

# みのかもと

2009  
**10/15**  
October  
No.898

くらしの情報紙

MINOKAMO Public Relations Magazine



表紙  
写真

## 肉厚でうまみたっぷりの三和シイタケを収穫

かつて夏シイタケが、全国出荷量の4割を占めていた三和町で、地元の味を知ろうと9月23日(祝)に「地産地消講座」が開催されました。参加者は、地元農家の柴田芳樹さんのシイタケハウスで収穫を体験した後、御殿山キャンプ場へ移動し、シイタケのバーベキューを楽しみました。

02 くらし NAVI みのかモード  
介護予防ではつつ生活  
考えよう。共生時代

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

## 介護予防で

シリーズ 3

## はっらっ生活

お口のお手入れが十分でなかったり、お口をあまり使わない生活をしていると、口腔(こうくう)機能が低下します。

適切なお口のお手入れとお口の体操で口腔(こうくう)機能を高めましょう。

### ●口腔(こうくう)機能編

★以下の質問に「はい」か「いいえ」でお答えください。

|   |                         |    |     |
|---|-------------------------|----|-----|
| 1 | 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか | はい | いいえ |
| 2 | お茶や汁物でむせることがありますか       | はい | いいえ |
| 3 | 口の渴きが気になりますか            | はい | いいえ |

※色がついた部分に回答が2つ以上あった場合は、口腔(こうくう)機能の低下の恐れがあります

- 虫歯を放ったままにしている      ○人と話す機会がない  
○固い物を食べない                      ○よくむせる  
○合わない入れ歯で我慢している      ○口腔(こうくう)内が不衛生

放っておくと

**お口の寝たきりに！**

低栄養・脱水・誤えん・窒息・  
運動機能の低下...



適切なお口のお手入れと、<sup>けんこう</sup>健口体操でお口の機能を高めましょう！

### お口のお手入れ

- ①まずは「ぶくぶくうがい」  
をしましょう  
②次に「入れ歯」のお手入れ  
・入れ歯は外して磨く  
・歯ブラシで磨く  
・ピンクの床の部分も  
ブラシで磨く  
・部分義歯の  
場合はバネの  
部分も磨く  
③「自分の歯」のお手入れ  
・歯と歯茎の間に  
歯ブラシを当  
てて、小刻み  
に動かす  
④舌のお手入れ  
⑤最後に「ぶくぶくうがい」

### 健口体操

- ①口を閉じたまま、ほおを膨らましたりすぼめたりする  
②口を大きく開けて、舌を出したり引っ込めたりする  
③舌を出して、上下に動かしたり左右に動かしたりする  
④口を閉じて、口の中で舌をぐるりと回す

問 保険課 内線 509

## Bom Dia

シリーズ

考えよう。共生時代 ②6

## ブラジル野菜

皆さん、ブラジル野菜を知っていますか？

野菜と言えども同じ、と思われるかもしれませんが、その国により、違うようです。

わたしは、ブラジルで何げなく食べていた野菜や果物が日本に無いことを知り、とても寂しい思いをしていました。しかし、最近ブラジル野菜をよく見掛けるようになり「懐かしいなあ」と思います。特にアポーボラというブラジルのカボチャ、アポブリンニャ(ズッキーニ)、コウヴェマ(なすの種類)などがたくさん販売されているのを見掛けます。

アポーボラはよく甘い味付けでお菓子(ドッセ)アポーボラ コン コッコ)やコンポートを作ったり、コンソメ、塩で味付けしておかず(キベ)やスープを作ったりします。ケールはサラダにしたり、いためたりして食べます。それぞれさまざまな食べ方があります。

こうした食生活や文化の違いを理解し合うことで、お友達になれるかもしれませんね。



▲アポーボラ (ブラジルのカボチャ)

(文責 バルボーザ仲)

## 高額医療・高額介護合算療養費制度

が**始**まりました

問 保険課 内線 221

医療と介護の両方のサービスを利用している世帯の負担を軽減する制度が始まりました。

○世帯内で同じ医療保険に加入している人について、毎年8月から翌年の7月までの1年間に掛った医療保険と介護保険の自己負担額を合計し、基準額を超えた場合に、その超えた金額が支給されます。

○申請先は、該当期間の最終日(7月末)に加入している医療保険になります。手続きの方法などについては、申請先となる医療保険または介護保険の窓口へお尋ねください。

※制度開始の初年度のみ、平成20年4月から21年7月までの間と上記の期間との比較を行い、有利な額が支給されます

※お支払いされた自己負担額が、医療保険のみ・介護保険のみの場合は制度の対象になりません。また、入院時の食事代や差額ベッド代などは含みません

※基準額は、世帯員の年齢構成や所得区分により異なります

## 「みのかもクリーン作戦」のお礼

9月13日(日)に実施しました「みのかもクリーン作戦」は、多くの人に参加いただき誠にありがとうございました。

ごみが集められた文化会館では、89人のボランティアの人たちがごみの分別作業に取り組みました。

また、収集されたごみの量は、可燃物約3トンをはじめ、不燃物や粗大ごみなどが約3トンありました。そのほか、タイヤ18本、家庭電化製品6台も回収しました。

今後とも「美しいまち美濃加茂市」を目指し、皆様のご協力をお願いします。



問 環境課 内線 306

## 口座振替促進 キャンペーン

(安全・便利・確実な  
口座振替)

期間 **11月2日(月)～30日(月)**

市では、口座振替促進キャンペーンを実施します。期間中に市税および料金の口座振替を新規で申し込みいただいた人にもれなくマイ箸袋(お箸入れ)をプレゼントします。

### ◇対象となる市税・料金

市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料、保育料、上下水道使用料、下水道受益者負担金、市営住宅使用料

### ◇対象とならない場合

- ・申し込みのあった市税、料金について、すでに口座振替を利用されている場合
- ・すでに口座振替をご利用の市税・料金について、期間中解約し、再度申し込みされた場合や金融機関を変更された場合

◇申込み 口座振替依頼書に必要事項を記入し、納税通知書、通帳届出印、預貯金通帳を持参し、次の金融機関に申し込みください

※口座振替依頼書は、市内金融機関、市役所担当窓口にあります

### ◇金融機関

大垣共立銀行、十六銀行、東濃信用金庫、岐阜銀行、岐阜商工信用組合、めぐみの農業協同組合、関信用金庫、東海労働金庫、三菱東京UFJ銀行、岐阜信用金庫、ゆうちょ銀行(郵便局)

※口座振替は、申込日の翌月末の納期からとなります。ただし、ゆうちょ銀行(郵便局)は申込日の翌々月以降の納期からとなります

※景品は後日発送します

問 税務課 内線 510

## 燃えるごみの収集を行いません

11月7日(土)は、ささゆりクリーンパーク全施設の電気設備年次点検のため、ごみの搬入ができません。

そのため、次の地区の可燃ごみ収集は行いませんので、集積所へ出さないよう、ご理解とご協力をお願いします。

### 収集を行わない地区

・山之上 ・蜂屋 ・加茂野 ・伊深 ・三和

問 環境課 内線 306

## プラザちゅうたいの工事のお知らせ

中央体育館プラザちゅうたい大ホールの水銀灯改修工事を行いますので、大ホールなどが利用できなくなります

皆さんにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

◇期間 12月24日～平成22年3月末

問 スポーツ振興課 26・3241

## オレンジリボンを配布

こども課 内線3227



11月は児童虐待防止推進月間です。期間中、児童虐待の防止を呼び掛けるオレンジリボンを次の場所で配布します。

### ◇配布場所

市役所玄関受付・家庭児童相談室・児童館

※11月1日(日)は、午前9時30分からバロー美濃加茂店で配布します  
(なくなり次第終了)

## もうすぐパパ・ママ教室

健康課 内線388

初めてパパ・ママになる人を対象に、実習・体験形式の教室を開催します。

◇とき 11月8日(日)

午前9時～正午

◇ところ 保健センター

◇内容 妊娠・出産、父親の役割、夫婦で行う妊婦体操・リラクゼーション法、

沐浴実習など

◇対象 初めて親になる市内在住の夫婦

◇定員 12組(先着順)

◇参加料 無料

◇申込み 10月26日(月)から、直接または電話で健康課へ

## 「男と女」市民座談会

多文化共生課 内線362

「第2次みのかも男女共同参画基本計画」を作るにあたり、男女共同参画のこれからについて、自由に話し合いませんか。こんなまちにしたいという夢などもお聞かせください。

◇とき 11月15日(日)

午後1時30分～

◇ところ 文化の森

◇内容

・第1部 ミニ講演会

テーマ「明日のみのかもと男女共同参画」

講師 重原 惇子さん

(NPO法人参画プラネット 非常任理事)

・第2部 「第2次みのかも男女共同参画基本計画(案)」

についての座談会

◇対象 どなたでも

◇参加料 無料

◇申込み 11月6日(金)まで

に、直接または電話で多文化共生課まで

※スタッフが託児を行います

## 高齢者虐待防止講演会

地域包括支援センター 24・7370

高齢者の人権や生きがい、あなたの身の回りで、知らないうちに起きているかもしれない虐待について、みんなで一緒に考えてみませんか。

◇とき 11月11日(水)

午後7時開演

(午後6時30分開場)

◇ところ 中央公民館

◇内容 「あなたの身の回りに、高齢者への虐待は」

「本当にありませんか」

◇講師 太田 晃弘さん

(法テラス可児法律事務所長)

◇参加料 無料

◇申込み 不要

## 第10回小松屋のタベ

「山の話と播隆さん」

商工観光課 内線261

槍ヶ岳の開山で知られ、太田宿で亡くなった播隆上人の命日にちなみ講座を開催します。

## 統計調査の調査員を募集します

調査員の登録をいただいた人に、各調査ごとに市から調査員の依頼をします。

現在、平成22年2月1日が調査期日の農林業センサスの調査員を募集しています。

### ◇資格

- ・20歳以上で健康であること
- ・調査に熱意、積極性および責任感があること
- ・調査で知り得た内容の秘密が守れること
- ・警察、選挙または税務事務に直接関係がないこと

### ◇調査員の主な仕事

- ・説明会への出席
- ・調査票の配布および回収
- ・調査票の記入内容の点検および整理
- ・調査書類の作成

◇報酬 調査の種類に応じた報酬を支払います

◇申込み 登録調査員申込書に必要事項を記入し、直接市政情報課へ

※登録調査員申込書は、市政情報課にあります

問 市政情報課 内線244

## 中央公民館講座

### IT中級講座

問 生涯学習課 25・4141

パソコンを使って年賀状のあて名と文を作成します。

◇とき 11月16日(月)・18日(水)・20日(金)

- ・昼間コース 午後1時30分～4時30分
- ・夜間コース 午後6時30分～9時30分

◇ところ 中央公民館

◇内容 ワード(Word2003)を使って、自分だけの年賀状を作成します

◇講師 ITサークル美濃加茂

◇対象 市内在住・在勤・在学の人で、ワードを使ったことがある人

◇定員 各コース20人

◇受講料 1,500円(別途テキスト代金が必要)

◇申込み 10月29日(木)必着で、はがき(〒505-8606 太田町3425-1)に、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・希望する講座名・コースを記入し、生涯学習課へ

※申し込み多数の場合は抽選となります

※昼間・夜間コースの同時受講はできません

◇とき 10月21日(水)  
午後7時～9時  
◇ところ 旧小松屋吉田家住宅(太田本町)  
◇テーマ 「木食草衣、これぞサバイバル登山」  
◇講師 服部 文祥さん  
◇参加料 無料  
◇申込み 不要  
※詳細については、ネットワーク播隆へ(058・383・8770)へ

◇とき 10月31日(土)、11月1日(日)  
午前10時～午後4時  
◇ところ 加茂野小学校グラウンド・JAめぐみの加茂野支店  
◇内容 フリーマーケット、お楽しみプレゼント、ビンゴゲーム、綿菓子無料配布など  
※詳細については、西町・加茂野町商工振興会(26・0345)へ

資源の再利用と親睦がテーマのフリーマーケットです。楽しみがいっぱい、みんなで参加しましょう。

商工観光課 内線262

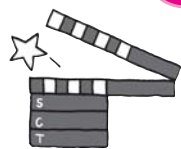
夢広場  
らぶらぶまーけっと

◇とき 10月21日(水)  
午後7時～9時  
◇ところ 旧小松屋吉田家住宅(太田本町)  
◇テーマ 「木食草衣、これぞサバイバル登山」  
◇講師 服部 文祥さん  
◇参加料 無料  
◇申込み 不要  
※詳細については、ネットワーク播隆へ(058・383・8770)へ

第4土曜映画会

入場  
無料

◇とき 10月24日(土)  
午前10時～  
◇ところ 中央公民館  
◇映画 『ワオくんのはね』  
『イソップワールド』



問 生涯学習課 25・4141

多重債務者の納税相談

消費者金融などへの支払いにより税金が滞納になっていませんか。税務課では、県と合同で、岐阜県弁護士会の協力を得て、多重債務で納税が困難となっている人の納税相談を行っています。

◇とき 午前8時30分～午後5時15分  
(土・日・祝日を除く)

◇ところ 税務課

問 税務課 内線510

木造住宅耐震診断と耐震の無料相談会

岐阜県建築士事務所協会による、耐震についての無料相談会を開催します。

◇とき 11月7日(土) 午前11時～午後4時  
◇ところ プラザちゅうたい(みのかも産業祭会場)  
◇内容 建築全般、住宅耐震診断、耐震補強、高齢者向け住宅改修など

不動産鑑定士による土地の無料相談会

岐阜県不動産鑑定士協会による、土地についての無料相談会を開催します。

◇とき 11月8日(日) 午前10時～午後3時  
◇ところ プラザちゅうたい(みのかも産業祭会場)  
◇内容 不動産の価格、売買交換、賃貸借、有効利用など

いずれも

◇対象 どなたでも

◇定員 1人30分程度(先着順)

◇申込み 11月4日(水)までに、直接または電話で都市計画課へ

問 都市計画課 内線257



高嶋ちさ子  
12人のヴァイオリニスト

12 Violinists Produced by Chisako Takashima

観ても、聴いても、美しく、楽しい、クラシックやヴァイオリンの新しい鑑賞方法を提案するプロジェクト。

◇とき 12月19日(土)  
午後3時開演(午後2時30分開場)

◇ところ 文化会館

◇入場料 大人 3,500円(当日4,000円)  
高校生以下 500円

※全席指定 ※未就学児童の入場はご遠慮ください

※託児を希望される場合は、申し込みが必要です(対象年齢6カ月以上。利用料金はお子さん1人につき100円)

※チケットは、10月31日(土)から文化会館・文化の森・中央公民館・各連絡所(太田連絡所を除く)・アピタ美濃加茂店などで販売します

※チケットぴあ(0570・02・9999 Pコード:334-204)でも購入できます

問 文化会館 25・1108

# おん祭

MINOKAMO 2009

～中山道まつり～

秋の陣

中山道太田宿を舞台に、色鮮やかな衣装を身にまとった5人のお姫様を中心とした姫道中が、中山道太田宿をゆっくりと進みます。見る人を歴史の世界にいざなう華やかなお祭りです。

◇と き **10月18日(日)**

午前10時～午後4時30分

◇ところ 中山道太田宿界隈

◇テーマ 「明日のわが町を見つめ…  
子どもたちに夢を！」



MINOKAMO2009  
姫道中のお姫様



MINOKAMO2008 姫道中

## ◇イベント・プログラム

### ○本都会場

- 10:00 オープニング・合唱(太田小学校)
- 10:20 もち投げ
- 10:40 園児鼓隊(古井第二保育園)
- 11:05 園児鼓隊(太田第一保育園)
- 11:30 園児鼓隊(太田第二保育園)
- 11:55 お手玉披露
- 12:25 キッズダンス&チア(YJDS)
- 13:20 アルプホルン(みのかもアルプホルンクラブ)
- 13:40 日本舞踊(紫会)
- 14:15 キッズダンス(BE-POP太田・山手、Genesis)
- 14:55 和太鼓演奏(御神火太鼓)
- 15:15 大蛇伝説
- 16:20 もち投げ
- 10:00～16:30 企業・団体イベント

### ○中山道会館会場

- 10:00～17:00 楽市・楽座&「皇女和宮と太田宿本陣展」

### ○下町会場

- 10:00～16:00 遊び、憩い、イベント、ゲームなど

### ○姫道中

- |     |       |               |
|-----|-------|---------------|
| 神明  | 14:00 | もち投げ・火縄銃演舞    |
|     | 14:30 | 姫道中出立         |
| 小松屋 | 15:25 | 姫道中出立・火縄銃演舞   |
| 本部  | 15:35 | 姫道中写真撮影・火縄銃演舞 |
|     | 16:10 | 姫道中出立         |
| 下町  | 16:30 | 姫道中到着・火縄銃演舞   |

### ○小松屋会場

- 10:00～16:00 バザー、大正琴演奏(加茂女会)

### ○小松屋前駐車場会場

- 10:00～15:00 猿回し

### ○中町会場

- 10:00～15:30 腹話術、ちんどんや体験  
紙芝居、オカリナ演奏など

### ○祐泉寺会場

- 12:00～ 芋煮汁無料配布(600杯限定)

### ○路上パフォーマンス

- 13:00～14:00 阿波踊り

問 商工観光課 内線 261

## 会場 周辺地図

当日の駐車場



神明 姫道中 出立場所

※地図の駐車場のほかに、可茂総合庁舎、文化会館の駐車場が利用できます

第2回

## みのかも文化団体まつり

～市民文化の拡大をめざして～

入場料  
無料

11月3日(祝)から11月8日(日)までの6日間、文化会館を中心にさまざまな発表や展示が行われます。

### ■第58回芸能連盟祭

- ◇と き 11月3日(祝) 午前11時～
- ◇ところ 文化会館
- ◇内 容 詩吟・三味線・箏曲など

### ■第58回茶華道祭

- ◇と き 11月3日(祝)  
午前9時30分～午後3時30分
  - ◇ところ 文化会館
  - ◇内 容 茶会・花展
- ※茶席は呈茶券が必要です

### ■文芸作品展

- ◇と き 11月4日(水)～8日(日)
- ◇ところ 文化会館
- ◇内 容 短歌・俳句・川柳・俳画などの展示

### ■美術作品展

- ◇と き 11月4日(水)～8日(日)
- ◇ところ 文化会館
- ◇内 容 写生大会の作品展示

### ■美濃加茂市民音楽祭

- ◇と き 11月8日(日)  
午後1時開演(午後0時30分開場)
- ◇ところ 文化会館
- ◇内 容 吹奏楽・合唱

### ■みのかも文化団体まつり特別公演

- ◇と き 11月8日(日)  
午後1時50分～3時
- ◇ところ 文化の森
- ◇テーマ 「人生を語る」
- ◇講師 渡辺直由市長
- ◇申込み 不 要

問 文化会館 25・1108

## 写生大会の参加者募集

参加料  
無料

秋空の下、健康の森で写生大会を行います。

- ◇と き 10月24日(土)  
午前9時30分～午後3時

※雨天の場合は25日(日)

※午前9時～10時に受け付けを行います

- ◇ところ 健康の森 ◇対 象 どなたでも

- ◇持ち物 画板、鉛筆、絵筆、着彩できるもの(水彩  
絵の具、クレヨンなど)

※画用紙は用意します

問 文化会館 25・1108

## 第77回 美濃加茂市文芸祭

入場料  
無料

- ◇と き 10月20日(火)～25日(日)

※作品は、一般応募した6部門(短歌・俳句・川柳・  
狂俳・俚謡・現代詩)

- ・表彰式 10月25日(日)  
午後2時～

- ・講評会 10月25日(日)  
午後3時～

- ◇ところ 文化会館



問 文化会館 25・1108

広告

広告



## 文化の森からののお知らせ

問 文化の森 28・1110

### ■四季を食べる講座

#### ●へぼご飯

見た目は…でも食べるとクセになるへぼご飯です。

◇と き 11月10日(火)  
午前10時～午後1時

※開始時刻30分前より受け付け

◇対 象 どなたでも

◇定 員 20人

◇参加料 500円

### ●おせち料理

おせちができれば、あなたは立派な料理人。

◇と き 12月1日(火)  
午前10時～午後1時

◇対 象 どなたでも

◇定 員 20人

◇参加料 300円

◇申込み 11月3日(祝)～  
17日(火)必着

※どちらの講座もエプロン、三角きんをお持ちください

### ■ふるさと円空仏めぐり

関市や白川町など、近隣市町の円空仏をバスで訪ねます。

◇と き 11月21日(土)  
午前8時25分～  
午後3時30分

◇対 象 どなたでも

◇定 員 20人

◇参加料 無 料

◇申込み 11月8日(日)必着

◇持ち物 弁当・飲み物

### ■第54回美濃加茂市美術展

日本画、洋画、彫刻、彫塑・工芸、書、写真の公募展です。

◇と き 11月19日(木)～  
29日(日)  
午前9時～午後5時

※最終日のみ午後4時まで

◇対 象 どなたでも

◇観覧料 無 料

### ■第14回ゴールデンアート劇場「ビデオ上映会」

現代美術家である川俣正さんのアート・ドキュメンタリー・ビデオを上映します。

◇と き 11月23日(祝)  
①午前10時～  
②午後1時～

◇対 象 どなたでも

◇定 員 各120人

◇入場料 無 料

### ■くらし体験講座

#### ●季節を染める(冬を染める)

マリーゴールド、ビワの小枝で染めの体験をします。

◇と き 12月5日(土)  
午前10時～午後3時

◇対 象 どなたでも

◇定 員 15人

◇参加料 1,000円程度

◇申込み 11月7日(土)～  
23日(祝)必着

◇持ち物 弁当、エプロン

### ■「みのかも自然図鑑」講座

事前  
申込み

#### みのかもで見られる冬の鳥

みのかもにやってくる冬の野鳥を観察・撮影してみませんか。

◇と き 12月6日(日)  
午前9時～11時

※雨天中止

◇ところ 木曾川河畔

◇対 象 どなたでも

◇定 員 20人

◇参加料 100円

◇申込み 11月10日(火)～  
23日(祝)必着

◇持ち物 筆記用具、コンパクトカメラ

※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

## 第10回太田宿写生大会

問 商工観光課 内線261



中山道の建物・風景などを描く写生大会を開催します。

◇と き 11月1日(日)  
午前9時～午後3時 ※小雨決行

◇内 容 太田宿を対象とした写生大会

◇参加料 無 料

◇申込み 当日の午前9時から午後3時までに、中山道太田宿「小松屋」へ

※画材は自由で画用紙は配布します

※詳細については、太田宿中山道会館(23・2200)へ

