

みのかも

2009
11/15
November
No.900

くらしの情報紙

MINOKAMO Public Relations Magazine



表紙
写真

震度6弱の地震を想定し、総合防災訓練を実施

大規模地震による災害発生を想定した実践的な訓練を行うため、総合防災訓練が三和小学校と下米田小学校を会場に行われました。約1,200人が参加し、避難訓練、炊き出し訓練、救急救命訓練、バケツリレー消火訓練など、災害に備えた実践的な訓練を行いました。

02 くらし NAVI みのかモード
こんにちは！地域包括支援センターです！
男女共同参画コラム「男と女」

03 くらし NAVI お知らせワイド
05 くらし NAVI 情報かわら版
08 文化の森からのお知らせ

こんにちは！地域包括支援センターです！

●生活のなかで、困っていることや心配なことはありませんか。

これまで悩みごとや心配ごとがあったとき、どこに相談に行ったらよいか分からず、相談することをあきらめてしまったことはありませんか。

地域包括支援センターでは、介護についての相談や悩み以外にも、健康や福祉、医療や生活についてなど、さまざまな相談を一緒になって考えます。

●例えばこんな時に…

今利用しているサービス事業所に不満があるが言いづらい。



身に覚えのない請求書がきたがどうしたらいいのだろう。



近所に住んでいる一人暮らしの高齢者の様子が最近おかしいな。



配偶者に先立たれ一人っきりになってしまった。これからどうしよう。



「どこに相談していいかわからない」といった事も、まず地域包括支援センターに相談してください。問題に応じて適切なサービスや機関などにつなげていきます。お気軽に電話してください。

問 地域包括支援センター 24・7370

シリーズ

男女共同参画

27

ひと男とひと女

「働き方」について考えてみましょう

ワークライフバランスをテーマにした講演を聴いてきました。

企業が行うワークライフバランス支援で重要なことは、
1. 『社員がお互いの価値観、生き方、ライフスタイルを認め合うこと』

2. 『社員が仕事の管理・働き方を見直し、残業を減らす努力をすること』

3. 『会社が制度を導入し、利用しやすい職場づくりを目指すこと』

であるというお話でした。

社員自身が仕事だけではなく、趣味の時間や家庭生活、地域での活動に深くかかわっていかうという意識がない限り、いくら制度が整っていてもワークライフバランスは実現しないという事です。

自分なりに考えてみました。まずは効率よく仕事をこなす術を身に付ける必要があります。残業ばかりしている人には、空いた時間に趣味の時間やボランティアなど仕事以外の活動に参加することはできません。職場での良好な人間関係も重要です。お互いの趣味や家庭環境を適度に理解し合うことによって、仕事以外の活動に参加しやすくなると考えられます。

スキルアップのための学習、趣味の講座、健康づくりのための運動など仕事以外の活動は、リフレッシュ効果が期待できます。さらに、それらの経験が仕事に生かされることも期待できます。

あなたも「働き方」について考えてみませんか。

(文責 日比野)

年末調整や確定申告には、 「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」などが必要です

国民年金保険料は、平成21年中に支払った全額が所得税・市県民税の社会保険料控除の対象となります。

年末調整や確定申告で、社会保険料控除として申告する場合、1年間に支払った(見込みを含む)国民年金保険料の額を証明した書類の添付などが必要です。

社会保険庁から、11月上旬に送付された「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書等」のはがきにより、今年の1月1日から9月30日までの間に支払われた国民年金保険料額と年内に支払いの見込まれる額を証明しています。

また、10月1日から12月31日までの間に初めて国民年金保険料を支払う人には、来年の2月に同様の証明書が送付されます。

※詳細については、美濃加茂社会保険事務所(25・8181)へ



国民年金保険料の支払いは、割り引き制度のある口座振替が便利です

問 市民課 内線 223

老齢年金を受給されている人に、お知らせします

老齢基礎年金の受給開始後に、国民年金の第3号被保険者(サラリーマンに扶養されている配偶者)期間と会社などにお勤めされた期間(厚生年金や共済組合の加入期間)の重複期間が判明した場合には、厚生年金の資格喪失後の届け出が行われていない期間も第3号被保険者期間(国民年金保険料の納付済期間)として取り扱われ、過去に受給された年金額が減額されなくなりました。

このため、老齢年金を受給されている人は、社会保険事務所で、第3号被保険者期間の申し出の手続きを行ってください。なお、すでに年金額を返納された人には、返納された額が改めて支払われます。

※詳細については、美濃加茂社会保険事務所(25・8181)へ

問 市民課 内線 223

不審者情報などを いち早く お知らせします。

市では、安心安全に暮らせるまちづくりを進めています。しかし、市内でも不審者の目撃や傷害事件などが発生しています。

そこで、これらの事案をいち早く市民の皆さんにお伝えするために、岐阜県警が実施している、「岐阜県警察安全・安心メール」への登録をおすすめします。

■岐阜県警察安全・安心メール

事件の発生・検挙、不審者情報などを登録者の携帯電話、パソコンに提供します。

■メール配信登録

- ① 次のメールアドレスを入力するか、QRコードを携帯電話で読み込み、空メールを送信してください。
アドレス bouhan_reg@portal.pref.gifu.lg.jp
- ② 空メールを送信してしばらくすると、本登録についてのメールが返信されます。
※受信制限をされていると受信ができません
- ③ 返信されたメール本文に記載されている本登録用URLへアクセスし、希望する地域・情報を選択すると、メール配信の利用登録が完了し、登録完了画面が表示されます。

※詳細については、岐阜県警察のホームページでご確認ください



QRコード

問 防災安全課 内線 272

新型インフルエンザの 「医療機関受診」についてのお願い

市でも新型インフルエンザが流行しています。今後、冬季になり患者の増加が心配されることから、地域の医療体制を守るため、市民の皆さまのご協力をお願いします。

■まずはかかりつけ医に受診してください

- ①多数の患者が発生した場合、診療所は症状の軽い患者の診療を担当し、病院は重症患者の診療を担当するなど、医療機関の機能に応じた役割分担をします。症状が軽い場合はできるだけ通常の診療時間内にかかりつけ医で受診してください。(救急外来に症状の軽い患者が殺到すると重症患者の診療に支障が出ます)
- ②必ず、事前に医療機関へ電話をして、受診時間帯や待機方法の指示を受けてください。
- ③家を出るときからマスクを着用し、医療機関では職員の指示に従って待機してください。

※インフルエンザであるかどうかを判定する簡易迅速検査は、インフルエンザかどうかを100%の確率で判断できるものではありません(医師は問診や臨床症状から判断することもあります)。特に、症状が出てから6時間以内は、不確実な検査結果となることがあります

■次の兆候が見られたら、急いで医療機関を受診してください

- 呼吸が速い、息苦しそう、息切れがある
- 胸の痛みが続く、顔色が悪い(土気色、青白いなど)
- 嘔吐(おうと)や下痢が続いている
- 症状が長引いて悪化してきた(成人の場合、3日以上発熱が続いている)

■小さなお子さんの場合は次の症状にも注意

- 落ち着かない、遊ばない、反応が鈍い、呼び掛けに答えない
- 意味不明の言動が見られる

■小さなお子さんの場合の医師または看護師による電話相談のご案内

小さなお子さんの場合、「休日や夜間など、急な子どもの病状にどう対処したらよいのか?」「医師の診察を受けた方がよいのか?」など不安や心配がある場合は、小児科医・看護師への電話による相談ができます(電話によるアドバイスであり、診断・治療は行いません)。

- プッシュホン回線や携帯電話からは、「# 8000」
- プッシュホン回線でない固定電話や公衆電話からは「058・240・4199」

※つながらない場合は、10分ほど待ってからかけなおしてください

■新型インフルエンザと診断された人へ

診断を受けた場合、解熱後2日を経過すれば外出しても構いませんが、感染拡大防止のため、症状が出た日の翌日から7日を経過するまでの間はマスクを着用するなどの配慮をお願いします。

また、新型インフルエンザの潜伏期間は最大7日間(平均2~3日)とされています。患者となられた人と同居されているご家族などは、患者さんが治癒されてから、1週間程度は健康管理に気を付けてください。

■事業所や学校などへの治癒証明書について

岐阜県から事業所や学校などに周知してあり、解熱後にあらためて医療機関を受診して、簡易迅速検査を受けたり治癒証明書を取得したりする必要はありません。

問 健康課 内線 387

国道21号終日片側交互通行のお知らせ

国道21号(坂祝町勝山地内)において、水防施設の修繕工事のため、終日片側交互通行規制を実施します。工事期間中は、大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

◇終日片側交互通行規制

11月24日(火)~12月18日(金)

◇規制時間 終日

◇規制区間 坂祝町勝山~取組間(勝山西交差点から美濃加茂方面へ500m程度)

※詳細については、木曾川上流河川事務所管理課(058・251・1325)へ

問 土木課 内線 268

小学校音楽会

教育センター 28・3255

市内の各小学校を代表する児童が、これまで練習してきた合唱や合奏などの音楽活動を発表します。

◇とき

11月27日(金)

午前9時～11時20分

◇ところ 文化会館

◇対象 どなたでも

◇入場料 無料

若者サポートステーション
出張セミナー&個別相談

商工観光課 内線264

「ぎふサポ キャラバン隊」が、若年就労支援のセミナーと個別相談会を実施します。

◇とき 12月12日(土)

・セミナー

午後1時～2時30分

・個別相談会

午後3時～6時

◇ところ 中央公民館

◇対象 15歳以上40歳未満

のニート状態の人の保護者

や支援者、教育関係者

◇内容

「若者無業者の抱える課題

とその克服法」職業的自立を果たすために」

◇定員

・セミナー 20人(先着順)

・個別相談会 6組(先着順)

◇参加料 無料

※詳細については、岐阜県若者サポートステーション(058・216・0125)へ

みのかもの子どもを
たくましく育てるつどい

生涯学習課 25・4141

11月は「全国青少年健全育成強調月間」です。青少年の健全育成、非行防止などについて、家族だけでなく、地域ぐるみで考えてみませんか。ぜひ、親子で参加してください。

◇とき 11月22日(日)

午後1時開演

(午後0時30分開場)

◇ところ 中央公民館

◇内容 アトラクションや講義、学習会など

◇テーマ 「子育ては地域ぐるみで『わが家の食事』私も考えます」

◇定員 300人

◇参加料 無料

◇申込み 不要

子どもすこやか相談

健康課 内線388

お子さんの発育・発達に不安を持つ人を対象にした相談会です。小児科医と理学療法士が相談に応じます。

◇とき

12月9日(水)

午後2時～4時

◇ところ 保健センター

◇定員 5組(先着順)

◇参加料 無料

◇申込み

直接または電話で健康課へ

第4土曜映画会

入場
無料

◇とき 11月28日(土)
午前10時～
◇ところ 中央公民館
◇映画 『ごめんねミーちゃん』
『ファール昆虫記 セミとオサムシ』

問 生涯学習課 25・4141

人権同和合同学習会

さまざまな人権問題について、正しい認識と理解を深めるために、講演会を開催します。

◇とき 12月5日(土)
午後1時30分～
◇ところ 中央公民館
◇テーマ 「生きる・命みつめて」
◇講師 鬼頭 隆さん(童話作家・詩人)
鬼頭 瑞希さん
(シンガーソングライター)
◇対象 どなたでも
◇定員 250人(先着順)
◇参加料 無料
◇申込み 不要

問 多文化共生課 内線361

「認知症啓発講演会」
開催のお知らせ

認知症という病気は、誰もがかかる可能性があります。認知症について正しく理解し、誰もが安心して暮らせるまちづくりについて、一緒に考えませんか。

◇とき 12月5日(土)
午後1時30分～3時
◇ところ 総合福祉会館
◇テーマ 「足立昭一型という若年性認知症」
～困難を生きる2人のラブストーリー～
◇講師 足立 昭一さん 足立 由美子さん
(若年性認知症の「語り部」として夫婦で活動中)
◇対象 どなたでも
◇参加料 無料
◇申込み 不要

問 地域包括支援センター 24・7370

長良川鉄道 記念フリー切符発売

長良川鉄道では、次の記念フリー切符を販売しています。

- ・長良川鉄道開業23周年フリーきっぷ
- ・越美南線郡上八幡駅開業80周年記念フリーきっぷ
- ・郡上八幡城築城450周年記念フリーきっぷ

◇販売駅 美濃太田駅、関駅など(有人駅) ◇価格 各種1枚 1,000円

※この切符は、12月7日(月)～11日(金)に限り利用することができます

※販売の数に限りがありますのでご注意ください ※3種類をセットで購入の場合には、特製台紙がつきます

※詳細については、長良川鉄道株式会社(0575・23・3921)へ

問 地域振興課 内線 249

美濃加茂ジュニアリーダーズクラブ クリスマス交流会

レクリエーションやビンゴゲーム、食事を楽しみながら、新しい友だちをたくさんつくり、みんなでクリスマス会を楽しもう。

- ◇とき 12月23日(祝) 正午～午後4時
- ◇ところ 中央公民館
- ◇対象 市内在住の小学生
- ◇定員 35人 ◇参加料 500円
- ◇申込み 11月27日(金)必着で、はがき(〒505-8606 太田町3425-1 「ジュニアリーダーズクラブ クリスマス交流会係」)に住所・氏名(ふりがな)・学年・保護者名・電話番号を記入し、生涯学習課へ

※申し込み多数の場合は抽選となります

問 生涯学習課 25・4141

「サンタがおうちにやってくる」

スタッフ募集

市連合青年団では、クリスマスイブに、子どもたちにプレゼントを届けるイベントを行います。



あなたもサンタになって夢とプレゼントを届けるスタッフになりませんか。

- ◇とき 12月24日(木)
- ◇内容 当日のプレゼント渡しなど
- ◇申込み 11月27日(金)必着で、はがき(〒505-8606 太田町3425-1 「サンタがおうちにやってくるスタッフ募集係」)に、住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記入し、生涯学習課へ

問 生涯学習課 25・4141

ふれあいホールで 楽しく健康的に

参加料
無料

問 社会福祉協議会 28・6111

高齢者の健康促進を目的に、楽しい教室を開催します。

◇ところ 総合福祉会館 ◇対象 市内在住の60歳以上の人 ※いずれも午後1時30分～2時30分

■ヨーガ教室 ◇とき 11月19日(木)

■すこやかリズム体操 ◇とき 12月11日(金)

■音楽の広場 ◇とき 11月25日(水)

■中国の健康体操 ◇とき 12月14日(月)

■いきいき椅子体操 ◇とき 12月1日(火)

■お手玉の広場 ◇とき 12月21日(月)

広告

広告

大学図書館の利用のご案内

問 中央図書館 25・7316

名城大学附属図書館都市情報学部分館では、生涯学習支援や地域貢献を目的に大学図書館を開放しています。大学図書館ならではの資料を、ぜひご利用ください。なお、貸し出しには、利用証が必要です。

利用証の作成

◇ところ 名城大学附属図書館都市情報学部分館(可児市)

◇対象 22歳以上の人

※学生は不可

◇必要なもの 利用者申請書(図書館内の所定用紙)、写真(縦3.5cm×横3cm)1枚、身分を証明するもの(自動車運転免許証など)

大学図書館の利用について

◇利用時間 平日の午前9時～午後6時

◇貸出可能冊数 2冊

◇貸出期間 2週間

※詳細については、名城大学附属図書館都市情報学部分館(0574・69・0152)へ



わくわく体験館
企画講座

「スノードームを作ろう」

ツリーと雪だるまをトンボ玉で作り、小さなガラスに入れて、スノードームを作ります。

◇とき 12月6日(日)、7日(月)
午前9時～正午

◇ところ わくわく体験館(可児市)

◇対象 小学5年生以上

◇定員 各日16人

◇受講料 3,000円(材料費など)

◇申込み 11月20日(金)までに、直接または電話でわくわく体験館へ

※申し込み多数の場合は抽選となります

※各日とも定員に満たない場合は、締め切り後も申し込みを受け付けます



問 わくわく体験館 65・1515

掲載広告を募集

◇広告枠サイズ

1つの広告枠のサイズは、縦50mm×横80mm

◇掲載する位置 「情報かわら版」ページの下段

◇色彩 広報紙と同様の2色

※詳細については、代理店(ヨツハシ株)058・293・1010へ

問 市政情報課 内線241

広告



文化の森からののお知らせ

問 文化の森 28・1110

■美濃加茂市子ども展

「絵画」「彫塑工芸」「技術家庭」「書写」など、市内小中学校の児童・生徒の作品展です。

◇と き 12月4日(金)～
6日(日)
午前9時～午後5時

◇対象 どなたでも
◇観覧料 無料

■収蔵品展

美濃加茂市は市制施行55周年となりました。これを記念して、これまでに市に寄贈された郷土作家の作品を展示します。

◇と き 12月12日(土)～
1月21日(木)
午前9時～午後5時

◇対象 どなたでも
◇観覧料 無料

■第13回朗読フェスティバル

みのかも「声のドラマ」の会、朗読講座受講生の発表と講師の公演です。



◇と き 12月6日(日)
①「声のドラマ2009」受講生の発表
午前10時～午後4時15分
②講師の公演
午後5時～6時

◇対象 どなたでも
◇定員 ①120人
②200人
◇入場料 ②の講師公演のみ
1,000円

※全ての発表・公演の座席は自由席
※チケットは文化の森で発売中

■アートな1日講座 「高島純さんとクリスマスペーパークラフト」

絵本作家の高島純さんと一緒に、クリスマスのペーパークラフトを作ります。

◇と き 12月13日(日)
午後1時～4時

◇対象 どなたでも
◇定員 20人
◇参加料 500円
◇持ち物 はさみ、のり

■ていねいな暮らし展関連講座 「道草ー伊深の冬のさとー」

展示ガイドボランティアとともに、佐野一彦のまなざしに思いをさせながら、冬の伊深を歩きます。

◇と き 12月12日(土)
午後1時～3時
※伊深公民館に集合・解散

◇対象 どなたでも
◇定員 20人
◇参加料 無料
◇申込み 11月14日(土)～
29日(日)必着
※動きやすい服装でお越しください

■第91回 森の朗読会

みのかも「声のドラマ」の会の皆さんによる朗読です。

◇と き 12月19日(土)
午後2時～3時

◇対象 どなたでも
◇定員 120人
◇入場料 無料

■森のコンサート 「クラシック」

文化の森から少し早いクリスマスプレゼント。

◇と き 12月20日(日)
午後2時～3時

◇出演 ハープ 田中 敦子
ヴァイオリン 滝下 瑛子
◇対象 どなたでも
◇定員 200人
◇入場料 無料

■「みのかも自然図鑑」講座 手摘みの春の七草

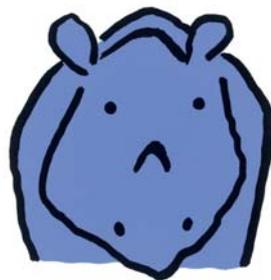
事前申込み

七草粥を作ったことがありますか。前日に七草を摘み取り、ちょっと味見してみませんか。



◇と き 1月6日(水)
午前9時30分～正午

※雨天中止
◇対象 どなたでも
◇定員 20人
◇参加料 100円
◇申込み 12月8日(火)～
23日(祝)必着
※動きやすい服装でお越しください



事前申込み

直接またははがき(必着)に、住所・氏名・電話番号・講座名を記入し、文化の森(〒505-0004 蜂屋町上蜂屋3299-1)へ
※電話・FAX・メールでの受け付けはしません
※申し込み多数の場合は抽選になります
※定員に余裕のある場合に限り、講座当日先着順に受け付けしますので事前にお問い合わせください

