Toki

ぬくもりのある暮らしを 広報とき

2016
8.15
Vol.1628



主な内容

02 全国レク大会　ウォークラリーの参加者募集
　 ＮＨＫ公開録画の観覧者募集
03 各種健康講座の参加者募集
04 国民健康保険料率の決定

7月23日(土)
第61回織部まつり 大花火大会

全国レクリエーション大会 in 岐阜
ウォークラリーの参加者を募集します

岐阜県で初めて開催される「全国レクリエーション大会」の種目協賛行事として、９月23日(金)にグラウンド・ゴルフ大会(会場：総合公園多目的広場)、９月24日(土)にウォークラリー(会場：陶史の森)が開催されます。

陶史の森で開催されるウォークラリーの参加者を下記の通り募集します。施設内に設けられたコースを、途中で与えられる課題を解決しながらゴールを目指します。誰でも気軽にできますので、ぜひご家族・お友達と一緒に参加ください。



当日は陶史の森まつりも
同時開催されます

日　時　９月24日(土)　午前10時～午後２時(午前９時30分受付)
場　所　陶史の森　※当日、第1駐車場で受け付けします。
定　員　なし
参加費　無料

※当日、施設内に車の乗り入れはできません。せせらぎ公園大駐車場または、セラテクノ土岐を臨時駐車場としシャトルバスを運行しますので、そちらをご利用ください。

問　市レクリエーション協会・小村さん(☎090-7868-0138)

ＮＨＫ公開録画「新・BS日本のうた」の観覧者を募集します

市とＮＨＫ岐阜放送局では、「新・BS日本のうた」の公開録画を実施します。多彩な歌手たちの競演や豪華なステージで、歌の魅力をお楽しみください。観覧を希望する方は、下記の通り申し込みください。

入場無料
※入場整理券が必要

日　　時　10月20日(木)　午後６時40分～８時40分(午後６時開場)
場　　所　文化プラザ・サンホール
申込方法　下の例を参考にして、往復はがきに住所、氏名、電話番号を記入の上、ＮＨＫプラネット中部「新・BS日本のうた(土岐市)」係(〒461-0005・名古屋市東区東桜1-13-3)まで郵送してください。入場整理券１枚につき２人まで入場可能です。

※郵便往復はがき以外での応募や、記入漏れのある場合は抽選の対象外となります。
※応募いただいた際の情報は、NHK受信料のお願いに使用させていただく場合があります。
※満１歳以上のお子さんから申し込みが必要です。
※当選は１人１枚です(応募者多数時は抽選)。
※転売目的の申し込みが判明した場合は抽選の対象外とします。
申込期限　９月23日(金)　必着

往信用(表)　返信用(裏)

往信	返信用(裏)
461-0005 名古屋市東区東桜1-13-3 ＮＨＫプラネット中部 「新・BS日本のうた」(土岐市)」係	何も書かないでください

返信用(表)　往信用(裏)

返信	往信用(裏)
申込者の 郵便番号・ 住所・氏名	郵便番号 住所 氏名 電話番号



※出演者は未定です。決定次第、文化プラザホームページでお知らせします。

問　▷ＮＨＫプラネット中部（☎052-952-7381・平日午前10時～午後６時）
▷市文化振興事業団（☎㊺5711）

９月は健康増進普及月間

健康講座の参加者を募集します

保健センターでは、９月の健康増進普及月間にちなんで、下記の健康講座を開催します。皆さんの毎日の健康づくりの参考として、ぜひ参加ください。講座は全て無料です。

■健康講演会

COPDをご存知ですか？慢性閉塞性肺疾患という肺の病気で、せき、たん、息切れに始まり、重症化すると日常生活を送るのも困難になる病気です。

COPDは意外と身近な病気で、現在、日本には500万人以上の患者がいると言われています。しかし実際に治療を受けているのは、そのうちわずか22万人しかいません。この機会にCOPDについて話を聞いてみませんか。

日時　９月16日(金) 午後１時30分～２時30分
場所　保健センター
講演　「COPD(慢性閉塞性肺疾患)について」
講師　松本クリニック　松本浩平医師
対象　市民
定員　50人（先着順）



■骨から美人になるセミナー

体の内側からきれいになるための教室です。骨密度を測定し、健康な骨作りのために役立つヒントや、料理のレシピを紹介します。

日時　①９月15日(木) 午後１時～３時
②９月30日(金) 午後１時30分～３時30分
場所　保健センター
内容　①骨密度の測定、骨の健康度チェック、骨美人おやつの試食
②講話
▷「骨粗しょう症を知って予防しよう」
安藤整形外科　安藤英樹医師
▷「骨美人をつくる食生活」
保健センター管理栄養士
対象　30歳～64歳の女性で、2日とも参加できる方(託児が必要な方はご相談ください)
※過去に参加したことがある方はご遠慮ください。
定員　40人（先着順）

■楽しく体を動かして「すっきりスリム教室」

今よりスリムになりたい！ぽっこりおなかを引っ込めたい！そんな方をサポートする運動教室です。これから運動を始めたい、どんな運動をしたら良いかわからない、仲間と楽しく運動をしたい、そんな方にもピッタリです。ぜひ参加ください。

日　程　９月～平成29年２月にわたって、全12回開催。１回のみの参加も可能です。

月／時間	9月	10月	11月	12月	平成29年1月	2月
午前９時20分～11時	６日(火)	４日(火)	１日(火)	６日(火)	10日(火)	７日(火)
	20日(火)	18日（火）	15日(火)	20日(火)	31日(火)	21日(火)



場　所　保健センター
対　象　40歳～64歳の方
※高血圧、心臓病、糖尿病などで治療中の方や、医師により運動を制限されている方はご遠慮ください。
内　容　自宅でできる体操、エアロビクス、ピラティス、ダンベル体操　など
講　師　健康運動指導士　丹羽恵美さん
定　員　25人(先着順)
持ち物　タオル、飲み物、運動のできる服・靴

〈共通〉**申込期限**　各開催日の１週間前　　申・問　保健センター（☎㊺2010）

国民健康保険料率が決定しました

平成28年度国民健康保険の保険料率が次の通り決まりました。高齢化や医療の高度化に伴い、市の国民健康保険事業の医療費は年々増加しています。保険料は一人当たり平均4.9%の上昇となりますが、ご理解いただきますようお願いします。

■医療保険分
▷所得割…6.93/100　▷資産割…36.8/100
▷均等割…被保険者１人当たり26,000円
▷平等割…１世帯当たり23,900円

■後期高齢者支援金分
▷所得割…1.81/100　▷資産割…11.4/100
▷均等割…被保険者１人当たり9,100円
▷平等割…１世帯当たり7,100円

■介護保険分
▷所得割…1.77/100　▷資産割…12.8/100
▷均等割…被保険者１人当たり9,400円
▷平等割…１世帯当たり6,200円

上記の保険料率で算定された年間保険料から、４～７月の仮算定保険料を差し引いた残りの保険料の納付書(口座振替の場合は、保険料通知書)を８月中旬に加入世帯に送付します。

問　市民課保険年金係（内線132）

水道量水器の取り替え

水道課では、計量法に基づく検定期限(８年)が満了となる前に、量水器の取り替えを実施しています。取り替え作業は、市が発行する身分証明書を携帯する水道工事指定店の作業員が行います。皆さんの敷地内での作業となりますので、ご協力をお願いします。

なお、量水器取り替え前後の検針は、通常通り検針員が行います。

実施日程　９月９日(金)～23日(金)
対象地区　鶴里町、曽木町、駄知町、泉町
対象家屋　対象地区で量水器の検定期限が満了する約770軒
施工業者　▷成高設備　(☎㊿6150)
▷日野吉工業　(☎㉒5137)
▷安藤設備　(☎㊿9496)



問　水道課（内線128）

各種公民館講座のご案内

■太極拳講座
期　日　９月15日・29日、10月６日・20日の木曜日
時　間　午後１時30分～３時
定　員　20人（応募者多数時は抽選）
講　師　田中貞光さん
参加費　無料
持ち物　飲み物、タオル
申込期限　８月31日(水)
申・**問**　生涯学習館（☎㊼3010）



■茶道講座（裏千家）
期　日　９月20日～11月22日の毎週火曜日(全10回)
時　間　午後１時30分～３時30分
定　員　10人（応募者多数時は抽選）
講　師　小栗宗重さん、大脇宗悦さん
参加費　3,000円（材料代）
持ち物　ふくさ(貸出有)、白ソックス
申込期限　９月６日(火)
申・**問**　生涯学習館（☎㊼3010）

■「公民館に行こまーか」
～公民館まつりに向けて歌いましょう～
期　日　９月９日～10月21日の毎週金曜日(全７回)
時　間　午後７時～９時
場　所　肥田公民館
講　師　山口史子さん
参加費　無料
持ち物　飲み物
申込期限　９月６日(火)
申・**問**　肥田公民館（☎㊿4544）



■「はいからな運動をしてみよまーか」～ダンスフィットネス～
期　日　９月７日・14日・21日の水曜日
時　間　午前10時30分～11時30分
場　所　肥田公民館
講　師　古田慶子さん
定　員　20人（応募者多数時は抽選）
参加費　無料
持ち物　飲み物、タオル
申込期限　９月１日(木)
申・**問**　肥田公民館（☎㊿4544）



岐阜県広報 岐阜県からのお知らせ

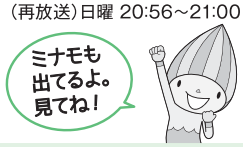
点字版・音声版をご希望の方は、県広報課へご連絡ください
音声版には、CD（デイジー編集）での提供と
音声用のテキストデータの配信もあります

●県の人口
2,032,533人

●県の世帯数
752,574世帯

※平成27年10月1日現在
（平成27年国勢調査結果（速報値））

県政広報テレビ番組
「ぎふ県政ほっとライン」放送中
（放送日）木曜 18:53～18:57
（再放送）日曜 20:56～21:00



Facebook「清流の国ぎふ」
ミナモだよりで情報発信中!!
フェイスブック 岐阜県 ミナモだより 検索

今月のピックアップイベント

● ぎふ清流文化プラザ

開館1周年記念コンサート

開館から1周年の節目にあたり、歌手の由紀さおりさん＆安田祥子さんをお迎えした記念コンサートを開催します。「みかんの花咲く丘」、「大きな古時計」、「トルコ行進曲」など、数々の童謡を歌い継いできたお二人が、ぎふ清流文化プラザの開館1周年に華を添えます。
当日は、高山祭を模したからくり屋台「匠龍台・射手童子」や、新モニュメントが皆さんをお出迎えします。※要申込・無料


由紀さおりさん（左）
安田祥子さん（右）

◆日　　時 ／ 9月24日（土）17:00～（開場16:30）
◆場　　所 ／ ぎふ清流文化プラザ長良川ホール（岐阜市学園町3-42）
◆定　　員 ／ 300人（申込多数の場合、抽選）
◆申込期限 ／ 8月24日（水）※当日消印有効
◆申込方法 ／ 詳しくは、（公財）岐阜県教育文化財団ホームページをご覧ください。
ぎふ清流文化プラザ　1周年 検索
◆問 ／ （公財）岐阜県教育文化財団 企画運営課
☎058（233）8164　FAX 058（233）5811

● 岐阜県博物館

特別展「新・恐竜学 ～鳥になった恐竜の脳科学～」

恐竜の一部は、今も地球上に鳥として生き残っています。本特別展では恐竜がどのようにして生まれ、進化したのかを時系列で紹介します。数多くの恐竜の全身骨格の展示のほか、特に恐竜から鳥類に進化するなかでの脳の変化を、透明な頭骨の3Dプリントモデルで再現し、近年、明らかになった恐竜の脳について興味深く紹介します。


アロサウルスとステゴサウルス
（画：小田 隆）

◆期　　間 ／ 9月4日（日）まで
◆場　　所 ／ 県博物館（関市小屋名1989）
◆入 館 料 ／ 一般800円 大学生400円 高校生以下無料
※岐阜県百年公園北口駐車場（無料）
◆問 ／ 県博物館 ☎0575（28）3111

情報ボックス

案　内 「全国レクリエーション大会」開催

「第70回全国レクリエーション大会ｉｎ岐阜」が9月23日（金）～25日（日）に、県内全市町村で開催されます。
県内各会場では、レクリエーションの無料体験コーナーを開設します。JR岐阜駅北口駅前広場では、レクリエーション体験広場を開催します。ステージエリアや体験エリアで、レクリエーションを楽しく体験していただけます。

●ＪＲ岐阜駅前 レクリエーション体験広場
●とき／9月24日（土）10:00～15:30
●ところ／JR岐阜駅北口駅前広場（岐阜市）
●問／県全国レクリエーション大会推進事務局
☎058（272）8764
全国レク　岐阜 検索

案　内 「飛騨・美濃味まつり」を開催

飛騨美濃合併140周年を記念して、飛騨3市1村との共催で「飛騨・美濃味まつり」を開催します。お誘いあわせのうえ、ぜひご来場ください。

●とき／9月10日（土）・11日（日）
9:00～17:00（11日は16:00まで）
●ところ／本町1～3丁目商店街（高山市）
●内容／飛騨・美濃の自慢の食が出展。岐阜県の美味しいものを2日間に渡ってお楽しみいただけます。
●問／県清流の国づくり政策課
☎058（272）1816

案　内 各務原浄化センター供用開始25周年事業「感謝のつどい」

皆さまの理解と協力に支えられ、各務原浄化センターは地域の水質保持に努めてきました。今年4月に供用開始から25年を迎えたことを記念し、皆さまへの感謝の気持ちを伝えるため、「感謝のつどい」を開催します。

●とき／9月10日（土）
14:15～15:00　式典等
15:00～16:00　ＦＣ岐阜サッカー教室
15:50～19:20　市町イベント、花火等
雨天時：式典のみ実施。市町イベント、花火等は9月11日（日）に順延。
※9月11日も雨天の場合は中止
●ところ／各務原浄化センター（各務原市）
●問／県下水道課　☎058（272）8669

募　集 第21回岐阜県警察音楽隊定期演奏会を開催

第21回岐阜県警察音楽隊定期演奏会を開催します。※要申込・要整理券・無料

●とき／10月16日（日）開場13:30 開演14:00
●ところ／長良川国際会議場（岐阜市）
●定員／1500人（先着順）※定員数に達した場合は募集を締め切ります。
●申込期間／8月22日（月）～31日（水）
●申込方法／往復はがきによる郵送
詳しくはホームページをご覧ください。
岐阜県警察音楽隊 検索
●申込先・問／県警察本部広報県民課
☎058（271）2424　内線 2173・2174

相　談 難病医療電話相談

専門医による電話相談を開催します。
※要予約・無料

●とき／9月15日（木）
●相談内容／めまい、メニエール病、突発性難聴など耳鼻科の病気
●申込方法／前日までに電話で申込み
●申込先・問／難病生きがいサポートセンター
☎058（214）8733

注意喚起 川を安全に楽しむために

釣りやキャンプ、水泳を楽しむなど、川は楽しい場所ですが、ときに危険な場所に変わります。

◆岸から見ると穏やかな場所も、「急な流れの変化」や「川底へ強く引き込まれる流れ」により、危険な場所があります。川へ入るときは、ライフジャケットをきちんと着けましょう。

◆川での水難事故を防ぐためにも、川に遊びに行くときは、天候や川の状況に注意してください。

●問／県河川課　☎058（272）8603

この情報は平成28年7月5日現在のものです。この紙面に関するお問い合わせは、県広報課まで ☎058（272）1111（代） FAX058（278）2506

情報ひろば

募集

手話奉仕員養成講座（入門編）の受講者

手話の経験がない方でも受講できる初心者向けの講座です。受講後は、地域の手話サークルなどで手話の普及や聴覚障がい者のお手伝いなど、支援活動にも参加できます。

期日 9月14日～平成29年2月1日の毎週水曜日（全21回）
時間 午後7時30分～9時
場所 セラトピア土岐
参加費 3240円（テキスト代）
対象 市内在住または在勤の18歳以上の方（高校生以下は保護者の同意が必要）
定員 20人（先着順）
申込方法 9月2日（金）までに電話で申し込みください。
申・問 福祉課（内線152）



ふるさとイベント大賞の応募団体

全国各地で開催される地域の活力を生み出すイベントを表彰するものです。受賞イベントは全国に向けて積極的に紹介されます。

対象 平成27年7月1日～平成28年6月30日までに開催された地域の活力を生み出すイベント
提出書類 イベントの写真データ、内容説明資料 など
申込期限 9月5日（月）
※応募を希望する団体は、事前に問い合わせください。
申・問 まちづくり推進課（内線186）

ご案内

無料不動産相談

岐阜県宅地建物取引業協会では、不動産取引などに関する諸問題でお悩みの方の相談に無料で応じます。

日時 9月15日（木）午後1時～3時 ※予約優先（1人30分）
場所 市役所3階・第1会議室
相談対応 岐阜県宅地建物取引業協会会員
申・問 まちづくり推進課（内線185）

公正採用選考に係る人権啓発研修会

日時 9月8日（木）午後1時30分～4時（午後1時受付）
場所 セラトピア土岐
定員 200人（先着順）
参加費 無料
申・問 ハローワーク多治見（☎㉒3381）または岐阜労働局職業対策課（☎058－245－1314）

お願い

就学義務猶予免除者等の中学校卒業程度認定試験

日時 10月27日（木）午前10時～午後3時40分
場所 岐阜県総合教育センター（岐阜市薮田南）
申込期間 8月22日（月）～9月9日（金）
※詳細は問い合わせください。
問 学校教育課（内線265）

社会生活基本調査を実施します

県では、10月20日現在で社会基本調査を実施します。この調査では、国民の生活時間の使い方や活動状況などを調べ、暮らしや社会のための基礎資料として活用します。

9月上旬に調査員が対象地域を巡回し、10月上旬から中旬にかけて、調査を依頼する世帯に伺います。調査へのご理解とご協力をお願いします。

問 県環境生活部統計課（☎058－272－8187）

善意

次の方から寄付をいただきました。ありがとうございました。

- **平成28年度卯辰会様から土岐津幼稚園へ** デジタルビデオカメラ1台、掃除機1台（計5万円相当）
- **妻木卯辰会様から妻木幼稚園へ** 平均台1台、ラバーリング2セット（計5万円相）

8/21(日) 日曜窓口を臨時休業します

8月21日（日）はシステム更新のため、日曜窓口をお休みします。婚姻、離婚、出生、死亡などの戸籍に関する手続きは市役所裏口の守衛室で受け付けます。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問 市民課住民係（内線141）

人口と世帯数〈7月末日現在・外国人を含む〉　（ ）内は前月比

総人口 59,605人(−15人)
男 28,846人(−13人)　女 30,759人(− 2人)
世帯数 24,167戸(+ 3戸)

火災と救急出動〈7月〉　（ ）内は1月からの累計

火災発生　1件(20件)
救急出動　232回(1,487回)

消しましょう　その火その時　その場所で

交通事故〈6月〉　（ ）内は1月からの累計

人身事故　12件(82件)
負 傷 者　14人(103人)
死 亡 者　0人(3人)

高齢者　なろうよルールの　好例者

防災無線の内容や、乳幼児向けの情報、お住まいの地域のゴミの日情報などをメールで配信します。



登録は上のQRコードを読み取るか、t-toki@sg-m.jpへ空メールを送信してください。

今月の納税

市県民税（第2期）

納期限　**8月31日(水)**

残高不足で口座振替・自動払込みができなかった場合の再振り替えは、9月15日(木)です。

問　税務課納税係（内線180）

ひとりで悩まないで

9月の相談窓口



※相談会場には、終了時間の30分前までにお越しください。

弁護士無料法律相談



9月12日(月)
午後1時～3時40分（1人20分間）
市役所3階・第1会議室
※要予約・9月1日(木) 午前8時30分から先着8人まで。
※多くの方にご利用いただくため、半年以内に利用した方は申し込みできません。
■まちづくり推進課（内線185）

市民相談

毎週火曜日
午後1時～4時
市役所3階・
第1会議室



■まちづくり推進課(内線185)

人権相談



9月8日(木)
午後1時30分～
3時30分
市役所1階・
まちづくり推進課

■まちづくり推進課(内線185)

行政相談

9月14日(水)・28日(水)
午後1時～3時
市役所3階・
第1会議室



■まちづくり推進課(内線185)

司法書士無料法律相談

9月9日(金)
午後6時～8時(予約優先)
文化プラザ2階・
第1研修室

■法務サポート21・
西川さん（☎㊺7513）

家庭児童相談・母子自立支援相談

毎週月～金曜日
午前8時30分～
午後5時15分
市役所1階・
子育て支援課



■子育て支援課（内線166）

教育相談

毎週月～金曜日
午前9時～午後3時
9月13日(火)は
午後7時～9時も行います。
浅野教室（肥田町）

■教育相談室(☎㊺8555)

子育て相談

毎週月～金曜日
午前9時～午後3時
ひだ保育園（肥田町）
つまぎ保育園（妻木町）

■ひだ保育園(☎㊺0337)
■つまぎ保育園(☎㊼5377)

障がい者就労支援巡回相談

9月6日(火)
午後1時30分～3時
ホーリークロスセンター
(泉町)
※要予約
■サテライトt（☎㉖9721）

知的障害者相談

9月7日(水)
午前10時～午後3時
文化プラザ

■福祉課（内線152）

介護相談

毎週月～金曜日
午前9時～午後4時
ウエルフェア土岐(下石町)
※恵風荘(駄知町)、ひだまり(肥田町)でも行います。

■社会福祉協議会(☎㊼6661)

幼児療育相談

毎週月～金曜日
午前9時～
午後4時
ウエルフェア土岐
(下石町)



■社会福祉協議会(☎㊼6661)

消費生活相談

毎週月～金曜日
午前9時～午後4時
(予約優先)
市役所1階・
まちづくり推進課

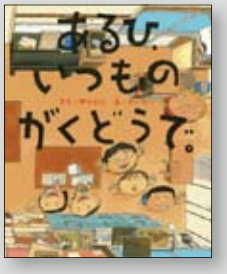
■まちづくり推進課(内線185)

読書の小径

Vol.160

土岐市図書館
☎㊺1253

新刊案内



あるひ、いつものがくどうで。

サトシン／さく
ドーリー／え



海底電車

松本猛／ぶん
松森清昭／え

ブレない自分をつくる「古典」読書術 --小倉広、人間塾
岐阜を歩く ----------増田幸弘
アクション・リサーチでつくるインクルーシブ授業
「楽しく・みんなで・学ぶ」ために ------新井英靖
顔がわかるさかな図鑑 ----------知来要
世界の魅惑のトンネル ----------洋泉社編集部
はじめてのネットショップ開店・運営講座
----------小宮山真吾、リンクアップ
映画を知るための教科書 1912～1979 --斉藤守彦
下り坂をそろそろと下る ----------平田オリザ







「物語を創る」

インターネットなどの普及により、小説などの作品を披露する場が圧倒的に広がったことから、私たちにとって創作活動はより身近なものとなっています。今回は、読み手としてではなく、書き手として物語と向き合う際に役立つ本を紹介します。

アンジェラ・アッカーマン、ベッカ・パグリッシ『性格類語辞典 ネガティブ編』。物語を創る上で何より大切な登場人物の設定。その性格を基に起承転結の軸が出来ると言っても過言ではありません。人物をより魅力的に見せるには、あえて否定的な要素を取り入れることも必要です。ポジティブ編と一緒にどうぞ。

レッカ社『中二病超図鑑』。世界の神話や軍事組織、オカルトなどに関わる多種多様な要素が図表付きで解説されています。「中二病とは何ぞや」と思う方も、この本に登場するフレーズに思わず共感してしまうあなたも、ネタ探しにいかがでしょうか。

大沢在昌『小説講座売れる作家の全技術』。趣味として創作を楽しむのではなく、プロの作家として食べていけるようになりたい。そう考えている方へ、ハードボイルドの名手である著者が「作家とは何か」から「デビュー後のメディアとの付き合い方」に至るまで、事細かに語りかける一冊です。本気ならぜひご一読を。

9月の休館日

5日(月)、12日(月)、23日(金)、
26日(月)～30日(金)

開館時間

火～金曜日	午前10時～午後7時
土・日曜日、祝日	午前10時～午後5時

お知らせ

市内各地にある公民館には、「地域文庫」として図書館の資料の一部を配本しているコーナーが設置されています。定期的に入れ替えを行っていますので、自宅から遠くなかなか図書館を利用できない方も、ぜひ活用ください。

男と女のいきいきコラム ―男女共同参画社会の実現を目指して―

VOL.145

上手なお酒との付き合い方

社会人になると、職場の上司や同僚、取引先などとお酒を飲む機会が増えてきます。お酒の席におけるコミュニケーションは、人間関係を円滑にし、仕事を円滑に進めるための有効な手段であるともいわれます。

近年は女性の社会進出に伴い、若い女性が外でお酒を楽しむ機会が増えているようです。これは以前に比べて女性が家に縛られることが少なくなり、また金銭的にも余裕ができたことの表れで、よい傾向であるといえます。しかしお酒が身体に与える影響には注意する必要があります。

お酒の強さには個人差がありますが、一般的に女性は男性よりもアルコールの分解スピードが遅いといわれています。また女性は体脂肪が多く、体の水分量が少ないため、血中アルコール濃度が高くなる傾向があります。この二つの理由から、女性は男性よりも濃度の高いアルコールが体内に長く留まりやすいため、酔いやすいだけでなく、肝臓に大きな負担を掛けてしまいます。

また厚生労働省が行った国民健康・栄養調査によると、生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合は、男性はこの数年で変化はありませんが、女性は年々増加しているようです。適量のお酒を楽しむことでストレスを発散することはできますが、過度の飲酒は健康に良くないため、避けるべきでしょう。

最近は女性の好みに合ったお酒や、女性だけでも入りやすいおしゃれなお店が増えてきました。そんな女性とお酒の関わりが増えてきた今だからこそ、上手なお酒との付き合い方を身に付けることが重要です。お酒を適度に楽しみ、仕事に活かすことのできる女性が増えること、これもまた女性が活躍できる社会に一歩近づくということなのではないでしょうか。

〈他人事じゃない!? 怖～いトラブル〉

消費生活のお話

まちづくり推進課広報広聴係（内線185）

ほんとに儲かるの？「ネットで簡単な作業をするだけで月収30万円！」

インターネット上には、タイトルにあるような「簡単に高収入が得られる方法」を販売するという内容の広告が溢れています。近年、このような情報商材を購入し、トラブルになる事例が増加しています。

具体的には、比較的低額な情報商材を購入後、業者から電話で「収入を得るための別の契約が必要」だと勧誘され、高額契約をしてしまう事例や、「絶対儲かります。儲からなければ返金保証があります」といって、そのノウハウ習得のためのソフトを含んだ高額な契約をさせるなどの事例があります。

実際は、契約前の説明と違って作業が簡単ではない場合や、思ったように儲からないことがあり、トラブルの原因となっています。業者の話を鵜のみにして高額契約をするのはリスクが高いので、絶対に避けましょう。ビジネスの仕組みや仕事の内容をしっかりと理解し、それが「本当に儲かるのか」第三者の意見を聞くなどして、冷静に判断しましょう。

少しでも不安に思ったら消費生活相談窓口にご相談ください。



消費生活相談窓口

日時　月～金曜日　午前９時～午後４時（予約優先）
場所　市役所１階　広報広聴係
※相談には、できるだけ契約者本人がお越しください。

健康ガイド

母子健康手帳交付
対　　象　妊婦さん
受付日時　毎週木曜日 午前９時～11時30分
場　　所　保健センター

乳幼児健康相談・食事相談・みそ汁の塩分測定
対　　象　乳幼児の保護者、市民
日　　時　９月26日(月) 午前10時～11時30分
　　午後１時30分～３時
　　９月30日(金) 午前10時～11時30分
場　　所　保健センター
相 談 員　保健師、管理栄養士
※みそ汁の塩分測定を希望する方は、当日朝の「みそ汁」を50ml程お持ちください。

1歳すくすく教室
対　　象　平成27年８月生まれのお子さん
日　　時　９月15日(木) 午前10時～11時30分
場　　所　保健センター
内　　容　食事・おやつの話、試食、絵本の読み聞かせ
定　　員　12人(先着順)
持 ち 物　母子健康手帳、筆記用具、お子さん用のお茶
締　　切　９月13日(火)

４か月児健診
対　　象　①平成28年４月16日～30日生まれ
　　②平成28年５月１日～15日生まれ
期　　日　①９月13日(火)　②９月20日(火)
受付時間　午後０時45分～１時
場　　所　保健センター
※対象者には、事前に案内を送付します。

１歳６か月児健診
対　　象　平成27年２月生まれ
期　　日　９月９日(金)・14日(水)
受付時間　午後０時45分～１時　　場　　所　保健センター

３歳児健診
対　　象　平成25年８月生まれ
期　　日　９月16日(金)・27日(火)
受付時間　午後０時45分～１時　　場　　所　保健センター

２歳児歯科健診
対　　象　平成26年８月生まれ
期　　日　９月５日(月)・21日(水)
受付時間　午後０時45分～１時　　場　　所　保健センター

※対象者には、事前に案内を送付します。
※希望する方には、フッ化物塗布を行います(無料)。
　歯ブラシ・コップ・汚れてもよいタオルをお持ちください。

こころの健康相談
対　　象　不眠・ふさぎ込む・怒りっぽい・認知症などでお悩みの方
期　　日　①９月23日(金)　②９月27日(火)
時　　間　午後１時～３時
場　　所　①保健センター　②東濃保健所
備　　考　要予約
　　東濃保健所(☎㉓1111・内線362)
　　または保健センター



健康相談・禁煙相談
対　　象　市民　※予約優先
日　　時　９月８日(木) 午後１時15分～２時30分
場　　所　保健センター
内　　容　血圧測定、尿検査
※禁煙相談を希望する方は、事前に電話で申し込みください。
　相談日以外でも、受け付けています。

プレママクラス
対　　象　妊婦さん
日　　時　９月29日(木) 午前10時～午後１時
場　　所　保健センター
内　　容　育児の体験(抱っこやおむつ替えなど)、ベビーグッズ体験、子育てについて
　　栄養いっぱいのランチ付き(簡単な実習)
持 ち 物　エプロン、三角巾、筆記用具、母子健康手帳
締　　切　９月21日(水)
参 加 費　200円

パパママクラス
対　　象　妊婦さんと夫
日　　時　９月11日(日) 午後１時～４時
場　　所　保健センター
内　　容　出産時の呼吸法、お風呂の入れ方の実習、お父さんの妊婦体験
持 ち 物　母子健康手帳
締　　切　９月９日(金)

もぐもぐ離乳食教室
対　　象　４か月児健診を受けたお子さんの保護者
日　　時　９月28日(水) 午後１時～３時30分
場　　所　保健センター
定　　員　20人(先着順) ※先着10人まで託児可能
持 ち 物　エプロン、三角巾、筆記用具
締　　切　９月26日(月)

フッ化物塗布(予約制)
対　　象　平成24年８月生まれ　　平成25年２月生まれ
　　平成26年２月生まれ
期　　日　９月８日(木)
受付時間　午前９時15分～10時15分
場　　所　保健センター
持 ち 物　母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、汚れてもよいタオル
料　　金　無料
締　　切　９月６日(火)

ママとベビーのリフレッシュ教室
対　　象　生後１～４か月の赤ちゃんと母親
期　　日　９月８日(木) 午後１時15分～３時30分
場　　所　保健センター
内　　容　ベビーマッサージ、お母さん同士の交流会、発育測定、育児相談
持 ち 物　バスタオル、タオル２枚、母子健康手帳、赤ちゃんの水分補給のお茶　など
締　　切　９月６日(火)

酒害相談
対　　象　アルコール依存に関することで、不安や悩みを抱える本人や家族の方
日　　時　９月13日(火) 午後７時30分～９時
場　　所　ウエルフェア土岐
相談対応　東濃断酒新生会
料　　金　無料 (申込不要)
問い合わせ　県精神保健センター (☎058－231－9724)

休日急病診療所
診 療 科　内科・小児科
場　　所　駄知町1272－５(駄知診療所併設☎㊾1500)
　　※急病の際の医院照会は、救急医療情報センター(☎㊺3799)へ。

●現在お薬を飲んでいる方は、その名前や効果などを記入した用紙(お薬手帳など)を持参してください。

９月の診療日　４日(日)・11日(日)・18日(日)・19日(月・祝)
　　22日(木・祝)・25日(日)
受 付 時 間　午前９時～11時30分、午後１時～５時30分

土岐市地域子育て支援センター

ほほえみだより

つまぎ子育て支援センター
☎㊾5377（つまぎ保育園内）
ひだ子育て支援センター
☎㊺0337（ひだ保育園内）

地震や台風に備えて



地震や洪水などはいつ起こるか分かりません。いざという時に慌てないように、備えておくとよい赤ちゃん用の防災グッズを紹介します。

▷紙おむつ（３日分）、おしり拭き　▷粉ミルク（３日分）、哺乳瓶
▷水（飲料用・ミルク用）　▷ベビーフード、離乳食用スプーン、おやつ　▷着替え（３日分）、タオル、靴
▷おもちゃ　▷母子健康手帳、健康保険証　▷抱っこ紐　など

そのほか、大人用の持ち出しグッズも忘れず用意しましょう。また、家具の転倒・落下防止、消火の備え、避難場所、連絡方法などについて、しっかり確認をしておきましょう。

9月

年齢別サロン（午前10時30分～11時30分）
同年齢の友達と一緒に歌や手遊び、体操、触れ合い遊び、絵本の読み聞かせ、誕生会などをします。

遊びの広場　（午前９時～午後２時）　0～２歳児　0歳児
親子で自由に遊んだり簡単なおもちゃを作ったり、参加者とおしゃべりをして過ごします。

講座　（午前10時～）戸外活動や季節行事など、親子で楽しめる講座を計画しています。

出前サロン　（午前10時30分～11時30分）担当者が保育園や公民館に出向き、サロンを開きます。

育児相談　（午前９時～午後３時）
育児の悩みをご相談ください。電話、来所のどちらでも応じます。秘密は厳守します。

つまぎ子育て支援センター

月	火	水	木	金
			1	2
5	6 ０歳児サロン	7 午後休み	8	9
12	13 １歳児サロン	14	15	16 講座 工作遊び
19 敬老の日 お休み	20 ２歳児サロン	21	22 秋分の日 お休み	23
26	27	28	29	30 下石公民館サロン

ひだ子育て支援センター

月	火	水	木	金
			1	2
5 ０歳児サロン	6	7 午後休み	8	9
12 １歳児サロン	13	14	15	16 講座 工作遊び
19 敬老の日 お休み	20	21 泉西公民館サロン	22 秋分の日 お休み	23
26 ２歳児サロン	27	28 出張のため お休み	29	30

※～歳児という表記について…平成28年４月１日時点の年齢で判定します。

講座案内

『工作遊び』

期　日　９月16日(金)
時　間　①午前9時45分～10時45分（つまぎ申込者）
　　②午前11時～正午（ひだ申込者）
場　所　肥田子育て支援センター
定　員　各10組
参加費　100円（材料代）
申込方法　各センターに来所の際、参加費を添えて申し込みください。

お知らせ

『岐阜県女性就職支援巡回相談会』

「いつか就職を」とお考えのお母さん、ぜひ参加ください。

日　時　９月26日(月)
　　午前9時30分～正午
場　所　ひだ子育て支援センター
講　師　県総合人材チャレンジセンター職員
参加費　無料（申込不要）



広報とき　2016.8.15　Vol.1628

美濃陶磁歴史館だより

美濃陶磁歴史館　☎㊺1245

企画展
「美濃桃山陶のデザイン」②最盛期

桃山時代、茶の湯の流行を受けて始まった美濃桃山陶の生産が最盛期を迎える頃、破格の器「織部」が生まれます。室町時代までの茶陶ではあり得なかった極端なゆがみの造形と、黄瀬戸・瀬戸黒・志野のデザインをさらに進化させた織部は、まさに美濃桃山陶の集大成と言えます。

人々を驚かせた織部の斬新なデザインには、当時、流行していたさまざまなものの影響がうかがえます。例えば、南蛮貿易により新しく流入した西洋の人・物・文化は、青織部南蛮人燭台（しょくだい）や漆器などの工芸品のデザインに盛んに取り入れられました。また、桃山時代に大流行した染織物の技法「辻が花」の白く染め抜いた部分に絵付けや刺繍を施すデザインは、釉薬を掛け残した部分に鉄絵を描く青織部や黒織部のデザインに取り入れられています。

現代にも通ずる多彩で華やかなデザインを、ぜひ間近でご覧ください。

企画展
「美濃桃山陶のデザイン」
10月2日(日)まで



青織部南蛮人燭台
（元屋敷窯　重要文化財を含む）



青織部向付
（元屋敷窯　重要文化財）

プラザイベントガイド

文化プラザ　☎㊺5711

文化プラザ

9月10日(土) 発売開始

上原ひろみ　ザ・トリオ・プロジェクト feat. アンソニー・ジャクソン＆サイモン・フィリップス JAPAN TOUR 2016

日　時　11月26日(土)
16：00開場
17：00開演

場　所　サンホール

入場料　S席 7,100円
(全席指定)　A席 6,070円

※未就学児の入場はご遠慮ください。



9月17日(土) 発売開始

第15回土岐市文芸祭記念講演会 夏井いつき句会ライブ

日　時　12月11日(日)
13：30開場
14：00開演

場　所　サンホール

入場料　一般 1,000円
(全席自由)　学生　500円

※未就学児の入場はご遠慮ください。



［文 化 プ ラ ザ］ 窓口販売／ 9：00～20：30　電話受付／ 9：00～20：30（発売初日は12：00～）
※窓口販売で完売の場合、電話受付はありません。
［チ ケ ッ ト ぴ あ］ ☎0570-02-9999　Pコード：304-594(上原ひろみ)　Pコード：632-656(夏井いつき)
［ローソンチケット］ ☎0570-084-004　Lコード：42373(上原ひろみ)　Lコード：42078(夏井いつき)
※チケットぴあ、ローソンチケットともに、発売初日は10：00～

編集・発行　土岐市役所まちづくり推進課広報広聴係
〒509-5192　土岐市土岐津町土岐口2101
☎0572-54-1111／FAX0572-55-7763／http://www.city.toki.lg.jp

VEGETABLE OIL INK
環境にやさしい植物油インキと再生紙を使用しています