残高は、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や国が7割を負担する合併特例債などを含めて、市民1人当たり700,287円となっています。

## 行政コスト計算書

提供した行政サービスに要した費用（コスト）と、その受益者負担である使用料などの収入を表します。また、ここでは純資産変動計算書に表示される財源を併せて掲載しています。



- ▶ 経常費用1,575億円から経常収益594億円を差し引いた981億円が純経常行政コストになり、これに臨時損失10億円を加え、臨時利益14億円を差し引いた額977億円が令和2年度の純行政コストになります。市民1人当たりの行政コストは、608,480円になります。
- ▶ 行政コストは、税金や国や県からの補助金などで賄われ、差額が不足する場合は繰越金などで賄われます。

## 主な事業・施設別の行政コスト計算書（一般会計等）

<b>高齢者福祉</b>  市民1人当たり 30,196円 高齢者1人当たり 109,639円	<b>ごみ処理</b>  市民1人当たり 15,065円 ごみ1t当たり 47,610円	<b>道路</b>  市民1人当たり 18,642円 市道1km当たり 1,941千円	<b>河川・水路</b>  市民1人当たり 9,680円	<b>公園</b>  市民1人当たり 2,651円 公園1ha当たり 2,911千円
<b>保育所</b>  市民1人当たり 23,850円 園児1人当たり 966,317円	<b>幼稚園</b>  市民1人当たり 7,071円 園児1人当たり 1,058,576円	<b>小・中学校</b>  市民1人当たり 23,937円 児童生徒1人当たり 303,701円	<b>スイトピアセンター</b>  市民1人当たり 12,662円 利用者1人当たり 6,185円	<b>情報工房</b>  市民1人当たり 1,277円 利用者1人当たり 6,451円



正しいごみの分別で循環型社会を

私たちの毎日の生活から出るごみ。まだ使えるものは再利用し、使えなくなったものは正しく分別することでごみの減量につながります。

この機会に、分別や出し方について再確認していただき、引き続き、分別収集にご協力をお願いします。詳しくは、クリーンセンター（☎89-4124）へ。

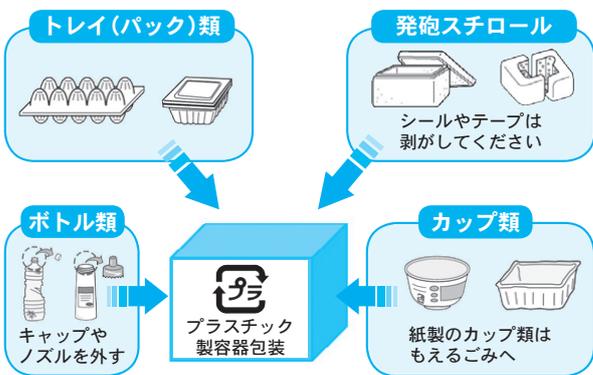
プラスチックの種類と出し方

市民の皆さんに分別のご協力をお願いしている「プラスチック製容器包装【ボトル・カップ・トレイ（パック）類】」。中にはプラスチック以外の物や汚れた物が入っている場合もあります。汚れた物は、再資源化できないため「もえるごみ」に出してください。

ここでは、「ボトル・カップ・トレイ（パック）類」として出せるものの種類や出し方などについて簡単に紹介します。

出し方のポイント

- 洗って出してください（汚れが落ちないものは「もえるごみ」へ）
- ボトル類のキャップやノズルなどは、取り外してから一緒に出してください
- ラベルや値札は、はがす必要はありません



袋出しはご遠慮ください

プラスチック製容器包装【ボトル・カップ・トレイ（パック）類】やペットボトル、ビン、カンが袋に入れず、そのまま回収容器に出してください。

なお、ご自身の地域の決められたごみステーションへ出していただきますようお願いいたします。

- \*回収容器がいっぱいの場合、他品目の回収容器を使用し、袋出しはしないでください
- \*回収容器が不足していたり、破損している場合は、自治会を通じて補充・交換を申請してください



「プラスチック製容器包装」として出せるものの種類や出し方など、詳しくは、市HPをご覧ください。右に記載の「ごみ分別アプリ」をご活用ください。

事業系ごみの分別は職場でも！

事務所や商店、会社などの事業活動に伴って出る「事業系ごみ」。収集運搬許可業者に委託またはクリーンセンターに直接搬入するなど、事業者の責任において適正に処理しなければなりません。

なお、事業活動とは、営利目的の活動だけでなく、学校や病院、官公署などが行う公共サービスも含まれます。

詳しくは、同センター（☎89-4124）へ。

気をつけて！事業系ごみのルール

- ◇一般家庭から出るものと変わらないものであっても、事業活動に伴って生じたものは全て「事業系ごみ」です
- ◇自宅に事務所や店舗がある場合も、家庭系ごみと事業系ごみを分けて処理する必要があります ※もえるごみのビニール袋に家庭系ごみと事業系ごみを混ぜて入れないでください
- ◇「事業系ごみ」中のもえないごみやプラスチックごみなどは産業廃棄物になりますので専門業者にご依頼ください

大垣市 環境市民会議 フードドライブ・羽毛布団の無料回収受け付けています

- ◆フードドライブ・・・食品ロス削減や生活支援のために、家庭などで余った食品の寄附を受け付けています。
- ◆羽毛布団の無料回収・・・限りある羽毛資源のリサイクルにご協力ください。

問合せ 同市民会議（室本町3-4、☎82-1761） ※平日の午前10時～午後3時に受付

ごみ分別アプリ

家庭のごみ、スマートに出しませんか？



ごみに関する情報を手軽に受け取ることができる「ごみ分別アプリ」。お住まいの地域を登録していただくと、ごみ収集日をカレンダー表示したり、希望する時間に収集日の通知を受け取れたりするほか、約3,700品目の分別方法を簡単に検索することができます。

詳しくは、クリーンセンター（☎89-4124）へ。

美しい川と海を守る プラスチック・スマート

プラスチック・スマートとは

プラスチック・スマートは、環境省が推進する、世界的な海洋プラスチック問題の解決に向けて進めるキャンペーン活動の合言葉です。

本キャンペーンでは、「ポイ捨て撲滅」を徹底した上で、不必要なワンウェイのプラスチック排出抑制や分別回収の徹底など、市民・行政・企業が取り組むことを推進しています。



あなたのプラスチック・スマート行動が海の生き物を守る!!

一人ひとりの普段の心がけで、海洋プラスチック問題の深刻化を抑制することができます。海の生き物や未来の子供たちを守るために、下記の行動を心がけましょう。

- ◎マイボトル・マイバックを持参
- ◎自然に還る素材のものを選ぶ（例えば、ヘチマタワシ、紙製品など）
- ◎リサイクル製品を選ぶ



## 障がい者サポーター研修会

- ◆とき/12月16日(木) 午前10時~11時30分
- ◆ところ/市役所 8階大会議室
- ◆内容/ハンドブックやDVDを使って、障がいの特性や必要な配慮、簡単な手話によるコミュニケーション方法などについて学ぶ
- ◆定員/20人(先着順)
- ◆備考/研修後、登録申請をした人をサポーターに認定し、シンボルマークをあしらったグッズを交付
- ◆申込/障がい福祉課(☎47-7162)へ



Ogaki City  
障がい者サポーター  
制度シンボルマーク



### 岐阜県学寮 令和4年度の入寮者

- ◆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
- ◆施設概要/個室(約8㎡、エアコン完備)、風呂・トイレ・洗面所・洗濯場は共同
- ◆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5万円も必要

- ◆面接日・会場/①12月11日:長良川観光ホテル石金(岐阜市長良) ②12月12日:高山市民文化会館(高山市昭和町) ③令和4年2月27日:長良川観光ホテル石金(岐阜市長良) ④令和4年3月6日:同学寮



同学寮HP

- ◆申込/希望する面接日の1週間前(必着)までに入寮願書などを郵送で同学寮事務局(〒112-0006 東京都文京区小日向1-18-11、☎03-3947-1958)へ

### 岐阜県学生会館 令和4年度の入寮者

- ◆対象/県内出身者で、来年4月に東京およびその近郊の大学・大学院に入学予定の人
- ◆所在地/東京都八王子市市安町2-5-8
- ◆施設概要/個室(約7㎡、エアコン完備)、風呂・トイレ・洗面所・洗濯場は共同
- ◆募集人数/男子20人程度、女子16人程度 ※書類審査と面接で選考
- ◆寮費/月額58,300円(食費・

光熱水費を含む) ※入寮金15万円と敷金7万円も必要

- ◆面接日・会場/令和4年1月30日:じゅうろくプラザ(岐阜市橋本町)、令和4年3月11日:岐阜県学生会館 いずれも午前10時30分~午後4時



同会館HP

- ◆申込/面接日の3日前(必着)までに、入寮願書と身上調書を、郵送で同会館事務局(〒192-0904 東京都八王子市市安町2-5-8、☎042-646-6561)へ

## 入門的研修 介護に関する

- ◆対象/県内在住で、介護分野でケアサポーター(介護助手)としての就労などに関心があり、4日間の研修全てを受講できる人(介護職として働いている人を除く)
- ◆内容/介護に関する基本的な知識・技術を学ぶ
- ◆定員/20人(抽選) ※就労意欲のある人を優先
- ◆申込/ソラスト教育事業部営業課(☎06-6265-8555)へ

とき	ところ	申込締切
【説明会】12月16日(木) 13:30~14:30	スイトピアセンター	12月9日
令和4年1月13日(木) 9:15~16:30	スイトピアセンター	12月24日
令和4年1月19日(水) または、21日(金)	受講者宅(オンライン)	
令和4年1月24日(月) または、26日(水)	受講者宅(オンライン)	
令和4年2月4日(金)	スイトピアセンター	

※新型コロナウイルス感染状況により、全日オンライン研修になる場合があります

## 市民ICT活用研修

自分だけの年賀状を作ってみよう!

- ◆対象/市内在住・在勤・在学の人
- ◆とき/12月12日(日) 午後1時30分~4時30分
- ◆ところ/宇留生地区センター
- ◆内容/インターネットを使って年賀状の作り方を学ぶ
- ◆定員/10人(抽選)
- ◆受講料/500円
- ◆持ち物/パソコン(貸出可)
- ◆申込/11月30日の午後5時までに、市HPオンラインサービス「電子申請サービス」または、情報工房(☎75-7000)へ



市HP

### 世帯向け賃貸住宅 一之瀬住宅(上石津町)の入居者

- ◆構造・間取り/鉄筋コンクリート造3階建、3LDK(水洗トイレ、浴槽は完備)
- ◆募集戸数/A・C棟各1戸(3階)
- ◆問合せ/県住宅供給公社(☎47-8192)へ



### メゾン東大垣(今宿)の入居者

- ◆構造・間取り/鉄筋コンクリート造4階建て、3DK
- ◆月額家賃/49,000円 ※駐車場代3,760円(2台まで契約可)と共益費2,800円は別途

- ◆敷金/家賃の1.5か月分
- ◆契約期間/入居日から4年間 ※再契約可能
- ◆連帯保証人/原則不要。ただし保証会社の利用は必須
- ◆問合せ/県住宅供給公社業務課業務室(☎81-8502)へ

### 令和4年度 伝統文化親子教室事業の申請団体

文化庁は、子どもを対象とする邦楽・日本舞踊・茶道・華道などの伝統文化教室に対し助成を行います。それに伴い、市は12月3日(必着)まで申請団体を募集しています。  
詳しくは、文化庁HPをご覧ください。文化振興課(☎47-8067)へ。

### 参加団体募集

## かがやきライフトウン大垣2022 春のつどい

市民一人ひとりがいつまでもかがやき続け、市民の魅力で活力あふれるまちを創っていかうとする「かがやきライフトウン構想」。市は、この構想を一層推進するため「かがやきライフトウン大垣2022・春のつどい」を開催します。さまざまな分野で活躍する市民団体の皆さんが、日頃の活動成果を発表・PRする場として、ぜひご参加ください。

- ◆とき/令和4年2月26日(土)・27日(日) 午前10時~午後4時
- ◆ところ/スイトピアセンター
- ◆対象/市内で活動する団体やサークル
- ◆募集内容・募集団体数/①かがやきステージ発表(30団体・1団体15分以内) ②かがやき活動紹介(10団体程度) ③かがやき作品展(20団体程度) ④かがやき体験工房(15団体程度)
- ◆応募方法/12月5日の午後5時までに、まちづくり市民活動支援センターなどで配布の申込書に必要事項を記

入し、同センター(郭町2-28、FAX75-0452、e-mail:machizukuri@ogaki-tv.ne.jp)へ ※応募多数の場合は抽選となります

- ◆問合せ/まちづくり市民活動支援センター(☎75-0394)へ



ステージ発表の様子



# みんなで秋の 星空を楽しもう！ 市民天体教室

- ★とき／11月27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／秋の星空解説と大型屈折望遠鏡で惑星などを観測
- ★定員／30人(先着順)
- ★申込／11月22日の午前9時から、大垣市文化事業団HPで申込
- ★問合せ／同事業団(☎84-2000)へ



## 大垣市景観遺産をドローンで空撮！

- ◆対象／中学生以上の人
- ◆とき／12月4日(土)・5日(日) いずれも午前9時頃～午後4時頃解散予定<雨天中止> ※行程の詳細については、まちづくり市民活動支援センターへお問い合わせください
- ◆内容／名阪近鉄バス(株)で昼飯大塚古墳や墨俣一夜城付近を回り、ドローンで空撮する
- ◆定員／各15人(先着順)
- ◆参加料／2,800円(運賃・ドローン使用料・昼食代込)
- ◆申込／同支援センター(☎75-0394)へ



## 郷土館所蔵品展 郷土の画人展

- とき／11月17日(水)～令和4年1月24日(月) 午前9時～午後5時 ※毎週火曜日と年末年始、11月24日、令和4年1月12日は休館
- ところ／郷土館1階郷土美術室
- 内容／虎の絵で有名な大橋翠石、高木美石など同館が所蔵・預託する郷土の多彩な画人の作品を展示
- 入館料／200円 ※高校生以下は無料
- 問合せ／同館(☎75-1231)へ



高木美石「鶴の図」

## こどもICT学級 スクラッチプログラミング講座

- 対象／小学1～3年生の親子
- とき／12月25日(土) 午前9時～11時30分
- ところ／情報工房2階多目的研修室
- 内容／「スクラッチ」のアプリを使って、簡単なプログラミングを作成する

- 定員／10組(抽選・市内在住の人優先)
- 参加料／500円
- 申込／12月8日の午後3時までに、情報工房(☎75-7000)へ ※同工房HPから申込可
- 抽選／12月10日の午前10時

## 市民伝言板

### 託児所daccoの保育デー

- \*対象／市内在住の0歳～小学4年生の親子
- \*とき／11月23日(火・祝) 午前9時30分～午後0時30分
- \*ところ／AA(ダブルエー)～親子で学べるシェアハウス～(赤坂町)
- \*内容／岐阜県産の木のおもちゃ遊びやリトミック体験、ベビーヨガ体験などを親子で楽しむ ※一部予約優先あり
- \*申込／AAの安藤さん(☎76

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。

～3343)へ ※同団体HPから申込可

### 初めての短歌教室

- \*とき／12月18日(土) 午後1時30分～3時30分
- \*ところ／青年の家研修室
- \*内容／初めての人も簡単に短歌づくりができる方法を学ぶ
- \*定員／20人(先着順)
- \*申込／家庭倫理の会の澁谷さん(☎090-5008-1535)へ



### 学生のためのライフプラン講座

- \*対象／16～24歳の人
- \*とき／①12月4日 ②12月11日 ③令和4年1月8日<全3回> いずれも土曜日の午前9時～正午
- \*ところ／①②Zoomによるオンライン受講 ③ハートリンクおおがき(オンライン受講も可)
- \*内容／①②岐阜大学副学長の大藪千穂さんを講師に招き、老後までの人生をシミュレーションする ③キャリアコンサルタントの中川久枝さんを講師に招き、自分の将来の人生設計を描く
- \*定員／20人(先着順)
- \*申込／11月15日から、EメールでNPO法人まち創りの石

丸さん(e-mail:ishimaru@machizukuri.or.jp、☎75-0394)へ

### 「LGBTQ」勉強会

- \*とき／11月20日(土) 午後1時30分～4時
- \*ところ／サイトピアセンター
- \*内容／大阪市淀川区役所・市民協働課長代理の山崎有希子さんを講師に迎え、淀川区が取り組んでいるLGBTQ支援事業の紹介や、ワークショップなどを通じて、性的マイノリティについて学ぶ
- \*定員／50人(先着順)
- \*参加料／1,000円(資料代)
- \*申込／まちづくり市民活動支援センター(☎75-0394、FAX75-0452)へ

### 多文化共生フォーラム～Cool Japan～

- \*対象／県内在住の外国人住民
- \*とき／12月4日(土) 午後1時30分～4時
- \*ところ／サイトピアセンター
- \*内容／多文化共生を通じた魅力ある地域づくりについて考える
- \*定員／50人(先着順)
- \*申込／岐阜県世界青年友の会の白井さん(☎090-8078-2534)へ

### オンライン対談「教育観」

- \*とき／11月23日(火・祝) 午後1時20分～4時30分
- \*内容／Zoomを使った、世

田谷区立桜丘中学校前校長の西郷孝彦さん=写真左=と、りんごの木代表の柴田愛子さん=写真右=による「どこから巻き戻す？公教育の学び～コロナ世代の子どもたちへわたす最適な学びの環境とは～」と題した対談や、参加者同士の情報交換



6010、☎090-2132-7881)へ

### 男女共同参画推進セミナー

- \*とき／12月18日(土) 午後1時30分～3時
- \*ところ／サイトピアセンター
- \*内容／女性史研究家の度会さち子さん=写真=による「今こそ！男女共同参画～コロナ禍の中での女性の現状から～」と題した講座
- \*定員／30人(先着順)
- \*申込／男女共同参画推進室などで配布の申込書を記入し、高齢社会をよくする女性の会・岐阜の高橋さん(FAX81-



### ライフサポート福祉講座

- \*とき／12月3日(金)・7日(火)・10日(金)・14日(火)・17日(金)<全5回> いずれも午後1時30分～3時
- \*ところ／サンサンひろばつつみ(北方町)
- \*内容／地域での支え合い活動や認知症、障がいについて学ぶ福祉講座
- \*定員／10人程度(先着順)
- \*参加料／1,500円(資料代込)
- \*申込／NPO法人校舎のない学校(☎0585-45-9745)へ





瀧谷 風弥くん(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)

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3年1月生まれの子	12/1(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 ※健診日時は、送付するご案内ハガキで確認してください。	無料	不要
		12/2(木) <受付> 13:00~13:30				
		12/3(金) <受付> 13:00~13:30				
1歳6か月児健康診査	令和2年5月 1日~10日生まれの子 11日~20日生まれの子 21日~31日生まれの子	12/7(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
		12/8(水) <受付> 13:00~13:30				
		12/9(木) <受付> 13:00~13:30				
フッ化物塗布	平成30年10月生まれの子、平成31年4月生まれの子、令和元年10月生まれの子、令和2年4月生まれの子	12/6(月) <受付> 13:00~13:15 <受付> 13:30~13:45	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	500円	11/17~

## <上石津地域>

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
4か月児健康診査	令和3年7・8月生まれの子	12/13(月) <受付> 13:00~13:15	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	無料	不要
10か月児健康診査	令和3年1・2月生まれの子	12/13(月) <受付> 13:30~13:45				

## <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
4か月児健康診査	令和3年7・8月生まれの子	12/10(金) <受付> 13:00~13:15	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	無料	不要
10か月児健康診査	令和3年1・2月生まれの子	12/10(金) <受付> 13:30~13:45				

ウェブシステムでは、1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

## インフルエンザ しっかり予防しよう

インフルエンザは毎年12月から3月に流行し、感染力が非常に強いいため高齢者や乳幼児、免疫力が低下している人は重症化しやすい傾向にあり、注意が必要です。

新型コロナウイルス感染症をはじめ、同時期に複数の感染症が流行することがあるため、予防対策は万全にして、感染拡大の防止を心がけましょう。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

### <インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の違い>

	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
感染経路	飛沫感染・接触感染	飛沫感染・接触感染
潜伏期間	1~2日	1~14日(平均5日前後)
特徴的な症状	高熱 関節痛・筋肉痛	味覚・嗅覚異常を伴うことがある
主な症状	発熱、頭痛、全身の倦怠感、喉の痛み、鼻汁、咳	

### かからない・うつさないために

インフルエンザを予防するための3原則、「感染経路を断つ」、「抵抗力をつける」、「免疫をつける」を実践しましょう。

#### ①感染経路を断つ

- ・帰宅後の手洗いや、アルコール製剤による手指衛生を徹底する
- ・こまめに部屋を換気する
- ・室内では、加湿器などを使って適度な湿度(50~60%)を保つ
- ・外出時はマスクをつける
- ・できるだけ人混みを避ける



#### ②抵抗力をつける

- ・バランスのよい食事と睡眠を十分とる
- ・適度な運動を心がける

#### ③免疫をつける

- ・予防接種を受ける

※予防接種には重症化を抑える効果がありますが、発症しないわけではありません

### 発熱などの症状があったら

- ◆外出を避け、まずはかかりつけ医などの身近な医療機関に電話で相談する
- ◆かかりつけ医が無い場合や、相談先に迷う場合などは、西濃保健所に設置されている「受診・相談センター(☎73-1111)」または市民病院に設置されている「電話相談体制整備医療機関(☎77-0783)」に相談する
- ◆相談先の案内(自院への受診案内または他の医療機関を紹介など)に従って受診する



## 保健センターの教室など

### 大垣地域 乳幼児相談

- \* とき / 12月1・8・15・22日  
いずれも水曜日の  
午前9時～11時
- \* ところ / 大垣市保健センター
- \* 内容 / 育児や発育などの相談
- \* 持ち物 / 母子健康手帳
- \* 申込 / 11月15日から、同センター (☎75-2322) へ



### 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 / 12月2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 / 11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 / 12月7日(火) 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)
- \* 持ち物 / 母子健康手帳
- \* 申込 / 11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 / 11月15日から、各保健センターへ



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	12/7(火)・21(火)	大垣市保健センター (☎75-2322)
	12/21(火)	上石津保健センター (☎45-2933)
	12/9(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	12/14(火)	大垣市保健センター (☎75-2322)

## 家庭でつくる“いのち”の教育

～誰もが大切な存在であることを伝えよう～

子どもは「愛されること」で、自分や他人を愛することを学びます。「自分はかけがえのない大切な存在だ」という思いをはぐみながら、「同じように、他の人も大切な存在なのだ」と教えることが、家庭の役割として重要になっています。

お子さんと一緒に、母子健康手帳を見ながらゆっくり話をしてみましょう。「お母さんはこんなに頑張って産んでくれたんだ」「家族に愛されて幸せだな」と感じられるようにすることは、家庭でしかない「いのち」の教育です。

詳しくは、大垣市保健センター (☎75-2322) へ。

### “いのち”をはぐくむ家庭の役割

- ♥ 家族での食事を大切に
- ♥ 家族と一緒に汗を流して働く(地域の奉仕活動など)
- ♥ 子どもをしっかりと抱きしめる
- ♥ 子どもの話をじっくり聞き、子どもによく話しかける
- ♥ 幼児期には、本の読み聞かせをする
- ♥ 早寝早起きなどの基本的な生活習慣を身につける



## 感染症予防のためにも

## 口呼吸から鼻呼吸へ

新型コロナウイルス感染症の感染予防対策としてマスクを着用する機会が増え、「口呼吸」になりがちの人が増えています。

口呼吸を習慣にしてしまうと、身体にはさまざまな影響を及ぼすことがあるため、日頃から鼻呼吸を心掛けることが大切です。

詳しくは、大垣市保健センター (☎75-2322) へ。

### ●口呼吸が身体に及ぼす影響は？

- ・ 風邪などの感染症やアレルギーになりやすい
- ・ むし歯や歯周病、口臭の原因になりやすい
- ・ 歯並びが悪くなる
- ・ 顔の筋肉が衰え、老化の原因になることもあります

### ●なぜ、鼻呼吸がいいの？

- ・ 外気を取り込む際に、細菌やウイルスを排除できる
- ・ 口呼吸によって発症した歯周病には、糖尿病を悪化させる危険性があり、重度の歯周病の人は脳梗塞のリスクが上がる恐れがある

### お口の体操で口呼吸を改善しよう！

右のQRコードにアクセスして、日本歯科衛生士会が制作した「マスクをしたままできるお口の体操」の動画を参考に、口呼吸を改善しましょう。



QRコード

## 無料風しん抗体検査を受けましょう！

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性を対象に、令和4年3月31日までの期間で、無料で風しんの抗体検査と定期予防接種を実施しています。今年度の対象者には、クーポン券を送付しましたので、受託医療機関で受診してください。詳しくは、大垣市保健センター (☎75-2322) へ。

### ◆令和3年度クーポン券の送付対象者

市内在住の昭和37年4月2日から昭和41年4月1日生まれの男性(昭和41年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性で、検査を希望する人は同センターへご連絡ください。随時、クーポン券を送付します。すでにクーポン券を利用して抗体検査や予防接種を受けた人は、対象となりません)

### ◆受診時の持ち物

- ①クーポン券(有効期限があります)
- ②運転免許証や健康保険証、マイナンバーカードなど(住所、氏名、生年月日が確認できるもの)

※定期予防接種対象者は、①②および抗体検査の結果など風しん抗体価が記載されているものをお持ちください

受託医療機関など詳しくは市HPをご覧ください



市HP

### ～園芸で生活を楽しもう～

#### お勝山ふれあいセンター

- ▶ とき / 12月9日(木) 午後1時30分～3時
- ▶ ところ / かたらいプラザ1階娯楽集会所
- ▶ 申込 / 11月16日から、同センター (☎71-2252) へ

#### 中川ふれあいセンター

- ▶ とき / 12月15日(水) 午後1時30分～3時
- ▶ ところ / 2階会議室(大)
- ▶ 申込 / 11月16日から、同センター (☎82-8850) へ

## 介護予防教室

いつまでも健康に！

### 共通事項

- ◆ 定員 / 各会場15人(先着順)
- ◆ 参加料 / 500円
- ◆ 持ち物 / シャベル、エプロン、ビニール手袋、持ち帰りビニール袋
- ※ 申込は、どちらかの会場で1人1回まで





**11月27日土**  
**～1月31日月**  
**17:00～21:00**

**城下町大垣イルミネーション**

大垣の冬を幻想的な光で彩る「城下町大垣イルミネーション」。大垣駅通り一帯を、さまざまなイルミネーション装飾で光り輝く空間に演出します。  
 詳しくは、同実行委員会（商工観光課内、☎47-8597）へ。

**初日に点灯式を開催します**

- ◆とき／11月27日（土）午後6時～6時25分（点灯：午後6時20分）
- ◆ところ／大垣駅南街区広場



**ソフトピアジャパン 冬のファンタジー**

ソフトピアジャパン一帯を光のオブジェやイルミネーションで彩る「冬のファンタジー」が今年も開かれます。  
 詳しくは、同実行委員会（G・I・NET棟内、☎74-8861）へ。

- ◆とき／11月19日（金）～12月25日（土）午後5時～8時30分
- ◆ところ／ソフトピアジャパン（センタービル東側水上ステージ、進出企業社屋の玄関など）

**美濃国分寺跡 国分寺建立の意義**

美濃国分寺跡国史跡指定100周年記念講演会

- ◆とき／12月11日（土）午後1時30分～3時
- ◆ところ／総合福祉会館5階ホール
- ◆内容／京都府立大学教授の菱田哲郎さんを講師に迎え、これまでの発掘調査の成果や全国の国分寺での事例を交えながら、歴史的意義を学ぶ
- ◆定員／100人（先着順）
- ◆申込／11月15日から、歴史民俗資料館（☎91-5447）へ



**プライムコンサート2021 北川千紗 ヴァイオリンコンサート**

**とき** 1月7日 金 午後6時30分～（開場：午後6時～）

**ところ** スイトピアセンター文化ホール

- ◆内容／大垣市文化奨励賞（2008年）、大垣市民大賞（2014年）を受賞したヴァイオリニストの北川千紗さん＝写真＝と大垣市出身のピアニストの五島史誉さんによるコンサート
- ◆入場料（全指定席）／一般2,000円、一般ペア3,000円、高校生以下1,000円 ※一般はスイトピア友の会会員割引あり
- ◆チケット販売／友の会会員は11月12日の午前10時から、一般は11月19日の午前10時から、大垣市文化事業団HPやスイトピアセンター・市民会館の事務室、チケットぴあで販売
- ◆備考／未就学児は入場不可（ただし無料託児あり）
- ◆問合せ／同事業団（☎82-2310）へ



**[有 料 廣 告]**

